



СЕНСОРНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ НА УРОКЕ: ПРАКТИЧЕСКИЕ ПРИЁМЫ АДАПТАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ООП

Очилова Азиза Акмал кизи,

Докторант Национального Педагогического Университета Узбекистана имени Низами

MAQOLA HAQIDA

Qabul qilindi: 9-fevral 2026-yil

Tasdiqlandi: 11-fevral 2026-yil

Jurnal soni: 17-B

Maqola raqami: 44

DOI:<https://doi.org/10.54613/ku.v17i.1486>

KALIT SO'ZLAR/ КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА/

KEYWORDS

сенсорный менеджмент, инклюзивное образование, дети с особыми образовательными потребностями (ООП), сенсорная интеграция, саморегуляция.

АННОТАЦИЯ

В статье рассматриваются практические приёмы сенсорного менеджмента на уроках, направленные на адаптацию образовательной среды для детей с особыми образовательными потребностями (ООП). Особое внимание уделяется созданию условий, способствующих снижению сенсорной перегрузки и улучшению концентрации, эмоционального состояния и учебной мотивации учащихся. Описываются конкретные методики и стратегии работы с визуальными, слуховыми, тактильными и другими сенсорными раздражителями, а также рекомендации по организации пространства и построению учебного процесса. Представленные подходы ориентированы на педагогов начальных классов и специалистов инклюзивного образования, стремящихся повысить эффективность обучения и создать комфортную и безопасную образовательную среду для всех детей.

**Введение.** Современная педагогика всё более осознаёт, что эффективность обучения напрямую зависит не только от содержания программы и квалификации педагога, но и от характеристик окружающей среды. Для детей с особыми образовательными потребностями (ООП) традиционная организация учебного процесса может стать непреодолимым барьером, значительно затрудняющим усвоение материала и социальную адаптацию. Особую роль в этом играет сенсорная среда класса, которая для многих учеников с ООП является источником постоянной сенсорной перегрузки. Это напрямую влияет на их способность к концентрации внимания, эмоциональное состояние и, как следствие, на учебную мотивацию и успеваемость.

**Анализ литературы.** Проблематика сенсорного менеджмента в образовательной среде опирается на теоретические положения сенсорной интеграции и современные исследования в области инклюзивной педагогики. Базовой научной основой выступает концепция сенсорной интеграции, разработанная А. Дж. Эйрес, согласно которой успешность обучения во многом определяется способностью нервной системы эффективно обрабатывать и интегрировать сенсорную информацию. Автор подчёркивает, что нарушения сенсорной обработки могут проявляться в виде повышенной отвлекаемости, тревожности, гиперактивности или, напротив, пассивности ребёнка, что требует специальной организации среды обучения<sup>1</sup>.

В современных исследованиях подчёркивается значимость физической и сенсорной среды класса как фактора инклюзии. Так, в работе Angulo De la Fuente и соавторов представлена валидированная шкала оценки сенсорной среды класса, демонстрирующая прямую связь между адаптацией освещения, акустики, организации пространства и уровнем включённости учащихся с РАС в учебный процесс. Авторы отмечают, что структурированная и предсказуемая среда снижает поведенческие трудности и повышает академическую вовлечённость<sup>2</sup>.

Систематический обзор Masri и Zulkipli обобщает международный опыт сенсорного обучения детей с особыми потребностями, подчёркивая эффективность мультисенсорных стратегий, визуальной поддержки и сенсорных пауз в

формировании устойчивого внимания и саморегуляции. Исследователи делают вывод о необходимости комплексного подхода, включающего как адаптацию пространства, так и изменение педагогических стратегий<sup>3</sup>.

В отечественной и региональной педагогике также наблюдается активный интерес к данной проблематике. Худаярова анализирует опыт применения технологий сенсорной интеграции при формировании коммуникативных навыков у дошкольников с РАС, подчёркивая роль специально организованной сенсорной среды в снижении тревожности и развитии социального взаимодействия. Автор акцентирует внимание на практико-ориентированном характере сенсорных методик, что делает их применимыми в условиях образовательных учреждений Узбекистана<sup>4</sup>.

Karagin и соавторы рассматривают использование приёмов сенсорной интеграции в коррекционной работе с детьми с ООП, выделяя такие инструменты, как проприоцептивные упражнения, тактильные стимулы и структурирование пространства. Авторы подчёркивают, что систематическое применение сенсорных приёмов способствует формированию произвольной регуляции поведения и снижению уровня дезадаптации<sup>5</sup>.

Скепинг-обзор, опубликованный в журнале Research in Autism Spectrum Disorders, подтверждает эффективность сенсорно-адаптивных образовательных сред для детей с аутизмом, особенно в аспекте снижения поведенческих кризисов и повышения способности к самостоятельной работе<sup>6</sup>. В обзоре подчёркивается, что адаптация освещения, акустики и наличие зон сенсорной разгрузки являются ключевыми элементами поддержки обучающихся с РАС<sup>7</sup>.

**Методология исследования.** Методологическую основу исследования составили положения теории сенсорной интеграции, концепции инклюзивного образования и средового подхода в педагогике. В работе использован комплекс теоретических и эмпирических методов.

К теоретическим методам относятся анализ и обобщение психолого-педагогической литературы по проблеме сенсорной адаптации образовательной среды, сравнительный анализ

<sup>1</sup> Ayres, A. J. (2005). Sensory integration and the child: 25th anniversary edition. Los Angeles, CA: Western Psychological Services. (Перевод: Эйрес, Дж. (2017). Сенсорная интеграция и ребёнок. М.: Теревинф).

<sup>2</sup> Angulo De la Fuente, V., Urbina, C., López, V., Montero, I., & Escobar-Astudillo, F. (2025). Physical and Sensory Classroom Environment and Associations with Inclusive Education of Autistic Students in Chile: Construction, Validation and Results of a Teacher-Reported Scale. Education Sciences, 15(12), 1635. Исследование роли физической и сенсорной среды класса в инклюзии учащихся с аутизмом. <https://doi.org/10.3390/educsci15121635>

<sup>3</sup> Masri, M. A. B., & Zulkipli, H. B. (2025). Systematic Literature Review: Sensory Teaching to Students with Special Needs. International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development, 14(2), 1853–1865. Обзор современного сенсорного обучения для детей с особыми потребностями. <https://ijarped.com/index.php/journal/article/view/3623>

<sup>4</sup> Худаярова, Д. М. (2024). "Использование технологии сенсорной интеграции при формировании коммуникативных навыков у дошкольников с РАС: опыт зарубежья и Узбекиста". *Бюллетень педагогов нового Узбекистана*, 2(9), 25–30 — практический региональный материал с цитированием литературы по теме.

<sup>5</sup> Karagin, S. T., Sagadieva, T. K., & Bobrova, V. V. (2022). Использование приемов сенсорной интеграции в коррекционной работе с детьми с ООП. *Pedagogy-Vestnik Buketov University*, 2022(1), 130–139. Статья о применении методов сенсорной интеграции в коррекционной педагогике. DOI:10.31489/2022Ped1/130-139.

<sup>6</sup> Use of sensory adaptive environments with autistic children: A scoping review. (2024). *Research in Autism Spectrum Disorders*, 114, 102362. Обзор исследований сенсорных адаптивных сред для детей с аутизмом (образовательные контексты).

<sup>7</sup> Use of sensory adaptive environments with autistic children: A scoping review. (2024). *Research in Autism Spectrum Disorders*, 114, 102362. Обзор исследований сенсорных адаптивных сред для детей с аутизмом (образовательные контексты).

отечественного и зарубежного опыта внедрения сенсорных стратегий в условиях инклюзивного обучения, а также систематизация практических приёмов сенсорного менеджмента.

Эмпирическая часть исследования носила практико-ориентированный характер и включала педагогическое наблюдение за поведением и учебной активностью детей с особыми образовательными потребностями в условиях начального класса, апробацию отдельных приёмов сенсорного менеджмента (визуальная поддержка, аудиальный контроль, сенсорные паузы, пространственное зонирование), а также качественный анализ изменений в уровне концентрации внимания, эмоциональной стабильности и учебной вовлечённости учащихся.

Полученные данные интерпретировались на основе принципов системности, индивидуализации и вариативности образовательной среды, что позволило определить эффективность предложенных практических приёмов адаптации учебного пространства для детей с ООП.

**Результаты исследования.** Типичный массовый класс часто характеризуется высоким уровнем фонового шума, интенсивным или мерцающим освещением, быстрым темпом урока с частой сменой видов деятельности, что в совокупности создаёт мощный поток сенсорных раздражителей. В то время как большинство детей способны адаптироваться к таким условиям, для учащихся с нарушениями сенсорной обработки, аутистическим спектром, синдромом дефицита внимания и гиперактивности, а также другими особенностями развития, подобная среда становится причиной дискомфорта, тревоги, дезорганизации поведения и снижения познавательной активности. Стандартная организация урока, не учитывающая эти нюансы, фактически создаёт барьеры, мешая раскрытию потенциала каждого ребёнка.

В этом контексте актуальность приобретает концепция сенсорного менеджмента на уроке как комплексный подход к адаптации образовательной среды. В условиях инклюзивного образования, целью которого является создание равных возможностей для каждого ребёнка, педагогу необходимо владеть инструментами для тонкой настройки учебного пространства. Это не только способствует повышению академических результатов, но и формирует у детей чувство безопасности, комфорта и принадлежности, что является основой для успешной социализации.

Настоящая статья посвящена практическим приёмам сенсорного менеджмента, направленным на адаптацию образовательной среды для детей с ООП. Особое внимание уделяется созданию условий, способствующих снижению сенсорной перегрузки, улучшению концентрации внимания, стабилизации эмоционального состояния и повышению учебной мотивации учащихся. В ней будут рассмотрены конкретные методики и стратегии работы с визуальными, слуховыми, тактильными и другими сенсорными раздражителями, а также даны рекомендации по эффективной организации пространства и построению учебного процесса. Представленные подходы ориентированы на педагогов начальных классов и специалистов инклюзивного образования, стремящихся повысить эффективность обучения и создать комфортную и безопасную образовательную среду для всех детей.

Сенсорный менеджмент — это система целенаправленного управления внешними раздражителями и организации пространства, которая позволяет минимизировать стрессовые факторы и создать оптимальные условия для обучения. Для детей с ООП (РАС, СДВГ, нарушения зрения, слуха или задержка психического развития) эффективная адаптация среды строится на четырёх ключевых столпах: визуальная поддержка, аудиальный контроль, пространственное зонирование и проприоцептивная разгрузка. Реализация обозначенных принципов сенсорного менеджмента в условиях урока предполагает последовательную и системную работу с различными компонентами сенсорной среды класса.

Прежде всего особое значение имеет управление визуальной средой. Визуальный шум является одной из наиболее частых причин утомляемости и снижения концентрации у детей с особыми образовательными потребностями. Избыточное количество ярких плакатов, открытых полок, декоративных элементов и мерцающее освещение создают чрезмерную нагрузку на нервную систему ребёнка. В связи с этим рекомендуется минимизировать количество визуальных стимулов: использовать спокойные, нейтральные оттенки в оформлении класса, размещать на стенах только актуальные учебные материалы, а неиспользуемые пособия хранить в закрытых шкафах. Важным элементом является создание индивидуального рабочего пространства — применение

настольных ширм или перегородок помогает ограничить периферическое зрение и способствует концентрации внимания. Дополнительно эффективным инструментом выступает обозначение зон с помощью визуальных маркеров (цветные линии на полу, символы, пиктограммы), что облегчает ориентацию ребёнка в пространстве и снижает необходимость постоянных вербальных инструкций.

Не менее значимым компонентом является аудиальный менеджмент, направленный на формирование акустически комфортной среды. Для многих детей с ООП резкие или постоянные фоновые звуки (скрип мебели, шум вентиляции, разговоры в коридоре) могут вызывать выраженный дискомфорт. Снижение уровня фонового шума достигается посредством использования фетровых накладок или теннисных мячей на ножках мебели, что существенно уменьшает резкие звуки при её передвижении. В классе целесообразно предусмотреть возможность использования шумоподавляющих наушников или берушей во время самостоятельной работы. Дополнительным инструментом регуляции может служить визуализация уровня шума — применение «светофора тишины» или электронных шумомеров помогает детям осознанно контролировать громкость собственной речи.

Организация пространства и зонирование класса также являются ключевыми элементами сенсорного менеджмента. Учебное помещение должно быть структурировано и функционально разделено на зоны: рабочую, игровую, зону отдыха и сенсорной разгрузки. Наличие небольшого «безопасного уголка» с мягкими элементами (пуф, утяжелённый плед, палатка-домик) позволяет ребёнку временно изолироваться при первых признаках сенсорной перегрузки. Для детей с повышенной потребностью в движении рекомендуется использовать элементы динамической посадки — балансировочные подушки или эластичные ленты-эспандеры, закреплённые под партой, что помогает удовлетворить двигательную потребность без нарушения учебного процесса.

Особую роль играет чёткая временная структура урока. Предсказуемость и последовательность деятельности снижают тревожность и способствуют формированию чувства безопасности. Визуальное расписание с использованием пиктограмм или карточек, отражающих этапы занятия, позволяет ребёнку понимать логику урока и ожидать смены активности. Применение визуальных таймеров или песочных часов помогает учащимся осознать течение времени и подготовиться к завершению одного задания и переходу к следующему.

Наконец, важным инструментом саморегуляции выступают сенсорные паузы. В отличие от традиционных физкультминуток, они могут носить индивидуальный или малогрупповой характер и быть направлены на восстановление эмоционального равновесия. Проприоцептивные упражнения («тяжёлая работа»: перенос предметов, отжимания от стены, интенсивные хлопки) способствуют стабилизации нервной системы и повышению концентрации внимания. Тактильные стимулы, такие как сенсорные коробки с антистресс-материалами, позволяют ребёнку снизить внутреннее напряжение, оставаясь включённым в учебный процесс.

Таким образом, поэтапная реализация указанных направлений формирует структурированную, предсказуемую и психологически безопасную образовательную среду, способствующую успешной адаптации и обучению детей с особыми образовательными потребностями.

**Обсуждение.** Ключевым фактором успешной инклюзии является переход учителя от роли «транслятора знаний» к роли «менеджера образовательной среды». Это предполагает постоянное наблюдение за реакциями детей и выявление триггеров дезадаптивного поведения. Например, если ребёнок кричит в конце урока, это может быть связано не с усталостью, а с низкочастотным шумом проектора или ярким солнечным светом. Для минимизации таких факторов рекомендуется рационально организовывать пространство, выделяя рабочие зоны, сенсорные уголки и места для отдыха, использовать гибкие схемы раскладки, а также планировать временную структуру урока и визуализировать её для учащихся, что снижает тревожность и повышает предсказуемость деятельности.

Сенсорный менеджмент на уроке представляет собой философию инклюзивного образования, признающую индивидуальные потребности каждого ребёнка. Внедрение визуальных, аудиальных и тактильных адаптаций, сенсорных пауз, индивидуальных средств саморегуляции и корректировка условий обучения позволяет снизить сенсорную перегрузку, улучшить концентрацию, стабилизировать эмоциональное состояние и

повысить мотивацию к обучению. Создание такой среды делает образовательный процесс доступным и эффективным для всех детей, формируя прочные основы их успешной интеграции в общество.

Полученные результаты подтверждают эффективность сенсорного менеджмента как инструмента адаптации образовательной среды в условиях инклюзивного обучения. Практика показала, что даже незначительные изменения в организации пространства и управлении сенсорными раздражителями способны существенно повлиять на поведение и академическую вовлечённость учащихся.

Важно подчеркнуть, что сенсорный менеджмент не требует кардинальной перестройки образовательного процесса или значительных финансовых затрат. Большинство предложенных приёмов носят организационный характер и могут быть внедрены педагогом самостоятельно.

Вместе с тем эффективность сенсорных стратегий напрямую зависит от системности их применения и индивидуального подхода к каждому ребёнку. Универсальных решений не существует: одни дети нуждаются в снижении стимуляции, другие — напротив, в дополнительной сенсорной активации.

Сенсорный менеджмент следует рассматривать не как разовую методику, а как философию педагогической деятельности, ориентированную на гибкость, наблюдательность и уважение к индивидуальным особенностям ребёнка. Перспективы дальнейших исследований связаны с разработкой диагностических инструментов оценки сенсорной среды класса и количественным

#### Список использованной литературы:

1. Худаярова, Д. М. (2024). “Использование технологии сенсорной интеграции при формировании коммуникативных навыков у дошкольников с РАС: опыт зарубежья и Узбекиста”. *Бюллетень педагогов нового Узбекистана*, 2(9), 25–30 — практический региональный материал с цитированием литературы по теме.
2. Angulo De la Fuente, V., Urbina, C., López, V., Montero, I., & Escobar-Astudillo, F. (2025). Physical and Sensory Classroom Environment and Associations with Inclusive Education of Autistic Students in Chile: Construction, Validation and Results of a Teacher-Reported Scale. *Education Sciences*, 15(12), 1635. Исследование роли физической и сенсорной среды класса в инклюзии учащихся с аутизмом. <https://doi.org/10.3390/educsci15121635>
3. Ayres, A. J. (2005). *Sensory integration and the child: 25th anniversary edition*. Los Angeles, CA: Western Psychological Services. (Перевод: Эйрес, Дж. (2017). *Сенсорная интеграция и ребёнок*. М.: Теревинф).

анализом влияния сенсорных адаптаций на академические результаты обучающихся с ООП.

**Заключение.** Сенсорный менеджмент на уроке представляет собой эффективный и научно обоснованный инструмент адаптации образовательной среды для детей с особыми образовательными потребностями. Организация визуально структурированного, акустически комфортного и функционально зонированного пространства способствует снижению сенсорной перегрузки, стабилизации эмоционального состояния и повышению уровня учебной вовлечённости учащихся.

Проведённый анализ и практическая апробация показали, что системное применение сенсорных стратегий — визуальной поддержки, аудиального контроля, сенсорных пауз, проприоцептивных упражнений и инструментов временной регуляции — положительно влияет на концентрацию внимания, саморегуляцию и учебную мотивацию детей с ООП. При этом данные приёмы оказываются полезными не только для обучающихся с особыми потребностями, но и для всего класса, формируя более благоприятную и предсказуемую образовательную среду.

Таким образом, сенсорный менеджмент следует рассматривать как важную составляющую современной инклюзивной педагогики. Переход учителя к роли организатора и «менеджера» образовательной среды позволяет обеспечить равные условия обучения, раскрыть потенциал каждого ребёнка и создать основу для его успешной социализации и дальнейшего личностного развития.

4. Karagin, S. T., Sagadieva, T. K., & Bobrova, V. V. (2022). Использование приемов сенсорной интеграции в коррекционной работе с детьми с ООП. *Pedagogy-Vestnik Buketov University*, 2022(1), 130–139. Статья о применении методов сенсорной интеграции в коррекционной педагогике. DOI:10.31489/2022Ped1/130-139.
5. Masri, M. A. B., & Zulkupli, H. B. (2025). Systematic Literature Review: Sensory Teaching to Students with Special Needs. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 14(2), 1853–1865. Обзор современного сенсорного обучения для детей с особыми потребностями. <https://ijarped.com/index.php/journal/article/view/3623>
6. Use of sensory adaptive environments with autistic children: A scoping review. (2024). *Research in Autism Spectrum Disorders*, 114, 102362. Обзор исследований сенсорных адаптивных сред для детей с аутизмом (образовательные контексты).