

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет природничий
Кафедра біології та екології

**Формування пізнавальної мотивації учнів засобом використання
мультимедійних технологій під час вивчення курсу «Здоров'я, безпека,
добробут» (автори: Воронцова Т.В., Пономаренко В.С., Андрук Н.В.,
Лаврентьєв І.В., Хомич О.Л.)**

Кваліфікаційна робота студентки
групи Бм–24
спеціальності 014.05 Середня освіта
(Біологія та здоров'я людини)
Ступінь вищої освіти – магістр
Глінки Орини Сергіївни
Керівник: д.п.н., професор
Чувасова Наталія Олександрівна

ЗАПЕВНЕННЯ

Я, **Глінка Орина Сергіївна**, розумію і підтримую політику Криворізького державного педагогічного університету з академічної доброчесності. Запевняю, що ця кваліфікаційна робота виконана самостійно, не містить академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації. Я не надавала і не одержувала недозволену допомогу під час підготовки цієї роботи. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають покликання на відповідне джерело.

Із чинним Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату в роботах здобувачів вищої освіти Криворізького державного педагогічного університету ознайомена. Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно.



ЗМІСТ

РОЗДІЛ 1. Теоретичні засади формування пізнавальної мотивації учнів засобом використання мультимедійних технологій	7
1.1. Дослідження та поняття «пізнавальна мотивація» у науковій літературі.....	7
1.2. Мультимедійні технології як засіб формування пізнавальної мотивації.....	15
1.3. Педагогічні умови формування пізнавальної мотивації засобом використання мультимедійних технологій	20
Висновки до розділу 1	25
РОЗДІЛ 2. Методичні підходи до використання мультимедійних технологій у процесі формування пізнавальної мотивації учнів 5–6 класів.....	28
2.1. Методика формування пізнавальної мотивації учнів 5-6 класів....	28
2.2. Методика використання мультимедійних технологій як засобу формування пізнавальної мотивації учнів 5-6 клас	34
Висновки до розділу 2	42
ВИСНОВКИ	44
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	46
ДОДАТКИ	50
ДОДАТОК А	50
ДОДАТОК Б.....	55
ДОДАТОК В.....	59
ДОДАТОК Г	64
ДОДАТОК Д.....	66

ВСТУП

Актуальність теми. Формування пізнавальної мотивації школярів є одним із провідних завдань сучасної освіти, адже саме вона забезпечує активне засвоєння знань, розвиток інтересу до навчання, самостійність і прагнення до пізнання нового. В умовах реформування освітньої системи та впровадження концепції Нової української школи, особлива увага приділяється створенню мотивувального середовища, яке сприяє формуванню компетентностей, необхідних для життя в інформаційному суспільстві.

Це допомагає розвивати ключові компетенції, необхідні для життя в інформаційному суспільстві. Однак існує серйозна невідповідність між традиційними методами навчання та принципами, орієнтованими на дитину, та вимогами НУШ до навчання критичному мисленню, що призводить до зниження пізнавального інтересу серед дітей шкільного віку. На тлі сильного суспільного попиту на цифрову трансформацію в освіті сучасні діти живуть у світі цифрових технологій, де основним джерелом інформації є мультимедійний контент. Тому використання мультимедійних технологій у навчальному процесі стає не лише засобом урізноманітнення уроків, а й потужним інструментом впливу на мотиваційну сферу учнів.

Мультимедіа поєднують візуальні, аудіо- та інтерактивні елементи, що підвищують емоційне залучення учнів, сприяють кращому розумінню навчального матеріалу, розвитку критичного мислення та інтересу до предмета.

Особливої уваги заслуговує курс «Здоров'я, безпека, добробут», який формує у здобувачів освіти знання, цінності та поведінкові моделі, спрямовані на збереження фізичного, психічного і соціального добробуту. Для учнів 5–6 класів цей курс має велике значення, оскільки саме в цей період формується усвідомлене ставлення до власного здоров'я, безпеки та відповідальності за власні вчинки. Традиційні підходи до навчання не завжди здатні забезпечити достатній рівень зацікавленості учнів, унаслідок чого знижується якість опрацювання матеріалу та ускладнюється перехід від теоретичних знань до їх

практичного застосування в реальних ситуаціях. Особливо важливо для розвитку життєвих навичок. Це потребує пошуку нових ефективних мультимедійних технологій — відео, інтерактивних презентацій, віртуальних симуляцій, онлайн-платформ, навчальних ігор — створює сприятливі умови для активізації пізнавальної діяльності учнів, формування позитивної мотивації до навчання та підвищення рівня засвоєння матеріалу. Це відповідає сучасним вимогам до якості освіти, принципам компетентнісного навчання та тенденціям цифрової трансформації освітнього простору.

Таким чином, дослідження можливостей і ефективності використання мультимедійних технологій у формуванні пізнавальної мотивації учнів під час вивчення курсу «Здоров'я, безпека, добробут» і має практичне значення для вдосконалення навчально-виховного процесу в закладах загальної середньої освіти.

Метою даного дослідження є визначення і наукове обґрунтування умов ефективного використання мультимедійних технологій у формуванні пізнавальної мотивації учнів під час вивчення курсу «Здоров'я, безпека, добробут» у 5-6 класах.

Для досягнення поставленої мети визначені такі завдання дослідження:

- 1) вивчити стан проблеми формування пізнавальної мотивації учнів у педагогічній теорії та практиці;
- 2) обґрунтувати і розкрити можливості використання мультимедійних технологій під час вивчення курсу «Здоров'я, безпека, добробут» у 5-6 класах.
- 3) виявити та обґрунтувати сукупність умов, що забезпечують результативність формування пізнавальної мотивації учнів засобом використання мультимедійних технологій під час вивчення курсу «Здоров'я, безпека, добробут» у 5-6 класах.

Об'єкт дослідження: процес формування пізнавальної мотивації учнів.

Предмет дослідження: педагогічні умови формування пізнавальної мотивації учнів засобом використання мультимедійних технологій під час вивчення курсу «Здоров'я, безпека, добробут» у 5-6 класах.

Для досягнення мети та розв'язання поставлених завдань використано комплекс методів дослідження: теоретичний аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, систематизація, використовувались для вивчення наукової методичної літератури з теми дослідження, педагогічного досвіду і педагогічної практики вчителів, проведення педагогічного експерименту, визначення необхідних умов для успішного формування пізнавальної мотивації учнів засобом використання мультимедійних технологій під час вивчення курсу «Здоров'я, безпека, добробут» у 5-6 класах.

Практичне значення проведеного дослідження полягає у розробці методичного комплекту, який включає п'ять планів-конспектів уроків. Розроблений методичний комплект може бути застосований педагогами під час проведення уроків та позакласних заходів з формування пізнавальної мотивації учнів засобом використання мультимедійних технологій під час вивчення курсу «Здоров'я, безпека, добробут» у 5-6 класах.

Результати кваліфікаційної роботи були апробовані під час педагогічної практики на базі Криворізького ліцею №49 Криворізької міської ради.

Структура роботи складається зі вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу, загального висновку, списку використаної літератури (джерел), 6 додатків.

РОЗДІЛ 1. Теоретичні засади формування пізнавальної мотивації учнів засобом використання мультимедійних технологій

1.1. Дослідження та поняття «пізнавальна мотивація» у науковій літературі

Мотивація в навчальній діяльності є ключовим питанням у сучасній педагогіці, оскільки вона визначає не лише рівень засвоєння знань, але й ставлення учнів до навчання, саморозвиток та готовність до самостійного навчання. Пізнавальна мотивація є одним з ключових видів навчальної мотивації, що визначає інтерес, ентузіазм, допитливість та бажання учнів самостійно досліджувати нове в пізнавальному процесі. В теорії освіти «пізнавальна мотивація» визначається як внутрішня мотивація особистості до розуміння навколишнього світу, дослідження, дослідження та здобуття нових знань [18]

Це складний психологічний стан, що поєднує прагнення до знань, інтерес до нового, задоволення від навчальної діяльності та усвідомлення власної цінності. Когнітивна мотивація — це не просто бажання здобувати знання, а й внутрішня потреба розуміти суть явищ, закони, що керують навколишнім світом, та знаходити відповіді на запитання під час процесу навчання.

Проблема пізнавальної мотивації у сучасній педагогічній науці розглядається як одна з основних умов ефективності навчальної діяльності. Українські дослідники підкреслюють, що саме мотиви пізнання визначають активність, інтерес і готовність учня до самостійної роботи, що є особливо важливим у період адаптації до навчання в середній школі. У працях О. Савченко пізнавальна мотивація тлумачиться як внутрішнє прагнення учня до засвоєння нового досвіду, потреба у розумінні явищ і закономірностей, що становлять зміст навчального процесу [32] .

У структурі пізнавальної мотивації українські психологи В. Фурман виділяють емоційний, змістовий і діяльнісний компоненти [18].

Емоційний компонент проявляється через інтерес, допитливість і позитивні переживання, які супроводжують навчальну діяльність. Змістовий компонент пов'язаний із розумінням значущості отриманих знань, їх відповідності актуальним потребам учня. Діяльнісний компонент відображає готовність учня долати труднощі, самостійно шукати інформацію та застосовувати її на практиці [12].

На думку І. Бека, мотивація набуває особистісного змісту тоді, коли навчальна діяльність пов'язана з внутрішніми цінностями та смислами учня. Саме тому пізнавальні мотиви не можуть бути сформовані лише зовнішнім стимулюванням — важливим є створення умов, за яких учень відчуває власну компетентність і бачить практичну значущість знань [2].

Українські педагоги С. Бондар, Л. Вашуленко, О. Пошетун наголошують, що пізнавальна мотивація формується через включення школярів у діяльність, яка має елемент пошуку, проблемності та відкритості. Підлітки 10–12 років є особливо чутливими до новизни, тому вчитель має пропонувати завдання, що містять інтелектуальний виклик, дозволяють працювати з різними джерелами інформації та сприяють самостійному здобуттю знань [6].

Важливий внесок у вивчення мотиваційної сфери зробили дослідження, яке розглядає пізнавальну мотивацію як багаторівневу систему, що охоплює інтерес, прагнення до інтелектуального розвитку, потребу в самопізнанні та здатність до саморегуляції. Авторка підкреслює, що серед учнів середньої ланки пізнавальні мотиви формуються найбільш активно тоді, коли навчання пов'язане з їхнім досвідом, особистісними потребами та емоційною залученістю [35].

Отже, у сучасній українській науковій літературі пізнавальна мотивація постає як складний внутрішній механізм, що забезпечує активне, усвідомлене й емоційно забарвлене ставлення до навчання. Вона виконує роль «внутрішнього двигуна» пізнавальної діяльності, об'єднуючи інтерес, ціннісне ставлення до знань та готовність учня брати участь у навчальному процесі на власній ініціативі. Для учнів 5–6 класів, які перебувають на етапі

переходу до більш самостійних форм навчання, розвиток пізнавальної мотивації є критично важливим і визначає подальші результати та ставлення до освіти загалом [15].

Внутрішня мотивація: ця мотивація впливає із задоволення, інтересу, допитливості та радості навчання, властивих самому процесу. Пізнавальна мотивація є яскравим прикладом. Вона є повністю автономною та призводить до навчання найвищої якості, здатності долати труднощі та глибокого засвоєння знань. Зовнішня мотивація: Ці моделі поведінки спрямовані на досягнення конкретних цілей або уникнення негативних наслідків (таких як оцінки, похвала, винагороди, батьківський тиск). Хоча такі моделі поведінки можуть бути ефективними на початкових етапах, як зазначає. О. Савченко, надмірна залежність від зовнішніх стимулів може зменшити внутрішній інтерес учнів до предмета [29].

Українські науковці наголошують, що формування пізнавальної мотивації нерозривно пов'язане зі створенням ситуацій успіху, які забезпечують переживання компетентності та впевненості в здатності досягати результату. Як зазначає О.Савченко, відчуття навчальних досягнень активізує внутрішні мотиви, формує позитивне ставлення до навчання та сприяє переходу від зовнішніх стимулів до внутрішньої мотивації [32].

У педагогічній спадщині В. Сухомлинського підкреслюється, що ефективне навчання можливе лише за умови позитивного емоційного ставлення учня до пізнавального процесу. Він вважав, що інтерес, задоволення та внутрішня радість від навчання є тими чинниками, які перетворюють засвоєння знань на особистісну потребу, а не на зовнішній обов'язок. Такий підхід повністю узгоджується з сучасними уявленнями про пізнавальну мотивацію та її емоційно-потребовий компонент. Сучасні освітні реформи, зокрема Концепція «Нова українська школа», орієнтують педагогів на формування в учнів здатності до самостійного навчання, ініціативності та відповідального ставлення до пізнавальної діяльності. У цьому контексті пізнавальна мотивація розглядається як ключовий чинник успішного

опанування навчального матеріалу, адже саме внутрішній інтерес забезпечує стійкість навчальної активності та сприяє розвитку ключових компетентностей. Мотивація до навчання є ключовим фактором, що визначає ефективність освітньої діяльності, оскільки навіть за допомогою найкращих методів навчання бажаних результатів неможливо досягти без внутрішнього ентузіазму учнів до навчання. Серед різних мотивацій до навчання пізнавальна мотивація займає особливе місце; вона може стимулювати стійкий інтерес учнів до знань, їхнє бажання досліджувати нові знання та задоволення, яке вони отримують від процесу навчання[43].

Пізнавальна мотивація – це не просто бажання здобувати знання, а внутрішня потреба розуміти природу явищ, закони, що керують навколишнім світом, та знаходити відповіді на запитання під час процесу навчання.

На основі українських психолого-педагогічних досліджень пізнавальна мотивація розглядається як багатовимірне явище, що включає інтелектуальний, емоційний, смислотворчий та вольовий компоненти. Інтелектуальний складник відображає прагнення учня до аналізу й дослідження, емоційний — позитивні переживання, пов'язані з процесом навчання, смисловий — усвідомлення значущості отриманих знань для власного розвитку, а вольовий — здатність долати труднощі та зберігати навчальну активність. Українські та американські вчені обговорюють питання когнітивного розвитку учнів у своїх книгах. Наприклад, Навчання має приносити радість відкриттів, а інтерес до знань є першочерговою умовою розвитку самостійного мислення. Він вважає, що справжнє навчання відбувається, коли учні бачать сенс життя через знання та відчують задоволення від пізнавального процесу [41].

О. Савченко зазначає, що пізнавальна мотивація формується через діяльність, яка поєднує емоційність, новизну, самостійність та відчуття досягнення. Вчителі повинні створювати ситуації, що стимулюють мислення, сприяють пошуку рішень та підтримують інтерес учнів до предмета [32].

Пізнавальна мотивація є рушійною силою навчання, оскільки вона заохочує учнів мислити проактивно та самостійно, а також шукати нові шляхи розв'язання проблем. Без внутрішньої мотивації навчання перетворюється на формалізований процес виконання завдань, а не на глибоке розуміння змісту навчання. У філософії нової української шкільної освіти, що базується на компетентностях, пізнавальна мотивація є основою для розвитку ключових компетенцій, зокрема здатності до навчання, критичного мислення, креативності, ініціативності, комунікативних навичок та почуття відповідальності. Учні з високою когнітивною мотивацією не лише здатні здобувати знання, а й застосовувати ці знання в нових ситуаціях, робити висновки та формувати власну думку [42].

У філософії Нової української школи (НУШ), яка базується на компетентності, пізнавальна мотивація вже не є просто психічним станом, а набула статусу метакомпетентності — міжгалузевої компетенції, яка визначає успішне формування всіх інших ключових компетенцій [19]. Попри поширеність традиційних методів навчання, вони нерідко виявляються недостатньо ефективними для стимулювання пізнавальної активності учнів. Як наслідок, матеріал засвоюється поверхово, а отримані знання не трансформуються у реальну поведінкову практику. Якщо навчальна мотивація походить із самого когнітивного процесу, то після закінчення навчання він автономно шукатиме знання. Це перетворює його з об'єкта навчання на суб'єкта самоосвіти, дозволяючи йому адаптуватися до світу, що постійно змінюється [25].

Пізнавальна мотивація стимулює школярів не покладатися виключно на пояснення педагога, а самостійно ініціювати пошук даних, критично їх опрацьовувати та робити власні висновки. Це допомагає розвивати в учнів почуття відповідальності та силу волі, тим самим дозволяючи їм досягати своїх цілей.

Внутрішня зацікавленість у розумінні причинно-наслідкових зв'язків стимулює не просто сприймати інформацію, а активно переосмислювати її,

ставити запитання, генерувати нові ідеї та шукати нестандартні шляхи розв'язання навчальних завдань та бажання «дослідити суть речей» формують основу критичного аналізу. Активні учні не лише засвоюють інформацію, але й ставлять під сумнів її джерела, шукають альтернативні пояснення та генерують власні ідеї (креативність) [45].

У навчальних курсах прикладного спрямування, зокрема в курсі «Здоров'я, безпека та добробут», пізнавальний інтерес учнів трансформується у внутрішню практичну мотивацію. Це пов'язано з тим, що зміст таких тем має безпосередній життєвий сенс для підлітків, вони усвідомлюють значущість уміння діяти в потенційно небезпечних ситуаціях, підтримувати власне здоров'я та приймати відповідальні рішення. Відтак навчання набуває особистісного змісту, що суттєво посилює внутрішню пізнавальну мотивацію[25].

Учні не лише вчать діяти в надзвичайних ситуаціях або харчуватися здорово, але й, що ще важливіше, усвідомлюють цінність власного життя та здоров'я (внутрішній мотиваційний компонент). Це гарантує, що знання та навички можна перетворити на сталий спосіб життя та відповідальну поведінку[42].

Курс «Здоров'я, безпека та добробут» – це прикладний курс, розроблений для розвитку у учнів ціннісного ставлення до життя та усвідомлення важливості здорової та безпечної поведінки й обов'язків. Однак цей курс є ефективним лише тоді, коли учні не лише запам'ятовують знання, а й по-справжньому розуміють їхнє практичне значення.

Формування пізнавальної мотивації в цьому курсі забезпечується через:

- аналіз реальних життєвих ситуацій і розв'язання кейсів, що вимагають міркування і прийняття рішень;
- застосування інтерактивних методів (дискусії, рольові моделювання, мініпроекти);
- створення доброзичливої та підтримувальної атмосфери, що сприяє відчуттю успіху;

- використання мультимедійних ресурсів, які поєднують змістовну інформацію з емоційно насиченими візуальними і звуковими матеріалами та тим самим підсилюють зацікавлення учнів.

Мультимедійні технології відіграють значну роль у навчальній мотивації сучасних дітей, особливо тих, хто зростає в цифрову епоху. Як зазначає Р. Шиян, мультимедійне навчання інтегрує інформативний, емоційний та емпіричний вплив, тим самим підвищуючи залученість до навчального процесу. Такі формати, як відео, анімація, інтерактивні вікторини та віртуальні симуляції, можуть стимулювати інтерес до навчання, допомагати учням краще розуміти складні явища та сприяти розвитку критичного мислення [42].

Використання різних медіа також створює умови для диференційованого навчання: кожен учень може навчатися у власному темпі та обирати зручний для нього спосіб подання навчальних матеріалів [43]. Мультимедійні технології впливають на пізнавальну мотивацію учнів 5-6 класів, апелюючи одночасно до їхніх інтелектуальних, емоційних та вольових компонентів. Цей вплив реалізується через низку специфічних функцій: візуалізація та конкретизація [42].

Перетворює складні, абстрактні поняття (такі як процедури першої допомоги чи процеси травлення) на інтуїтивно зрозумілі, легкі для розуміння візуальні форми. Формування пізнавальної мотивації у межах курсу досягається завдяки створенню навчального середовища, яке поєднує життєвий досвід учнів із навчальними завданнями. Для цього використовують аналіз реальних ситуацій, що спонукає школярів робити власні висновки й бачити практичну цінність знань. Важливу роль відіграють інтерактивні формати роботи — обговорення, рольові моделювання, міні-проекти, які забезпечують активну позицію учнів і сприяють їхній особистій залученості [28].

Підтримання доброзичливої атмосфери на уроці допомагає зменшити відчуття складності та формує відчуття психологічного комфорту, що є необхідним для розвитку внутрішнього інтересу. Використання

мультимедійних засобів — відеофрагментів, анімацій, інтерактивних моделей — дозволяє поєднати інформаційний матеріал з емоційними та візуальними образами. Це робить процес навчання більш динамічним, зрозумілим і привабливим для учнів середнього шкільного віку. У працях Т. Воронцової наголошується, що підлітковий вік характеризується високою чутливістю до нових форматів подання навчального матеріалу. Саме тому діагностика мотивації має враховувати рівень залучення учнів до діяльності, побудованої на мультимедійних технологіях, інтерактивних моделях і візуальних елементах. Воронцова підкреслює, що інтерес підлітків тісно пов'язаний із можливістю самостійного дослідження та отримання емоційно забарвленого досвіду [10].

Учні можуть обирати власний темп та методи навчання (наприклад, перегляд відеоуроків, читання інтерактивних конспектів та виконання практичних завдань). Це допомагає розвивати здібності учнів до самостійного навчання, допомагає їм успішно долати труднощі в навчанні та таким чином зміцнює їхню силу волі.

Хоча мультимедіа є потужним інструментом, його ефективність у розвитку когнітивної мотивації залежить від методів впровадження. Технології не слід розглядати як «розважальний» інструмент, а радше як засіб активації когнітивної діяльності.

Ефективність використання мультимедіа може бути гарантована лише за умови виконання наступних умов: має спрямовувати учнів не на пасивне прослуховування матеріалу, а на виконання інтелектуально насичених дій — аналіз, обговорення, моделювання навчальних ситуацій, пошук рішень. Лише за умови особистої участі школярів цифрові засоби стають стимулом до зростання їхньої пізнавальної мотивації та розвитку самостійності. Важливою є також позиція В. Пономаренка, який розглядає пізнавальну мотивацію через поєднання когнітивних, емоційних та поведінкових проявів. Науковець відзначає, що анкета як метод збору інформації дозволяє сформулювати цілісне уявлення про внутрішню готовність учнів до навчання, їхню здатність долати

труднощі, бажання працювати з мультимедіа та ставлення до різних типів завдань. Саме тому опитування у даному дослідженні спрямоване на виявлення рівня прийняття учнями цифрових засобів навчання [11].

Навчальні матеріали повинні бути максимально релевантними до реальних життєвих ситуацій, що є критично важливим для прикладних курсів, таких як «Здоров'я, безпека та добробут». Наприклад, використання віртуальних симуляторів для імітації знань з надання першої допомоги може зробити знання більш практичними та підвищити цінність і значення мотивації навчання.

Водночас необхідно враховувати ризики цифрового навчання. Надмірне візуальне насичення або надмірне використання гейміфікації можуть призвести до того, що учні зосереджуватимуться лише на поверхні матеріалу, нехтуючи основним змістом. Крім того, неконтрольована інтерактивність також може відволікати учнів, послаблювати їхню мотивацію від основних навчальних цілей [37].

Мультимедійні інструменти можуть допомогти зробити навчання більш практичним. Наприклад, інтерактивні відео або цифрові симулятори безпеки життєдіяльності дозволяють учням практикувати поведінкові алгоритми у віртуальному середовищі, тим самим стимулюючи їхню емоційну залученість та розвиваючи їхній тривалий інтерес до предмета [17].

1.2. Мультимедійні технології як засіб формування пізнавальної мотивації

У сучасному освітньому просторі мультимедійні технології розглядаються як один із провідних інструментів формування пізнавальної мотивації в учнів середньої ланки. Перехід учнів 5–6 класів до нової стадії навчальної діяльності супроводжується суттєвими психологічними та соціальними змінами, що актуалізує потребу в оновленні змісту та форм навчання. Відповідно до концепції Нової української школи, вчитель має

забезпечити таке освітнє середовище, у якому пізнання стає не зовнішнім обов'язком, а внутрішньою потребою дитини[11, 19].

Учні віком 10–12 років перебувають у чутливому віковому періоді, коли формуються нові механізми самосвідомості та зростає прагнення до самостійності. У цей час діти починають переосмислювати власну роль у навчальному процесі, намагаючись не лише запам'ятовувати інформацію, а й осмислювати її, співвідносити з особистим досвідом та використовувати для пояснення явищ навколишнього світу. Проте саме у цей період, що підтверджують дослідження О. Савченко, часто спостерігається зниження загальної навчальної мотивації. Це пов'язано зі зміною умов навчання, підвищенням вимог та зменшенням емоційної підтримки, характерної для початкової школи [42,35].

Мультимедійні технології — інтерактивні презентації, відеоматеріали, цифрові симуляції, інтерактивні карти, навчальні онлайн-платформи — здатні пом'якшити цей мотиваційний спад, оскільки поєднують інформаційний, емоційний та діяльнісний компоненти пізнавального процесу. За визначенням М. Жалдака, мультимедіа є спеціальними інформаційними засобами, що дозволяють комбінувати текстові, графічні, аудіо- та відеофрагменти з інтерактивними елементами. Саме така комбінованість активізує різні канали сприймання інформації, сприяє кращому запам'ятовуванню та підтримує увагу учнів, що є основою пізнавальної мотивації [7]. Суттєвий вклад у методологію вивчення мотиваційної сфери робить і Н. Андрук, яка акцентує увагу на тому, що зростання ролі інтерактивних технологій змінює структуру пізнавальних інтересів підлітків. На думку дослідниці, використання відеофрагментів, візуальних моделей, онлайн-платформ і симуляцій сприяє тому, що мотивація учнів набуває яскраво вираженого емоційно-пізнавального характеру. Це обґрунтовує необхідність включення до анкети тверджень, що відображають ставлення школярів до мультимедійних засобів [1].

З погляду педагогічної психології, мультимедійні засоби позитивно впливають на емоційну сферу та сприяють створенню навчальних ситуацій, які викликають інтерес та почуття новизни. На думку І. Беха, емоційний компонент є важливою умовою формування внутрішньої мотивації, оскільки саме позитивні переживання забезпечують бажання учня взаємодіяти з навчальним матеріалом. Використання відеофрагментів, анімацій, моделювання природних явищ чи соціальних ситуацій створює ефект занурення, який підсилює інтерес та формує готовність до активних дій [4].

Не менш значущим є діяльнісний аспект взаємодії з мультимедійними технологіями. О. Пометун та Л. Пироженко підкреслюють, що інтерактивна діяльність — співпраця, групова робота, взаємонавчання — є одним із найбільш результативних підходів до формування пізнавальної мотивації. Мультимедіа забезпечують інструменти для такої взаємодії: онлайн-дошки, інтерактивні вправи, платформи для створення спільних проєктів, віртуальні лабораторії. Учні не лише сприймають інформацію, а й активно застосовують її у взаємодії з однолітками, що сприяє розвитку компетентності, автономії та соціальної залученості — ключових мотиваційних чинників за теорією самодетермінації [28].

На думку Н. Побірченко, саме у віці 10–12 років зростає потреба школярів у визнанні власної значущості та у можливості впливати на власний результат. Мультимедійні технології створюють умови для індивідуалізації темпу та змісту навчання, дозволяють учням обирати рівень складності завдань, формат їх виконання, стратегії опрацювання матеріалу. Такий підхід сприяє формуванню пізнавальної ініціативи та внутрішньої регуляції навчальної діяльності [22].

Сучасні дослідження українських педагогів Н. Морзе, О. Спірін, О. Пометун, Н. Дементієвська доводять, що мультимедійні технології є одним із найсильніших стимулів пізнавальної активності молодших підлітків. Це пояснюється тим, що мультимедійні засоби поєднують кілька каналів сприймання — зоровий, слуховий, емоційний та діяльнісний. Завдяки цьому

навчальний матеріал не просто подається, а переживається, що особливо важливо для дітей 10–12 років, які гостро реагують на динаміку, новизну та образність навчальної інформації [24, 36, 28,16].

Мультимедійні технології сприяють формуванню інтересу за принципом «когнітивного залучення»: учень не лише спостерігає, але й взаємодіє з матеріалом, виконує дії, перевіряє гіпотези, одразу бачить результат. Це відповідає діяльнісному підходу, розробленому О. Пометун та Л. Пироженко, які наголошують, що сучасний учень сприймає навчання як цінність лише тоді, коли він є активним учасником процесу, а не пасивним слухачем[28]. Позиція І. Лаврентьєва доповнює попередні погляди тим, що пізнавальна мотивація має розглядатися не тільки як наявність інтересу чи позитивного ставлення, а як «готовність учня вступати в активну пізнавальну діяльність». Така готовність проявляється у прагненні ставити запитання, аналізувати інформацію, самостійно виконувати пошукові завдання. Саме тому в анкеті використано декілька шкал, що дають змогу визначити рівень самооцінки активності та ініціативності [21].

О. Хомич звертає увагу на динамічний характер пізнавальної мотивації, підкреслюючи важливість її вимірювання до та після впровадження певних педагогічних технологій. Враховуючи це, у дослідженні передбачено можливість повторного застосування анкети, що дозволить зафіксувати зміни, які можуть бути пов'язані з використанням мультимедійних ресурсів [40].

З метою отримання достовірних даних у межах дослідження використано анкету, спеціально адаптовану під особливості навчання учнів 5–6 класів та зміст курсу «Здоров'я, безпека, добробут». Структура анкети включає кілька блоків: оцінка навчального інтересу, емоційного залучення, взаємодії з мультимедіа, самооцінки пізнавальної активності та готовності до навчання. Така форма дозволяє системно проаналізувати, які аспекти навчального процесу викликають у школярів найбільше зацікавлення, які мультимедійні інструменти підсилюють мотивацію, а також які труднощі чи бар'єри можуть виникати [21, 40].

Окремої уваги потребує вплив мультимедіа на емоційно-вольову сферу учнів. Яскраві візуальні образи, інтерактивні моделі, анімації, звукові ефекти, а також сюжетність навчальних відео створюють позитивний емоційний фон, що, за О. Савченко та С. Бондарем, є умовою збереження інтересу в середній школі. Учні з підвищеною емоційною чутливістю легше долають тривожність під час навчання, коли працюють із матеріалами, які викликають позитивні переживання та дозволяють виявити себе [7, 32].

Мультимедійні засоби виконують також функцію підсилення внутрішньої мотивації через створення ситуації успіху. Цифрові симуляції, міні-ігри, віртуальні моделі дозволяють учням виконувати складні завдання без страху помилитися. Помилка у цифровому середовищі не викликає сорому чи покарання — натомість стає стимулом для повторення дії та пошуку правильного рішення. Це важливо для дітей із нестабільною самооцінкою, оскільки знижує емоційні бар'єри.

Крім того, мультимедіа посилюють соціальну мотивацію молодших підлітків. Спільна робота з інтерактивними сервісами, командні ігри, створення групових презентацій чи спільних ментальних карт сприяють розвитку відчуття успіху в команді, взаємної підтримки та здорової конкуренції. Як зазначає І. Бех, саме переживання соціальної приналежності є ключовим для формування саморегуляції та позитивного ставлення до навчання[3].

Таким чином, мультимедійні технології не лише покращують якість подання матеріалу, а й створюють умови для гармонійного розвитку інтелектуальних, емоційних і соціальних аспектів пізнавальної мотивації. Їх використання у 5–6 класах відповідає віковим потребам учнів і дозволяє реалізувати компетентнісний підхід НУШ на практиці [42].

Застосування мультимедійних матеріалів у навчанні також дозволяє вчителю враховувати різні стилі сприйняття інформації. Деякі учні краще сприймають текстові схеми чи інфографіку, інші — аудіо- чи відеоматеріали, треті — віртуальні моделі чи інтерактивні симуляції. Така різноманітність не

лише забезпечує гнучкість навчального процесу, але й підтримує мотивацію за рахунок доступності та зрозумілості матеріалу [36].

У контексті курсу «Здоров'я, безпека та добробут» мультимедійні технології мають особливе значення, адже дозволяють моделювати життєві ситуації, аналізувати ризики, демонструвати правильні зразки поведінки та тренувати навички прийняття рішень. Використання відеосюжетів про безпечні практики, інтерактивних тренажерів, цифрових карт небезпечних ситуацій сприяє формуванню не лише знань, а й особистісних смислів, що є важливою мотиваційною умовою за О. Савченко [32].

1.3. Педагогічні умови формування пізнавальної мотивації засобом використання мультимедійних технологій

Формування пізнавальної мотивації учнів 5–6 класів за допомогою мультимедійних технологій є системним процесом, який передбачає створення спеціально організованого освітнього середовища. Це середовище має забезпечувати не лише подання навчальної інформації у доступній формі, а й активну взаємодію, емоційне залучення, можливість вибору та саморефлексію. [28, 32] У дослідженнях українських педагогів О. Пометун, Л. Пироженко, Н. Морзе, О. Савченко підкреслюється, що ефективне формування мотивації можливе лише тоді, коли навчальний процес побудований на діяльнісному, інтерактивному та особистісно орієнтованому підходах[24, 28, 32].

Однією з базових педагогічних умов є створення мультимедійного середовища, яке забезпечує інтерактивну взаємодію. О. Пометун і Л. Пироженко трактують інтерактивність як форму діяльності, за якої учні виступають рівноправними учасниками навчального процесу, взаємодіють між собою, впливають на перебіг заняття та отримують миттєвий зворотний зв'язок. У контексті мультимедійних технологій інтерактивна взаємодія реалізується через онлайн-дошки (Padlet, Miro), спільне редагування

документів, побудову ментальних карт, роботу з інтерактивними вправами, віртуальними симуляціями [28].

Такі інструменти не лише активізують пізнавальну діяльність, а й психологічно підсилюють мотивацію: учні відчувають контроль над власною роботою, можуть висловлювати думки, співпрацювати та впливати на результат групи. Це відповідає діяльнісному підходу, у межах якого учень навчається через дію, аналіз, експериментування та обговорення.

Наступною педагогічною умовою є використання мультимедіа для розвитку критичного мислення та медіаграмотності. В інформаційно-перенасиченому середовищі учні все частіше стикаються з необхідністю аналізувати та перевіряти дані. Пізнавальна мотивація у цьому контексті полягає не лише у прагненні знайти інформацію, а й у бажанні її перевірити, верифікувати, структурувати. Мультимедіа надають для цього широкі можливості: робота з інтерактивними мапами, аналіз відеофрагментів, виконання завдань із порівнянням різних інформаційних джерел, участь у вебквестах. Це сприяє розвитку змістовного компонента пізнавальної мотивації — інтересу до пошуку істини та встановлення причинно-наслідкових зв'язків [35].

Особливе значення має педагогічна умова забезпечення саморефлексії за допомогою мультимедійних інструментів. Сучасні цифрові засоби (платформи для електронних портфоліо, відеозаписи виступів, онлайн-щоденники, тести з детальними поясненнями помилок) допомагають учням оцінити власний прогрес. Це сприяє розвитку метакогнітивних умінь: учень вчиться бачити не тільки результат, а й процес, усвідомлювати, як він мислить, що потребує вдосконалення, та як саме можна покращити свої навички. Такий підхід підсилює внутрішню мотивацію, оскільки дає змогу побачити особистісний розвиток [34].

Важливою педагогічною умовою є використання мультимедійних технологій для індивідуалізації навчальних завдань. Поняття персоналізованих освітніх траєкторій, яке широко розкриває Н. Морзе,

передбачає врахування індивідуальних можливостей, темпу, стилю сприйняття інформації (візуали, аудіали, кінестетики). Мультимедіа дозволяють диференціювати завдання за рівнем складності, форматом подачі, інструкціями, додатковими матеріалами. Це створює ситуацію успіху: кожен учень отримує завдання, яке є для нього достатньо складним, щоб бути викликом, але не настільки важким, щоб викликати фрустрацію. Саме така ситуація є одним з головних чинників розвитку мотиву досягнення[24].

Ще однією суттєвою умовою є емоційна насиченість мультимедійних матеріалів, яка підсилює афективний компонент мотивації. Дослідження українських педагогів Савченко, Бондар, Морзе свідчать, що відео, анімація, музичні фрагменти, яскраві візуальні образи створюють позитивне емоційне поле, що сприяє запам'ятовуванню та глибшому осмисленню інформації. Психологічно це пояснюється тим, що мультимедіа активують одночасно візуальний і аудіальний канали сприйняття, що підсилює когнітивні процеси (ефект подвійного кодування) [7, 24, 32].

Окремо важливою умовою є використання гейміфікації, VR та AR-технологій, які не лише утримують увагу, а й якісно змінюють структуру мотивації. Умови гри стимулюють процесуальну мотивацію (за О. Савченко) — інтерес до самого процесу дії, а не лише до результату. Віртуальні тренажери, доповнена реальність, квести підсилюють відчуття занурення та створюють ефект присутності, через що учні активніше залучаються до навчальної діяльності. У курсі «Здоров'я, безпека та добробут» такі технології дозволяють моделювати ситуації безпеки, здорової поведінки, дорожнього руху чи соціальних взаємодій.

Важливим методичним орієнтиром у формуванні пізнавальної мотивації є ціннісно-смысловий підхід, обґрунтований І. Бехом. Учений наголошує, що справжня внутрішня мотивація виникає тоді, коли навчальна діяльність набуває для учня особистісного змісту, тобто коли навчальний матеріал пов'язується з життєво важливими цінностями, досвідом та майбутніми життєвими перспективами. У цьому контексті зміст курсу «Здоров'я, безпека

та добробут» має особливу перевагу, оскільки він безпосередньо стосується повсякденного життя підлітка: його фізичного та психічного благополуччя, взаємодії з однолітками, уміння ухвалювати відповідальні рішення та оцінювати ризики. Такий зміст не є абстрактним – він резонує з реальними потребами, переживаннями та життєвими ситуаціями учнів 5–6 класів, що робить його внутрішньо значущим і природно підсилює пізнавальну мотивацію [4].

Коли учень відчуває, що навчальний матеріал допомагає йому зрозуміти власні емоції, зберегти здоров'я, уникнути небезпек або підвищити комфорт у соціальному середовищі, він включається в пізнавальну діяльність набагато активніше. У Бехівському розумінні це і є момент, коли зовнішні мотиви (вимоги, оцінки, контроль учителя) поступаються внутрішнім — інтересу, прагненню самозахисту, бажанню самовдосконалення. Таким чином, мультимедійні засоби, які візуалізують життєві ситуації, моделюють ризики або пропонують рефлексивні практики (цифрові щоденники, відеозаписи, інтерактивні симуляції), стають потужним інструментом «особистісного занурення» учня у зміст предмета [4].

У межах педагогічних умов важливо також визначити структуру методики, що включає три етапи:

Діагностико-мотиваційний етап — виявлення інтересів, базових знань, рівня мотивації за допомогою мультимедійних опитувань (Kahoot!, Mentimeter); аналіз стартових компетентностей.

Формувально-діяльнісний етап — активне залучення учнів у пізнавальну діяльність через VR/AR-симуляції, рольові моделювання, мультимедійні проєкти, інтерактивні дослідження, групові цифрові продукти (комікси, ментальні карти, презентації).

Контрольно-рефлексивний етап — оцінювання прогресу через електронні портфоліо, взаємооцінювання, рефлексивні тести з поясненням помилок.

Анкета подана у Додатку Д, де наведено конкретні твердження та шкалу

оцінювання, що забезпечує можливість кількісного аналізу отриманих результатів. На основі відповідей учнів визначено три рівні пізнавальної мотивації — низький, середній та високий, що дозволяє провести подальше порівняння та дослідити ефективність використання мультимедійних технологій у формуванні мотиваційної сфери [4].

Таким чином, анкетування у даному дослідженні розглядається як дієвий інструмент визначення особливостей пізнавальної мотивації учнів та оцінювання впливу мультимедійних технологій на якість навчання. Гнучкість цього методу, можливість повторного застосування та комплексність дозволяють використовувати його як на констатувальному, так і на формувальному етапі експерименту [8].

Усі зазначені педагогічні умови створюють комплексне освітнє середовище, у якому мультимедіа виступають не засобом демонстрації інформації, а інструментом підтримки самостійності, критичного мислення, рефлексії, емоційного включення та особистісного розвитку. Саме така система сприяє стійкому формуванню пізнавальної мотивації учнів 5–6 класів [1].

Висновки до розділу 1

Проведене теоретичне дослідження дозволяє стверджувати, що формування пізнавальної мотивації учнів основної школи є складним і багаторівневим процесом, який поєднує психологічні механізми, педагогічні умови та дидактичні стратегії. Пізнавальна мотивація молодших підлітків формується на перетині їхніх вікових особливостей, внутрішніх потреб та освітнього середовища, у якому вони навчаються. У контексті сучасної української школи, орієнтованої на Концепцію НУШ, мультимедійні технології постають як ефективний інструмент розвитку внутрішнього інтересу, самостійності та позитивного ставлення до навчальної діяльності.

Аналіз наукової літератури свідчить, що пізнавальна мотивація, на відміну від зовнішньої, ґрунтується на внутрішніх інтенціях дитини — потребі розуміти, досліджувати та осмислювати світ. У працях українських дослідників І. Беха, О. Савченко, Н. Бібік та інші, акцентується, що для учнів 5–6 класів внутрішня мотивація стає провідною за умови, коли навчальний процес відповідає їхнім емоційним, соціальним і когнітивним потребам. Важливим чинником цього процесу є зміст навчання, який повинен бути значущим і наближеним до життєвого досвіду дитини. Саме тому курс «Здоров'я, безпека та добробут» створює унікальні можливості для формування ціннісно-сислової мотивації, адже його тематика безпосередньо стосується повсякденних ситуацій, взаємодії з іншими людьми, безпеки, фізичного та психічного благополуччя учнів [19].

Одним із ключових висновків є те, що мультимедійні технології здатні не лише підтримувати інтерес, а й якісно змінювати характер пізнавальної діяльності, переводячи її на рівень активної взаємодії та самостійного пошуку. Візуальні матеріали, інтерактивні симуляції, цифрові моделі, віртуальні лабораторії, AR- та VR-платформи активізують одразу декілька каналів сприймання, створюючи максимально насичене навчальне середовище. Згідно з принципами когнітивної психології, залучення візуального й аудіального

каналів одночасно підсилює глибину опрацювання інформації, а відтак — зміцнює змістовий компонент мотивації [1].

Теоретичний аналіз показав, що мультимедійні засоби можна класифікувати за типом контенту (текстові, графічні, відео-, аудіо-, анімаційні), характером взаємодії (лінійні, нелінійні, інтерактивні), дидактичною функцією (демонстраційні, тренувальні, контролюючі, симуляційні). Такий поділ дозволяє педагогічно грамотно інтегрувати мультимедіа в уроки залежно від навчальних цілей та рівня сформованості пізнавальної мотивації в учнів [23].

Особливу увагу було приділено діяльнісному підходу, який у роботах О. Пометун та Л. Пироженко розглядається як основа ефективного навчання. Інтерактивна взаємодія у середовищі мультимедіа дає змогу учням не просто пасивно сприймати інформацію, а активно конструювати знання: створювати цифрові продукти, співпрацювати в онлайн-середовищах, виконувати проєктні завдання з використанням мультимедійних ресурсів. Це сприяє розвитку автономії, підвищує почуття компетентності та формує усвідомлене ставлення до навчальної діяльності [28].

Окремим теоретичним аспектом, що відіграє важливу роль у формуванні мотивації, є можливість мультимедіа забезпечувати персоналізацію освіти. Сучасні дослідження Н. Морзе, О. Спирін, О. Бондар доводять, що цифрові інструменти дають змогу індивідуалізувати навчальний контент відповідно до пізнавальних стилів учнів (аудіалів, візуалів, кінестетів), а також варіювати рівень складності завдань. Таким чином створюється ситуація успіху, що, згідно з психологічними концепціями розвитку, є одним із найбільш потужних джерел внутрішньої мотивації [6].

У теоретичній частині також з'ясовано, що мультимедіа відіграють ключову роль у розвитку метакогнітивних умінь — рефлексії, самооцінювання, аналізу власних навчальних стратегій. Використання електронних щоденників, цифрових портфоліо, інтерактивних тестів із поясненнями формує в учнів здатність не лише фіксувати результат, а й

усвідомлювати процес його досягнення. Це підсилює відповідальність за навчання, сприяє розвитку саморегуляції й підтримує стійку внутрішню мотивацію [19].

Загалом, теоретичні засади формування пізнавальної мотивації засобом мультимедійних технологій свідчать, що цифрові ресурси здатні виконувати не лише ілюстративну, а й трансформуючу функцію. Вони змінюють характер взаємодії учня з навчальним матеріалом, створюють простір для активної діяльності, емоційної включеності, самовираження та творчості. Усе це сприяє формуванню якісно нової моделі навчальної мотивації, яка ґрунтується на поєднанні інтересу, смислу та усвідомленої потреби в пізнанні [22].

Таким чином, мультимедійні технології виступають як комплексний засіб формування пізнавальної мотивації, що враховує вікові, психологічні, емоційні й соціальні характеристики учнів 5–6 класів. Теоретичний аналіз засвідчує, що їх інтеграція в освітній процес не є додатковим елементом, а формує нову педагогічну модель, яка відповідає потребам сучасних дітей та запитам НУШ. Усе це дозволяє розглядати мультимедійні технології як ефективний інструмент розвитку внутрішньої мотивації, підтримки навчальної активності та формування свідомого ставлення до навчання [26].

РОЗДІЛ 2. Методичні підходи до використання мультимедійних технологій у процесі формування пізнавальної мотивації учнів 5–6 класів

2.1. Методика формування пізнавальної мотивації учнів 5-6 класів

Формування пізнавальної мотивації учнів середньої ланки — комплексний педагогічний процес, який поєднує психологічні закономірності молодшого підліткового віку, компетентнісний підхід Нової української школи та сучасні дидактичні стратегії, спрямовані на розвиток внутрішніх мотивів учіння. Саме у 5–6 класах закладаються основи майбутньої освітньої автономії, оскільки в цей період відбувається поступовий перехід від дитячої залежності до більш усвідомленого ставлення до навчальної діяльності. Більшість українських педагогів І. Бех, О. Савченко, Т. Тарасенко підкреслюють, що саме у молодших підлітків зростає потреба у визнанні, самоствердженні, емоційній підтримці та можливості впливати на власний навчальний шлях. Тому методика формування мотивації має враховувати ці зміни та пропонувати такі форми організації навчання, які поєднують інтерес, смислову значущість і активну діяльність учня [36].

У цьому віці пізнавальна мотивація поступово переходить від орієнтації на дорослого до орієнтації на зміст навчання. Психологічні дослідження Н. Бібік доводять, що 10–12-річні учні навчаються ефективніше тоді, коли освітній матеріал відповідає їхній потребі у відкритті нового, має емоційний компонент та забезпечує ситуації успіху. Учень цього віку гостро переживає невдачі, тому надзвичайно важливо, щоб навчальна діяльність містила посилені труднощі, які викликають відчуття подолання, а не розчарування. Важливу роль відіграє й соціальний аспект: учні активно прагнуть до групових форм роботи, прийняття однолітками, можливості продемонструвати себе. Тому методика формування пізнавальної мотивації має об'єднувати індивідуальні, групові та колективні форми роботи, забезпечуючи відчуття включеності й причетності [5].

Важливим чинником є створення навчального середовища, яке стимулює смислову мотивацію. За І. Бехом, будь-який мотив стає стійким лише тоді, коли має ціннісно-смисловий характер, тобто коли зміст навчання співвідноситься з життєвими цілями, потребами або досвідом учня. Для 5–6 класів це означає необхідність використання навчальних прикладів, наближених до реальних ситуацій: здоров'я, безпеки, взаємин у колективі, щоденних життєвих рішень. Зміст предмета «Здоров'я, безпека та добробут» має особливо високий мотиваційний потенціал, оскільки безпосередньо стосується власного життя підлітка, його самостійності, відповідальності й поведінкових стратегій, які він використовує щодня. Це забезпечує природну внутрішню мотивацію і сприяє активному включенню учнів.

Методика формування пізнавальної мотивації має бути діяльнісною. Дослідження О. Пометун і Л. Пироженко наголошують на тому, що саме діяльність — ключ до пробудження інтересу й розвитку вміння вчитися. Інтерактивні практики, навчальні діалоги, групові дискусії, рольові моделювання, проєктна діяльність та навчальні експерименти дозволяють учням відчувати себе активними суб'єктами навчального процесу. У цих умовах знання набувають практичного змісту, а учень отримує відчуття контролю над навчальною діяльністю, що є критично важливим для формування автономії [31].

Однією з основних особливостей методики для 5–6 класів є врахування емоційного компонента навчання. За О. Савченко, емоції відіграють провідну роль у формуванні інтересу, адже впливають на увагу, мислення та запам'ятовування. Емоційно-підкріплені ситуації — навчальні ігри, проблемні завдання, парадоксальні приклади, мультимедійні візуалізації — створюють позитивну атмосферу, що стимулює бажання вчитися. Якщо учень асоціює навчання із задоволенням, успіхом і підтримкою, то навіть складні види діяльності перестають викликати страх або відторгнення [10].

Педагогічно значущим є й поступове розширення рівня автономії учнів. Молодший підліток прагне самостійності, але водночас не має достатньо

сформованих регулятивних навичок. Тому вчителю важливо пропонувати учням можливість вибору — темпу виконання завдань, форм представлення результатів, рівня складності або навіть частини навчального матеріалу, яку учень хоче дослідити глибше. Такий підхід відповідає ідеям Н. Морзе про персоналізовану освітню траєкторію, коли навчання адаптується до індивідуальних потреб та стилю учня. Завдяки цьому мотив досягнення підсилюється, адже учень відчуває, що його результат — наслідок власних рішень, а не зовнішнього примусу [27].

Важливим компонентом методики є забезпечення зворотного зв'язку. Л. Даниленко підкреслює, що учні цього віку особливо чутливо реагують на оцінні судження, тому ефективний фідбек повинен бути підтримувальним, орієнтованим на розвиток, а не на покарання. Формувальне оцінювання, самооцінка, взаємооцінювання, короткі рефлексивні вправи дають можливість учням краще усвідомлювати свій прогрес, бачити власні успіхи й вибудовувати внутрішню мотивацію. Важливо не лише констатувати результат, а й допомагати учневі усвідомити шлях його досягнення [14].

Особливе місце у формуванні пізнавальної мотивації займає використання мультимедійних технологій. Згідно з дослідженнями О. Глазунової та О. Спіріна, мультимедіа активізують одночасно декілька каналів сприйняття — візуальний, аудіальний, логічний — що значно підвищує рівень залученості та глибину розуміння матеріалу. Яскраві зображення, відеофрагменти, симуляції, анімації та інтерактивні платформи здатні викликати позитивні емоції, зацікавлення та відчуття новизни, які є рушійною силою пізнавальної активності. Важливо, що мультимедіа дозволяють моделювати явища, недоступні для безпосереднього спостереження, що перетворює навчання на захопливий дослідницький процес [44].

Значного значення набувають методи, орієнтовані на розвиток критичного мислення. В умовах інформаційного перенасичення учні мають навчитися не просто шукати інформацію, а й аналізувати її достовірність, джерельність, логічність. Критичне мислення є одним із “внутрішніх

двигунів” пізнавальної мотивації, адже воно змушує учня ставити запитання, шукати пояснення, верифікувати дані. Такий підхід повністю відповідає ключовій компетентності «медіаграмотність», що визначена у Державному стандарті базової освіти [15].

У процесі впровадження методики формування пізнавальної мотивації важливим є діагностико-мотиваційний етап, оскільки він дозволяє визначити вихідні характеристики навчальної діяльності учнів та окреслити індивідуальні траєкторії подальшої роботи. На початку навчального циклу доцільно здійснювати комплексну діагностику кількох ключових параметрів, які безпосередньо впливають на розвиток мотиваційної сфери учнів 5–6 класів [19].

Передусім визначається рівень пізнавального інтересу, який проявляється у готовності школярів ставити запитання, брати участь у пізнавальних завданнях, виявляти наполегливість у розв’язанні інтелектуальних труднощів. Цей показник може оцінюватися через аналіз навчальної активності, анкетування, спостереження за участю в інтерактивних вправах та використання мультимедійних діагностичних інструментів (наприклад, коротких онлайн-опитувань у Mentimeter чи Kahoot!) [10].

Другим важливим параметром є сформованість мотиву досягнення, що характеризує прагнення учня отримувати результат, долати труднощі, бачити власний прогрес та досягати поставлених цілей. Оцінювання цього компонента здійснюється через спеціально розроблені мотиваційні шкали, завдання з поступовим ускладненням та самооцінні опитувальники, де учні рефлексують свої сильні сторони й труднощі.

Третім напрямом діагностики виступає схильність до групових форм роботи, оскільки учні 5–6 класів активно прагнуть соціальної взаємодії й визнання однолітків. Визначення цього показника дозволяє обрати оптимальні форми діяльності — індивідуальні, парні чи групові. Діагностика проводиться за допомогою соціометричних методик, спостережень та інтерактивних завдань, у яких фіксується стиль поведінки учня в команді [27].

Окремо оцінюється домінуючий тип сприйняття інформації (візуальний, аудіальний, кінестетичний), що є надзвичайно важливим у контексті використання мультимедійних технологій. Саме мультимедіа дозволяють адаптувати навчальний контент під провідні канали сприйняття, забезпечуючи вищу ефективність пізнавальної діяльності. Визначення типу сприйняття може відбуватися шляхом застосування опитувальників, аналізу поведінки учнів під час роботи з різними видами контенту (відео, анімації, інтерактивні моделі, практичні завдання), а також через короткі діагностичні тести [13].

Комплексне поєднання цих показників дозволяє вчителю сформувати чітке уявлення про стартовий рівень навчальної мотивації кожного учня, що є підґрунтям для побудови персоналізованої освітньої траєкторії та вибору найбільш ефективних мультимедійних інструментів для подальшого розвитку пізнавальної мотивації [18].

Суттєвою є й роль рефлексії як інструмента осмислення власного навчання. Інтеграція мультимедійних інструментів — цифрові щоденники, відеофіксація власних відповідей, онлайн-портфоліо, інтерактивні тести з поясненнями — дозволяють учням побачити власний прогрес «зі сторони» та підсилюють метакогнітивний компонент мотивації. Учень, який розуміє, як він вчиться, починає навчатись свідоміше, а значить — внутрішньо вмотивованіше [5].

Методика формування пізнавальної мотивації учнів 5–6 класів є багатокомпонентною та вимагає інтеграції психологічних знань, сучасних педагогічних підходів та технологічних можливостей. Її успіх залежить від того, наскільки вчитель здатен поєднати емоційні, діяльнісні, соціальні та когнітивні механізми мотивації в єдину систему, яка буде відповідати потребам молодших підлітків, їхній природній допитливості, прагненню до самостійності та потребі у визнанні [43].

Для проведення педагогічного експерименту необхідним є визначення чітких і науково обґрунтованих критеріїв, за допомогою яких можна об'єктивно оцінити рівень розвитку пізнавальної мотивації. Виділення

критеріїв і показників дозволяє структурувати діагностику, забезпечити її валідність і надалі порівняти результати констатувального та формувального етапів [7].

Спираючись на праці І. Беха, О. Савченко, С. Бондар, Н. Морзе та на сучасні дослідження мотиваційної сфери, доцільно виокремити три основні критерії: когнітивний, емоційно-ціннісний та діяльнісно-поведінковий. Кожен із них розкриває певну сторону мотиваційної структури молодшого підлітка і може бути виміряний кількісно та якісно за допомогою мультимедійних інструментів, тестів, спостережень та самооцінювання [29, 23, 3, 6].

1. Когнітивний критерій характеризує рівень інтелектуальної активності, інтересу до пізнання, бажання ставити запитання та самостійно шукати інформацію.

Показники:

- частота прояву пізнавальних запитань під час уроків та в інтерактивних середовищах (Padlet, Mentimeter), глибина розуміння навчального матеріалу, здатність пояснити явище у власних словах,
- активність під час виконання мультимедійних завдань дослідницького характеру, уміння встановлювати причинно-наслідкові зв'язки, здатність застосовувати отримані знання у змінених або життєвих ситуаціях (завдання PISA-формату) [23].

Інструменти діагностики: інтерактивні тести з відкритими запитаннями, Kahoot/Quizizz для перевірки глибини засвоєння, аналіз цифрових слідів учня на платформах (кількість переглядів матеріалу, виконаних модулів).

2. Емоційно-ціннісний критерій. Визначає ставлення учня до навчання, емоційний комфорт, рівень внутрішньої зацікавленості та відчуття значущості змісту предмета.

Показники:

- емоційна реакція на різні види діяльності (пожвавлення, інтерес, включеність), позитивне ставлення до мультимедійних засобів навчання, внутрішня готовність долати труднощі, а не уникати їх, розуміння

особистісної значущості курсу «Здоров'я, безпека та добробут» (за І. Бехом - ціннісно-сміслова орієнтація), стабільність навчального інтересу протягом теми/модуля.

Інструменти діагностики: цифрові щоденники емоцій («емої-відгуки» після уроку), самооцінні анкети (Google Forms), рефлексивні відеовідгуки, аналіз мотиваційних карт.

3. Діяльнісно-поведінковий критерій оцінює реальні дії учня: рівень його ініціативності, самостійності, працездатності та готовності працювати з мультимедіа.

Показники: самостійне використання мультимедійних матеріалів (симуляції, відео, інтерактивні карти), частота залучення до групової роботи, ініціативність у командних проєктах, здатність планувати власну діяльність та обирати індивідуальну траєкторію, виконання завдань підвищеної складності за власним бажанням, активність у створенні цифрових продуктів (коміксів, презентацій, міні-проєктів).

Інструменти діагностики: аналіз електронного портфоліо, спостереження за діяльністю в групах, цифрові чек-листи самооцінювання, оцінка активності у використанні ММТ (кількість інтерактивів, переглядів, робіт) [12].

2.2. Методика використання мультимедійних технологій як засобу формування пізнавальної мотивації учнів 5-6 клас

Використання мультимедійних технологій у навчанні учнів середньої ланки стає одним із найефективніших інструментів формування пізнавальної мотивації, оскільки поєднує в собі емоційне залучення, інтелектуальну активність, діяльнісний підхід та можливість індивідуалізації навчання. Для учнів 5–6 класів, які перебувають на етапі становлення самосвідомості, підвищеної емоційної чутливості та інтересу до соціальної взаємодії, мультимедіа створюють природно привабливе середовище, що сприяє

розвитку внутрішніх мотивів до пізнання, формуванню позитивного ставлення до навчального процесу та посиленню відчуття компетентності [10].

Згідно з позицією Н. Морзе та О. Глазунової, мультимедійні технології — це комплекс цифрових засобів, які поєднують текст, зображення, аудіо, відео, анімацію, інтерактивні елементи та створюють умови для активного залучення учнів у навчальний процес. Мультимедіа не лише розширюють дидактичні можливості вчителя, але й істотно впливають на змістовий, емоційний і діяльнісний компоненти пізнавальної мотивації [13, 24].

Однією з ключових причин ефективності мультимедіа в цьому віці є одночасна активація кількох каналів сприйняття — візуального, аудіального та логіко-аналітичного. За результатами психологічних досліджень (О. Спірін, М. Жалдак), така комплексність подання навчального матеріалу підвищує глибину розуміння, сприяє довготривалому запам'ятовуванню та зменшує когнітивне навантаження. Мультимедійні елементи дають змогу моделювати складні об'єкти та явища, демонструвати динамічні процеси, що особливо важливо для курсу «Здоров'я, безпека та добробут», де значна частина матеріалу пов'язана з поведінковими моделями, ризиками та життєвими ситуаціями[42].

Ефективність методики значною мірою забезпечується правильною організацією навчальної діяльності. Методика використання мультимедійних технологій повинна ґрунтуватися на кількох педагогічних засадах: діяльності, інтерактивності, персоналізації, емоційності та рефлексивності [13].

Діяльнісний компонент (за О. Пометун та Л. Пироженко) передбачає активну участь учня у навчанні: не пасивне сприймання інформації, а її застосування, створення власного продукту, взаємодія в групі. Мультимедіа сприяють цьому завдяки використанню онлайн-дошок (Padlet, Jamboard), сервісів спільного редагування (Google Docs), інтерактивних карт (MindMeister), де учні можуть створювати колективні схеми, міні-проекти або

цифрові плакати. Інтерактивна взаємодія розвиває компетентності співпраці, критичного мислення та творчого підходу [3].

Сучасний освітній процес вимагає нових підходів до організації навчальної діяльності, особливо у роботі з учнями 5–6 класів, які перебувають у віковому періоді активного розвитку пізнавального інтересу, потреби у спілкуванні та бажанні випробовувати себе у різних формах діяльності [38].

Педагогічні підходи, які запропонували Т.Воронцова, В.Пономаренко, Н.Андрук, І.Лаврентьев та О.Хомич, підкреслюють важливість поєднання традиційного змісту освіти з інноваційними технологіями, що забезпечують інтерес, емоційну включеність та активну позицію учня [10]. У дослідженнях Т. Воронцової підкреслюється, що гра для учнів середнього шкільного віку є природним середовищем розвитку мислення, уяви та мотивації. Вона наголошує, що ігрові технології не повинні зводитися лише до розваги — їхнє головне завдання полягає у створенні ситуацій, де дитина добровільно включається у пізнавальну діяльність. На основі цього доцільно використовувати інтерактивні ігри, вікторини, веб-квести, рольові моделювання, що дозволяють учням відчувати себе активними учасниками освітнього процесу [11].

Н. Андрук наголошує, що навчання буде ефективним лише тоді, коли учень включений емоційно. Тому мультимедійні ресурси — відео, анімація, інтерактивні історії — сприяють створенню позитивного настрою, підсилюють сприйняття та допомагають зробити матеріал ближчим до реальності. Рекомендовані авторкою прийоми легко реалізуються через: мультфільми з навчальним змістом, анімовані моделі, комікси та візуальні історії, створені на сервісах Canva [1].

Для забезпечення практичної спрямованості дослідження та демонстрації можливостей застосування мультимедійних технологій у формуванні пізнавальної мотивації учнів 5–6 класів було розроблено комплекс додаткових навчально-методичних матеріалів. Вони представлені у вигляді інтерактивних завдань, ігор, діагностичних інструментів та анкет, що можуть

бути використані вчителем як під час роботи над темами курсу «Здоров'я, безпека і добробут», так і після опрацювання окремих змістових ліній [10].

Розроблені матеріали відповідають вимогам Державного стандарту базової освіти та методичним рекомендаціям, які подаються у працях Т.Воронцової, В.Пономаренка, Н.Андрук, І. Лаврентєва та О.Хомич, що підкреслюють важливість поєднання традиційних форм навчання з цифровими, ігровими та інтерактивними засобами. Згідно з підходами зазначених авторів, використання таких інструментів не лише робить навчання більш динамічним і цікавим, а й сприяє розвитку емоційної стійкості, критичного мислення, навичок саморегуляції та внутрішньої мотивації [1, 10, 22, 40].

В ДОДАТКУ Е діагностика (анкетування), формування навичок (інтерактивні ігри), закріплення матеріалу (цифрові вправи й тематичні завдання), а також самооцінку та рефлексію. Їх можна використовувати як на різних етапах уроку, так і як індивідуальні творчі або групові завдання

Інтерактивність є визначальним принципом у формуванні пізнавальної мотивації, оскільки дає змогу учню миттєво отримувати реакцію на свої дії, перевіряти гіпотези, змінювати параметри моделі, спостерігати результати. Інтерактивні тести (Classtime, Wordwall), симуляції безпечної поведінки (наприклад, VR-сценарії евакуації чи переходу дороги), 3D-візуалізації дозволяють учням практикувати поведінкові навички у безпечному середовищі, що суттєво підсилює практичну значущість навчання [5].

Особливо сильним мотиваційним чинником є гейміфікація, як використання ігрових механік у неігрових ситуаціях. Гейміфіковані мультимедійні завдання (квести, цифрові ігри, рейтинги, системи досягнень) підтримують інтерес, стимулюють ініціативність і створюють ситуацію успіху. Для 5–6 класів ігровий формат часто є більш ефективним за традиційні методи, оскільки поєднує змагання, співпрацю, творчість і емоції [22].

Вагомим елементом методики є використання VR/AR-технологій, які, за результатами досліджень Н. Морзе, значно підсилюють залученість учнів і

сприяють розвитку глибокої пізнавальної активності. Віртуальна реальність дозволяє моделювати складні життєві ситуації — пожежу, небезпечну поведінку на дорозі, першу допомогу — у безпечному форматі, що сприяє інтеріоризації норм поведінки та розвитку критичного мислення.

Суттєвим компонентом є критичне мислення, яке стає невід'ємною частиною пізнавальної мотивації в умовах інформаційного перенасичення. Учні повинні не лише сприймати інформацію, але й аналізувати її, оцінювати достовірність джерел, порівнювати факти. Мультимедійні ресурси, що містять проблемні відеофрагменти, інфографіку, суперечливі ситуації, сприяють формуванню навичок верифікації, аналізу та доказового аргументування. Розвиток медіаграмотності значно посилює внутрішній мотив до пошуку правдивої інформації та формує відповідальне ставлення до цифрового контенту [38].

Методика також передбачає індивідуалізацію навчання. Цифрові платформи дозволяють диференціювати матеріал за рівнем складності, типом сприйняття (аудіал/візуал/кінестетик), темпом виконання. Н. Морзе визначає це як персоналізовану освітню траєкторію, що створює для кожного учня умови успішності, а отже — підсилює мотив досягнення. Учень працює з тим матеріалом, який відповідає його стилю сприйняття, отримує завдання, які є посилюючими, але водночас стимулюють розвиток.

Надзвичайно важливою є організація рефлексії, яка у мультимедійному форматі набуває якісно нового змісту. Використання цифрових щоденників, онлайн-портфоліо, відеофіксації виступів, інтерактивних тестів з розгорнутими поясненнями помилок формує метакогнітивні навички — здатність учня бачити власний результат, аналізувати шлях його досягнення, самостійно визначати проблеми та шляхи їх подолання. Рефлексія, за І. Бехом, є основою розвитку саморегуляції, що є критично важливим компонентом пізнавальної мотивації [22].

Оцінювання у межах методики виконує підтримувальну, мотиваційну функцію, а не контрольну. Формувальне оцінювання, QR-тести, миттєвий

цифровий фідбек, самооцінка та взаємооцінка сприяють усвідомленню прогресу й уникненню страху помилки. Кожен учень отримує індивідуальний зворотний зв'язок, що підсилює відчуття компетентності й стимулює бажання рухатися вперед [40].

Наприклад конспект уроку на тему «Емоційне здоров'я підлітка» (5–6 клас).

Мета уроку формувати в учнів:

- уявлення про емоції та їх вплив на психічне й фізичне здоров'я;
- уміння розпізнавати власні емоції та безпечно їх виражати;
- навички емоційної саморегуляції;
- мотивацію до збереження емоційного добробуту;
- здатність застосовувати цифрові та мультимедійні інструменти для рефлексії, аналізу власного стану та розвитку навичок самоконтролю.

Тип уроку: комбінований.

Обладнання та матеріали

- презентація (Canva / Google Slides);
- відеофрагменти про емоційне здоров'я;
- роздаткові картки «Емоції»;
- смартфони або планшети (за можливості) для виконання інтерактивних завдань;
- онлайн-платформи: *LearningApps*, *Mentimeter*, *Quizizz*, *Padlet*.

Очікувані результати: учень

- пояснює, як емоції впливають на поведінку та здоров'я;
- розрізняє базові емоції та їх прояви;
- аналізує власні емоційні стани;
- використовує прийоми саморегуляції (дихання, пауза, переключення уваги);
- взаємодіє в парі та групі;
- виконує міні-завдання із застосуванням мультимедійних платформ.

ХІД УРОКУ

I. Організаційний етап.

Привітання учнів, налаштування на роботу, коротка емоційна вправа «Як я сьогодні почуваюсь?».

Учні обирають смайлик або колір настрою.

II. Актуалізація і корекція опорних знань.

Міні-гра «Емоційний асоціативний кросворд».

Учні за QR-кодом переходять до вправи на платформі LearningApps.



<https://learningapps.org/display?v=pc06ut8ft23>

III. Повідомлення теми, мети й завдань уроку.

Учитель озвучує тему уроку. Учні переглядають короткий відеофрагмент про емоції.

IV. Мотивація навчальної діяльності.

Бесіда: «Навіщо нам контролювати свої емоції?»

V. Вивчення нового матеріалу.

1. Поняття емоцій та емоційного здоров'я.
2. Види емоцій. Відмінність між емоціями та настроями.
3. Безпечні способи вираження емоцій — дихальні вправи, техніка “Стоп — Подих — Дія”.
4. Мультимедійна демонстрація: відео/анімація про роботу мозку під час переживання емоцій.

VI. Закріплення та застосування знань.

Вправа «Емоційний світлофор»: учні визначають ситуації та способи реагування.

Групова робота: складання «Пам'ятки емоційної безпеки» у Canva.

VII. Підсумок уроку.

Рефлексія «Плюс-Мінус-Цікаво»: учні відмічають найважливіше з уроку.

VIII. Повідомлення домашнього завдання.

1. Створити короткий “Щоденник емоцій” у Google Forms або в зошиті.
2. Переглянути відео про емоційну регуляцію (QR-код).



Таким чином, методика використання мультимедійних технологій у навчанні учнів 5–6 класів є цілісною системою, що поєднує психологічні закономірності розвитку підлітка, сучасні дидактичні принципи й технологічні можливості. Мультимедіа дозволяють забезпечити емоційне залучення, активну діяльність, персоналізоване навчання, розвиток критичного мислення і рефлексії — усі ключові механізми формування стійкої внутрішньої пізнавальної мотивації. Це робить мультимедіа не просто додатковим засобом, а стратегічним інструментом розвитку сучасного учня, який навчається мислити, аналізувати, приймати рішення та відповідально ставитися до власного навчання.

Висновки до розділу 2

У результаті проведеного теоретико-методичного аналізу встановлено, що формування пізнавальної мотивації учнів 5–6 класів потребує врахування специфічних вікових характеристик молодших підлітків. До визначальних чинників належать: підвищена чутливість до соціального схвалення, зростання потреби у самостійності, потреба в емоційно-позитивному середовищі та значущості навчального матеріалу. Це дозволило обґрунтувати необхідність методик, орієнтованих на внутрішню залученість, позитивні емоції, взаємодію й активність учнів.

Дослідження показало, що ефективна методика формування пізнавальної мотивації повинна включати такі ключові елементи: можливість вибору, організація пізнавально значущих ситуацій, індивідуалізація навчання, створення атмосфери психологічної безпеки та надання підтримувального зворотного зв'язку. Саме ці компоненти забезпечують розвиток інтересу, стійкої навчальної активності, інтелектуальної ініціативності та здатності школярів усвідомлювати власний прогрес.

Отримані результати дозволили обґрунтувати, що мультимедійні технології значно підсилюють мотиваційний потенціал навчання. Мультимедіа сприяють активізації різних сенсорних каналів, підвищують новизну та емоційну привабливість матеріалу, забезпечують інтерактивність і швидкий зворотний зв'язок, а також створюють умови для дослідження та самостійної діяльності. Доведено, що мультимедійні засоби не лише полегшують пояснення складних понять, а й стимулюють пізнавальну активність, допитливість, критичне мислення й рефлексію учнів.

Розроблена структура методики — діагностико-мотиваційний, формувально-діяльнісний і контрольно-рефлексивний етапи — підтвердила свою доцільність. Вона забезпечує поступове включення учнів у діяльність, системне відстеження змін у мотивації та підтримку їхнього емоційного й інтелектуального розвитку. Запропонований критеріальний апарат (когнітивний, емоційний і діяльнісний критерії та відповідні показники) дає

можливість комплексно оцінювати рівень сформованості пізнавальної мотивації.

Узагальнюючи результати розділу, можна стверджувати, що найбільш ефективним є поєднання емоційної підтримки, навчальної новизни, діяльнісних форм роботи та мультимедійної інтерактивності. Таке поєднання відповідає потребам учнів молодшого підліткового віку та сприяє розвитку внутрішньої мотивації, самостійності, творчості й зацікавлення змістом навчального матеріалу.

Отримані результати підтверджують, що методика формування пізнавальної мотивації засобами мультимедійних технологій має високий потенціал для впровадження у базову школу. Вона сприяє модернізації освітнього процесу, підвищує навчальні результати та формує в учнів ключові компетентності, визначені концепцією Нової української школи.

ВИСНОВКИ

Проведене теоретичне та методичне дослідження дало змогу всебічно охарактеризувати особливості формування пізнавальної мотивації учнів 5–6 класів у контексті застосування мультимедійних технологій. Узагальнення напрацювань першого й другого розділів дозволило сформулювати цілісне бачення того, як мотиваційні механізми молодших підлітків поєднуються з умовами сучасного освітнього середовища та які педагогічні інструменти сприяють розвитку стійкого інтересу до навчання.

На основі аналізу психолого-педагогічної літератури з'ясовано, що пізнавальна мотивація на цьому віковому етапі є складним інтегрованим утворенням, у якому поєднуються емоційні переживання, інтелектуальна активність, особистісні цінності та зростаюча потреба в автономії. Вдалося конкретизувати, що саме у 5–6 класах починає формуватися внутрішня мотивація, яка ґрунтується не на зовнішніх стимулах, а на зацікавленості, самоповазі й прагненні досягнень. Це визначає важливість створення умов, у яких учні можуть діяти самостійно, приймати рішення та відчувати власний прогрес.

Проведений аналіз дав змогу виокремити педагогічні умови, що найбільшою мірою впливають на розвиток стійкої пізнавальної мотивації. До них належать: організація діяльнісного навчання, забезпечення вибору та індивідуальної траєкторії, створення позитивного емоційного середовища, цілеспрямована рефлексія та постійна підтримка з боку педагога. Саме ці умови виявилися ключовими для активізації навчальної активності та розвитку внутрішнього інтересу школярів.

Дослідження довело, що мультимедійні засоби здатні істотно підсилювати педагогічний вплив і створювати нові можливості для мотиваційного розвитку учнів. Вони забезпечують різнорівневу взаємодію учнів із навчальним матеріалом, роблять інформацію доступною, емоційно привабливою й багатоканальною. Мультимедіа виконують низку важливих функцій: демонстраційну, моделюючу, інтерактивну, аналітичну та

рефлексивну. Це дає змогу глибше занурити школярів у навчальний процес, підсилити емоційну залученість і стимулювати допитливість.

У межах другого розділу було створено поетапну методику, що включає три ключові етапи: діагностико-мотиваційний, формувально-діяльнісний і контрольно-рефлексивний. Кожен із них спрямований на послідовний розвиток пізнавальної активності та внутрішньої мотивації учнів. Особливу увагу приділено добору мультимедійних інструментів (VR/AR, інтерактивні вправи, візуалізації, цифрові проєкти), які не лише доповнюють навчання, а й формують новий формат пізнавальної взаємодії. Проведений аналіз показав, що мультимедійні технології сприяють зростанню пізнавальної мотивації лише в умовах, коли педагогічний процес організований системно та враховує особливості підліткового розвитку. Саме інтеграція мультимедіа у діяльнісно-орієнтований і компетентнісний підхід забезпечує не короткочасний інтерес, а довготривалу внутрішню мотивацію та позитивне ставлення до навчання.

З'ясовано, що використання мультимедійних інструментів у цьому курсі сприяє формуванню не лише освітніх, а й життєвих компетентностей, адже цифрові засоби допомагають учням осмислювати інформацію про безпеку, здоров'я та добробут, критично оцінювати поведінкові ситуації та приймати відповідальні рішення.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрук Н. В. Мотиваційні стратегії в освітньому процесі: психолого-педагогічні засади. Київ: Педагогічна думка, 2019. 184 с.
2. Андрущенко В. П. Філософія освіти ХХІ століття: проблеми, пошуки, перспективи. Київ: Знання України, 2020. 356 с.
3. Бех І. Д. Виховання особистості: концептуальні засади. Київ: Либідь, 2015. 352 с.
4. Бех І. Д. Виховання особистості: особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. Київ: Либідь, 2003. 272 с.
5. Бібік Н. М. Компетентнісний підхід: рефлексивний аналіз застосування. Київ: Педагогічна думка, 2018. 198 с.
6. Биков В. Ю. Моделі організаційних систем відкритої освіти. Київ: Атіка, 2008. 342 с.
7. Бондар С. П. Інформаційно-комунікаційні технології в освіті: теорія та практика. Київ: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2020. 284 с.
8. Бондар С. П. Педагогіка мотивації навчальної діяльності. Київ: Педагогічна думка, 2020. 280 с.
9. Бондаренко О. В. Мотиваційні аспекти використання інноваційних технологій у школі. Київ: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2020. 198 с.
10. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. Основи здоров'я. *Навчально-методичний посібник для 5–6 класів*. Київ: Алатон, 2020. 256 с.
11. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. Освітні технології здоров'язбереження: інноваційний підхід у НУШ. Київ: Алатон, 2021. 232 с.
12. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С., Лаврентьєва І. В., Хомич О. Л. Модельна навчальна програма *Здоров'я, безпека та добробут 5-6 класи*, 2022
 URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/Navchalni.prohramy/2023/Model.navch.prohr.5->

9.klas/Sotsial.ta.zdorovyazberezh.osv.haluz.2023/30.11.2023/Zdorov.bezp.ta.dobrob.5-6-kl

- 13.Воронцова Т. В., Пономаренко В. С., Лаврентьева І. В., Хомич О. Л., Андрук Н. В. Здоров'я, безпека та добробут 6 клас. Київ: Алант, 2023.192с.
- 14.Гільбух Ю. З. Психологічні основи пізнавальної мотивації школярів. Київ: Педагогічна думка, 2016. 240 с.
- 15.Глазунова О. Г. Інноваційні цифрові технології в освіті. Київ: КНУ ім. Т. Шевченка, 2020. 264 с.
- 16.Гуревич Р. С., Кадемія М. Ю., Козяр М. М. Інформаційні технології навчання: інноваційний підхід. Вінниця: Нова книга, 2019. 412 с.
- 17.Даниленко Л. І. Педагогічна майстерність учителя: мотиваційний аспект. Київ: Освіта, 2019. 212 с.
- 18.Дементієвська Н. П. Дидактичний дизайн мультимедійних навчальних засобів. Київ: КНЕУ, 2018. 276 с.
- 19.Демченко О. В. Мультимедійні технології у навчальному процесі закладів загальної середньої освіти. Київ: Педагогічна думка, 2021. 188 с.
- 20.Кононко О. Л. Психологічні основи формування внутрішньої мотивації учня. Київ: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2019. 164 с.
- 21.Концепція «Нова українська школа». Київ : МОН України, 2016. URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola> (дата звернення: 01.01.2024).
- 22.Кравець В. П. Педагогіка: теорія, історія, інноваційні технології. Тернопіль: Навчальна книга «Богдан», 2017. 384 с.
- 23.Луговий В. І. Педагогічні умови формування ключових компетентностей учнів. Київ: НУБіП України, 2018. 180 с.
- 24.Лаврентьєв І. В. Інноваційні методи навчання та формування пізнавальної активності учнів. Харків: Основа, 2018. 212 с.

- 25.Ляшенко О. І., Топузов О. М. Компетентнісний потенціал шкільної освіти. Київ: Педагогічна думка, 2018. 228 с.
- 26.Морзе Н. В. Цифрова дидактика сучасної школи. Київ: Освіта України, 2020. 256 с.
- 27.Морзе Н. В., Барна О. В. Використання цифрових технологій у навчальному процесі. Київ: КНЕУ, 2020. 172 с.
- 28.Національна стратегія розвитку освіти в Україні на 2021–2031 роки. Київ : МОН України, 2021. URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/rizne/2020/09/25/rozvitku-vishchoi-osviti-v-ukraini-02-10-2020> (дата звернення: 01.01.2024).
- 29.Овчарук О. В. Психолого-педагогічні основи формування мотивації досягнення в учнів засобами ІКТ. Київ: Педагогічна думка, 2021. 204 с.
- 30.Про затвердження типової освітньої програми для 5–9 класів : Наказ МОН України від 12.07.2021 № 795. Офіційний вісник України. 2021. № 61. Ст. 3848.
- 31.Пометун О. І., Пироженко Л. В. Сучасний урок: інтерактивні технології навчання. Київ: А.С.К., 2017. 192 с.
- 32.Про освіту : Закон України від 05.09.2017 № 2145-VIII. Відомості Верховної Ради України. 2017. № 38–39. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>
33. Постанова Кабінету Міністрів України № 898 від 30.09.2020 «Про деякі питання державних стандартів повної загальної середньої освіти». Офіційний вісник України. 2020. № 79. Ст. 2548.
- 34.Савченко О. Я. Дидактика початкової школи. Київ: Генеза, 2019. 304 с.
- 35.Садова М. А. Компетентнісно орієнтований підхід у навчанні. Київ: Слово, 2019. 224 с.
- 36.Селевко Г. К. Сучасні освітні технології. Харків: Основа, 2019. 320 с.
- 37.Сисоєва С. О. Інтерактивні технології навчання дорослих. Київ: ЕКМО, 2011. 312 с.

- 38.Спірін О. М. ІКТ у сучасній освіті: теорія і практика. Київ: Педагогічна думка, 2018. 224 с.
- 39.Спірін О. М. Гейміфікація як засіб підвищення пізнавальної мотивації в освітньому процесі. *Інформаційні технології і засоби навчання*. №1(76), 2020. С. 45–59.
- 40.Тарасенко Г. С. Пізнавальна активність і мотивація учнів основної школи. Харків: Основа, 2016. 176 с.
- 41.Тарасенко Г. С. Формування пізнавальної мотивації учнів засобами проєктних технологій. Харків: Основа, 2020. 176 с.
- 42.Хомич Л. О. Педагогічні умови розвитку пізнавальної активності учнів у сучасній школі. Умань: Візаві, 2018. 198 с.
- 43.Хомич Л. О. Формування мотивації навчальної діяльності учнів у контексті компетентнісного підходу. Умань: Візаві, 2020. 168 с.
- 44.Шиян О. І. Педагогічні технології формування ключових компетентностей учнів. Львів: Світ, 2019. 248 с.
- 45.Юрченко І. М. Психолого-педагогічні засади використання мультимедійних засобів у навчанні. Полтава: ПНПУ ім. В.Г. Короленка, 2020. 152 с.
- 46.Ягупов В. В. Педагогіка: теорія і практика. Київ: Либідь, 2017. 400 с.
- 47.Яценко Т. С. Психологія навчальної діяльності школяра: мотиваційно-ціннісний аспект. Київ: Педагогічна думка, 2015. 180 с.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Конспект уроку №1

Тема: Емоційне здоров'я підлітка: розуміння власних емоцій

Клас:5–6

Мета:

- сформувати уявлення про емоції та їх вплив на стан здоров'я підлітка; навчити учнів розпізнавати основні емоції та розуміти їх прояви;
- розвивати вміння регулювати власний емоційний стан, знаходити способи конструктивного вираження емоцій;
- виховувати відповідальне ставлення до свого емоційного здоров'я, толерантність та емпатію.

Тип уроку: комбінований.

Обладнання:

підручник, зошит, ручка; картки з емоціями, кольорові стікери, мультимедійна презентація, відеофрагмент про емоції, QR-код із вправою LearningApps, інтернет-посилання на відео.

Очікувані результати: учень

- пояснює поняття: емоція, емоційний стан, емоційне здоров'я;
- розрізняє базові емоції та наводить приклади ситуацій, у яких вони виникають;
- визначає власний емоційний стан і пропонує способи його регуляції;
- усвідомлює важливість емоційного здоров'я для життя і навчання.

Хід уроку

I. Організаційний момент.

Привітання, перевірка готовності учнів до уроку. Налаштування на позитивну роботу (коротка дихальна вправа — 20 секунд).

II. Актуалізація опорних знань учнів.

Прийом «Бліцопитування»

1. Що таке настрій?
2. Чому іноді настрої змінюється протягом дня?
3. Чи однаково всі люди реагують на одні й ті ж події?
4. Що може зіпсувати або покращити ваш емоційний стан?
5. Чому важливо розуміти, що ви відчуваєте?

III. Мотивація навчальної діяльності

Учитель:

«Пригадайте ситуацію, коли ви сильно хвилювалися, раділи чи засмучувалися. Емоції супроводжують нас щодня, але чи добре ми їх розуміємо? Сьогодні ми навчимося розпізнавати власні емоції та дізнаємось, як вони впливають на наше здоров'я».

Короткий відеофрагмент (1 хвилина) про емоції та їх значення.

IV. Повідомлення теми, мети і завдань уроку.

Сьогодні ми розпочинаємо вивчення теми «Емоційне здоров'я підлітка».

Під час уроку ви дізнаєтесь:

- що таке емоції та емоційне здоров'я;
- які існують базові емоції;
- як розуміти та виражати свої емоції безпечно і конструктивно.

V. Вивчення нового матеріалу

1. Що таке емоції?

Емоція — це особливий внутрішній стан людини, який відображає її ставлення до подій, ситуацій та людей.

Емоції бувають приємні та неприємні, але всі вони важливі, бо дають нам інформацію про наші потреби.

Демонстрація слайду з «Емоційним колесом» Р. Плутчика.

Обговорення:

- Які емоції ви впізнали?

– Чи однаково ми всі виражаємо радість, страх або злість?

Табл.1.

Базові емоції

Емоція	Як проявляється	Що сигналізує
Радість	Усмішка, активність	Задоволення, комфорт
Сум	Тихість, уповільненість	Потреба у підтримці
Злість	Різкі рухи, напруга	Порушення меж, несправедливість
Страх	Напруження, занепокоєння	Небезпека або невизначеність
Подив	Широко відкриті очі	Новизна, очікування
Огида	Відвертання, морщення носа	Захист від неприємного

Емоційне здоров'я

Емоційне здоров'я — це здатність людини усвідомлювати свої емоції, керувати ними та підтримувати внутрішню рівновагу.

Короткі приклади:

- Робити паузу перед реакцією.
- Говорити про свій стан словами.
- Використовувати техніки заспокоєння.

4. Демонстрація (мультимедіа)

Використовуємо короткий онлайн-тест «Розпізнай емоцію» через QR-код (LearningApps).

Учні переходять за посиланням та визначають емоції на фото.

QR-код можна вставити у презентацію або роздрукувати.

Фізкультхвилинка

Під музику учні виконують вправу «Емоційні рухи»:

радість — потягнутися вгору;

злість — напружити кулачки;

страх — схрестити руки;

сум — опустити плечі.

(1 хвилина)

Прийом «Логічний ланцюг»

Учитель пропонує скласти ланцюг:

«Ситуація → Емоція → Реакція → Наслідки»

Приклад розбору:

«Образлива фраза» → «Злість» → «Крик» або «Спокійне пояснення» → різні наслідки.

Індивідуальне завдання:

Учні на кольорових стікерах пишуть 1 емоцію, яку часто відчувають, і прикріплюють на «Емоційну мапу класу». Далі — коротке обговорення.

VI. Узагальнення та систематизація знань

Завдання 1.

Перейдіть за QR-кодом чи посиланням:

<https://learningapps.org/>

(Учитель додає власну вправу: «Визнач емоцію за ситуацією».)

Завдання 2.

Розшифруйте поняття (картки із переплутаними літерами):

– Ядостір → радість

– Усм → сум

– Тальвість → злість

– Ахрст → страх

– Моведиво → подив

VII. Підсумки уроку (фронтальна бесіда)

1. Що таке емоція?

2. Чому важливо розуміти власні емоції?

3. Як емоції впливають на здоров'я?

4. Які способи регуляції емоцій ви запам'ятали?

VIII. Повідомлення домашнього завдання

1. Опрацювати матеріал підручника (параграф про емоційне здоров'я).
2. Виконати письмово: описати одну ситуацію та емоцію, яку ви пережили, і запропонувати 2 способи регуляції.
3. *Додатково:* пройти онлайн-тест «Які емоції я відчуваю найчастіше?» і закріпити скриншот у зошиті.

ДОДАТОК Б

Конспект уроку № 2

Тема: Стратегії емоційної регуляції та самодопомоги

Мета:

- сформулювати уявлення про способи регуляції емоційного стану та методи самодопомоги для підлітків;
- розвивати вміння учнів обирати доречні стратегії емоційної регуляції в різних життєвих ситуаціях;
- виховувати навички турботи про себе, відповідальне ставлення до власного емоційного здоров'я та здатність підтримувати інших.

Тип уроку: комбінований.

Обладнання: підручник, зошити, ручки; картки із ситуаціями, презентація, відеофрагмент про техніки самодопомоги, кольорові стікери, QR-код із вправою LearningApps, таблиця «Стратегії емоційної регуляції», спокійна музика.

Очікувані результати: учень

- пояснює поняття: емоційна регуляція, самодопомога, «пауза», техніки заспокоєння;
- називає основні способи регуляції емоцій;
- добирає відповідну стратегію для конкретної ситуації;
- застосовує прості техніки самодопомоги (дихання, розслаблення, переключення уваги).

Хід уроку

I. Організаційний момент.

Привітання, налаштування на роботу.

Коротка вправа «Три глибокі вдихи» для заспокоєння та концентрації.

II. Актуалізація опорних знань учнів.

Прийом «Бліцопитування»

1. Чи змінюються ваші емоції протягом дня?

2. Що допомагає вам заспокоїтися у стресових ситуаціях?
3. Чи впливає втома на ваш настрій?
4. Як ви зазвичай реагуєте, коли відчуваєте злість або страх?
5. Чому важливо вміти керувати своїми емоціями?

III. Мотивація навчальної діяльності

Учитель:

«Щодня ми переживаємо десятки емоцій. Іноколи вони допомагають нам діяти, а іноколи — заважають. Але існують прості стратегії, які допомагають повернути спокій, впевненість і контроль над ситуацією. Сьогодні ми навчимося їх застосовувати».

Короткий відеофрагмент про техніки самодопомоги (1 хвилина).

IV. Повідомлення теми, мети і завдань уроку.

Тема уроку: «Стратегії емоційної регуляції та самодопомоги».

Під час уроку ви дізнаєтесь:

- що таке емоційна регуляція;
- які існують способи заспокоєння та самодопомоги;
- як обирати правильну стратегію для конкретної ситуації.

V. Вивчення нового матеріалу

1. Поняття емоційної регуляції

Емоційна регуляція — це здатність людини керувати своїми емоціями: посилювати, послаблювати або змінювати їх залежно від ситуації.

Пояснення на прикладах:

- Заспокоїтись, коли злишся.
- Підтримати себе, коли сумно.
- Зупинити паніку, коли страшно.

2. Основні стратегії емоційної регуляції

1) Стратегія “Пауза”

Зробити кілька глибоких вдихів, рахунок 1–4, зупинка, видих.

Навіщо: зупиняє імпульсивну реакцію.

2) Стратегія “Переключення уваги”

Слухати музику, малювати, рухатися, дивитися у вікно.

Навіщо: знижує напруження.

3) Стратегія “Проговорювання”

Назвати вголос свою емоцію:

“Зараз я злюся”, “Мені тривожно”.

Навіщо: допомагає усвідомити стан.

4) Стратегія “Підтримка”

Поспілкуватися з другом, дорослим, психологом.

5) Стратегія “Позитивний внутрішній діалог”

Приклади:

“Я впораюся”, “Це лише тимчасово”, “Я маю право на помилку”.

3. Техніки самодопомоги

Техніка “4–7–8” — дихальна практика.

Техніка “Заземлення” 5–4–3–2–1 — назвати те, що бачиш, чуєш, відчуваєш.

М’язова релаксація — стиснути/розслабити м’язи.

Техніка “Спокійний простір” — уявити місце, де комфортно.

Демонстрація: учні виконують вправу «4–7–8».

4. Демонстрація (LearningApps)

За QR-кодом учні переходять до вправи «Добери стратегію до ситуації».

Приклади завдань:

- «Посварився з другом» → пауза + проговорювання;
- «Перед контрольною хвилюєшся» → дихальна техніка;
- «Образлива фраза в соцмережі» → підтримка + межі.

Фізкультхвилинка

Під спокійну музику — вправа «Хвиля розслаблення»:

підняти плечі → опустити → зітхнути → посміхнутися.

Прийом «Логічний ланцюг»

Учні складають ланцюг:

Ситуація → Емоція → Стратегія → Очікуваний результат

Приклад:

«Сварка вдома» → «образа» → «пауза + поговорити» → «заспокоєння».

Індивідуальне завдання

На стікерах учні пишуть:

«Стратегія, яка допомагає мені найбільше».

Стікери прикріплюються на плакат «Моя коробка самодопомоги».

VI. Узагальнення та систематизація знань

Завдання 1

Перехід за посиланням LearningApps:

(учитель додає власну вправу)

«Обери правильну техніку самодопомоги».

Завдання 2

Розшифруйте поняття:

- Азуемаен — заземлення
- Запуа — пауза
- Витсрі — стрес
- Мітехна — техніка
- Лумодопо — самодопомога

VII. Підсумки уроку (фронтальна бесіда)

1. Що таке емоційна регуляція?
2. Чому важливо вміти керувати своїми емоціями?
3. Які техніки самодопомоги ви сьогодні спробували?
4. У яких ситуаціях можна застосовувати стратегію “Пауза”?
5. Чи можуть правильні стратегії покращити емоційний стан?

VIII. Повідомлення домашнього завдання

1. Опрацювати матеріал підручника (параграф про способи регуляції емоцій).
2. Виконати письмове завдання: описати ситуацію зі свого життя та обрати стратегію, яка могла б допомогти.
3. *Додатково:* скласти власний список «5 технік, які працюють для мене».

ДОДАТОК В

Конспект уроку № 3

Тема: Безпечна комунікація та емоційне благополуччя підлітка

Мета:

- сформувати уявлення про принципи безпечної комунікації та їх роль у підтримці емоційного благополуччя підлітків;
- розвивати навички ненасильницького спілкування, уміння висловлювати почуття та встановлювати особисті межі;
- виховувати толерантність, взаємоповагу, емпатію й відповідальність за власну поведінку в спілкуванні.

Тип уроку: комбінований.

Обладнання:

презентація, підручник, стікери, маркери, картки із ситуаціями, відеофрагмент, QR-код із вправою LearningApps, плакат «Комунікаційні правила», зошити, ручки.

Очікувані результати: учень

- пояснює поняття: безпечна комунікація, особисті межі, активне слухання, емоційне благополуччя;
- розрізняє безпечну та небезпечну поведінку у спілкуванні;
- демонструє приклади ввічливого, конструктивного та емпатійного спілкування;
- знає способи збереження свого емоційного стану під час конфліктів чи неприємних ситуацій.

Хід уроку

I. Організаційний момент.

Привітання, короткий настрій-«чекинг»:

Учитель запитує: «Як почуваєтесь за шкалою від 1 до 5?» (учні показують пальцями).

II. Актуалізація опорних знань учнів.

Прийом «Бліцопитування»

1. Що таке спілкування?
2. Чому іноді спілкування буває складним?
3. Як ви розумієте поняття “поважати іншого”?
4. Що може зіпсувати дружні стосунки?
5. Чи можна образити людину словами навіть ненавмисно?

III. Мотивація навчальної діяльності

Учитель:

«Ми щодня спілкуємось — у школі, вдома, онлайн. Спілкування може нас підтримувати, а може ранили. Емоційне благополуччя багато в чому залежить від того, наскільки безпечно ми взаємодіємо з іншими. Сьогодні ми навчимося будувати комунікацію, яка захищає нас і допомагає зберігати гарний емоційний стан.»

Короткий відеофрагмент (1 хвилина) про повагу та особисті межі.

IV. Повідомлення теми, мети і завдань уроку.

Тема уроку: **«Безпечна комунікація та емоційне благополуччя підлітка».**

На уроці ми дізнаємося:

- що означає спілкуватися безпечно;
- як висловлювати свої емоції без образ;
- що таке особисті межі та як їх захищати;
- як комунікація впливає на емоційне благополуччя.

V. Вивчення нового матеріалу

1. Що таке безпечна комунікація?

Безпечна комунікація — це спосіб спілкування, у якому люди поважають одне одного, не принижують, не зачіпають особисті межі та відкрито говорять про свої почуття.

Ознаки безпечного спілкування:

- спокійний тон;
- відсутність образ і приниження;

- уважне слухання;
- чесність і доброзичливість;
- право сказати «ні».

2. Особисті межі

Особисті межі — це уявна лінія, яка відокремлює наші почуття, думки, тіло, простір та час від інших людей.

Приклади порушення меж:

- хтось торкається без дозволу;
- вимагає особисту інформацію;
- змушує спілкуватися, коли не хочеш;
- змушує робити те, що некомфортно.

Як захищати межі:

- сказати «Мені це неприємно»;
- відійти від ситуації;
- звернутися по допомогу.

3. Емоційне благополуччя

Емоційне благополуччя — це стан, коли людина відчувається стабільно, спокійно, може керувати емоціями та зберігати внутрішній комфорт у спілкуванні.

Комунікація впливає на емоції:

- підтримка → радість, довіра
- критика → сором, невпевненість
- булінг → страх, тривога, сум
- чесний діалог → впевненість і повага

4. Прийоми безпечної комунікації

1) “Я-повідомлення”

Замість: «Ти мене дістаєш!»

Краще: «Я засмучуюся, коли мене перебивають».

2) Активне слухання

Потрібно: дивитись у очі, кивати, не перебивати, уточнювати.

3) Техніка «Стоп — Думай — Дій»

Стоп — зупинися;

Думай — про що хочеш сказати;

Дій — вибери ввічливий спосіб відповіді.

4) Вміння сказати “ні”

Приклади:

«Мені це не підходить»,

«Я не хочу це обговорювати»,

«Я втомився, поговорімо пізніше».

5. Демонстрація (мультимедіа)

Учні переходять за QR-кодом до **LearningApps «Безпечне vs небезпечне спілкування»**.

Завдання: обрати, які висловлювання є безпечними.

Фізкультхвилинка

Вправа “Комунікаційна пауза”:

– вдих → уяви, що спілкування стає легким і спокійним;

– видих → відпускаєш напругу.

(1 хвилина)

Прийом «Логічний ланцюг»

Учні будують ланцюг:

Ситуація → Реакція → Межі → Емоційний стан

Приклад:

«Хтось наполягає на розмові, коли ти не хочеш»

→ сказати «Мені потрібен час»

→ особисті межі

→ спокій, впевненість.

Індивідуальне завдання

Учні отримують картки з ситуаціями та мають підібрати безпечну відповідь.

Приклади ситуацій:

- друг образив жартома;
- хтось сміється з твоєї помилки;
- незнайома людина пише в соцмережах;
- хтось вимагає фото.

VI. Узагальнення та систематизація знань

Завдання 1.

Перехід за QR-кодом (LearningApps):

«Обери правильну модель поведінки».

Завдання 2.

Розшифруйте поняття:

- Кіммунаціо — комунікація
- Репоекта — повага
- Ежми — межі
- Кисулана — слухання
- Супекана безички — безпечне спілкування

VII. Підсумки уроку (фронтальна бесіда)

1. Що таке безпечна комунікація?
2. Як зрозуміти, що межі порушені?
3. Які фрази можна використати для захисту меж?
4. Як спілкування впливає на емоційний стан підлітка?
5. Які правила безпечної комунікації ви запам'ятали?

VIII. Повідомлення домашнього завдання

1. Опрацювати матеріал підручника (розділ про безпечне спілкування).
2. Створити 5 прикладів фраз ввічливого відмовлення.
3. *Додатково:* намалювати «Мої особисті межі» (схема у вигляді кола).

ДОДАТОК Г

АНКЕТА ДЛЯ ВИЗНАЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ТА МОТИВАЦІЇ ДО НАВЧАННЯ (5–6 класи)

Після вивчення теми «Емоційне здоров'я підлітка»

1. Який у тебе настрій сьогодні?
 - ☐ дуже хороший
 - ☐ нормальний
 - ☐ знижений
 - ☐ важко відповісти
2. Коли ти вчиш новий матеріал, що ти відчуваєш найчастіше?
 - ☐ цікавість
 - ☐ байдужість
 - ☐ тривогу
 - ☐ радість
3. Що допомагає тобі краще зрозуміти нову тему?
 - ☐ відео / анімації
 - ☐ пояснення вчителя
 - ☐ робота в групі
 - ☐ інтерактивні завдання
4. Чи хочеш ти дізнаватися більше про емоції та їх вплив на здоров'я?
 - ☐ так
 - ☐ частково
 - ☐ ні
5. Які мультимедійні формати тобі подобаються найбільше?
 - ☐ короткі відео

- ☐ ігри / квести
- ☐ презентації
- ☐ онлайн-тести

ДОДАТОК Д

ІНТЕРАКТИВНА ГРА «ЕМОЦІЙНИЙ СВІТЛОФОР»

Рекомендовано Воронцовою Т. В

« Вчимося жити разом » Т. Воронцова 5 клас

Мета: навчити учнів розпізнавати емоції та обирати безпечні способи реагування.

Матеріали:

- картки «Червоний», «Жовтий», «Зелений»;
- мультимедійна презентація із ситуаціями.

Правила гри:

Учням демонструється ситуація на екрані.

Вони піднімають картку:

- ☐ Червоний — небезпечна емоція, треба зупинитися.
- ☐ Жовтий — потрібно подумати, як краще реагувати.
- ☐ Зелений — емоція безпечна, можна діяти.

Приклад ситуацій:

- Тебе хтось розсердив у переписці.
- Ти отримав погану оцінку.
- Однокласник попросив допомогти.
- Учитель похвалив твою роботу.

QR-КВЕСТ «КЕРУЮ СВОЇМИ ЕМОЦІЯМИ»

На основі ідей Лаврентєва І. В. та Хомич О. Л.

Завдання: переходити за QR-кодами і виконувати короткі вправи.

Станції:

1. Дихальна техніка «4–4–4»
2. Відео «Як емоції впливають на мозок?»
3. Міні-тест на самооцінку
4. Вправа «Стоп — Подумай — Дій»



МУЛЬТИМЕДІЙНЕ НАВЧАЛЬНЕ ЗАВДАННЯ «СТВОРИ ПАМ'ЯТКУ ЕМОЦІЙНОЇ БЕЗПЕКИ»

з опорою на роботи Пономаренка В. С.

Учні об'єднуються у групи та виконують завдання:

Завдання:

створити цифрову пам'ятку в Canva / Google Slides, де мають бути:

- 4–6 порад, як безпечно висловлювати емоції;
- 1 ілюстрація або GIF;
- короткий приклад із життя;
- QR-код, який веде на додатковий ресурс (відео, вправу).

Можна використати:

- Canva Templates
- Google Slides
- Bitmoji
- LearningApps