

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет психолого-педагогічний
Кафедра початкової освіти

ФОРМУВАННЯ ВМІННЯ КОНСТРУКТИВНО КЕРУВАТИ
ЕМОЦІЯМИ НА УРОКАХ УКРАЇНСЬКОЇ МОВИ В УМОВАХ
ЗМІШАНОГО НАВЧАННЯ

Кваліфікаційна робота студентки
групи ЗПОм-24
ступеня вищої освіти магістр
спеціальності 013 Початкова освіта
Кацуби Олени Юріївни

Керівник: кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри початкової освіти
Павлик Олена Анатоліївна

ЗАПЕВНЕННЯ

Я, Кацуба Олена Юріївна, 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 ознайомлена. Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно.

(підпис)

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ВМІННЯ КОНСТРУКТИВНО КЕРУВАТИ ЕМОЦІЯМИ В УМОВАХ ЗМІШАНОГО НАВЧАННЯ	9
1.1 Визначення сутності вміння конструктивно керувати емоціями в науковій літературі.....	9
1.2 Змішана форма навчання, її структура та функції	13
1.3 Модель вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови	18
Висновки до розділу 1.....	23
РОЗДІЛ 2. СИСТЕМА РОБОТИ З ФОРМУВАННЯ ВМІННЯ КОНСТРУКТИВНО КЕРУВАТИ ЕМОЦІЯМИ В УМОВАХ ЗМІШАНОГО НАВЧАННЯ.....	25
2.1 Стан досліджуваної проблеми у практиці шкільного навчання	25
2.2 Дослідно-експериментальна робота з формування вміння конструктивно керувати емоціями в учнів 2 класу на уроках української мови в умовах змішаного навчання	41
2.3 Результати дослідної роботи щодо формування вміння конструктивно керувати емоціями в учнів другого класу.....	62
Висновки до розділу 2.....	66
ВИСНОВКИ	68
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	71
ДОДАТКИ	82
Додаток А	82
Додаток Б.....	83
Додаток В.....	85
Додаток Г	91
Додаток Д.....	92
Додаток Е.....	93
Додаток Ж.....	95
Додаток З	97
Додаток К.....	99
Додаток Л.....	101
Додаток М.....	103
Додаток Н	106
Додаток П	107
Додаток Р	109
Додаток С.....	111
Додаток Т.....	114
Додаток Ф	115
Додаток Х.....	118
Додаток Ц	119

ВСТУП

Актуальність дослідження. Згідно з п.1 ст.12 Закону України «Про освіту» метою повної загальної середньої освіти є «всебічний розвиток, виховання і соціалізація особистості», для досягнення якої необхідно сформувати дванадцять ключових компетентностей [51, с. 9]. Одночасно з компетентностями важливо формувати наскрізні вміння, зокрема вміння конструктивно керувати емоціями.

В умовах сьогодення, коли повномасштабне вторгнення триває вже понад три роки, це вміння набуває першочергового значення для стабілізації та покращення емоційного стану молодших школярів. Діти більш чутливі, ніж дорослі, та можуть не завжди адекватно приймати виклики сучасності й конструктивно реагувати на них. В одних дітей емоційний стан залишається непохитним, тоді як в інших – навпаки. Саме нестабільна емоційна складова негативно впливає на освітній процес. Як зазначає М.Варій, «емоція – це переживання людиною ситуативного чи дійового значення предметів та явищ минулого, теперішнього або майбутнього» [10, с. 445]. З огляду на такий аспект можна визначити такі завдання вчителя початкової школи:

- ознайомити здобувачів початкової освіти з емоціями;
- вчити проявляти емоції відповідно до ситуації, а також розпізнавати емоції в оточуючих;
- визначати емоції, протилежні за значенням;
- добирати відповідну до емоцій інтонацію;
- аналізувати причини виникнення емоції на підставі життєвого досвіду школярів;
- конструктивно керувати своїми емоціями.

Керування емоціями – це складний процес для дитини, який включає не тільки психологічні аспекти, а й педагогічні. Керування емоціями, як зазначає О.Коваль, – це «вміння людини вибрати серед широкого спектру можливих у конкретний момент емоційних реакцій таку, яка допоможе ефективно працювати, взаємодіяти та спілкуватися з людьми» [38, с. 92].

Провідною діяльністю молодших школярів, за якої відбуваються зміни у психічних процесах дитини для підготовки її переходу до вищого ступеня розвитку, є навчальна діяльність. Тому саме заклад освіти – це первісна організація, яка формує наскрізні вміння, тому важливим завданням учителя початкових класів стає належна мотивація навчальної діяльності [47, с. 125].

Аналіз наукових досліджень. Питаннями формування наскрізних вмінь у молодших школярів займалися такі науковці, як О. Барановська [5], Л.Шелестова [73]. Вони акцентували увагу на ролі підручника як головного фактору формування наскрізних вмінь. Ми не можемо не погодитися з цією думкою, адже підручник не тільки передає інформацію, а й створює умови для розвитку вмінь. Зокрема, питанню формування вміння конструктивно керувати емоціями присвячені роботи О. Барановської [3], Т. Котик та Л. Шкledi [40].

Питанням змішаної форми приділяли увагу вітчизняні науковці, Н.Брюховецька [8], О. Барановська [3, 2, 4], Л.Шелестова [72], Л. Москаленко [42].

Серед зарубіжних науковців слід виділити Деніела Гоулмана, який розробив теорію емоційної компетентності [78,79], а також з'ясував аспекти сили емоційного інтелекту лідера[19]; Рувена Бар-Она, відомого по некогнитивній теорії емоційного інтелекту [83,84]; Джона Майєра, Пітера Селовея та Девіда Карузо – авторів теорії емоційно-інтелектуальних здібностей [81]; Ханса Вайсбаха та Ульріха Дакса, які досліджували емоційний інтелект як уміння «інтелектуально» керувати своїм емоційним життям [82]. Також універсальність емоцій та вираження їх через міміку довів Пол Екман [76]. У свою чергу Д.Трампе, Дж.Квойдбах, М.Таке з'ясували взаємопов'язаність основних специфічних емоцій та дослідили «як часто люди відчують емоції загалом, які саме емоції та наскільки центральними є різні емоції в мережі емоцій» [86].

Отже, емоційному інтелекту приділяється увага багатьох науковців та дослідників, але залишаються ще деякі питання. Ми вважаємо, що необхідно дослідити питання формування вміння конструктивно керувати емоціями в умовах змішаного навчання в молодших школярів, адже діти більш чутливі до

змін життя, особливо під час воєнного стану, коли організація освітнього процесу має певні особливості.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та розробити систему роботи щодо формування вміння конструктивно керувати емоціями у молодших школярів на уроках української мови в умовах змішаного навчання.

Завдання: відповідно до мети дослідження було визначено такі завдання:

- 1) визначити сутність поняття «вміння конструктивно керувати емоціями» в науковій літературі;
- 2) проаналізувати особливості змішаної форми навчання здобувачів початкової освіти;
- 3) розробити модель формування вміння конструктивно керувати емоціями в умовах дистанційного навчання;
- 4) проаналізувати стан досліджуваної проблеми у практиці шкільного навчання;
- 5) розробити систему роботи з формування вміння конструктивно керувати емоціями молодшими школярами на уроках української мови в умовах змішаного навчання та експериментально перевірити її ефективність;
- 6) провести дослідно-експериментальну роботу з формування вміння конструктивно керувати емоціями в учнів 2 класу на уроках української мови в умовах змішаного навчання.

Об'єкт дослідження: процес формування вміння конструктивно керувати емоціями в молодших школярів.

Предмет дослідження: система роботи з формування вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови в 2 класі.

Гіпотеза дослідження: формування наскрізного вміння конструктивно керувати емоціями буде ефективним за умов:

- 1) послідовності та наступності роботи над формуванням вміння керувати емоціями;
- 2) практичного застосування розробленої моделі різноманітних методів та засобів навчання для формування вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови;

3) застосування імерсивних технологій для формування вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови.

Методи дослідження: теоретичний аналіз нормативних документів, психологічної, педагогічної і методичної літератури; емпіричні – анкетування та опитування вчителів, батьків, бесіди з учнями; експериментальні обсерваційні – цілеспрямоване спостереження за діяльністю учнів і вчителів у процесі навчання; статистичні – опрацювання і порівняння результатів кількісного і якісного аналізу здобутих даних.

Експериментальна база дослідження: Дніпровська гімназія № 55 Дніпровської міської ради.

Апробація дослідження:

1. Тези «Формування вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови в 1 класі в умовах змішаного навчання» на VI Регіональній науково-практичній конференції «Оновлення моделі інтегральних компетентностей в контексті досягнення цілей сталого розвитку» (м. Нікополь, комунальний заклад «Нікопольський фаховий педагогічний коледж Дніпропетровської обласної ради», 29 лютого 2024 р.).
2. Тези «Вміння керувати емоціями на уроках української мови в 1 класі та його складові» на III Всеукраїнській студентській науково-практичній конференції «Освіта XXI століття: аксіологічний вимір» (м. Нікополь, комунальний заклад «Нікопольський фаховий педагогічний коледж Дніпропетровської обласної ради», 24 травня 2024 р.)
3. Тези «Вплив ігрової діяльності на формування вміння конструктивно керувати емоціями у молодших школярів» на VII Регіональній науково-практичній конференції «Оновлення моделі інтегральних компетентностей в контексті досягнення цілей сталого розвитку» (м. Нікополь, комунальний заклад «Нікопольський фаховий педагогічний коледж Дніпропетровської обласної ради», 28 лютого 2025 року).
4. Доповідь та тези «Формування вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови у практиці шкільного навчання» на Всеукраїнській

науково – практичній конференції «Інновації та традиції в освіті: історичний досвід і сучасні виклики розвитку дошкільної, початкової. Мистецької освіти та культури» (м. Чернігів, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка, 28 березня 2025 року).

5. Тези «Формування вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови у практиці шкільного навчання» /Інновації та традиції в освіті: історичний досвід і сучасні виклики розвитку дошкільної, початкової, мистецької освіти та культури/ всеукр. науково-практ. студентська конф. 28 березня 2025 р. Чернігів, с.43-46.

Практичне значення дослідження. Отримані результати кваліфікаційної роботи можуть бути використані вчителями початкової школи на уроках мовно-літературної освітньої галузі в умовах змішаного навчання для формування вміння конструктивно керувати емоціями.

Структура магістерської роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу та загального висновку, списку використаної літератури, що нараховує 86 джерел, та 19 додатків, розміщених на 49 сторінках. Загальний обсяг роботи складає 120 сторінок, обсяг основного тексту – 71 сторінка.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ВМІННЯ КОНСТРУКТИВНО КЕРУВАТИ ЕМОЦІЯМИ В УМОВАХ ЗМІШАНОГО НАВЧАННЯ

1.1 Визначення сутності вміння конструктивно керувати емоціями в науковій літературі

Ключовим поняттям цього дослідження є феномен «вміння конструктивно керувати емоціями» на уроках української мови в умовах змішаного навчання.

У п.1 ст.12 Закону України «Про освіту» визначено, що вміння конструктивно керувати емоціями є спільним для всіх компетентностей, необхідних для людства [51, с. 9]. Це вміння розглядається як «cross-cutting skills», тобто наскрізне вміння Нової української школи. Це наскрізне вміння тісно пов'язане з усіма компетентностями, передбаченими Концепцією Нової української школи, зокрема такими, як спілкування державною мовою, соціальна та громадянська компетентність, культурна компетентність тощо. Саме емоції сприяють адаптації до нових умов, мотивують до навчання та формуються до кінця молодшого шкільного віку [34, с. 122].

На сьогодні сутність поняття «вміння конструктивно керувати емоціями» не розкрито в повному обсязі в науковій літературі, а також в термінології законодавства України відсутнє визначення цього поняття.

Л. Гриневич з командою однодумців зазначила, що вміння конструктивно керувати емоціями «має складну інтегративну природу і тільки починає формуватися в початковій школі» [17, с. 31]. Ми не можемо не погодитися з цим висловом, адже формування цього наскрізного вміння відбувається не за один крок. Це процес поетапний, складний, вимагає часу, наполегливості та системного підходу. Спочатку дитині важливо зрозуміти, навіщо це вміння потрібне та як його можна застосувати в різних контекстах. Потім шляхом регулярної практики встановлюються міжпредметні зв'язки. Особливий період у

формуванні вміння керування емоціями є інтеграційний період, в якому реалізується це вміння в реальному житті. Остаточним період, в якому ми можемо вже сказати, що це вміння сформувалося, є здатність до рефлексії, тобто дитина може оцінювати власний прогрес, вносити корективи до помилок та вміти вдосконалювати свої вміння. Тому ми вважаємо за необхідне з'ясувати сутність поняття «вміння конструктивно керувати емоціями» для підвищення ефективності освітнього процесу саме в початковій школі.

Коли ми говоримо про вміння конструктивно керувати емоціями, то маємо на увазі самоусвідомлення як ключовий компонент емоційного інтелекту. Саме вміння керувати своїми емоціями передбачає здатність дитини усвідомлювати, регулювати та спрямовувати власні стани для адаптації до змін, ефективній взаємодії та особистісному зростанню. Якщо уявити емоційний інтелект як оркестр, то вміння керувати емоціями – це диригент, від роботи якого залежить правильність виконання твору.

Науковець О.Боковець провела паралель між емоційним інтелектом та «здатністю особистості управляти власними емоціями та емоціями інших суб'єктів під час міжособистісної взаємодії» [7, с. 74]. З наукової літератури ми знаємо, що «емоційний інтелект - це здатність розуміти, усвідомлювати і управляти власними емоціями, своєю мотивацією, думками і поведінкою, регулювати свій емоційний стан, а також це вміння управляти емоційними станами інших людей, помічати їхні актуальні потреби, співпереживати і розвивати їхні сильні сторони» [22, с. 2]. Ми також погоджуємося з висновками щодо емоційного інтелекту, тому що це здатність, яка формується в процесі взаємодії людини.

Так, науковець О. Бекетова, К. Коширова, Н. Рудічева зазначали, що «розвинене «вміння конструктивно керувати емоціями» допоможе школяру розуміти і проявляти власні емоційні переживання, управляти своїм емоційним станом та поведінкою, покращити спілкування з однолітками, розв'язувати складні життєві ситуації і конфлікти у майбутньому житті» [6, с.15].

А дослідниця О. Коваль акцентувала увагу на тому, що керування емоціями – це «вміння людини вибрати серед широкого спектру можливих у конкретний момент емоційних реакцій таку, яка допоможе ефективно працювати, взаємодіяти та спілкуватися з людьми» [38, с.92].

Вміння керувати емоціями є одним із факторів, які формують ментальний стан, тобто загальний психоемоційний стан з думками, почуттями, рівнем тривожності, здатністю концентруватися та самооцінювати свою поведінку. Саме дослідники Д. Гелета та Т. Горшанкова провели аналіз ментального стану українців під час війни та зробили висновки, що «керування емоціями починається з усвідомлення, назви емоції, прийняття та раціоналізаторства» [15, с. 243].

Ми не можемо не розділити цю точку зору, адже у віці 6-7 років, прийшовши до 1 класу, дитина має певні особливості емоційної сфери. Ці особливості проявляються у щирості прояву емоцій, в імпульсивному реагуванні на зовнішні подразники, в емоційній нестійкості та різкій зміні настрою, в емоційному напруженні при переході від ігрової до навчальної діяльності. Задачею початкової школи є розвиток усвідомлення дитиною змісту почуттів, набуття досвіду керування емоціями [34, с.122]. Також в методичній літературі зазначено, що «рушійною силою навчання у молодших школярів постають пізнавальні інтереси», але інтерес до навчання «вкрай нестійкий». Емоційно-вольова сфера несформована, адже діти не можуть:

- оцінити власну діяльність і вчинки;
- нехтувати своїми інтересами заради спільних, групових інтересів;
- обмірковувати імпульсивні дії»

Тому «переважають побіжні інтереси, спрямовані на привабливі предмети, факти та явища (рефлекс «Що таке?») або на окремі захоплюючі, емоційно забарвлені види діяльності (малювання, ліплення, аплікація, драматизація, танці тощо)» [44, с.43].

В Енциклопедії сучасної України визначено поняття «вміння» як «здатність людини як суб'єкта діяльності до успішного свідомого розв'язання

практичної чи теоретичної задачі певного типу, тобто до досягнення певної мети за окреслених умов» [13, 1], а словник української мови розкриває це поняття як «здобута на основі досвіду, знання здатність належно робити що-небудь» [58, 1].

О.Гришко та Л.Клевака провели аналіз поняття «вміння» та визначили його як «володіння учнем різними операціями, раціональними прийомами, економними способами дій і свідоме їхнє застосування в роботі» [18].

Педагогічний словник містить визначення поняття «вміння» як «засвоєний суб'єктом спосіб виконання дії, який забезпечується сукупністю набутих знань і навичок» [16, с.58].

Також в словнику української мови є визначення поняття «керування» – «спрямовувати діяльність кого-, чого-небудь» та поняття «конструктивний» - «який може бути основою чого-небудь» [57, 1].

Тоді процес керування емоціями можна представити у вигляді схеми (див.рис.1.1)



Рис.1.1 Схема процесу керування емоцією

Для заохочення дитини навчитися керувати емоціями є мотивація. Ми, як педагоги, допомагаємо усвідомити необхідність зменшення конфліктів у спілкуванні для покращення самопочуття, зменшення стресу, збільшення ясності у прийнятті рішень, розвитку емоційної стійкості в складних реаліях.

Отже, поняття «вміння конструктивно керувати емоціями» має ключові складові – це здатність, ґрунтовність, спрямованість, чуйність. Здатність дитини розпізнавати власні емоції, розуміти їх вплив на поведінку та прийняття рішення, керування реакціями на будь-які подразники, уникати імпульсивності поведінки – все це призводить до ефективної комунікації, розвитку саморегуляції та соціальних навичок.

На нашу думку, сутність поняття вміння конструктивно керувати емоціями буде відображати складний процес формування здатності особистості усвідомлено, ґрунтовно, з чіткою внутрішньою спрямованістю, з урахуванням емоційного стану інших розпізнавати, регулювати та спрямовувати власні емоції для ефективної взаємодії.

1.2 Змішана форма навчання, її структура та функції

Ще під час пандемії COVID-19 всі школярі були змушені сидіти вдома, бо існувала заборона не тільки відвідувати заклад освіти, а й навіть виходити на вулицю та дихати свіжим повітрям. Перед керівництвом шкіл постало питання організації освітнього процесу в доступній формі для всіх. Звичайно, це можна було створити завдяки мережі Інтернет, у якій була необмежена можливість охопити всіх охочих до навчання. Отже, у той час в системі освіти України з'явилася нова форма організації навчальних занять – дистанційна.

З 2022 року по теперішній час Україна потерпає від повномасштабного вторгнення країни-агресора. До тих умов, які були створені при пандемії, додалися ще нові. Проблема організації освітнього процесу ще стала гострішою, бо педагогам довелося прилаштовуватися до умов перебування великої кількості школярів в різних країнах. Саме в цей час з'явилась форма навчання, яку раніше не застосовували у закладах освіти – це змішана форма навчання.

Як свідчить аналіз практичного досвіду вчителів України, кожен заклад освіти самостійно обрав моделі, які б охопили навчанням усіх здобувачів освіти, зокрема й тих, хто перебуває за кордоном. При цьому передбачено використання

різноманітних технологій, зокрема пояснювально-ілюстративного, проблемного, диференційованого навчання, а також інформаційно-комунікаційної, що полягає у використанні освітніх онлайн-платформ та цифрових інструментів в освітньому процесі [48, с.2].

Визначення поняття «змішана форма навчання» в нормативно-правовій базі України відсутнє. Державна служба якості освіти у статті зазначила, що «змішане навчання – це навчання (blended learning), за якого частина пізнавальної діяльності учнів відбувається на уроці під безпосереднім керівництвом учителя, а інша – у самостійній роботі з електронними ресурсами». [29, с. 2]. Тобто змішана форма навчання – це організаційна форма навчання, при якій відбувається поєднання очного навчання з дистанційним.

Очне навчання, до якого всі звикли, представляє собою синхронну роботу вчителя та школярів в закладі освіти, при цьому освітній процес відбувається згідно з розкладом та формою проведення - уроком.

Дистанційне навчання в Україні було запроваджено вперше під час пандемії, а реалії сьогодення вимагають досі додержуватися в деяких випадках цієї форми навчання. При дистанційному навчанні освітній процес може відбуватися як в асинхронному режимі, так і синхронно. Це викликано тим, що багато школярів знаходяться за межами країни та не мають можливості приєднуватися до уроків відповідно до розкладу закладу освіти.

Змішаною формою навчання передбачено проведення освітнього процесу в різних форматах:

- ротаційна модель (здобувачі освіти чергують роботу в класі з роботою в дистанційному режимі);
- гнучка модель (здобувачі освіти працюють за індивідуально налаштованим розкладом в дистанційному режимі, але вчитель координує діяльність учнів як очно, так і дистанційно);
- особистісно орієнтована модель (навчання відбувається за індивідуальною освітньою траєкторією);

- модель збагаченого віртуального середовища (навчання проходить в дистанційному форматі, але є можливість для школярів відвідувати певні уроки в очному форматі).

Як правило, школи обирають декілька форматів роботи при змішаному навчання. Це допомагає охопити велике коло охочих. Безумовно, вибір тієї чи іншої форми навчання залежить від зовнішніх та внутрішніх чинників. Ці чинники взаємопов'язані, тому заклади освіти аналізують їх та запроваджують правильне рішення.

До зовнішніх чинників можна віднести:

- безпекову ситуацію у регіоні;
- епідеміологічну ситуацію;
- матеріально-технічне забезпечення;
- географічні або транспортні умови;
- рішення місцевих органів влади, рекомендацій Міністерства освіти і науки України;
- соціально - економічні умови для населення.

До внутрішніх чинників відносять:

- педагогічну компетентність вчителя;
- особливості контингенту здобувачів освіти;
- освітню стратегію закладу;
- матеріально-технічну базу;
- психологічний клімат;
- досвід попередніх впроваджень.

Чинники впливу на вибір тієї або іншої форми навчання представлено у вигляді схеми (див. рис.1.2.1)

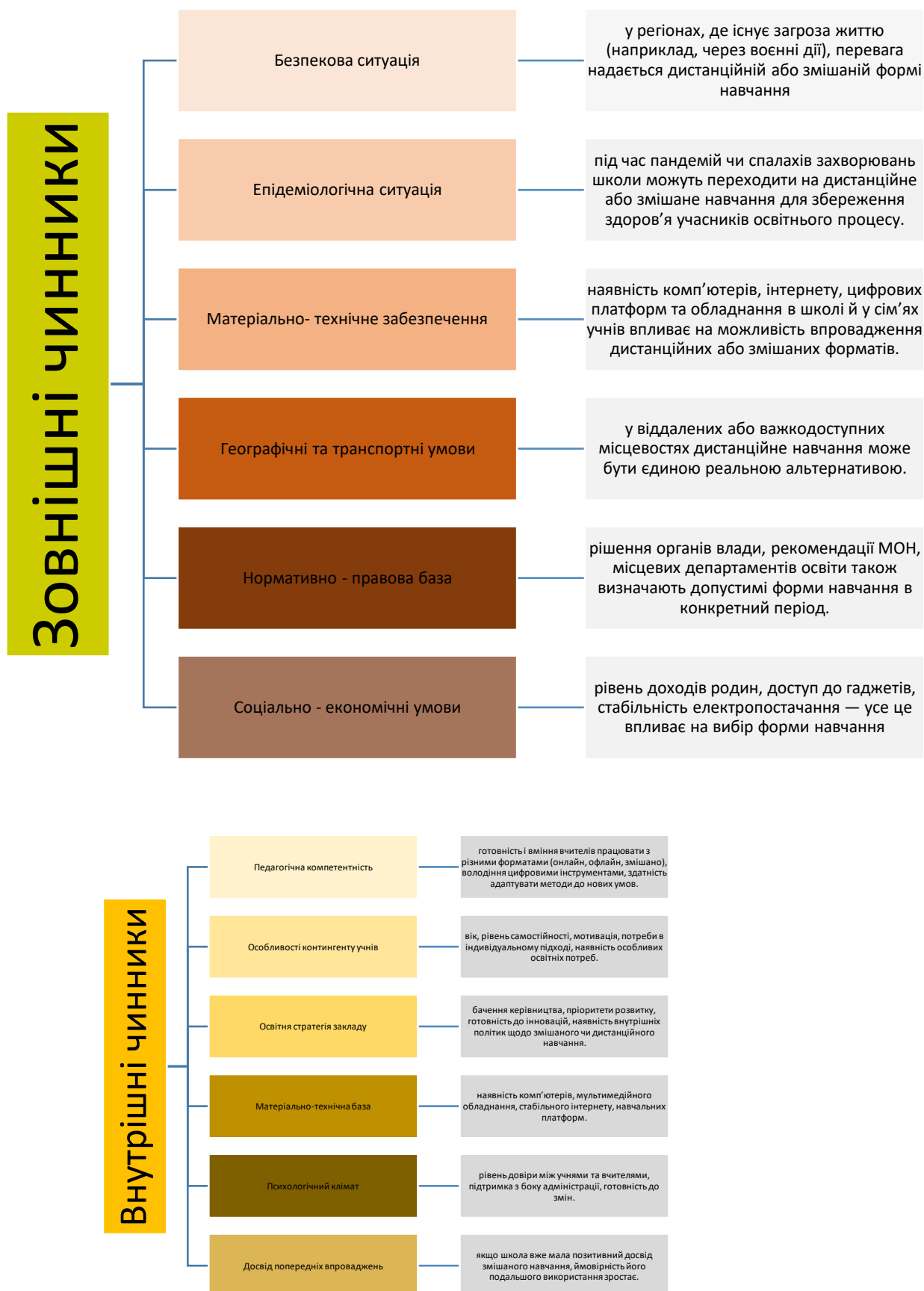


Рис.1.2.1 Чинники впливу запровадження форми навчання

Суттєві відмінності очної та змішаної форм відображено у таблиці (див.табл.1.2.2)

Таблиця 1.2.2

Спільні та відмінні характеристики очної та змішаної форми навчання

Назва критерію	Очна форма навчання	Змішана форма навчання
	Відмінне	
Модель	Комунікативна	Інтерактивна
Формат проведення занять	Класно-урочная	З використанням комп'ютерних і телекомунікаційних технологій
Форми	Синхронне навчання	Синхронне та асинхронне навчання
Рівень гнучкості навчання	Фіксований розклад	Висока гнучкість, адаптація розкладу
Технічні вимоги	Мінімальні	Стабільний доступ до мережі Інтернет, наявність цифрових пристроїв
Соціальна взаємодія	Високий рівень живого спілкування	Частково обмежений
Рівень самостійності здобувачів освіти	Мінімальний, більш під контролем вчителя	Більше самостійності, потребує самоорганізацію
	Спільне	
Суб'єкти	Вчитель та здобувачі освіти	
Рівень самостійності здобувачів освіти	Активна участь здобувача освіти	

При будь-якій формі навчання існують як переваги, так і недоліки (див. табл. 1.2.3 та табл. 1.2.4)

Таблиця 1.2.3

Переваги очної та змішаної форм навчання

Очна форма	Змішана форма
Спрямованість на досягнення результатів	
Безпосереднє спілкування між учасниками освітнього процесу	Індивідуалізація навчання
Швидкий зворотний зв'язок	Зворотний зв'язок
Дисципліна, виховання	Гнучкість навчання
Практичні заняття	Безперервність освіти
Мотивація	Підвищення мотивації
Соціалізація	Підвищення рівня самостійності та відповідальності
Не потребує використання технічних засобів	Розвиток цифрових навичок

Таблиця 1.2.4

Виклики очної та змішаної форм навчання

Очна форма	Змішана форма
Якісна організація освітнього процесу	
Обмеженість адаптації	Технічна нерівність
Тільки фізична присутність	Потреба в цифровій грамотності
Високі витрати часу та ресурсів	Підвищене навантаження на вчителя
Нерівний доступ до якісної освіти	Відсутність єдиної моделі навчання
Менше можливостей для індивідуалізації	Проблеми з оцінюванням

Психоемоційне навантаження	Психоемоційне навантаження
Залежність від зовнішніх умов	Складність організації

Отже, вибір формату навчання залежить від багатьох чинників, тому слід враховувати як зовнішні, так і внутрішні фактори. Обравши змішану форму навчання, можна отримати гнучкість, індивідуалізацію, безперервність, підвищення мотивації, рівня самостійності та відповідальності. У реаліях сьогодення змішана форма набула популярності та задовольняє майже всі вимоги щодо організації освітнього процесу.

1.3 Модель вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови

Концепція Нової української школи передбачає організацію освітнього середовища, в якому діти «навчатимуться справлятися зі стресом та напругою» [36, с.18].

Як зазначено в Державному стандарті початкової освіти, «збагачення емоційно-чуттєвого досвіду», «спілкування українською мовою для культурного самовираження, користування ним в особистісному та суспільному житті, міжкультурному діалозі» передбачено при вивченні української мови та літератури [50, с.4]. Також зазначено вимоги щодо загальних та обов'язкових результатів навчання здобувачів освіти з мовно-літературної галузі (українська мова) у 2 класі: «доречне реагування на інформацію», «розпізнавання емоції своїх співрозмовників», «використання вербальних та невербальних засобів для передачі емоцій та настрою», «розповідь про власні відчуття та емоції від прослуханого/побаченого», «відтворення емоцій літературних персонажів під час інсценізації» тощо [50, с.10]. Таким чином, ми бачимо, що закладається фундамент для формування вміння конструктивного керування емоціями у молодших школярів на уроках української мови, починаючи з першого класу, і подалі удосконалюється в наступних класах початкової школи.

Ми знаємо, що перед вчителями виникають завдання щодо формування вміння керувати емоціями. По-перше, ми маємо навчити здобувачів освіти усвідомлювати власні емоції та емоції інших. Це дасть змогу краще зрозуміти себе, побудувати глибші стосунки з оточуючими та прийняти мудріші рішення. Цей етап формування складається з декількох кроків:

- емоційна грамотність;
- самоспостереження за власними емоціями;
- розпізнавання тригерів, які викликають сильні реакції.

Емоційна грамотність – це здатність розпізнавати, правильно називати, виражати емоції. У молодших школярів розпочинається з ознайомлення емоцій, тобто правильного називання, яке допомагає зменшити інтенсивність переживання. Дітям показують зображення з емоцією та називають її. Можна запропонувати вимовити фразу: «Я зараз злий (-а)/ засмучений (-а)» тощо. На уроках української мови до назв емоцій можна підбирати слова – синоніми або слова – антоніми. Наприклад, назвати емоцію, яку відчуваєш словами: «Це не злість, а лише роздратованість» Це збільшує словниковий запас та розширює усвідомлення емоції.

Самоспостереження представляє собою внутрішню розмову з собою, яка допомагає краще зрозуміти свої реакції, потреби та емоційний стан. Для формування вміння самоспостереження існує декілька способів:

- ведення емоційного щоденника, в який записують протягом дня відчутті емоції при різних ситуаціях. Це допомагає знайти закономірності у власних переживаннях.
- фізично відчувати емоції допомагає відповідь на питання: «Де я відчуваю емоцію в тілі?» Це допомагає встановити зв'язок між тілом і емоціями.

Важливим аспектом є розпізнавання тригерів, які викликають негативні реакції. Це як виявлення «червоних кнопок», які запускають внутрішні реакції. Коли дитина навчиться відрізняти ці подразники, то зможе захистити свій внутрішній спокій. Наприклад, запропонувавши дитині розказати, що трапилося або як вона відреагувала, вона зможе виокремити фактори, які викликали

негативну реакцію і в подальшому конструктивно реагувати. Або існує ще одна активність, як відстеження повторюваності. При цьому дитина відчуває одні й ті самі емоції при схожих обставинах та розуміє, що це сигнал того, що тут присутній тригер.

По-друге, ми навчаємо школярів аналізувати та інтерпретувати емоції. Цей етап, який допомагає не просто відчувати емоцію, а розібратися в тому, що відбувається всередині та чому. Результатом цього етапу буде краще розуміння себе та формування здатності уникати імпульсивних реакцій. Таким чином, ми навчаємо досліджувати взаємозв'язок між емоцією, думкою та поведінкою. Можна запропонувати дитині спочатку ідентифікувати емоцію, визначити джерело, яке спричинило цю емоцію, проаналізувати силу емоції за шкалою від 1 до 10, де 1 – це незначна сила, а 10 – це максимальна. Потім дитина інтерпретує емоцію та дає відповідь на питання: «Що ця емоція хотіла сказати їй?» Заключним кроком на цьому етапі є рефлексія, дитина може аналізувати минулі реакції та передбачати наслідки.

Далі акцент роблять на стратегію регуляції, тобто здатності усвідомлювати, управляти та коригувати власні емоції, особливо при стресових ситуаціях. Особливістю цього періоду є не пригнічення почуттів, а навпаки розвиток навички поводження з емоціями з користю, без шкоди для себе й інших. Це ми можемо досягнути завдяки технікам миттєвого заспокоєння (глибоке дихання, заземлення, сканування тіла тощо). Також існують довгострокові звички для формування емоційної стійкості (регулярні фізичні вправи, ведення щоденника емоцій, медитація, спокійний сон, здорове харчування та дотримання питного режиму). Прикладами вправ можуть бути:

- дихальні вправи, які активують парасимпатичну систему організму, яка відповідає за режим «відпочинок та відновлення» та заспокоюють нервову систему.
- «Я – висловлювання» (вміння перефразувати репліку з «ти» на «я», що в свою чергу знімає звинувачення);

- «стоп-пауза» (здатність перед тим як висловитися, зробити глибокий вдих, щоб прибрати хаос в емоціях та обрати доречні слова);
- розвантаження через тіло (робити рухи для зниження напруги);
- творчість (вміння через письмо, музику, малювання або танець показати емоцію, коли важко її пояснити).

Існує модель емоційної регуляції Гросса, яка передбачає послідовність ситуація-увага-оцінка-реакція. Також існує концепція емоційної регуляції Томпсона, яка зорієнтована на «зовнішні процеси, відповідальні за моніторинг, оцінку та модифікацію емоційних реакцій» [52, с.5].

Четвертим етапом формування вміння конструктивно керувати емоціями є емоційна відповідальність та соціальні навички. Ці дві складові формують зрілу, усвідомлену особистість, створюють основу для лідерства, співпраці та внутрішньої гармонії. Молодші школярі вже вміють усвідомлювати свої емоції без заперечення або перекладання провини на інших та навчаються приймати відповідальність за свої реакції та регулювати свої емоції конструктивно, без руйнації стосунків.

Соціальні навички представляють собою набір умінь для ефективної взаємодії з іншими (див. рис.1.3.1)

Комунікація	Емпатія	Адаптивність	Вирішення конфліктів	Самопрезентація
• Чітке висловлення думок, активне слухання	• Розуміння почуттів інших, співпереживання	• Гнучкість у спілкуванні, відкритість до змін	• Здатність до компромісу, конструктивний діалог	• Вміння подати себе впевнено й щиро

Рис.1.3.1 Ключові компоненти соціальних навичок.

Педагоги розвивають здатність до емпатії, розуміння інших. Саме емпатія – це суперсила, яка допомагає відчувати інших. Для розвитку цієї здатності існують внутрішні практики та практики дії. До внутрішніх ми відносимо здатність уважно слухати, спостереження за невербальними сигналами, призупинення оцінювання, уява себе на місці іншого. Правило практики дії – це перепитати та уточнити, проявити щирі підтримку, прояв чуйних реакцій.

Останнім етапом формування вміння керувати емоціями є трансформація, тобто формується процес глибоких змін, який приводить до якісного перетворення форми, структури та сутності емоції. При особистісній трансформації відбуваються зміни переконань, цінностей, поведінки, молодші школярі переосмислюють життєві цілі та відбувається робота над емоційною зрілістю та самопізнання. А також відбувається соціальна трансформація – змінюються культурні норми, цінності. Існують наступні етапи трансформації (див.рис.1.3.3) [74, с.2].



Рис.1.3.3 Етапи трансформації

На першому етапі відбувається усвідомлення того, що існують потреби щось змінити, потім відбувається аналіз ситуації для виявлення сильних та слабких місць. Наступним кроком планується стратегія, в якій зазначаються цілі, етапи та ресурси для змін. Відбувається впровадження змін, тобто реалізація стратегії, оцінюються результати, які інтегруються в життєві ситуації.

Отже, модель формування вміння конструктивно керувати емоціями можна представити у вигляді схеми (див. рис.1.3.2)

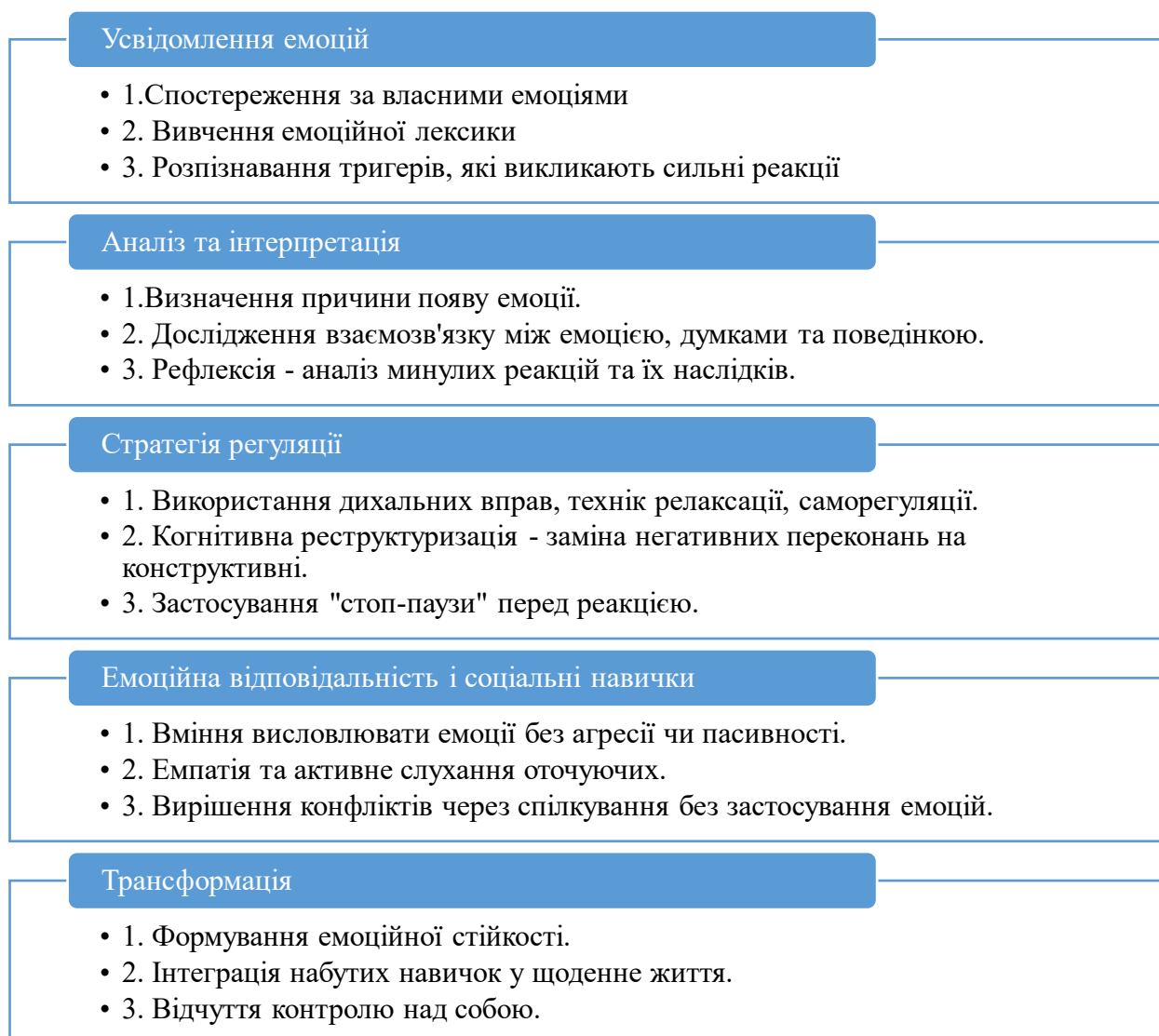


Рис.1.3 Модель формування вміння конструктивно керувати емоціями

Таку модель поетапного формування вміння конструктивно керувати емоціями можна інтегрувати на будь-якому уроці — від вивчення граматики до аналізу художнього тексту.

Висновки до розділу 1

На підставі всього вищевказаного можна зробити висновок, що вміння конструктивно керувати емоціями — це наскрізне вміння Нової української

школи, яке інтегроване в усі освітні компетенції. Закон України «Про освіту» визначає це вміння як універсальне для розвитку особистості у сучасному світі.

Воно базується на емоційному інтелекті, де самоусвідомлення є центральним компонентом та формується поступово через усвідомлення, регулярну практику, інтеграцію у реальне життя та рефлексію.

Вміння конструктивно керувати емоціями — це складна, але надважлива навичка для формування гармонійної, адаптивної, емоційно зрілої особистості. Її розвиток у початковій школі є ключовим кроком до ефективної освіти та соціалізації.

При формуванні вміння конструктивно керувати емоціями необхідною умовою є послідовність. Не можна ігнорувати деякі етапи формування. Так, на першому етапі діти усвідомлюють емоції, далі навчаються аналізувати їх. Згодом формується стратегія регуляції та з'являється емоційна відповідальність та соціальні навички, які трансформуються в емоційну стійкість як формулу контролю над емоціями.

Процес формування вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови в умовах змішаного навчання буде ефективним завдяки:

- 1) послідовності та наступності роботи над формуванням вміння керувати емоціями;
- 2) практичного застосування розробленої моделі різноманітних методів та засобів навчання для формування вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови;
- 3) застосування імерсивних технологій для формування вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови.

РОЗДІЛ 2. СИСТЕМА РОБОТИ З ФОРМУВАННЯ ВМІННЯ КОНСТРУКТИВНО КЕРУВАТИ ЕМОЦІЯМИ В УМОВАХ ЗМІШАНОГО НАВЧАННЯ

2.1 Стан досліджуваної проблеми у практиці шкільного навчання

Щоб визначитися щодо стану проблеми формування вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови необхідно проаналізувати чинне законодавство України, освітні програми, сучасні підручники/посібники, а також слід звернутися до сучасних онлайн-платформ з урахуванням змішаної форми навчання.

На стор.10 даної кваліфікаційної роботи при з'ясуванні сутності поняття вміння конструктивно керувати емоціями було проаналізовано Закон України «Про освіту», Державний стандарт початкової освіти та зазначено, що вміння конструктивно керувати емоціями є спільним для всіх ключових компетентностей (див. Додаток А). Також до наскрізних вмінь відносять «читання з розумінням, уміння висловлювати власну думку усно і письмово, критичне та системне мислення, творчість, приймати рішення, розв'язувати проблеми, здатність співпрацювати з іншими людьми», які нерозривно пов'язані з вміням конструктивно керувати емоціями на уроках української мови [50, с. 3].

Державний стандарт початкової освіти передбачає «всебічний розвиток дитини, її талантів, здібностей, компетентностей та наскрізних вмінь» [50, с.2]. Метою мовно-літературної галузі є формування компетентностей, таких як комунікативної, читацької, а також збагачення емоційно-чуттєвого досвіду, застосовуючи при цьому різні засоби мовленнєвої діяльності, при цьому передбачається діяльнісний підхід з ігровою діяльністю у 1-2 класів. Також у цьому документі визначені вимоги до обов'язкових результатів навчання здобувачів освіти з мовно-літературної освітньої галузі в першому циклі навчання. У межах свого дослідження хочемо виокремити наступні: «розпізнає емоції своїх співрозмовників, використовує відомі вербальні та невербальні

засоби для передачі емоцій та настрою», «розповідає про власні відчуття та емоції від прослуханого/побаченого, ввічливо спілкується», «пов'язує інформацію з тексту з відповідними життєвими ситуаціями», «розповідає про власні почуття та емоції від прочитаного тексту; відтворює емоції літературних персонажів під час інсценізації», «висловлює власні вподобання щодо змісту прочитаних творів, літературних персонажів, намагається пояснити, що подобається, а що ні», «на основі тексту малює/добирає ілюстрації, фіксує інформацію графічно» [50, с.8].

За словами О.Вашуленка, формування читацької компетентності «спонукає дітей до формулювання емоційно-оцінних суджень». Науковиця виділяє наступні етапи:

- сприймання художнього твору;
- розуміння змісту художнього твору;
- усвідомлення дій і вчинків героїв;
- емоційний відгук на поведінку і вчинки героїв у формі співчуття, співпереживання, схвалення, засудження тощо;
- оцінно-етичні висловлювання дітей щодо поведінки і вчинків героїв;
- мотивація висловленої оцінки [12, с.11].

Для з'ясування стану формування вміння конструктивного керування емоціями у молодших школярів в умовах змішаного навчання на уроках української мови було порівняно Типові освітні програми О.Я. Савченко та Р.Б. Шияна.

Згідно з Типовою освітньою програмою О.Я. Савченко, однією метою мовно-літературної галузі є «збагачення емоційно-чуттєвого досвіду», а також «розвиток здатності спілкуватися українською мовою для духовного, культурного й національного самовияву». Початковий інтегрований курс української мови містить такі змістові лінії:

- «Взаємодіємо усно»;
- «Читаємо»;
- «Взаємодіємо письмово»;

- «Досліджуємо медіа»;
- «Досліджуємо мовні явища» [65, с.6].

Таблиця 1.3.

Характеристики змістових ліній типової освітньої програми

Савченко О.Я.

Змістова лінія	Що передбачає	Очікувані результати
«Взаємодіємо усно»	формування вміння аналізувати та інтерпретувати почуте, оцінювати усну інформацію, практичного оволодіння діалогічною формою мовлення, етикетними нормами культури спілкуванні	з увагою сприймає усні репліки співрозмовника, перепитує, доречно реагує на них; висловлює своє ставлення до почутого: до подій, персонажів тексту; розповідає про власні почуття, які викликав прослуханий текст; пояснює, чому щось подобається, а щось ні; використовує доречно силу голосу, темп мовлення, міміку, жести, рухи; користується формулами мовленнєвого етикету (ввічливими словами); дотримується правил спілкування; використовує відповідно до ситуації спілкування несловесні засоби (жести, міміка тощо); регулює дихання, силу голосу і темп мовлення у процесі спілкування; розповідає про свої спостереження, враження, події з власного життя
«Читаємо»	формування і розвиток навичок читання, аналізу та інтерпретації змісту текстів, роботи з різними джерелами інформації	правильно інтонує прості речення будь-якого виду; користується найпростішими прийомами регулювання темпу читання, сили голосу, дихання залежно від змісту тексту (самостійно та за завданням учителя); визначає емоційний настрій літературних жанрів; встановлює зв'язки між подіями, дійовими особами; розповідає про свої загальні враження, почуття від прочитаного, (що саме сподобалося / не сподобалося, що

		було цікаво / нецікаво, що нового дізнався / дізналась); пов'язує зміст прочитаного зі своїми знаннями, попереднім читацьким, а також власним життєвим емоційно-чуттєвим досвідом; бере участь у колективному обговоренні прочитаного; зацікавлено й уважно слухає співрозмовників, толерантно ставиться до їхніх думок, пояснює своє розуміння дискусійних питань; виявляє в тексті і пояснює зміст графічної інформації (емотикони тощо);
«Взаємодіємо письмово»	формування і розвиток навичок письма, створення власних письмових висловлень, перевірки й редагування текстів	пише розбірливо, охайно з однаковим нахилом букв; дотримується свідомо гігієнічних правил письма; обмінюється елементарними письмовими повідомленнями (записка, лист, вітальна листівка та ін.); удосконалює текст із часто повторюваними словами шляхом заміни їх синонімами та займенниками (без уживання термінів)
«Досліджуємо медіа»	формування вміння роботи з медіапродукцією	сприймає й обговорює прості медіапродукти; пояснює зміст вербальної і невербальної інформації в медіапродуктах; висловлює свої думки і почуття з приводу прослуханих / переглянутих медіапродуктів (коміксів, дитячих журналів, реклами); створює прості медіапродукти (листівка, смс-повідомлення, фотоколаж тощо) з допомогою інших осіб
«Досліджуємо мовні явища»	формування вміння правильної вимови та написання слів	розпізнає слова, близькі і протилежні за значенням; розрізняє пряме й переносне значення слів; пояснює різні значення багатозначних слів;

		розподіляє ряд слів на 2 групи за смисловою ознакою, доповнює кожен групу 2-3 словами; доречно вживає слова різних лексичних груп у власному мовленні; добирає до відомого предмета відповідні ознаки; розпізнає речення за його основними ознаками; правильно відтворює інтонацію розповідних, питальних і спонукальних, окличних та неокличних речень; знаходить у художніх текстах виражальні засоби мови, пояснює їх роль
--	--	--

У той же час Типовою освітньою програмою Р.Б.Шияна передбачено «досягнення учнями обов’язкових результатів навчання, визначених Державним стандартом початкової освіти» [66, с.1], на мовно-літературну освітню галузь у другому класі відводиться 5 годин на тиждень, на відміну від 7 годин, передбачених Типовою освітньою програмою О.Я.Савченко. Разом з тим у програмі Р.Б. Шияна додано перелік рекомендованих форм організації освітнього процесу, де зазначені мистецькі проекти, сюжетно-рольові ігри, інсценізація, ситуаційні вправи для розвитку емоційно-вольової сфери молодших школярів. На відміну від програми О.Я.Савченко, програма Р.Б.Шияна містить додаткову змістову лінію «Театралізуємо», в якій передбачено розвиток комунікативних умінь, а також дослідження «несловесних засобів спілкування» [66, с.5].

Також у змістовій лінії «Читаємо» програми Шияна Р.Б. чітко визначений «емоційний вплив творів на читача» [66, с.9], до якого відносять здатність дитини описати свій настрій після прочитаного твору та порівняти з почуттями свого власного життєвого досвіду.

Існує ще одна особливість у змістовій лінії «Взаємодіємо письмово», програми Р.Б. Шияна: передбачено у пропонованому змісті «спілкування за допомогою цифрових пристроїв» [66, с.10], а саме застосування піктограм для

зображення емоції, чого немає у програмі О.Я. Савченко.

Якщо проаналізувати змістову лінію «Досліджуємо медіа», у програмі Р.Б.Шияна ми бачимо, що акцентується увага на емоційно-ціннісному орієнтуванні молодшого школяра. А змістова лінія «Театралізуємо» підсумовує зміст всіх ліній та розвиває здатність молодших школярів не тільки висловлювати свої почуття, а й розуміти почуття інших, підбирати інтонації та мову тіла щодо будь-якої ситуації. Також всі змістові лінії в програмі Р.Б. Шияна не виокремлюються за роками навчання, в той же час програма О.Я. Савченко передбачає чітке розділення на роки навчання.

У той же час О.Я. Савченко зазначила, що «читання художніх творів, у яких розкривається внутрішній світ переживань, думок, мрій людини, розширює життєвий досвід, сприяє усвідомленню ними цінностей, норм поведінки, які підтримуються суспільством» [55, с.3].

З урахуванням змішаної форми навчання ми звертали увагу на доступність підручників. У відкритому доступі є достатня кількість підручників та посібників. Відповідність підручників до освітніх програм (див.табл.2.1)

Табл.2.1

Розподіл підручників з української мови та читання

Нової української школи за авторами відповідно до освітніх програм

№ з/п	Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Савченко О.Я.	Освітня програма, розроблена під керівництвом Шияна Р.Б.
1.	Н.Кравцова, В.Романова, А.Савчук	О.Іщенко, С.Логачевська
2.	М.Захарійчук	І.Большакова
3.	М.Вашуленко, С.Дубовик	Г.Сапун, О.Придаток
4.	І.Цєпова, Л.Тимченко, М.Коченгіна	Г.Остапенко
5.	М.Чумарна	В.Наумчук, М.Наумчук, Н.Коник
6.	А.Савчук	
7.	О.Савченко, І.Красуцька	
8.	Л.Варзацька, Т.Трохименко	
9.	К.Пономарьова	

Як ми бачимо, більшість підручників відповідає освітній програмі О.Я.Савченко, тому що вона є частиною реформи Нової української школи, враховує вікові та психофізіологічні особливості молодших школярів та спрямована на розвиток ключових компетентностей, творчості, самостійності,

допитливості та готує до життя в суспільстві, а програма Шияна Р.Б. слугує альтернативною моделлю початкової освіти та має інтеграційну складову. Освітня програма Шияна Р.Б. приділяє увагу формуванню вміння керувати емоціями в межах соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі, що не відповідає темі нашого дослідження. Натомість освітня програма Савченко О.Я. інтегрує розвиток емоційної складової через ключові компетентності та наскрізні вміння.

Державна служба якості освіти надала рекомендації щодо організації викладання української мови та літератури в умовах воєнного стану, в яких зазначила, що вчителям «варто зосередити роботу навколо чотирьох видів мовленнєвої діяльності — слухання й говоріння, читання та письма» [75, с.2]. Тому будемо враховувати ці рекомендації при аналізі сучасних підручників.

Отже, перший підручник, який було проаналізовано належить самій авторці освітньої програми О.Я. Савченко та І.В. Красуцькій [54]. В ньому елементи формування емоційної компетентності інтегруються через мовленнєві завдання, тексти для читання та вправи на розвиток критичного мислення. Тексти для читання містять морально-етичну складову та представлені у вигляді оповідань, казок та віршів, які порушують тему дружніх стосунків, емпатії та відповідальності. Для розвитку комунікативних здібностей запропоновані вправи на створення діалогу, рольові ігри, які мають підґрунтя із життєвих ситуацій. Також цей підручник містить ілюстрації, їх небагато, але вони відповідають змісту теми. Для вчителя є можливість відстежити, як учні вміють висловлювати почуття, реагувати на емоційні ситуації (див.

Додаток Е)

Наступний підручник авторів І. Цепової, Л. Тимченко, М. Коченгіної, за яким опановував новий матеріал досліджуваний клас [70]. У підручнику є героїце Дивослово, Оленка та Петрик, зроблено акцент на мовленнєві завдання та тексти, як і в підручнику О.Я. Савченко, але ще присутні ситуаційні вправи. На підставі текстів з емоційним забарвленням (казки, оповідання, вірші) дітей вчать бути добрими, допомагати та поважати інших, обговорювати емоції героїв та власні переживання. Ситуаційні завдання представлені у вигляді вправ типу «Як би ти вчинив?», «Що відчуває герой?». Також значна частина навчання присвячена рольовим іграм та діалогам, які моделюють життєві ситуації та спонукають висловлювати власні думки та почуття (див. Додаток Ж)

Підручник авторки М. Чумарної [71] сконцентрований на формуванні емоційної грамотності молодших школярів, він має гуманістичну спрямованість, також через інтеграцію мовної діяльності з етичними та естетичними цінностями формує емоційну компетентність у молодших школярів. В ньому присутні тексти з глибоким моральним змістом, поетичні твори, також є ситуаційні вправи та ілюстрації із запитаннями. Все це формує в учнях доброзичливість, співчуття, внутрішню гармонію, стимулює емоційне сприйняття та естетичне переживання, вчить аналізувати ситуації, розпізнавати почуття (див.

Додаток 3)

У підручнику авторки А. Савчук [56] присутні мовно-логічні завдання, такі як аналіз ситуації, висловлення власних почуттів та розпізнання емоцій інших, також є завдання на мовні дослідження, які стимулюють критичне мислення та емоційне реагування. Цей підручник орієнтований на гармонійний розвиток молодших школярів (див.

Додаток К).

Співавтори Л. Варзацька та Т. Трохименко [9] теж приділили увагу в своєму підручнику формуванню емоційної компетентності. Він містить вправи на емоційне усвідомлення, наприклад, «Які почуття викликає ця ситуація?», «Емоційний щоденник», в який учні записують, що вони відчували протягом дня та як ці емоції вплинули на поведінку. Також присутні тексти про дружбу та підтримку, комунікативні завдання у вигляді рольових ігор та обговорення ситуацій (див.

Додаток Р)

Підручник К. Пономарьової [49] реалізує формування вміння конструктивно керувати емоціями на підставі компетентісного підходу. Завдяки текстам з морально-етичним змістом, молодші школярі опановують добрі вчинки та набувають вмінь співчувати оточуючим, аналізувати вчинки головних героїв творів та власні переживання. Також пропонуються рольові ігри із життєвих ситуацій. Для вчителя є можливість формального оцінювання щодо сформованості вміння керувати емоціями (див.

Додаток М).

У підручниках авторів Н. Кравцової та О. Придаток [37] формування емоційного інтелекту реалізується опосередковано, а саме через завдання емоційного та морального спрямування, усну взаємодію, рефлексію емоцій. (див.

Додаток Н).

Автори М. Захарійчук (1 ч.) [26] та М. Захарійчук у співавторстві з М. Іванчук (ч.2) [27] до питання емоційного інтелекту підійшли системно, через мовно-комунікативні, емоційно-ціннісні, виховні та інтегровані завдання. А саме завдяки емоційно насиченим текстам молодші школярі навчаються розпізнавати, називати, аналізувати емоції, шляхом з'ясування відповіді на запитання до текстів розвивається рефлексія, емпатія, вміння підтримати та надати пораду, моделювання ситуацій формує регуляцію власних емоцій. Цей підручник відрізняється від попередніх тим, що є завдання з пошуком позитивного вирішення конфлікту, контролем реакцій, тренування конструктивного мислення замість імпульсивних реагувань (див.

Додаток П).

Підручник М. Вашуленко (ч.2) [11] вміння керування емоціями формує через мовно-комунікативну діяльність. Аналізуючи емоційні тексти, школярі впізнають емоції, співпереживають, порівнюють із власним досвідом, аналізують варіанти поведінки героя, тим самим навчаються контролювати власні реакції. Завдання на пошук відповідей на запитання після прочитаного тексту сприяють рефлексії власних емоцій і почуттів інших, збагачують емоційний словник дитини, формують позитивну модель поведінки. Завдання на розігрування сценки або пояснення своєї думки розвивають емоційний інтелект та формують мовленнєву культуру (див.

Додаток Р).

Проаналізовані підручники відповідають освітній програмі О.Я. Савченко, деякі з них інтегровані, а є і такі, в яких українська мова відокремлена від літературного читання. Кожен підручник напряму або опосередковано сприяє формуванню вміння конструктивно керувати емоціями. Завдяки цікавим завданням молодші школярі розпізнають емоції у себе та в інших, аналізують ситуації, рефлексують. Але, незважаючи на позитивну динаміку формування вміння керувати емоціями, є недоліки, а саме в підручниках, рекомендованих Міністерством освіти і науки України, не приділяється достатньо уваги формуванню вміння саморегуляції, що приводить до конструктивного вирішення проблеми.

Існують також підручники, які відповідають типовій освітній програмі Р.Б.Шияна. Серед них можна виділити підручник «Українська мова та читання» (ч.1,2) створений колективом авторів О.Л. Іщенко, А.Ю. Іщенко та С.П.Логачевською. У першій [31] та другій [32] частинах є передумови для формування емоційної грамотності, тобто уміння розпізнавати, виражати та керувати власними емоціями через тексти, вправи й інтегровані завдання.

Також для з'ясування стану проблеми формування вміння конструктивно керувати емоціями було проведено анкетування серед вчителів початкової школи Дніпропетровщині. Було опитано 16 вчителів, серед яких 43,8 % мали педагогічний стаж до 10 років, 25% - 10-20 років, 31,3% - понад 20 років.

Майже всі вчителі розуміють поняття «вміння конструктивно керувати емоціями» як «вміння висловлювати, розпізнавати свої емоції та емоції в інших, контролювати прояви емоції».

100% вчителі зазначили, що формування вміння конструктивно керувати емоціями дуже важливе, тому що воно допомагає долати стрес, розуміти себе й інших, стабілізує психоемоційний стан, створює позитивну атмосферу, покращує здатність концентруватися, формуються доброзичливі стосунки.

Також всі вчителі зазначили, що приділяють увагу формуванню вміння конструктивно керувати емоціями, але не на всіх уроках, переважно на уроках

мовно-літературної освітньої галузі. Тільки 5 вчителів позначили всі уроки. Це говорить про те, що не всі вчителі початкових класів розуміють, що формувати вміння конструктивно керувати емоціями можна при вивченні будь-якого предмету, а не тільки читання.

Одностайно вчителі зазначили, що стикаються з проблемами при формуванні цього вміння. Серед цих проблем головне місце посідає воєнний стан, діти стали емоційно нестабільні, через велику кількість повітряних тривог вчителі не мають часу приділити достатньо уваги для формування вміння. Також вчителі акцентували увагу на тому, що дорослі пригнічують емоції, тому діти не здатні проявляти емпатію до оточуючих. Ще однією проблемою є нерозвинений емоційний запас слів. Отже, формування вміння конструктивно керувати емоціями відбувається з певними труднощами.

З приводу рівня сформованості вміння конструктивно керувати емоціями майже 100 % відповіли, що головним інструментом є спостереження, тільки 1 вчитель зазначив, що використовує малюнкові методики, прості діагностичні вправи на розпізнавання емоцій та 2 вчителі розділили цю задачу з практичним психологом закладу освіти. Це показує, що вчителі не приділяють достатньо уваги визначенню рівня сформованості вміння керувати емоціями.

Вище було зазначено, що формування вміння конструктивно керувати емоціями – це важливий аспект освітнього процесу. Цьому питанню необхідно приділяти частину часу, який дитина проводить у закладі освіти. Як відомо, через гру дитина сприймає світ, отримує інформацію, реалізує на практиці набутті знання. Тому для реалізації всіх вищевказаних завдань оптимальним варіантом є застосування ігор в освітньому процесі. Гра здатна розвинути навички спілкування, творчість, фантазію, уяву, пам'ять, увагу, логічне мислення [47, с. 125]. Як указують Н. Заячківська та Н. Кашуба, «у грі існує суб'єктивна свобода для кожної дитини» [28, с.17], при ігровій діяльності дитина опиняється у звичному для неї середовищі, тому гра має позитивний вплив на емоційну складову. Молодші школярі під час гри отримують інструкції, поступово наближаються до мети, дотримуючись правил, виступають в ролі

будь-кого, при цьому спостерігається зміна та різноманітність проявів емоцій та почуттів. Саме через гру дитина сприймає світ. Тому, коли ми говоримо про змішану форму проведення уроків української мови, ми розуміємо, що важливим аспектом є мотивація освітньої діяльності молодших школярів, і головним інструментом в сучасному світі є інновації. Це імерсивні технології, які здатні викликати «ефект повного або часткового занурення людини у віртуальне середовище» [30, с.1].

З 16 вчителів початкової школи тільки 25% знайомі з імерсивними технологіями. 75% вчителів, які мають педагогічний стаж роботи понад 20 років навіть не чули про такі інноваційні методи навчання. Це свідчить про те, що вчителі початкових класів не розуміють що таке імерсивні технології.

Коли ми розкрили поняття імерсивних технологій, то з'ясувалося, що імерсивні технології на уроках для формування вміння конструктивно керувати емоціями використовують 5 опитаних вчителів, використовують ігри з доповненою реальністю – 2 вчителі, AR-книги – 2 вчителі та VR-екскурсії – 1 вчитель.

При порівнянні відповідей про використання імерсивних технологій з педагогічним стажем вчителів, ми з'ясували, що вчителі, які мають стаж роботи на посаді вчителя понад 10 років не використовують ці інноваційні технології. Показники свідчать про те, що вчителі не опанували цифрові можливості для підвищення мотивації учнів, економії часу, наочності, зрозумілої та цікавою для дітей молодшого шкільного віку, інклюзивності для різних груп користувачів.

Як відомо, для заохочення молодших школярів до навчання повинен бути вмотивований та досвідчений педагог, тому особливу увагу слід приділяти підвищенню кваліфікації вчителів.

Всеукраїнська провідна онлайн - платформа «Всеосвіта» [14] активно впроваджує інноваційні підходи до навчання як педагогічних працівників, так і учнів. На цій платформі вчителі можуть підвищити свою кваліфікацію, перейняти досвід роботи досвідчених педагогів та отримати методичну

підтримку. Ми знайшли онлайн-конференцію «Сучасні тренди освітнього процесу: практичні кейси» [61], на якій можна було вдосконалити фахові компетентності для роботи в умовах розвитку штучного інтелекту та імерсивних технологій, а також вебінар «Технології стабілізації емоційного стану дітей» [64], де можна опанувати техніки емоційної стабілізації. Серед наукових робіт слід зазначити статтю Л.М. Закревської «Емоційно - когнітивна мотивація молодших школярів: інтеграція гейміфікації, арт-терапії та нейроосвітніх технологій у навчальний процес», присвяченій інноваційним технологіям формування емоційно-когнітивної мотивації з використанням ігрових елементів у навчальному процесі, творчих завдань для розвитку емоційного інтелекту [25].

Практична психологія Ю. Калініна на вебінарі «Розвиток емоційного інтелекту дітей та підлітків: техніки та вправи» [33] пропонує застосовувати коло емоцій для розуміння спектру емоцій від більш насичених до менш негативних (див.

Додаток Д).

Також Ю. Калініна звертає увагу на картки емоцій, які дозволяють розпізнавати емоції у себе та в оточуючих та формується емпатія. Також використання метафор є потужним інструментом при розвитку емоційного інтелекту, при якому діти порівнюють свою емоцію з якимось предметом. Це допомагає краще усвідомлювати свої емоції. Кольорові шкали емоцій – інструмент для відображення своєї емоції через колір. Тілесні прояви емоцій – фізичні сигнали тіла на емоцію, допомагають розуміти емоцію та краще справлятися з нею. Дихальні вправи можуть регулювати емоційний стан дитини. Для розвитку емпатії психологиня рекомендує використовувати вправу «На місці іншого», яка допомагає зрозуміти почуття іншої людини. Вправа «чарівна скринька допомоги» для розвитку емпатії, чим ми можемо допомогти людині, у якій поганий настрій. Для роботи в парі вправа «Я тебе розумію» розвиває вміння слухати та підтримувати інших. Вправа «Чарівні окуляри» допомагає бачити тільки хороше в інших. Також важливо збагачувати словниковий запас слів для розвитку емоційної грамотності та емпатії.

Т.М. Невмержицька у посібнику «Використання ігрових технологій в навчанні та вихованні молодших школярів» акцентує увагу на особливостях впровадження ігрових технологій в початковій школі, пропонуючи різнонаправлені форми, методи, прийоми [43]. О.Буйдіна пропонує лекцію–дискусію «Дизайн сучасного уроку: офлайнний і онлайнний режими», мета якого розширити та поглибити знання педагогів при організації змішаного формату навчання та дистанційного [20].

Багато вчителів та психологів присвячують свої розробки уроків для ознайомлення з поняттям емоція, емоційний інтелект, а також саморегуляції та впливу емоцій на навчання. Серед них можна виокремити вчителів початкової школи О.Смик [59], А.Малько [41], Н.Трегубенко [67], практичного психолога Ю.Рябінкіна [53], І.Столяр [21].

Також можна побачити рекомендації пропонувати через творчу діяльність дитини розвивати вміння пізнавати внутрішній світ та розкривати власну

унікальність. Серед вправ виділяються творчі роботи. Наприклад, після прослуховування твору висловити свої почуття, або застосування рольової гри («приміряти» образ героя твору) або використання авторських казок, персонажі яких викликають різні емоції.

Пропонують ігри на розвиток стресостійкості підбирати з урахуванням психологічного та морального стану кожного окремого класу. Серед ігор можна виділити гру – ланцюжок «Добре-погано», у якій одна дитина починає називати добрі вчинки, а інша підбирає протилежні. Також є гра - бесіда «А що буде якщо?», в якій дитині пропонують життєву ситуацію, яка часто трапляється та пропонують продовжити розвиток цієї ситуації. Не можна пройти крізь вправу «Уяви та домалуй», в якій пропонують дитині уявити людину, яку неприємно згадувати, та домалювати їй вуса або рожеві вуха кролика, або короткі штанці. Це допомагає дітям впоратися з неприємними емоціями та налаштуватися на позитив [35].

Деякі спеціалісти акцентують увагу на театралізованих іграх, які позитивно впливають на емоційну сферу дітей та дають дітям змогу підібрати відповідні емоції до різних ситуацій. Так, І. Жаркова та Л. Гладун довели, що існує поетапність формування емоційного інтелекту засобами театралізованої діяльності [24].

Всеукраїнська платформа «На урок» [68] також пропонує інтернет-конференції, вебінари щодо підвищення обізнаності вчителів із сучасними технологіями. Ми знайшли інтернет - конференцію «Створення навчальних відео: від ідеї до реалізації», яка пропонує ознайомлення з однією із трендових освітніх технологій – доповненою реальністю (AR – augmented reality) [60] . Також є курс «Ефективне навчання: інструменти для вчителя» [23], який має на меті ознайомлення із сучасними освітніми трендами та концепціями, спрямованими на підвищення ефективності освітнього процесу. Також на цій платформі можна знайти рекомендації щодо проведення уроків читання, а саме один із видів роботи з текстом – це читання уривку, який викликав певну емоцію або емоційно читати текст із зміною голосу. Ці вправи розвивають навички

розпізнавання емоцій у себе та в оточуючих, здатність проявляти емоцію, а також правильно підбирати інтонації до різного виду емоцій.

Наступна рекомендація - це удосконалення навички передавати характер персонажів через міміку та жести після прочитаних віршованих творів, а також застосовувати елементи театрального мистецтва.

Деякі фахівці акцентують увагу на свідомому виразному читанні творів в особах, що розширює знання дітей про інтонацію, удосконалює виразність та здатність проявляти емоції відповідно до певних обставин. Також підкреслює важливість розуміння тексту та правильної передачі в інтонації характерів дійових персонажів, оцінювання вчинків та виявлення мотивів поведінки [35].

Для вчителів початкової школи для самоосвіти рекомендуємо користуватися посібником «Нова українська школа: теорія і практика формування емоційного інтелекту в учнів початкової школи», в якому містяться апробовані методики розвитку емоційного інтелекту [39].

З приводу зарубіжного досвіду хочемо звернути увагу на групу фахівців консультативних центрів, розташованих в Сполучних штатах Америки (Меріленд, Вашингтон, Вірджінія, Нью-Йорк, Нью-Джерсі, Флорида), які допомагають подолати емоційні стани та навчитися керувати своїми емоціями. Вони наголошують, що «ефективне управління емоціями – це навичка, яку можна вивчити, відточити та опанувати свідомими зусиллями», та пропонують наступні методи:

- Самосвідомість через усвідомлення (зосередитися на фізичних відчуттях, тим самим створити простір між собою та своїми емоційними реакціями);
- Глибоке дихання (це потужний інструмент для досягнення спокою);
- Сила когнітивного рефреймінгу (зміна точки зору або переосмислення негативної думки);
- Розвиток здорових механізмів подолання труднощів (скласти список речей, які приносять радість і відчуття спокою) [69].

Також при формуванні вміння конструктивно керувати емоціями слід звернутися до доктора Деніела Гоулмана, експерта з емоційного інтелекту, який пропонує наступні методи емоційної регуляції:

- Медіація усвідомленості (техніка емоційного маркування);
- Діафрагмальне дихання (метод 4-4-4 - вдих на чотири рахунки, затримка, видих на чотири);
- Когнітивна реструктуризація:
- Вправи на прогресивну релаксацію [85, с.4].

Для вчителів початкової школи зарубіжні фахівці рекомендують навчати дітей:

- Розпізнавати емоції (картки з емоціями, розмови на теми «Як ви знаєте, коли ви відчуваєтеся щасливим, сумним чи злим?»)
- Навичкам контролю емоцій (створення незручних ситуацій або емоцій Див.

- Додаток С)
- Вирішувати проблеми (життєві ситуації)
- Створювати позитивну атмосферу в школі та класі [77, с.2].

До потужних інструментів зарубіжні фахівці ще відносять інтерактивні оповідання, які відіграють «фундаментальну роль в емоційному розвитку дітей», тому що «через історії та їхніх персонажів вони вчаться розпізнавати та розуміти власні емоції, а також емоції інших. Програма «Smile and Learn» пропонує інтерактивні завдання та мультимедійні ресурси, завдяки яким учні можуть створювати власні комікси, «приймаючи рішення щодо дій персонажів» [80].

Як ми бачимо, темі формування вміння конструктивно керувати емоціями приділяється увага, але не в достатній мірі. Сучасні підручники та посібники охоплюють завдання з розпізнавання емоцій, а завдань з формування та розвитку саморегуляції не містять. Також опитування вчителів показало, що не всі мають на меті приділяти час цьому питанню та не розуміють, як можна інтегрувати завдання з емоційного інтелекту на будь-якому уроці. Тому ми вирішили розробити та запропонувати власну систему роботи з формування вміння конструктивного керування емоціями у молодших школярів, яку можна використовувати на уроках української мови 2 класу згідно з освітніми програмами та тематичним плануванням.

2.2 Дослідно-експериментальна робота з формування вміння конструктивно керувати емоціями в учнів 2 класу на уроках української мови в умовах змішаного навчання

На початку нашої дослідницької роботи було висунуто гіпотезу щодо ефективного формування вміння конструктивно керувати емоціями. Експериментальне дослідження для перевірки ймовірності гіпотези проводилося на базі Дніпровської гімназії №55 Дніпровської міської ради протягом 2024-2025 навчального року. Це дослідження складалося з декількох етапів:

- встановлення рівня сформованості вміння керувати емоціями молодшими школярами;
- розробка та впровадження системи роботи з використанням імерсивних технологій на уроках української мови.

У дослідженні взяли участь учні 2-Б (20 чол.) та 2-В (20 чол.) класів, загальна кількість учнів склала 40 осіб. Експериментальним класом було обрано 2-В, а контрольним – 2-Б. Освітній процес в обох класах проходив за змішаною формою навчання, що відповідає умовам нашого дослідження. В експериментальному класі було запроваджено розроблену систему роботи щодо формування вміння конструктивно керувати емоціями.

Дослідження складалося з декількох етапів:

- константувальний (формулювання мети дослідження, аналіз літератури, вибір методів і засобів дослідження)
- формувальний (проведення самого експерименту, опитування, спостереження з фіксацією первинної інформації)
- контрольний (статистична обробка результатів, інтерпретація отриманих даних, виявлення закономірностей)

Таблиця 2.2.1

Характеристика кожного етапу експериментального дослідження[46].

Назва етапу	Мета етапу	Завдання етапу	Зміст роботи
Константувальний	Підготувати умови для проведення експерименту	1. Вибір об'єктів для експерименту 2. Визначення тривалості експерименту 3. Перевірка ефективності методики	1. Вибір методики та інструментів дослідження 2. Розробка власного інструментарію (анкети, тести) 3. Встановлення критеріїв оцінки змін
Формувальний	Реалізувати експериментальну програму та зафіксувати зміни	1. Провести експериментальні заходи 2. Здійснити проміжні вимірювання 3. Виявити труднощі та типові помилки	1. Інструктаж учасників опитування 2. Реалізація системи заходів 3. Підготовка освітніх заходів для впливу
Контрольний	Оцінити ефективність експерименту та	1. Аналіз кінцевих результатів	1. Порівняння початкового та кінцевого стану

	узагальнити результати	2. Визначення умов, при яких експеримент дав позитивний результат 3. Рекомендації щодо впровадження отриманих результатів	2. Фіксація змін у досліджуваному класі 3. Формулювання висновків та пропозицій
--	------------------------	--	--

Константувальний етап експерименту. На цьому етапі здійснювався пошук діагностичних методик щодо рівня сформованості наскрізного вміння конструктивно керувати емоціями у молодших школярів. Серед методів дослідження виділяють спостереження, бесіди, усне та письмове опитування, тестування та практичні завдання. До найпоширеніших діагностик відносять:

- діагностика «Емоційного інтелекту» Н.Холла, яка складається з 30 питань та допомагає визначити емоційну обізнаність, рівень управління своїми емоціями, самомотивацію, емпатію, розпізнавання емоцій інших людей [63];
- тест емоційного інтелекту Дж. Маєра, П. Селовея, Д. Карузо, який складається з 8 секцій (141 питання) та допомагає визначити рівень ідентифікації емоцій, емоційну фасилітацію мислення, розуміння і аналіз емоцій, здатність до саморегуляції та регуляції інших людей; [62];
 - опитувальник емоційного інтелекту Д.В. Люсін має 46 питань, в основу якого входить визначення здатності розуміння своїх та чужих емоцій та управління ними [45].

У зв'язку з тим, що експериментальне дослідження проводилося у дітей віком 7 та 8 років, ми вважаємо, що ці опитувальники занадто важкі для розуміння цієї віковою категорією. Тому було розроблено власну анкету на підставі вже існуючих діагностик (див.

Додаток Т).

Для діагностування рівня сформованості вміння конструктивно керувати емоціями ми визначили наступні компоненти, кожен з яких має елементи (самоусвідомлення, саморегуляція, мотивація, емпатія, соціальні навички):

- 1) особистісно-ціннісний (емоційна грамотність, прийняття себе, ціннісне ставлення до своїх почуттів, мотивація до емоційного балансу, внутрішнє прагнення до гармонії, ціннісне ставлення до почуттів інших);
- 2) когнітивний (усвідомлення емоцій, аналіз причин виникнення емоції, усвідомлення стратегій контролю, розуміння ролі емоції у досягненні цілей, розуміння емоцій іншої людини, усвідомлення соціальних ролей та норм);
- 3) діяльнісно-практичний (рефлексія, поведінкові прояви, використання технік (дихання, стоп-пауза), практичне застосування мотивації в діяльності, підтримка, допомога, доброзичлива поведінка, практична взаємодія, вирішення конфліктів). Діагностичний інструментарій представлений у таблиці 2.2.2

Таблиця 2.2.2

Діагностичний інструментарій дослідження вміння конструктивно керувати емоціями у 2 класі

Компонент	Методичний інструментарій
Особистісно-ціннісний	Анкета «Я і мої емоції» (див. Додаток Т), малюнковий тест «Моя емоція» (див. Додаток Ц), картки емоцій (програма СЕН) (див. Додаток Х)
Когнітивний	Рольові ігри з емоційними викликами, активність «Ловімо звуки»
Діяльнісно-практичний	Комплекс завдань «Вмію керувати емоціями»

Для визначення ступеня сформованості вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови, нами було розроблено критерії на підставі типової освітньої програми О.Я. Савченко [65].

Таблиця 2.2.3

Критерії встановлення ступеня сформованості вміння конструктивно керувати емоціями в учнів 2 класу

Назва критерію	Зміст критерію
----------------	----------------

Емоційна обізнаність	Знання про розпізнавання, вербалізацію та усвідомлення власних емоцій, а також емоцій інших людей, правильне інтонсування речень
Причинно-наслідкове розуміння емоцій	Усвідомлення причин виникнення емоцій, розуміння наслідків, аналіз емоційних ситуацій, визначення емоційного настрою твору, встановлення зв'язків між подіями, дійовими особами
Контроль емоційної поведінки	Вміння активно слухати та доречно реагувати на репліки співрозмовника, толерантно ставитися до думок інших, вміння поділитися своїми почуттями та емоціями від почутого
Конструктивне реагування в емоційно насичених ситуаціях	Вміння відтворювати у ролях діалог із прослуханих казок, розповідей, користуватися формулами мовленнєвого етикету в різних ситуаціях, користування несловесними засобами, регулювання дихання, складати та записувати невеликий текст про події з власного життя
Емпатія та соціальна чутливість	Вміння пов'язати зміст прочитаного з власними знаннями, попереднім читацьким досвідом, власним життєвим емоційно-чуттєвим досвідом
Рефлексія емоційного досвіду	Вміння використати усну інформацію з конкретною метою, регулювати дихання, силу голосу, темп мовлення, міміку, жести, рухи, пояснити, чому щось подобається, а щось ні, впевнено висловлювати власні думки

Вищеназвані критерії дозволяють визначити рівень сформованості вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови в учнів 2 класу (див. рис.2.2.4) :

1. Високий рівень – в учня емоційна саморегуляція стала звичкою, вміє гнучко адаптуватися до різних емоційних ситуацій, має високий рівень емпатії та емоційного інтелекту, вміє допомагати іншим керувати емоціями, використовує емоції як ресурс для розвитку, мотивації, творчості.

2. Достатній рівень – учень чітко розпізнає емоції та їх причини, вміє регулювати емоції в складних ситуаціях, використовує конструктивні способи вираження почуттів, здатен до рефлексії та аналізу емоційного досвіду, має дружні стосунки, уникає емоційних маніпуляцій.

3. Середній рівень – учень вміє розпізнавати основні емоції, іноді контролювати реакції, застосовувати окремі техніки саморегуляції, поведінка більш усвідомлена, але емоції ще переважають, розуміє вплив емоцій на інших людей.

4. Початковий рівень – учень часто не усвідомлює власні емоції, має імпульсивні реакції, емоції «керують» поведінкою, важко стримує негативні емоції, часто конфліктує, має труднощі в спілкуванні, відсутні навички самозаспокоєння.

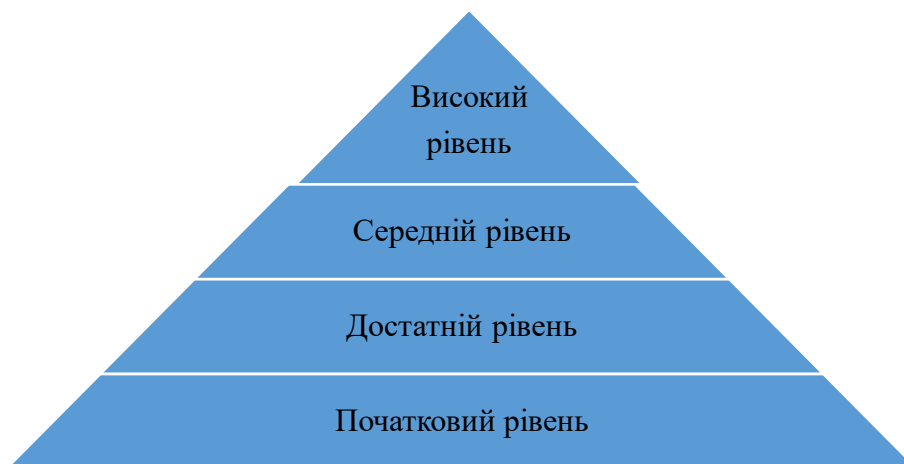


Рис.2.2.4 Рівні сформованості вміння конструктивно керувати емоціями

Отже, особистісно-ціннісний компонент вміння керувати емоціями визначався через авторську анкету «Я і мої емоції», малюнковий тест «Моя емоція» та картки емоцій.

Для проведення анкетування «Я і мої емоції» учні 2 класів отримали бланки із десятком запитань, на які мали обрати одну із запропонованих відповідей «Завжди», «Іноді», «Ніколи». Для зручності дітей під кожним питанням розташовувалися смайли з тією емоцією, яку містило питання. Оцінювання та інтерпретація відповідей здійснювалося шляхом комп'ютерної обробки, а саме внесення отриманих відповідей до Google Forms (див.

Додаток Г).

Класи показали наступні результати (див.табл.2.2.5)

Таблиця 2.2.5

Результати анкетування «Я і мої емоції» у 2-Б та 2-В класах

Дніпровської гімназії №55 Дніпровської міської ради

Назва критерію	2-В клас	2-Б клас
Емоційна обізнаність	Питання: «Я знаю, як виглядає злість, радість, страх».	
	70% завжди 30% іноді	65% завжди 35% іноді
	Питання: «Я можу сказати, коли я хвилююсь».	
	70% завжди 25 % іноді 5% ніколи	25 % завжди 70 % іноді 5 % ніколи
Причинно-наслідкове розуміння емоцій	Питання: «Я можу сказати, що саме мене засмутило».	
	40% завжди 55% іноді 5% іноді	15% завжди 70% іноді 15% іноді
Контроль емоційної поведінки	Питання: «Коли я злюсь, я можу заспокоїтись самостійно»	
	25% завжди 35% іноді 40% ніколи	15% завжди 55% іноді 30% ніколи
	Питання: «Я знаю, що робити, коли хтось сердиться»	
	20% завжди 60% іноді 20 % ніколи	20 % завжди 70 % іноді 10 % ніколи
Конструктивне реагування емоційно насичених ситуацій в	Питання: «Я вмію заспокоїтись, коли щось не виходить»	
	15% завжди 60% іноді 25 % ніколи	10 % завжди 45 % іноді 45 % ніколи
	Питання: «Я можу легко відключитися від неприємних переживань».	
	25 % завжди 55 % іноді 20 % ніколи	10 % завжди 70 % іноді 20 % ніколи
Емпатія соціальна чутливість та	Питання: «Я можу допомогти другу, якщо він засмучений»	
	35 % завжди 50 % іноді 15 % ніколи	20 % завжди 70 % іноді 10 % ніколи
	Питання: «Коли я радію, я ділюсь цим з іншими»	
	40% завжди 50% іноді 10% ніколи	45% завжди 35% іноді 20% іноді
Рефлексія емоційного досвіду	Питання: «Я знаю, що можу поліпшити настрій іншим людям»	
	25 % завжди 65 % іноді 10 % ніколи	20 % завжди 60 % іноді 20 % ніколи

Результати опитування показали, що у класах, які брали участь в експерименті, результати відрізняються. Це може свідчити про те, що вчитель 2-Б класу недостатньо приділяє уваги емоційній складовій освітнього процесу.

Також молодшим школярам було запропоновано пройти малюнковий тест «Моя емоція». Діти малювали подію та емоцію, яку викликала ця подія. Для цього школярам були видані готові бланки із зображенням фотоапарату та двох кадрів, на одному кадрі діти малювали подію, а на другому – емоцію, яку викликала ця подія. Оцінювання та інтерпретація відповідей відбувалося шляхом підрахунку балів:

2 б. – учень розпізнав та усвідомив емоцію;

1 б. – учень розпізнав, але не пояснив походження емоції;

0 б. – учень не зміг розпізнати, усвідомити та пояснити причину появи емоції (див.дод).

Результати виявили високий рівень сформованості емоційної грамотності та причинно-наслідкових зв'язків. Всі малюнки відповідали заявленій емоції та діти змогли описати та пояснити свої малюнки.

За допомогою карток емоції програми соціально-емоційного навчання учням було запропоновано назвати емоцію на малюнку, а потім перевірити свою відповідь з написом на картці. Результати цієї діагностики показали, що другокласники правильно називають та розпізнають емоції.

Підсумовуючи, перший етап нашого експерименту, було з'ясовано, що рівень сформованості вміння конструктивно керувати емоціями виявився різний в 2-Б та в 2-В класах Дніпровської гімназії №55 Дніпровської міської ради. Самосвідомість у 70% школярів розвинута на високому рівні, адже вони завжди розпізнають та називають емоцію, яку відчують, а 30% мають початковий рівень, тому що в освітньому процесі виникають ситуації, де діти ще не здатні пояснити свої почуття. Така ж ситуація виникла зі встановленням причинно-наслідкових зв'язків між подією та емоцією, яку викликала ця подія. Контроль над емоційною поведінкою встановлює мала частка всіх опитуваних дітей, адже він впливає на здатність взаємодії з оточенням, змогою справлятися зі стресом.

А ми знаємо, що діти в цьому віці дуже емоційні, і головна задача педагога – розвивати саморегуляцію. Емпатія та соціальні навички, рефлексія емоційного досвіду у другокласників виявилися розвинуті на достатньому рівні.

Проаналізувавши результати цього етапу дослідження, ми можемо впевнено визначити, що є необхідність підвищення рівня вміння конструктивного керувати емоціями, тобто здатність дитини до саморегуляції. Тому наступна частина нашого дослідження буде зорієнтована на спеціальній системі вправ для підвищення самоаналізу, саморегуляції, емпатії та соціальної взаємодії. Важливим фактором при цьому є мотивація школярів, а згідно з нашою гіпотезою імерсивні технології здатні зацікавити дитину. Застосування цього комплексу буде здійснюватися у 2-В класі на уроках української мови, а 2-Б навчатиметься без змін.

Другокласники навчалися за освітньою програмою О.Я. Савченко, якою передбачено 7 годин на тиждень української мови. Експериментальна частина проходила у період з 1 березня 2025 року по 30 квітня 2025 року за розкладом уроків, затвердженим в Гімназії №55. Розклад представлений на мал.2.2.6

Понеділок		Вівторок		Середа	
1.	Я досліджую світ	1.	Укр. мова	1.	Укр. мова
2.	Математика	2.	Англ. мова	2.	Англ. мова
3.	Укр. мова	3.	Математика	3.	Укр. мова
4.	Фізична культура	4.	Укр. мова	4.	Фізична культура
5.	Укр. мова	5.	Я досліджую світ	5.	Математика

Четвер		П'ятниця	
1.	Я досліджую світ	1.	Укр. мова
2.	Мистецтво	2.	Англ. мова
3.	Мистецтво	3.	Математика
4.	Фізична культура	4.	Дизайн і технології
5.	ІГЗ	5.	Інформатика ½ гр.

Рис.2.2.6 Розклад уроків 2-В класу в 2024-2025 навчальному році

Експериментальна робота проходила за принципом поступовості та наступності. На с.24 даної кваліфікаційної роботи була запропонована модель формування вміння конструктивного керування емоціями, яка передбачала наступні кроки:

- 1) Усвідомлення емоцій.
- 2) Аналіз та інтерпретація.
- 3) Стратегія регуляції.

4) Емоційна відповідальність.

5) Трансформація.

Для усвідомлення емоцій ми пропонуємо:

- Використання карток емоцій (програма СЕН), для встановлення емоції, яку відчують на той момент.
- Перегляд мультфільму про дівчинку Улю та світ емоцій (<https://www.youtube.com/watch?v=mQXhhjsmzHI>), в якому пояснюють не тільки назву емоції, а ще відчуття, притаманні цій емоції.
- Перегляд анімаційного 3D фільму «Думками навиворіт» про внутрішній світ дівчинки Райлі та емоції, які живуть у її мозку та керують поведінкою дівчинки під час переїзду до нового будинку. Саме цей мультфільм підкреслює важливість всіх емоцій, закликає не пригнічувати їх, а приймати, а також краще розуміти.

Для аналізу та інтерпретації методи, способи мають бути зрозумілими та доступними:

- Обговорення реальних або вигаданих ситуацій: «Як ти думаєш, що відчуває герой?», «Чому він так вчинив?» або «Спробуй уяви себе на місці персонажу. Які емоції ти відчуваєш?»
- Застосування методу метафори – використання образів: «Злість — як вулкан», «Сум — як дощ».
- Театралізація – розігрування сцен із прочитаних творів з емоційним змістом.
- Гра «Де живе емоція?» Запропонувати дітям стати на місце головного героя твору та пояснити де у тілі ми можемо відчути якусь конкретну емоцію.
- Гра «Відобрази емоцію». Запропонувати дітям виразити емоцію за допомогою міміки та жестів.

Для стратегії регуляції емоцій методи мають бути простими, наочними та емоційно безпечними:

- Вправа «Перетвори думку», під час якої необхідно негативну думку перетворити на нейтральну або позитивну.
- Дихальні вправи. Наприклад, за програмою «СЕН» завдання «Дихають животики» [1]

- Вправа «Мій емоційний герой», створити героя, який допоможе справитися із емоціями
- Фізичні активності для зняття емоційного навантаження.

Емоційна відповідальність

- Метод «Я – повідомлень», запропонувати дитині доповнити фразу «Я відчуваюся_____, коли_____, бо_____»
- «Щоденник почуттів», ведення щоденника почуттів кожного дня, із зазначенням події, яка викликала ту чи іншу емоцію
- Вправа «Емоційна відповідальність героя» — аналіз дій персонажів у казках, фільмах.
- Рольові ігри «Як би ти вчинив?»

Для трансформації емоції розвиваємо емоційну гнучкість, саморегуляцію та психологічну стійкість:

- Вправа: “Що я зараз відчуваю?” — назвати емоцію, її силу, місце в тілі.
- Визнання емоція та застосування фрази: «Це нормально, що я так відчуваюся».
- Метод «Емоційне розслідування», при якому дитина уявляє себе детективом та з’ясовує звідкіля виникла емоції.
- Вправа «Перетворення», при якій дитина може намалювати або написати листа про те, що ми можемо зробити з емоцією.

Покажемо це на прикладі авторських розробок. Конспекти проведених уроків української мови представлені нижче.

Дата: 14.03.2025 р.

Клас: 2

Місце проведення: Дніпровська гімназія № 55 Дніпровської міської ради

Тема: Є таке мистецтво – театр. Працюємо з опорними (ключовими) словами.

Мета:

Мовно-літературна:

- узагальнити знання про опорні (ключові) слова;
- удосконалити вміння використання інформації з медіатекстів;
- удосконалити навички читання;

- удосконалити вміння складати розповідь за малюнками.

Очікувані результати:

Змістова лінія «Взаємодіємо письмово»

- пише розбірливо, охайно з однаковим нахилом букв [2 МОВ 3.1];
- дотримується свідомо гігієнічних правил письма [2 МОВ 3.1];
- записує слова в таблицю [2 МОВ 3.1];

Змістова лінія «Взаємодіємо усно»

- виконує сприйняті на слух інструкції щодо виконання поставлених учителем навчальних завдань [2 МОВ 1.1];
- висловлює своє ставлення до почутого: до подій, персонажів тексту [2 МОВ 1.5], [2 МОВ 1.6];
- використовує відповідно до ситуації спілкування несловесні засоби (жести, міміка тощо) [2 МОВ 1.7];
- усно переказує текст з опорою на допоміжні матеріали (ілюстрація, план, опорні слова, словосполучення) [2 МОВ 1.2];
- розповідає про свої спостереження, враження, події з власного життя [2 МОВ 1.6], [2 МОВ 1.7], [2 МОВ 1.8];

Змістова лінія «Читаємо»

- читає вголос правильно, свідомо, плавно, цілими словами нескладні за змістом і формою тексти [2 МОВ 2.1];
- знаходить у тексті незнайомі слова, з'ясовує їх значення (з допомогою вчителя) [2 МОВ 2.1];
- пояснює вчинки персонажів у творі, висловлює щодо них найпростіші оцінні судження; обґрунтовує свої висновки (з допомогою вчителя) [2 МОВ 2.2];

Тип уроку: комбінований.

Обладнання: підручник Тимченко Л.І. Українська мова та читання: підручник для 2 класу закладів загальної середньої освіти : У 2-х част. Ч. 2. Харків: Ранок, 2019. 96 с.; презентація, телевізор, ноутбук

Хід уроку

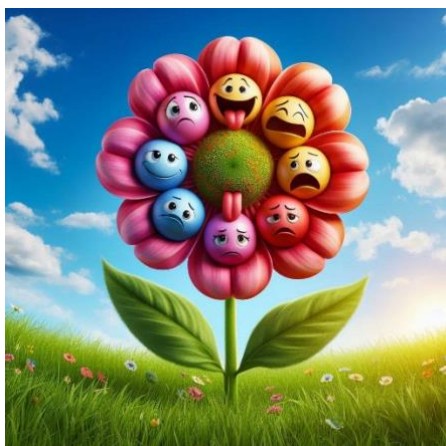
I. Організаційний момент (1 хв)

Діти, зараз у нас починається урок української мови. Нам знадобиться частина друга підручника «Українська мова», зошит, ручка. Сядьте зручно, спинка пряма, ножки стоять на підлозі, а ручки лежать спокійно на парті. Починаємо.

- Дзень-дзелень! Дзень-дзелень!
- Заклика дзвінок у клас!
- Дзень-дзелень! Дзень-дзелень!
- Урок української мови у нас!
- Любі хлопчики й дівчатка,
- Скажем всі ми:
- «Добрий день!»

Гра «Який у тебе настрій?» (1 хв)

Оберіть, будь ласка, малюнок, який відповідає твоєму настрою.



Що ви очікуєте від уроку? (відповіді дітей)

А що ви будете робити для отримання бажаного на уроці? (відповіді дітей)

II. Повідомлення теми уроку (0,5 хв)

Відгадайте загадку

Не будинок, а сцена,

Не вікна, а куліси,

Тут герої оживають,

А глядачі — мовчки спостерігають.

Що це?

Правильно, це театр.

Сьогодні ми здійснимо подорож до казок та відвідаємо театр.

III. Мотивація навчальної діяльності

1. Гра «Відгадай слово» (1 хв)

Зараз на екрані з'являться малюнки з предметами, нам необхідно вгадати слово за описом. Отже, увага на екран!

<https://wordwall.net/uk/resource/75946521/%D0%B2%D1%96%D0%B4%D0%B3%D0%B0%D0%B4%D0%B0%D0%B9-%D1%81%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%BE-%D0%B7%D0%B0-%D0%BE%D0%BF%D0%B8%D1%81%D0%BE%D0%BC>

IV. Сприймання і усвідомлення нового матеріалу.

1. Розповідь вчителя про театри (1 хв)

Діти, сьогодні я запрошую вас у дивовижну подорож — у світ театру. Театр— це не просто будівля з великою сценою. Це місце, де оживають історії, де актори перетворюються на королів, принцес, звірів чи навіть чарівників, а глядачі — на мандрівників у часі та просторі.

Слово «театр» походить з давньогрецької мови і означає «»місце для видовищ». У стародавньому світі театри були просто неба, і люди збиралися, щоб дивитися вистави, слухати пісні, сміятися або плакати разом з героями.

У театрі є багато цікавих професій. Актори — це ті, хто грає ролі. Режисер— той, хто керує виставою. Художники створюють декорації, костюми, світло. А ще є гримери, музиканти, звукорежисери — всі вони працюють разом, щоб створити магію.

Театр буває різним: драматичний, музичний, ляльковий, оперний, балетний. У ляльковому театрі головні герої — ляльки, а в балеті — танець розповідає історію без слів.

Коли ми приходимо до театру, ми стаємо частиною цієї чарівної гри. Ми вчимося співпереживати, розуміти інших, бачити світ очима героїв. Театр — це школа емоцій, уяви та краси.

Тож наступного разу, коли ви побачите афішу вистави — згадайте, що за нею ховається цілий світ, який чекає саме на вас.

Перегляд віртуальної екскурсії по театру (4 хв)

Час вийшов, тому слухаємо розповіді.

Молодці!

Продовжуємо роботу з підручником, с.54 вправа 2 (4 хв)

Зараз ми прочитаємо текст, після визначимо тему та доберемо заголовок.

Вчитель читає текст, всі уважно слухають. Потім діти читають по черзі.

2 Прочитай текст. Визнач його тему. Добери заголовок.

Яких тільки театрів немає у світі! У драматичному театрі йдуть вистави веселі і сумні, там актори багато і красиво говорять. У театрі опери і балету в балетних виставах танцюристи і балерини за допомогою танцювальних рухів розповідають певну історію. В оперній виставі актори не розмовляють на сцені, а співають під акомпанемент оркестру. В дитячому театрі загримовані актори виконують ролі персонажів казок і різних творів, написаних спеціально для дітей. А в ляльковому театрі головні актори — ляльки. Щоправда, вони самі не грають, озвучують їх і керують ними люди.



Театр — це дивовижний світ. Коли ми приходимо до театру, то із захопленням спостерігаємо за грою акторів, співчуваємо героям, радіємо і сумуємо разом із ними.

Про що йшла мова в цьому тексті? Правильно, про театри. Про які театри ви почули? Так, в тексті згадали драматичний театр, театр опери і балету, дитячий театр, ляльковий театр. Хто може визначити тему цього тексту. Правильно, тема цього тексту - театр. Який же заголовок можна підібрати до цього тексту? Правильно, «Види театрів». Знайдіть в тексті опорні (ключові) слова. Правильно, вистави, актори, танцюристи, балерини, сцена, оркестр.

Фізкультхвилинка (1 хв)

<https://www.youtube.com/watch?v=xhdNjZ2PwZc>

V. Осмислення, узагальнення, систематизація знань.

Продовжуємо роботу з підручником, с.55 вправа 3

3 Опорні слова з двох казок переплуталися.

Лисичка-сестричка, Голосисте Горлечко, пшеничний колосок, обід, дикий кабан, мишенята, млин, хмиз, піч, ведмідь, пиріжки, зайчик, комар, дрова.



Для того, щоб зробити цю вправу давайте спочатку пригадаємо ці казки.

Перегляд 1 відео «Пан Коцький» (4,5 хв)

<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=Uq3bPQlfZX8>



це авторська розробка (3D назва казки) <https://ar-code.com/user>

Знайдіть слова із вправи 3, які є опорними (ключовими) до казки «Пан Коцький».

Давайте спробуємо себе у ролі акторів та покажемо за допомогою жестів та міміки зобразити якогось героя. Рандомно діти виходять перед класом та зображують якогось героя, а інші називають (2 хв)

Знайдіть слова із вправи 3, які є опорними (ключовими) до казки «Пан Коцький» та запишіть їх у стовпчик (2хв)

Перегляд 2 відео «Колосок» (4,5 хв)

https://www.youtube.com/watch?v=Ugs_yoVnaEE



авторська розробка QR-кода для читання казки «Колосок»



Хто головні герої казки?

(авторська розробка)

Як ви можете охарактеризувати мишенят? Якби ви опинилися на їх місці, як ви поводитися? Яку емоцію відчули мишенята, коли півник не пригостив їх пиріжками? А чому?

Знайдіть слова із вправи 3, які є опорними (ключовими) до казки «Колосок» та запишіть їх у зошит другим стовпчиком (2хв)

VI. Домашнє завдання (0,5 хв)

У підручнику с.55 вправа 4

Вам необхідно буде пригадати будь-яку казку та записати у зошит опорні (ключові) слова цієї казки. На наступному уроці ви прочитаєте слова, а інші вгадають цю казку.

- 4** Добери опорні слова до казки, яку знаєш. Запиши їх. Твої однокласники/однокласниці мають відгадати її за цими словами.
Можеш продовжити гру вдома зі своїми батьками.

VII. Підведення підсумків. Рефлексія (1хв).

1.Вправа «Мікрофон»

Діти, що сьогодні ми робили на уроці? Яке правило пригадали? Де ми побували? Які казки подивилися?

2. Вправа «Обери свій настрій»

Подивіться на малюнок та оберіть свій настрій. Чи змінився ваш настрій?



Всі молодці! Гарно попрацювали.

Дата: 28.03.2025 р.

Клас: 2

Місце проведення: Дніпровська гімназія № 55 Дніпровської міської ради

Тема уроку: Поетична краса і символіка квітки цикламена у творі Зірки Мезатюк «Цикламен»

Мета:

Мовно-літературна:

- Ознайомити учнів із текстом «Цикламен».
- Формувати навички аналізувати, узагальнювати, порівнювати образи.
- Формувати вміння складати усно розповідь.

Обладнання:

Планшети або смартфони з AR-додатком (наприклад, Quiver або Bookful).

Інтерактивна дошка або проектор.

Картки з емоціями, зображенням цикламена.

Підручник Тимченко Л.І. Українська мова та читання: підручник для 2 класу закладів загальної середньої освіти : У 2-х част. Ч. 2. Харків: Ранок, 2019. 96 с.;

Хід уроку

1. Організація класу

Приготуйте своє робоче місце, нам знадобиться підручник «Українська мова»

Вправа «Моє емоційне налаштування»

Оберіть смайлик, який відображає ваш настрій. Діти обирають

2. Мотивація навчальної діяльності.

Поміркуйте над питанням: «Що треба робити, щоб всі почували себе добре? Щоб ніхто не ображався?»

3. Повідомлення теми і мети уроку (5 хв)

Вчитель: «Сьогодні ми вирушимо у поетичну подорож разом із квіткою, яка має ніжне ім'я — цикламен. Навчимося виразно читати, визначати головну думку казки, з'ясуємо, хто такі справжні друзі, навчимося поважати один одного. А допоможуть нам у цьому сучасні чарівні технології»

Вправа «Емоційний мікрофон»

Назвіть, будь ласка, емоції, які викликає слово «квітка». Учні відповідають

IV. Сприймання і усвідомлення нового матеріалу.

Занурення в атмосферу твору (10 хв)

Вчитель читає виразно твір, діти сліdkують за підручником.

VR-ефект: демонстрація віртуального лісу та гір, де росте цикламен (360° відео).

<https://www.youtube.com/watch?v=fuUvrAfVGDY> (без звука)

Обговорення твору:

«Який настрій викликав твір?»

«Які образи ви уявили?»

AR-активність (10 хв)

Учні сканують AR-картку з цикламеном — квітка «оживає», з'являється коротка



довідка про рослину.

Вправа «Цикламен говорить»

Уявіть, що квітка розповідає про себе. Складіть усно розповідь.

Аналіз твору (10 хв)

Які емоції передає автор?

Які художні засоби використано?

Що символізує цикламен?

Робота з підручником.

Читання учнями за ролями.

Робота в парах.

Вправа «Поетичне коло». Кожна група ділиться одним реченням, яке їм найбільше сподобалося.

Творча трансформація (5 хв)

Вправа «Мій емоційний цикламен»

Намалюйте квітку, яка передає ваш настрій після прочитання твору.

6. Підсумок (5 хв)

Рефлексія: «Що нового я дізнався?», «Які емоції залишились після уроку?»

Вчитель: «Твір — це не лише слова. Це світ, у який ми можемо зануритися, якщо відкриємо серце. А технології — наші чарівні двері до цього світу».

Домашнє завдання:



Авторська розробка)

Дата: 28.03.2025 р.

Клас: 2

Місце проведення: Дніпровська гімназія № 55 Дніпровської міської ради

Тема уроку: Як будується текст. Робота над текстом

Мета:

Мовно-літературна:

- Ознайомити учнів із структурою тексту(зачин, основна частина, кінцівка)
- Формувати навички аналізувати, узагальнювати, порівнювати образи.
- Формувати вміння складати усно розповідь.

Обладнання:

Планшети або смартфони з AR-додатком (Quiver, Bookful)

Інтерактивна дошка або презентація

Аудіо- та відеофрагменти текстів

Картки з частинами тексту

Підручник Тимченко Л.І. Українська мова та читання: підручник для 2 класу закладів загальної середньої освіти : У 2-х част. Ч. 2. Харків: Ранок, 2019. 96 с.;

Хід уроку

1. Організація класу

Приготуйте своє робоче місце, нам знадобиться підручник «Українська мова»

Вправа «Моє емоційне налаштування»

Оберіть смайлик, який відображає ваш настрій.

2. Мотивація навчальної діяльності.

Поміркуйте над питанням: «З чого складається будинок?»

3. Повідомлення теми і мети уроку (5 хв)

Вчитель: «Сьогодні ми дізнаємось, як будується текст — як він народжується, росте і стає цікавим для читача. А допоможуть нам у цьому сучасні технології»

IV. Актуалізація опорних знань.

Що таке текст? Де у тексті заголовки? Як знайти тему тексту? Що таке основна думка тексту? З чого починається абзац?

1 Чи можна цей запис вважати текстом?

Аж раптом хтось постукав у двері.

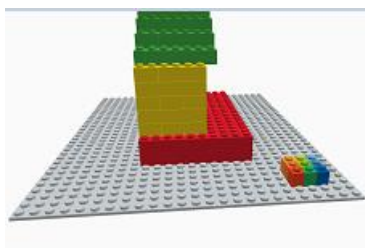
Одного вечора, коли всі лісові звірі та птахи готувалися до сну, гном Тимко сидів на ліжку, позіхав і дочитував книжку.

Тимко запросив малюка до себе, напоїв його теплим молоком і похачував бубликами.

Тимко відчинив двері і дуже здивувався, коли на порозі побачив маленьке жовте курча. Курча сказало, що заблукало в лісі.

Зараз спробуємо змінити послідовність частин тексту.

Сприймання і усвідомлення нового матеріалу.



(Авторська розробка)

<https://www.tinkercad.com/things/3F3v0zj7naN/edit?returnTo=%2Fdashboard%2Fdesigns%2F3d>

Текст складається з трьох частин:

Зачин — початок, знайомство з темою (фундамент). Тут ми дізнаємося, про кого або про що йтиметься в тексті. Це як знайомство з героями або ситуацією.

Основна частина — розвиток думки (стіни). Тут відбуваються найцікавіші події. Герої щось роблять, щось трапляється, виникають проблеми.

Кінцівка — висновок, завершення (дах). Тут ми дізнаємося, чим усе закінчилося.

Часто в кінці є висновок або повчання.

Робота з підручником. Вправа 2 с.60

Якої частини не вистачає в тексті: зачину, кінцівки чи основної частини?

Разом із сусідом/сусідкою по партії складіть зачин казки. Запишіть його.

Постояли вони, подумали. З одного боку стежки — глибокий рів. А з іншого — висока та крута гора. Розминутися ніяк не можна.

Тоді одна кізочка стала на коліно, перевернулася на бік, лягла на стежці і притулилася спиною до гори. Інша обережно переступила через неї. А та, що лежала, встала і пішла собі.



Іммерсивне занурення (10 хв)

VR-сцена: учні «потрапляють» у віртуальне середовище (<https://www.youtube.com/watch?v=3tlRvdMdAak>)

Завдання: скласти текст-опис цієї сцени, яка складається з трьох частин

Робота над текстом (10 хв). Робота в команді.

Три команди отримують «неповний текст» — потрібно доповнити частини, щоб утворився текст.

4 Обери варіант завдання, який ти зможеш виконати. Визнач, до якої частини тексту належить запис.

1. На небі сяяли зорі. Кенгуру грав на кимось забутій сопілочці. Слон — на трубі. Її теж забули діти. З іншого кінця зоопарку лунав дріб барабана. Під цю музику на гладі ставка танцювали качки і лебеді.
2. Притягнув їжак свою ношу в нірку. От їжаку і постіль.
3. На високій скелі паслися дикі кози. У тіні лежало маленьке козеня. Орел помітив козеня.

Вправа «Мій текст»: учні коротко презентують свої тексти

Рефлексія та обговорення (5 хв)

- Що найцікавіше було сьогодні?
- Як технології допомогли краще зрозуміти побудову тексту?

Домашнє завдання (за бажанням)

- Скласти усно свою історію, яка б мала три частини (за бажанням малюнок)

2.3 Результати дослідної роботи щодо формування вміння конструктивно керувати емоціями в учнів другого класу

На формувальному етапі експерименту було з'ясовано, що контрольний 2-Б клас виявив результати сформованості вміння конструктивно керувати

емоціями нижче, ніж у експериментальному 2-В класі. Не всі здобувачі освіти 2-Б класу показали високий рівень емоційної обізнаності, а також встановити причинно-наслідкові зв'язки. Це не сприяло контролю емоційної поведінки та конструктивному реагуванню в емоційно насичених ситуаціях. Як слідство, рефлексію емоційного досвіду молодші школярі не змогли продемонструвати. Тому нами було запропоновано поступову методику для формування вміння конструктивно керувати емоціями, яку можна застосовувати на будь-яких уроках.

Сучасність вимагає від вчителів застосування більш оригінальних підходів для покращення освітнього процесу. Одним із таких підходів, нами було запропоновано використання імерсивних технологій. Ці інновації здатні зацікавити дітей, підвищити їх мотивацію до навчання, сприяти поглибленому засвоєнню матеріалу, а також створення індивідуального освітнього процесу. Деякі імерсивні технології вимагають додаткового оснащення, якого не вистачає в закладі освіти, але нами було запропоновано застосування інтерактивних технологій доступних для всіх.

Наша експериментальна робота проходила в умовах змішаного навчання. Поєднання очного та дистанційного форматів викликало у дітей негативні емоції, але завдяки імерсивним технологіям, проблеми були усунені. Ідея застосування імерсивних технологій на уроках української мови, виникла шляхом спостереження за школярами, які смартфоном користуються краще, ніж дорослі, тому поєднання освіти та користування смартфоном для більшості дітей пройшло легко. На жаль, станом на сьогодні не існує великої бази відео для занурення у віртуальний світ на уроках української мови.

З'ясування рівня сформованості вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови після проведеного експерименту в 2-В (експериментальному) та 2-Б (контрольному) класах приведено у таблиці 2.3.1

Таблиця 2.3.1

**Рівень сформованості вміння конструктивно керувати емоціями
на уроках української мови
після проведеного експерименту**

Назва критерію	2-В клас		2-Б клас	
	До експерименту	Після експерименту	До експерименту	Після експерименту
Емоційна обізнаність	Питання: «Я знаю, як виглядає злість, радість, страх».			
	70% завжди 30% іноді	75% завжди 25% іноді	65% завжди 35% іноді	45 % завжди 45 % іноді 10 % ніколи
	Питання: «Я можу сказати, коли я хвилююсь».			
	70% завжди 25 % іноді 5% ніколи	70%завжди 25%іноді 5%ніколи	25 % завжди 70 % іноді 5 % ніколи	10 % завжди 55 % іноді 35 % ніколи
Причинно-наслідкове розуміння емоцій	Питання: «Я можу сказати, що саме мене засмутило».			
	40% завжди 55% іноді 5% іноді	60%завжди 35% іноді 5% ніколи	15% завжди 70% іноді 15% іноді	15% завжди 55% іноді 30% іноді
	Питання: «Коли я злюсь, я можу заспокоїтись самостійно»			
Контроль емоційної поведінки	25% завжди 35% іноді 40% ніколи	40% завжди 50% іноді 10% ніколи	15% завжди 55% іноді 30% ніколи	10% завжди 65% іноді 25% ніколи
	Питання: «Я знаю, що робити, коли хтось сердиться»			
	20% завжди 60% іноді 20 % ніколи	45%завжди 45%іноді 10% ніколи	20 % завжди 70 % іноді 10 % ніколи	10 % завжди 55 % іноді 35 % ніколи
	Питання: «Я вмію заспокоїтись, коли щось не виходить»			
Конструктивне реагування в емоційно насичених ситуаціях	15% завжди 60% іноді 25 % ніколи	40% завжди 50% іноді 10%ніколи	10 % завжди 45 % іноді 45 % ніколи	10 % завжди 50 % іноді 40 % ніколи
	Питання: «Я можу легко відключитися від неприємних переживань».			
	25 % завжди 55 % іноді 20 % ніколи	40% завжди 45% іноді 15% іноді	10 % завжди 70 % іноді 20 % ніколи	10 % завжди 50 % іноді 40 % ніколи
	Питання: «Я можу допомогти другу, якщо він засмучений»			
Емпатія та соціальна чутливість	35 % завжди 50 % іноді 15 % ніколи	45% завжди 45%іноді 10% ніколи	20 % завжди 70 % іноді 10 % ніколи	10 % завжди 60 % іноді 30 % ніколи
	Питання: «Коли я радію, я ділюсь цим з іншими»			
	40% завжди 50% іноді 10% ніколи	55% завжди 40% іноді 10 % ніколи	45% завжди 35% іноді 20% іноді	15% завжди 55% іноді 30% іноді
	Питання: «Я знаю, що можу поліпшити настрій іншим людям»			
Рефлексія емоційного досвіду	25 % завжди 65 % іноді 10 % ніколи	50%завжди 40% іноді 10% ніколи	20 % завжди 60 % іноді 20 % ніколи	10 % завжди 50 % іноді 40 % ніколи

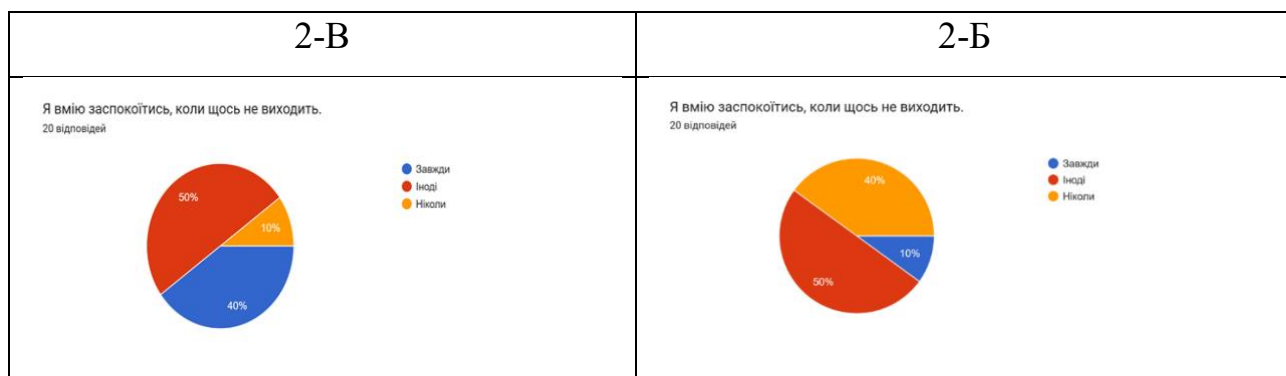
Отже, емоційна обізнаність у експериментального 2-В класу виросла на 5%, причинно-наслідкове розуміння емоцій підвищилося на 20%, контроль

емоційної поведінки виріс на 15% та 25%, конструктивне реагування в емоційно насичених ситуаціях збільшилося на 25% та 15%, емпатія та соціальна чутливість виросла на 10 % та 15%, рефлексія емоційного досвіду підвищилася на 25%. В той же час контрольний 2-Б клас показав результати опитування нижче або на тому ж самому рівні, що і до проведеного експерименту.

Рівень сформованості вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови представлений на рис.2.3.2.

Рис.2.3.2

**Рівень сформованості вміння
конструктивно керувати емоціями
у 2-В (експериментальний) та 2-Б (контрольний) класах**



Наша гіпотеза, яку на початку дослідження ми висунули, стосовно ефективного формування наскрізного вміння конструктивно керувати емоціями за рахунок

- 1) послідовності та наступності роботи над формуванням вміння керувати емоціями;
- 2) практичного застосування розробленої моделі різноманітних методів та засобів навчання для формування вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови;
- 3) застосування імерсивних технологій для формування вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови, повністю підтвердилася.

Адже тільки послідовність та наступність формування вміння конструктивно керувати емоціями.

Висновки до розділу 2

Як бачимо, вмінню конструктивно керувати емоціями приділяється увага, але аналіз підручників показав, що не всі автори в достатньому обсязі це роблять. В сучасних підручниках не вистачає завдань для систематичного формування цього вміння, а є лише епізодичні моменти.

Для нашого дослідження більш підходила Типова освітня програма, розроблена під керівництвом О.Я.Савченко, адже в цій програмі вміння розглядається як важлива наскрізна компетентність. Програма передбачає розвиток цього вміння через усвідомлення та вираження власних емоцій, розуміння емоцій інших людей, регулювання емоцій у складних ситуаціях та розвиток емпатії та співпереживання. На уроках української мови активно використовуються для обговорення емоції, аналізується поведінка героїв творів, створюються ситуації морального вибору. Також завдяки груповій роботі, ігровим ситуаціям та рольовим іграм відбувається формування соціальних навичок. Ця програма враховує особливості вікового розвитку дітей, тому пропонує створення позитивного емоційного клімату в класі та створення позитивної мотивації. Існує тісний зв'язок із ціннісними орієнтирами, такими як виховання поваги, доброзичливості, відповідальності та самоповаги, які є моральними цінностями для основи формування вміння конструктивно керувати емоціями.

Також аналіз показав, що питання емоційного інтелекту приділяють увагу не тільки вчителі, а й практичні психологи та соціальні педагоги, на онлайн-платформах «На урок», «Всеосвіта» активно проводяться вебінари, семінари присвячені даній темі.

Наша дослідна робота складалася з трьох етапів проведення, це константувальний, формувальний та контрольний. В експерименті брали участь 2-В та 2-Б клас. 2-В – це був експериментальний клас, а 2-Б – контрольний.

Робота передбачала визначення рівня сформованості вміння конструктивно керувати емоціями до експерименту, а також були запропоновані методики для поступового формування вміння, починаючи від усвідомлення емоцій та аналізу та інтерпретації, продовжуючи стратегією регуляції, завершуючи емоційною відповідальністю та трансформацією. Акцент в роботі робився на застосуванні імерсивних технологій на уроках української мови, але, як показало опитування вчителів, не всі знайомі з цими новітніми технологіями.

Після проведеного експерименту шляхом повторного анкетування було визначено рівень сформованості вміння конструктивно керувати емоціями. Запропонована методика показала позитивну динаміку в розвитку цього наскрізного вміння.

ВИСНОВКИ

У дослідженні були проаналізовані наукові праці вітчизняних та зарубіжних вчених щодо поняття «вміння керувати емоціями». На підставі аналізу ми сформулювали сутність поняття, а саме «вміння керувати» - це складний процес формування здатності особистості усвідомлено, ґрунтовно, з чіткою внутрішньою спрямованістю, з урахуванням емоційного стану інших розпізнавати, регулювати та спрямовувати власні емоції для ефективної взаємодії. Було виділено компоненти формування вміння конструктивно керувати емоціями такі, як особистісно-орієнтований, когнітивний та діяльнісно-практичний.

Формування вміння конструктивно керувати емоціями – це складний та довготривалий процес, в якому треба враховувати певну послідовність. Незважаючи на достатню кількість підручників з української мови, формуванню цього вміння не приділяється достатньо уваги. Елементи емоційного інтелекту з'являються епізодично, немає чітко визначеного системного підходу. Більшість підручників не містять спеціально розроблених вправ для формування вміння керувати емоціями, а також мовні завдання не часто поєднуються з психологічними техніками, які сприяють емоційній регуляції.

Ідея застосування імерсивних технологій на уроках української мови виникла завдяки спостереженню за учнями. Сучасний світ розвивається завдяки інформаційно-комунікаційним технологіям. Учні на уроках української мови не просто читають та слухають, а й взаємодіють з матеріалом, що підвищує мотивацію та запам'ятовування. Ці технології відкривають широкі горизонти для моделювання соціальних ситуацій, емоційно насичених, при яких діти навчаються знаходити оптимальні шляхи вирішення проблеми, що важливо для наших воєнних часів.

Для формування та розвитку здатності відчувати, контролювати та проявляти емоції доцільно, на нашу думку, систематично застосовувати рольові,

настільні, рухливі та творчі ігри. Учителі можуть обирати будь-який вид гри, але при цьому головною умовою є педагогічна мета, досягнення найбільш ефективного результату. Для цього необхідно створювати безпечні умови для різноманітної ігрової діяльності дітей, заохочувати дітей до участі у ролевих іграх, використовувати ігри для навчання молодших школярів розпізнавати та розуміти емоції, сприяти розвитку у дітей навичок контролю емоцій та емпатії через ігри, обговорювати з дітьми їхні емоції, які виникають під час гри. За таких умов ігрова діяльність стає потужним інструментом для розвитку в молодших школярів уміння керувати емоціями. Створюючи сприятливі умови для ігор, вчителі допомагають дітям стати емоційно здоровими, щасливими та успішними.

Запропонована нами організаційна педагогічно-методична модель формування вміння конструктивно керувати емоціями передбачала поступове опановування:

- усвідомлення емоцій - використання карток емоцій (програма СЕН), мультфільм про дівчинку Улю та світ емоцій, анімаційний 3D фільм «Думками навиворіт»;
- аналіз та інтерпретація - обговорення реальних або вигаданих ситуацій: «Як ти думаєш, що відчуває герой?», «Чому він так вчинив?» або «Спробуй уяви себе на місці персонажу. Які емоції ти відчуваєш?», метод метафори – використання образів: «Злість — як вулкан», «Сум — як дощ», театралізація, гра «Де живе емоція?», гра «Відобрази емоцію»;
- стратегія регуляції емоцій - вправа «Перетвори думку», дихальні вправи, вправа «Мій емоційний герой», фізичні активності;
- емоційна відповідальність - метод «Я – повідомлень», «Щоденник почуттів», вправа «Емоційна відповідальність героя», ролеві ігри «Як би ти вчинив?»;
- трансформація емоції – вправа «Що я зараз відчуваю?», визнання емоції та застосування фрази: «Це нормально, що я так почуваюся», метод «Емоційне розслідування», вправа «Перетворення».

Робота складалася з константувального, формувального та контрольного етапів. На константувальному етапі для визначеності рівня сформованості вміння конструктивно керувати емоціями було проведено діагностичні методики: анкета «Я і мої емоції», малюнковий тест «Моя емоція», картки емоцій (програма СЕН), рольові ігри з емоційними викликами, активність «Ловімо звуки», комплекс завдань «Вмію керувати емоціями». Отже, було визначено, що емоційна обізнаність 70% школярів розвинута на високому рівні, причинно-наслідкове розуміння емоцій 40% - достатній рівень, контроль емоційної поведінки виявився 25%, конструктивне реагування в емоційно насичених ситуаціях – 15%, емпатія та соціальна чутливість – 35%, рефлексія емоційного досвіду – 25%.

Формувальний етап передбачав впровадження розробленої системи щодо формування вміння конструктивно керувати емоціями, використовуючи імерсивні технології. Ця система містила завдання, які відповідали наступним етапам: усвідомлення емоцій, аналіз та інтерпретація, стратегія регуляції, емоційна відповідальність, трансформація.

Контрольний етап експериментального дослідження показав, що запропонована система роботи щодо формування наскрізного вміння ефективна та може бути впроваджена у початкову школу.

Мета кваліфікаційної роботи досягнута та гіпотеза підтверджена, в подальшому ми вважаємо поглибити дослідження у напрямку формування наскрізного вміння шляхом застосування імерсивних технологій; розробити рекомендації для вчителів початкової школи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Активність «Животики дихають»/ програма СЕН Зерна». URL: <https://selkernels.gse.harvard.edu/uk-UA/student-kernels/belly-breathing>(дата звернення 30.10.2025).
2. Барановська О.В. Забезпечення психологічної складової змішаного навчання. *Традиції та новації у сфері педагогіки та психології*: матеріали міжнародної науково-практичної конференції, м. Київ, 4–5 лютого 2022 р. Київ: Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського, 9–12.
3. Барановська О. В. Змішане навчання у початковій школі: нові форми взаємодії. 2021.
4. Барановська О.В. Особливості форм організації навчальної діяльності учнів початкових класів в умовах змішаного навчання. Topical issues of modern science, society and education. Proceedings of the 1st International scientific and practical conference. SPC “Sci-conf.com.ua”. Kharkiv, Ukraine, 2022. С.404–410.
5. Барановська О. В. Формування наскрізних умінь третьокласників за допомогою методичного апарату підручника. *Проблеми сучасного підручника*, 2021, 26: 18-32.
6. Бекетова О., Коширова К., Рудічева Н. Особливості розвитку емоційного інтелекту молодших школярів у контексті Нової української школи. *Світові освітні тренди: створення творчого середовища STEAM – навчання*: зб. мат. міжнар.наук.-практ. ONLINE – конференції (м. Київ, 25-27 березня 2021 р.). Київ, 2021, С.15-18. URL : <https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/37503/STEAM-navchannia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
7. Боковець О.І. Емоційний інтелект як ресурс психічного здоров'я. URL: <https://ela.kpi.ua/server/api/core/bitstreams/9b4af678-8010-45f1-945e-2cbcd394b550/content>. 74 с.

8. Брюховецька Н. В. Вплив змішаної форми навчання на формування емоційного інтелекту учнів. *Редакційна колегія: ГВ Старченко, АП Дука.*, 2023, 320.
9. Варзацька Л., Трохименко Т. Українська мова та читання підруч. для 2 кл. закл. загальн. середн. освіти : Ч.1. Тернополь: Богдан.2025. 162 с.
10. Варій М.Й. Психологія: підр./ М.Й.Варій (3-тє вид.).К.: Центр учбової літератури, 2009. 1007 с. URL : chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/http://library.mdu.edu.ua/Documents/CNL/Psihologia_Variy.pdf
11. Вашуленко М. Українська мова та читання: підруч. для 2 кл. закл. загал. серед. освіти. Ч2 . Київ: Освіта. 2025. 150 с.
- 12.Вашуленко О.В. Емоційно-ціннісна складова у структурі читацької компетентності молодшого школяра. *Початкова школа*, 2013. №1. – С. 13 – 17
13. Вміння / Г. О. Балл // Енциклопедія Сучасної України / Редкол. : І. М. Дзюба, А. І. Жуковський, М. Г. Железняк [та ін.] ; НАН України, Т.4, 700 с. НТШ. К. : Інститут енциклопедичних досліджень НАН України, 2005. URL: <https://esu.com.ua/article-35180>
14. Всеосвіта – національна освітня спільнота. URL : <https://vseosvita.ua/>.
15. Гелета Д.Д., Горшанкова Т.О. Адаптація і керування емоціями під час війни. *Collection of scientific papers «SCIENTIA»* November 17, 2023; Sydney, Australia. 2023. с.243
16. Гончаренко С.У. Український педагогічний словник. с.58 URL : <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/106820/1/%D0%93%D0%BE%D0%BD%D1%87%D0%B0%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE.%20%D0%9F%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D0%B3%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D1%81%D0%B%D0%BE%D0%B2%D0%BD%D0%B8%D0%BA%20%281%29.pdf> (дата звернення 02.11.2025)

17. Гриневич Л.М., Ліннік О.О., Старагіна І.П. Формування наскрізних умінь у молодших школярів в умовах реформи «Нова українська школа». 31 с. URL: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/41616/1/L_Hrynevych_OROD_2_2022_FITU.pdf
18. Гришко О.І., Клевака Л.П. Аналіз змісту понять «навичка» і «вміння» в психолого-педагогічній літературі// Наукові записки, 2019. Кропивницький, С.103-106. В.173 URL : <https://cusu.edu.ua/ua/arkhiv-publikatsii/568-general-information/naukovi-chasopysy-tdpu/pedahohichni-nauky/publikatsii/9336-analiz-zmistu-ponyat-navychka-i-vminnya-v-psykholoho-pedahohichniy-literaturi>
19. Деніел Гоулман, Річард Бояціс, Енні Маккі Емоційний інтелект лідера. URL: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://uabook.com.ua/wp-content/uploads/2025/06/emotsijnyj-intelekt-lidera.pdf
20. Дидактичні засади організації освітнього процесу (навчальні матеріали до тематичного модуля кафедри розвитку освітніх галузей) : навч.-метод. посіб. / [упорядник О. Буйдіна]. Електронне видання. Полтава : ПАНО, 2023. 128 с. URL: https://pano.pl.ua/images/FILES/pidrozdily/KMZO/publik/2023/dydakt_zasady.pdf#page=72
21. Емоції. Емоційний інтелект дитини. URL : <https://vseosvita.ua/library/emotsii-emotsiinyi-intelekt-dytyny-843637.html>
22. Емоційний інтелект і як його розвивати. URL: <https://surl.li/puedaj>
23. Ефективне навчання: інструменти для вчителя. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=MeN933PJjE>
24. Жаркова І., Гладун Л. Емоційний інтелект та його формування в старшого дошкільника засобами театралізованої діяльності. Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія «Педагогіка. Психологія». Одеса: Гельветика, 2023. Вип. 4. С. 9–16. URL: <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2023-4.02>

25. Закревська Л.М. Емоційно - когнітивна мотивація молодших школярів: інтеграція гейміфікації, арт-терапії та нейроосвітніх технологій у навчальний процес. URL: <https://vseosvita.ua/library/stattia-emotsiino-kohnityvna-motyvatsiia-molodshykh-shkoliariv-intehratsiia-heimifikatsii-art-terapii-ta-neiroosvitnikh-tekhnohii-u-navchalnyi-prots-896687.html>
26. Захарійчук М. Українська мова та читання : підруч. для 2 кл. закл. загальн. середн. освіти (у 2-х частинах) : Частина 1. Київ : Грамота. 2025.152 с.
27. Захарійчук М., Іванчук М. Українська мова та читання : підруч. для 2 кл. закл. загальн. середн. освіти (у 2-х частинах) : Частина 2. Київ : Грамота. 2025.160 с.
28. Заячківська Н., Кашуба Н. Ігрова діяльність як невід’ємний компонент навчання молодших школярів. *Молодий вчений*. Херсон : Гельветика, 2021. Вип. №. 9 (97). С. 16-19. URL : <https://molodyivchenyi.ua/index.php/journal/article/view/2150/2131>
29. Змішане навчання: як організувати якісний освітній процес в умовах війни. Державна служба якості освіти України. URL: <https://sqe.gov.ua/zmishane-navchannya-yak-organizuvati-yaki/> (дата звернення 30.10.2025)
30. Імерсивні технології. Вікіпедія. URL: https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%86%D0%BC%D0%B5%D1%80%D1%81%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%96_%D1%82%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%97
31. Іщенко О.Л., Іщенко А.Ю., С.П.Логачевська Українська мова та читання: підруч. для 2 кл. закл. загал, серед, освіти (у 2-х частинах) : Ч. 1. Київ : Літера ЛТД. 2025.128 с.
32. Іщенко О.Л., Іщенко А.Ю., С.П.Логачевська Українська мова та читання: підруч. для 2 кл. закл. загал, серед, освіти (у 2-х частинах) : Ч. 2. Київ : Літера ЛТД. 2025.128 с.
33. Калініна Ю. Розвиток емоційного інтелекту дітей та підлітків: техніки та вправи. URL: <https://vseosvita.ua/webinar/rozvytok-emotsiinoho-intelektu-ditei-ta-pidlitkiv-tekhnyky-ta-vpravy-1227.html> (дата звернення 30.10.2025)

34. Кацуба О.Ю. Вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови в 1 класі та його складові/ Освіта ХХІ століття: аксіологічний вимір/ зб.мат Всеукр.студ.наук.-практ.конф. 16 травня 2024 р. Нікополь. С.122-125
35. Кацуба О. Формування вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови у практиці шкільного навчання /Інновації та традиції в освіті: історичний досвід і сучасні виклики розвитку дошкільної, початкової, мистецької освіти та культури/ всеукр.науково-практ.студентська конф.28 березня 2025 р. Чернігів, с.43-46
36. Концепція Нової української школи. 2016. 40 с. URL : <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>
37. Кравцова Н., Придаток О. Українська мова та читання : підруч. для 2 кл. закл. загал. серед. освіти. У 2-х ч. Ч. 1. Тернопіль : Підручники і посібники. 2025. 151 с.
38. Коваль О. С. Керування емоціями як запорука вдалої комунікації. *Актуальні питання соціально-гуманітарної середньої та вищої освіти*: матеріали всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю (м. Дніпро, 21 квітня 2020 р.). Дніпро, 2020. С.89-93. URL : https://www.academia.edu/43506674/%D0%90%D0%BA%D1%82%D1%83%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%96_%D0%BF%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F_%D1%81%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B0%D0%BB
39. Котик Т.М. Нова українська школа: теорія і практика формування емоційного інтелекту в учнів початкової школи: навчально-методичний посібник для вчителів початкової школи. Тернопіль. Астон.2020. 192 с.
40. Котик Т. ., Шкледа Л. Розвиток емоційного інтелекту молодших школярів як міжпредметна проблема Нової української школи. *Гірська школа Українських Карпат*, (28). 2023. С.113–117. URL :<https://doi.org/10.15330/msuc.2023.28.113-117>

41. Малько А.Ю. Урок щастя «Щасливі діти-щаслива країна». URL: <https://vseosvita.ua/library/urok-shchastia-shchaslyvi-dity-shchaslyva-kraina-prohrama-urokiv-shchastya-dlya-1-4-klasiv-838082.html>
42. Москаленко Л. *Змішане навчання: теоретичний аналіз поняття та можливості впровадження в процес навчання в закладах загальної середньої освіти*. Наукові записки. Серія: Педагогічні науки. 2024. URL: <https://pednauk.cusu.edu.ua/index.php/pednauk/article/view/1997?form=MG0AV3&form=MG0AV3>
43. Невмержицька Т.М. Використання ігрових технологій в навчанні та вихованні молодших школярів. Левковичі. 2023. URL: <https://vseosvita.ua/library/vykorystannia-ihrovykh-tekhnologii-v-navchanni-ta-vykhovanni-molodshykh-shkoliariv-847900.html>
44. Нова українська школа: порадник для вчителя. Київ : Літера ЛТД. 2019. 208 с. URL: https://lib.imzo.gov.ua/wa-data/public/site/books2/navchalnometodychny-posibnyky/dlya-pedpraysivnykiv/poradnik_blok-min.pdf.
45. Опитувальник емоційного інтелекту «ЕМІН». С.54-58 URL: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/http://metodclaster.vn.ua/page/na_dop_met/5_2019/kaf_psiholog/Lab_psyhol/psychologu.pdf (дата звернення 15.08.2025)
46. Основні етапи проведення експериментального дослідження/ Українська педагогіка. URL: <https://ukped.com/statti/skarbnichka/464-osnovni-etapy-provedennia-eksperymentalnoho-doslidzhennia.html>
47. Павлик О.А., Кацуба О.Ю. Вплив ігрової діяльності на формування вміння конструктивно керувати емоціями у молодших школярів / Оновлення моделі інтегральних компетентностей в контексті досягнення цілей сталого розвитку/ VII Регіональної науково-практичної конференції. 28 лютого 2025 р.. Нікополь, с.124-126
48. Павлик О.А., Кацуба О.Ю. Формування вміння конструктивно керувати емоціями на уроках української мови в 1 класі в умовах змішаного навчання / Оновлення моделі інтегральних компетентностей в контексті досягнення цілей

57. Словник української мови. URL:
<https://slovnyk.ua/index.php?swrd=%D0%BA%D0%B5%D1%80%D1%83%D0%B2%D0%B0%D1%82%D0%B8>(дата звернення 30.10.2025).
58. Словник української мови. URL:
<https://slovnyk.ua/index.php?swrd=%D1%83%D0%BC%D1%96%D0%BD%D0%BD%D1%8F> (дата звернення 30.10.2025).
59. Смик О. Як розвинути емоційний інтелект дитини. URL:
<https://vseosvita.ua/library/ak-rozvinuti-emocijnij-intelekt-ditini-368040.html> (дата звернення 27.07.2025)
60. Створення навчальних відео: від ідеї до реалізації. URL:
https://www.youtube.com/watch?v=Vjy_KEijIZc
61. Сучасні тренди освітнього процесу: практичні кейси. URL:
<https://vseosvita.ua/conference/35>
62. Тест емоційного інтелекту MSCEIT-V 2.0/ Дж. Маєр, П. Селовей, Д. Карузо. С.29-54. URL:
chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/http://metodclaster.vn.ua/page/na_do_p_met/5_2019/kaf_psiholog/Lab_psyhol/psychologu.pdf
63. Тест на емоційний інтелект/ Н.Голл. URL:
https://www.eztests.xyz/tests/personality_eq/ (дата звернення 01.08.2025)
64. Технології стабілізації емоційного стану дітей. URL:
<https://vseosvita.ua/webinar/tekhnolohii-stabilizatsii-emotsiinoho-stanu-ditei-694.html>
65. Типова освітня програма початкової освіти розроблена під керівництвом О.Я.Савченко. 2019 р. URL : <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/programy-1-4-klas/2022/08/15/Typova.osvitnya.prohrama.1-4/Typova.osvitnya.prohrama.1-2.Savchenko.pdf>
66. Типова освітня програма початкової освіти розроблена під керівництвом Р.Б.Шияна. 2019 р. URL : <http://sokyryany.osv.org.ua/programi-13-23-01-23-01-2019/>

67. Трегубенко Н.О. Історія «Добрий гном восени. URL: <https://vseosvita.ua/library/istoriia-dobryi-hnom-voseny-1011693.html>
68. Український освітній онлайн-портал для вчителів «На Урок». URL : <https://naurok.com.ua/>.
69. Управління емоціями: ваш шлях до емоційної рівноваги. URL: <https://counselingcentergroup.com/managing-emotions/>
70. Цєпова І., Тимченко Л., Коченгіна М. Українська мова та читання : підруч. для 2 кл. закл. загал.серед. освіти. Ч1 . Київ, Харків: Ранок. 2025. 102 с.
71. Чумарна М. Українська мова та читання : підруч. для 2 кл. закл. загальн. середн. освіти (у 2-х частинах) : Частина 2. Тернополь:Богдан. 2025. 160 с.
72. Шелестова Л. В. Змішане навчання у початковій школі: методичні рекомендації. Київ: Фенікс.2021
73. Шелестова Л.В. Підручник як засіб формування наскрізних умінь молодших школярів. Проблеми сучасного підручника: ключові компетентності та предметні навички: збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної інтернет конференції (електронне наукове видання), 20-21 травня 2021 р. Київ: Педагогічна думка, 2021; С. 81-85. URL: https://undip.org.ua/wp-content/uploads/2021/07/sayt_psp_dopovidi.pdf-22.pdf
74. Що таке трансформація: від змін до інновацій. URL: <https://style.co.ua/shho-take-transformatsiya/> (дата звернення 30.10.2025)
75. Як організувати викладання навчальних предметів в умовах воєнного стану: рекомендації Державної служби якості освіт. URL: <https://sqe.gov.ua/yak-organizuvati-vikladannya-navchaln/> (дата звернення 30.10.2025)
76. Ekman P. *What Scientists Who Study Emotion Agree About*. Perspectives on Psychological Science, 11(1), P. 31-34. 2016. URL : <https://www.paulekman.com/wp-content/uploads/2013/07/What-Scientists-Who-Study-Emotion-Agree-About.pdf>
77. Emotions /AllPlay Learn. URL: <https://allplaylearn.org.au/primary/teacher/emotions/#relevantresources>

78. Goleman D. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books. 2005. P.895. URL : https://raketdotph.s3.ap-southeast-1.amazonaws.com/Emotional_Intelligence_6_Books_in_1_9bda718987.PDF
79. Goleman D. *Social Intelligence: The New Science of Human Relationships*. Bantam Books. 2013. P.1-2. URL:<https://resilienteducator.com/classroom-resources/daniel-golemans-emotional-intelligence-theory-explained/?form=MG0AV3&form=MG0AV3>
80. How to Help Students Recognize and Manage Their Emotions: Fostering Emotional Intelligence in the Classroom. URL: <https://www.smileandlearn.com/en/emotional-education-in-the-classroom/>
81. John D. Mayer, Peter Salovey, David R. Caruso *Emotional Intelligence: New Ability or Eclectic Traits?* American Psychological Association. URL: <https://cdn2.psychologytoday.com/assets/attachments/1575/rp2008-mayersaloveycarusob.pdf?form=MG0AV3&form=MG0AV3>
82. Marina Fiori, Vesely-Maillefer A. *Emotional Intelligence as an Ability: Theory, Challenges, and New Directions*. Keefer, K., Parker, J., Saklofske, DH, Eds.; Springer: Cham, Швейцарія, 2018; C. 23–47. URL: https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-90633-1_2
83. Reuven Bar-On, James D.A. Parker *The handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace*. URL: <https://psycnet.apa.org/record/2001-00355-000?form=MG0AV3&form=MG0AV3>
84. Reuven Bar-On *The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI)*. Psicothema. URL: <https://www.psicothema.com/pdf/3271.pdf?form=MG0AV3&form=MG0AV3>
85. Sarah Thompson Mastering Daniel Goleman's Emotional Intelligence Self-Awareness Framework Daily. URL: <https://ahead-app.com/blog/mindfulness/mastering-daniel-goleman-s-emotional-intelligence-self-awareness-framework-daily>

86. Trampe D, Quoidbach J, Taquet M (2015) Емоції в повсякденному житті. PLoS ONE 10(12): e0145450. 2015 URL: <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0145450>.

ДОДАТКИ

Додаток А

Ключові компетентності Нової української школи



НОВА ШКОЛА
ПРОСТОР ОСВІТИ
ДЛЯ СУЧАСНИХ
УКРАЇНЦІВ

КЛЮЧОВІ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДЛЯ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ

-  **/01** Спілкування державною (і рідною у разі відмінності) мовами.
-  **/02** Спілкування іноземними мовами.
-  **/03** Математична грамотність.
-  **/04** Компетентності в природничих науках і технологіях.
-  **/05** Інформаційно-цифрова компетентність.
-  **/06** Уміння вчитися впродовж життя.
-  **/07** Ініціативність і підприємливість.
-  **/08** Соціальна та громадянська компетентності.
-  **/09** Обізнаність та здатність до самовираження у сфері культури.
-  **/10** Екологічна грамотність і здорове життя.

Додаток Б

Анкета для вчителів (проблеми формування вміння конструктивно керувати емоціями)

B *I* U ↔ ✕

Шановні колеги! Просимо надати відповіді на питання. Опрос конфіденційний. Всі відповіді будуть використанні тільки для проведення нашого дослідження. Дякуємо за співпрацю!

Стаж роботи на посаді вчителя початкових класів *

- ☐ до 10 років
- ☐ 10-20 років
- ☐ понад 20 років

Що таке вміння конструктивно керувати емоціями? *

Текст запитання з короткими відповідями

Чи потрібно формувати вміння конструктивно керувати емоціями у молодших школярів? Відповідь обґрунтуйте *

Текст запитання з короткими відповідями

Чи формуєте Ви це наскрізне вміння? Якщо так, то на яких предметах? *

Текст запитання з короткими відповідями

Які труднощі виникають при формуванні вміння конструктивно керувати емоціями? *

Текст запитання з короткими відповідями

Яким чином ви виявляєте рівень сформованості вміння конструктивно керувати емоціями? *

Текст запитання з короткими відповідями

Чи відомі Вам імерсивні технології? *

☐ так

☐ Ні

Які імерсивні технології Ви використовуєте для формування вміння конструктивно керувати емоціями? (**AR-книги, AR Teacher, VR-екскурсії, Ігри з доповненою реальністю тощо**) *

Текст запитання з короткими відповідями

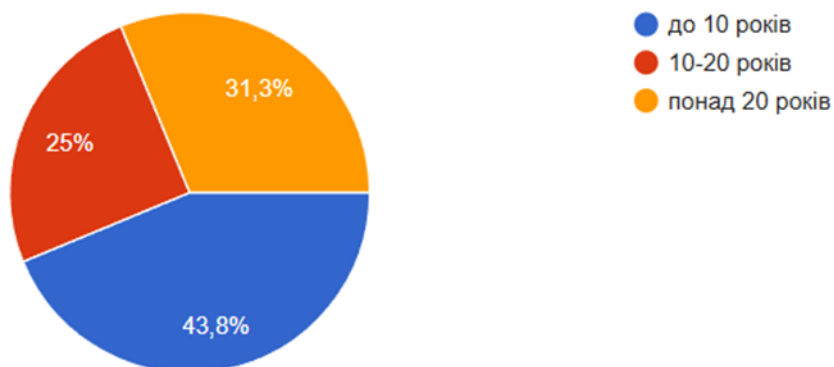
Додаток В

Відповіді вчителів початкових класів при опитуванні

Стаж роботи на посаді вчителя початкових класів



16 відповідей



Що таке вміння конструктивно керувати емоціями?

16 відповідей

вміння стримувати себе при будь-яких обставинах

добирати емоцію згідно з ситуацією

саморегуляція

Вміння висловити свої емоції

вміння розпізнавати свої емоції та оточуючих

контроль емоцій

Використовувати багато методів впливати на дитину

гармонійне спілкування

це коли ти розумієш, що саме відчуваєш, і вмієш спокійно з цим справлятися, не даючи емоціям керувати твоєю поведінкою. Це допомагає тримати себе в руках і діяти обдуманно.

здатність людини розуміти свої емоції, контролювати їх і використовувати для досягнення цілей, не дозволяючи емоціям диктувати поведінку.

це вміння стримувати себе при будь-яких ситуаціях

гармонійне спілкування з іншими

здатність саморегуляції

контроль прояву емоцій та здатність спрямовування їх у позитивне русло

здатність усвідомлювати свої емоції, виражати їх прийнятно для себе й оточення, регулювати свій емоційний стан у складних ситуаціях

Вміння висловити свої емоції зрозуміло

Чи потрібно формувати вміння конструктивно керувати емоціями у молодших школярів?
Відповідь обґрунтуйте

16 відповідей

так, бо це формує доброзичливі стосунки

так, цьому питанню необхідно приділяти достатньо уваги, особливо у воєнний час, тому що діти по-різному реагують на обставини

так, це допомагає легше долати стрес

це критично важливо, адже діти лише починають розуміти себе й інших

так, це стабілізує психоемоційний стан дитини

необхідно для створення позитивної атмосфери

Так, бо дитина навчається поводити себе

необхідно, для кращої здатності концентруватися

Так, це дуже важливо. Якщо дитина з малого віку вчиться розуміти свої емоції й поводитись з ними спокійно, їй легше спілкуватися з іншими, вчитися і справлятися зі стресом. У школі постійно виникають різні ситуації – і без цього вміння дитині буде складно.

Так

так, адже це позитивно впливає на дружні стосунки з оточуючими

так, потрібно, бо завдяки цьому можна уникати конфліктів

так, тому що зараз йде війна, а діти занадто чутливі

необхідно формувати це вміння для запобігання конфліктів

так, потрібно, оскільки у цьому віці діти тільки вчать розуміти себе та взаємодіяти з іншими, а це вміння допомагає уникати конфліктів, краще включатися в навчання та будувати дружні стосунки

це необхідно, для зменшення схильності до емоційних зривів

Чи формуєте Ви це наскрізне вміння? Якщо так, то на яких предметах?

так, майже на всіх

так, формую під час психологічних занять, також включаю вправи на емоційний інтелект у роботі з учнями з ООП

ЯДС

Так, я допомагаю дітям вчитися керувати своїми емоціями на різних уроках. На «Я досліджую світ» ми говоримо про різні ситуації з життя, обговорюємо, що робити, коли злишся чи ображаєшся. На літературному читанні розбираємо, як герої книжок справляються з емоціями. На математиці – коли працюємо в парах чи групах, вчимося не нервувати через помилки, підтримувати одне одного. На уроках малювання та музики діти вчать показувати свої емоції через творчість.

Так.

так, як правило, на уроках мовно-літературної освітньої галузі та мистецької діяльності

так, формую, на всіх предметах, особливо на тих, які передбачають творчого підходу, це мистецтво, укр. мова та література

так, читання

так, на всіх уроках

так, на уроках читання, ЯДС, позакласних заходах

так, майже на всіх

формую на всіх предметах, які я веду

так, читання, ядс, мистецтво

я формую на уроках читання

так, формую на уроках читання

так, на уроках читання

Які труднощі виникають при формуванні вміння конструктивно керувати емоціями?

16 відповідей

воєнний час негативно впливає на загальну здатність дитини до навчання

діти стали більш емоційно нестабільні, це наслідки війни

відсутність часу, причина-часті сигнали повітряної тривоги

негативні прояви поведінки у родині стають прикладом для наслідування

низький рівень емоційної обізнаності

прояв емпатійних почуттів у дітей

Треба мати вплив достатній на дитину

прояв співчуття до однокласників

Одна з головних труднощів — це те, що діти ще не завжди розуміють, що саме вони відчують, і не вміють це висловити. Також їм складно стримувати імпульси — вони можуть одразу кричати, плакати або ображатись. Плюс, якщо в оточенні дорослі самі не показують приклад спокійного реагування, дитині важко навчитися цього самостійно.

Характер дитини

вгамовування емоційності в учнів

неконтрольований вибух емоцій

формування витримки, тобто щоб дитина не одразу реагувала, а спочатку усвідомила та емпатія

діти не завжди можуть правильно назвати емоцію

нестача емоційного словника у дітей, атмосфера в родині (якщо вдома не прийнято говорити про емоції, дитині складно навчитись цьому в школі)

пригнічення емоцій вдома дорослими

Яким чином ви виявляєте рівень сформованості вміння конструктивно керувати емоціями?

16 відповідей

спостереження, прояв емоцій при різних ситуаціях

спостереження за поведінкою при спілкуванні з оточуючими

спостереження та зворотний зв'язок з колегами (вчителем фізичної культури, англійської мови, практичним психологом)

спостерігаю, чи вміє дитина висловлювати емоції без агресії

створення ситуаційних моментів

здатність розпізнати емоції у головних героїв твору

Як дитина поводить з однолітками

Аналіз реакцій у складних ситуаціях

Щоб зрозуміти, наскільки дитина вміє конструктивно керувати емоціями, я спостерігаю, як вона поводить в різних ситуаціях — коли злиться, засмучується або радіє. Звертаю увагу, чи може вона назвати свої емоції, чи вміє себе заспокоїти, чи слухає інших, коли переживає щось сильне. Також важливо, як вона поводить під час конфліктів — чи одразу реагує емоційно, чи пробує вирішити ситуацію спокійно.

Спостерігаючи за дитиною

вміння самооцінювати свої досягнення та рефлексію

Адекватне вираження емоцій у спілкуванні

визначення свого настрою перед/після уроку, при спілкуванні з однолітками

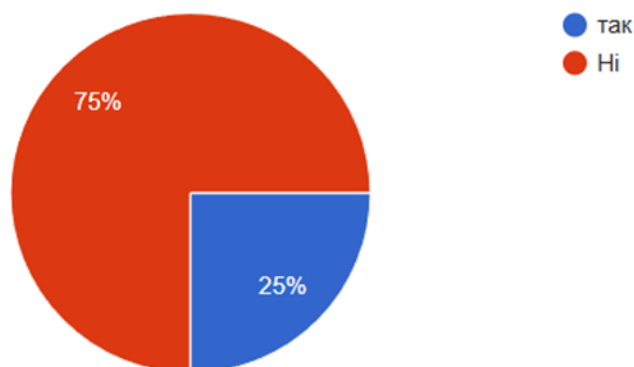
спостереження, робота психолога

через бесіди, малюнкові методики, прості діагностичні вправи на розпізнавання емоцій

спостерігаю за поведінкою, працюю в парі з психологом

Чи відомі Вам імерсивні технології?

16 відповідей



Які імерсивні технології Ви використовуєте для формування вміння конструктивно керувати емоціями? (AR-книги, AR Teacher, VR-екскурсії, Ігри з доповненою реальністю тощо)

16 відповідей



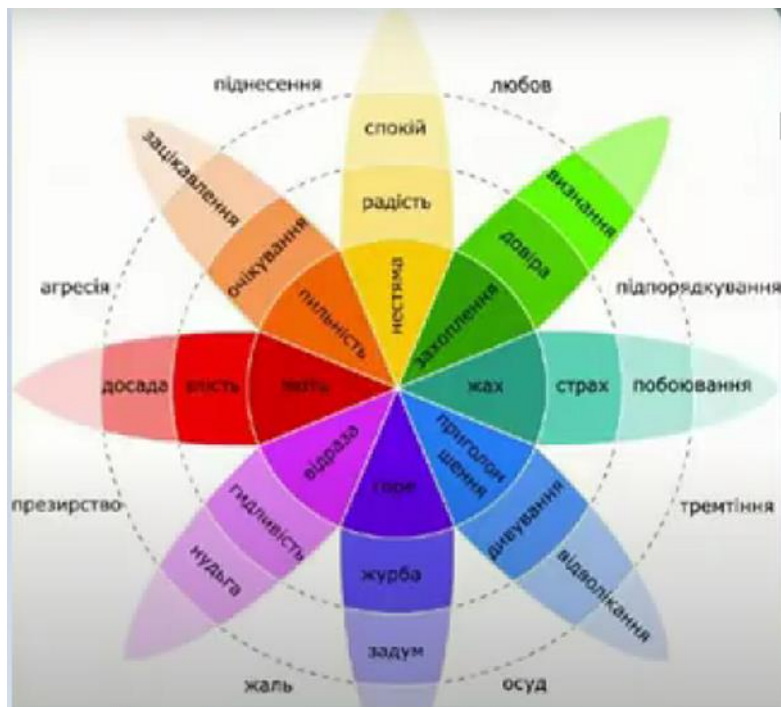
Додаток Г

Практичне використання імерсивних технологій в залежності від стажу роботи на посаді вчителя початкових класів

Стаж роботи на посаді вчителя початковий ▾	Які імерсивні технології Ви використовуєте для формування вміння конструктивно керувати емоціями? (AR-книжки, AR Teacher, VR-екскурсії, Ігри з доповненою реальністю тощо) ▾
до 10 років	AR-книжки, AR Teacher, VR-екскурсії, Ігри з доповненою реальністю
до 10 років	не використовую
до 10 років	AR-книжки
до 10 років	На даний момент я ще не використовую імерсивні технології, такі як AR-книжки, VR-екскурсії чи AR-ігри, однак планую детальніше ознайомитися з ними та поступово впроваджувати у свою практику для розвитку в учнів уміння конструктивно керувати емоціями.
до 10 років	Ігри з доповненою реальністю
понад 20 років	не використовую
понад 20 років	не використовую
понад 20 років	не використовую
10-20 років	не використовую
10-20 років	не використовую
10-20 років	ні, не використовую
до 10 років	Ігри з доповненою реальністю
до 10 років	VR-екскурсії
10-20 років	немає технічної можливості
понад 20 років	не використовую
понад 20 років	не використовую

Додаток Д

Спектр емоцій практичної психологині Ю.Калініної



Додаток Е

О.Я.Савченко



Театральний словничок

- Актор / акторка** — виконавці ролей.
Афіша — повідомлення про виставу.
Глядач / глядачка — той, хто дивиться виставу.
Жести — рухи тіла чи рук.
Міміка — вираз обличчя.
П'єса — твір, за яким ставлять виставу.
Репетиція — підготовка до вистави.
Сцена — місце дії.

👍 Малюнки, ілюстрації, як і текст, передають нам багато інформації. Як саме? Кольорі, розмір, композиція малюнка дають змогу «прочитати», що хоче сказати глядачам художник або художниця. Розглянемо малюнок **Валерії Соколової** до книжки **Івана Франка** «Коли ще звірі говорили», що вийшла у Видавництві Старого Лева.



Який епізод прочитаної казки намальовано? Який вигляд має Лисичка? Вона розгублена чи задоволена? Яким зображено Рака? Які в нього клешні? Що він міг говорити в цей момент Лисичці? Що вас зацікавило на малюнку, що здивувало?

✦ Прочитай вірш.

Дмитро Чередниченко

ПИСАНКА

Розмалюю писанку, розмалюю,
гривастого коника намалюю.

Розмалюю писанку, розмалюю,
соловейка-любчика намалюю.

Розмалюю писанку, розмалюю,
різьблену сопілочку намалюю.

А сопілка буде грати,
соловейко щебетати,
а гривастий коник
славно танцювати.



- З яким настроєм дитина розмальовує писанки? Про які візерунки вона розповідає? А яку писанку розмальовуєш ти?
- Яке слово автор уживає у вірші найчастіше?
- Знайди в таблиці слова, які пов'язані з Великоднем. Прочитай.

Х	Л	П	И	С	А	Н	К	А	О
Т	Х	Р	Е	С	Т	И	К	Ч	И
Р	И	К	Р	А	Ш	А	Н	К	А
М	О	Л	И	Т	В	А	А	Н	Ь

ПЕРЕВІРЯЮ СВОЇ ДОСЯГНЕННЯ

Знаю...

- Слова з якого вірша стали назвою розділу?
- У якому творі розповідається про життя лісових мешканців ранньою весною? Хто його автор?
- Якими новими словами збагатився твій словник?

Розумію, можу пояснити...

- Чому **весна днем красна**? Чому вона **многоцвітна**?
- Чому Хлопчик не зірвав Дзвіночок Конвалії?
- Чому українці вважають писанки оберегами рідної оселі й життя?

Вмію...

- Розказати вірші, які вивчив/вивчила напам'ять.
- Знайти відповідність між назвою вірша і його автором:

«Перекинута шпаківня»

Анатолій Камінчук

«Українська писанка»

Іван Франко

«Надійшла весна»

Ліна Костенко

- Розповісти текст за ключовими словами.
- Установити причину й наслідок у вірші Ліни Костенко «Перекинута шпаківня».

Виявляю ставлення, почуття...

- Який із прочитаних творів викликав почуття радості, а який — здивування? Чому?
- Звертаючись до дорогих мені людей, використовую образні вислови, порівняння ...
- Які з творів розділу хочу прочитати своїм рідним?

Додаток Ж

Цепова І. В., Тимченко Л. І.

- 2 Допоможи бібліотекарю скласти список казок сучасного дитячого письменника Сашка Дерманського, розташувавши їх в алфавітному порядку.

«Смішна каша», «Красуня», «Рятувальник», «Велослон», «Русалка», «На край світу», «Білячок».

Коли Оленка і Петрик порівняли свої роботи, виявилась одна розбіжність.



Оленка записала: «Рятувальник», «Русалка».

Петрик записав: «Русалка», «Рятувальник».

Хто з дітей має рацію? Чому? Обговоріть ці запитання з однокласниками й однокласницями. У якій послідовності записані ці назви в тебе?

- 5 Прочитай литовську народну казку.

Рак і ґава

Литовська народна казка

Літала якимось голодна ґава над озером і впіймала рака. Рак бачить: кепські його справи, і почав ґаву розхвалювати:

— Яка ж ти красуня, ґаво: такого пір'ячка я ні в кого не бачив!

Ґава мовчить, нічого не відповідає, а рак усе вихваляє:

— Може, у тебе і голосок приємний?

Ґава аж мліє від хвальби, поклала рака на камінь і стежить за ним. Згодом рак знову за своє:

— Ти маєш бути царицею всіх птахів!

Ґава тільки:

— Ага!

Рак — шубовсть у воду і поплив, а ґава лишилася ні з чим.

- Чому рак почав вихвалити красу ґави, а не її доброту або сміливість?
- Підготуйся до виразного читання казки.





Розкажи, у яких ще випадках людям не обійтися без мови. Доведи свою думку.

Уяви собі, що мова зникла й люди не можуть спілкуватися між собою. Що на них може чекати?

Отже, для чого людям потрібна мова?

- 1 Доведи, що сила голосу і темп мовлення залежать від умов спілкування. Розкажи, як треба розмовляти в кожній ситуації — голосно, пошепки, тихо чи звичайно.



Додаток З

Л.Чумарної та Т.Трохименко



ЯК ШВИДКО ЛІТО ПРОМИНУЛО!

Як швидко літо проминуло!
Прийшла осіння пора.
Немов на крилах полинуло
кохане літечко з двора!..
Садок марніє потихеньку,
пожовклі падають листки,
вітрець не віє вже тепленько, —
жене понурії хмарки.
Посох горошок на городі,
мачок вже цвіт давно згубив,
високий соняшник на грядці
журливо голову схилив.



Олена Пчілка



Полі́нуло — полетіло.
Марні́є — в'яне, втрачає барви.
Пону́рії — сумні, темні.



- Яка пора року проминула, а яка — прийшла?
- Які зміни відбуваються у природі? Спробуй доповнити вірш власними спостереженнями.



Прочитайте два останні рядки вірша. Обговоріть чому соняшник журиться.



Пофантазуй. Як можна «розвеселити» соняшник із вірша Олени Пчілки?



НЕРОЗУМНА ВОРОНА

Українська народна байка

Ворона літала над селом і схопила шматок сиру. Шматок був чималий, ворона заледве тримала його в дзьобі. Полетіла в ближній лісок, сіла на дерево невисоко від землі і почала їсти.

Побачила це лисиця — і захотілось їй полакувати сиром.

Підійшла до дерева, обійшла навкруг нього разів зо два, все позираючи на ворону, а далі почала морочити їй голову.

— Яка ж ти гарна птиця! Я ніяк на тебе не намілююся. Що за носик, що за хвостик! А пір'ячко... Від сонця аж блищить! — примовляє лисиця.

А ворона міцно тримає сир та слухає, що ж то лисиця говорить.



— Я думаю, такій красуні сам орел позаздрить.
Недарма ти їси такий ласенький шма-
точок. По всьому видно, що у тебе має
бути ангельський голосочок!



Ворона оніміла від похвали, за-
була й про сир, роззявила рот і
крикнула: «Так! Так!».

Сир упав додолю, а лисиця схо-
пила його і втекла.

- Які людські якості були притаманні лисиці? А во-
роні? Це позитивні якості чи негативні?
- Прочитайте слова. До кого із героїв байки їх можна
віднести?

хитрість

брехливість

жадібність

неуважність

Додаток К

А.Савчук

- Василь Симоненко писав: «Можеш вибирати друзів і дружину, вибрати не можна тільки Батьківщину».

Чи погоджуєшся ти із цією думкою? Висловлюй свої міркування за зразком: *Так (ні), я погоджуюся (не погоджуюся) із цією думкою. Я вважаю, що ..., тому що Наприклад, Отже, ... (висновок).*



Прочитай вірші.

МАТУСЯ

Дарує ласку,
ясну усмішку.
А на ніч — казку,
іще й потішку.
До себе кличе
м'яка подуся.
І сон у вічі
впуска матуся.

Володимир Верховень



НАЙБІЛЬШЕ Я ХОЧУ...

Найбільше я хочу,
щоб мир був на світі,
як небо — у зорях,
а сад наш — у цвіті.

Найбільше я хочу,
щоб сонце щоранку

зі мною віталось,
присівши на ґанку.
Найбільше я хочу,
щоб рідна матуся
всміхнулась мені,
коли я усміхнуся.

Микола Сингаївський



- З яким почуттям потрібно читати вірші?
- Що дарує нам матуся?
- Чого найбільше хоче поет Микола Сингаївський?
- Які з цих бажань близькі тобі?



Прочитай текст.

ЩОБ МАМА НЕ ГУБИЛАСЯ

У слоненяти на ім'я Хвостик постійно губилася мама. А все тому, що слоненя було дуже допитливим. То задивиться на лелеку в небі. То захоче спитати в птаха тукана, навіщо йому такий великий дзьоб. А мама за цей час відходить далеко й, звісно, губиться.

Якось Хвостик шукав маму аж три години. Він дуже злякався. А раптом мама не знайдеться? Тоді їй буде самотньо одній у савані*. Слоненя навіть заплакало.



Коли мама знайшлася, вона була дуже схвильована. Ще б пак! Губитися — це ж зовсім невесело! Це кому завгодно може зіпсувати настрій.

Хвостик довго думав. Як же зробити так, аби мама не губилася? І нарешті вигадав.

Тепер щоразу на прогулянці він міцно тримав маму хоботом за хвіст. Тепер уже мама нікуди не губилася. І Хвостик був за неї дуже радий!

Юлія Каспарова



*Савана — тропічний степ в Африці.



- Хто головні герої казки?
- Про що йдеться в першому абзаці казки?
- Яким був Хвостик? Обґрунтуй думку рядками тексту.
- Чому мама хвилювалася?
- Що придумав робити Хвостик, щоб мама не губилася?
- Поміркуй, хто насправді завжди губився.
- Які слова чи вислови з твору були для тебе новими?
- Про що ця казка? Скажи одним реченням.

- Виконай завдання на вибір.
- Уяви, що ти — Хвостик. Розкажи про свою пригоду.
- Уяви, що ти — мама Хвостика. Розкажи, що ти відчуваєш щоразу, коли Хвостика немає поруч.

Додаток Л

Л.Варзацька та Т.Трохименко

МРІЯ

Як виросту — збудую хату,
на хаті колесо приб'ю,
а там я поселю крилату
лелечу клекітну сім'ю.

Нехай розводиться, гніздиться
по всіх деревах і хатах,
нехай мені щоночі сниться,
що я літаю, наче птах.

Дмитро Павличко

2. Хто розповідає про свою мрію? Яким ви уявляєте героя вірша?



Кіт-воркіт біля воріт

Андрій Малишко

356. 1. Виразно прочитай уривок із вірша.

Кіт-воркіт біля воріт
чесе лапкою живіт.
З'ївши мишку-побіганку,
що робити по сніданку?
Чи погнати біля хати
вслід за голубом-гінцем?
А чи вуси-довгоруки
почесати гребінцем?



Андрій Малишко

2. «Поговори» з котиком. Вислови йому пораду, побажання, застереження.

147. 1. Прочитайте початок казки.



ЛИСЕНЯТКО-ПЕРШОКЛАСНИК

У Лисиці був **синочок** — **руденьке Лисенятко**.
Навчалось воно у першому класі.

Лисенятко було не дуже старанним учнем. Йому не хотілося вранці прокидатися, умиватися, чистити зуби, снідати.

От руденьке вирішило: не піду сьогодні до школи.
— Мамо, — прошепотіло жалібно вранці Лисенятко, — у мене зуб болить...

За Василем Сухомлинським



2. У першому реченні руде Лисенятко назване *синочком*. Простежте, якими словами називає письменник Лисенятко в наступних реченнях. Чому?

3. Розгляньте малюнок і придумайте продовження казки.



148. 1. Прочитай іще раз текст із попередньої вправи. Звернися до Лисенятка-першокласника, висловлюючи йому пораду або застереження.



Додаток М

К.Пономарьової (ч.1) О.Савченко (ч.2)

Микола Сингаївський

ДО ШКОЛИ



Так сонячно-ясно довкола,
і тануть хмаринки вгорі.

**До школи,
до школи,
до школи**

сьогодні ідуть школярі.
Врожаями ниви достигли,
багρέць променіє з дібров.

**До книги,
до книги,
до книги**

душа поривається знов.
Дозріли калинові гронця,
над ними ясніє блакить.

**До сонця,
до сонця,
до сонця,**

як спів, наша мрія летить.
Відко́ли, скажіть нам, відколи
цей вересень з нами рідня?

**До школи,
до школи,
до школи**

ведуть нас дороги щодня.



- З яким настроєм ти прийшов/прийшла до школи?
- Який настрій передано у вірші?
- Поміркуйте, чому у вірші повторюються слова *школа*, *книга*, *сонце*. Як вони пов'язані між собою?
- Прочитай вірш піднесено, радісно.



Словничок настроїв і почуттів

Щоб точніше висловити свої почуття, звертайтеся до **Словничка настроїв і почуттів**, що вміщений наприкінці підручника.



Розіграйте сценку за прочитаним. Скільки має бути ролей? Розподіліть їх. Підготуйтеся виразно, з різним настроєм прочитати слова кожної дійової особи. Може, вам допоможе **театральний словничок**?

* * *

Мир — миром, пироги з сиром,
варенички в маслі,
ми дружечки красні, поцілуймося!



- Як найкраще промовляти мирилки, щоб тебе почули й повірили тобі?



ПЕРЕВІРЯЮ СВОЇ ДОСЯГНЕННЯ

Знаю...

- Назву розділу ...
- Назви творів, які прочитали: колискові, заклички, ...
- Слова з прямим і переносним значенням.

Розумію, можу пояснити...

- Кому і з яким почуттям співають колискові? Чому в них багато пестливих, ласкавих слів?
- Чому в українській мові про одне поняття можна сказати різними словами? Наприклад, ...
- Коли говорять заклички, лічилки? Наведу приклад.
- З якою метою народ складав прислів'я?

Вмію...

- Розказати напам'ять вивчені колискову, закличку, скоромовку, прислів'я (на вибір).
- Доповнити тематичну павутинку про мову.



Причина і наслідок

ВИНОГРАДАР І ЗМІЯ

Болгарська народна казка

Один чоловік мав гарний виноградник. Біля виноградника лежала купа каміння, де жила велика змія. Якось виноградар побачив змію і надумав зробити їй добро. Узяв кувальцю свіжого молока, приніс, поставив біля каміння і став оддалік — хотів побачити, що буде. Змія вилізла, випила молоко і впустила в кувальцю один золотий. Виноградар узяв кувальцю із золотом і пішов собі. Відтоді щоранку носив він змії молоко і забирав по одному золотому. Так дружили вони багато років.

* * *

Якось виноградар покликав сина, майбутнього господаря, і розповів йому про змію, що її годував молоком. Почав і син носити молоко й забирати золоті. Одного разу він подумав: «У тій купі має бути багато золотих; краще вбити змію, розрити купу й забрати золоті, а не носити молоко та годувати ту змію».

Отакé надумавши, він узяв палицю і поніс змії молоко. Коли змія молоко випила, хлопець замахнувся і щосили вдарив її, але убити не зміг, відбив тільки шматок хвоста. Змія розгнівалася і вкусила хлопця. Він розпух і ледве дійшов додому. Батько спитав його, що сталося. Син розповів усе, як було, і через кілька днів помер.

* * *

Минуло багато часу, і якось прийшов виноградар до тієї самої купи каміння. Вилізла і змія. Виноградар їй каже:

— Давай знову дружити, як раніше дружили.

А змія йому відповіла:

— Чоловіче, не може відновитися колишня дружба. Поки ти бачиш сїнову могилу, а я свого відбитого хвоста, ми не можемо стати друзями. **Коли щось робиш, думай і про наслідки.**



- Який народ склав цю казку? Про що цей твір?
- Прочитай, як виноградар потоваришував зі змією.
- Який злочин учинив син? Яка риса його характеру виявилася в цьому вчинку?
- Розглянь схему. Як її доповнити, щоб відобразити головну думку казки?

ПРИЧИНА – НАСЛІДОК



Додаток Н

Н.Кравцової та О.Придаток

150.



1. Зіскануй QR-код та послухай оповідання. Що тобі в ньому сподобалося?



2. Дай відповіді на запитання.

1. Який настрій був в Андрійка?
 2. Кого він побачив? Який був хлопчик?
 3. Що зробив Андрійко, щоб настрій малюка покращився?
3. Як ти гадаєш, який настрій у людей, що роблять добрі справи?

2. Розкажіть одне одному, як потрібно поділити слова з подовженими приголосними для переносу.

315.



Опиши трьох своїх однокласниць чи однокласників. Підкресли прикметники.

387. 1. Прочитай казку. Як ти гадаєш, якою була мурашка?

Куди поспішали мурашки

На дереві білочка їла горіх. Крихта горішка впала на землю. А стежечкою поміж травою бігла Мурашка. Раптом чує — падають з дерева крихтики горішка. Скуштувала Мурашка — горішок запашний та смачний. Понесла вона крихту горішка до мурашника, розповіла сусідам.



Вирушили мурашки в дорогу. Під деревом вони зібрали крихти та понесли додому.

Василь Сухомлинський

2. Спиши два речення (на вибір). Підкресли службові слова.



3. Пригадайте, яку спільну роботу ви виконували. Який був результат? Чому?

Додаток П

Захарійчук (1ч.) Богданець (2 ч.)

Арчі був напрочуд діловим псом. Коли він був малим щеням, дідусь навчив його збирати пластикові пляшки. Тепер у нього щодня є робота. Арчі навіть навчився виловлювати пляшки з моря. **Щоправда**, він трохи боявся медуз. Місцеві вже звикли, **що** заклопотаний Арчі постійно поспішає із сміттям у зубах.

— Привіт, Арчі! — вибігла назустріч Надійка. — Дивися, що ми вигадали! — І показала ось такий плакат (За К. Єгорушкіною).



- Розкажи, як діти вирішили допомогти Арчі. Ти готовий (готова) допомогти Арчі сортувати сміття? Розкажи, як.

Спочатку було тепло, а потім підмерзло. Дороги стали блискучими та слизькими. Я вийшов на вулицю. Дивлюся: по дорозі хлопчик біжить. Він біг і впав.

Я стояв біля воріт ... голосно сміявся. Раптом я послизнувся ... упав ... лід. Та мені чомусь зовсім не було смішно (за О. Буценом).

- Прочитай виділені слова. Як ми їх називаємо?
- Чи схвалюєш ти поведінку хлопчика, який розказує цю історію? Що б ти зробив / зробила в цій ситуації?



256. Прочитайте текст. Обговоріть пригоди ведмедика Вінні-Пуха.

Ведмедику залишилося лізти по дереву зовсім-зовсім мало — і... Т-р-рісь!

— Рятуйте! — крикнув Вінні-Пух, полетівши вниз. — Ех, навіщо я тільки... Та я ж не хотів робити шко... Я ж тільки хотів... Звісно, краще було б не... (за А. Мілном).

- Чи завершував свою думку ведмедик?
- Доповни слова Вінні-Пуха так, щоб думка була завершена. Запиши останні чотири доповнені речення.

261. Прочитай вірш самостійно.

ЧИМАЛИЙ У ЯРУ СТАВОК

Чималий у яру ставок,
Зелений по горі садок.
І верби, і тополі,
І вітряки на полі.
І долом геть собі село.
Понад водою простяглось.
Т. Шевченко

- Про що розповідає поет? Скільки речень у вірші? Як називаємо ці речення? З якою інтонацією їх треба читати?

Додаток Р

М.Вашуленко (ч.2)

Поетеса



Леся Вознюк

ЙШОВ МОРОЗ

Йшов мороз, сердився **дуже**,
що ніхто із ним не **дружить**.
До малят підходив **гратись**,
а вони — мерщій **ховатись**.
— Не тікайте, діти, **прошу**,
я колючий, та **хороший**,
бо для вас морозив **воду**,
щоб зробити гірку з **льоду**.
Працював усеньку **нічку**,
одягав у кригу **річку**.
Ковзани беріть, **санчата**,
будем зимоньку **стрічати**!



- Прочитай вірш напівголосно.
- Знайди у вірші слова, якими описано дії морозу. Яким ти його уявляєш?
- Відшукай рядки, які треба прочитати із проханням. Прочитай їх.
- Якими словами з вірша можна підписати цей малюнок?
- Прочитай вірш, дотримуючи пауз і потрібної інтонації.

Наталя Забіла

ОСІННЄ ЛИСТЯ



Від вітру коливáються
пожовклі дерева,
а листя з них зривається
і пісеньку співа:

— Веселі танцюристи ми,
кружляєм в висоті, —
листки, листочки, листики,
червоні й золоті!

Зриваємось ми зграями
з топольок та беріз,
злітаємо, кружляємо
і падаємо вниз.

Та вітром знов піднесені
мчимо з височині.

Нам радісно! Нам весело!
Нам любо восени!

- Знайди у прочитаному вірші слова, які створюють радісний настрій.
- Якими словами передано рух листочків? Прочитай їх.
- Навчися читати вірш весело. Пам'ятай про паузи. Із більшою силою голосу прочитай виділені рядки.

Платон Воронько

ГРА У СНІЖКИ

Із доріжки до доріжки
полетіли влучні сніжки,
і почався білий бій,
закрутився у сувій.
Закрутився, покотився.
Під горою зупинився.
Зверху сніг і знизу сніг,
і ніхто пізнати не міг,
де чиї стирчали ніжки.
Ой, весела гра у сніжки!



- Як ти вважаєш, чи подобається дітям грати у сніжки? Які слова з тексту про це говорять?
- Як ви розумієте вислів «закрутився у сувій»?
- Прочитай парами слова, які римуються.
- Підготуйся і виразно прочитай вірш. Подумай, яке почуття треба передати під час читання вірша. Де треба пришвидшити, а де — уповільнити темп читання?

Сашко Дерманський

ВІРШИК ДЛЯ МАМИ

Мамо, добре, що ти є, —
ніжне сонечко моє!
Від твоєї теплоти
так і хочеться рости...

Найгарнішу, найдобрішу,
я люблю тебе найбільше!
І коли дорослим стану,
теж люблю не перестану!

Бо ріднішої, ніж ти,
в цілім світі не знайти!
Добре, мамо, що ти є, —
тепле сонечко моє!



- З якими почуттями поет розповідає про свою маму? Які слова найбільше їх передають?
- Прочитай вірш із ніжністю й любов'ю.
- Який іще заголовок може мати цей вірш?

Додаток С



If all the kids speak at the same time it's hard for the teacher to hear.



When our teacher
asks a question, I can
put up my hand and
wait until it's my turn
to speak.

If we all wait and
raise our hands, we
can all be heard.



I can also wait for my
turn at playtime.

Like when there are lots
of kids on the monkey
bars, I might need to wait
my turn to swing across.

If I wait for my turn,
we can all play safely
and have fun.



Sometimes I may have
to wait a little while for
my turn.

It can be hard to wait.

When I'm waiting I can
take some slow deep
breaths. I can practise
my counting.

I can try to be patient.



Додаток Т

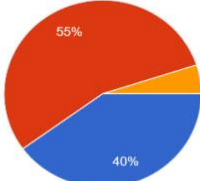
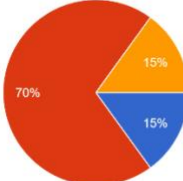
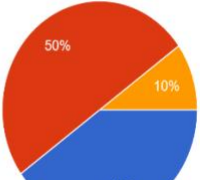
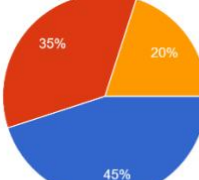
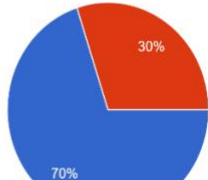
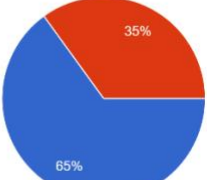
Анкета «Я і мої емоції»

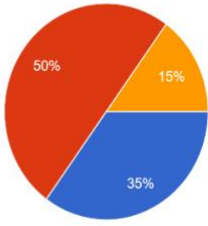
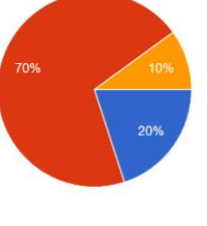
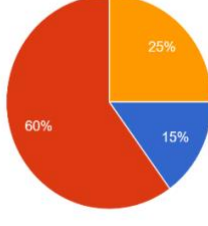
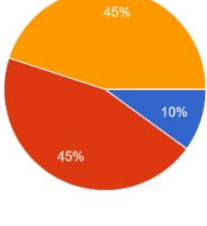
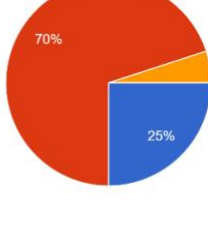
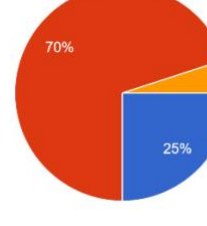
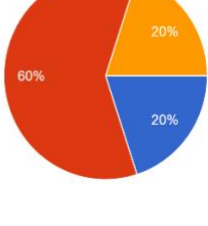
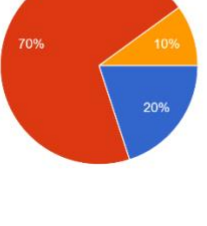
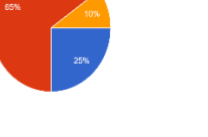
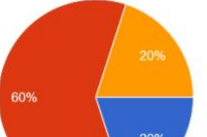
Прочитай кожне твердження і обери (підкресли) відповідь, яка найкраще тебе описує.

№ з/п	Твердження	Варіанти відповідей
1.	Коли я злюсь, я можу заспокоїтись самостійно. 	Завжди Іноді Ніколи
2.	Я можу сказати, що саме мене засмутило. 	Завжди Іноді Ніколи
3.	Коли я радію, я ділюсь цим з іншими. 	Завжди Іноді Ніколи
4.	Я знаю, як виглядає злість, радість, страх.   	Завжди Іноді Ніколи
5.	Я можу допомогти другу, якщо він засмучений. 	Завжди Іноді Ніколи
6.	Я вмію заспокоїтись, коли щось не виходить. 	Завжди Іноді Ніколи
7.	Я можу сказати, коли я хвилююсь. 	Завжди Іноді Ніколи
8.	Я знаю, що робити, коли хтось сердиться. 	Завжди Іноді Ніколи
9.	Я знаю, що можу поліпшити настрій інший людям 	Завжди Іноді Ніколи
10.	Я можу легко відключитися від неприємних переживань. 	Завжди Іноді Ніколи

Додаток Ф

Результати відповідей молодших школярів на анкетування «Я і мої емоції»

2-В клас	2-Б клас
Коли я злюсь, я можу заспокоїтись самостійно 20 відповідей  ● Завжди ● Іноді ● Ніколи	Коли я злюсь, я можу заспокоїтись самостійно 20 відповідей  ● Завжди ● Іноді ● Ніколи
Я можу сказати, що саме мене засмутило. 20 відповідей  ● Завжди ● Іноді ● Ніколи	Я можу сказати, що саме мене засмутило. 20 відповідей  ● Завжди ● Іноді ● Ніколи
Коли я радію, я ділюсь цим з іншими. 20 відповідей  ● Завжди ● Іноді ● Ніколи	Коли я радію, я ділюсь цим з іншими. 20 відповідей  ● Завжди ● Іноді ● Ніколи
Я знаю, як виглядає злість, радість, страх. 20 відповідей  ● Завжди ● Іноді ● Ніколи	Я знаю, як виглядає злість, радість, страх. 20 відповідей  ● Завжди ● Іноді ● Ніколи

Я можу допомогти другу, якщо він засмучений. 20 відповідей  Завжди Іноді Ніколи	Я можу допомогти другу, якщо він засмучений. 20 відповідей  Завжди Іноді Ніколи
Я вмію заспокоїтись, коли щось не виходить. 20 відповідей  Завжди Іноді Ніколи	Я вмію заспокоїтись, коли щось не виходить. 20 відповідей  Завжди Іноді Ніколи
Я можу сказати, коли я хвилююсь. 20 відповідей  Завжди Іноді Ніколи	Я можу сказати, коли я хвилююсь. 20 відповідей  Завжди Іноді Ніколи
Я знаю, що робити, коли хтось сердиться. 20 відповідей  Завжди Іноді Ніколи	Я знаю, що робити, коли хтось сердиться. 20 відповідей  Завжди Іноді Ніколи
Я знаю, що можу поліпшити настрій іншим людям 20 відповідей  Завжди Іноді Ніколи	Я знаю, що можу поліпшити настрій іншим людям 20 відповідей  Завжди Іноді Ніколи



Додаток Х

Картки емоцій (програма СЕН)



Щаслива



Щасливий



Сумна



Нічний



Зла



Злий



Налякана



Наляканий



Здивована



Здивований



Радісна



Радісний



Вдячна



Вдячний



Спокійна

Додаток Ц
«Намалюй емоцію»

