

Міністерство освіти і науки України
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
Педагогічний факультет
Кафедра початкової освіти та освітніх інновацій

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти
на тему:
**«РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ НА
УРОКАХ МОВНО-ЛІТЕРАТУРНОЇ ОСВІТНЬОЇ ГАЛУЗІ»**

Виконала: здобувачка вищої освіти
спеціальності 013 Початкова освіта
освітньо-професійної програми
«Початкова освіта», групи ПО-21м
Коцулим Мар'яна Дмитрівна

Науковий керівник: Близнюк Т.О.,
кандидат педагогічних наук, доцент
кафедри початкової освіти та освітніх
інновацій

Рецензент: Воробець О.Д.,
кандидат філологічних наук, доцент
кафедри загального та германського
мовознавства, завідувач кафедри

Івано-Франківськ, 2025 р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
Розділ 1. Теоретичні підходи до розвитку емоційного інтелекту здобувачів початкової освіти	
1.1. Поняття емоційного інтелекту в сучасній науці: підходи до трактування.....	8
1.2. Особливості емоційного розвитку дітей молодшого шкільного вік....	18
1.3 Потенціал мовно-літературної освітньої галузі у розвитку емоційного інтелекту учнів.....	26
Висновок до розділу 1	38
Розділ 2. Експериментальна методика розвитку емоційного інтелекту учнів початкової школи на уроках англійської мови	
2.1. Діагностика рівня розвитку емоційного інтелекту учнів у сучасній початковій школі.....	40
2.2. Експериментальна методика розвитку емоційного інтелекту на уроках англійської мови.....	49
2.3. Аналіз результатів емпіричного дослідження	55
Висновок до розділу 2	64
ВИСНОВКИ.....	66
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	71
ДОДАТКИ	78

АНОТАЦІЯ

Коцулим М. Розвиток емоційного інтелекту молодших школярів на уроках мовно-літературної освітньої галузі.

Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього рівня «Магістр» зі спеціальності 013 «Початкова освіта». Карпатський національний університет імені Василя Стефаника, м. Івано-Франківськ, 2025.

Розвиток емоційного інтелекту учнів початкової школи є складним і багатогранним процесом, який потребує системного та цілеспрямованого підходу. У сучасних умовах цифровізації, високої інформаційної насиченості та зростання емоційного навантаження на дітей через війну в Україні ця проблема ускладнюється ще більше. Педагоги враховують не лише вікові особливості молодших школярів, а й нові виклики освітнього середовища, щоб ефективно формувати емоційну компетентність здобувачів освіти.

Мета роботи –теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити авторську методику розвитку емоційного інтелекту молодших школярів на уроках мовно-літературної освітньої галузі.

У першому розділі кваліфікаційної роботи запропоновано визначення поняття емоційного інтелекту в сучасній науці, проаналізовано підходи до його трактування та визначено структурні компоненти. Авторкою досліджено особливості емоційного розвитку дітей молодшого шкільного віку та визначено потенціал мовно-літературної освітньої галузі у цьому контексті.

У другому розділі досліджено стан проблеми розвитку емоційного інтелекту учнів у сучасній початковій школі та запропоновано поетапну експериментальну методику його формування на уроках англійської мови у 3 класі. З'ясовано, що інтерактивні ігри, рольові вправи та мультимедійні завдання, доповнені сучасними цифровими інструментами, є ефективними засобами активізації пізнавальної діяльності учнів і сприяли цілеспрямованому розвитку їхнього емоційного інтелекту.

Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (70 найменувань), додатків. Містить рисунки, таблиці та діаграми.

Ключові слова: емоційний інтелект, учні початкової школи, мовно-літературна освітня галузь, англійська мова, інтерактивні та цифрові засоби навчання.

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. У сучасному суспільстві дедалі більшого значення набуває не лише академічна успішність учнів, а й розвиток їхніх особистісних якостей, серед яких емоційний інтелект посідає провідне місце. Саме емоційна компетентність дозволяє дитині усвідомлювати власні почуття, розуміти емоції інших, ефективно взаємодіяти з однолітками та дорослими, регулювати власну поведінку в соціальних ситуаціях. Формування емоційного інтелекту в молодшому шкільному віці створює фундамент для гармонійного розвитку особистості та успішної соціалізації.

Особливу роль у цьому процесі відіграє мовно-літературна освітня галузь, яка через художнє слово, емоційно забарвлені тексти, діалоги та обговорення сприяє глибшому розумінню внутрішнього світу людини, розвитку співпереживання, емпатії та навичок конструктивного спілкування. Уроки української та іноземної мови, літературного читання, інтегрованого курсу «Я досліджую світ» створюють сприятливі умови для реалізації педагогічних завдань у сфері емоційного розвитку учнів.

Попри зростаючий інтерес до проблеми емоційного інтелекту, в українській педагогічній науці ще недостатньо розроблено методичних підходів до його формування саме в контексті мовно-літературної освіти. Це зумовлює потребу в ґрунтовному науковому аналізі можливостей шкільної програми, розробці практичних інструментів та методичного супроводу, які б сприяли розвитку емоційного інтелекту молодших школярів у межах навчального процесу. Отже, обрана тема є актуальною та відповідає сучасним запитам освіти, спрямованої на всебічний розвиток здобувача освіти.

Теоретико-методологічна основа дослідження ґрунтується на аналізі наукових підходів до розуміння сутності емоційного інтелекту, вікових особливостей молодших школярів, а також педагогічних умов розвитку особистості в освітньому процесі початкової школи.

Теоретичним підґрунтям дослідження стали положення психології емоцій та емоційного інтелекту, розроблені у працях таких учених, як П. Саловей і Дж.

Майєр (теорія емоційного інтелекту), Д. Гоулман (соціально-емоційна компетентність), Л. Виготський (соціокультурна теорія розвитку дитини), О. Леонтьєв, Л. Божович, С. Рубінштейн (психологія особистості та діяльності). Методичну базу формують дослідження у сфері початкової освіти та формування мовленнєвої, емоційної й читацької компетентностей (Н. Матяш, О. Савченко, Т. Дороніна, С. Іванова, Л. Кравчук, Г. Беленька).

Методологічною основою дослідження є системний, особистісно орієнтований, діяльнісний і компетентнісний підходи, які передбачають цілісне формування особистості здобувача початкової освіти в поєднанні з розвитком його емоційної сфери. Враховано ідеї інтеграції емоційного виховання у навчальний процес, положення Нової української школи, що акцентують увагу на розвитку емоційного інтелекту як ключової складової основних компетентностей.

Мета роботи –теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити авторську методику розвитку емоційного інтелекту молодших школярів на уроках мовно-літературної освітньої галузі.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні підходи до розвитку емоційного інтелекту здобувачів початкової освіти та особливостей його розвитку в молодшому шкільному віці.
2. Визначити педагогічний потенціал мовно-літературної освітньої галузі у розвитку емоційного інтелекту молодших школярів.
3. Розробити, апробувати та перевірити результативність розроблених завдань з розвитку емоційного інтелекту на уроках англійської мови.
4. Експериментально перевірити авторську методику розвитку емоційного інтелекту молодших школярів на уроках англійської мови.

Предмет дослідження-розвиток емоційного інтелекту молодших школярів у процесі роботи з розробленим освітнім контентом.

Об’єкт дослідження - освітній процес на уроках англійської мови у 3 класі.

Методи дослідження. У процесі досягнення мети та вирішення поставлених завдань дослідження було застосовано комплекс теоретичних і емпіричних методів. Зокрема, здійснено теоретичний аналіз наукової літератури з педагогіки, психології та методики навчання англійської мови, що дозволило визначити основи досліджуваної проблеми. Окрему увагу приділено сучасним підходам, інноваційним методикам з розвитку емоційного інтелекту, а також аналізу актуальних трендів їх використання в освітньому процесі у сучасних реаліях.

На емпіричному рівні проведено педагогічне спостереження за навчальною діяльністю учнів третього класу під час уроків англійської мови, проведено опитування учнів, а також апробовано авторську експериментальну методику розвитку ЕІ молодших школярів. Педагогічний експеримент традиційно включав три етапи: констатувальний, формувальний і контрольний. Кожний з етапів передбачав свої завдання з перевірки рівня розвитку ЕІ учнів, здійснювався аналіз отриманих даних, за визначеними нами критеріями та математична обробка отриманих результатів. Основна робота здійснювалася на формувальному етапі дослідження, адже він спрямований на інтеграцію методичних завдань у процес навчання англійської мови у третьому класі з метою перевірки ефективності запропонованої авторської методики розвитку ЕІ здобувачів початкової освіти.

Експериментальна база дослідження

Апробація дослідження. Окремі положення та результати дослідження презентовано у доповідях на звітних студентських конференціях Педагогічного факультету Прикарпатського (карпатського) національного університету імені Василя Стефаника.

Наукова новизна роботи полягає в узагальненні теоретичних положень щодо вирішення проблеми розвитку емоційного інтелекту молодших школярів, а також розробці авторської експериментальної методики, що поєднує

традиційні та інноваційні методи навчання, які спрямовані на розвиток емоційного інтелекту здобувачів початкової освіти, а також практичних рекомендації для учителів іноземної мови у початковій школі.

Практичне значення результатів дослідження полягає у розробці й апробації методичних підходів та дидактичних засобів, спрямованих на розвиток емоційного інтелекту молодших школярів у межах мовно-літературної освітньої галузі (зокрема англійської мови). Запропонований освітній контент, та практичні рекомендації можуть бути використані вчителями початкових класів у щоденній практиці під час проведення уроків української та іноземної мови, читання, інтегрованих курсів.

Матеріали дослідження можуть бути застосовані під час підготовки та проведення педагогічної практики студентів факультетів початкової освіти, у системі післядипломної педагогічної освіти, а також у процесі підвищення кваліфікації вчителів, тощо. Результати дослідження можуть слугувати основою для подальших науково-методичних розробок, спрямованих на формування емоційно зрілої, соціально адаптованої особистості учня початкової школи.

Структура дипломної роботи. Наукове дослідження складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (70 найменувань) і додатків.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

1.1. Поняття емоційного інтелекту в сучасній науці: підходи до трактування

*«Розвиток емоційного інтелекту –
це шлях до внутрішньої свободи та зовнішнього успіху»
(Данн, 2002).*

Упродовж останніх десятиліть проблема емоційного інтелекту набула широкого визнання в наукових колах, зокрема в галузях психології, педагогіки та когнітивних наук. Зростання зацікавленості до цього феномену зумовлене усвідомленням того, що емоційна сфера особистості відіграє не менш важливу роль у житті людини, ніж інтелектуальна. Науковці почали активно вивчати питання емоційного інтелекту особистості, оскільки традиційна увага лише до когнітивного розвитку та рівня інтелектуального коефіцієнта(IQ) не давала повного уявлення про успішність людини в житті. Відомо, що здатність розпізнавати власні емоції, керувати ними, розуміти почуття інших і будувати ефективну комунікацію відіграє вирішальну роль у соціальній адаптації, професійній діяльності та загальному добробуті особистості.

В умовах сучасної освіти, яка орієнтована на цілісний розвиток дитини, розвиток емоційного інтелекту розглядається як важливий чинник успішного навчання, міжособистісного спілкування та соціальної адаптації. У цьому контексті актуальним є аналіз різноманітних наукових підходів до визначення поняття «емоційний інтелект», його структури та змістових характеристик, що й становить основне завдання цього підпункту. Значний інтерес до розвитку емоційного інтелекту молодших школярів зумовлений віковими особливостями цього періоду - саме у початковій школі закладаються основи емоційно-вольової сфери, формується здатність до співпереживання, саморегуляції та соціальної взаємодії. Сучасна освіта, зокрема в умовах Нової української

школи, визнає важливість емоційної компетентності як ключової навички XXI століття, що повинна розвиватися нарівні з академічними знаннями. Попри те, у психології досі відсутнє єдине та однозначне тлумачення поняття «емоційний інтелект».

Термін «емоційний інтелект» (англ. *emotional intelligence*) утворений шляхом поєднання двох понять: «емоція» (від лат. *emotio* – збудження, хвилювання) та «інтелект» (від лат. *intellectus* – розуміння, пізнання, розум). Етимологічно це словосполучення відображає здатність людини розуміти, усвідомлювати, контролювати власні емоції та емоції інших, а також ефективно використовувати ці знання у процесі міжособистісної взаємодії. Це поняття є багатовимірним, оскільки об'єднує елементи емоційної чутливості, емпатії, самоусвідомлення, мотивації й соціальної компетентності.

Ідеї, що стали підґрунтям для формування концепції емоційного інтелекту, були започатковані в працях американського психолога, науковця, журналіста і письменника Деніела Гоулмана, який обґрунтував теорію множинного інтелекту. Він довів, що успіх людини залежить не лише від інтелекту (IQ), а й від емоційних умінь - здатності розпізнавати, розуміти й регулювати власні та чужі емоції. [11]. Сам термін *emotional intelligence* увійшов до наукового обігу в 1990 році завдяки дослідженням Пітера Саловея і Джона Майєра [11, 66], а широкого визнання набув після публікації однойменної книги Деніела Гоулмана у 1995 році. З психологічної точки зору, емоційний інтелект є основою для формування збалансованої особистості, яка здатна адаптуватися до соціального середовища, управляти стресовими ситуаціями, будувати позитивні міжособистісні стосунки та досягати внутрішньої гармонії. Дослідники доводили, що «емоційний інтелект охоплює кілька ключових здібностей: уміння точно сприймати, оцінювати та виражати емоції; здатність звертатися до власних почуттів і викликати їх у ситуаціях, коли вони можуть сприяти ефективному мисленню; розуміння природи емоцій та емоційно забарвленої інформації; а також вміння керувати емоціями з метою особистісного зростання й гармонійного емоційного розвитку» [66]. Ці вміння вважаються не менш

важливими за традиційно вимірюваний інтелектуальний коефіцієнт (IQ).Тоді ж у 1990 Пітер Саловей і Джон Майер представили світу першу та найвідомішу модель емоційного інтелекту у науковій психології. У 1997 році модель Саловея, Майєра та Девід Карузо була удосконалена і наголошувала на тому, що емоції несуть у собі важливу інформацію про стосунки між людиною та іншими людьми, об'єктами, минулим досвідом або уявними ситуаціями. Зміни у цих зв'язках, у свою чергу, спричиняють зміну емоційного стану особистості [67].

Упродовж десятиліть різні науковці представляли свої моделі емоційного інтелекту., На думку Дж. Мейєра, П. Саловея і Д. Карузо,емоційний інтелектявляє собою когнітивну здатність особистості і має чотири складові: сприйняття емоцій, фасилітація мислення, розуміння емоцій та управління ними. Інші науковці пропонували змішані моделі емоційного інтелекту.У своїх дослідженнях Д. Гоулмен та Р. Бар-Он визначали емоційний інтелект як сукупність когнітивних здібностей і особистісних характеристик особистості. У свою чергу Деніел Гоулмен доопрацьовував свою модель кілька разів і в результаті включив до неї чотири основні компоненти: усвідомлення себе, самоконтроль, соціальне сприйняття та здатність керувати міжособистісними стосунками [11].

У моделі емоційного інтелекту, запропонованій Р. Бар-Оном, виокремлюються п'ять ключових компонентів: самопізнання, міжособистісні навички, адаптивність, здатність до подолання стресу та переважання позитивного емоційного стану [57].

Аналізуючи та узагальнюючи наявні дані зарубіжних концепцій, у структурі емоційного інтелекту особистості можна виокремити кілька основних компонентів (див. Рис.1.1.). Згідно з запропонованим узагальненням, **когнітивний компонент** охоплює знання про природу емоційних явищ, особливості структури емоційної сфери, функції емоцій та почуттів, а також способи їх прояву; **емоційний компонент** включає уміння усвідомлювати власні емоції й почуття, розпізнавати емоційні стани інших людей, виражати емоційне ставлення в адекватній формі та виявляти емпатію; **соціальний**

(комунікативний) компонент виражає здатність учнів ефективно взаємодіяти з іншими людьми, розуміти їхні емоції та будувати конструктивні стосунки; та **особистісний компонент** передбачає здатність до емоційної саморегуляції поведінки й діяльності, уміння керувати



Рис 1.1. Структурні компоненти емоційного інтелекту (на основі аналізу праць зарубіжних науковців)

міжособистісною взаємодією та застосовувати конструктивні стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях.

Американський психолог Н. Холл, досліджуючи емоційний інтелект, визначив його як здатність розрізняти не лише позитивні та негативні емоції, а й різні види позитивних емоцій, що сприяє встановленню конструктивного діалогу та гармонійних взаємин [34, 35].

Однак дане дослідження не буде завершеним без розгляду українських наукових підходів, представлених у літературі. Вивчення таких поглядів є необхідним для розуміння повноти картини цього феномену. Вважаємо за необхідність зазначити, що найбільш відомими у дослідженні цієї проблеми є такі науковці та практики, як Е. Носенко, Н. Коврига, С. Дерев'янка, М. Шпак, О. Лящ, І. Матійків та ін. Роль емоційного інтелекту як чинника продуктивної соціально-психологічної адаптації учнів досліджувала С. Дерев'янка [14, 15, 16, 17]; як внутрішньо особистісний фактор ефективної соціалізації молоді - Т.

Шемякіна та С. Богомаз; як умову та фактор ефективної контрольної діяльності - А. Петровська [34, 35].

Зокрема, психолог О. Лящ зазначає, що «емоційний інтелект визначається як інтелектуальна здатність, що включає розуміння та управління емоційними проявами особистості» [34, с. 330].

Н. Коврига і Е. Носенко у своїх дослідженнях визначають поняття «емоційний інтелект» наступним чином: «розумність не тільки виводить нас за межі наших пристрастей та слабкостей, а й дозволяє використовувати наші переваги, таланти та доброчинність» [40, с. 23].

Здійснюючи теоретичний аналіз поняття емоційного інтелекту, С. Марчук дотримується точку зору, що емоційний інтелект є сукупністю розумових здібностей, спрямованих на виявлення, розуміння та контроль емоцій. На думку дослідника, «це важлива інтегральна характеристика особистості, що виявляється в її здатності ефективно розуміти емоції, узагальнювати їх зміст, виокремлювати емоційні аспекти у міжособистісних стосунках і регулювати емоції таким чином, щоб позитивно впливати на когнітивну діяльність і долати негативні емоції, які можуть перешкоджати спілкуванню або заважати досягненню особистого успіху» [36, с. 24].

За словами А. Чернявської, «емоційний інтелект» (EQ) є динамічним психологічним утворенням, яке сприяє формуванню адекватної самооцінки особистості, позитивного мислення, успішної міжособистісної взаємодії та лідерських здібностей. Основою розвитку цих якостей є глибоке розуміння емоцій і вміння ними керувати [54].

Емоційний інтелект, за переконанням М. Шпака є властивістю особистості, яка сприяє її психологічному благополуччю та успішності соціальної взаємодії. Він відображає пізнавальну здатність особистості розуміти емоції та ефективно ними керувати [57, с. 73].

Емоційний інтелект, як вважає дослідник В. Юркевич, можна розглядати як групу розумових здібностей, які допомагають сприймати та розуміти власні почуття, а також почуття інших людей, що в свою чергу дозволяє регулювати

емоції. На його думку важливими є обидві сторони емоційного інтелекту: з одного боку, це розуміння емоцій через інтелект, а з іншого - забезпечення продуктивних аспектів інтелекту (таких як творчість і інтуїція) за допомогою емоцій [21].

Дослідниця Людмила Ракітянська відзначає складність поняття досліджуваного феномена і розуміє це особистісне інтегроване утворення як таке, що «об'єднує за канонами традиційної психології протилежні сфери людської психіки, функціонування яких раніше досліджувалося ізольовано». На її думку, поняття «емоційний інтелект» є новим у науковому тезаурусі, і його сутність та зміст не набули єдиної, загальновизнаної та науково обґрунтованої інтерпретації [46].

Вивчаючи сформованість емоційного інтелекту вихованців дошкільних закладів освіти, Ж. Кучеренко вважає, що емоційний інтелект є поєднанням інтелекту та емоцій, які допомагають особистості дитини глибоко усвідомлювати, розуміти, оцінювати та регулювати як власні, так і чужі емоції. А це сприяє розвитку поваги до інших, взаємодії на основі довіри та співпереживання, що дозволяє створювати гармонійну атмосферу в колективі та ефективно реалізовувати творчі здібності [31, с. 56].

Досліджуючи проблему емоційного інтелекту особистості, Євген Карпенко вважає, що емоції постають продуктом людської творчості, які не містять чіткої локалізації в структурах мозку, а ключовими компонентами ЕІ є чуття організму та емоційна компетентність, які виконують функції механізмів розуміння та інтерпретації відповідно [25, с.70].

Досліджуючи вплив емоційного інтелекту на успішність діяльності, науковці Г. Брославська та Т.Дригарозкрили сутність поняття «емоційний інтелект» та обґрунтували важливість його розвитку для учнів початкових класів. Авторки проаналізували психолого-педагогічні підходи до формування емоційного інтелекту та визначили провідну роль школи у цьому процесі. Відповідно до науковців, важливими є необхідність системної та цілеспрямованої роботи для забезпечення успішної соціалізації дітей [5].

Цікавими є міркування проєктної менеджерки неформальної освіти, комунікаторки О. Шамонової. Вона вважає, що емоційний інтелект – «це група ментальних здібностей, які беруть участь в усвідомленні та розумінні власних емоцій та емоцій оточуючих, тобто допомагають успішно діяти за будь-яких обставин» [55]. Практик стверджує, що люди з високим рівнем цього інтелекту добре розуміють почуття та ефективно керують своєю емоційною сферою. Дослідниця виокремлює наступних п'ять компонентів емоційного інтелекту (див. Рис. 1.2.):

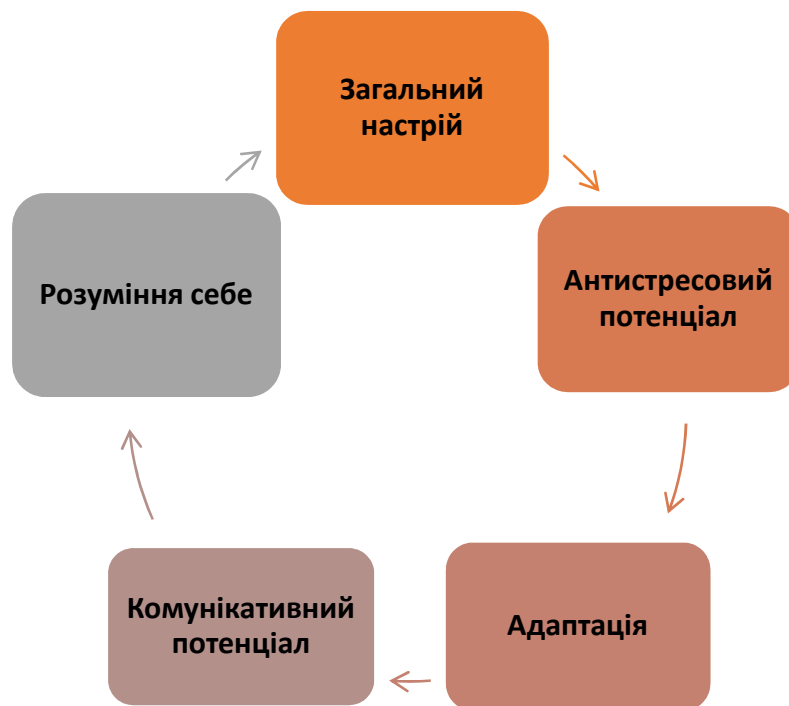


Рис. 1.2. Компоненти емоційного інтелекту (за О. Шамоною)

Діаграма демонструє п'ять основних компонентів, що складають емоційний інтелект. Кожен з компонентів має однакову вагу, що демонструє рівність їхнього значення в цій концепції. Кожен сегмент діаграми відображає одну з ключових складових емоційного інтелекту:

- **Розуміння себе**- включає усвідомлення власних емоцій, впевненість у собі та самоповагу. Це основа для подальшого розвитку емоційного інтелекту.

- **Комунікативний потенціал**- емпатія та соціальна відповідальність. Цей компонент допомагає людині будувати гармонійні стосунки з іншими людьми, бути уважним до їхніх емоцій.
- **Адаптація**- здатність до розв'язування проблем, подолання труднощів, емоційна гнучкість. Це дозволяє адаптуватися до різних ситуацій і залишатися емоційно стабільним.
- **Антистресовий потенціал**- самоконтроль і здатність зберігати емоційну рівновагу під час стресових ситуацій. Це допомагає справлятися з негативними емоціями та стресом.
- **Загальний настрій**- оптимістичність. Важливий для позитивного сприйняття світу та формування позитивних емоцій в інших.

З педагогічного боку, емоційний інтелект є важливим елементом розвитку особистості учнів, зокрема у початковій школі. В умовах реалізації Концепції Нової української школи особлива увага приділяється формуванню так званих «м'яких навичок» (soft skills), до яких належать і компоненти емоційного інтелекту: вміння співпрацювати, емпатія, саморегуляція, відповідальність [38]. На наше переконання, емоційний інтелект тісно пов'язаний з низкою інших «soft skills» - м'яких навичок, які забезпечують успішну соціальну взаємодію, адаптацію до змін і ефективну комунікацію учнів. Насамперед, до таких навичок належать:

Комунікативні навички- здатність ефективно слухати, виражати думки, вести діалог. Емоційний інтелект допомагає здобувачам освіти краще розуміти емоційний зміст спілкування, враховувати настрій співрозмовника, правильно обирати інтонацію й форму висловлення. Це сприяє взаєморозумінню та зниженню конфліктності у взаємодії.

Емпатія- вміння поставити себе на місце іншої людини, співпереживати її емоціям. Емпатія є безпосереднім компонентом емоційного інтелекту й важливою основою для побудови довірливих міжособистісних стосунків, толерантного ставлення до інших і формування морально-етичних норм поведінки.

Критичне мислення та прийняття рішень- хоча ці навички вважаються когнітивними, емоційний інтелект впливає на здатність контролювати імпульси, зважено аналізувати ситуації та не піддаватися емоціям у стресових умовах. Регуляція емоцій сприяє об'єктивнішому оцінюванню фактів і альтернатив.

Командна робота- взаємодія в колективі вимагає розуміння не лише власних емоцій, а й емоцій інших учасників. Емоційний інтелект дозволяє уникати конфліктів, швидше знаходити компроміси та підтримувати позитивний психологічний клімат у класі.

Самоменеджмент- уміння керувати своїм емоційним станом, підтримувати мотивацію, долати труднощі та зберігати продуктивність. Ця навичка є фундаментом особистої ефективності й стійкості в умовах стресу або невизначеності.

Таким чином, емоційний інтелект є не ізольованою навичкою, а своєрідним ядром, що інтегрує та підсилює інші soft skills. Його розвиток створює основу для гармонійної особистості, здатної діяти ефективно як у навчальному, так і в соціальному середовищі. У початковій школі саме через освітній процес можна створити сприятливі умови для розвитку емоційної чутливості дитини, навчити її конструктивно виражати емоції, розуміти себе та інших.

Сьогодні в педагогічних дослідженнях є кілька підходів до розуміння досліджуваного нами поняття, кожен з яких охоплює широкий спектр психічних процесів і явищ, що розкривають сутність цього феномена. З цим погоджується й науковиця О. В. Сухомлинська. Адже здійснивши порівняльний аналіз тлумачення даного поняття вона справедливо зазначає, що різноманітність пояснень цього феномена досить значна і пояснює «нерозробленістю понятійно-термінологічного апарату, різними підходами авторів до тлумачення тих чи інших процесів, а також багатоаспектністю, багатовимірністю й суперечливістю складових, що входять до тих чи інших дефініцій» [50.].

Наприклад, Е. Л. Носенко та Н. В. Коврига у власній монографії «Емоційний інтелект: концептуалізація феномена, основні функції» [40]

стверджують, що сутність терміну «емоційний інтелект» варто обґрунтувати за допомогою поняття «розумність». Е. Л. Носенко вважає, що емоційний інтелект це інтегральна властивість особистості, яка «відображає ступінь розумності ставлення людини до світу, до інших та до себе як суб'єкта життєдіяльності» [41]. Завдяки емоційному інтелекту людина здатна не лише розпізнавати власні емоції та почуття, а й глибше їх усвідомлювати, раціонально оцінювати та ефективно контролювати. На думку Е. Л. Носенко [41], ключовою складовою емоційного інтелекту в контексті зовнішнього прояву є динаміка емоційного процесу, що включає як якісні, так і кількісні характеристики - інтенсивність, частоту, емоційне забарвлення та модальність, тощо.

Кандидат психологічних наук Інституту соціальної та політичної психології НАПН України М. Бурдукало вважає, що емоційний інтелект (EI) - це сукупність ментальних здібностей, які забезпечують усвідомлення, розуміння та регулювання власних емоцій, а також емоцій інших людей. До основних компонентів EQ, на її думку, належать: здатність розпізнавати й приймати власні емоції, конструктивно їх виражати, проживати й емоційно відновлюватися; самомотивація - вміння керувати емоційними станами задля досягнення мети, свідомо відкладати миттєве задоволення, обирати адекватні способи емоційного реагування. Крім того, важливою складовою є емпатія - здатність розуміти й співпереживати емоційним станам інших. Знання про емоції застосовуються також у міжособистісній взаємодії, допомагаючи будувати гармонійні стосунки [6].

Розвиток емоційного інтелекту учнів тісно пов'язаний із педагогічною майстерністю вчителя. Саме вчитель виступає емоційним модератором навчального процесу: він не лише передає знання, а й формує емоційну атмосферу класу, підтримує учнів, розвиває в них вміння комунікувати, слухати, співпереживати. Важливою є й роль мовно-літературної освітньої галузі, яка завдяки текстам художньої літератури, інтерактивним формам роботи та обговоренню морально-етичних проблем сприяє розвитку емоційної сфери дитини.

Опираючись на аналіз наукових джерел і різноманітних підходів до трактування феномену емоційного інтелекту, ми запропонували власне розуміння цього поняття в контексті початкової освіти. Емоційний інтелект учня початкової школи розглядаємо як інтегровану особистісну здатність, що охоплює усвідомлення, розпізнавання, вираження та регуляцію власних емоцій, розуміння емоційного стану інших, а також конструктивне використання емоційних знань у навчальній діяльності, спілкуванні та формуванні позитивної соціальної поведінки в умовах шкільного середовища.

Отже, емоційний інтелект у психолого-педагогічному аспекті розглядається як ключова складова цілісного розвитку дитини, яка забезпечує не лише успішність у навчанні, а й формування зрілої, соціально адаптованої особистості. Його розвиток потребує цілеспрямованої педагогічної підтримки, інтеграції у зміст освіти та врахування вікових і психологічних особливостей молодших школярів.

1.2. Особливості емоційного розвитку дітей молодшого шкільного віку

Емоційна сфера є фундаментальною складовою психічного розвитку дитини. Особливого значення ця проблема набуває у молодшому шкільному віці, коли інтенсивно формуються базові соціально-емоційні навички дітей, самосвідомість, емпатія та здатність до емоційної регуляції. Саме в цей період закладаються основи гармонійної взаємодії з однолітками, вчителями та іншими дорослими, що безпосередньо впливає на успішність навчання, мотивацію та загальне психологічне благополуччя дитини. Вивчення та підтримка емоційного розвитку учнів початкової школи сприяють створенню сприятливого освітнього середовища, формуванню впевненості у собі, а також розвитку таких якостей, як витривалість, співчуття й емоційна стійкість.

Особливої актуальності ця проблема набуває в умовах сьогодення, коли українські діти переживають складні соціальні й емоційні виклики, спричинені

війною. Постійне відчуття небезпеки, вимушене переміщення, втрата близьких або дому, розлука з родинами та руйнування звичного укладу життя залишають глибокий слід у психіці дитини. У таких умовах емоційна підтримка, розвиток здатності до розпізнавання та вираження емоцій, зниження рівня тривожності та страху набувають життєво важливого значення. Освітній процес у початковій школі має не лише виконувати навчальну функцію, а й активно сприяти емоційному відновленню й стабілізації внутрішнього стану дітей, формуванню внутрішніх ресурсів для подолання стресу.

Усі науковці вважають, що розвиток емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку є складним, багатогранним і динамічним процесом, який відіграє ключову роль у формуванні їхнього подальшого емоційного та соціального становлення. У цьому віці закладаються базові механізми емоційної регуляції, соціальної взаємодії та самопізнання. На думку Т.Комар, О.Шістки, серед ключових психологічних особливостей емоційного розвитку молодших школярів доцільно назвати такі: інтенсивність емоційних проявів – діти цього віку емоційно відкриті, яскраво та безпосередньо реагують на події, легко переживають радість, образ, гнів або захоплення; швидка змінюваність емоційних станів – настрої дитини може змінюватися без очевидних причин, одна й та сама ситуація викликає різні емоції залежно від обставин і часу; початковий етап формування саморегуляції – хоча діти вже починають вчитися керувати власними емоціями, цей процес лише розпочинається і супроводжується труднощами у стримуванні емоційних реакцій; оволодіння соціальними нормами - поступово формується розуміння того, як і коли доречно виражати певні емоції відповідно до соціального контексту; активне формування соціальних зв'язків - взаємодія з однолітками та дорослими сприяє розвитку навичок комунікації, співпраці та належності до соціальної групи; поступовий розвиток емпатії - діти поступово починають розпізнавати емоції інших людей, виявляти співчуття та підтримку; формування емоційної ідентичності – зростає усвідомлення власних емоцій, що стає основою для подальшого самопізнання й особистісного розвитку, а також вплив родинного

середовища – стосунки з батьками та атмосфера в сім'ї відіграють вирішальну роль у становленні емоційної сфери дитини [26, с. 74].

Усе вищезазначене свідчить про необхідність цілеспрямованої педагогічної та психологічної підтримки емоційного розвитку молодших школярів, що особливо важливо в умовах сьогодення.

Молодший шкільний вік охоплює період приблизно від 6 до 11 років і є надзвичайно важливим етапом у психофізичному та особистісному розвитку дитини. У цей час відбувається інтенсивне пізнання навколишнього світу через навчальну діяльність та активну соціальну взаємодію з однолітками й дорослими. Для цього вікового періоду характерні низка ключових психологічних особливостей, які визначають темп і напрям розвитку дитини:

- Провідна діяльність – навчальна: у цьому віці навчання стає основним видом діяльності, що формує не лише пізнавальні процеси, а й самооцінку, мотивацію, ставлення до себе й інших.

- Розвиток довільної уваги та пам'яті: діти поступово опановують навички цілеспрямованої концентрації, здатності утримувати й відтворювати інформацію, що сприяє успішності у навчанні.

- Формування логічного мислення: відбувається перехід від наочно-образного до логіко-словесного мислення, що дозволяє дитині оперувати абстрактними поняттями й узагальненнями.

- Удосконалення мовлення: мова стає основним інструментом пізнання, спілкування та самовираження; зростає словниковий запас, удосконалюється граматична структура висловлювань.

- Розвиток емоційної сфери: діти стають здатними до глибших емоційних переживань, з'являється емпатія, поступово формуються навички емоційної саморегуляції.

- Формування самооцінки та самосвідомості: діти починають порівнювати себе з іншими, оцінювати свої досягнення й можливості, що впливає на формування «Я-концепції».

- Підвищена чутливість до оцінки дорослих: авторитет учителя та думка батьків мають вагоме значення для емоційного стану дитини, її впевненості у собі та мотивації.

- Соціалізація через спілкування з однолітками: у цьому віці активно формуються навички співпраці, взаємодії, з'являється потреба в належності до групи та прийнятті з боку ровесників.

Урахування цих та інших психологічних особливостей молодшого шкільного віку є надзвичайно важливим для ефективної організації освітнього процесу та гармонійного розвитку особистості дитини. Саме на цьому етапі формується ставлення до навчання, розвиваються базові пізнавальні процеси, закладаються основи емоційної стабільності та соціальної адаптації. Неврахування вікових характеристик може призвести до перевантаження, зниження мотивації, емоційної нестабільності або формування негативного досвіду, пов'язаного зі школою.

Компетентне педагогічне супроводження, адаптація навчальних підходів до потреб і можливостей дітей, створення психологічно безпечного середовища сприяє розвитку впевненості у собі, самостійності, відповідальності та відкритості до нових знань. Саме в цей період педагог має бути не лише джерелом знань, а й чуйним наставником, який допомагає дитині зрозуміти себе, налагодити взаємодію з іншими та поступово опанувати емоції. Врахування вікових психологічних особливостей є необхідною умовою для формування особистості, здатної навчатися, співпереживати, взаємодіяти та зростати в сучасному світі.

Т.Комар та О.Шістка переконані, що «молодший шкільний вік є періодом, який представляє значні труднощі, оскільки вимагає від учнів зосередження довільної уваги, виявлення вольових зусиль, прийняття відповідальності та розвитку самостійності, які у дітей цього віку ще недостатньо розвинені. При вступі до школи, основний акцент емоційних реакцій переноситься з гри та спілкування на процес і результат навчальної діяльності, задоволення потреб у

власній оцінці та позитивному ставленні до людей оточення. У цьому віці більшість дітей реагує дуже емоційно на оцінки та думки вчителя» [26,с. 74].

Саме тому, ми вважаємо, що розвиток емоційного інтелекту в молодшому шкільному віці має ключове значення для становлення особистості дитини, оскільки саме в цей період формується її здатність усвідомлювати, виражати та регулювати власні емоції, а також розуміти емоційний стан інших. Перехід дитини з дошкільного періоду до молодшого шкільного віку супроводжується набуттям нового соціального статусу - статусу учня, що має глибоке психологічне й соціальне значення. Цей статус передбачає включення дитини в нову соціальну спільноту - шкільне середовище, де на неї покладаються певні обов'язки, очікування та правила поведінки. Дитина починає усвідомлювати себе не просто як індивіда в колі сім'ї, а як учасника суспільного життя, відповідального за результати своєї діяльності, дисципліну та взаємодію з іншими.

Саме в молодшому шкільному віці інтенсивно відбуваються процеси соціалізації - засвоєння норм, цінностей, моделей поведінки, прийнятих у суспільстві. Школа стає провідним агентом соціалізації, а спілкування з однолітками, учителями та іншими дорослими - потужним чинником формування моральних уявлень, комунікативних навичок, відповідальності та колективної взаємодії. Успішна соціалізація сприяє не лише інтеграції дитини в навчальне середовище, а й становленню її як самостійної, зрілої особистості, здатної до самовираження, прийняття рішень і конструктивного співіснування в суспільстві.

Емоційний інтелект сприяє розвитку навичок співпереживання, самоконтролю, вміння налагоджувати позитивні взаємини з однолітками та дорослими. Це важливо не лише для соціальної адаптації, але й для ефективного навчання, адже емоційний стан безпосередньо впливає на увагу, пам'ять, мотивацію та здатність до взаємодії в класі. Успішний розвиток емоційного інтелекту в цьому віці забезпечує дитині внутрішню рівновагу, вчить конструктивно реагувати на стресові ситуації, вирішувати конфлікти

мирним шляхом, краще усвідомлювати власні потреби та емоції. У сучасних умовах, зокрема в умовах соціальної нестабільності й війни, ці навички стають особливо важливими: вони допомагають знижувати рівень тривожності, підтримують психологічне здоров'я та сприяють формуванню емоційної стійкості. Тому розвиток емоційного інтелекту має бути інтегрованим елементом освітнього процесу початкової школи.

Науковці І. Литвин, Т. Зорочкіна, В. Шпак вважають, що «базою такого соціального досвіду є гуманістичні норми та принципи, які є загальноприйнятими у суспільстві та вбудовані в його існуючу систему. У ранньому шкільному віці, з одного боку, свідомість досягає певного рівня розвитку, щоб сприймати гуманістичний аспект людських взаємин, а з іншого – розвивається необхідна сфера почуттів дитини, її емоційне ставлення до людей навколо» [33].

Уміння соціалізуватися й товаришувати з однолітками є одним із найважливіших компонентів особистісного розвитку дитини молодшого шкільного віку. Саме у взаємодії з ровесниками дитина навчається встановлювати дружні стосунки, домовлятися, ділитися, вирішувати конфлікти та працювати в команді. Ці соціальні навички формуються у процесі спільної діяльності, гри, навчання та спілкування в класному колективі, що значною мірою впливає на успішність подальшої соціалізації в підлітковому та дорослому віці. Здатність до ефективної соціалізації з однолітками значною мірою залежить від наявності в дитини позитивних рис характеру, зокрема доброти та чуйності, що сприяють формуванню довірливих стосунків; емпатії – уміння розуміти емоції інших і співпереживати; відповідальності – здатності дотримуватись правил та виконувати спільні обов'язки; відкритості до спілкування – готовності встановлювати контакти та підтримувати діалог; толерантності – поваги до думок, почуттів і особливостей інших дітей; стриманості – вміння контролювати емоції у конфліктних ситуаціях; самоповаги – що забезпечує впевненість у собі без агресивного домінування. Розвиток цих якостей сприяє формуванню

психологічно комфортного шкільного середовища, де кожна дитина може відчувати себе прийнятою, зрозумілою й важливою для інших.

Попри важливість соціальної взаємодії в молодшому шкільному віці, не всі діти однаково легко налагоджують дружні стосунки з однолітками. Частина учнів стикається з труднощами у процесі соціалізації, що може виявлятися в ізоляції, конфліктах, нерозумінні з боку ровесників або неспроможності долучитися до колективної діяльності. Серед основних труднощів соціалізації варто виокремити сором'язливість і замкнутість, які ускладнюють ініціювання спілкування; надмірну емоційну вразливість або тривожність, що заважає почуватися впевнено у групі; егоцентризм – зосередженість лише на власних потребах, небажання враховувати інтереси інших; імпульсивність, нестриманість, що призводить до конфліктів; невміння розпізнавати емоції інших або виражати власні почуття у прийнятний спосіб.

Такі труднощі часто є наслідком недостатнього розвитку позитивних рис, які забезпечують ефективну соціальну взаємодію, зокрема: доброзичливості, гнучкості, толерантності, самоконтролю, емпатії та відкритості. У свою чергу, наявність цих труднощів свідчить про низький рівень розвитку емоційного інтелекту, зокрема його ключових компонентів – емоційної обізнаності, регуляції емоцій, емпатії та соціальних навичок. Саме тому надзвичайно важливо системно працювати над розвитком емоційного інтелекту в дітей, зокрема через освітні програми, психолого-педагогічну підтримку та створення безпечного емоційного середовища в школі.

На думку С. Лавренюк, молодші школярі демонструють високий рівень емоційної залежності від учителя, оскільки потребують позитивного емоційного підкріплення з боку значущих дорослих[32]. Це значною мірою впливає на їхню поведінку та емоційний стан. У процесі взаємодії з однолітками діти цього віку часто зіштовхуються з труднощами, спричиненими різницею у темпераменті, емоційному реагуванні, культурі спілкування та рівні саморегуляції, що може проявлятися у вигляді агресії, плаксивості або гіперактивності. Спілкування з учителем виконує для дитини не лише

пізнавальну, а й емоційно-ціннісну функцію: саме через ставлення педагога до навчального матеріалу формується емоційне сприйняття світу. За відсутності емоційної близькості з учителем у дитини знижується інтерес до навчання та потреба у спілкуванні, які виникають лише у випадках особистої зацікавленості чи пізнавального запиту.

Як бачимо з досвіду учителів -практиків, педагог відіграє ключову роль у розвитку емоційного інтелекту молодших школярів, оскільки саме вчитель виступає для дитини не лише джерелом знань, а й емоційним орієнтиром. Через стиль спілкування, емоційні реакції, спосіб оцінювання та ставлення до учнів педагог моделює приклади емоційної поведінки, які діти засвоюють і наслідують. Доброта, терпіння, емпатія, справедливість і здатність до емоційної саморегуляції вчителя сприяють формуванню в дітей таких самих якостей. Крім того, педагог створює емоційно безпечне середовище, у якому дитина може відкрито виражати почуття, навчатися їх розуміти, приймати та регулювати. Важливо також, щоб учитель підтримував позитивний мікроклімат у класі, сприяв розвитку навичок спілкування, співпраці, вирішення конфліктів і прийняття себе та інших. Таким чином, педагог є важливим чинником формування емоційної зрілості та емоційного інтелекту учнів на ранніх етапах їхнього розвитку.

На нашу думку, розвиток емоційного інтелекту здобувачів початкової освіти визначається сукупністю таких основних взаємопов'язаних компонентів:

1. Емоційна обізнаність – здатність дитини розпізнавати, називати та розуміти власні емоції.
2. Емоційна саморегуляція – уміння керувати своїми емоційними реакціями, стримувати імпульсивні дії, заспокоюватися в складних ситуаціях.
3. Емпатія – здатність відчувати емоційний стан інших людей, співпереживати та проявляти чуйність.
4. Навички емоційного спілкування – уміння виражати свої почуття прийнятними способами та будувати гармонійні стосунки з однолітками й дорослими.

5. Мотиваційна складова – позитивне ставлення до себе, навчання й оточення, що підтримує емоційну стійкість і бажання взаємодіяти.

Ці компоненти формують цілісну систему, розвиток якої забезпечує емоційне благополуччя дитини та сприяє її успішній соціалізації й навчальній діяльності. Проте, якщо орієнтуватися на більш наукову класифікацію компонентів емоційного інтелекту, яка відповідає віковим та освітнім особливостям здобувачів початкової освіти, можна виділити такі три основні взаємопов'язані компоненти: пізнавально-емоційний компонент, емоційно-вольовий компонент та рефлексивно-аналітичний компонент.

Пізнавально-емоційний компонент охоплює знання про емоції, розуміння їх причин, наслідків та способів вираження; передбачає розвиток емоційної обізнаності, здатності ідентифікувати власні та чужі емоційні стани. Емоційно-вольовий компонент пов'язаний із внутрішньою потребою дитини встановлювати позитивні соціальні зв'язки, досягати емоційного комфорту, навчатися керувати емоціями задля досягнення цілей та подолання труднощів. Рефлексивно-аналітичний компонент включає вміння аналізувати власні емоційні переживання, оцінювати свою поведінку в емоційно значущих ситуаціях, усвідомлювати зміни в емоційному стані та робити відповідні висновки.

Розвиток емоційного інтелекту у дітей молодшого шкільного віку передбачає формування здатності розпізнавати та розуміти власні та чужі емоції. Важливо також підтримувати внутрішню мотивацію до встановлення позитивних взаємин і подолання емоційних труднощів. Не менш значущим є розвиток умінь усвідомлювати свої емоційні реакції та аналізувати їх причини для прийняття зважених рішень. Ця цілісна система сприяє ефективній соціалізації, емоційному благополуччю та гармонійному розвитку дитини.

1.3 Потенціал мовно-літературної освітньої галузі у формуванні емоційного інтелекту учнів

Емоційний інтелект є невід’ємною складовою особистісного розвитку молодшого школяра, оскільки здатність розпізнавати, усвідомлювати, регулювати власні емоції та розуміти емоційні стани інших безпосередньо впливає на успішність навчання, міжособистісну взаємодію та мотивацію до пізнання. Як зазначають наковці (нами доведено у попередньому підрозділі), учні з розвиненим емоційним інтелектом демонструють вищий рівень самоусвідомлення, краще справляються зі стресовими ситуаціями, легше адаптуються до освітнього середовища та ефективніше співпрацюють у команді. Таким чином, формування емоційного інтелекту є критично важливим для цілісного розвитку дитини, оскільки створює основу для гармонійного поєднання когнітивного, емоційного та соціального аспектів освіти.

Емоційний інтелект тісно пов’язаний з ключовими компетентностями, оскільки він формує підґрунтя для ефективного міжособистісного спілкування, критичного мислення, саморозвитку та здатності працювати в команді. Наприклад, комунікативна компетентність неможлива без уміння розуміти емоційний стан співрозмовника, виявляти емпатію та будувати діалог на основі взаємоповаги. Соціальна та громадянська компетентності спираються на здатність учня співпрацювати з іншими, брати відповідальність за власні вчинки та керувати своїми емоціями в конфліктних ситуаціях. Навчання впродовж життя потребує внутрішньої мотивації, рефлексії та саморегуляції - характеристик, які безпосередньо залежать від рівня розвитку емоційного інтелекту. Таким чином, емоційний інтелект не є ізольованим явищем, а діє як каталізатор формування широкого спектру ключових компетентностей учня.

Окрім уже згаданих (комунікативної, соціальної, громадянської, уміння вчитися впродовж життя), ЕІ має тісний зв’язок із такими ключовими компетентностями: ініціативність та підприємливість – ЕІ сприяє розвитку впевненості, самостійності, уміння приймати виважені рішення та нести за них відповідальність, що є необхідним для прояву ініціативності та підприємницького мислення; уміння розв’язувати проблеми – високий рівень емоційної саморегуляції дозволяє спокійно аналізувати ситуації, не піддаючись

імпульсивним реакціям, що сприяє ефективному вирішенню складних або конфліктних ситуацій; креативність та інноваційність – ЕІ підтримує розвиток уяви, відкритості до нових ідей і здатності мислити нестандартно, оскільки емоції можуть бути джерелом творчого натхнення; інформаційно-цифрова компетентність – хоча на перший погляд зв'язок опосередкований, емоційний інтелект допомагає критично оцінювати інформацію, зокрема емоційно забарвлену, і взаємодіяти в цифровому середовищі етично та з повагою до інших; мовно-літературна компетентність – ЕІ розвиває здатність до емоційного сприйняття, розуміння підтексту, тональності, настроїв у мовленні та текстах, що поглиблює читацьку й мовну рефлексію.

Таким чином, емоційний інтелект є міждисциплінарною основою для розвитку практично всіх ключових компетентностей, передбачених концепцією Нової української школи. У ній мовно-літературна освітня галузь набуває особливої ролі як у формуванні предметних знань і вмінь, так і в розвитку ключових компетентностей та емоційно-ціннісної сфери здобувачів освіти. Ця галузь охоплює опанування державної та іноземної мови, літератури (української та зарубіжної), а також формування навичок усного й писемного мовлення, читання з розумінням, інтерпретації текстів і критичного осмислення інформації. Водночас, відповідно до Державного стандарту початкової освіти (2018) та базової середньої освіти (2020), мовно-літературна освіта має не лише когнітивне, а й глибоке виховне, культуротворче та емоційне значення[18].

Зрозуміло, що саме мовно-літературна освітня галузь виступає дієвим засобом формування емоційного інтелекту учнів. Адже мовлення й література – це перш за все простір емоцій, образів, людських переживань і моральних виборів. Читання художніх творів стимулює розвиток емпатії, здатності співпереживати персонажам, аналізувати їхні почуття, мотиви, поведінку, а також співвідносити прочитане з власним емоційним досвідом. Через літературні сюжети, діалоги, внутрішні монологи учні вчаться розпізнавати широкий спектр емоцій, виражати свої почуття словами, рефлексувати над пережитими подіями. Таким чином, саме через мовно-літературну освіту

реалізується потенціал інтеграції емоційного, морального й інтелектуального розвитку молодшого школяра.

Як зазначено у Державному стандарті, одним із наскрізних результатів навчання є формування ціннісних орієнтирів, здатності до емоційної оцінки інформації та розвитку етичного мислення [18]. Програми з української мови та літератури, а також іноземної мови та зарубіжної літератури передбачають вивчення тем, які торкаються сімейних стосунків, дружби, справедливості, вибору, добра і зла - усе це є ідеальним середовищем для роботи з емоціями. Також у межах літературної освіти передбачено широке використання методів, які сприяють розвитку емоційного інтелекту: інтерпретаційне читання, рольова гра, творчі переосмислення сюжетів, ведення читацьких щоденників, дискусії на етичні теми тощо.

Особливу роль у формуванні емоційного інтелекту відіграє також іноземна мова як складова мовно-літературної освітньої галузі у початковій школі. Вивчення іноземної мови передбачає не лише опанування лексики та граматики, а й активну міжкультурну взаємодію, що стимулює розвиток емпатії, толерантності й відкритості до іншого культурного досвіду. Через автентичні тексти, діалоги, емоційно забарвлені ситуації спілкування учні вчаться розпізнавати й виражати емоції в іншомовному контексті, що розширює їхню здатність до емоційної рефлексії та саморегуляції. Крім того, спілкування іноземною мовою у парах і групах, участь у проєктній діяльності та обговорення тем, пов'язаних з почуттями, мораллю, міжособистісними стосунками, створює природні умови для розвитку навичок емоційного інтелекту в умовах автентичної комунікації.

Особливої ваги, на нашу думку, набуває мовно-літературна освіта в умовах компетентнісного підходу. У цьому контексті передбачається формування особистості здатної не лише до засвоєння знань, а й до їх застосування у реальних життєвих обставинах, включно з емоційно забарвленими ситуаціями. Розвиток навичок емоційної рефлексії через аналіз поведінки літературних персонажів, усвідомлення наслідків емоційних рішень, визначення морально-

етичних проблем у художніх текстах готує учнів до свідомої взаємодії з іншими та відповідальної поведінки у соціумі.

Дослідники С. Вірста, Т. Жалко, О. Гончарук вважають, що «формування світогляду школяра, його уміння орієнтуватися в реальному житті неможливе без дитячої літератури, завдяки якій глибше сприймається внутрішній світ людини, її почуття, вчинки, мотиви поведінки, ставлення до інших і природи. Тому розвиток м'яких навичок - уміння комунікувати, співпереживати, керувати своїми емоціями, працювати в команді, креативної критичного мислення неможливий без художньої літератури» [8]. На їх думку «Книги для дитячого читання - найкращий інструмент у розвитку неакадемічних навичок, емоційного й соціального інтелекту. Художній твір перетворюється в особливий ігровий стимулятор, адже школярі мають можливість на прикладі літературних героїв зрозуміти власні емоції, причини їх виникнення, передбачити наслідки власних емоційних реакцій на життєві ситуації» [там само].

Звісно, у початковій школі формування емоційного інтелекту може й повинно відбуватися комплексно - через усі освітні галузі, а не лише мовно-літературну. З цим погоджується і професорка Т. Котик. На думку науковиці, «розвиток емоційного інтелекту як складової життєвих компетентностей не є прерогативою лише одного чи кількох навчальних предметів. Його формування в молодших школярів - це проблема міждисциплінарна, що охоплює урочну й позаурочну, шкільну та позашкільну роботу й реалізується у наскрізних вміннях, які є спільними для всіх навчальних предметів і корелюються з окремими ключовими компетентностями [29, с.23].

Кожен навчальний предмет, за умови правильно підібраних педагогічних технік і методик, здатен зробити внесок у розвиток емоційної сфери дитини. Наприклад, на уроках математики або природознавства вчитель може формувати навички саморегуляції та подолання фрустрації під час розв'язання складних завдань; на музиці та образотворчому мистецтві - розвивати емоційне самовираження; під час фізичної культури - вчити співпраці, чесній конкуренції

та емоційному контролю. Головне, щоб педагог свідомо інтегрував у навчальний процес прийоми, спрямовані на розвиток емпатії, самоусвідомлення, рефлексії, а також створював емоційно підтримувальне середовище, у якому дитина відчуває безпеку, довіру та повагу. Розвиток емоційного інтелекту (EI) вимагає свідомих зусиль і регулярної практики. Існує кілька ефективних технік і методик, які можуть допомогти вам у цьому процесі. Залежно від конкретних цілей, ці методи можна поділити на кілька категорій (див. Табл. 1.1.):

Таблиця 1.1. Техніки та методики розвитку емоційного інтелекту засобами навчальних предметів початкової школи

Ціль розвитку	Техніки та методики для учнів початкової школи	Опис для учнів початкової школи
1. Самоусвідомлення	Щоденник емоцій	Діти можуть малювати або писати про свої емоції в спеціальному «щоденнику емоцій», щоб зрозуміти, коли і чому вони відчувають радість, гнів, сум чи інші емоції.
	Малювання емоцій	Дітям пропонується малювати свої емоції за допомогою кольорів. Наприклад, червоний може символізувати гнів, а синій — сум. Це допомагає виразити емоції через творчість.
	Гра "Емоційний театр"	Діти можуть виконувати міні-театральні вистави, граючи різні емоції (радість, гнів, страх), що допомагає краще розуміти та виражати емоції.
2. Саморегуляція	Дихальні вправи "Маленький дракон"	Діти уявляють, що вони маленькі дракони, і вчаться глибоко вдихати через ніс, а потім "випускати" повітря через рот, як хвіст дракона. Це допомагає заспокоїтися.
	Йога для дітей	Простий комплекс рухів, що допомагає розслабитися, зосередитись і регулювати емоції. Наприклад, поза "дерево" або "котик", які легко виконати навіть маленьким дітям.
	Гра "Зупинка"	Діти грають у гру, де вони повинні зупинитися на команду й зробити паузу, щоб подумати перед тим, як реагувати на ситуацію. Це розвиває здатність не поспішати з реакцією.
3. Мотивація	Постановка маленьких цілей	Діти ставлять прості цілі, як-от завершити малюнок або скласти пазл, і відзначають свої досягнення, отримуючи за це похвалу чи невеликі нагороди.
	Гра "Візуалізація"	Діти уявляють, як вони досягають своїх

	успіху"	маленьких цілей (наприклад, здати контрольну роботу або допомогти другові), що мотивує їх до подальших досягнень.
4. Емпатія	Гра "Підтримай друга"	Діти вчаться підтримувати один одного, коли хтось сумує чи хвилюється, обіймаючи або даючи потупи по плечу, це допомагає розвивати співчуття та розуміння інших.
	Ігри на рольові ідентифікації	Діти виконують ролі інших людей, намагаючись зрозуміти їхні емоції та мотивації. Наприклад, роль матері чи друга, що допомагає розвивати співчуття і здатність до активного слухання.
	Гра "Як я себе почуваю?"	Діти обирають картки з емоціями (щасливі, злі, сумні) і розповідають про ситуації, коли вони відчували ці емоції, що допомагає зрозуміти емоції інших.
5. Соціальні навички	Гра "Скажи це гарно"	Діти вчаться використовувати ввічливі слова і добрі компліменти, взаємодіючи з однокласниками, що допомагає покращити соціальну взаємодію.
	Гра "Розв'язування конфліктів"	Діти вчаться мирно вирішувати конфлікти, наприклад, обираючи між двома картками — однією з варіантом конфлікту і іншою — з вирішенням цього конфлікту конструктивним шляхом.
	Групова робота	Діти працюють у групах для виконання завдання, вчаться спілкуватися, співпрацювати та домовлятися, що розвиває навички роботи в команді та лідерські якості.

Ці та інші методи допомагають дітям розвивати емоційний інтелект через творчі та інтерактивні вправиупродовж вивчення усіх шкільних предметів, що відповідають їх віковим особливостям.

- Малювання та театр – так як для молодших учнів дуже важливо використовувати творчі методи для вираження емоцій.

- Дихальні вправи та йога допомагають дітям розслабитися і відновити емоційну рівновагу.

- Рольові ігри чудово підходять для розвитку емпатії та соціальних навичок у дітей, оскільки через гру вони краще розуміють емоції інших.

- Групові вправи та комунікація дозволяють дітям розвивати навички співпраці та вирішення конфліктів у колективі.

Такі адаптовані методи допоможуть дітям початкової школи краще розуміти свої емоції, ефективно взаємодіяти з іншими і розвивати здорові соціальні навички.

Як зазначають українські та польські науковці у своїх наукових пошуках, «значні можливості для формування емоційного інтелекту молодших школярів закладено в мовно-літературній освітній галузі, де в меті зазначено, що засвоєння рідної мови та багачення емоційно-чуттєвого досвіду учнів є головною передумовою життєвого успіху в особистому й суспільному житті» [29, с.24].

Ми спробували проілюструвати у Таблиці 1.2. цілі розвитку емоційного інтелекту учнів початкової школи, а також відповідні техніки й методики, що можуть бути ефективно реалізовані в рамках мовно-літературної освітньої галузі:

Таблиця 1.2. Техніки та методики розвитку емоційного інтелекту засобами мовно-літературної освітньої галузі

Ціль розвитку емоційного інтелекту	Техніка / методика	Опис застосування
1. Усвідомлення і розпізнавання власних емоцій	«Щоденник емоцій»	Учні після читання тексту або в кінці дня коротко записують (або малюють), що вони відчували, що викликало ці емоції, як вони з ними впоралися.
2. Розпізнавання емоцій інших людей	Аналіз поведінки персонажів	Учні обговорюють емоційні стани героїв твору, визначають, як ті почувалися, що їх засмутило чи потішило,

		та як це вплинуло на події сюжету.
3. Формування емпатії	Рольові ігри / драматизація	Після читання оповідання або казки учні розігрують ситуації від імені різних персонажів, намагаючись зрозуміти їхню точку зору та емоції.
4. Емоційне самовираження	Написання міні-есе або листа	Учні пишуть листа одному з героїв твору, висловлюючи підтримку, роздуми або власну емоційну реакцію на події.
5. Регулювання емоцій	Метод «Стоп-емоція»	Після опису конфліктної ситуації з твору діти зупиняються й розмірковують, як персонаж міг інакше висловити емоцію, не нашкодивши іншим.
6. Розвиток позитивного мислення	Вправа «Знайди добро»	Після читання навіть сумної історії учні мають знайти позитивні моменти, прояви доброти, підтримки або морального зростання героїв.

7. Здатність до рефлексії	«Емоційний колообіг»	Учні обговорюють, як їхнє ставлення до героя чи ситуації змінилося протягом читання твору; що вони відчували на початку, середині, в кінці.
---------------------------	----------------------	---

Щоб чіткіше зрозуміти запропоновані нами техніки і методики, рекомендуємо їх детальне пояснення, яке може стати у пригоді під час розробки нашого експерименту, а також молодим педагогам та учителям-практикам.

Техніка: «Щоденник емоцій» спрямована на розвиток здатності учнів ідентифікувати свої емоційні стани. Після читання художнього тексту або наприкінці дня вчитель пропонує дітям у письмовій або малюнковій формі занотувати, які емоції вони відчували, що саме стало їх причиною, як вони на ці емоції зреагували. Це формує навичку самоусвідомлення, яка є базовою складовою емоційного інтелекту.

За допомогою методики «Аналіз поведінки персонажів» учні початкової школи навчаються розуміти почуття інших через аналіз дій, мови, вчинків і невербальних проявів літературних героїв. Вони вчаться «читати між рядками», визначаючи, що герой відчував у тій чи іншій ситуації, чому він чи вона так вчинив, і які наслідки мали його/її емоції. Це розвиває навички емоційного спостереження і міжособистісного розуміння.

Засобами техніки «Рольові ігри / драматизація» на уроках літературного читання чи іноземної мови молодші школярі можуть розігрувати сцени з прочитаних творів, беручи на себе ролі персонажів прочитаних творів. Такий досвід «переживання в ролі іншого» сприяє розвитку здатності до співпереживання, розуміння чужих емоцій і мотивів, а драматизація активізує емоційний інтелект через тілесну і мовленнєву виразність.

Під час написання міні-есе або листів учні висловлюють власні почуття й оцінки, пишучи короткі есе, щоденникові записи або листи персонажам. Такий формат дозволяє школярам безпечно ділитися емоціями, формулювати власні думки й переживання, розвивати внутрішню рефлексію і комунікативну компетентність.

Техніка «Стоп-емоція» допомагає учням зупинятися у момент емоційної напруги (наприклад, у тексті), аналізувати ситуацію та шукати альтернативні шляхи реагування. Після розбору конфліктного епізоду діти обговорюють, як персонаж міг би по-іншому висловити свої емоції, не образивши інших. Це вчить навичкам контролю, толерантності, гнучкості у поведінці.

Навіть у складних або сумних творах учні вчать фокусуватися на позитивних моментах: підтримці між героями, моральному зростанні, актах доброти. Такий підхід сприяє розвитку оптимістичного погляду на життя, віри в добро, що формує емоційну стійкість і життестійкість дитини. Цьому сприятиме методика «Знайди добро».

За допомогою техніки «Емоційний колообіг» після прочитання творів учні аналізують, як змінювалися їхні емоції на різних етапах тексту. Наприклад: «Що я відчував на початку історії? А в середині? А наприкінці?» Це дозволяє простежити й осмислити внутрішні емоційні зміни, краще пізнати себе, розвивати рефлексивне мислення.

Якщо аналізувати дидактичні можливості іноземних мов у процесі розвитку ЕІ, то вони беззаперечні. З метою розвитку емоційного інтелекту на уроках англійської мови у початковій школі І.Гуменюк пропонує різні види інтерактивної діяльності. Серед них виокремлюємо наступні: «стимулювання фантазії та уяви дитини, ігри (в тому числі і рольові), фізкультхвилинки, казки (фонетичні, граматичні, казки для інсценування), малювання, використання пісень, музики, яке в основному спрямовано на моделювання позитивного емоційного стану дитини, зняття стресу, стимулювання роботи мозку, фантазії та уяви дитини. Наприклад, перед початком уроку вчитель пропонує учням вправу «Morning», використовую музику Едварда Грига «Ранок»: Listen to the

music. Imagine you are at home. You are in your room. It is morning. Wake up. Stretch yourself. Look through the window. What can you see? Look to the left! Smile to your friend. Look to the right! Smile to your friend. Have a nice day! Have a good lesson! Для стимулювання фантазії та уяви дитини вчитель може запропонувати учням вправу з використанням елементів музичного моделювання та кінезітерапії «In the Forest»[64].

Підсумовуючи, запропоновані техніки, методики й методичні прийоми повинні відповідати психолого-педагогічним особливостям молодших школярів. Вони образні, діяльнісні, інтерактивні та емоційно забарвлені та можуть бути органічно інтегровані в навчання української та іноземної мови, літературного читання, інтегрованого курсу «Я досліджую світ» та інших предметів, забезпечуючи не лише розвиток предметних знань, а й виховання емоційно грамотної, емпатійної та соціально зрілої особистості здобувача початкової освіти. Ці методики дуже ефективно інтегруються у предмети мовно-літературно-освітньої галузі й створюють якісне підґрунтя для цілісного розвитку емоційного інтелекту дитини, формуючи внутрішньо мотивовану, емоційно чутливу і соціально активну особистість молодшого школяра.

Висновок до розділу 1

Аналіз наукових підходів до трактування поняття емоційного інтелекту засвідчив, що це інтегративне поняття, яке охоплює здатність особистості усвідомлювати, розпізнавати, виражати, розуміти й регулювати як власні емоції, так і емоції інших людей. Сучасні дослідники розглядають емоційний інтелект як комплексну якість, що включає когнітивний, емоційно-ціннісний і поведінковий компоненти, а його розвиток є необхідною умовою успішної соціалізації, ефективного навчання та формування особистості дитини.

Визначено, що молодший шкільний вік є чутливим періодом для розвитку емоційного інтелекту, оскільки в цей час відбувається інтенсивне формування емоційної сфери, розширюється спектр емоцій, зростає здатність до саморефлексії, емпатії та морального судження. Діти цього віку активно оволодівають емоційним словником, вчаться усвідомлювати власні почуття та надавати їм вербальну форму, що створює сприятливі умови для педагогічного впливу на розвиток емоційної компетентності.

Обґрунтовано потенціал мовно-літературної освітньої галузі у формуванні емоційного інтелекту учнів початкової школи. Саме через роботу з художніми текстами, діалогічне спілкування, творче письмове й усне висловлювання, аналіз поведінки персонажів та міжособистісну взаємодію реалізується розвиток ключових емоційних навичок. У контексті концепції Нової української школи мовно-літературна галузь виступає ефективним інструментом розвитку емпатії, самоусвідомлення, емоційної рефлексії та саморегуляції.

Таким чином, теоретичний аналіз підтвердив, що розвиток емоційного інтелекту в молодшому шкільному віці є педагогічно доцільним, науково обґрунтованим і потенційно результативним, а мовно-літературна освітня галузь створює змістові й методичні можливості для ефективного реалізації цього процесу. Отримані висновки слугують основою для розроблення практичних підходів до формування емоційного інтелекту молодших школярів у подальших розділах дослідження.

РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА МЕТОДИКА РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ НА УРОКАХ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ

2.1. Діагностика рівня розвитку емоційного інтелекту учнів у сучасній початковій школі

Актуальність діагностики рівня розвитку емоційного інтелекту учнів у сучасній початковій школі зумовлена потребою цілісного підходу до формування особистості дитини, що охоплює не лише інтелектуальний, а й емоційно-соціальний розвиток. В умовах оновлення змісту освіти, реалізації Концепції Нової української школи та впровадження компетентнісного підходу, зростає увага до таких якостей, як емпатія, емоційна свідомість, уміння взаємодіяти з іншими та керувати власними емоціями. Саме емоційний інтелект виступає важливою складовою успішного навчання, психологічного благополуччя та соціалізації здобувачів освіти. Оскільки молодший шкільний вік є чутливим періодом для розвитку емоційної сфери, своєчасна та якісна діагностика рівня сформованості емоційного інтелекту дозволяє не лише виявити індивідуальні потреби учнів, а й забезпечити обґрунтоване педагогічне втручання. Це дає змогу ефективно планувати освітній процес, добирати відповідні методи й засоби навчання, а також створювати сприятливе емоційнесередовище для гармонійного розвитку кожної дитини.

У своїх дослідженнях науковці та практики пропонують ефективні методики та підходи, що сприяють формуванню емоційного інтелекту в учнів молодшого шкільного віку. Активне впровадження інноваційних, нетрадиційних форм навчання в освітню практику, а також зростаюча увага педагогів різних спеціальностей до проблематики розвитку емоційної сфери дитини свідчать про актуальність вивчення цієї теми та необхідність її вирішення в умовах сучасного суспільства.

Учителі початкової школи часто використовують коло емоцій Роберта Роберта Плутчіка (американського психолога), оскільки ця модель допомагає глибше усвідомити природу емоцій учнів, їхню взаємозв'язану структуру та динаміку. Коло Плутчіка наочно демонструє, що емоції не є ізольованими явищами, а формуються у спектрі від базових (страх, радість, гнів, довіра тощо) до складних, які виникають шляхом поєднання базових почуттів. Це знання дає педагогам інструмент для розпізнавання емоційних станів молодших школярів, особливо тих, які ще не вміють точно їх називати чи усвідомлювати (див Рис 2.1.).

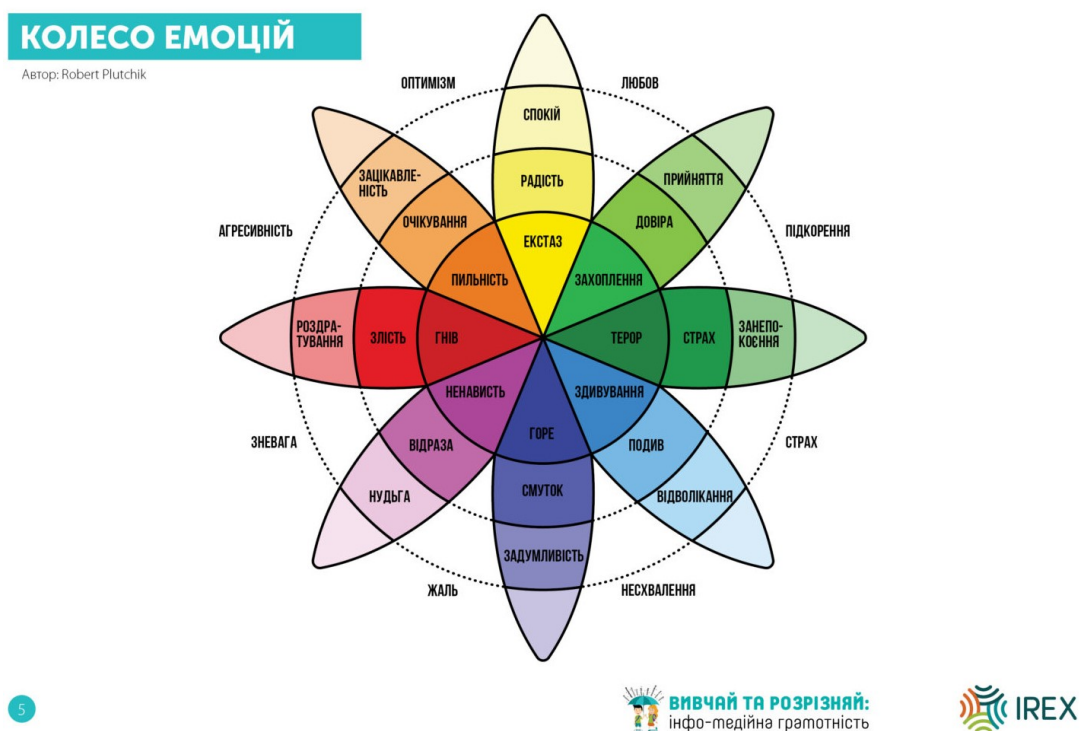


Рисунок 2.1. Колесо емоцій Р.Плутчіка

Хоча неможливо повністю керувати емоціями людей, проте, розуміючи інформацію Рис.2.1, учителі можуть керувати організацією уроку на його початку, всередині та кінці, відповідно добираючи завдання таким чином, щоб мотивувати учнів до активності, а також досягнення запланованих результатів.

Беручи до уваги колесо емоцій Р. Плутчіка, Світлана Лавренюк, спеціаліст І кваліфікаційної категорії, вчитель початкових класів Криворізької

загальноосвітньої школи №120 ділиться власним досвідом розвитку ЕІ учнів початкової школи. У її методичному посібнику, авторка не лише дає визначення ключовим термінам, але і ілюструє історію дослідження ЕІ, аналізує позитивні сторони володіння навичками ЕІ здобувачами початкової освіти та презентує практичні поради використання навичок ЕІ на уроках у початковій школі [32]. Саме роботі над «емоційним словником» дослідниця приділяє левову долю розробки. На її думку, «емоційний словник - це арсенал слів і виразів, які використовуються для вираження різних емоцій та почуттів», він є ефективним інструментом для розвитку ЕІ учнів і робота над ним може бути дієвим стартом такої роботи. Вона виокремлює наступні етапи по роботі з емоційним словником дітей: аналіз та запис емоційної лексики; формування списку емоцій; візуалізація словника емоцій; обговорення, рефлексія та практичне використання. Таким чином С. Лавренюк уклала такий емоційний словник, який, звісно, може бути змінений і доповнений іншими емоціями (див Рис.2.2.):

Позитивні емоції: • Радість • Щастя • Захоплення • Любов • Вдячність • Спокій	Негативні емоції: • Сум • Страх • Гнів • Розчарування • Злість • Стурбованість	Нейтральні емоції: • Цікавість • Обурення • Здивування • Байдужість • Втома • Спокій
Соціальні емоції: • Емпатія • Симпатія • Приязнь • Заздрість • Сором • Ганьба	Самопізнання: • Задоволення • Нудьга • Задоволеність • Здивованість • Впевненість • Самосвідомість	

Рисунок 2.2.Класифікація Емоцій (за С.Лавренюк)[32]

Окрім цієї методики, учителька пропонує інший, не менш ефективний метод пізнання власних емоцій – казкотерапію. Ми погоджуємося цілком, що казкотерапія є одним із найефективніших методів розвитку емоційного інтелекту у дітей молодшого шкільного віку, оскільки поєднує у собі емоційно насичене змістове наповнення та доступну для дитини форму пізнання себе і

світу. Цей метод *вчить ідентифікувати* різні емоційні стани, розуміти мотиви поведінки інших, *сприяє розвитку* навичок емоційного аналізу та рефлексії, *формує* у дитини здатність оцінювати емоційні стани з етичної точки зору, *та знаходити внутрішні ресурси* для подолання страхів і тривог. Авторка пропонує власно розроблену послідовність роботи з казкою, дає рекомендації щодо створення терапевтичної казки (карта козок) та демонструє приклад такої казки «Як маленький Їжак переміг цілого Ведмедя» (див. Додаток А).

Дослідниця Н. Зобенько вважає ефективним використання медіазасобів для розвитку емоційного інтелекту у дітей молодшого шкільного віку. Вона переконана, що використання сучасних інформаційних технологій у роботі вчителя дозволяє не лише змінити й збагатити зміст педагогічної освіти, а й сприяє підвищенню активізації та якості навчально-пізнавальної діяльності учнів на уроках, прискорити темпи навчання; спонукає розвиток обов'язків, співробітництва і творчого потенціалу здобувачів освіти; забезпечує імплементацію індивідуального підходу у навчанні; веде до розвитку самостійності та креативного мислення молодших школярів [23].

На допомогу учителям практикам приходять науковці, які розробляють Освітні програми підвищення кваліфікації фахівців початкової освіти з теми «Формування емоційного інтелекту в учнів початкової школи». Розробники Ірина Жаркова та Андріана Шишак пропонують ефективні підходи до формування емоційного інтелекту молодших школярів в освітньому процесі сучасної початкової школи; розвиток предметно-методичної, емоційно-етичної компетентностей та компетентності педагогічного партнерства учителів початкових класів закладів загальної середньої освіти шляхом вивчення основних аспектів формування емоційного інтелекту в учнів початкової школи [19].

Цікавим для нас був практичний досвід О.В.Волинець, учительки початкових класів Криворізької гімназії № 91. В основу роботи з розвитку емоційного інтелекту молодших школярів було покладено авторську програму педагога «Філософія для дітей. 10 шляхів духовності». Методологічною

основою цієї програми є ідеї провідних психологів-дослідників у галузі кольоротерапії, психодрами, психогімнастики, казкотерапії, арт-терапії (музика, живопис). Для виконання поставлених завдань розробником використано наступні методи, методики, техніки: імітаційні та рольові ігри, етюди, елементи групової дискусії, бесіда; арттерапія, техніки саморегуляції, спрямована уява, казкотерапія, музикотерапія, вправи для зняття напруги - релаксація, психогімнастика[9]. За результатами впровадження запропонованої програми, на думку О.В.Волинець, спостерігалось учні продемонстрували здатність адекватно виражати власні почуття, підвищили рівень впевненості у собі, набули умінь емоційної саморегуляції та формування позитивної самооцінки (див. Додаток Б). Практиком зафіксовано позитивну динаміку в розвитку ЕІ молодших школярів: діти продемонстрували вищий рівень здатності орієнтуватися на емоційний стан інших, виявляти емпатію та налагоджувати ефективну взаємодію з однолітками й дорослими[там само].

Євгенія Смерека пропонує 17 порад батькам, аби прискорити розвиток емоційного інтелекту своїх дітей [49]. Крім того, педагог-практик цілком слушно зазначила, що рольові та комунікативні ігри, терапевтичні казки, а також арт-терапевтичні практики (співи, танці, малювання) є потужними засобами впливу на розвиток емоційного інтелекту у дітей молодшого шкільного віку. Ці методи не лише залучають учнів до активної діяльності, а й створюють безпечне середовище для емоційного самовираження, рефлексії та формування соціальних навичок. Вона пропонує такі як гра «Що якщо», техніка подолання 5-4-3-2-1, вправа «Бульбашка» та «Коробка емоцій» та інші.

Таким чином, на основі здійснених теоретичних пошуків, нами розроблено та впроваджено авторську експериментальну методику розвитку емоційного інтелекту молодших школярів у межах мовно-літературної освітньої галузі, а саме на уроках англійської мови. Актуальність такої методики зумовлена потребою сучасної освіти не лише у формуванні знаннєвого компоненту (hard-skills), а й у розвитку емоційно-соціальних компетентностей (soft-skills), які є невід'ємною частиною всебічного розвитку особистості [62].

Розробка експериментальної роботи ґрунтувалася на компетентнісному та діяльнісному підходах, які передбачають інтеграцію пізнавального, емоційного та морально-ціннісного досвіду дитини. Особливу увагу в межах дослідження приділено добору відповідних методів, прийомів і засобів навчання, що сприяють розвитку таких складових емоційного інтелекту, як емпатія, самосвідомість, саморегуляція, соціальні навички та мотивація. Крім того, ми переконані, що ефективний розвиток ЕІ молодших школярів має спиратися на низку психолого-педагогічних принципів, які забезпечують цілісне формування емоційної компетентності в гармонії з віковими особливостями дітей(див Рис. 2.3.).



Рисунок 2.3. Принципи ефективного розвитку емоційного інтелекту молодших школярів

З огляду на Рис 2.3 вважаємо, що педагогамдоцільно дотримуватися цих чотирьох психолого-педагогічних принципів:

- *принципу урахування вікових та індивідуальних особливостей*(емоційний розвиток у молодшому шкільному віці має специфічні характеристики: діти емоційно відкриті, вразливі, схильні до наслідування, ще не вміють повною мірою контролювати свої емоції. Тому важливо добирати методи, що відповідають рівню емоційної та когнітивної зрілості конкретної дитини);

- *принципу системності й послідовності* (розвиток емоційного інтелекту потребує систематичної роботи, а не епізодичних вправ. Формування емоційної компетентності має бути інтегроване в усі сфери навчального та виховного процесу - через щоденні практики, завдання, обговорення, рефлексію);

- *принципу діяльності й активності* (діти краще засвоюють емоційні навички у процесі власної діяльності - гри, спілкування, творчості. Рольові ігри, казкотерапія, арт-техніки, групові обговорення, рефлексивні завдання сприяють активному включенню учнів у процес самопізнання й соціального навчання);

- *принципу емоційної безпеки й позитивного ставлення* (умова ефективного розвитку ЕІ - створення безпечного, підтримувального середовища, у якому дитина не боїться проявляти почуття, помилятися, бути почутою. Емпатійна комунікація між учителем і учнем є основою для розвитку емоційної відкритості. Схвалення, доброзичлива реакція вчителя, увага до внутрішнього світу дитини формують у неї відчуття цінності власних емоцій і сприяють розвитку позитивної самооцінки та впевненості у собі).

За нашим переконанням саме ці принципи забезпечують усвідомлений, послідовний і педагогічно обґрунтований підхід до розвитку емоційного інтелекту, що, у свою чергу, сприяє вихованню чутливих, впевнених, соціально адаптованих і морально зрілих молодших школярів.

Ефективне планування й упровадження запропонованої нами методики розвитку емоційного інтелекту вимагає попереднього визначення вихідного рівня сформованості його компонентів у здобувачів початкової освіти. З огляду на це, першим етапом експериментального дослідження став констатувальний етап, метою якого було виявити реальний стан розвитку емоційного інтелекту в учнів початкової школи, а також виявити особливості його проявів у навчально-виховному середовищі. У процесі діагностики було враховані вікові та психолого-педагогічні особливості молодших школярів, що зумовило добір методик, які мають ігровий, візуальний і доступний для дітей характер. Оцінювання здійснювалося за такими ключовими критеріями емоційного інтелекту:

- Розпізнавання емоцій
- Емоційне вираження
- Прояв емпатії
- Емоційна саморегуляція
- Емоційна рефлексія

На основі визначених критеріїв нами було проведено опитування серед учнів 3 класів ради Калуського району Івано-Франківської області з метою виявлення рівня сформованості ключових компонентів емоційного інтелекту (див. Додаток В). В опитуванні взяло участь 52 школярі. Це дозволило оцінити емоційну обізнаність дітей, їхню здатність до самовираження та міжособистісної взаємодії, а також визначити напрями подальшої педагогічної роботи.

У нашому дослідженні ми з'ясували наскільки розвиненими є складові емоційного інтелекту серед 52 учнів (за визначеними критеріями). Найбільш сформованому опитаних учнів виявився критерій «Розпізнавання емоцій», тоді як решта чотири мають майже однаковий рівень розвитку (див. Рис. 2.5.). Діаграма показує відносну частку кожного критерію серед усіх (сума 100%). Критерій «Емоційна рефлексія» виявився найменш розвиненим серед третьокласників і це свідчить про потребу в посиленій роботі над його розвитком, що зазвичай потребують більше часу і досвіду.

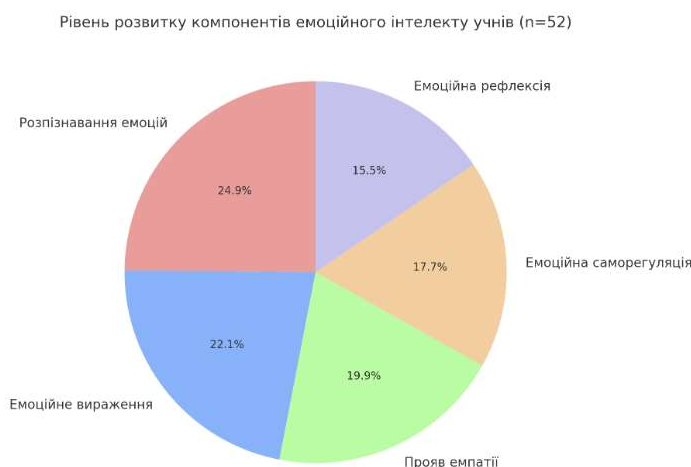


Рисунок 2.5. Рівень розвитку ЕІ учнів за критеріями

Інформація нижче демонструє абсолютну кількість учнів, що мають певний рівень за кожним критерієм, і тут сума перевищує 100%, адже один і той самий учень добре справлявся з кількома критеріями. *Розпізнавання емоцій* – 45 учнів (86,5%) - це означає, що більшість учнів добре розпізнають емоції та можуть їх виражати. *Емоційне вираження* – 40 учнів (76,9%) змогли висловити базові емоції у відповідях типу “I feel happy/sad” та за допомогою малюнків і використувували розгорнуті висловлення з поясненням причин емоцій (“I feel proud because I helped my friend.”). *Прояв емпатії* – 36 учнів (69,2%) загалом розуміють, що інші можуть почуватися інакше, намагаються висловити підтримку, однак не завжди виявляють розуміння почуттів та обирають байдужу або егоцентричну реакцію. *Емоційна саморегуляція* – 32 учні (61,5%) визнавали власні емоції та пропонували базові стратегії, як заспокоїтися або впоратися з роздратуванням. *Емоційна рефлексія* – 28 учнів (53,8%) загалом могли розповісти, що вони відчували в певній ситуації, але часто з поверхневим аналізом (“I was happy”), іноді не могли назвати власні емоції або плутали поняття, намагалися навести приклади та пов’язати емоції з конкретними подіями (“I felt nervous because it was my first time speaking in English in front of the class”).

За підсумками проведеної діагностики було визначено чотири рівні сформованості емоційного інтелекту в учнів початкової школи.

Високий рівень. Учні на цьому рівні усвідомлено та адекватно керують своїми емоціями. Вони легко розпізнають широкий спектр відчуттів у себе та в інших, уміють їх чітко виражати вербально й невербально. Такі школярі виявляють емпатію, уміють підтримати однокласників, швидко знаходять способи заспокоїти себе у складних ситуаціях. Вони здатні до глибокої емоційної рефлексії: аналізують власні почуття, розуміють причини свого настрою та роблять висновки.

Достатній рівень. Учні загалом розпізнають і правильно виражають основні емоції (joy, sadness, anger, fear, тощо). Вони демонструють здатність співпереживати, хоча емпатійні реакції не завжди глибокі або стійкі. Учні

можуть регулювати емоції в типових ситуаціях (заспокоїтися після конфлікту, переключитися на інший вид діяльності), проте потребують допомоги вчителя чи дорослого в складніших випадках. Емоційна рефлексія формується, але ще не завжди достатньо усвідомлена.

Середній рівень. Учні розпізнають лише базові емоції, але іноді плутають їх (наприклад, сум і розчарування). Емоційне вираження часто обмежене невербальними засобами (жести, міміка), словесно вони пояснюють почуття короткими фразами. Емпатія проявляється ситуативно: вони можуть поспівчувати, але не завжди розуміють почуття іншого. Емоційну саморегуляцію реалізують через зовнішні підказки або прості стратегії (відволіктися, звернутися по допомогу). Рівень рефлексії низький – діти часто не можуть пояснити причину власних емоцій.

Початковий рівень. Учні важко розпізнають навіть базові емоції, плутають їх або не здатні пояснити словами. Вираження емоцій переважно імпульсивне, вони не володіють прийомами емоційної регуляції, швидко піддаються афекту. Емпатія майже не проявляється, часто не розуміють реакцій однокласників. Емоційна рефлексія відсутня: діти не можуть описати свій настрій чи пояснити його причину.

Результати діагностики дозволили визначити як загальний рівень сформованості емоційного інтелекту учнів, так і найбільш вразливі або недостатньо розвинені його аспекти, що потребують цілеспрямованого педагогічного впливу на уроках англійської мови(Табл. 2.1).

Таблиця 2.1.Рівень розвитку EI учнів (констатувальний етап)

Клас	Високий рівень	Достатній рівень	Середній рівень	Початковий рівень	Разом
3-А (28 учнів)	2 учні 7,1 %	9 учнів 32,1 %	12 учнів 42,9 %	5 учнів 17,9 %	28 (100%)
3-Б (24 учні)	0 учнів 0 %	7 учнів 29,2 %	10 учнів 41,7 %	7 учнів 29,1 %	24 (100%)

Таблиця 2.1 чітко демонструє, що основна частина учнів перебуває на середньому рівні сформованості ЕІ, що є очікуваним показником, а також виявлено окремі випадки високого та початкового рівнів. Для кращої візуалізації демонструємо отримані дані у діаграмі (див Рис. 2.4.):

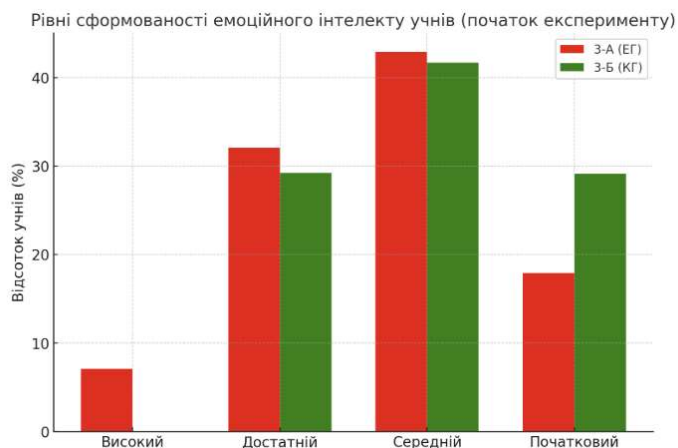


*Рисунок 2.4. Рівень розвитку ЕІ учнів
(констатувальний етап)*

Таким чином, на констатувальному етапі дослідження у 3-А класі переважали учні з середнім і достатнім рівнем, але було ще 5 школярів із початковим рівнем і лише 2 з високим, а у 3-Б класі високого рівня взагалі не було, а більшість учнів мали середній або достатній рівень, із досить великою часткою початкового.

Узагальнюючи, констатуємо, що в більшості учнів ЕІ знаходиться на середньому рівні сформованості, що свідчить про наявність потенціалу для цілеспрямованої методичної роботи. При цьому наявність учнів з високими показниками є позитивним сигналом щодо ефективності вже використаних методик, а виявлення учнів з низьким рівнем дає можливість таргетованого педагогічного впливу.

2.2. Експериментальна методика розвитку емоційного інтелекту на уроках англійської мови

Різні науковці та практики в галузі освіти й психології активно розробляли й пропонували власні підходи до розвитку емоційного інтелекту учнів

початкової школи. Їхні дослідження охоплюють як теоретичне обґрунтування структури емоційного інтелекту, так і практичні методики його формування у дітей молодшого шкільного віку. Вчені акцентують увагу на важливості інтеграції емоційного компоненту в освітній процес, розробляючи ігрові вправи, тренінгові заняття, казкотерапевтичні техніки, комунікативні ігри та арт-терапевтичні підходи, які сприяють формуванню емпатії, емоційної саморегуляції, рефлексії та вміння виражати власні почуття. Така різноманітність наукових підходів свідчить про комплексний і багатовимірний характер проблеми розвитку емоційного інтелекту в молодшому шкільному віці. Проте нам цікаво було розробити таку методику саме для роботи на уроках англійської мови. Цей процес і складав формувальний етап нашого емпіричного дослідження. У процесі цього етапу експерименту ми ставили собі за мету підвищити рівень розвитку емоційного інтелекту учнів на уроках англійської мови, використовуючи інтерактивні завдання та ігрові методики, щоб зробити навчальний процес цікавим, емоційно насиченим і мотивуючим. Для цього з учнів 3-А і 3-Б класів (52 осіб) ми сформували 2 групи експериментальну (ЕГ) (28 осіб) та контрольну (КГ) (24 осіб) відповідно. Переслідуючи нашу мету, ми запропонували поетапну модель реалізації експериментальної методики розвитку емоційного інтелекту учнів початкової школи на уроках англійської мови (див Рис. 2.5.).

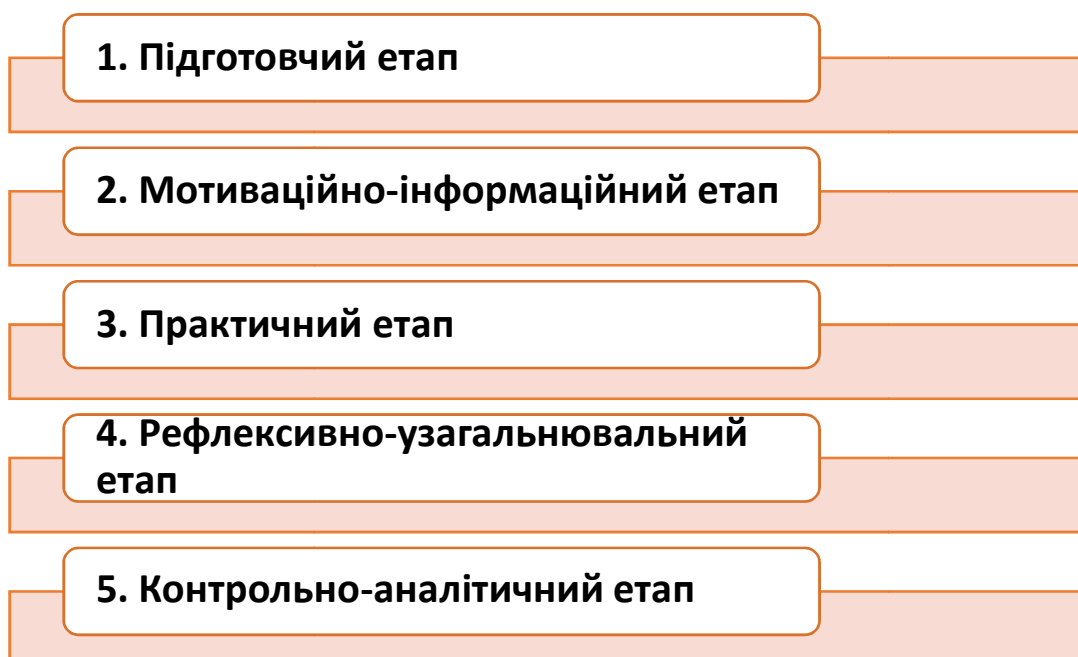


Рисунок 2.5. Етапи розвитку ЕІ молодших школярів на уроках англійської мови

Аналізуючи Рисунок 2.5, пропонуємо детальний опис методичної роботи на кожному етапі (див. Додаток Г), у якій брали участь учні експериментальну (ЕГ). Натомість представники контрольної (КГ) навчалися за стандартним календарно-тематичним плануванням.

1. Підготовчий етап мав на меті створення сприятливих умов для ефективного впровадження експериментальної методики та інтеграції відповідного матеріалу на уроках англійської мови. Його завдання полягали у визначенні емоційних і мовних потреб учнів; підборі лексичного й граматичного матеріалу, пов'язаного з емоціями; ознайомленні вчителя з техніками емоційного розвитку (казкотерапія, емоційний словник, role-play тощо).

У межах експериментальної методики розвитку емоційного інтелекту на уроках англійської мови учні 4 класу брали участь у серії інтегрованих завдань, що поєднували мовленнєву діяльність з емоційною рефлексією. На початковому етапі роботи вчитель ознайомила школярів із базовими емоціями за допомогою спеціально створеної таблиці, яка містила 20 основних емоцій англійською мовою з відповідним українським перекладом. Учні вчили нову лексику, обговорювали значення слів, супроводжували їх емоційними виразами обличчя, жестами та малюнками. Візуалізація за допомогою емоджі зробила завдання більш привабливими й доступними для сприйняття.

2. Мотиваційно-інформаційний етап передбачав формування інтересу учнів до тематики, пов'язаної з емоціями. Його завданнями були введення базової лексики з теми «Feelings and Emotions»; використання англomовних відео, пісень, віршів, діалогів з емоційним забарвленням (див. Рис. 2.6.); проведення інтерактивних ігор (наприклад, «Guess the Emotion» - Kahoot! див. Рис. 2.7.) ознайомлення з колом емоцій (наприклад, Plutchik's Wheel) в адаптованій формі для учнів 3 класу.

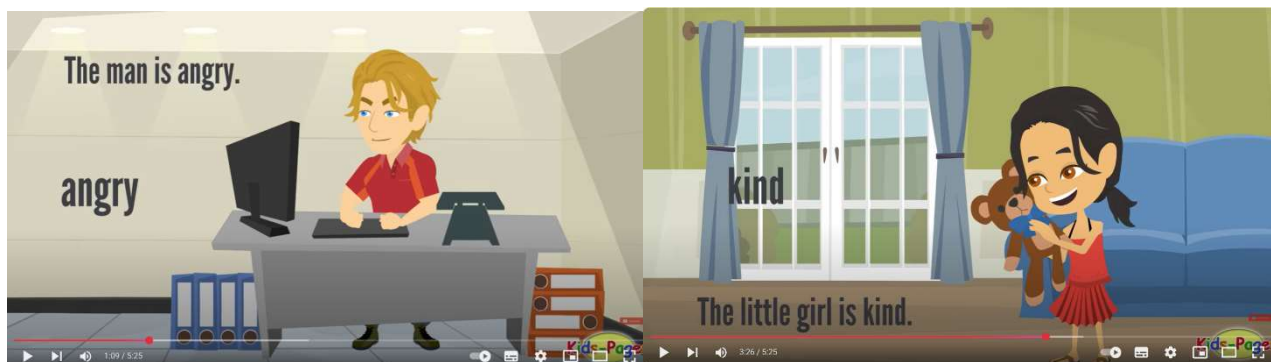


Рисунок 2.6. Завдання з розвитку ЕІ третьокласників

Джерело: <https://www.youtube.com/watch?v=7uY2HrQ9qQ8>

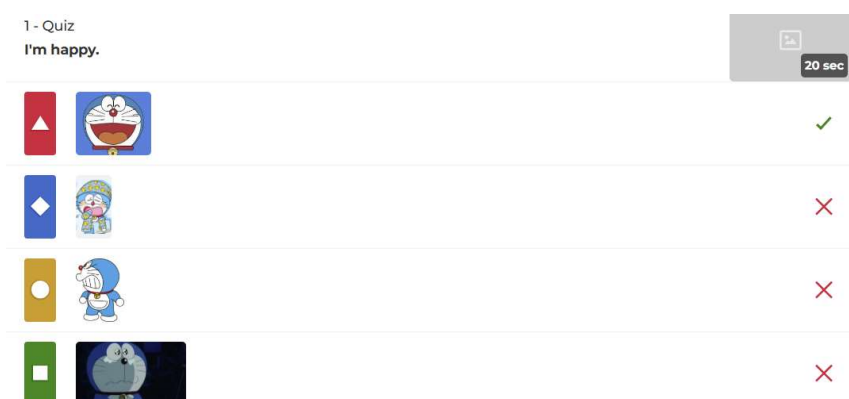


Рисунок 2.7. Завдання з розвитку ЕІ третьокласників, розроблені у Kahoot

Джерело: <https://shorturl.at/R7ahx>

Далі відбувалося засвоєння граматичних структур, зокрема ступенів порівняння прикметників, у контексті вивчення теми «Емоції». Учні складали речення на зразок: «I feel happier today than yesterday» або «Being kind is better than being angry», що дозволяло не лише тренувати граматику, а й мислити емоційно. Особливо цікаво дітям було працювати над двома короткими казками (Story 1: Brave Bella and the Dark Cave і Story 2: Tommy's Lost Toy), створеними нами спеціально для розвитку емоційної чутливості здобувачів освіти. Вони читали тексти, розпізнавали емоції персонажів, обговорювали їхні дії та приймали участь у рольових іграх. Це стимулювало як розвиток мовлення, так і емпатійного мислення (Додаток Г).

3. Практичний етап (інтеграція ЕІ у мовленнєву діяльність) мав на меті розвиток компонентів ЕІ у процесі мовного навчання. *Завдання:* створення ситуацій для емоційного вираження в діалогах, міні-драмах; проведення казкотерапії англійською (читання/відеоперегляд історій з

моральною/емоційною проблематикою); використання технік емоційної рефлексії («How did this story make you feel?»); виконання творчих завдань (малювання емоцій, створення «Emotion Cards»)(Рис. 2.8.).

Emotional Reflection Worksheet

Епар: Devdiuk Ivanna 15 October

- How did this story make you feel?
happy
- Which part of the story was the most emotional for you? Why?
The end. The character became brave.
- Can you remember a time when you felt the same as the character?
Once I was scared of the dark.
- What would you do if you were in the same situation?
I would turn on a flashlight.
- How do you think the character was at the beginning? And at the end?
At the beginning the character was scared and at the end the character was proud.
- Did the story make you feel happy, sad, surprised, or something else?
happy
- What emotion would you give to this story (one word)?
courage
- What in the story showed kindness or helped others?
They may change.
- Would you change anything in the story to make the character feel better? What?
No, I would't.



Рисунок 2.8. Приклад створення «Emotion Cards»

Джерело: робота учнів на уроках англійської мови, розроблено нами

Для глибокого розуміння власних почуттів використовувалися техніки емоційної рефлексії. Це дозволяло кожній дитині побути в ролі дослідника власного внутрішнього світу, розпізнати власні емоції та почуття та учвідомити настрої своїх однокласників. Для цього ми використали англійськомовну відео-гру «Guess the Emotion»(Рис. 2.9.). Учні відповідали на запитання “How did this story make you feel?”, “Have you ever felt the same as the character?”, “What would you do in this situation?” та інші, й заповнювали прості аркуші емоцій, де малювали емоції, позначали свій настрій. Хоча більшість учнів виявляли зацікавлення, деякі з них на початку відчували труднощі у розпізнаванні складніших емоцій (наприклад, “embarrassed”, “disappointed”) або плутали емоційні нюанси в граматичних реченнях.



Рисунок 2.9. Фрагмент завдання для учнів (відео-гра «Guess the Emotion»)

Джерело: <https://www.youtube.com/watch?v=-Z5s09ttEgQ>

Проте поступово, завдяки повторенню, прикладам, ігротерапії та підтримці вчителя, школярі почали точніше і впевненіше висловлювати свої почуття, виявляти емпатію до персонажів і однокласників, удосконалювати навички саморегуляції та позитивної самооцінки. Такий підхід довів свою ефективність у формуванні емоційної зрілості учнів та їх англомовної компетентності водночас.

4. Рефлексивно-узагальнювальний етап передбачав осмислення досвіду, формування навичок самоспостереження і саморегуляції. Ми поставили собі *завдання* провести міні-опитувань після занять: «What emotion did you feel today?», «What made you happy/sad/excited?»; ведення «емоційного щоденника» (у простій формі - малюнки, смайлики, прості речення); обговорити ситуації, у яких учні проявили емпатію чи емоційну саморегуляцію; провести повторну діагностику рівня ЕІ учнів. Цей етап став важливою складовою експериментальної методики, адже саме на цьому етапі учні отримали можливість осмислити власний досвід, накопичений протягом усіх попередніх занять. Школярі виконували завдання, спрямовані на розвиток навичок самоусвідомлення: аналізували власні емоційні реакції на казкових персонажів, малювали емоції, писали прості речення про свій настрій та його причини. Вони брали участь у групових обговореннях, де вчилися слухати одне одного, співпереживати, шукати шляхи самозаспокоєння. Така робота сприяла формуванню навичок самоспостереження і саморегуляції, що є ключовими для емоційного інтелекту. Багато учнів почали активніше використовувати емоційно

забарвлену лексику, впевненіше висловлювали свої почуття та демонстрували глибше розуміння емоцій інших.

Такий підхід дозволив нам як підвищити мотивацію до навчання, розширити комунікативні можливості школярів і водночас закласти основу для подальшого розвитку їх емоційної компетентності, що є необхідною складовою особистісного становлення у сучасному динамічному освітньому середовищі.

2.3. Аналіз результатів емпіричного дослідження

На контрольно-аналітичному етапі ми мали на меті визначити ефективність авторської експериментальної методики на уроках англійської мови і перевірити динаміку рівня розвитку емоційного інтелекту учнів третіх класів (контрольної та експериментальної груп). Нашими завданнями були порівняння результатів вхідної і вихідної діагностики; аналіз даних щодо рівня розвитку емоційного інтелекту учнів за визначеними 5 критеріями; формулювання висновків та практичних рекомендацій. Для цього було проведено повторне опитування учнів ЕГ і КГ, що й на початку дослідження за критеріями: розпізнавання емоцій, емоційне вираження, прояв емпатії, емоційна саморегуляція та емоційна рефлексія (Додаток В). Детальний опис відповідних компонентів представлено в підрозділі 2.1. Крім того, нами заздалегідь визначено рівні розвитку ЕІ учнів: високий, середній та низький.

На цьому етапі нами був організований урок англійської мови таким чином: учні працювали з текстом «*A Kind Word Can Change Everything*» (Додаток Д) та виконували завдання на його основі. Ці завдання допомогли нам визначити, наскільки учні 3-х класів засвоїли ключові компоненти емоційного інтелекту після проведення формувального етапу експерименту. Зокрема, запитання

- How did Bella feel in the morning?
- How did Tommy feel when the children laughed?
- What emotion did Tommy feel after Bella helped him?

дали можливість зрозуміти чи учні розпізнавали емоції у текстах, персонажах та однокласниках;

- Can you show with your face what “embarrassed” looks like?
- How would you say “I am proud” in your own words?

сприяли перевірці умінь виражати власні почуття вербально й невербально (міміка, жести, висловлювання);

- Why did Bella understand Tommy’s feelings?
- What would you say to Tommy if you were in Bella’s place?

виявили присутність емпатії третьокласників у взаємодії з ровесниками та героями історій;

- What could Tommy do to feel better after making a mistake?
- What do you do when you feel sad or embarrassed in class?

дали нам змогу застосовувати стратегії саморегуляції, коли виникають складні емоційні ситуації;

- Which character in the story is most like you? Why?
- What emotions did you feel while reading this story?

допомогли нам прослідкувати емоційну рефлексію учнів, тобто проаналізувати властиві їм переживання та настрій у різних контекстах.

Таким чином ми переконалися, що запропоновані завдання стали не лише цікавою та визначальною складовою нашого експерименту з розвитку емоційного інтелекту, але й водночас сприяли удосконаленню англомовної компетентності учнів, оскільки поєднували роботу з емоціями із засвоєнням нової лексики, граматичних структур та розвитком комунікативних умінь, що забезпечило комплексний вплив на особистісний і мовний розвиток школярів.

Крім описаних активностей, третьокласники під час виконання додаткових інтерактивних завдань активно залучалися до процесу навчання, поєднуючи мовленнєву діяльність англійською мовою із розвитком емоційної чутливості. Зокрема, у завданні «*Emoji Choice*» вони спостерігали за трьома смайликами (веселий, сумний, нейтральний) та визначали, який з них відповідає емоціям Тома у запропонованій історії, аргументуючи свій вибір англійською мовою. Це

сприяло розвитку навичок розпізнавання емоцій та мовленнєвого самовираження. Виконуючи завдання «*Role-Play*», школярі працювали в парах: інсценізували ситуацію підтримки, коли Белла допомогла Тому, змінювали ролі та намагалися додавати власні репліки. Такий формат стимулював розвиток емпатії, навичок комунікації та творчого використання іншомовного матеріалу. У вправі «*Emotion Scale*» учні оцінювали почуття Белли на початку та наприкінці історії за шкалою від 1 (дуже сумний) до 5 (дуже щасливий), пояснювали свої відповіді та робили висновки щодо зміни її емоційного стану. Це завдання сприяло формуванню навичок емоційної рефлексії, аналізу емоційної динаміки та усвідомленню взаємозв'язку між подіями й емоційними реакціями.

У процесі роботи нами підготовлено і використано таблицю-шкалу оцінювання для завдань на уроці англійської мови. Вона містить визначених 5 критеріїв розвитку емоційного інтелекту, шкалу оцінювання (1–3 бали) та опис рівнів виконання. Цю таблицю можна використовувати як оціночну рубрику: кожен учень отримує від 1 до 3 балів за кожним критерієм. Максимальний результат за завдання – 15 балів (Табл. 2.2).

Таблиця 2.2. Шкала оцінювання виконання завдань з розвитку ЕІ на уроці англійської мови.

Критерій	1 бал (початковий рівень)	2 бали (середній рівень)	3 бали (достатній рівень)	4 бали (високий рівень)
Розпізнавання емоцій	Учень не зміг правильно визначити емоцію персонажа або зробив це випадково.	Учень розпізнав емоцію з підказкою чи частковою допомогою.	Учень правильно називають основні базові емоції (радість, сум, злість, страх, подив, відразу), визначає емоційний стан персонажа або однокласника.	Учень самостійно та правильно розпізнав емоцію, аргументував вибір англійською мовою.
Емоційне	Учень	Учень частково	Учень виражає свої	Учень виразно

вираження	відтворює емоцію невпевнено, без мовленнєвого пояснення.	виражає емоцію (міміка, жести, окремі слова англійською).	емоції у типових шкільних і побутових ситуаціях; добирає слова для опису власного стану (хоч і не завжди точно або розгорнуто).	демонструє емоцію та пояснює її англійською (повним реченням).
Прояв емпатії	Учень не виявив співчуття чи підтримки у рольовій грі.	Учень намагається підтримати персонажа, але робить це обмежено чи формально.	Учень розуміє емоційний стан іншої людини у ситуаціях; виявляє співчуття, хоча емпатійні реакції можуть бути поверховими або ситуативними.	Учень активно висловлює підтримку персонажу, добирає доречні слова англійською, демонструє розуміння ситуації.
Емоційна саморегуляція	Учень не може запропонувати спосіб заспокоєння чи подолання негативної емоції.	Учень пропонує прості, але загальні способи (наприклад: "Don't cry").	Учень уміє заспокоїтися після негативних емоцій за допомогою простих стратегій; часто контролює поведінку в більшості шкільних ситуацій.	Учень пропонує конкретні стратегії (наприклад: "Take a deep breath", "Try again"), застосовуючи англійську лексику.
Емоційна рефлексія	Учень не може усвідомити і назвати свій емоційний стан, пояснити, що його викликало.	Учень аналізує власні емоції на базовому рівні, робить прості висновки.	Учень здатний оцінювати свої реакції та поведінку після ситуації (I am angry because...).	Рефлексивні висловлювання учня розгорнуті, не потребують додаткових запитань учителя для поглиблення аналізу.

Після виконання аналогічних завдань контрольного-аналітичного етапу поетапної моделі реалізації експериментальної методики розвитку емоційного інтелекту учнів початкової школи на уроках англійської мови, ми визначили рівень сформованості ЕІ третьокласників. Тож, контрольний етап педагогічного експерименту показав наступні результати (див. Табл. 2.3).

Таблиця 2.3. Рівень розвитку ЕІ учнів (контрольний етап експерименту)

Клас / Група	Високий рівень	Достатній рівень	Середній рівень	Початковий рівень	Разом
3-А (ЕГ, 28 учнів)	8 учнів 28,6 %	10 учнів 35,7 %	7 учнів 25,0 %	3 учні 10,7 %	28 (100%)
3-Б (КГ, 24 учні)	2 учні 8,3 %	5 учнів 20,8 %	9 учнів 37,5 %	8 учнів 33,4 %	24 (100%)

Для кращого візуального сприйняття цієї інформації пропонуємо ці показники у діаграмі (Рис. 2.10.):

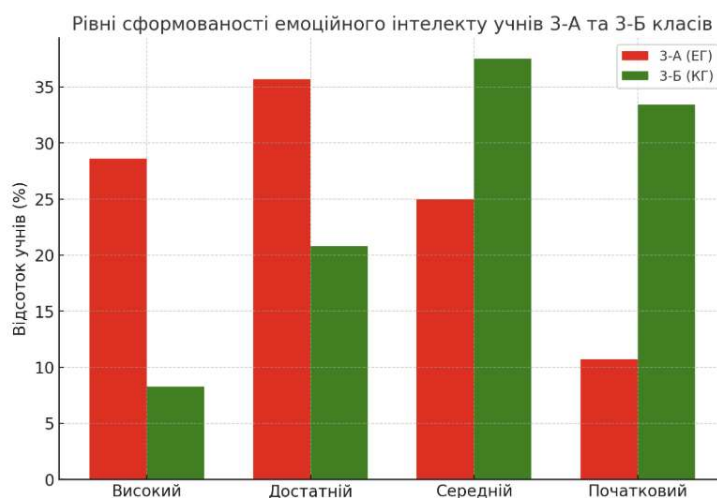
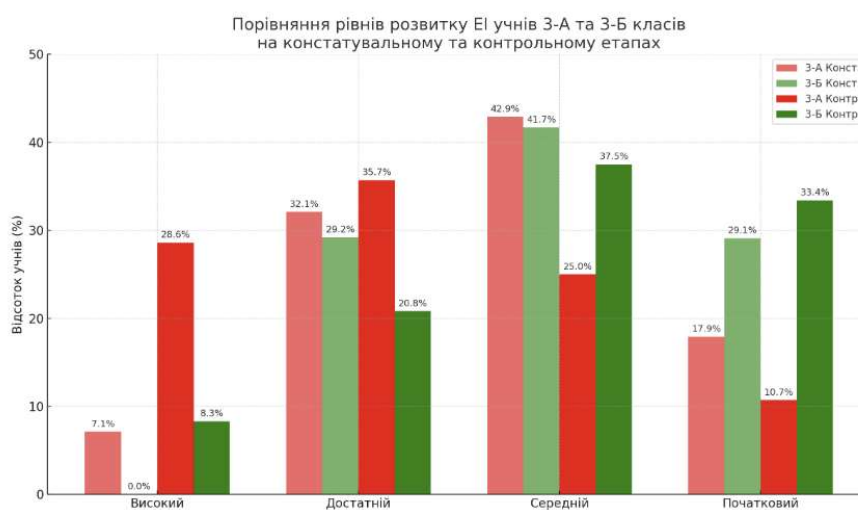


Рисунок 2.10. Рівень розвитку ЕІ третьокласників (контрольний етап експерименту)

На даному етапі експерименту, проаналізувавши результати, які ми отримали після виконання розроблених завдань, ми впевнено констатуємо, що дані, представлені у Таблиці 2.3 та Рис. 2.10, свідчать про те, що у 3-А класі (експериментальна група) кількість учнів із низьким рівнем ЕІ зменшилася,

натомість спостерігається помітне зростання показників середнього, достатнього та високого рівнів. Це говорить про позитивний якісний і кількісний вплив нашої авторської експериментальної методики. Відповідно, у 3-Б класі (контрольна група) з високим рівнем сформованості ЕІ лише 2 учнів. Більшість школярів залишилися приблизно на тих же рівнях, що й на початку ташого дослідження - достатньому, середньому та низькому. Це підтверджує відсутність суттєвих змін у розвитку ЕІ при традиційному навчанні на уроках англійської мови.

Таким чином, порівняльний аналіз результатів, отриманих на констатувальному та контрольному етапах методичної роботи, засвідчив позитивну динаміку рівнів розвитку емоційного інтелекту учнів, зокрема зростання частки школярів із середнім, достатнім і високим рівнями сформованості відповідних умінь. Також було зафіксовано підвищення рівня залученості, емоційної відкритості та толерантності учнів у процесі міжособистісної взаємодії.



На Рисунку 2.11. чітко видно динаміку змін рівнів розвитку емоційного інтелекту учнів 3-А та 3-Б класів між констатувальним і контрольним етапами експерименту: у 3-А класі суттєво зросла частка учнів з високим і достатнім рівнем, а частка з початковим – зменшилась. Натомість у 3-Б класі зміни менш виражені.

Експериментальна методика розвитку емоційного інтелекту на уроках англійської мови довела свою ефективність завдяки поетапному впровадженню інтерактивних, ігрових та рефлексивних завдань, які були інтегровані на уроках англійської мови за допомогою цифрових та інтерактивних технологій і базувалися на низці психолого-педагогічних принципів. Системне поєднання мовленнєвої діяльності з емоційним досвідом сприяло не лише кращому засвоєнню англомовної лексики й граматичних структур, а й формуванню в учнів навичок емпатії, саморегуляції та самоусвідомлення. Участь у казкотерапевтичних вправах, рольових іграх, творчих завданнях і дискусіях забезпечила підвищення рівня емоційної чутливості та здатності до вираження власних почуттів у міжособистісній взаємодії.

Отримані результати свідчать про доцільність інтеграції емоційного компоненту в процес вивчення іноземної мови в початковій школі. Методика сприяла гармонійному розвитку як емоційної, так і мовної складових розвитку учнів, що підтверджує її комплексний характер.

Проаналізувавши нашу роботу в цьому дослідженні, ми розробили практичні рекомендації для учителів іноземної мови у початковій школі. На нашу думку, вони допомагають підвищити рівень емоційного інтелекту учнів. Під час їх розробки ми враховували сучасні тенденції і освіти та підходи до навчання, методичні інновації, цифровізацію контенту та стан війни в Україні:

1. Систематичне використання інтерактивних ігор на емоції: цифрові платформи (Kahoot, Quizizz, LearningApps) для створення ігор, де учні розпізнають та називають емоції у різних ситуаціях.
2. Ведення віртуальних щоденників емоцій. За допомогою Google Classroom або Seesaw учні можуть вести щоденник емоцій іноземною мовою, описуючи свій настрій та переживання.
3. Робота з мультимедіа: Показуйте короткі відео або анімації з життя дітей у різних країнах і обговорюйте, що відчувають герої, розвиваючи емпатію.

4. Імплементація методики «емоційних карток»: Використовуйте картки з обличчями та емоціями, щоб учні відпрацьовували висловлювання своїх почуттів іноземною мовою.
5. Розробка та впровадження сценаріїв для ролевих ігор: Створюйте ситуації (школа, магазин, лікарня, укриття), де учні повинні реагувати на емоції інших персонажів і висловлювати свої почуття.
6. Участь у колективних проєктах: Організуйте командні завдання, де учні обговорюють теми дружби, підтримки та взаємопомочі, використовуючи іноземну мову.
7. Використання QR-кодів: Через QR-коди створюйте інтерактивні завдання на впізнавання емоцій, короткі тексти або аудіо для читання й обговорення.
8. Інтеграція творчого компоненту: Прослуховування пісень, створення власних емоційних пісень або ритмічних вправ для вираження настрою.
9. Робота з інтерактивними онлайн-казками: Читання англійських чи інших іноземних казок через платформу StoryJumper або Book Creator, з обговоренням емоцій персонажів.
10. Запровадження техніки «емоційних постерів»: Учні створюють постери, на яких показують власні переживання чи емоції героїв уроку, потім презентують їх класу.
11. Практика міні-медитації та дихальні вправи на уроках: Учитель разом з учнями проводить короткі вправи на заспокоєння, потім обговорює, які емоції вони відчували.
12. Використання соціальних історій (на реальних сучасних прикладах, яких є багато): Розповіді історій про життя дітей в умовах війни, переміщення або евакуації для розвитку емпатії та розуміння емоцій.
13. Робота з додатками з AI та VR: Використовуйте програми на зразок ChatGPT або VR-середовища, де учні взаємодіють із персонажами, розпізнають їх емоції й відповідають у рольових ситуаціях.

14. Обов'язкова рефлексія після уроку: Проводьте короткі опитування або обговорення «Що я відчував сьогодні?», «Що нового я дізнався про себе чи інших?» із використанням іноземної мови.

15. Інтеграція кроскультурного контексту: Обговорюйте теми толерантності, дружби та співчуття через приклади з різних країн і сучасного українського контексту, формуючи емоційну чутливість та глобальне мислення.

Вважаємо, що ці рекомендації будуть корисні вчителям початкових класів іноземної мови та інших предметів, педагогам-методистам і керівникам освітніх проєктів, які прагнуть підвищити емоційний інтелект сучасного покоління учнів. Вони допомагають формувати у дітей навички розпізнавання та вираження власних емоцій, розвиток емпатії, самоконтролю та соціальної взаємодії, водночас інтегруючи сучасні цифрові інструменти, інноваційні інтерактивні методики та враховуючи складний сучасний контекст, зокрема військові реалії в Україні. Реалізація цих рекомендацій сприяє створенню безпечного, підтримуючого та емоційно насиченого навчального середовища, яке мотивує учнів до активного навчання іноземної мови та формує їхню психологічну стійкість.

Висновки до 2 розділу

Розвиток емоційного інтелекту учнів початкової школи є складним і багатогранним процесом, який потребує системного та цілеспрямованого підходу. У сучасних умовах цифровізації, високої інформаційної насиченості та зростання емоційного навантаження на дітей через війну в Україні ця проблема ускладнюється ще більше. Педагоги враховують не лише вікові особливості молодших школярів, а й нові виклики освітнього середовища, щоб ефективно формувати емоційну компетентність здобувачів освіти.

Апробація запропонованої нами авторської методики розвитку емоційного інтелекту молодших школярів, що здійснювалася впродовж формувального етапу експерименту в 3-А та 3-Б класах на базі

Калуського району Івано-Франківської області, підтвердила свою ефективність. Реалізований педагогічний експеримент, що здійснювався на уроках англійської мови, передбачав використання розроблених нами інтерактивних завдань та емоційно орієнтованих вправ, обраних цифрових інструментів і платформ, які дозволили учням краще розпізнавати власні емоції та емоції однокласників, а також виражати їх іноземною мовою. Результати констатувального та контрольного етапів експерименту показали чітку динаміку рівнів розвитку емоційного інтелекту в експериментальній групі порівняно з контрольною.

Особливо ефективними виявилися інтерактивні ігри, рольові вправи та мультимедійні завдання, які сприяли активній участі учнів та розвитку емпатії. Завдяки використанню сучасних цифрових інструментів, таких як LearningApps, Kahoot, Google Classroom, а також каналу YouTube, здобувачі освіти розпізнавали, усвідомлювали та висловлювали емоції у інтерактивній формі та мотивуючому середовищі, що позитивно впливало на їхню самооцінку та комунікативні навички, зокрема й англійською мовою.

Методи роботи з емоційними щоденниками, емоційними картками та соціальними історіями допомогли сформувати у дітей усвідомлене ставлення до власних переживань та почуттів інших. Це дозволяло не лише покращити

емоційний стан учнів, а й сприяти розвитку соціальної компетентності, умінню співпрацювати та підтримувати однокласників у навчальному процесі.

Врахування сучасного контексту життя в умовах війни в Україні та інтеграція елементів підтримки й психологічної безпеки зробили методiku більш релевантною та адаптованою до потреб учнів. Вони навчалися висловлювати тривогу, страх, радість та інші емоції конструктивно, що сприяло формуванню стійкості, самоконтролю та психологічного комфорту навіть у складних життєвих обставинах.

Таким чином, експериментальна методика довела свою результативність і дієвість і може бути рекомендована для широкого впровадження у практику навчання англійської мови в початковій школі. Вона поєднує інноваційні, традиційні та цифрові технології з розвитку емоційного інтелекту, створюючи сприятливі умови для комплексного становлення особистості учня початкової школи та формування високої мотивації до вивчення іноземної мови (англійської у нашому випадку).

ВИСНОВКИ

Емоційний інтелект - це явище, яке має багатовимірну структуру, що інтегрує усвідомлення власних емоцій, уміння керувати ними, здатність розпізнавати емоційні стани інших та використовувати цю інформацію у процесі спілкування. Незважаючи на різні підзоди й наукові трактування, дослідники одностайні в тому, що емоційний інтелект є визначальним чинником особистісного розвитку, соціальної адаптації та навчальної успішності здобувачів початкової освіти. Згідно з дослідженнями, до складу ЕІ входять такі компоненти як когнітивний, емоційний, соціальний (комунікативний) й особистісний. Узагальнюючи аналіз наукових підходів, нами визначаємо емоційний інтелект учня початкової школи як інтегровану здатність усвідомлювати, розпізнавати, виражати й регулювати власні емоції, розуміти почуття інших та конструктивно застосовувати емоційні знання у навчанні й спілкуванні, що сприяє формуванню позитивної соціальної поведінки в шкільному середовищі. Формування емоційного інтелекту учнів на ранніх етапах навчання вважаємо як важливе педагогічне завдання.

Особливості емоційного розвитку дітей молодшого шкільного віку зумовлені активним становленням самосвідомості, зростанням потреби у взаємодії з однолітками та накопиченням досвіду емоційного самоконтролю. Цей період характеризується емоційною нестійкістю, водночас школярі дедалі краще розуміють почуття однолітків і здатні співпереживати. Формування емоційної сфери в молодшому шкільному віці є основою для позитивного навчального середовища, адекватної поведінки, успішної комунікації та розвитку мотивації пізнавати світ.

Мовно-літературна освітня галузь має потужний потенціал у розвитку емоційного інтелекту молодших школярів, оскільки саме в її межах забезпечується систематична комунікативна діяльність, робота з текстами різної емоційної насиченості, аналіз художніх образів та створення власних висловлювань. Обговорення літературних персонажів, їхніх почуттів, створення творчих історій та вправи на розпізнавання емоцій допомагають учням

розширювати власний емоційний словник, формувати навички емпатійного слухання та рефлексії. Це сприяє не лише мовному, а й соціально-емоційному розвитку учнів, зміцнює взаєморозуміння в учнівському колективі та покращує якість спілкування.

Теоретичні положення, окреслені в першому розділі, та проаналізований практичний досвід учителів практиків створили підґрунтя для розробки авторської експериментальної методики розвитку емоційного інтелекту на уроках англійської мови. Встановлено, що поєднання лінгвістичного матеріалу з емоційно-ціннісним наповненням, систематична діагностика рівня сформованості емоційного інтелекту, застосування ігрових, рефлексивних та інтерактивних методів забезпечують комплексний вплив на емоційну сферу молодших школярів. Доведено, що ефективний розвиток ЕІ молодших школярів має враховувати низку психолого-педагогічних принципів, які забезпечують цілісне формування емоційної компетентності в гармонії з віковими особливостями дітей, а саме принцип урахування вікових та індивідуальних особливостей, системності й послідовності, діяльності й активності та принцип емоційної безпеки й позитивного ставлення. З'ясовано, що запровадження таких підходів сприяє підвищенню емоційного розуміння, покращенню саморегуляції, розширенню емпатійних умінь та формуванню позитивної взаємодії між учнями й учителем, що є важливим підґрунтям для успішного навчання і подальшого соціального розвитку здобувачів початкової освіти.

Таким чином, у процесі дослідження реалізовано всі поставлені нами завдання: проаналізовано теоретичні підходи до розвитку емоційного інтелекту здобувачів початкової освіти та особливостей його розвитку в молодшому шкільному віці; визначити педагогічний потенціал мовно-літературної освітньої галузі у розвитку емоційного інтелекту молодших школярів (зокрема, англійської мови); розроблено, апробовано та перевірено результативність запропонованих завдань з розвитку емоційного інтелекту на уроках англійської

мови та експериментально перевірено авторську методику розвитку емоційного інтелекту молодших школярів на уроках англійської мови.

Представлено результати експериментальної роботи, яка була реалізована у три етапи для учнів 3 класів

Калуського району Івано-Франківської області. Оцінювання рівня розвитку ЕІ молодших школярів здійснювалося за такими ключовими критеріями емоційного інтелекту: розпізнавання емоцій, емоційне вираження, прояв емпатії, емоційна саморегуляція та емоційна рефлексія; та визначеними чотирма рівнями сформованості ЕІ в учнів початкової школи.

Проведена діагностика засвідчила різну сформованість його компонентів, що підтвердили як якісний аналіз, так і кількісні дані: на констатувальному етапі більшість третьокласників обох класів перебували на середньому та початковому рівнях, а високі показники мали лише 7,1 % учнів 3-А класу та 0 % у 3-Б класі. Це виявило наявність як сильних сторін (уміння розпізнавати базові емоції, готовність до елементарного емоційного самовираження), так і значних недоліків- зокрема недостатньо розвиненої рефлексії, нестійкої саморегуляції та обмеженого емоційного словника учнів.

Запропонована експериментальна методика, інтегрована в уроки англійської мови, довела свою результативність. Комплекс використаних засобів - інтерактивні ігри, рольові моделювання, робота з емоційною лексикою та ступенями порівняння прикметників, казкотерапія, техніки рефлексії та мультимедійні завдання - забезпечив багатокomпонентний вплив на розвиток ЕІ. Учні вчилися розпізнавати та словесно позначати емоції, аналізувати поведінку персонажів, виражати власний стан, застосовувати прості стратегії емоційної регуляції.

Результати контрольного етапу засвідчили чітку позитивну динаміку в експериментальній групі. Кількість учнів із високим рівнем ЕІ у 3-А класі зросла з 7,1 % до 28,6 %, а частка дітей з початковим рівнем зменшилася майже вдвічі - з 17,9 % до 10,7 %. Натомість у 3-Б класі зміни були мінімальними, а початковий і середній рівні залишилися домінантними. Це підтверджує, що

саме цілеспрямоване впровадження методики сприяло покращенню емоційної уважності, здатності до рефлексії, емпатійності та конструктивної емоційної поведінки учнів експериментального класу.

Доведено доцільність використання ІКТ у роботі над розвитком ЕІ, оскільки цифрові ресурси підсилюють емоційно-ціннісний компонент навчання, підвищують мотивацію учнів та забезпечують більш інтерактивне й доступне опрацювання емоційної тематики. Завдяки використанню сучасних цифрових інструментів, таких як LearningApps, Kahoot, Google Classroom та ресурси YouTube, учні навчилися розпізнавати, усвідомлювати й виражати емоції в інтерактивному та навчальному середовищі. Це сприяло підвищенню їхньої самооцінки, розвитку комунікативних умінь і вдосконаленню англomовної компетентності.

Вважаємо, що розроблені нами 15 практичних рекомендацій є надзвичайно важливими сьогодні, оскільки вони не лише узагальнюють результати проведеного нами дослідження, а й надають учителям іноземної мови чіткі, сучасні й адаптовані до умов сьогодення інструменти для розвитку емоційного інтелекту молодших школярів. Зважаючи на виклики воєнного часу, посилену цифровізацію та зміни в освітньому середовищі, ці рекомендації допомагають педагогам ефективно підтримувати емоційний стан дітей, формувати їхню стресостійкість та створювати безпечне, мотивувальне й емоційно здорове навчальне середовище.

Отримані результати дозволяють зробити висновок, що інтеграція роботи над емоційним інтелектом у процес вивчення англійської мови забезпечує синергію когнітивного, мовленнєвого та емоційного розвитку. Комплексна методика довела свою ефективність і доцільність для сучасної початкової школи, адже сприяє не лише зростанню рівня ЕІ, але й покращенню мовленнєвої компетентності, навчальної мотивації та психологічного клімату в класі, що є важливим чинником підвищення якості освіти загалом.

Перспективи подальшого дослідження полягають у вдосконаленні розробленої методики з метою порівняння ефективності різних цифрових

інструментів – визначення, які саме платформи та технології найбільше сприяють розвитку окремих компонентів емоційного інтелекту (емпатії, саморегуляції, рефлексії тощо); розробці диференційованих програм розвитку ЕІ – адаптація методики з урахуванням особливих освітніх потреб дітей, різних рівнів мовленнєвої підготовки та індивідуальних стилів навчання; вивченні впливу емоційного інтелекту на успішність з іноземної мови – аналіз кореляції між рівнем ЕІ учнів та їхніми результатами в аудіюванні, говорінні, читанні та письмі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бабяк О. Проблема емоційного інтелекту в психологічній науці. *Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови*. 2021. № 1(16). С. 29–44. DOI: 10.33189/epsn.v1i16.139.
2. Баранова С. В., Джим А. Ю. Особистісно-орієнтований підхід на заняттях з іноземної мови. *Молодий вчений*. Херсон: Видавничий дім «Гельветика», 2017. Вип. 5. С. 308–311.
3. Близнюк Т. Цифрові інструменти для онлайн і офлайн навчання: навчально-методичний посібник. Івано-Франківськ: Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника, 2021. 64 с.
4. Бондарук Ю. С. Шляхи подолання гніву та агресії у взаємодії з дітьми. *Грааль науки*. 2021. № 9. С. 396–398.
5. Брославська Г. М., Дрига Т. В. Розвиток емоційного інтелекту учнів початкових класів. *Наукові записки кафедри педагогіки*. 2020. № 47. С. 7–13.
6. Бурдукало М. М. Розвиток емоційного інтелекту у дітей молодшого шкільного віку засобами медіапсихології. PDF-файл. (Потрібні вихідні дані — якщо дасте рік, місто й видавництво, оформлю повністю.)
7. Васянович Г. П. Естетичні категорії «любов», «радість» і «страх» у професійній діяльності педагога. *Журнал Прикарпатського університету імені Василя Стефаника*. 2021. Т. 8. № 1. С. 17–23.
8. Вірста С., Жалко Т., Гончарук О. Формування емоційного інтелекту на уроках літературного читання в початковій школі. *Інноватика у вихованні*. 2022. № 15. С. 164–172. DOI: 10.35619/iiu.v1i15.442.
9. Волинець О. В. Розвиток емоційного інтелекту учнів початкової школи. URL: <https://naurok.com.ua/stattya-rozvitok-emociynogo-intelektu-uchniv-pochatkovo-shkoli-302021.html> (дата звернення: 19.07.2025).
10. Гаріфуліна В. В., Рудич Л. В. Управління емоціями в кризових умовах. *Актуальні питання розвитку науки та забезпечення якості освіти у XXI*

столітті: тези доповідей XLV Міжнародної наукової студентської конференції (Полтава, 13–14 квітня 2022 р.). Полтава: ПУЕТ, 2022. Ч. 2. С. 76–78.

11. Гоулман Д. Емоційний інтелект. Пер. з англ. С. Л. Гумецької. Харків: Віват, 2020. 512 с.

12. Гресь А. Розвиток емоційного інтелекту. Харків: Вид. група «Основа», 2020. 96 с.

13. Гура Т. В. Тренінгові технології як засіб розвитку емоційного інтелекту. *Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія*. 2022. № 1. С. 17–29.

14. Дерев'янка С. П. Психологія емоційного інтелекту: навчально-методичні рекомендації. Чернігів: НУЧК імені Т. Г. Шевченка, 2023. 80 с.

15. Дерев'янка С. П. Теоретико-методологічні аспекти цілеспрямованого розвитку емоційного інтелекту. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2015. Вип. 1. С. 23–26.

16. Дерев'янка С. П., Лавренко С. А. Методичні засоби діагностики емоційного інтелекту у дітей. *Вісник Львівського університету. Серія: Психологічні науки*. 2020. Вип. 7. С. 23–29.

17. Дерев'янка С. П. Емоційний штучний інтелект у професійній підготовці майбутніх психологів. *Інформаційні технології і засоби навчання*. 2021. Т. 81. № 1. С. 192–209. DOI: 10.33407/itlt.v81i1.3281.

18. Державний стандарт початкової освіти. URL: https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/59891/ (дата звернення: 19.07.2025).

19. Жаркова І., Шишак А. Освітня програма підвищення кваліфікації фахівців початкової освіти з теми «Формування емоційного інтелекту в учнів початкової школи». URL: https://tnpu.edu.ua/faculty/cpo/docs/osv-tn-programi/Formuvannia_emotsiinoho_intelektu_v_uchniv_pochatkovoi_shkoly.pdf (дата звернення: 19.07.2025).

20. Закон України «Про освіту». *Відомості Верховної Ради України*. 2017. № 38–39. Ст. 380. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> (дата звернення: 19.07.2025).

21. Зарицька В. В. Теоретико-методологічні основи розвитку емоційного інтелекту у контексті професійної підготовки: монографія. Запоріжжя: КПУ, 2010. 304 с.
22. Зимовець О. А. Зміст спецкурсу «Використання інформаційно-комунікаційних технологій у професійній діяльності вчителя іноземної мови у початковій школі». У: Самойлюкевич І. В. (ред.). *Перспективи раннього навчання іноземних мов в Україні та за кордоном*: монографія. Житомир, 2012. С. 181–196.
23. Зобенько Н. А. Психолого-педагогічні умови розвитку емоційного інтелекту учнів в освітньому процесі сучасної початкової школи. *Імідж сучасного педагога*. 2023. № 2(209). С. 99–107. DOI: 10.33272/2522-9729-2023-2(209)-99-107.
24. Калошин В. Ф. Вплив емоцій на ефективність навчального процесу. *Практична психологія та соціальна робота*. 2018. № 1. С. 70–74.
25. Карпенко Є. В. Сучасні вектори дослідження емоційного інтелекту особистості. *Психологія і особистість*. 2019. № 1(15). С. 54–66. DOI: 10.5281/zenodo.2559617.
26. Комар Т., Шістка О. Психологічні особливості розвитку емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку. *Psychology Travelogs*. 2023. № 4. С. 70–77. DOI: 10.31891/PT-2023-4-8.
27. Кондратюк Т. В. Використання ІКТ на уроках у початковій школі. У: *Розвиток наук в умовах нової реальності: проблеми та перспективи*: матеріали III Міжнародної наукової конференції. 2024. С. 183–188.
28. Концепція «Нова українська школа». URL: <https://galych-osvita.gov.ua/nova-ukrainska-shkola-09-49-57-30-10-2018/> (дата звернення: 19.07.2025).
29. Котик Т., Кежковська І. Розвиток емоційного інтелекту молодших школярів як обов'язковий освітній результат Нової української школи. *Освітні обрії*. 2020. № 2(51). С. 20–27.

30. Котяхова Н. В. Розвиток емоційного інтелекту молодших школярів у контексті Нової української школи. *Початкова школа*. 2019. № 6. С. 17–21.
31. Кучеренко Ж. Емоційний інтелект дошкільників: шляхи розвитку. *Вихователь-методист дошкільного закладу: щомісячний спеціалізований журнал*. 2016. № 7. С. 54–59.
32. Лавренюк С. В. Методичний посібник «Розвиток емоційного інтелекту учнів початкових класів». URL: <https://naurok.com.ua/metodichniy-posibnik-rozvitok-emociynogo-intelektu-uchniv-pochatkovih-klasiv-392030.html> (дата звернення: 19.07.2025).
33. Литвин І. Психологічні особливості дітей молодшого шкільного віку. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2024. № 4(138). С. 346–356.
34. Лящ О. Генеза емоційного інтелекту в юнацькому віці: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Київ, 2021. 458 с.
35. Лящ О. П. Генеза емоційного інтелекту в юнацькому віці: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2020. 20 с.
36. Марчук С. Теоретичний аналіз поняття емоційного інтелекту в психології. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: Психологія*. 2021. Вип. 3. С. 20–23.
37. Мельник О. М. Підготовка вчителів початкових класів до формування емоційного інтелекту учнів. *Початкова школа*. 2019. № 11. С. 51–55.
38. Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи. 2016. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf> (дата звернення: 19.07.2025).
39. 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. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції: монографія / за ред. Е. Л. Носенко, Н. В. Коврига. Київ: Вища школа, 2003. 126 с.
41. Носенко Е. Л. Емоційна розумність як складова особистісного адаптаційного потенціалу. *Наукові записки Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України*. 2007. Вип. 29. С. 491–497.
42. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції: монографія. Київ, 2003. 159 с.
43. Параскевова К. Г. Емоційний інтелект як чинник регуляції емоційно-мотиваційної сфери особистості: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Харків, 2015. 17 с.
44. Психологічні особливості розвитку емоційної сфери школярів. Електронний ресурс. URL: <https://ukrmova.com.ua/work/8387332/psihologichni-osoblivosti-rozvitku> (дата звернення: 19.07.2025).
45. Ракітянська Л. М., Гарець Т. Ю. Перспективні напрями розвитку емоційного інтелекту вчителя музичного мистецтва. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки*. 2022. № 204. С. 231–237.
46. Ракітянська Л. Сутність та зміст поняття «емоційний інтелект». *Педагогічний процес: теорія і практика (серія: педагогіка)*. 2018. № 4(63). С. 35–42. DOI: 10.28925/2078-1687.2018.4.3542.
47. Савонова Г. І. Розвиток емоційного інтелекту в закладі загальної середньої освіти. Лисичанськ, 2021. 70 с.
48. Сивогракова З. А., Алексєнко Н. В. Методика оцінки емоційного інтелекту. У: *Психологія емоцій. Регуляція емоцій (Практикум)*. Харків: Українська державна академія залізничного транспорту, 2017. С. 28–31.
49. Смерека Є. Розвиток емоційного інтелекту в дітей: методики, вправи, поради спеціалістів. URL: <https://mind.ua/publications/20255098-rozvitok-emocijnogo-intelektu-v-ditej-metodiki-vpravi-poradi-specialistiv> (дата звернення: 19.07.2025).

50. Сухомлинська О. В. Історико-педагогічний процес: нові підходи до загальних проблем. Київ: А.П.Н., 2003. 68 с.
51. Сухомлинський В. О. Серце віддаю дітям. Київ: Радянська школа, 1977. 271 с.
52. Тарнавська А. Особливості рефлексії тригерів гніву в підлітковому віці. *Психологічні дослідження: наукові праці викладачів та студентів соціально-психологічного факультету*. 2022. Вип. 15. С. 32–36.
53. Типові освітні програми для закладів загальної середньої освіти, розроблені під керівництвом Р. Б. Шияна. 1–2 класи, 2–4 класи / уклад. А. В. Лотоцька. Харків: Видавництво «Ранок», 2020. 240 с.
54. Чернявська А. Емоційний інтелект – запорука успішного навчання. *Молодь і ринок*. 2012. № 12(95). С. 136–139.
55. Шамонова О. Що таке емоційний інтелект та як він впливає на добробут людини. *Українська правда. Життя*. 2021. URL: <https://life.pravda.com.ua/columns/2021/01/17/243676/> (дата звернення: 19.07.2025).
56. Швадчак Н. Навчання в умовах COVID-19: які практики пропонує програма соціально-емоційного та етичного навчання. Сайт НУШ. 2020. URL: <https://nus.org.ua/articles/navchannya-v-umovah-covid-19-yaki-praktyky-proponuyeprogramma-sotsialno-emotsijnogo-ta-etychnogo-navchannya/> (дата звернення: 19.07.2025).
57. Шпак М. Емоційний інтелект в контексті сучасних психологічних досліджень. *Психологія особистості*. 2011. № 1(2). С. 282–288.
58. Шпак М. М. Вікові особливості розвитку емоційного інтелекту молодших школярів. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2018. Т. VI(68), вип. 164. С. 71–74.
59. Шпак М. М. Емпіричне дослідження психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту в молодшому шкільному віці. *Психологічні перспективи*. 2017. С. 234–244.

60. Шпак М. В. Емоційний інтелект в контексті сучасних психологічних досліджень. *Психологія особистості*. 2011. № 1(2). С. 72–73.
61. Ясточкіна І. А. Соціальна тривога: виклики сьогодення. *The XI International Science Conference «Theoretical approaches of Fundamental Sciences. Theory, Practice and prospects»* (26–28 квітня 2021 р., Женева, Швейцарія). Geneva, 2021. С. 214–215.
62. Blyznyuk T. New Look at Soft Skills Development Through Debate Technology. *Journal of Vasyl Stefanyk Precarpathian National University*. 2023. Vol. 10, No. 3. P. 145–153. DOI: 10.15330/jpnu.10.3.145-153.
63. Caruso D., Mayer J., Salovey P. Relation of an ability measure of emotional intelligence to personality. *Journal of Personality Assessment*. 2002. Vol. 79. P. 306–320.
64. Humeniuk I. The Development of Students' Emotional Intelligence in English Lessons as a Factor in their Adaptation to Modern Living Conditions. *Adaptive Management: Theory and Practice. Pedagogics*. 2019. Vol. 7. DOI: 10.33296/2707-0255-7(13)-05.
65. Kachak T. B. Digital instruments of literary education of future primary school teachers in the conditions of distance learning. *Information Technologies and Learning Tools*. 2021. Vol. 86, No. 6. P. 144–169. DOI: 10.33407/itlt.v86i6.4079.
66. Mayer J., Caruso D., Salovey P. Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*. 1999. Vol. 27. P. 267–298.
67. Mayer J., Caruso D., Salovey P. The Ability Model of Emotional Intelligence: Principles and Updates. *Emotion Review*. 2016. Vol. 8. P. 290–300.
68. Morze N. V., Kucherovska V. O. Ways to design a digital educational environment for K-12 education. *CTE Workshop Proceedings*. 2021. № 8. P. 200–211. DOI: 10.55056/cte.232.
69. Morze N. V., Strutynska O. V. Digital transformation in society: key aspects for model development. *Journal of Physics: Conference Series*. 2021. Vol. 1946(1). P. 012021. DOI: 10.1088/1742-6596/1946/1/012021.
70. Salovey P., Mayer J. D. Emotional Intelligence. 1990. 190 p.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Послідовність роботи з казкою:

1 етап. Аналітичний (ознайомлення зі змістом казки)

Зазвичай робота над казкою розпочинається зі знайомства дітей із змістом оповіді та обговоренням того, що вона виражає на поверхні. Важливо враховувати реакцію дитини під час читання казки. Якщо збуджена дитина стає спокійною, це свідчить про актуальність казкового матеріалу. Якщо спокійна дитина проявляє зневагу або нервозність, можливо, казка є для неї важкою для сприйняття. У ході читання можна допускати можливість дітям висловлювати свою точку зору щодо дій персонажів та додавати власні коментарі.

2 етап. Оперативний (обговорення казки)

Після прочитання казки важливо провести обговорення, де дитині слід дати можливість вільно висловити свої думки та гарантувати, що жоден вислів не буде осуджений. Проте важливо уникати затягування обговорення, оскільки, якщо дитина втомилася, це може свідчити про те, що тривала емоційна активність важка для неї. У такому випадку краще перенести обговорення на наступний день. Якщо дитина не бажає розмовляти, не слід тиснути на неї. Після обговорення можна запропонувати дитині створити малюнок або використовувати різні види терапії, такі як ізотерапія чи музикотерапія.

3 етап. Введення морального правила (формування висновків)

На останньому етапі роботи з казкою діти визначають основну думку або правило, яке вони зустріли в оповіданні та будуть тепер використовувати щодня. На цьому етапі можливо зробити перфоманс та дозволити дітям відіграти сюжет самостійно. Звичайно, це забере чимало часу, але драматизація дуже ефективна для дитини. Під час переказу дитина може розповісти оповідання зі своєї точки зору, пережити нові емоції та приміряти на себе ролі.

Послідовність створення терапевтичної казки

1. Вибір героя, який близький за віком, статтю та характером до дитини.

На початку вчитель повинен зрозуміти проблему дитини та спробувати поглянути на неї через призму її власних очей. Використовуючи термінологію, яка б їй була зрозумілою, вчителю важливо виразити свої думки для дітей. Потрібно також обдумати, які ідеї вчитель хоче подати дитині.

2. Опис життя героя у формі казки.

Казку слід розпочинати з введення головного героя. В розповіді про страхи, тривоги та проблеми головного героя (фактично, дитини), важливо відзначити його сильні сторони.

3. *Опис проблемної ситуації.*

Після представлення головного героя, його потрібно поставити в проблемну ситуацію, аналогічну тій, яку переживає дитина. Наприклад, "Червона Шапочка не хотіла вставати вранці і йти до школи...", "Курочка Ряба хотіла навчитися писати, але нічого не виходило...".

4. *Пошук шляхів подолання проблеми.*

На цьому етапі дитина разом з героєм шукає способи подолання проблеми. Вчитель презентує ситуацію з різних сторін, а головний персонаж вправно вирішує проблему.

5. *Формулювання висновку.*

Мораль казки повинна бути зрозумілою дитині та логічно витікати зі змісту казки. Дитина повинна висловити висновок, і вчитель може їй у цьому допомогти за необхідності.

Приклад терапевтичної казки:

Мета: розповісти про перемогу добра над злом через типове протистояння позитивного героя та його антипода. Допомогти дітям зрозуміти, що тільки об'єднавшись вони зможуть протистояти як повсякденним, так і більш серйозним незгодам.

Як маленький Їжак переміг цілого Ведмеда

Одного разу у веселому лісі, де всі тваринки жили в злагоді, з'явився Злий Чорний Ведмідь. Він викрадав горішки у білочок, ричав на пташок та глузував з кроликів. Лісові мешканці були сумні та налякані, і ніхто не знаходив способу зупинити Злого Чорного Ведмеда. Одного дня маленький їжачок по ім'я Ігор вирішив взяти справу в свої лапки. Він вирушив у подорож, щоб знайти мудру Лісову Сову. Мудра Лісова Сова жила в старому, великому дереві на самому початку лісу. Ігор подолав всі труднощі і досяг місця, де жила Сова.

Мудра Лісова Сова, яка бачила і знала все, дала Ігореві пораду: "Добро завжди перемагає зло, але для цього потрібно вірити в себе і об'єднувати зусилля. Повертайся до свого лісу і веди інших тварин у боротьбі проти Злого Чорного Ведмеда." Ігор вдячно поклонився мудрій Лісовій Сові і повернувся назад до свого лісу. Він зібрав усіх лісових мешканців і розповів їм про пораду Сови. Разом вони стали об'єднувати свої зусилля, вчилися вірити в себе та допомагали один одному.

Нарешті, завдяки спільним зусиллям, добро перемогло зло. Злий Чорний Ведмідь був вигнаний з лісу, і тепер всі тваринки могли жити щасливо та спокійно. Ігор виявився героєм, який поклав край злу, і він повернувся до свого лісу, де його тепло привітали. З цього часу всі тваринки лісу знали, що разом вони непереможні, і завжди можуть вирішити будь-яку проблему, яка виникає в їхньому житті.

Джерело: Лавренюк С.В. [Методичний посібник "Розвиток емоційного інтелекту учнів початкових класів"](https://naurok.com.ua/metodichniy-posibnik-rozvitok-emociynogo-intelektu-uchniv-pochatkovih-klasiv-392030.html) <https://naurok.com.ua/metodichniy-posibnik-rozvitok-emociynogo-intelektu-uchniv-pochatkovih-klasiv-392030.html>

**Програма розвитку емоційного інтелекту молодших школярів
складається з 3 етапів:**

I етап - підготовчий (1 заняття)

Завдання: знайомство учнів один з одним, з ведучим, встановлення первинних взаємин, створення безпечної атмосфери психологічного комфорту, введення правил поведінки і взаємодії.

II етап - основний (9 занять)

Завдання: розвиток емоційної регуляції поведінки дітей, підвищення впевненості в собі молодших школярів, формування соціально адаптованих поведінкових стратегій у взаємодії та спілкуванні з іншими.

III етап - заключний (1 заняття)

Завдання: закріплення у дітей навичок групової взаємодії та самоконтролю, підведення особистих підсумків.

При створенні програми розвитку емоційного інтелекту ми керувалися робочим поняттям емоційного інтелекту і моделлю емоційного інтелекту Манойлової М.А. Теми кожного уроку було обрано відповідно до моделі емоційного інтелекту цього дослідника.

Наведемо приклад одного з занять.

Тема № 7. (Співпраця) Сила єднання, співробітництва і згуртованості

Мета: створити у групі атмосферу комфортної ефективної взаємодії між усіма дітьми, стимулювати інтерес дитини до емоційних переживань, формувати уявлення дитини про базові емоції і почуття, розвивати готовність дитини співпрацювати з іншими, сприяти емоційному зближенню дітей при виконанні суспільної роботи.

Обладнання: плакати «Наші правила», «Пісочний годинник», «Думки, які мені допомагають», стікери, кольорові олівці, альбоми, ватман для створення «Колажу дружби та єднання», вирізки з журналів, роздруковані слова (допомога, дружба тощо) клей-олівець, кольорові маркери, репродукції відомих картин із зображенням дітей, музичний фон, м'ячик.

Хід уроку

1. «Ритуал привітання»

Вчитель пропонує дітям назвати кожному своє ім'я та висловитися про свій нинішній стан (настрій, самопочуття).

При цьому, слова учасника має супроводжувати якийсь чудернацький рух із якимсь невеличким предметом (це може бути іграшка, маркер, м'яч – будь-що, що запропонує вчитель). Вчитель передає обраний предмет одному з дітей, який і розпочинає вправу. А далі - всі по колу. Після того, як іграшка пройшла коло, вчитель може подякувати всім за активну участь та винахідливість.

2. Рефлексія минулого заняття. Обговорення домашнього завдання.

Повторення правил поведінки під час заняття (плакат з правилами залишений на стіні в класі, цими правилами діти можуть користуватися і на інших уроках). Вчитель розподіляє правила між усіма учасниками. Для цього можуть бути утворені і пари, і «трійки», в залежності від кількості напрацьованих правил.

Вчитель пропонує учасникам протягом 2 хвилин пригадати улюблену мелодію і за її допомогою проспівати отримані правила.

Кожен виступ бажано супроводжувати оплесками дітей-глядачів.

- Які ваші враження від нашої гри? Який у вас настрій?
- Про що ми говорили на минулому уроці?
- Який настрій найчастіше був у вас на минулому тижні?
- Діти презентують свою творчі роботи. («З бажання»).

3. Вправа на визначення емоційних станів.

А) Робота з творами мистецтва.

Дітям пропонується розглянути твори відомих художників на яких зображено дітей. Діти зображені на картинах мають різні емоційні стани і знаходяться в різних життєвих ситуаціях.

Алгоритм роботи над картиною:

- Розглянути картину (назва картини, автор);
- Описати ситуацію в якій знаходиться дитина (емоційна ситуація, життєві обставини, загальна обстановка);
- Аналіз відчуттів які переживає дитина зображена на картині;
- Обрати потрібну піктограму емоцію (вибір обґрунтовується).

Перелік рекомендованих картин:

Н. Анохін У старому будинку Ракітіних.

В. Серов. Міка Морозов.

А.Кисельов. Цікава книжка.

А.Іванов. Діти, що пускають мильні бульбашки.

Н.Богданов-Бельський. Візитери.

Н.Богданов-Бельський. На виїзді.

М.Ярошенко. Хор.

Н.Богданов-Бельський. На післяполудневій риболовлі.

Адам Бреннер. Повернення додому.

Л.Піменова. Художник.

М.Війк. Усвідомила. Нечиста совість.

А.Паолетті. Квіткарка.

Ф.Решетніков. Знову двійка.

4. Етюди на вираження основних емоцій

Етюди на виразність жесту

Візьми в передай! (для дітей 6 - 7 років)

Діти сидять на стільцях, розставлених по колу, і передають один одному який-небудь уявний предмет. З боку, дивлячись на руки дітей, повинно скластися

враження, що вони діють з реальними предметами. Музичний супровід: латиська народна пісня.

Психом'язове тренування з фіксацією уваги на диханні

Сонечко і хмаринка (на напругу і розслаблення м'язів тулуба).

Сонце зайшло за хмаринку, стало прохолодно - стиснутися в грудку, щоб зігрітися (затримати дихання). Сонце вийшло з-за хмаринки, жарко - розслабитися - розморило на сонці (на видиху).

Вправа "Місток дружби"

Ведучий просить дітей за бажанням утворити пари, придумати і показати який-небудь місток (за допомогою рук, ніг, тулуба). Якщо охочих не буде, ведучий може сам стати в пару з ким-небудь з дітей і показати, як можна зобразити місток (наприклад, стикнувшись головами або долоньками).

Потім він запитує, хто з дітей хотів би "побудувати" місток втрьох, вчотирьох і т.д. до тих пір, поки знаходитимуться бажуючі. Закінчується вправа тим, що всі беруться за руки, роблять коло і піднімають руки вгору, зображуючи "Міст дружби".

5. Робота з текстом

Ображена мураха

Одна Мураха дуже пізно повернулася до свого мурашника, сонце вже давно спало. Вона ледь-ледь відшукала у темряві вхід, але виявилось, що він був вже закритий. Довго постукувала вусиками мураха, та що з того. Всі вже давно сплять і їй тихий стукіт зовсім не чують. Сильно мураха образилася на інших мурах за те, що їй забули і двері їй не відчиняють. І вирішила вона тоді жити сам по собі, в повній самоті.

Повзе Мураха навмання в нічний траві і розмірковує: - Навіщо це мені працювати цілий день з усіма разом, їжу тягати, мурашник будувати, за малими мурашками наглядати, якщо я і сама на себе можу працювати і тільки для себе їжу добувати. Нехай дурні мурахи одна одній допомагають, а я тепер як-небудь сама житиму і без інших обійдуся. Йшла Мураха і раділа тому, що тепер у неї життя набагато легше стане і вільного часу набагато більше з'явиться для відпочинку і веселощів. І раптом у темряві зачепилася Мураха головою за якусь липку мотузку. Смикнула вона її з усіх сил і через мить зіткнулася ніс до носа з Павуком. Побачив Павук несмачну Мураху, засмутився і мало не заплакав через те, що знову йому спати голодним доведеться. Тут Мураха набралася сміливості і запитала у Павука, чи добре йому жити на самоті у своєму липкому будинку.

- Нічого доброго, - відповів Павук. - Я майже завжди голодний. Добре, якщо раз на місяць в мою павутину хто-небудь попадеться. Ми ж не мурахи, у нас не прийнято здобиччю один з одним ділитися. Ось так і живе голодним кожен сам по собі і чекає місяцями, коли хто-небудь залетить у павутину. Нам би, павукам, об'єднатися, як це зробили ви, мурахи, та зробити величезну павутину між деревами, от би їжі тоді було, - розмірjвся Павук. Зітхнув він, облизався і голодний поповз до себе в темряву. А Мураха далі пішла і

незабаром зустрілася з Метеликом. Він сидів на квітці і, тремтячи від холоду, плакав.

- Чому ти плачеш, Метелик? - Запитала його Мураха.

- Як же мені не плакати, - схлипуючи став відповідати Метелик. - Скоро ще трошки похолодає і я помру. Вам, мурашкам і бджолам, добре, ви дружно теплі мурашники і вулики собі будуюте. А ми, метелики, не любимо трудитися спільно і звикли все літо поодиноці літати і самі по собі жити. А один я ніколи не збудую собі глибоку теплу нірку, ось і доводиться плакати і чекати смерті.

Шкода було Мурасі Метелика, але нічим не могла вона йому допомогти, адже для його великих крил потрібна була дуже широка нірка, яку і їй не під силу було викопати.

Пішла Мураха далі, по дорозі зголодніла і побачила смачного сплячого під листом жука.

- Ось удача, - подумала Мураха. Вона вже було взялася за їжу і навіть схопила жука за лапу, але не тут-то було. Жук прокинувся, міцно і боляче схопив Мураху і відкинув її далеко від себе. Виявилося не під силу їй одній такого силача здолати. Це тільки багато мурашок з жуками справляються, а одна Мураха для жука зовсім не страшна.

Тут голодна Мураха надовго задумалася. Згадала вона і слова Павука про голод постійний, і жука сильного, і плач Метелики, що чекає холодну смерть. Зрозуміла Мураха, що на самоті їй дуже туго і недовго жити доведеться, тому заквапилася до свого будинку, щоб переночувати біля входу, а з самого ранку, як завжди, дружно взятися за роботу з іншими мурашками.

6. Бесіда за змістом прочитаного:

- Кому краще живеться, тим, хто працює разом і один одному допомагає чи тому, хто живе і працює один? Чому?

- Що чекало Мураху, якби вона не повернулася в мурашник? (Смерть від голоду чи холоду).

- Чи приємно жити серед тих, хто любить жити сам по собі, не допомагаючи іншим? Чому?

- Чому багато тварини, комахи і люди об'єднуються? (Так легше жити і перемагати).

7. Творче завдання. Створення «Колажу дружби і єднання».

Для створення колажу необхідно дібрати різні тематичні вирізки з журналів і написи: дружба, єднання, радість спілкування, суспільна робота, допомога, підтримка, взаємодопомога, загальна справа, захист, розуміння, гармонія, співробітництво, згуртованість тощо. Діти добирають і вирізають малюнки, які на їх думку пояснюють перелік запропонованих слів. Всі вирізані матеріали діти приклеюють на ватман. Після виконання цього завдання діти презентують свою роботу (розказують як вони працювали, хто що робив, хто за яку роботу відповідав, як вони разом працювали і який результат їх праці).

8. Підсумок уроку.

Далі ведучий пропонує дітям на кольорових стікерах знову намалювати свій настрій (як на початку уроку) і приклеїти їх до нижньої частини годинника, яка символізує кінець заняття.

9. Повідомлення домашнього завдання.

- Вдома намалювати уявний місток дружби та єднання.
- Поспостерігати за своїм настроєм на наступному тижні.

Джерело: Волинець О.В. Розвиток емоційного інтелекту учнів початкової школи. <https://naurok.com.ua/stattya-rozvitok-emociynogo-intelektu-uchniv-pochatkovo-shkoli-302021.html>

ОПИТУВАННЯ УЧНІВ ЩОДО РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ

З метою діагностики рівня розвитку емоційного інтелекту серед учнів молодшого шкільного віку було організовано анкетування 28 учнів. Опитування здійснювалося в індивідуальній та груповій формі в доброзичливій атмосфері, із дотриманням принципів емоційної безпеки та довіри. Питання і завдання були адаптовані до вікових особливостей дітей: використовувалися візуальні матеріали, сюжетні малюнки, ігрові елементи, спрощені формулювання.

1. Розпізнавання емоцій

Мета: перевірити, чи вміє дитина розпізнавати базові емоції.

Форма: учням демонстрували картки з обличчями, що виражають певні емоції (радість, сум, страх, злість, здивування).

Завдання: назвати емоцію (англійською/українською), пояснити, у яких ситуаціях вона виникає.

Додатково: учні слухали короткі історії та обирали, яку емоцію переживав герой.

2. Емоційне вираження

Мета: виявити здатність дитини вербально описати власний емоційний стан.

Форма: індивідуальні завдання.

Завдання: відповісти на запитання: "How do you feel when...?" (коли ти спізнився, отримав похвалу, посварився з другом). Також учні створювали малюнок «Мій настрій сьогодні» і підписували його.

3. Прояв емпатії

Мета: оцінити здатність розуміти емоції інших та виявляти співпереживання.

Форма: сюжетні ілюстрації та міні-сценки.

Завдання: учні аналізували зображення ситуацій (наприклад, хтось загубив іграшку, хтось отримав подарунок), визначали емоційний стан персонажа, пропонували варіанти підтримки ("What would you say to your friend?").

4. Емоційна саморегуляція

Мета: з'ясувати, чи здатна дитина стримувати негативні емоції та контролювати поведінку.

Форма: бесіда та ігрові запитання.

Завдання: учні відповідали на запитання типу: “What do you do when you are angry/sad?”, “How can you calm down?”. Також моделювали ситуації та обирали «правильну» поведінку з кількох варіантів.

5. Емоційна рефлексія

Мета: дослідити рівень усвідомлення дитиною своїх почуттів та досвіду.

Форма: індивідуальна розмова + короткі записи.

Завдання: відповісти на питання: “What did you feel during our last English lesson?”, “What makes you feel happy/safe at school?”, завершити речення “I feel proud when...”.

Опитування учнів з метою визначення їх рівня розвитку ЕІ за 5 критеріями

№	Запитання	Компонент ЕІ	Варіанти відповідей (обведіть Ваш вибір)
1	Чи можеш ти розпізнати емоції свого однокласника?	Розпізнавання емоцій	Так / Не знаю / Ні
2	Чи можеш ти пояснити, що ти зараз відчуваєш?	Емоційне вираження	Так / Не знаю / Ні
3	Чи ти зрадив/ла, коли іграшка у казці <i>Tommy's Lost Toy</i> була знайдена?	Прояв емпатії	Так / Не знаю / Ні
4	Коли ти злишся, чи вдається тобі заспокоїтись?	Емоційна саморегуляція	Завжди / Іноколи / Ніколи
5	Чи можеш ти сказати, коли і чому ти засмутився/лася під час гри або уроку?	Емоційна рефлексія	Завжди / Іноколи / Ніколи
6	Чи помічаєш ти, коли інші діти хвилюються або нервують?	Розпізнавання емоцій	Завжди / Іноколи / Ніколи
7	Чи ділишся ти з другом, коли тобі сумно або страшно?	Емоційне вираження	Завжди / Іноколи / Ніколи
8	Якщо Белла у казці боїться темряви, чи хочеш ти її підтримати?	Прояв емпатії	Завжди / Іноколи / Ніколи
9	Якщо щось не виходить, чи можеш ти зупинитися і подумати, що робити далі?	Емоційна саморегуляція	Завжди / Іноколи / Ніколи
10	Чи згадуєш ти, як почувався в подібній (як у Story 1 and 2) ситуації раніше?	Емоційна рефлексія	Завжди / Іноколи / Ніколи

Джерело: розроблено нами

«Feelings and Emotions»

	Англійською	Українською
1.	Happy	Щасливий
2.	Sad	Сумний
3.	Angry	Злий
4.	Scared	Наляканий
5.	Excited	Збуджений
6.	Nervous	Знервований
7.	Bored	Знуджений
8.	Tired	Втомлений
9.	Surprised	Здивований
10.	Confused	Розгублений
11.	Proud	Гордий
12.	Shy	Сором'язливий
13.	Grateful	Вдячний
14.	Calm	Спокійний
15.	Worried	Стурбований
16.	Jealous	Заздрісний
17.	Brave	Хоробрий
18.	Lonely	Самотній
19.	Kind	Добрий
20.	Curious	Допитливий

РЕЧЕННЯ З ТЕМИ «FEELINGS AND EMOTIONS»

(Граматика: ступені порівняння прикметників)

1. She is happier today than yesterday.
2. This story is more interesting than the last one.
3. He is the kindest boy in the class.
4. I feel calmer when I listen to music.
5. Lucy is braver than her brother.
6. It was the most exciting lesson ever!
7. He looks more worried than usual.
8. That joke was funnier than mine.
9. She is the most grateful student I know.
10. Today I am more tired than yesterday.
11. He is less angry now than he was.

12. This drawing is better than the previous one.
13. He's the shyest person in our group.
14. I'm feeling more confident this week.
15. The movie was less boring than I expected.



2. КОРОТКІ КАЗКИ АНГЛІЙСЬКОЮ

Story 1: Brave Bella and the Dark Cave

Bella the bunny was always scared of the dark. One day, her friends invited her to explore a small cave. Bella felt nervous but curious. Inside, she saw shining crystals and heard soft sounds. "It's not scary, it's beautiful!" Bella said. She felt brave and proud. Now, Bella is not afraid of the dark anymore.

Target emotions: scared, nervous, curious, brave, proud

Завдання по роботі з казкою:

Читання: Розуміння змісту. Task 1. True or False?

Познач, чи правильні твердження (T – true, F – false):

Bella was afraid of light. ____

Bella went into a cave with her friends. ____

Inside the cave, Bella saw monsters. ____

Bella felt brave at the end. ____

Now Bella is still afraid of the dark. ____

Говоріння: Висловлення емоцій. Task 2. Answer the questions:

How did Bella feel at the beginning?

Why was she scared?

What helped her feel brave?

Have you ever felt scared? What helped you? (можна дати як парну розмову)

Групова вправа (Role-play):

Task 3. Act it out!

Учні розігрують сценку:

– Один учень – Белла

– Двоє – її друзі

– Вчитель або учень-ведучий – оповідач

Мета: через інтонацію та міміку показати емоції персонажів (страх → цікавість → хоробрість → радість)

Story 2: Tommy's Lost Toy

Tommy the turtle lost his favorite toy. He felt sad and confused. His friend Lily came to help. "Don't worry, Tommy," she said kindly. Together they searched. When they found it, Tommy felt happy and grateful. He hugged Lily and smiled.

Target emotions: sad, confused, worried, happy, grateful, kind

Завдання по роботі з казкою:

Читання: Вибір правильної відповіді. Task 1. Choose the correct answer:

Who lost a toy?

a) Lily

b) Tommy

c) Bella

How did Tommy feel at first?

a) Happy

b) Sad

c) Angry

Who helped Tommy?

a) His teacher

b) His friend Lily

c) His mom

What emotion did Tommy feel at the end?

a) Grateful

b) Scared

c) Jealous

Говоріння: Вислови свою думку. Task 2. Let's talk!

What would you do if you lost your toy?

How do you feel when someone helps you?

When do you feel grateful?

Name 2 ways to help a friend who is sad.

Mini project (Creative speaking):

Task 3. Make your own ending!

У парах або групах:

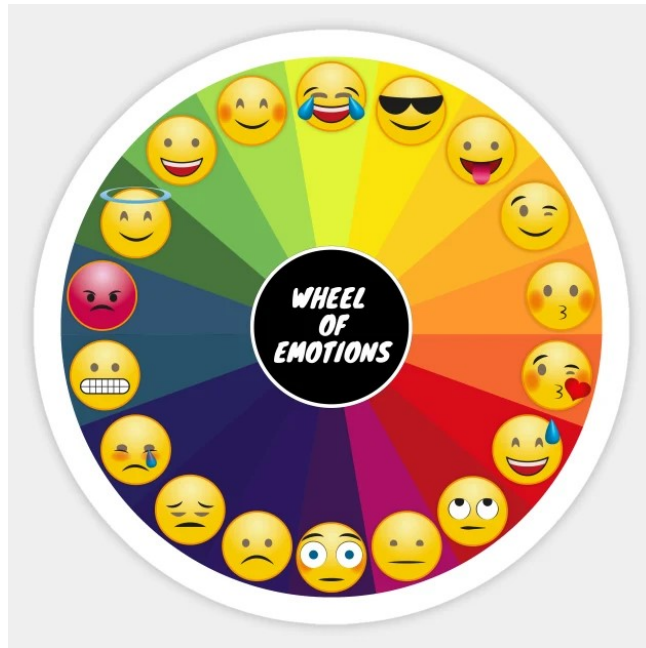
– Придумайте інше закінчення до казки

– Включіть іншу емоцію (наприклад: angry, lonely, excited)

– Презентуйте коротко свій варіант перед класом

Джерело: розроблено нами

Гра «Guess the Emotion»



Використання технік емоційної рефлексії

1. How did this story make you feel?
2. Which part of the story was the most emotional for you? Why?
3. Can you remember a time when you felt the same as the character?
4. What would you do if you were in the same situation?
5. How do you think the character felt at the beginning? And at the end?
6. Did the story make you feel happy, sad, surprised, or something else? Why?
7. What emotion would you give to this story (one word)?
8. Who in the story showed kindness or helped others? How did that make you feel?
9. What did the story teach you about emotions?
10. Would you change anything in the story to make the character feel better? What?

Джерело: розроблено нами

Feelings and emotions

angry
bored
disgusted
frustrated
furious
happy
hot
hungry
in love
scared
shy
sleepy
surprised
tired

1 Match the words to the correct pictures and complete the crossword. Then find a secret message.

2 The secret message is: When a man _____ stops feeling.

2 Find pairs of synonyms. There are some extra, unnecessary words.



sad enthusiastic tactful
exhausted clever bored
cheerful fair glad smart
quiet brave blue angry
optimistic annoying
daring nasty positive
fed up excited just
discreet silly confused
proud puzzled modest

Опитування учнів з метою визначення їх рівня розвитку ЕІ

№	Запитання	Компонент ЕІ	Варіанти відповідей (обведіть Ваш вибір)
1	Чи можеш ти розпізнати емоції свого однокласника?	Розпізнавання емоцій	Так / Не знаю / Ні
2	Чи можеш ти пояснити, що ти зараз відчуваєш?	Емоційне вираження	Так / Не знаю / Ні
3	Чи ти зрадив/ла, коли іграшка у казці <i>Tommy's Lost Toy</i> була знайдена?	Прояв емпатії	Так / Не знаю / Ні
4	Коли ти злишся, чи вдається тобі заспокоїтись?	Емоційна саморегуляція	Завжди / Іноколи / Ніколи
5	Чи можеш ти сказати, коли і чому ти засмутився/лася під час гри або уроку?	Емоційна рефлексія	Завжди / Іноколи / Ніколи
6	Чи помічаєш ти, коли інші діти хвилюються або нервують?	Розпізнавання емоцій	Завжди / Іноколи / Ніколи
7	Чи ділишся ти з другом, коли тобі сумно або страшно?	Емоційне вираження	Завжди / Іноколи / Ніколи
8	Якщо Белла у казці боїться темряви, чи хочеш ти її підтримати?	Прояв емпатії	Завжди / Іноколи / Ніколи
9	Якщо щось не виходить, чи можеш ти зупинитися і подумати, що робити далі?	Емоційна саморегуляція	Завжди / Іноколи / Ніколи
10	Чи згадуєш ти, як почувався в подібній (як у Story 1 and 2) ситуації раніше?	Емоційна рефлексія	Завжди / Іноколи / Ніколи

Джерело: розроблено нами

A Kind Word Can Change Everything

One morning, Bella came to school feeling very excited because she had a new colorful backpack. She wanted to show it to her friends. When she entered the classroom, everyone smiled at her and said: “Wow, Bella, your backpack looks great!” Bella felt even happier and more confident.

During the lesson, Tommy made a mistake while reading a story. Some children laughed, and Tommy looked down, feeling embarrassed. Bella noticed his sad face. She thought: “If I were Tommy, I would also feel bad.” Bella raised her hand and said kindly: “It’s okay, Tommy, you are doing your best!” The teacher smiled and continued the lesson.

At the end of the day, the class talked about how they felt. Bella said she was proud because she supported her friend. Tommy said he felt better after Bella’s kind words. The whole class agreed that helping others makes everyone feel stronger and happier.

Джерело: розроблено нами