

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЮРІЯ ФЕДЬКОВИЧА**

**Факультет педагогіки, психології та соціальної роботи
кафедра педагогіки та методики початкової освіти**

**Особливості виховання впевненості в собі
учнів молодшого шкільного віку засобами
дистанційного навчання**

Кваліфікаційна робота

Рівень вищої освіти – другий (магістерський)

Виконала:

студентка 2 курсу 213 м.з. групи

Бакрев Людмила Сергіївна

Керівник:

Кандидат педагогічних наук,

доцент **Предик А.А.**

До захисту допущено

на засіданні кафедри

Протокол № 4 від 04 листопада 2025 р.

Зав. кафедри _____ проф. Романюк С.З.

АНОТАЦІЯ

Бакрев Л.С. Особливості виховання впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку засобами дистанційного навчання. – Рукопис. Кваліфікаційна робота на здобуття ОКР “магістр” зі спеціальності 013 Початкова освіта. Чернівецький нац. ун-т імені Юрія Федьковича. Чернівці, 2025. 98 с

У магістерській роботі комплексно досліджено теоретичні й практичні підходи до виховання впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку в умовах дистанційного навчання. Розкрито психолого-педагогічну сутність поняття «впевненість у собі», охарактеризовано її структуру, чинники розвитку та вікову специфіку. Проаналізовано роль учителя у формуванні стійкої самооцінки та емоційної рівноваги дитини за допомогою засобів цифрового середовища. Представлено результати констатувального дослідження рівнів сформованості впевненості, визначено педагогічні умови, що сприяють її розвитку. Запропоновано ефективний методичний інструментарій, вправи, рекомендації та дистанційні практики, спрямовані на підвищення самостійності, ініціативності й позитивного ставлення учнів до власних можливостей.

Ключові слова: упевненість у собі, молодші школярі, дистанційне навчання, педагогічні умови, цифрові технології, самооцінка, емоційна стійкість.

Bakrev L. Peculiarities of Fostering Self-Confidence in Primary School Pupils through Distance Learning Tools. – Manuscript. Qualification work for obtaining the Master degree in specialty of 013 Primary Education. Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University. Chernivtsi, 2025. 98p.

This master's thesis provides a comprehensive examination of the theoretical and practical approaches to fostering self-confidence in primary school pupils within the context of distance learning. The psychological and pedagogical essence of self-confidence is clarified, including its structure, developmental factors and age-related characteristics. The teacher's role in shaping pupils' stable self-esteem and emotional balance through digital learning tools is analyzed. The study presents the results of a diagnostic assessment of pupils' self-confidence levels and identifies key pedagogical conditions that support its development. An effective methodological toolkit, exercises and distance-learning practices aimed at enhancing pupils' independence, initiative and positive self-perception are proposed.

Keywords: self-confidence, primary school pupils, distance learning, pedagogical conditions, digital technologies, self-esteem, emotional resilience.

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів наукових досліджень інших авторів мають посилання на відповідне джерело.

Л.С.Бакрев

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1	10
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИХОВАННЯ ВПЕВНЕНОСТІ В СОБІ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	10
1.1. Психолого-педагогічна характеристика поняття «впевненість у собі» у молодшому шкільному віці	10
1.2. Роль учителя у вихованні впевненості в собі як складової особистісного розвитку дитини	19
1.3. Використання дистанційних засобів навчання у процесі виховання впевненості в собі молодших школярів	27
Висновки до розділу 1.	38
РОЗДІЛ 2	39
ОСОБЛИВОСТІ ВИХОВАННЯ ВПЕВНЕНОСТІ В СОБІ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ	39
2.1. Констатувальне дослідження впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку шляхом використання дистанційного навчання	39
2.2. Педагогічні умови виховання впевненості в собі молодших школярів засобами цифрових технологій	59
2.3. Методичний інструментарій виховання впевненості в собі молодших школярів засобами дистанційного навчання	64
Висновки до розділу 2.	74
ВИСНОВКИ	76
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	79
ДОДАТКИ	87

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Сучасна освіта спрямована не лише на засвоєння знань, а й на розвиток особистості, здатної до самореалізації, самостійності та впевненості у власних силах. Особливо це важливо в молодшому шкільному віці — періоді формування базових емоційно-вольових і соціальних якостей. Упевненість у собі виступає необхідною умовою успішного навчання, ефективної комунікації, розвитку позитивної самооцінки та психологічного благополуччя дитини.

В умовах цифровізації освіти та поширення дистанційних форм навчання з'являються нові інструменти виховання, які можуть як посилювати, так і ускладнювати процес виховання впевненості в собі. З одного боку, дистанційні застосунки — це можливість для дитини самовиражатися, презентувати результати, співпрацювати в інтерактивному середовищі (ClassDojo, Kahoot, Padlet, Canva for Education). З іншого — існує ризик зниження соціальної взаємодії, емоційної підтримки й зворотного зв'язку від учителя.

Тому проблема пошуку ефективних педагогічних умов і технологічних засобів, які сприяють вихованню впевненості в собі молодших школярів у цифровому середовищі, є надзвичайно актуальною. Вона відповідає ключовим засадам НУШ, де пріоритетом стає розвиток компетентностей, самоповаги, відповідальності та здатності до навчання впродовж життя.

Актуальність дослідження також зумовлена потребою оновлення підходів до виховної роботи в умовах змішаного та дистанційного навчання, інтеграції педагогічної психології й інформаційних технологій, а також необхідністю підтримки емоційного благополуччя учнів у цифровому освітньому просторі.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Кваліфікаційна робота виконана в рамках наукової теми кафедри *«Теоретико-методологічні засади розвитку педагогічної освіти та професійної підготовки фахівців у контексті євроінтеграційних процесів»*.

Стан дослідження проблеми. Важливість проблеми виховання впевненості в собі у дітей молодшого шкільного віку визначається стратегічними орієнтирами сучасної освітньої політики України. Так, Національна стратегія розвитку освіти в Україні до 2021 року, Закони України «Про освіту», «Про загальну середню освіту», Державний стандарт початкової освіти, Національна програма виховання дітей і молоді в Україні та інші нормативно-правові акти наголошують на необхідності створення умов для всебічного розвитку дитини, формування її самосвідомості, почуття власної гідності, позитивного світосприйняття та віри у власні сили. Ці документи визначають пріоритетом освіти виховання особистості, здатної до саморозвитку, самоорганізації й самореалізації в інформаційному суспільстві.

Проблема впевненості в собі як важливої особистісної риси досліджувалася у працях багатьох вітчизняних і зарубіжних науковців. Сучасні психолого-педагогічні дослідження акцентують увагу на різних аспектах формування впевненості в собі та наполегливості. Зокрема, механізми розвитку цих процесів висвітлено у працях С.Д. Максименко, В.В. Клименко, А.В. Толстоухов.; специфіку становлення впевненості в різних видах діяльності – суспільній і навчальній – розглядають Т. Маталіна, В. Бутовська, О. Серебрякова; вплив упевненості на досягнення успіху в діяльності досліджують Ф. Іващенко, О. Нікітіна, З. Діхтяренко, І. Меліхова; упевненість як соціально-психологічну характеристику особистості аналізують Т. Корчагіна, Є. С. Мащак, Смаглій та ін.

У працях В. Михалевської, І. Дубровіної, З. Діхтяренко О. Петровського, М. Мішечкіної окреслено педагогічні та психологічні засади виховання впевненості й наполегливості на різних етапах онтогенезу. Науковці підкреслюють важливість гармонійної взаємодії родини, дошкільного закладу та початкової школи у формуванні базових якостей особистості, зокрема довіри до себе, внутрішньої стабільності, віри у власні сили та здатності до самоконтролю.

Більшість сучасних досліджень розглядають впевненість у собі

опосередковано, у контексті суміжних аспектів особистісного розвитку. Так, проблема впевненості аналізується у взаємозв'язку з формуванням адекватної самооцінки (П. Дячук, Л. Перфільєва, А. Яценко), рівнем домагань (Л. Бороздіна, Л. Гаврищак, Г. Меднікова), самоповагою та любов'ю до себе (Ю. Бойбіна, Ю.Бабаян, Н. Тимченко). Ці дослідження підкреслюють значення рефлексивних процесів, позитивного самоставлення, розвитку наполегливості й оптимізму як базових передумов становлення впевненості в собі.

Попри значний науковий доробок, питання виховання впевненості в собі засобами дистанційного навчання залишається недостатньо розробленим у сучасній педагогіці. Використання цифрових освітніх ресурсів, інтерактивних платформ і комунікаційних технологій відкриває нові можливості для розвитку особистісної активності, самовираження, соціальної взаємодії та емоційної стійкості учнів. Саме тому дослідження педагогічних умов формування впевненості в собі молодших школярів у цифровому освітньому середовищі набуває особливої актуальності в контексті реалізації ідей Нової української школи.

Мета дослідження – обґрунтувати особливості виховання впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку засобами дистанційного навчання у процесі навчально-виховної діяльності.

Завдання дослідження:

- 1) Проаналізувати психолого-педагогічні підходи до трактування поняття «впевненість у собі» у дітей молодшого шкільного віку.
- 2) Обґрунтувати потенціал та можливості дистанційних засобів навчання у вихованні впевненості в собі молодших школярів.
- 3) Здійснити констатувальне дослідження впевненості в собі учнів початкових класів за умов використання дистанційного навчання.
- 4) Запропонувати педагогічні умови та методичний інструментарій виховання впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку засобами дистанційного навчання.

Об'єкт дослідження – процес виховання впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку.

Предмет дослідження – особливості виховання впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку засобами дистанційного навчання.

Методи дослідження. Для досягнення мети та вирішення поставлених завдань використано комплекс взаємопов'язаних методів дослідження: *теоретичні методи*: аналіз, синтез, узагальнення та систематизація наукових джерел із педагогіки, психології, теорії та методики початкової освіти; порівняльно-аналітичний метод — для виявлення підходів до виховання впевненості в собі в дітей у традиційній та дистанційній формах навчання; моделювання — для створення методичного інструментарію виховання впевненості в собі засобами дистанційного навчання;

емпіричні методи: спостереження використовувалося для фіксації поведінкових проявів упевненості школярів під час онлайн-уроків: активності в чаті, готовності відповідати, самостійності у виконанні завдань, емоційних реакцій на успіхи та труднощі; анкетування та інтерв'ювання учнів та учителів, які дали змогу виявити ставлення дітей до дистанційного навчання, особливості їхньої самооцінки, переживання, рівень тривожності та чинники, що впливають на розвиток упевненості; аналіз продуктів діяльності охоплював вивчення виконаних учнями у цифровому середовищі завдань: презентацій, відеовідповідей, інтерактивних вправ, творчих робіт; педагогічний експеримент (констатувальний етап) застосовувався для визначення початкового рівня впевненості в собі, особливостей поведінки учнів у дистанційних умовах та подальшого обґрунтування педагогічних умов її розвитку.

методи математичної статистики: обчислення відсоткових співвідношень, визначення середніх показників, групування та порівняння результатів. Побудовано діаграми й графіки, що дали змогу наочно відобразити рівні впевненості учнів та узагальнити дані констатувального етапу.

Теоретичне значення результатів дослідження полягає у поглибленні теоретичних уявлень про процес виховання впевненості в собі в молодшому шкільному віці та розкритті можливостей його реалізації в умовах цифрового освітнього середовища. Уточнено сутність понять *«впевненість у собі молодшого школяра»*, *«дистанційні застосунки у вихованні»*, *«педагогічні умови формування впевненості в собі»*. Розроблений методичний інструментарій виховання впевненості в собі через дистанційні засоби навчання розширює теоретичні основи особистісно зорієнтованого й компетентнісного підходів у сучасній початковій освіті.

Практичне значення результатів дослідження. Отримані результати можуть бути використані: у практиці роботи вчителів початкових класів для виховання впевненості в собі учнів під час уроків і позакласної діяльності з використанням цифрових інструментів; у системі підвищення кваліфікації педагогів під час вивчення тем із психології розвитку, цифрової грамотності та педагогічної інноватики; для створення методичних рекомендацій і посібників щодо інтеграції дистанційного навчання у виховний процес початкової школи; у подальших наукових дослідженнях, присвячених проблемам соціально-емоційного розвитку дитини в умовах цифрової освіти.

Апробація результатів дослідження здійснювалась під час Х Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції для студентів, магістрантів та молодих науковців «Дошкільна освіта: від традицій до інновацій» (04 листопада 2025 року м.Суми) та Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції молодих дослідників «Інновації в науці: сучасний вимір» (10 квітня 2025 року, м. Суми).

Публікації. За результатами кваліфікаційної роботи опубліковано у співавторстві з науковим керівником доц. А.Предик в збірнику матеріалів Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції молодих дослідників «Інновації в науці: сучасний вимір» (10 квітня 2025 року, м. Суми) статтю на тему: «Підготовка майбутніх вчителів до використання чат-ботів в освітньому процесі початкової школи» [59].

Структура та обсяг кваліфікаційної роботи. Магістерська робота складається з титульної сторінки, анотації, змісту, вступу, двох розділів та підрозділів, висновків до підрозділів, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи становить 98 сторінок, основний текст розміщено на 78 сторінках. В тексті представлено 10 таблиць, 3 гістограми. В роботі підготовлено 5 додатків.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИХОВАННЯ ВПЕВНЕНOSTІ В СОБІ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Психолого-педагогічна характеристика поняття «впевненість у собі» у молодшому шкільному віці

У системі виховання особистості молодшого школяра важливе місце посідає формування впевненості в собі як базової психологічної якості, що забезпечує позитивну самооцінку, ініціативність, самостійність і соціальну активність дитини. Упевненість у собі виступає внутрішнім ресурсом, який допомагає долати труднощі, приймати рішення, взаємодіяти з однолітками та дорослими. Саме в молодшому шкільному віці закладаються основи ставлення дитини до самої себе, до навчання, успіху, власних можливостей, тому питання її виховання набуває особливого педагогічного значення.

У процесі вивчення феномена впевненості в собі молодших школярів дослідники звертають увагу на низку вольових якостей, які становлять її психологічну основу [67, с.102]. Однією з таких ключових характеристик є наполегливість, що безпосередньо впливає на здатність дитини ставити цілі, долати труднощі та зберігати віру у власні можливості. Аналіз лексикографічних, психологічних і педагогічних джерел дає змогу розкривати поняття впевненості в собі через взаємопов'язані властивості — стійкість, завзятість, активність, уміння діяти наперекір перешкодам та завершувати розпочате.

У тлумачних словниках української мови наполегливість розглядається як здатність людини твердо й цілеспрямовано рухатися до мети, зберігаючи внутрішню стійкість і наполегливість [11, с.145]. У різних виданнях цей термін наповнюється смислом активного прагнення досягнення бажаного результату, що супроводжується рішучістю, непохитністю та завзятою поведінкою. Характерно, що лексикографічні джерела підкреслюють

багатовимірність цієї якості, пов'язуючи її з морально-вольовими проявами та внутрішньою мотивацією.

Психологічні словники уточнюють, що наполегливість — це не лише зовнішній прояв активності чи «впертість у досягненні», а передусім довготривалий вольовий процес, який продовжується навіть тоді, коли первинний стимул зникає [10, с.361]. У цьому контексті наполегливість набуває значення внутрішньої саморегуляції та самодисципліни, що є фундаментальними компонентами впевненості в собі. Важливо, що психологи розмежовують наполегливість та впертість: перша ґрунтується на усвідомленій цілі та вольовому зусиллі, тоді як друга — на емоційній реакції або прагненні самоствердження всупереч логіці й аргументам [14].

В енциклопедичних та педагогічних джерелах наполегливість окреслюється як складний особистісний конструкт, який формується у дитини з раннього віку під впливом виховання, умов діяльності, середовища та взаємодії з дорослими. Автори підкреслюють, що розвиток цієї якості потребує поступового залучення дитини до посильних, але достатньо складних завдань. Регулярне подолання невеликих труднощів сприяє появі почуття успіху, формує позитивний досвід досягнення, а отже — і впевненість у власних силах [19].

Педагоги наголошують на значенні послідовності, вимогливості й підтримки дорослого в процесі виховання наполегливості. Саме через досвід доведення справи до кінця, усвідомлення власної відповідальності, участь у колективній діяльності та позитивне підкріплення формується не лише вольова стійкість, а й довіра до себе. У цьому сенсі наполегливість виступає основою, на якій вибудовується впевненість у собі як інтегральна риса особистості, що поєднує вольові, емоційні та когнітивні компоненти.

На основі аналізу різних наукових підходів можна стверджувати, що впевненість у собі молодших школярів є продуктом цілеспрямованого формування вольового досвіду, у якому дитина вчиться ставити цілі, приймати рішення, зберігати активність попри труднощі, контролювати

власні емоції й оцінювати результати діяльності. У структурі впевненості чітко простежуються елементи, пов'язані з наполегливістю: стійкість до перешкод, здатність працювати в умовах невизначеності, внутрішня мотивованість, самоконтроль і саморегуляція [16, с.77].

Порівняння різних джерел дає змогу побачити, що спільними ознаками цього феномену є [66, с.103]:

вольовий характер — здатність діяти свідомо й цілеспрямовано;

емоційна стабільність — уміння долати хвилювання та невпевненість;

самотивація — внутрішнє прагнення досягти результату;

позитивне ставлення до труднощів — сприйняття перешкод як природної частини діяльності;

прагнення завершувати розпочате;

адекватне самооцінювання власних можливостей.

Для молодших школярів розвиток упевненості в собі має особливе значення, адже саме в цьому віці закладається основа майбутньої самостійності, відповідальності та ініціативності. Вчителі, батьки та однолітки виступають провідними агентами соціалізації, від яких залежить, чи зможе дитина перетворити природне прагнення до самоствердження на осмислену вольову якість — впевненість у власних силах.

Таким чином, аналіз наукових джерел дає підстави розглядати впевненість у собі молодших школярів як багатовимірне психолого-педагогічне явище, що поєднує в собі ознаки наполегливості, самостійності, емоційної стійкості й здатності до цілеспрямованої діяльності. Розвиток цієї якості потребує систематичної підтримки, вироблення навичок подолання труднощів, формування позитивної самооцінки та створення умов, у яких дитина зможе переживати успіх і бачити власне зростання.

У психологічній літературі поняття «впевненість у собі» розглядається як інтегральна особистісна риса, що відображає позитивне ставлення людини до власних можливостей, віру у свої сили, здатність діяти самостійно та досягати поставлених цілей. На думку О. Власова, розвиток упевненості в

собі пов'язаний із процесом інтеріоризації соціальних відносин і оцінок, які дитина отримує у взаємодії з дорослими. Впевненість у собі є результатом поступового формування внутрішньої позиції школяра та усвідомлення ним власної цінності [42, с.11].

Психологи (Р. Павелків, М. Мішечкіна, Н. Єремєєва, Ю. Таланова) вбачають у впевненості в собі прояв самоприйняття, внутрішньої гармонії та позитивної самооцінки. Згідно з гуманістичною теорією особистості, впевненість у собі є умовою самореалізації, що ґрунтується на безумовному прийнятті себе і довірі до світу. Впевнена дитина відчуває власну компетентність, не боїться помилятися, легко вступає у взаємодію з іншими, виявляє ініціативу в навчанні [55; 49; 26].

У педагогічній науці поняття «впевненість у собі» трактується як результат цілеспрямованого виховного впливу, спрямованого на розвиток у дитини позитивного ставлення до себе, усвідомлення власних здібностей і можливостей у процесі навчання та спілкування. У працях В. Сухомлинського наголошується, що віра у власні сили є основою морального здоров'я дитини, її духовного становлення. Педагог вважав, що кожен учень має відчувати ситуацію успіху, яка породжує впевненість і бажання досягати більшого. Отже, виховання впевненості в собі — це не спонтанний процес, а цілеспрямована педагогічна діяльність, що поєднує емоційно-позитивний досвід, пізнавальну активність і підтримку дорослих [63; 65].

Проблематика формування впевненості в собі, вольової саморегуляції, позитивної «Я-концепції» та соціальної компетентності молодших школярів стала предметом досліджень низки українських науковців. Аналіз літератури дає змогу окреслити основні напрями наукових розвідок, систематизувати ключові підходи до розуміння сутності впевненості в собі та визначити педагогічні чинники її становлення.

У праці авторів Вікторова Л.В., Тверезовська Н.Т., Михайліченко М.В., Ржевський Г.М., присвяченій соціалізації статі як чиннику розвитку «Я-

концепції», наголошено, що становлення уявлень дитини про власні можливості, здібності та цінність є багатовимірним процесом, який залежить від соціальних впливів, очікувань дорослих та емоційної підтримки найближчого оточення. Автори підкреслюють, що впевненість у собі формується у взаємодії між внутрішніми ресурсами дитини та контекстом виховання, зокрема стилем спілкування й характером педагогічних вимог [13].

Значний внесок у термінологічне уточнення досліджуваного феномену зробив С. Гончаренко, який у «Українському педагогічному словнику» подає дефініції ключових понять, пов'язаних із вольовими якостями, саморегуляцією та самовихованням. Його інтерпретації дозволяють трактувати впевненість як інтегральну здатність особистості долати труднощі, діяти в умовах невизначеності та досягати поставленої мети.

Проблема розвитку наполегливості — однієї з базових складових впевненості — докладно аналізується у дослідженні З. Діхтяренко (2008). Авторка наголошує, що формування вольових якостей у молодших школярів тісно пов'язане з упорядкованою ігровою діяльністю, яка, завдяки своїй природній мотивації, є ефективним інструментом виховання цілеспрямованості та внутрішньої стійкості. Дітей поступово привчають до подолання труднощів, відповідальності за результат і завершення розпочатої справи, що є основою майбутньої впевненості [23, с.8].

У працях І. Загурська, присвячених духовному саморозвитку особистості, підкреслюється, що впевненість у собі є важливою умовою становлення суб'єктності дитини та її здатності до самовиховання. Дослідник трактує цю якість не лише як психічну рису, а як елемент світоглядного розвитку, пов'язаний із самоусвідомленням, внутрішньою мотивацією і прагненням до самовдосконалення [29, с.14].

І. Зязюн, розглядаючи педагогіку добра як феномен гуманістичного виховання, наголошував, що впевненість у собі зростає там, де дитина переживає атмосферу підтримки, прийняття та педагогічної віри у її

можливості. З позицій автора, розвиток цієї риси тісно пов'язаний з педагогічною майстерністю, емоційною культурою вчителя та його здатністю створювати виховні ситуації, що сприяють самореалізації школяра [32].

Дослідження Г. Коберник (2012) спрямовані на вивчення соціалізації молодших школярів у навчальному середовищі. Автор доводить, що впевненість формується у процесі включення дитини в спільну діяльність, взаємодію з однолітками та педагогом. Важливими факторами виступають психологічний клімат, якість мовленнєвої та емоційної підтримки, чітко організовані норми поведінки [36, с.123]. У розвитку цієї теми О.М. Коберник акцентує увагу на ролі взаємодії школи та сім'ї, підкреслюючи, що узгодженість педагогічних вимог і батьківської підтримки позитивно впливає на становлення самооцінки та стійкості дитини [37].

Окрему групу досліджень становлять роботи В. Михалевської, яка комплексно розглядає наполегливість і впевненість як взаємопов'язані вольові якості молодших школярів. У працях авторки (2012; 2013) обґрунтовується, що діти з високим рівнем наполегливості демонструють кращу саморегуляцію, вищу навчальну мотивацію та здатність успішно долати труднощі. Впевненість у собі, за її висновками, значною мірою залежить від досвіду пережитих успіхів, педагогічного супроводу та можливості дитини приймати посильні вольові рішення [47, с.75].

Сучасний підхід до розвитку впевненості в молодших школярів представлений у роботі Г. Коберник, де дослідниця аналізує технологію створення ситуації успіху як ефективний інструмент формування позитивної самооцінки. Авторка доводить, що педагогічні умови, які сприяють переживанню дитиною власної результативності, значно підсилюють її впевненість, ініціативність та здатність діяти самостійно [36].

Важливий історико-психологічний аспект проблеми розкрито в дослідженні М. Мішечкіної, яка аналізує еволюцію уявлень про впевненість у собі, трактуючи її як ключову рису самосвідомості та саморегуляції.

Авторка підкреслює, що в різні епохи впевненість сприймали як моральну чесноту, вольову рису або психологічну установку, однак незмінним залишалося її значення для розвитку особистості [49, с.115].

Контекст дистанційної освіти опрацьовує В. Вихрущ (2020), який акцентує, що перехід до онлайн-навчання загострив проблему формування емоційної стійкості, саморегуляції та впевненості учнів. Автор наголошує, що в умовах цифрового середовища зростає значення педагогічної підтримки, комунікації, атмосфери безпеки та розвитку здатності працювати самостійно [12, с.61].

Зв'язок між упевненістю, самооцінкою та мотивацією успіху висвітлює І. Меліхова. Дослідниця доводить, що рівень упевненості безпосередньо впливає на академічні результати, наполегливість і готовність школярів долати труднощі. Низька впевненість, навпаки, породжує тривожність, уникнення діяльності та труднощі самоствердження [45].

Таким чином, аналіз наукових джерел свідчить, що проблема формування впевненості в собі молодших школярів є багатоаспектною. Дослідники розглядають її через призму:

- ✓ розвитку «Я-концепції» (Т. Говорун);
- ✓ гуманістичного виховання та педагогічної підтримки (І. Зязюн);
- ✓ соціалізації та взаємодії в освітньому середовищі (Г. Коберник, О. Коберник);
- ✓ становлення вольових якостей і наполегливості (З. Діхтяренко, В. Михалевська);
- ✓ історико-психологічних аспектів розвитку поняття (М. Мішечкіна);
- ✓ сучасних викликів дистанційної освіти (В. Вихрущ);
- ✓ психологічних чинників самооцінки та мотивації (І. Меліхова).

Сукупність цих досліджень дає підстави трактувати впевненість у собі молодших школярів як **інтегральний особистісний феномен**, що формується в умовах педагогічної підтримки, соціальної взаємодії,

переживання успіху, цілеспрямованого розвитку вольових якостей і позитивної самооцінки.

Молодший шкільний вік (6–10 років) характеризується переходом дитини від дошкільного до соціально значущого статусу школяра. Провідною діяльністю стає навчальна, яка вимагає розвитку самоконтролю, відповідальності, уміння долати труднощі. На цьому етапі формується початкова система цінностей, мотиваційна сфера, моральна свідомість, а також основи Я-концепції [27].

Психологи (С. Максименка, М. Заміщак, С. Мащак) підкреслюють, що впевненість у собі у дітей цього віку тісно пов'язана з рівнем розвитку пізнавальної активності, соціального схвалення та успіху в навчальній діяльності. Вона проявляється у бажанні виконувати завдання самостійно, у вірі у власні сили, у відкритості до нового досвіду. Натомість відсутність упевненості супроводжується страхом помилок, униканням ініціативи, залежністю від оцінки дорослого [31; 42; 43].

У процесі навчання важливу роль відіграють ситуації успіху, які підкріплюють позитивну самооцінку. Учитель, створюючи атмосферу підтримки та доброзичливості, сприяє формуванню в учня почуття компетентності. Згідно з концепцією А. Бандури, відчуття самоефективності — основа впевненості у власних можливостях. Якщо дитина переконується, що її дії приносять результат, формується установка «Я можу», яка стає базою особистісного зростання.

Аналіз наукових підходів дозволяє визначити структуру впевненості та виділити три основні компоненти впевненості в собі [16, с.77]:

Когнітивний компонент — усвідомлення власних можливостей, здібностей, знань; адекватне сприйняття себе.

Емоційний компонент — позитивне ставлення до себе, емоційна стабільність, віра у власні сили.

Поведінковий компонент — прояви ініціативності, самостійності, активності у спілкуванні, навчанні, творчій діяльності.

Формування впевненості в собі передбачає розвиток усіх трьох компонентів у взаємозв'язку. Важливим є перехід від зовнішньої підтримки (схвалення, похвала) до внутрішньої — здатності самостійно оцінювати власні досягнення й мотивувати себе до подолання труднощів [26, с.28].

Педагогічна практика засвідчує, що ефективність виховання впевненості в собі залежить від ряду обставин:

- створення ситуацій успіху та позитивного емоційного фону на уроках;
- використання методів заохочення, довіри, підтримки;
- індивідуалізація навчальних завдань відповідно до можливостей дитини;
- залучення учнів до колективної діяльності, де вони можуть проявити ініціативу й відповідальність;
- застосування рефлексивних методик (самооцінка, щоденники успіху, рефлексивні кола).

Важливим чинником є педагогічна позиція вчителя, який виступає не лише джерелом знань, а й фасилітатором особистісного розвитку учнів. У контексті Нової української школи вчитель стає партнером дитини у пізнанні світу, формує середовище довіри й безпеки, де кожен учень має можливість проявити себе [52, с.24].

Отже, впевненість у собі в молодшому шкільному віці — це інтегральна якість особистості, яка відображає віру дитини у власні сили, готовність до самостійних дій і позитивне ставлення до себе. Вона формується у процесі навчальної та соціальної взаємодії, під впливом успіху, підтримки й доброзичливих стосунків із дорослими.

Виховання впевненості в собі потребує системного педагогічного підходу, який враховує вікові особливості молодших школярів і використовує сучасні засоби — зокрема дистанційні застосунки, що здатні створювати нові можливості для самовираження, самостійності та розвитку позитивного Я-образу дитини.

Особистісний розвиток молодшого школяра розглядається як процес становлення цілісного образу «Я», який формується в навчальній діяльності,

у спілкуванні з однолітками й дорослими. За Р. Павелків, саме в цьому віці відбувається формування внутрішньої позиції школяра — системи ставлень до себе, інших і навколишнього світу. Впевненість у собі є невід'ємною складовою цієї внутрішньої позиції, адже вона забезпечує дитині почуття компетентності, позитивне емоційне самоприйняття та готовність до самостійної діяльності [54, с.6].

У гуманістичній педагогіці (Т. Липченко, С. Кость, В. Сухомлинський) зазначається, що розвиток особистості можливий лише за умови позитивного емоційного досвіду навчання, коли дитина відчуває себе здатною діяти, мислити, творити [41; 63]. Учитель, який визнає цінність кожного учня, сприяє становленню його впевненості в собі, створює атмосферу довіри та прийняття. Відтак, педагогічна діяльність має не лише навчальний, а й терапевтичний ефект — вона формує в учнів почуття власної значущості, допомагає подолати страх помилки, розвиває внутрішню мотивацію до пізнання.

1.2. Роль учителя у вихованні впевненості в собі як складової особистісного розвитку дитини

У сучасній системі освіти постать учителя набуває особливого значення як провідного чинника становлення особистості молодшого школяра. Учитель є не лише джерелом знань, а й організатором виховного процесу, фасилітатором розвитку емоційно-вольової сфери та соціальної компетентності дитини. Одним із ключових напрямів його педагогічної діяльності є виховання в учнів упевненості в собі — внутрішньої стійкості, самоповаги та віри у власні можливості.

Формування впевненості в собі в учнів початкової школи неможливе без усвідомленої педагогічної позиції вчителя, його професійної майстерності та психологічної культури. Педагог виступає для дитини першою соціально

значущою фігурою поза родиною, тому саме від характеру взаємодії з ним залежить, як учень сприйматиме власні успіхи, невдачі, оцінку з боку інших.

У сучасній педагогічній науці роль учителя розглядається крізь призму особистісно зорієнтованого підходу, який передбачає визнання унікальності кожної дитини, її індивідуального темпу розвитку та особистого досвіду. Згідно з Концепцією Нової української школи, учитель має бути не лише носієм знань, а насамперед фасилітатором, партнером і наставником, який допомагає дитині розкрити власний потенціал, подолати страх помилок і сформувати почуття впевненості у власних можливостях.

Дослідження С. Сигида, І. Іщук, В. Сухомлинського доводять, що педагогічна взаємодія є ключовим чинником розвитку внутрішньої позиції школяра. Відчуття довіри, підтримки та поваги з боку вчителя створює емоційно безпечне середовище, у якому дитина здатна проявляти ініціативу, ризикувати, пробувати нове, не боячись осуду. Упевненість у собі не передається у готовому вигляді — вона формується через досвід успіху, позитивне підкріплення, діалог і спільну діяльність учня з дорослим [64, с.2; 65, с. 420].

Таким чином, роль учителя полягає не лише у навчанні, а й у створенні виховного простору, який сприяє формуванню позитивної самооцінки. Він виступає «дзеркалом» для дитини, у якому відбивається її значущість і цінність. Через оцінку, слова, інтонацію, реакцію на помилки чи ініціативу учителя дитина формує уявлення про себе — як про здатну, успішну або навпаки — невпевнену й обмежену.

Формування впевненості в собі безпосередньо пов'язане з емоційним кліматом у класі. Дослідження В. Калошин та Г. Коберник свідчать, що найкраще розвивається особистість у середовищі, де її приймають безумовно, де панує довіра, повага, емпатія. Учитель має демонструвати готовність вислухати, підтримати, розділити успіх чи невдачу, не принижуючи гідності учня [34; 35].

Важливим чинником є педагогічний стиль спілкування. Авторитарний стиль, побудований на контролі та критиці, призводить до тривожності, страху помилки, пасивності. Натомість демократичний і партнерський стиль, заснований на співпраці, взаємоповазі й залученні учнів до прийняття рішень, сприяє розвитку впевненості, самостійності та ініціативності.

Особливе значення має використання позитивного підкріплення. Як зазначав В. Сухомлинський, «дитина має щодня переживати радість успіху». Це не означає постійне схвалення, а створення умов, за яких навіть незначне досягнення сприймається як крок уперед. Похвала, підкреслення індивідуального прогресу, підбиття підсумків досягнень (наприклад, через “щоденник успіху”) стимулюють самооцінку та внутрішню мотивацію [45; 72].

У початковій школі саме вчитель створює середовище, у якому розвивається особистість дитини. Психологічна атмосфера класу, стиль педагогічного спілкування, способи оцінювання та зворотного зв'язку безпосередньо впливають на рівень впевненості в собі учнів.

Науковці І. Меліхова, В. Сухомлинський виділяють кілька педагогічних чинників, що визначають ефективність цього процесу [45; 72]:

Ситуація успіху. Одним із провідних засобів виховання впевненості є організація ситуацій успіху — педагогічно продуманих моментів, коли дитина переживає почуття задоволення від результату власної діяльності. Це може бути як інтелектуальне, так і емоційне досягнення: правильно розв'язане завдання, вдала відповідь, естетично оформлена робота, участь у груповому проєкті [45].

Учитель створює умови для успіху, коли: добирає завдання з урахуванням індивідуальних можливостей учнів; формулює вимоги доступно та чітко; підтримує зворотний зв'язок без негативної оцінки особистості («у тебе поки не вийшло, але ми зможемо це разом виправити»); дає змогу учню пережити власний поступ, порівнюючи його не з іншими, а з самим собою у минулому.

Такі педагогічні дії допомагають дитині поступово перейти від зовнішньої мотивації (отримати схвалення) до внутрішньої (відчуття компетентності, задоволення від навчання), що є ознакою формування стійкої впевненості в собі. За В. Сухомлинським, «радість успіху — це могутня сила виховання». Коли дитина відчуває, що її зусилля помічені й оцінені, формується позитивне підкріплення: «Я можу», «У мене виходить». Учитель має забезпечити диференційований підхід, аби кожен учень мав шанс пережити успіх, незалежно від рівня навчальних досягнень [63].

Довіра та безпечне середовище. Психологічна безпека — умова, без якої неможливо виховати впевнену особистість. Учитель повинен демонструвати прийняття, доброзичливість, відкритість до діалогу. Коли дитина не боїться висловлювати думку чи помилитися, вона розвиває здатність діяти самостійно.

Позитивне оцінювання та зворотний зв'язок. Педагогічна оцінка має бути не каральною, а стимулювальною. Учитель має орієнтуватися не лише на результат, а й на процес, підкреслювати навіть незначний прогрес, що підтримує віру в себе.

Підтримка саморефлексії. Розвиток упевненості в собі передбачає формування у дитини здатності оцінювати власні дії, бачити свої сильні сторони. Ефективними є прийоми «Щоденник успіху», «Сходинок до мети», рефлексивні кола наприкінці уроків.

Особистісний приклад учителя. Впевненість є якістю, що передається через спостереження й наслідування. Якщо педагог сам демонструє спокій, витримку, готовність до саморозвитку, учні засвоюють цю модель поведінки як норму.

Розвиток упевненості в собі передбачає створення особистісно розвивального освітнього середовища, у якому дитина має змогу [51, с.8]:

- обирати види діяльності, проявляючи ініціативу;
- співпрацювати з іншими, відчуваючи приналежність до колективу;

- отримувати зворотний зв'язок не у формі критики, а конструктивного аналізу;
- мати простір для творчості й самовираження.

Роль учителя тут полягає в тому, щоб стати модератором розвитку — спрямовувати, підтримувати, надихати, але не нав'язувати готових рішень. Педагогічна мудрість полягає у вмінні помічати навіть мінімальні досягнення, підтримувати самооцінку й формувати віру у власні сили через позитивний досвід [8].

Формування впевненості в собі учнів потребує від педагога високого рівня професійної компетентності, зокрема психологічної, комунікативної та цифрової. Учитель має розуміти вікові особливості дітей, володіти навичками діагностики емоційних станів, уміти будувати педагогічний діалог [52].

У контексті цифровізації освіти важливим аспектом є цифрова педагогічна компетентність. Використання дистанційних застосунків (Zoom, ClassDojo, Kahoot, Padlet, Canva for Education тощо) відкриває нові можливості для формування впевненості в собі. Учитель, який ефективно інтегрує такі інструменти, може створювати ситуації публічного успіху, командної підтримки, миттєвого позитивного зворотного зв'язку. Це сприяє розвитку в учнів сміливості висловлювати думку, презентувати результати своєї роботи, відчувати власну значущість, сприяє розвитку соціальної впевненості, комунікабельності та відчуття особистої значущості [4, с 45].

Таким чином, професійна діяльність сучасного вчителя вимагає не лише знання предмета, а й уміння проектувати виховний процес, що підтримує емоційний добробут і особистісне зростання дитини.

У контексті цифровізації освіти це середовище може бути збагачене дистанційними застосунками, які розширюють простір для самостійної діяльності учнів. Так, учитель може організовувати онлайн-презентації, конкурси творчих робіт, інтерактивні опитування, проєктні завдання, у яких

кожен учень має можливість заявити про себе, проявити ініціативу та отримати публічне визнання [15, с.20].

Педагогічна взаємодія в системі «учитель — учень» має бути суб'єкт-суб'єктною, тобто побудованою на принципах партнерства, співпраці та взаємоповаги. Такий підхід відповідає філософії Нової української школи, де дитина визнається активним учасником освітнього процесу.

Згідно з ідеями С. Сигида, І. Іщук, взаємодія, що ґрунтується на співробітництві, сприяє розвитку самосвідомості дитини, її здатності до саморегуляції. У процесі спільної діяльності з учителем учень отримує можливість не лише засвоїти знання, а й відчувати себе компетентним, корисним, здатним впливати на результат [64, с.5].

Учитель, організовуючи взаємонавчання, групові форми роботи, стимулює розвиток комунікативних навичок і соціальної впевненості.

Важливо, щоб педагог не лише давав готові відповіді, а й спонукав учнів до пошуку, аналізу, творчих рішень. Таким чином, процес навчання стає простором самореалізації, а не перевірки.

Особливу роль відіграє емоційна підтримка. Вона забезпечує відчуття психологічного комфорту, зменшує тривожність, яка часто є перешкодою для впевнених дій. Емпатійне ставлення вчителя, уважне слухання, похвала, підтримка — це не лише етичні норми, а дієві педагогічні інструменти, що зміцнюють самооцінку учнів [16; 21].

Учитель, який виховує впевненість у собі в учнів, має бути зразком емоційної зрілості, толерантності й віри в потенціал кожної дитини. Його поведінка формує модель ставлення до себе: якщо педагог спокійно реагує на помилки, визнає свої недоліки, відкрито спілкується, учні переймають ці риси. У цьому проявляється виховна сила педагогічного прикладу.

Особливо важливо вчителеві володіти навичками емоційного інтелекту: умінням розпізнавати емоційний стан дитини, надавати їй психологічну підтримку, формувати атмосферу доброзичливості. Психологічна безпека є

базовою умовою впевненості, адже лише в умовах довіри дитина здатна виявляти активність і самостійність [21].

Гуманістична педагогіка виходить із визнання внутрішньої цінності дитини незалежно від її досягнень. Учитель має розглядати кожного учня як особистість із власними здібностями, темпом розвитку, потребами та емоційним досвідом.

Педагогічна позиція «партнера» замість «контролера» створює умови для самостійності й відповідальності учнів.

Учитель, який підтримує діалогічність і свободу висловлення думки, допомагає дитині повірити в себе.

У цьому контексті важливими є принципи:

довіра до дитини — визнання її здатності приймати рішення;

повага до гідності — недопустимість приниження чи порівняння з іншими;

підтримка індивідуального темпу розвитку — забезпечення рівних можливостей для успіху.

Як зазначав В. Сухомлинський, «немає дітей, які не заслуговують на віру у свої сили, є лише ті, кому її не дали відчувати» [63].

Ця думка є ключовою для розуміння ролі вчителя у вихованні впевненості в собі: завдання педагога — створити ситуації, де дитина відчує власну значущість і компетентність.

Узагальнюючи, можна виокремити кілька основних функцій учителя в контексті виховання впевненості в собі молодших школярів:

Мотиваційна — стимулює інтерес до діяльності, підтримує прагнення до самореалізації;

Комунікативна — формує доброзичливі взаємини між учнями, навчає спілкування на засадах поваги;

Корекційна — допомагає дитині адекватно оцінювати свої можливості, долати невпевненість і страх помилки;

Діагностична — спостерігає за проявами впевненості, фіксує динаміку особистісного розвитку;

Технологічна — добирає ефективні методи, зокрема цифрові інструменти, для реалізації виховних цілей.

Такі функції утворюють систему педагогічної підтримки, у якій учитель є посередником між дитиною та світом, що відкриває перед нею простір можливостей.

Учитель є центральною постаттю у процесі формування впевненості в собі молодших школярів. Його педагогічна майстерність, емпатія та здатність створювати ситуації успіху визначають рівень емоційного комфорту дитини та її віру у власні можливості [46].

Ефективність виховання впевненості забезпечується реалізацією партнерського стилю взаємодії, організацією позитивного середовища, використанням цифрових інструментів, що розширюють можливості для самореалізації.

Таким чином, сучасний учитель виступає не лише наставником, а й фасилітатором особистісного розвитку, який допомагає кожній дитині сформувати стійке переконання: *«Я можу, я вмію, у мене вийде»*.

Отже, роль учителя у формуванні впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку є багатовимірною та визначальною. Вона охоплює створення психологічно безпечного освітнього середовища, підтримку позитивного емоційного клімату, забезпечення ситуацій успіху, розвиток рефлексії та самоповаги в учнів.

Учитель виступає посередником між дитиною та світом знань, а також наставником, який допомагає усвідомити власну цінність і потенціал. Його гуманістична позиція, професійна компетентність і особистий приклад стають фундаментом для формування впевненої, емоційно зрілої, соціально активної особистості.

1.3. Використання дистанційних засобів навчання у процесі виховання впевненості в собі молодших школярів

У ХХІ столітті цифровізація освіти стала одним із провідних напрямів модернізації педагогічної практики. Поява нових інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ), онлайн-платформ та інтерактивних засобів навчання зумовила необхідність перегляду традиційних підходів до організації не лише навчального, а й виховного процесу в початковій школі. Відповідно до концепції Нової української школи (НУШ), освітній простір має забезпечувати розвиток ключових компетентностей, формування соціально-емоційних навичок, самостійності та внутрішньої мотивації до навчання. Використання дистанційних технологій відкриває широкі можливості для реалізації цих завдань у сучасних умовах [52].

Поняття «*дистанційні технології*» у педагогічній науці трактується як сукупність методів, прийомів, програмних засобів і форм організації освітньої взаємодії між учителем та учнями, які здійснюються за допомогою інформаційно-комунікаційних ресурсів. Згідно з визначенням ЮНЕСКО, дистанційне навчання є такою формою освітнього процесу, за якої навчальна взаємодія учасників відбувається опосередковано через електронні засоби зв'язку [12, с.62].

У педагогічному контексті дистанційні технології розглядаються як інструмент реалізації інтерактивної взаємодії, що забезпечує індивідуальний темп навчання, зворотний зв'язок і можливість персоналізації виховного впливу. Вони спрямовані не лише на передавання знань, а й на створення умов для розвитку емоційно-вольової сфери, комунікативної культури, ціннісних орієнтацій і позитивної самооцінки школярів.

У початковій школі дистанційні технології виконують подвійну функцію: з одного боку, вони є засобом освітньої взаємодії, а з іншого — інструментом соціалізації, самовираження та виховання особистості дитини.

Саме тому питання їх педагогічно обґрунтованого використання у виховному процесі набуває особливої актуальності.

Теоретичну основу використання дистанційних технологій у виховному процесі становлять сучасні педагогічні концепції — компетентнісний, особистісно орієнтований, аксіологічний та гуманістичний підходи [12].

Компетентнісний підхід передбачає формування у школярів не лише знань, а й умінь самостійно здобувати інформацію, критично мислити, співпрацювати та відповідально діяти. Використання онлайн-застосунків (Kahoot, Quizizz, ClassDojo, Padlet) сприяє розвитку цифрової та соціальної компетентностей, виховує відповідальність за результати діяльності, формує навички самоорганізації [4, с.50].

Особистісно орієнтований підхід ґрунтується на визнанні унікальності кожної дитини та необхідності створення умов для її самореалізації. Цифрові інструменти дозволяють забезпечити індивідуалізацію виховного процесу: учень може виконувати завдання відповідно до власного темпу, демонструвати досягнення у зручній для себе формі, отримувати індивідуальний зворотний зв'язок.

Аксіологічний підхід спрямований на формування системи цінностей, що визначають життєву позицію особистості. Онлайн-платформи можуть стати простором для виховання моральних якостей — взаємоповаги, доброзичливості, емпатії — через спільні цифрові проєкти, соціальні акції, етичні онлайн-дискусії.

Гуманістичний підхід передбачає утвердження цінності людини, поваги до її гідності, свободи вибору та творчої самореалізації. Використання дистанційних технологій у цьому контексті не замінює живого спілкування, а розширює його можливості: створює додаткові канали комунікації між учителем і учнями, посилює емоційну підтримку.

Впровадження дистанційних технологій у виховну діяльність вимагає врахування вікових та психологічних особливостей молодших школярів. У цьому віці переважає наочно-образне мислення, висока емоційна чутливість,

потреба у схваленні та підтримці дорослого. Тому цифрові засоби мають бути орієнтовані на інтерактивність, ігрові акценти і візуальну привабливість [50, с.98].

Психологічні дослідження (Н. Морзе, Л. Варченко-Троценко, Т. Терлецька, Є. Смирнова-Трибульська) доводять, що саме в молодшому шкільному віці формуються основи довільної поведінки, самооцінки та соціальної впевненості. Дистанційне середовище може стати потужним фактором розвитку цих якостей, якщо воно побудоване на принципах емоційної безпеки, діалогічності та співтворчості [50].

Учитель, виступаючи модератором цифрової взаємодії, створює ситуації, у яких кожен учень може проявити ініціативу, висловити думку, продемонструвати досягнення. Таким чином, виховний потенціал дистанційних технологій полягає не лише у збагаченні освітнього процесу, а й у зміцненні впевненості в собі, формуванні позитивного «Я-образу» та соціальної активності.

У науковій літературі (О. Пометун, В. Вихрущ, Т. Іваненко Н. Морзе) наголошується, що дистанційні технології можуть бути ефективним засобом формування не лише пізнавальної, а й соціально-емоційної компетентності [12; 33; 50]. Їх виховний потенціал полягає у створенні ситуацій, які стимулюють :

самовираження та творчість — через онлайн-проекти, інтерактивні дошки, цифрові плакати, відеопрезентації;

співпрацю та командну взаємодію — завдяки груповим завданням у цифрових середовищах (Jamboard, Miro, Padlet);

відповідальність і самоконтроль — через індивідуальні кабінети учня, рейтингові системи (ClassDojo), трекінг власних досягнень;

позитивну мотивацію — за допомогою гейміфікації, нагород, візуалізації результатів.

Дистанційні технології дозволяють педагогові формувати у дітей досвід успіху в безпечному онлайн-середовищі, що особливо важливо для учнів із

низьким рівнем самооцінки. Система миттєвого зворотного зв'язку, притаманна цифровим платформам, сприяє оперативному підкріпленню позитивної поведінки та підтримує емоційний стан дитини [12].

Теоретичний аналіз дозволяє виокремити низку принципів, на яких має базуватися виховний процес із використанням дистанційних технологій:

Принцип інтерактивності — забезпечення активної участі учня у взаємодії, діалозі, спільному створенні контенту.

Принцип емоційної підтримки — формування позитивного психологічного клімату в онлайн-комунікації, уникнення оцінювальних висловлювань, що знижують самооцінку.

Принцип доступності та вікової доцільності — відповідність цифрових засобів когнітивним і психологічним особливостям дітей 6–10 років.

Принцип партнерства — рівноправна взаємодія вчителя та учня, спільне прийняття рішень, довіра.

Принцип рефлексивності — стимулювання осмислення власного досвіду, досягнень, труднощів, емоційних станів.

Дотримання цих принципів дає змогу використовувати дистанційні технології не лише як технічний інструмент, а як виховну систему, що сприяє гармонійному розвитку особистості.

До основних переваг використання дистанційних технологій у виховній діяльності початкової школи належать [33]:

- індивідуалізація виховних впливів і можливість адаптації завдань до потреб кожного учня;
- підвищення мотивації через елементи гри, змагання, креативного самовираження;
- розширення простору комунікації між учителем, учнями та батьками;
- створення електронного портфоліо досягнень, що підсилює позитивну самооцінку.

Водночас існують *ризики*, які потребують педагогічного контролю:

- зниження якості безпосередньої емоційної взаємодії;

- можливість соціальної ізоляції окремих дітей;
- перевантаження екранним часом;
- нерівні технічні умови доступу до цифрових ресурсів.

Тому педагог має виступати модератором, який раціонально поєднує цифрові та традиційні форми виховання, забезпечує баланс між онлайн і офлайн взаємодією, а також дотримується етичних і психогігієнічних норм використання ІКТ у роботі з дітьми молодшого віку [15].

На основі узагальнення наукових підходів можна представити теоретичну складову виховного процесу початкової школи з використанням дистанційних технологій, яка включає такі структурні компоненти [16, с.78]:

Цільовий компонент — виховання моральних, емоційно-вольових і соціальних якостей особистості, зокрема впевненості в собі, самоповаги, толерантності;

Змістовий компонент — інтеграція виховних тем у цифрові формати (віртуальні проєкти, тематичні флешмоби, творчі конкурси, онлайн-тренінги);

Процесуальний компонент — організація інтерактивних форм взаємодії через Zoom, Google Classroom, Padlet, Canva for Education, використання гейміфікованих елементів;

Результативний компонент — сформованість у дітей позитивного ставлення до себе, розвиток соціально-емоційних компетентностей, зростання рівня впевненості в собі [16].

Модель виховного процесу на основі дистанційних технологій забезпечує узгодження педагогічних, психологічних і технологічних аспектів виховання, роблячи його гнучким, відкритим і адаптивним до потреб сучасної дитини [14].

Сучасна освіта характеризується активним упровадженням цифрових технологій, які трансформують не лише методи навчання, а й підходи до виховання та розвитку особистості учня. В умовах Нової української школи цифрові інструменти розглядаються як засіб забезпечення компетентнісного, діяльнісного й особистісно орієнтованого навчання. Особливу роль вони

відіграють у початковій школі, де закладаються основи емоційної, комунікативної та ціннісної сфер дитини [20].

Дистанційні застосунки — це не лише технічні ресурси для передачі знань, а потужні педагогічні середовища, які сприяють розвитку соціально-емоційних компетентностей, самостійності, творчості, впевненості в собі та здатності до співпраці. У цьому контексті важливим є вивчення їх виховного потенціалу, тобто можливості впливати на становлення особистісних якостей молодших школярів [33, с.21].

Дистанційні платформи та мобільні застосунки стали невід'ємною частиною освітнього процесу, особливо після періоду пандемії COVID-19, коли школа вимушено перейшла до онлайн-комунікації. Водночас практика показала, що ці інструменти можуть ефективно доповнювати традиційне навчання, розширюючи його виховний потенціал [33, с.22].

Науковці (І. Дичківська, Н. Морзе, О. Спірін, Г. Селевко, О. Пометун) підкреслюють, що цифрове середовище створює умови для активної суб'єктності учня: він стає не лише споживачем інформації, а й її творцем. Використання онлайн-застосунків сприяє розвитку таких важливих особистісних якостей, як ініціативність, відповідальність, самоорганізація, толерантність, уміння взаємодіяти в команді [22; 50].

Сучасні дистанційні застосунки забезпечують мультимодальність сприйняття — поєднання тексту, зображення, відео, аудіо, інтерактивних елементів, що підвищує емоційне залучення дитини. Саме це створює умови для розвитку емоційного інтелекту — здатності усвідомлювати, розуміти й регулювати власні емоції та емоції інших, що є невід'ємною частиною впевненості в собі.

Використання цифрових ресурсів у вихованні молодших школярів має спиратися на психолого-педагогічні закономірності розвитку особистості в цьому віці. Діти 6–10 років мають виражену потребу в емоційній підтримці, схваленні, взаємодії з однолітками [22]. Дистанційні технології, за умови їх правильної педагогічної організації, можуть стати середовищем для

задоволення цих потреб. Зупинимось детальніше на зазначених закономірностях:

Емоційно-мотиваційний потенціал. Онлайн-інструменти, що включають ігрові елементи, рейтинги, бали, аватари (Kahoot, ClassDojo, Wordwall), стимулюють позитивні емоції та внутрішню мотивацію до діяльності. Через ігрову форму навчання учень отримує досвід успіху, що підсилює почуття компетентності та впевненості у власних силах [22].

Комунікативний потенціал. Цифрові середовища (Zoom, Padlet, Google Classroom, Miro) сприяють розвитку комунікативних навичок, оскільки забезпечують взаємодію між дітьми та вчителем у різних форматах: обговорення, групові завдання, спільне створення контенту. Це виховує відкритість, доброзичливість, уміння висловлювати власну думку [14].

Креативний потенціал. Застосунки Canva for Education, Book Creator, Genially дозволяють дітям створювати цифрові плакати, книги, комікси, презентації. Така діяльність формує уяву, естетичний смак, ініціативність і прагнення до самовираження, що є важливими складовими особистісного розвитку [64].

Рефлексивний потенціал. Використання інтерактивних журналів, віртуальних портфоліо (ClassDojo, Seesaw) сприяє усвідомленню учнями власних досягнень, помилок, прогресу. Це формує навички самооцінки, саморефлексії, здатність аналізувати результати діяльності — риси, що є основою відповідальності й упевненості [28; 56].

Проаналізуємо вплив дистанційного навчання на розвиток ключових особистісних якостей молодшого школяра. Розвиток особистості молодшого школяра в умовах цифрової освіти охоплює низку якостей, які безпосередньо формуються під впливом дистанційних технологій [14]:

Самостійність і відповідальність. Робота в онлайн-середовищі передбачає виконання завдань у власному темпі, що вимагає планування часу, зосередженості, самоконтролю. Завдяки цьому дитина поступово переходить

від зовнішньої до внутрішньої мотивації — виконує завдання не лише «для вчителя», а для власного розвитку.

Критичне та творче мислення. Інтерактивні платформи (Nearpod, Mentimeter, Edpuzzle) створюють умови для аналізу інформації, пошуку рішень, вибору оптимальних варіантів. Це сприяє розвитку когнітивної гнучкості й оригінальності мислення.

Соціальна взаємодія. Онлайн-групи та форуми дозволяють учням співпрацювати над спільними завданнями, обговорювати ідеї, навчатися домовлятися. Таким чином формуються навички партнерства, толерантність і повага до думки інших.

Емоційна стійкість і впевненість у собі. Через отримання позитивного зворотного зв'язку, можливість бачити результати власних дій (значки, досягнення, коментарі вчителя), дитина переживає емоцію успіху. Це створює передумови для розвитку стабільної самооцінки й внутрішньої впевненості [21].

Довіра та самоідентифікація. Онлайн-платформи, які надають можливість персоналізації профілю, вибору аватара, кольорів, формулювань цілей, сприяють усвідомленню власної унікальності. Це важливий чинник становлення позитивного образу «Я».

Виховний потенціал дистанційних платформ реалізується через їхні функціональні можливості. Найпоширеніші з них у початковій школі є:

ClassDojo — платформа для створення позитивного навчально-виховного середовища. Учитель може заохочувати учнів за успіхи, добрі вчинки, прояви взаємодопомоги, комунікації. Система балів і візуальних відзнак сприяє формуванню позитивної самооцінки, почуття належності до колективу.

Padlet — інтерактивна дошка для колективного висловлення думок, презентацій, творчих робіт. Діти вчаться висловлювати свою думку, оцінювати власні досягнення, підтримувати однокласників. Цей ресурс має великий виховний потенціал для розвитку культури діалогу та емпатії.

Kahoot, Quizizz, Wordwall — ігрові платформи для перевірки знань, що стимулюють командний дух, змагання без страху помилки, швидке мислення й самоконтроль. Такі ресурси виховують сміливість, ініціативність і здатність діяти у стресових умовах без втрати впевненості.

Canva for Education — інструмент для створення творчих візуальних проєктів, плакатів, відео, коміксів. Робота з цим застосунком формує естетичний смак, цілеспрямованість, відповідальність за результат, здатність презентувати себе.

Google Classroom — універсальне середовище для організації навчально-виховного процесу. Воно сприяє формуванню навичок планування, самоорганізації, самоконтролю, а також дає змогу реалізовувати колективні виховні ініціативи (цифрові акції, челенджі, благодійні проєкти).

Таким чином, кожен із зазначених застосунків має власні психолого-педагогічні ресурси, які, за умови цілеспрямованої роботи вчителя, перетворюються на засоби розвитку особистісних якостей учнів [4].

Для того щоб дистанційні інструменти дійсно сприяли особистісному розвитку, необхідно дотримуватися низки педагогічних положень:

Педагогічна доцільність — вибір цифрового інструменту має відповідати меті виховного завдання, а не бути самоціллю.

Доступність і простота використання — застосунки повинні бути інтуїтивно зрозумілими для дітей молодшого віку.

Інтерактивність і зворотний зв'язок — важливо забезпечити можливість миттєвої комунікації, схвалення, підтримки.

Емоційно-позитивний характер взаємодії — цифрове середовище має сприяти відчуттю безпеки, успіху й довіри.

Партнерська позиція вчителя — педагог виступає фасилітатором, який спрямовує, підтримує, мотивує, а не лише контролює.

Баланс онлайн і офлайн діяльності — виховний процес повинен забезпечувати гармонійне поєднання віртуальної активності з реальним спілкуванням і практичними діями [4].

Дотримання цих умов забезпечує не механічне використання технологій, а їх педагогічне осмислення, коли цифрове середовище стає простором розвитку особистості.

В межах дослідження визначено виховні можливості дистанційних застосунків у контексті формування впевненості в собі. Серед особистісних якостей, що розвиваються в цифровому освітньому середовищі, особливе місце посідає саме впевненість у собі. Отже, дистанційні технології, завдяки своїм інтерактивним можливостям, можуть створити умови для її формування.

Ситуації успіху — онлайн-застосунки забезпечують частий і миттєвий позитивний фідбек (наприклад, віртуальні нагороди в ClassDojo, результати тестів у Kahoot), що формує у дитини відчуття досягнення [72].

Публічне визнання — цифрові проєкти та спільні онлайн-дошки дозволяють демонструвати результати роботи всьому класу, сприяючи розвитку самооцінки й самоповаги.

Безпечне середовище для самовираження — у віртуальному просторі дитина може проявляти ініціативу без страху осуду, що зміцнює внутрішню впевненість.

Розвиток саморегуляції — планування власної роботи в цифрових середовищах виховує відповідальність і вольові якості, необхідні для впевненої поведінки.

Таким чином, дистанційні застосунки є не лише технічним засобом навчання, а й психолого-педагогічним інструментом підтримки позитивного самосприйняття дитини.

Отже, сучасні дистанційні застосунки мають значний потенціал для розвитку особистісних якостей молодших школярів, зокрема таких, як самостійність, відповідальність, креативність, комунікативність, емоційна стійкість і впевненість у собі. Вони сприяють формуванню позитивного досвіду успіху, розширюють можливості для самовираження, підтримують

мотивацію та створюють умови для партнерської взаємодії між учителем і учнями [35; 45].

Ефективність використання дистанційних технологій у виховному процесі залежить від професійної майстерності педагога, його здатності створювати середовище емоційної безпеки та педагогічної підтримки. За належної організації такі застосунки перетворюються на інструменти гармонійного розвитку дитини, зміцнення її віри у власні сили й формування соціально зрілої, самостійної та впевненої особистості.

Отже, теоретичні основи використання дистанційних технологій у виховному процесі початкової школи ґрунтуються на інтеграції гуманістичних і компетентнісних принципів освіти. Цифрові інструменти, за умови їх педагогічно обґрунтованого застосування, стають не лише засобом комунікації, а й потужним виховним ресурсом, що сприяє розвитку самостійності, відповідальності, емоційної врівноваженості та впевненості в собі молодших школярів.

Використання дистанційних технологій потребує від учителя високої професійної культури, цифрової грамотності й уміння створювати середовище психологічного комфорту. Теоретичний аналіз доводить, що дистанційні засоби можуть стати важливим чинником формування позитивного образу «Я» дитини, розвитку її соціальної активності та внутрішньої мотивації до самовдосконалення.

Таким чином, дистанційні технології в сучасній початковій школі виступають невід'ємною складовою виховного простору, який сприяє становленню впевненої, відкритої, емоційно зрілої особистості.

Висновки до розділу 1.

Період молодшого шкільного віку є надзвичайно важливим у становленні особистості дитини, адже саме в цей час формується базове ставлення до себе, навколишніх, навчання та світу в цілому. Учитель у цьому процесі виступає провідним чинником соціалізації, морального становлення і розвитку впевненості в собі школяра. Від його педагогічної позиції, стилю взаємодії, рівня емпатії та професійної культури значною мірою залежить, чи відчуватиме дитина віру у власні сили, готовність до самостійних дій і позитивне емоційне ставлення до навчання.

Сучасні дослідження вказують, що цифрові освітні технології можуть бути потужним засобом формування впевненості в собі. Дистанційні застосунки надають можливість учневі самостійно виконувати завдання, презентувати результати, отримувати миттєвий зворотний зв'язок. Такі інструменти, як ClassDojo, Kahoot, Padlet, Canva for Education, стимулюють мотивацію, дозволяють учням проявити креативність і публічно демонструвати досягнення, що підсилює віру у власні сили.

Крім того, цифрове середовище створює умови для індивідуального темпу навчання, що є важливим для дітей із різним рівнем підготовки. Використання вчителем інтерактивних технологій підвищує залученість і сприяє формуванню емоційного комфорту, який є передумовою впевненості. Водночас педагог має забезпечити баланс між цифровими та реальними формами взаємодії, щоб запобігти соціальній ізоляції або поверховому засвоєнню досвіду.

РОЗДІЛ 2

ОСОБЛИВОСТІ ВИХОВАННЯ ВПЕВНЕНOSTІ В СОБІ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

2.1. Констатувальне дослідження впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку шляхом використання дистанційного навчання

Сучасна початкова освіта перебуває у процесі активної цифрової трансформації, що зумовлює необхідність переосмислення традиційних підходів до формування особистісних якостей молодших школярів. Впевненість у собі як базова характеристика особистості визначає здатність дитини до самостійності, ініціативності, емоційної стійкості та готовності приймати рішення. Саме в молодшому шкільному віці закладаються основи позитивної самооцінки та віри у власні можливості, що є основною умовою подальшого особистісного зростання.

Разом із тим освітня практика свідчить, що не всі учні здатні проявляти впевненість у собі під час навчальної й творчої діяльності, особливо в умовах дистанційної або змішаної форми навчання. Це зумовлює потребу в цілеспрямованому педагогічному вивченні особливостей розвитку цієї якості та виявленні можливостей дистанційних застосунків як чинника підтримки та стимулювання впевненості в собі.

У межах даного етапу дослідження здійснено спробу констатувати реальний стан розвитку впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку, визначити характер проявів її структурних компонентів — когнітивного, емоційно-вольового та поведінкового — і простежити зв'язки між рівнем розвитку цієї якості та активністю використання цифрових інструментів у навчально-виховному процесі.

Метою констатувального етапу дослідження є виявлення особливостей розвитку впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку в умовах дистанційного навчання та визначення ступеня використання дистанційних

застосунків у виховному процесі початкової школи.

Для досягнення поставленої мети необхідно було здійснити комплекс дослідницьких дій, спрямованих на всебічне вивчення проявів упевненості в собі молодших школярів, а також на з'ясування особливостей і частоти використання дистанційних застосунків у виховній діяльності. Відповідно до мети визначено такі завдання констатувального етапу:

- 1) Визначити критерії, показники та умовні рівні розвитку впевненості в собі молодших школярів.
- 2) Провести діагностику розвитку впевненості в собі в учнів двох груп, що відрізняються інтенсивністю використання дистанційних застосунків.
- 3) Проаналізувати досвід педагогів щодо використання цифрових платформ у виховній діяльності.
- 4) Виявити проблеми, які ускладнюють розвиток упевненості в собі у цифровому освітньому середовищі.

Констатувальний етап дослідження було здійснено на базі Чернівецького ліцею №19 імені Ольги Кобилянської Чернівецької міської ради — закладу загальної середньої освіти, який активно запроваджує цифрові засоби та інструменти дистанційної взаємодії у навчальну й виховну діяльність. Ліцей вирізняється сучасною матеріально-технічною базою, стабільними традиціями педагогічного партнерства, залученням учнів до різних форм проєктної та творчої активності, що забезпечує сприятливе середовище для проведення дослідження, спрямованого на вивчення розвитку впевненості в собі молодших школярів в умовах використання дистанційних технологій.

У початковій ланці ліцею функціонує кілька паралелей 1–4 класів, які забезпечують повний цикл початкової освіти. Навчально-виховний процес організовано відповідно до концепції Нової української школи, що передбачає розвиток соціально-емоційних умінь, формування позитивної самооцінки, створення безпечного й підтримувального освітнього середовища як в очній, так і дистанційній формах роботи.

До участі в дослідженні було залучено 80 учнів 2–4 класів, які були розподілені на дві підгрупи відповідно до завдань констатувального етапу:

експериментальні класи — 40 учнів, у яких дистанційні застосунки (Kahoot, ClassDojo, Padlet, Canva та ін.) використовувалися систематично у навчально-виховній діяльності;

контрольні класи — 40 учнів, де цифрові інструменти застосовувалися епізодично та без спеціально сформованого педагогічного інструментарію.

Таке співвідношення груп дозволило здійснити порівняльний аналіз особливостей прояву когнітивного, емоційно-вольового та поведінкового компонентів упевненості в собі дітей в умовах різної інтенсивності використання дистанційних технологій.

Поряд з учнями участь у дослідженні взяли 28 педагогів початкової школи, до складу яких входили вчителі початкових класів, педагоги-організатори, учителі інклюзивних класів та вихователі груп продовженого дня. Вчителі початкової школи були залучені до анкетування, експертних бесід і спостереження, що дозволило комплексно оцінити особливості педагогічної взаємодії та характер застосування цифрових технологій у виховній роботі.

Передумовою якісного аналізу розвитку впевненості в собі є науково обґрунтоване визначення критеріїв та показників, які відображають сутність і структуру цієї особистісної якості. У педагогічних дослідженнях критерії виступають аналітичними орієнтирами, що дозволяють комплексно оцінити рівень прояву певного феномена, а показники конкретизують ці прояви в поведінці, емоціях і діяльності дитини.

У контексті нашого дослідження критерії розвитку впевненості в собі визначалися з урахуванням психологічної структури цієї якості та вікових особливостей молодших школярів. Спираючись на праці Ю. Бойбіна, Л. Глушко, Н. Єремєєва, Ю. Таланова виділено три взаємопов'язані критерії: когнітивний, емоційно-вольовий та поведінковий. Вони дозволяють цілісно охопити як внутрішні переконання дитини, так і зовнішні прояви її

впевненості [5; 19; 26].

Когнітивний критерій характеризує усвідомлення учнем власних можливостей, здібностей, сильних і слабких сторін, а також розуміння значення зусиль і наполегливості для досягнення успіху. Показниками є здатність адекватно оцінювати результати своєї діяльності, прагнення до самовдосконалення, розуміння причин власних успіхів і помилок.

Емоційно-вольовий критерій відображає емоційний стан дитини, рівень саморегуляції, стійкість до невдач, наявність позитивного ставлення до себе й віри у власні сили. Показниками виступають упевненість у спілкуванні, здатність долати тривожність, емоційна стабільність під час публічних або змагальних ситуацій, задоволення від виконаної діяльності.

Поведінковий критерій розкриває здатність школяра діяти самостійно, проявляти ініціативу, брати участь у спільних справах, приймати рішення та нести відповідальність за їх результати. Показниками є активність у колективній роботі, прагнення до самопрезентації, готовність висловлювати власну думку та доводити розпочату справу до кінця, у тому числі із використанням цифрових засобів.

Узагальнені критерії та показники подано в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Критерії та показники розвитку впевненості в собі молодших школярів

Критерій	Показники
Когнітивний (усвідомлення власних можливостей)	знання про власні сильні сторони; усвідомлення цінності власної діяльності; розуміння ролі зусиль, успіху й помилки в навчанні
Емоційно-вольовий (саморегуляція, емоційна стійкість)	рівень тривожності; упевненість у спілкуванні; здатність контролювати емоції; готовність долати труднощі
Поведенковий (активність і самостійність у діяльності)	ініціативність; участь у спільних проєктах; уміння приймати рішення; використання цифрових засобів для самовираження

На основі цих критеріїв умовно визначено **рівні розвитку впевненості в собі**:

Високий рівень — дитина демонструє стійку віру у власні сили, активно проявляє ініціативу, емоційно врівноважена, бере участь у різних видах діяльності, не боїться публічних завдань.

Середній рівень — учень виявляє впевненість переважно в знайомих ситуаціях, нерідко потребує підтримки дорослого; самооцінка загалом позитивна, але нестійка.

Низький рівень — дитина часто сумнівається у власних можливостях, виявляє тривожність, уникає виступів і відповідальності, схильна до заниженої самооцінки.

З метою якісної та кількісної оцінки розвитку впевненості в собі кожен критерій оцінювався за десятибальною шкалою. Сумарна кількість балів (0–30) визначала інтегральний показник розвитку впевненості:

високий рівень — 23–30 балів;

середній рівень — 12–22 бали;

низький рівень — менше 12 балів.

Визначення таких критеріїв і рівнів забезпечило системний підхід до аналізу впевненості в собі як інтегрованої особистісної якості та стало методичною основою для добору діагностичних інструментів констатувального дослідження.

Діагностування особливостей розвитку впевненості в собі є важливим етапом педагогічного дослідження, який дозволяє об'єктивно визначити вихідний стан цієї якості та окреслити напрями її подальшої педагогічної підтримки. У процесі дослідження використовувався комплекс взаємодоповнювальних методик, що дали можливість оцінити когнітивний, емоційно-вольовий і поведінковий компоненти впевненості в собі.

Для збирання емпіричних даних застосовано:

Анкету учня «Я і мої можливості» (адаптовану до молодшого шкільного віку), спрямовану на виявлення рівня самооцінки, віри у власні

сили, усвідомлення сильних сторін (див. Додаток А).

Методику «Сходи́нки успі́ху» (О. Кравцова, модифіковану для учнів 2–4 класів) — для визначення рівня самоприйняття та емоційного ставлення до власних досягнень (див. Додаток Б).

Спостереження за поведінкою учнів у навчально-виховному процесі, зокрема під час роботи з дистанційними застосунками (Kahoot, ClassDojo, Padlet, Canva for Education) (див. Додаток В).

Бесіди з учителями — для уточнення поведінкових характеристик дітей, їх ініціативності та емоційної реакції на ситуації успіху чи помилки (див. Додаток Г).

Дослідження охопило 80 учнів 2–4 класів, серед яких було умовно виокремлено дві групи:

- ❖ групу з більш високою інтенсивністю використання дистанційних застосунків у навчально-виховній роботі (40 осіб);
- ❖ групу з епізодичним використанням цифрових інструментів (40 осіб).

Такий поділ дав змогу порівняти особливості розвитку впевненості в собі за умов різної насиченості цифровим освітнім середовищем.

Для узагальнення результатів використовували критерії та показники, визначені вище: когнітивний, емоційно-вольовий і поведінковий. Кожен показник оцінювався за десятибальною шкалою, а сума трьох критеріїв утворювала інтегральний індекс розвитку впевненості в собі (0–30 балів).

Узагальнені результати діагностики подано в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2.

Рівні розвитку впевненості в собі в учнів груп із різним ступенем використання дистанційних застосунків

Група	Середній індекс упевненості (0–30)	Низький рівень, %	Середній рівень, %	Високий рівень, %
<i>Експериментальна</i>	20,6	15,0	60,0	25,0
<i>Контрольна</i>	18,2	25,0	65,0	10,0

Аналіз отриманих результатів свідчить, що загальний рівень розвитку впевненості в собі молодших школярів у двох досліджуваних групах переважно перебуває на середньому рівні, що є характерним для відповідного вікового етапу. Водночас виявлено кількісні відмінності, які дають підстави говорити про потенціал дистанційних застосунків як важливого елемента виховного середовища.

Середній індекс упевненості в собі в групі з більш активним використанням цифрових інструментів становить 20,6 бала, тоді як у групі з епізодичним використанням — 18,2 бала; різниця у 2,4 бала свідчить про вищий рівень прояву впевненості в умовах системнішої цифрової підтримки навчально-виховного процесу.

За рівневою структурою спостерігається така картина: у групі з системним застосуванням дистанційних технологій частка дітей із високим рівнем упевненості сягає 25 %, тоді як у групі з меншою інтенсивністю використання — 10 %. Водночас кількість учнів із низьким рівнем упевненості зменшується з 25 % до 15 %. Показник середнього рівня є домінуючим у двох групах (60–65 %), що підтверджує природну вікову тенденцію поступового розвитку самооцінки та самоприйняття в молодших школярів.

Отже, співвідношення високих і низьких рівнів розвитку впевненості демонструє більш сприятливу картину в групі, де дистанційні застосунки інтегруються в освітній процес системно. Це дає підстави говорити про значущий виховний потенціал цифрових платформ, які створюють умови для

переживання ситуацій успіху, отримання позитивного зворотного зв'язку та формування відчуття власної компетентності.

Для глибшого розуміння структури впевненості в собі здійснено окремий аналіз показників за трьома компонентами — когнітивним, емоційно-вольовим і поведінковим. Це дозволило визначити, які аспекти розвиваються найбільш активно та які потребують посиленої педагогічної підтримки, зокрема в контексті дистанційного навчання.

Таблиця 2.3

Рівні сформованості впевненості в собі молодших школярів за компонентами

Компонент	Експериментальна група (М, бали)	Контрольна група (М, бали)	Різниця, ±
Когнітивний	7,1	6,4	+0,7
Емоційно-вольовий	6,9	5,8	+1,1
Поведенковий	6,6	6,0	+0,6
Сумарний індекс (0–30)	20,6	18,2	+2,4

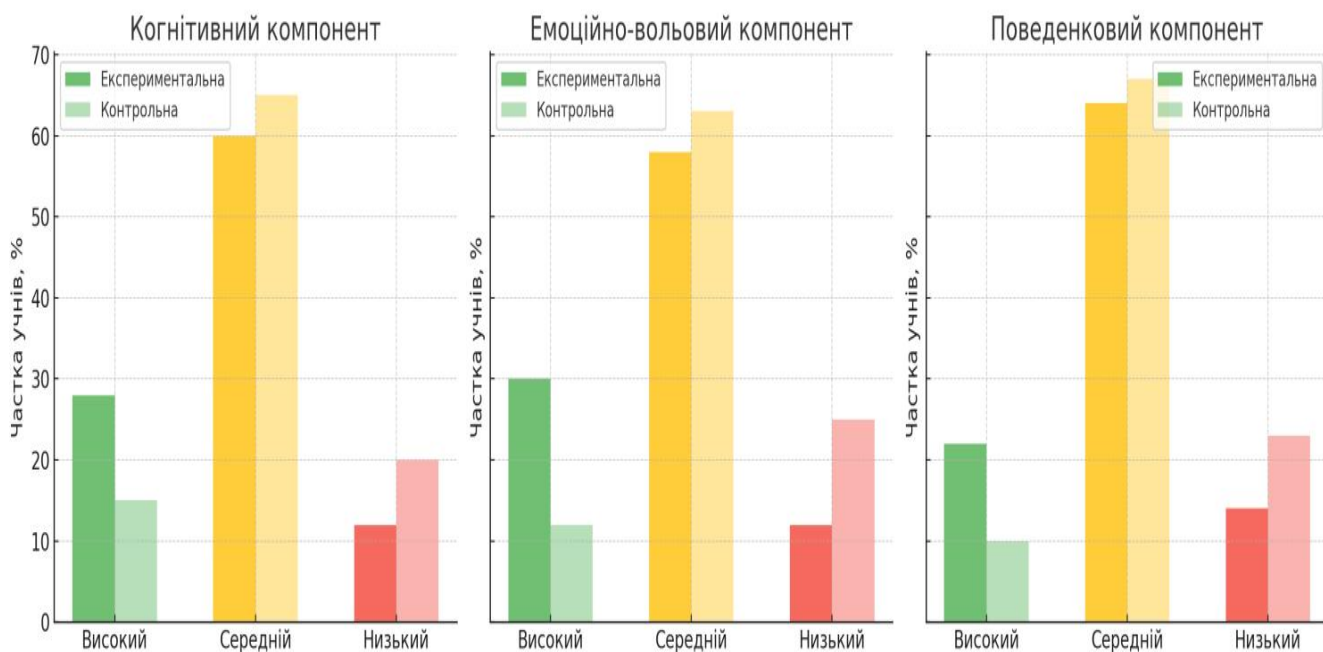
Показники когнітивного компонента свідчать, що учні обох груп загалом мають достатнє розуміння власних можливостей і важливості зусиль для досягнення успіху. Водночас середній бал у групі з більш активним використанням цифрових інструментів (7,1) є вищим, ніж у групі з епізодичним застосуванням (6,4). Це дає підстави стверджувати, що системне використання цифрових ресурсів із чітким зворотним зв'язком (Kahoot, ClassDojo, Padlet) сприяє більшій прозорості навчальних результатів і формує в дітей адекватніше уявлення про власні досягнення.

Найбільші відмінності простежуються за емоційно-вольовим компонентом: 6,9 бала порівняно з 5,8 бала. Це свідчить про те, що емоційно підтримувальне цифрове середовище позитивно корелює з розвитком саморегуляції, здатності долати тривожність, стійкості до помилок. Учні, які регулярно працюють із дистанційними застосунками, частіше демонструють упевненіший емоційний стан під час виконання завдань та участі в онлайн-

взаємодії.

Показники **поведенкового компонента** (6,6 і 6,0 бала відповідно) засвідчують тенденцію до більшої ініціативності й активності у групі з системним використанням цифрових ресурсів. Такі діти охочіше беруть участь у спільних онлайн-проектах, частіше висловлюють власну думку, з більшим бажанням презентують свої роботи на віртуальних дошках і в електронних портфоліо.

Узагальнюючи результати аналізу за компонентами, можна зазначити, що найвищі показники зафіксовано за когнітивним і емоційно-вольовим компонентами, що свідчить про формування у дітей внутрішньої впевненості, позитивного ставлення до себе та віри у власні сили. Поведінковий компонент розвивається дещо повільніше, що пов'язано з необхідністю формування стійких навичок самопрезентації, лідерства та ініціативності — як рис, які потребують систематичного тренування в різних життєвих ситуаціях. Динаміку рівнів сформованості впевненості в собі представлено в гістограмі 2.1.



Гістограма 2.1. Динаміка рівнів сформованості за компонентами (у%)

На схемі видно, що в експериментальних класах за всіма трьома компонентами (когнітивним, емоційно-вольовим, поведінковим) частка учнів

із високим рівнем значно більша, ніж у контрольних, тоді як низький рівень помітно зменшується. Це підтверджує позитивний вплив системного використання дистанційних застосунків на формування впевненості в собі молодших школярів.

Таким чином, аналіз результатів підтверджує, що використання дистанційних застосунків у навчально-виховному процесі має позитивний вплив на розвиток усіх складових упевненості в собі, особливо емоційно-вольової сфери, яка безпосередньо пов'язана з переживанням емоцій успіху, підтримки та довіри. Отримані результати стали підґрунтям для розроблення педагогічних умов для формування впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку.

Наступним завданням констатувального етапу дослідження був аналіз досвіду педагогів щодо використання дистанційних застосунків у виховній діяльності. Цей напрям роботи є важливим, оскільки дозволяє зафіксувати реальний стан педагогічної практики та окреслити тенденції інтеграції цифрових інструментів у процес виховання, а не лише навчання.

Ефективність виховання впевненості в собі засобами дистанційних технологій значною мірою пов'язана з професійною позицією педагога, його готовністю розглядати цифрові ресурси не тільки як засіб передавання знань, а й як важливий компонент особистісного розвитку дитини. З огляду на це було проведено опитування 28 учителів початкової школи, у ході якого з'ясовано:

- частоту використання найбільш поширених цифрових платформ для розвитку впевненості в собі молодших школярів;
- типи виховних активностей, де застосовуються дистанційні інструменти;
- труднощі та переваги, які педагоги відзначають у своїй щоденній практиці.

Для з'ясування реального стану використання дистанційних застосунків у виховному процесі початкової школи було проведено опитування педагогів

щодо частоти застосування різних цифрових платформ та їх виховного потенціалу. Особливу увагу приділено тому, як учителі інтегрують цифрові ресурси у щоденну взаємодію з учнями, які завдання вони виконують за допомогою цих технологій та які результати вбачають у контексті розвитку впевненості в собі молодших школярів.

Отримані відповіді дозволили виокремити найпоширеніші платформи, що використовуються педагогами: Google Classroom, ClassDojo, Padlet, Kahoot/Quizizz, Canva for Education. Дані опитування подано в таблиці, у якій відображено частоту використання кожної платформи, її найпоширеніші виховні цілі та типові коментарі вчителів щодо ефективності та особливостей застосування цих цифрових ресурсів (див.табл.2.4.).

Таблиця 2.4

***Частота та напрями використання цифрових платформ
учителями для виховання впевненості в собі молодших школярів***

Платформа	Частота використ ання (%)	Найчастіші цілі	Коментар педагогів
ClassDojo	75	Заохочення, формування позитивної поведінки	“Стимулює взаємоповагу, дає можливість візуалізувати успіх”
Padlet	60	Колективні проекти, відгуки, самооцінка	“Діти люблять бачити свої роботи разом з іншими”
Kahoot/Quizizz	80	Ігрове оцінювання, командні вікторини	“Розвиває впевненість через безпечне змагання”
Canva for Education	50	Творчі плакати, самопрезентації	“Підсилює самовираження та естетичний смак”
Google Classroom	90	Організація комунікації, рефлексія	“Зручно вести цифрове портфоліо учня”

Аналіз відповідей педагогів засвідчив, що значна частина вчителів початкових класів активно впроваджує цифрові технології у свою професійну діяльність. За їхніми оцінками, близько 70–80 % опитаних використовують дистанційні застосунки регулярно, поєднуючи їх із традиційними видами роботи. Найчастіше вчителі звертаються до таких платформ, як Google Classroom, ClassDojo, Padlet, Kahoot, Quizizz, Canva for Education, що зумовлено їхньою доступністю, візуальною привабливістю та орієнтацією на дитячу аудиторію.

Отримані дані дають підстави констатувати, що в реальній практиці цифрові інструменти передусім використовуються з навчально-пізнавальною метою: для подання нового матеріалу, організації зворотного зв'язку, контролю знань, підтримки мотивації. Водночас приблизно половина респондентів зазначила, що намагається інтегрувати дистанційні застосунки і в суто виховні заходи: онлайн-челенджі, тематичні акції, творчі конкурси, спільні проєкти, віртуальні виставки робіт. Це дозволяє говорити про тенденцію до розширення виховного потенціалу цифрового середовища, хоча така практика ще не є сталою.

На основі узагальнення відповідей педагогів можна виокремити кілька провідних напрямів виховного використання цифрових платформ:

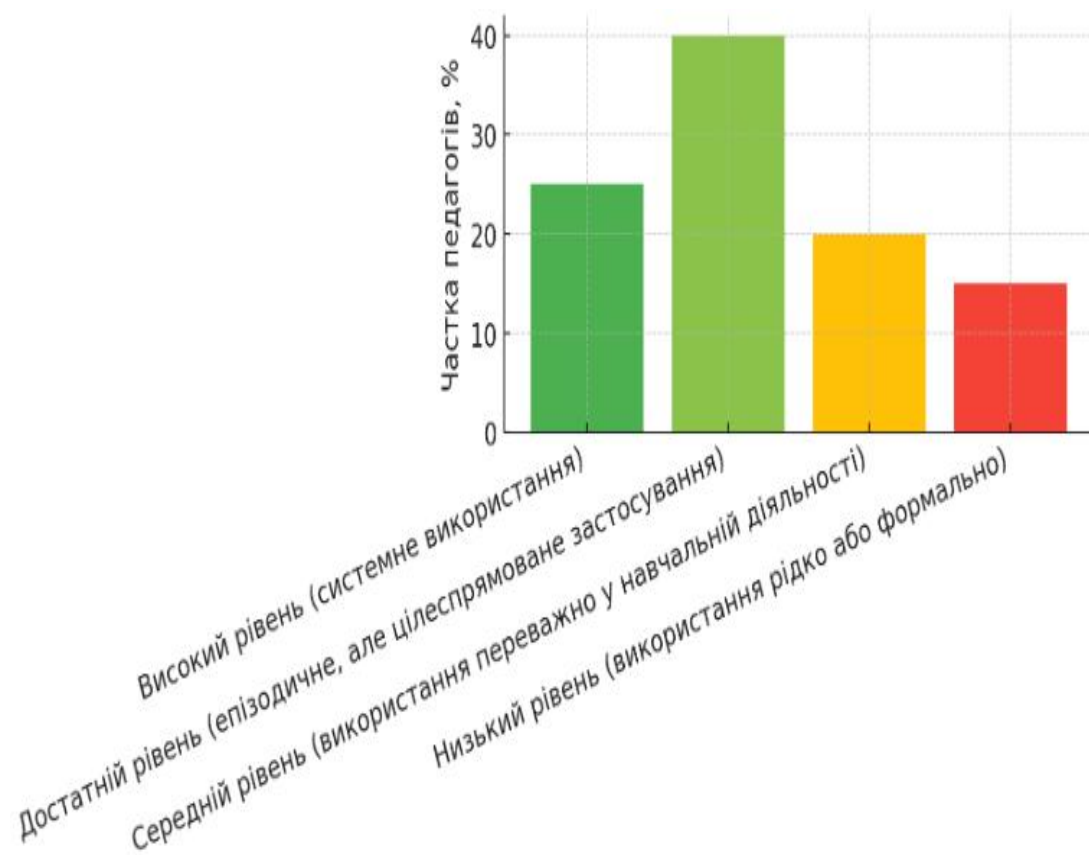
Мотиваційний напрям. Учителі активно використовують ClassDojo, Kahoot, Wordwall тощо для створення ситуацій успіху, заохочення старанності, підтримки інтересу до навчання. За їх словами, цифрові «бонуси», бали, візуалізація прогресу сприяють формуванню позитивного ставлення учнів до власних досягнень і дають змогу дітям частіше переживати почуття задоволення від виконаної роботи.

Комунікативний напрям. Платформи Padlet, Miro, Jamboard застосовуються для організації спільної діяльності, обміну думками, презентації творчих робіт. Учителі відзначають, що такі інструменти полегшують взаємодію в онлайн-форматі, сприяють залученню більшої

кількості дітей до обговорення, дають можливість висловитися тим, хто в умовах безпосереднього спілкування зазвичай залишається менш активним.

Творчий напрям. Використання Canva, Genially, Book Creator уможливорює створення цифрових плакатів, коміксів, листівок, мінікнижок тощо. За спостереженнями педагогів, така діяльність стимулює креативність і дає змогу дитині побачити себе в ролі автора, що потенційно пов'язується з розвитком упевненості в собі та позитивного ставлення до власної праці.

Рефлексивний напрям. Через Google Forms, ClassDojo, електронні портфоліо окремі вчителі організовують самооцінювання й рефлексію учнів: короткі щоденники успіху, опитування про настрій, міні-анкети «Що сьогодні в мене вийшло найкраще?». Такі практики сприяють формуванню в дітей уміння аналізувати власні дії, помічати навіть невеликі досягнення, що є важливою передумовою поступового розвитку впевненості в собі. Для з'ясування ступеня інтеграції цифрових ресурсів у виховний процес було здійснено поділ педагогів за рівнем їх використання (див.табл. 2.5).



Гістограма 2.2. Рівні інтеграції дистанційних застосунків у виховну діяльність педагогів

Аналіз цих даних дозволяє констатувати, що більшість учителів демонструють достатній або підвищений рівень включення дистанційних застосунків у виховну роботу, хоча частина респондентів ще перебуває на етапі пошуку, потребує додаткової методичної підтримки й підвищення цифрової компетентності.

Загалом результати цього етапу дають змогу говорити не стільки про завершене впровадження цифрових технологій у виховання, скільки про стійку тенденцію до розширення цифрового виховного простору в початковій школі. Це створює передумови для подальшого цілеспрямованого використання дистанційних застосунків як важливого ресурсу розвитку впевненості в собі молодших школярів.

Поряд із позитивними тенденціями констатувальне дослідження виявило й низку проблем і труднощів, які можуть ускладнювати розвиток упевненості в собі учнів молодшого шкільного віку в умовах цифрового освітнього середовища. Їх систематизацію подано в таблиці 2.6.

Таблиця 2.6.

Проблеми, що ускладнюють розвиток упевненості в собі учнів молодшого шкільного віку у цифровому освітньому середовищі

Група проблем	Сутність проблеми	Виявлені прояви у педагогічній практиці	Можливі шляхи подолання
Психолого-педагогічні	Недостатня підтримка емоційного стану учнів під час дистанційного спілкування.	Зниження віри у власні сили через обмежені можливості невербальної підтримки, підвищення тривожності під час онлайн-виступів.	Використання технологій емоційного відгуку (ClassDojo, онлайн-щоденники успіху), регулярне схвалення досягнень.
Комунікативні	Обмежена безпосередня взаємодія між учнями та	Відчуття ізоляції, зниження активності у групових формах	Використання інтерактивних платформ для спільних проєктів

Група проблем	Сутність проблеми	Виявлені прояви у педагогічній практиці	Можливі шляхи подолання
	вчителем.	роботи.	(Padlet, Miro, Jamboard), створення «цифрових спільнот підтримки».
Організаційно-технічні	Недостатня технічна забезпеченість або слабкий інтернет-зв'язок.	Пропуски занять, труднощі із входом у застосунки, фрустрація через технічні збої.	Розробка офлайн-дублюючих матеріалів, гнучкий графік виконання завдань, підтримка з боку ІТ-служб школи.
Методичні	Відсутність чітких підходів до виховного використання цифрових ресурсів.	Застосунки використовуються лише як дидактичний інструмент, без емоційно-мотиваційного змісту.	Підвищення цифрової грамотності педагогів, створення методичних рекомендацій щодо виховання впевненості у цифровому середовищі.
Особистісні (учнівські)	Низький рівень самоорганізації та відповідальності у дітей.	Учні не завжди здатні самостійно планувати роботу, легко відволікаються.	Навчання цифрової саморегуляції, встановлення чітких правил і позитивних ритуалів у дистанційному форматі.
Соціально-психологічні	Відсутність достатнього соціального схвалення з	Менше можливостей для публічного визнання успіху, зниження	Організація онлайн-презентацій, конкурсів, «віртуальних

Група проблем	Сутність проблеми	Виявлені прояви у педагогічній практиці	Можливі шляхи подолання
	боку ровесників.	самооцінки.	виставок досягнень».

Отримані дані дають підстави стверджувати, що розвиток упевненості в собі у дистанційному навчанні ускладнюється поєднанням психолого-педагогічних, комунікативних, організаційно-технічних і методичних чинників.

Серед психолого-педагогічних проблем педагоги найчастіше називають обмеженість емоційної підтримки в онлайн-форматі, складність забезпечення «живого» контакту, браку невербальних сигналів, на які молодші школярі дуже чутливо реагують. Це може призводити до зростання тривожності, невпевненості під час відповідей перед камерою, страху помилитися.

Комунікативні труднощі пов'язані з обмеженою безпосередньою взаємодією між учнями, що іноді спричиняє відчуття ізольованості, зниження активності в групових формах роботи. За спостереженнями вчителів, частина дітей у дистанційному форматі менше ініціює спілкування, віддає перевагу пасивній позиції «спостерігача», що може позначатися на розвитку соціальної впевненості.

Організаційно-технічні проблеми (нестабільне інтернет-з'єднання, обмежені технічні можливості пристроїв, відсутність окремого робочого місця вдома) створюють додаткові стресові ситуації для дитини і часом знижують її віру у власні сили не стільки через зміст завдань, скільки через зовнішні перешкоди.

Методичні труднощі полягають у тому, що не всі педагоги впевнено володіють інструментами інтеграції виховного змісту в цифрове середовище. Часто дистанційні застосунки використовуються переважно з дидактичною метою, а їхній потенціал для підтримки самооцінки, емоційної стійкості, розвитку соціальних умінь залишаються реалізованими частково.

Окрему групу становлять особистісні труднощі самих учнів: низький рівень самоорганізації, швидка втомлюваність, схильність відволікатися під час онлайн-уроків, що вимагає від дорослих додаткової підтримки, чітких правил, встановлення позитивних ритуалів дистанційної роботи.

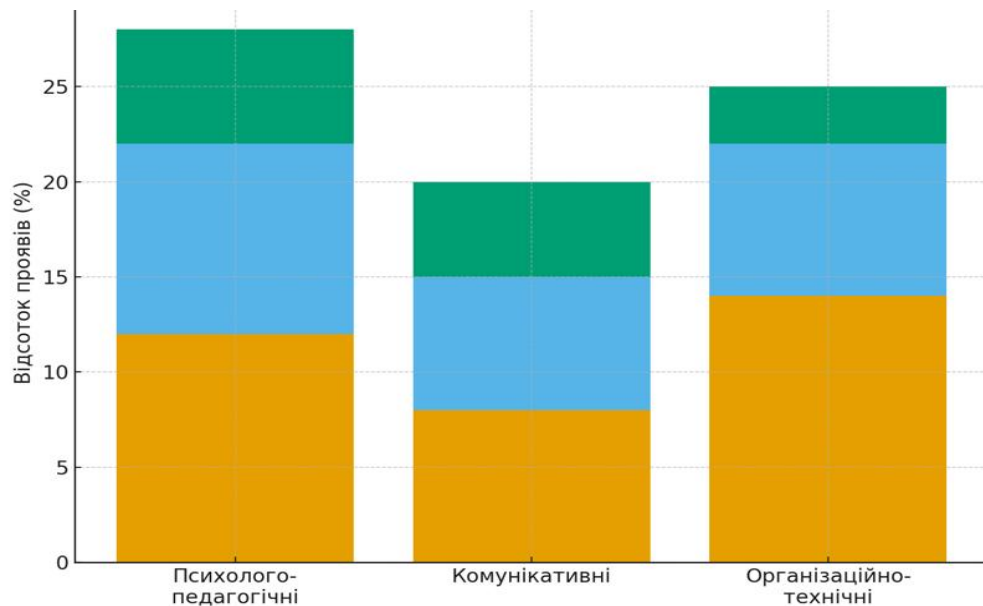
Разом із тим учителі відзначають, що більшість із названих проблем мають потенціал для поступового подолання за умови цілеспрямованої психолого-педагогічної підтримки, методичної допомоги педагогам і розвитку цифрової компетентності всіх учасників освітнього процесу.

Для глибшого розуміння специфіки бар'єрів, які виникають у процесі виховання впевненості в собі молодших школярів у цифровому освітньому середовищі, було здійснено деталізований аналіз не лише загальних груп проблем, але й їх конкретних проявів у педагогічній практиці. Оскільки кожна група труднощів має свою структурну наповненість та відмінний ступінь впливу, важливо оцінити не тільки їх поширеність, а й інтенсивність окремих підпроблем.

З цією метою було виділено три найбільш типові прояви для кожної групи проблем:

- **1-й прояв** — найчастотніший або той, що має найбільший педагогічний вплив;
- **2-й прояв** — прояв середньої інтенсивності;
- **3-й прояв** — менш поширений, але системно повторюваний.

Для наочності результатів пропонуємо гістограму 2.3. з накопиченням (stacked bar), яка дозволяє порівняти структуру кожної групи проблем та визначити, які саме підпроблеми є найбільш вагомими.



Гістограма 2.3. Структура та прояви основних груп проблем, що ускладнюють розвиток упевненості в собі учнів молодшого шкільного віку в умовах дистанційного навчання

Подана гістограма дає змогу комплексно оцінити інтенсивність проявів проблем, з якими стикаються педагоги під час організації виховного процесу в цифровому середовищі. Візуалізація демонструє, що найбільш значущі труднощі пов'язані з психолого-педагогічною та організаційно-технічною групами проблем.

1. Психолого-педагогічні проблеми (12 % + 10 % + 6 %). Ця група має найвищу сумарну вагу серед усіх, що свідчить про чутливість молодших школярів до емоційної підтримки та стилю педагогічної взаємодії. Найвагомим проявом є зниження віри у власні сили через відсутність безпосереднього емоційного контакту (12 %). Учні потребують стабільної уваги дорослого, позитивного підкріплення та можливості миттєво отримувати схвалення, тоді як онлайн-формат обмежує ці канали взаємодії.

Другим за інтенсивністю проявом (10 %) є підвищення тривожності під час онлайн-відповідей або публічних виступів перед камерою. Це пояснюється тим, що у цифровому форматі діти гостріше сприймають свою видимість та реакції інших. Третій прояв (6 %) — труднощі з подоланням

невдач та помилок, що вказує на потребу у педагогічній роботі над емоційною стійкістю та саморегуляцією.

2. Організаційно-технічні проблеми (14 % + 8 % + 3 %). Ця група займає другу позицію за сумарною інтенсивністю. Найбільша частка (14 %) припадає на нестабільний інтернет-зв'язок та технічні збої під час онлайн-уроків. Подібні ситуації спричиняють емоційну напругу в дітей, фрустрацію та зниження віри у власні сили, адже дитина сприймає технічні труднощі як «власний провал». Другим проявом є обмежені можливості пристроїв (8 %), що ускладнює виконання творчих завдань або участь у синхронних активностях. Третій прояв (3 %) — відсутність окремого місця для роботи вдома, що негативно впливає на рівень концентрації та самоорганізації молодших школярів.

3. Комунікативні проблеми (8 % + 7 % + 5 %). Несприятливі комунікативні умови в цифровому середовищі також мають суттєвий вплив. Найбільшим проявом є обмеженість природної взаємодії між учнями (8 %), що знижує соціальну впевненість і формує відчуття ізоляції.

Другий прояв (7 %) стосується зменшення активності під час групових онлайн-завдань, що свідчить про труднощі в організації партнерської діяльності. Третій прояв (5 %) пов'язаний із побоюванням висловлювати власну думку в онлайн-чатах, що впливає на розвиток навичок самопрезентації. Отримані дані свідчать, що найбільш вагомими бар'єрами розвитку впевненості в собі є ті, що пов'язані з емоційною сферою дитини, стилем педагогічної взаємодії та якістю цифрової інфраструктури. Сукупний аналіз показує: хоча всі групи проблем мають значення, саме емоційна підтримка, технічна стабільність середовища та комунікативні умови визначають рівень впевненості молодшого школяра в дистанційному навчанні.

Таким чином, ця гістограма підкреслює необхідність комплексного підходу до організації цифрового освітнього процесу: оптимізації технічних умов, розвитку цифрової компетентності педагогів, а також створення

педагогічних практик, спрямованих на підтримку позитивної самооцінки, емоційної стійкості й соціальної активності учнів. Узагальнення результатів констатувального дослідження дає змогу зробити низку висновків описового та аналітичного характеру.

По-перше, розвиток упевненості в собі молодших школярів у сучасних умовах відбувається в контексті активної цифровізації освіти, що створює як нові можливості, так і додаткові виклики для формування позитивної самооцінки, самостійності та емоційної стійкості дитини.

По-друге, дані діагностики свідчать, що в групах, де дистанційні застосунки використовуються більш системно, спостерігається тенденція до вищих показників розвитку когнітивного, емоційно-вольового та поведінкового компонентів упевненості в собі. Це дозволяє розглядати цифрове середовище як потенційно сприятливий чинник для формування впевненості в учнів за відповідної педагогічної організації процесу.

По-третє, результати аналізу досвіду педагогів показують, що цифрові платформи поступово інтегруються не лише в навчальний, а й у виховний процес, хоча цей напрям ще потребує методичного осмислення та систематизації. Виховний потенціал дистанційних застосунків пов'язується з можливістю організації ситуацій успіху, безпечного самовираження, спільної творчої діяльності й рефлексії.

По-четверте, виявлені проблеми (емоційна дистанційність спілкування, технічні обмеження, методичні труднощі) свідчать про необхідність цілеспрямованого формування педагогічних умов, які б допомагали зменшувати ризики невпевненості та підсилювати ресурси особистісного зростання дитини в цифровому середовищі.

Отримані результати створюють достатньо надійне емпіричне підґрунтя для подальшого теоретичного обґрунтування й розроблення педагогічних умов та методичного інструментарію виховання впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку засобами дистанційного навчання/

2.2. Педагогічні умови виховання впевненості в собі молодших школярів засобами цифрових технологій

Системні трансформації сучасної української освіти, викликані переходом до дистанційної, змішаної та гнучкої моделей навчання, актуалізували проблему формування в молодших школярів ключових соціально-емоційних компетентностей, серед яких особливе місце посідає впевненість у собі [5, с.5]. У молодшому шкільному віці ця властивість ще не усталена: вона формується під впливом дорослих, досвіду успіху й подолання труднощів, особистісної підтримки, емоційного визнання та умов взаємодії з однолітками. В умовах дистанційного навчання зростає роль цифрово опосередкованого педагогічного впливу, що вимагає переосмислення освітнього середовища, методів комунікації, структуризації навчального матеріалу та індивідуалізації завдань [8, с.99].

Педагогічні умови, які сприяють розвитку впевненості в собі молодших школярів у цифровому освітньому середовищі, — це спеціально організовані фактори, дії, прийоми та способи педагогічної взаємодії, що забезпечують позитивний емоційний клімат, підтримку особистих успіхів дітей, формування адекватної самооцінки, розвиток самостійності й відповідальності як основи самовпевненості. Ці умови охоплюють комплекс організаційних, методичних, технологічних і психологічних змін, які педагог має цілеспрямовано впроваджувати в освітній процес [36; 61].

Зупинимось детальніше на змісті провідних педагогічних умов, які забезпечують ефективне виховання впевненості в собі молодших школярів засобами дистанційного навчання:

❖ *Створення підтримувального емоційно-ціннісного цифрового середовища.*

❖ *Налагодження суб'єкт-суб'єктної комунікації вчителя та учня на основі емпатії, прийняття і довіри.*

❖ *Забезпечення досвіду успіху через адаптивність навчальних завдань та позитивне підкріплення.*

❖ *Розвиток цифрової самостійності і навичок саморегуляції в молодших школярів.*

❖ *Активне залучення родини до підтримки позитивної самооцінки дитини.*

❖ *Використання інтерактивних цифрових технологій як засобу формування компетентності, ініціативності й сміливості у висловлюванні.*

Зупинимось детальніше на аналізі кожної із визначених педагогічних умов:

1. Створення підтримувального емоційно-ціннісного цифрового освітнього середовища. Дистанційне навчання істотно трансформує канали емоційної взаємодії «учитель — учень», оскільки обмежує невербальні прояви підтримки (усмішку, погляд, дотик, інтонацію). Саме тому важливим педагогічним завданням є створення атмосфери психологічної безпеки у цифровому просторі. До елементів такого середовища належать:

- ✓ дружній тон учительського мовлення під час відеоуроків;
- ✓ використання візуальних елементів підтримки — емодзі, «смайлів-підтримок», інтерактивних реакцій у ZOOM/Meet;
- ✓ демонстрація віри в успіх кожної дитини («У тебе вийде!», «Ти молодець, спробуй ще раз!»);
- ✓ створення «класних цифрових традицій» — ранкових вітань онлайн, ухвалення правил підтримки, «кола радості»;
- ✓ дозований гумор, елементи гри, мультимедійність.

Емоційно безпечне середовище дає змогу дитині відчувати себе прийнятою, важливою та здатною. У таких умовах формується базове психічне почуття — довіра до себе, що є основою впевненості.

2. Суб'єкт-суб'єктна педагогічна комунікація молодших школярів в цифровому просторі. Для молодших школярів учитель у дистанційній моделі є «голосом, який підтримує», «обличчям, що надихає», «орієнтиром успіху». Ефективна цифрова комунікація передбачає:

- регулярний зворотний зв'язок у формі коротких відеоповідомлень,

голосових коментарів, індивідуальних повідомлень;

- персоналізацію звернень («Софійко, бачу, як стараєшся...»);
- педагогічну емпатію — розуміння труднощів дітей, прийняття їхніх емоцій;
- використання інтерактивних сервісів (Miro, Padlet, Classroom comments) для обміну думками, що формує сміливість висловлюватися;
- формування культури помилки як природної сходинки розвитку.

У суб'єкт-суб'єктних стосунках дитина відчуває себе партнером у навчанні, а не об'єктом оцінювання. Це суттєво підсилює її внутрішню мотивацію, ініціативність і почуття власної значущості.

3. Забезпечення досвіду успіху як умови розвитку впевненості в собі молодших школярів. Психологи (Г. Коберник, І. Меліхова В. Сухомлинський, Sojchuk R.) підкреслюють, що впевненість молодших школярів формується через серію мікроситуацій успіху, які стають мотивуючими «я можу» [35; 45; 72]. У дистанційному навчанні вчитель має:

- ✓ адаптувати навчальні завдання до можливостей кожної дитини;
- ✓ пропонувати різнорівневі варіанти («легко», «середньо», «спробуй-виклик»);
- ✓ дозволяти дітям обирати вид роботи (відеовідповідь, аудіозавдання, малюнок, інтерактивна картка);
- ✓ використовувати техніки негайного позитивного підкріплення:
- ✓ цифрові значки, «баджі» ((від англ. *badges*) — це цифрові або паперові значки-нагороди, які учні отримують за певні досягнення, старання або прояви поведінки), наприклад, «Зірка уроку», «Сміливий спікер», «Майстер відповідей»;
- ✓ «похвальні хвилини» в кінці уроку;
- ✓ спільну дошку успіху (Canva, Padlet).

Коли молодший школяр відчуває, що його зусилля бачать, помічають і цінують, формується адекватна самооцінка, прагнення діяти більш сміливо й долати труднощі.

4. Розвиток цифрової самостійності та навичок саморегуляції

Важливим чинником формування впевненості в собі є здатність молодшого школяра діяти самостійно, приймати маленькі рішення, відповідати за вибір. У дистанційному навчанні це набуває особливої ваги, адже дитина працює у своєму темпі, частково автономно [33, с.25].

Педагогічні умови розвитку цифрової самостійності у молодших школярів включають:

- чітку візуалізацію алгоритмів роботи (покрокові інструкції, скрін-пояснення);
- навчання дітей користуватися базовими інструментами (Classroom, Zoom Reactions, Google Forms);
- введення «карт самоконтролю» — коротких чек-листів виконання завдання;
- формування навичок планування в простій формі: «що я зроблю спочатку — потім — наприкінці»;
- заохочення спроби самостійно знайти відповідь перед тим, як звертатися до дорослого.

Розвиток цифрової самостійності прямо впливає на становлення впевненості, адже формує відчуття «Я сам упорався», «Я можу контролювати ситуацію», «У мене виходить».

5. Залучення родини як важливої умови зміцнення впевненості дитини. Підтримка батьків — одна з найсильніших умов формування самовпевненості [30; 37]. У дистанційному навчанні сім'я є постійним компонентом освітнього процесу, тому педагог має:

- налагодити партнерську комунікацію з батьками (відеопоради, інформаційні листи, консультації);
- пояснити їм, як правильно підтримувати дитину під час виконання завдань (не робити замість неї, не критикувати, хвалити зусилля, а не результат);
- залучати батьків до спільних STEM-проектів, творчих онлайн-

заходів;

- формувати єдиний підхід «підтримки успіху» вчителя і родини [30; 37].

Таке партнерство зменшує страх помилок, знижує тривожність і підвищує внутрішню стійкість школяра.

6. Використання інтерактивних цифрових технологій як інструмента формування впевненості.

Цифрові інструменти в дистанційному навчанні не просто передають інформацію — вони стають **платформою для самовираження**, що є критично важливим для формування впевненості молодших школярів. Найбільш ефективні цифрові засоби [4, с.47]:

Інтерактивні дошки (Jamboard, Miro) — дають змогу висловитися без страху, навіть анонімно.

Відеозавдання (Flip, Loom) — формують сміливість публічного виступу.

Навчальні ігри (Kahoot, LearningApps, Wordwall) — забезпечують позитивні емоції та відчуття успіху.

Онлайн-квести — створюють ситуації подолання труднощів у команді.

Віртуальні кімнати релаксації (YouTube Kids Relax, Breathe Online) — допомагають знижувати тривожність.

Цифрове портфоліо учня — візуально демонструє його досягнення та зростання.

Розумне використання цифрових інструментів забезпечує дітям можливість проявити себе, зробити власні відкриття, відчувати приріст умінь і впевненості.

Отже, педагогічні умови виховання впевненості в собі молодших школярів засобами дистанційного навчання формуються на перетині психологічної підтримки, індивідуалізованого навчання, цифрової взаємодії та партнерства з родиною. Ефективність цих умов визначається:

- ❖ системністю заходів;
- ❖ поєднанням емоційної підтримки та інтелектуального розвитку;

- ❖ створенням ситуацій успіху;
- ❖ можливістю для дитини висловлюватися, діяти самостійно, помилятися без страху;
- ❖ формуванням позитивного образу «Я — компетентний», «Я — здатний», «Я — допоможе мені вчитель і родина, але я сам справляюся».

Таким чином, дистанційне навчання, за умови цілеспрямованої педагогічної організації, не лише не знижує можливості розвитку впевненості в собі, а навпаки — створює нові цифрові механізми її становлення, що відповідають викликам сучасної початкової освіти.

2.3. Методичний інструментарій виховання впевненості в собі молодших школярів засобами дистанційного навчання

Сучасне дистанційне навчання створює нові можливості для формування в молодших школярів упевненості в собі як інтегральної особистісної якості, що поєднує емоційну стійкість, самооцінку, самостійність, ініціативність та здатність долати труднощі. Організація такого процесу вимагає використання спеціальних методичних підходів, адаптованих до вікових потреб дітей і особливостей цифрового середовища. Методичний інструментарій, спрямований на розвиток упевненості, охоплює сукупність прийомів, педагогічних технологій, вправ і організаційних рішень, що забезпечують позитивний досвід учнів і сприяють посиленню їхньої віри у власні сили.

У цьому підрозділі розглянемо найбільш ефективні методи й прийоми, які можуть бути використані в онлайн-навчанні, а також пропонуємо практичні приклади, вправи та кейси для різних освітніх галузей, задля виховання впевненості в собі молодших школярів:

I. Принципи організації методичного інструментарію у дистанційному навчанні [14; 17; 22]

Перш ніж перейти до характеристик методів, варто окреслити універсальні принципи, на яких базується інструментарій виховання впевненості в собі молодших школярів в онлайн-форматі:

Принцип позитивного підкріплення: кожне досягнення учня має бути поміченим і підтверджено педагогом.

Принцип прозорості вимог: діти повинні чітко розуміти, що від них очікується.

Принцип самостійності й вибору: можливість обирати спосіб виконання завдань сприяє формуванню відповідальності й самооцінки.

Принцип мікроуспіху: завдання мають бути посильними й поступово ускладнюватися.

Принцип емоційної підтримки: педагогові слід забезпечувати комфортний психологічний клімат і демонструвати віру в можливість кожної дитини.

Принцип інтерактивності: залучення учнів до активних форм взаємодії стимулює упевненість у висловлюваннях.

Принцип саморефлексії: важливо створювати умови, за яких дитина усвідомлює власні успіхи.

На основі цих принципів формується набір педагогічних засобів, які доцільно застосовувати в цифровому просторі.

II. Методичний інструментарій виховання впевненості в собі можна умовно поділити на такі групи:

- **мотиваційно-підтримувальні методи;**
- **комунікативно-інтерактивні методи;**
- **діяльнісно-творчі методи;**
- **рефлексивні методи;**
- **методи розвитку самостійності й самоорганізації.**

У межах кожної групи пропонуємо конкретні прийоми, вправи та приклади застосування у дистанційному навчанні.

Першу групу становлять **мотиваційно-підтримувальні методи формування впевненості** - ця група методів спрямована на створення позитивного емоційного фону, надання учневі досвіду успіху та зниження тривожності. До цієї групи відносимо:

1. Метод «Ситуації успіху». Це один із найефективніших методів, що дозволяє дитині переконатися у власних можливостях [63].

В онлайн-навчанні ситуація успіху створюється за допомогою:

- коротких, легко досяжних завдань;
- індивідуальних привітань;
- цифрових «медалей» і «бейджів»;
- позитивного зворотного зв'язку.

Таблиця 2.7.

Сутність методу «Ситуація успіху»

Метод	Опис	Прилади
Ситуація успіху	Створення умов для гарантованого успішного виконання завдання.	Похвальні слайди наприкінці уроку; «Зірка дня»; онлайн-стикери; коротке відеоповідомлення вчителя.

2. Метод «Цифрової похвали». Під час дистанційного уроку діти очікують емоційної підтримки, тому онлайн-похвала стає важливим інструментом. Наприклад: «Ти чудово попрацював сьогодні! Я пишаюся тобою!»; «Подивіться всі, яке гарне рішення запропонував Марко!»; «Софійко, твоя відповідь була дуже сміливою!»

3. Метод «Підтримувального діалогу», сутність методу полягає в тому, що педагог веде доброзичливе обговорення: «А що ти сьогодні зробив найкраще?», «Де ти помітив свій прогрес?»

Друга група методів – **комунікативно-інтерактивні методи розвитку впевненості в собі молодших школярів.**

У молодших школярів упевненість формується також через взаємодію з іншими. У дистанційному форматі для цього важливо застосовувати інтерактивні способи спілкування. Виокремили такі методи:

1. Метод «Голос дитини». Передбачає надання можливості висловлювати власну думку в будь-якій формі:

- відеовідповідь;
- аудіоповідомлення;
- малюнок;
- короткий текст.

Це дозволяє враховувати індивідуальні особливості учнів.

2. Метод «Мікрофон» (цифрова версія). Діти по черзі вмикають «мікрофон» і виконують завдання: «Назвіть одну причину, чому ви можете пишатися собою сьогодні».

3. Метод «Спільної дошки». Використовується інтерактивна дошка (Miro, Jamboard). Діти можуть: додавати стікери; залишати малюнки; писати короткі думки. Такий метод розвиває сміливість публічної взаємодії.

Третю групу формують **діяльнісно-творчі методи формування впевненості**. Ці методи сприяють активному інтелектуальному й творчому розвитку, що безпосередньо пов'язано з підвищенням впевненості. До цієї групи виокремили:

1. Метод творчих міні-проектів. Підходить для предметів: «Я досліджую світ», мистецтво, читання, інформатика. Наприклад міні-проектів:

«Моє улюблене місце вдома» (відео або колаж).

«Мій маленький дослідник: вирощую рослину на підвіконні».

«Книжка про мене» — учні створюють першу сторінку у Canva.

2. Метод ігрової діяльності. Ігри сприяють розвитку мотивації, зняттю страху помилки. Наприклад, онлайн-вікторини; «Знайди помилку»; «Створи пазл-розв'язання».

3. Метод самооцінювання «Сходишки росту». Учні визначають, на якій «сходишці» вони перебувають, і що хочуть досягти.

Четверта група – **рефлексивні методи**. Рефлексія допомагає дитині усвідомлювати свої емоції, досягнення й потреби. До них належать: методи: «Настрій дня» (емоційні смайлики); «Мій маленький успіх»; «Хвилинка радості» Приклади подано в таблиці 2.8..

Таблиця 2.8

Вправи для розвитку впевненості молодших школярів

Вправа	Алгоритм виконання	Очікуваний результат
«Мій маленький успіх»	1. Вчитель просить кожного учня назвати щось, що в нього вийшло. 2. Учні додають це на інтерактивну дошку.	Усвідомлення власного прогресу, підвищення самооцінки.
«Я можу!»	Дитина завершує речення: «Сьогодні я зміг...»	Формування позитивної «Я-концепції».

Четверту групу формують **методи розвитку самостійності та самоорганізації**. Уміння діяти самостійно — ключова складова впевненості. До цієї групи методів належать: чек-листи; покрокові інструкції; тайм-менеджмент для дітей; метод «вільного вибору».

Ефективність методичного інструментарію значною мірою визначається тим, наскільки повно він може бути інтегрований у реальну педагогічну практику, особливо в умовах дистанційного та змішаного навчання. Теоретичне обґрунтування методів та створення рекомендацій є важливим етапом, однак для вчителя початкових класів ключовим аспектом залишається можливість їхнього практичного застосування. Саме тому у підрозділі подано добірку вправ і кейс-уроків, які демонструють, як описані вище принципи, педагогічні умови та цифрові інструменти можуть бути використані для розвитку впевненості в собі молодших школярів.

Запропоновані вправи охоплюють когнітивний, емоційно-вольовий та поведінковий компоненти впевненості, забезпечуючи комплексний вплив на особистісний розвиток учнів. Кожен кейс побудований так, щоб враховувати вікові особливості дітей 6–10 років, їхню потребу у підтримці, позитивному

підкріпленні, співпраці й візуальній наочності. Значна частина вправ орієнтована на використання цифрових платформ — Padlet, Canva, ClasDojo, Google Classroom, Jamboard, LearningApps — що дозволяє забезпечити емоційно безпечний простір, миттєвий зворотний зв'язок і можливість індивідуального самовираження.

Кожен приклад подано як міні-сценарій уроку або виховної вправи з чітким алгоритмом, педагогічною метою, очікуваними результатами та варіантами адаптації до дистанційної форми. Такий формат допомагає вчителю не лише зрозуміти принцип роботи вправи, а й одразу інтегрувати її у навчальний чи виховний процес, обираючи найбільш доцільний спосіб реалізації. У комплексі ці вправи формують середовище, у якому дитина може відчувати успіх, спробувати себе в різних ролях, подолати тривожність і зміцнити віру у власні сили.

Кейс 1. Урок української мови (тема: опис предмета)

Мета: розвинути мовлення і впевненість у публічних висловлюваннях.

Хід:

Учні обирають предмет у кімнаті.

Готують короткий відеоопис.

Вчитель відзначає 3 «сміливі відповіді».

Результат: учень долає сором'язливість, упевнено говорить перед камерою.

Кейс 2. Математика (тема: складання виразів)

Вправа «Математичний герой»: учень обирає «героя», який бере участь у задачі, та придумує власну історію.

Підсилює: творчість → результативність → впевненість.

Кейс 3. Інформатика (створення презентації «Мій талант»)

Учні створюють один слайд про свій талант. Вчитель демонструє кожну роботу з позитивним коментарем.

Кейс 4. Я досліджую світ (міні-проект «Моє відкриття»)

Учень проводить міні-дослід удома, записує відео свого звіту. Батьки допомагають лише з технічним аспектом.

Запропоновані вправи та кейс-уроки демонструють можливості цілеспрямованого формування впевненості в собі молодших школярів за допомогою цифрових інструментів. Їхнє практичне значення полягає не лише у структурованості та доступності алгоритмів, але й у гнучкості застосування — кожен приклад може бути адаптований до дистанційного, змішаного або очного формату.

Проаналізовані кейси показують, що розвиток упевненості в собі відбувається найуспішніше тоді, коли цифрове середовище створює емоційно безпечний простір, у якому дитина має можливість:

- ✓ отримувати позитивний зворотний зв'язок;
- ✓ помічати власний прогрес у динаміці;
- ✓ презентувати свої результати без страху помилки;
- ✓ брати участь у співпраці, що зміцнює соціальну сміливість;
- ✓ проявляти творчість і самостійність.

Вправи спрямовані на розвиток трьох ключових компонентів упевненості — когнітивного, емоційно-вольового та поведінкового, що забезпечує комплексний особистісний вплив подано в додатку Д. Особливу роль відіграють інтерактивні платформи (Padlet, Canva, ClassDojo, Google Classroom, Jamboard), які підсилюють ефект «ситуації успіху», створюючи додаткові можливості для самопрезентації та підтримки мотивації.

Системне застосування описаних прийомів дозволяє педагогові не лише формувати позитивну самооцінку дітей, а й будувати партнерську взаємодію, у якій кожен учень відчуває свою значущість. У цьому контексті цифрові інструменти виступають не як самоціль, а як ефективний засіб розвитку емоційної стійкості, ініціативності та впевненості в собі, що є важливими передумовами успішної адаптації дитини до сучасного освітнього середовища. Фрагменти вправ представлено в таблиці 2.10

Таблиця 2.10

**Методичні вправи для розвитку впевненості в собі молодших
школярів засобами дистанційного навчання**

Назва вправи	Мета	Алгоритм виконання	Цифрові інструменти	Очікуваний результат
<i>Наприклад: «Моє маленьке досягнення»</i>	Формування позитивної самооцінки, актуалізація сильних сторін	1. Учитель просить учнів згадати одну маленьку перемогу дня. 2. Кожен учень записує або малює її. 3. Завантажує на спільну дошку Padlet. 4. Обговорення і підсилюючий фідбек учителя.	Padlet, Google Classroom	Підвищення віри у власні сили; розвиток уміння помічати власні успіхи
<i>«Цифровий комплімент»</i>	Розвиток емпатії, впевненості у спілкуванні	1. Учні обирають однокласника. 2. Через Padlet/Wordcloud пишуть позитивну рису про нього. 3. Кожен отримує власну «хмаринку компліментів».	Mentimeter, Padlet	Підсилення емоційної стійкості та соціальної сміливості
<i>«Мій маленький проєкт»</i>	Розвиток самостійності та відповідальності	1. Учні готують мініпрезентацію (3 слайди). 2. Презентують її класу. 3. Отримують	Canva, Google Slides	Зростання впевненості в самопрезентації

Назва вправи	Мета	Алгоритм виконання	Цифрові інструменти	Очікуваний результат
		позитивний фідбек.		
«Сходи́нки успіху»	Розвиток рефлексії та самоприйняття	1. Учень оцінює себе за 5 критеріями. 2. «Піднімається» сходами успіху. 3. Обговорює труднощі з учителем.	Jamboard, Google Forms	Розвиток адекватної самооцінки, формування позитивного Я-образу
«Я можу — я вмію»	Актуалізація сильних сторін	1. Учні створюють цифровий постер «Мої три здібності». 2. Презентують його класу.	Canva	Зміцнення віри у власну компетентність

Розширений варіант із трьома таблицями (для когнітивного компоненту, для емоційно-вольового, для поведінкового) вправ для розвитку впевненості в собі молодших школярів засобами дистанційного навчання представлено в додатку Д.

Отже, можемо підсумувати, для розвитку впевненості варто використовувати такі цифрові інструменти: інтерактивні дошки; платформи для відеовисловлювань; онлайн-вікторини; сервіси для творчих міні-проектів; сервіси для саморефлексії.

Застосування цифрових платформ має бути педагогічно виправданим, спрямованим не на технічність, а на підтримку учнів.

Методичний інструментарій розвитку впевненості в собі молодших школярів у дистанційному навчанні включає: підтримку позитивного емоційного фону; створення ситуації успіху; вправи на саморефлексію;

творчі проєкти; комунікативні завдання; ігрові методи; розвиток самостійності.

Коли молодший школяр має змогу проявляти себе, отримувати підтримку та чесно оцінювати власні досягнення, формується внутрішня упевненість, яка стає основою успішного навчання та особистісного становлення.

Висновки до розділу 2.

У другому розділі магістерської роботи здійснено комплексний аналіз особливостей виховання впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку в умовах дистанційного навчання, що дало змогу всебічно охарактеризувати реальний стан цього процесу, визначити чинники, які сприяють або ускладнюють його, та окреслити педагогічні умови й методичний інструментарій, що забезпечують ефективний розвиток зазначеної якості в цифровому середовищі.

У ході констатувального дослідження визначено, що рівень упевненості в собі в молодших школярів загалом перебуває в межах середнього рівня, що відповідає віковим психологічним закономірностям. Водночас у значній частини дітей спостерігаються труднощі, пов'язані з нестійкою самооцінкою, недостатньою здатністю долати невдачі, униканням публічних відповідей, невмінням презентувати власні досягнення та зниженим рівнем емоційної стабільності під час виконання завдань у дистанційному форматі. Особливо відчутними є прояви невпевненості в емоційно-вольовій сфері, оскільки саме цей компонент найбільше залежить від підтримки, атмосфери довіри та можливості відчутти прийняття з боку дорослого.

Важливим результатом дослідження стало виявлення тенденцій використання цифрових застосунків у вихованні молодших школярів. Педагоги початкової школи активно інтегрують цифрові ресурси — такі як Google Classroom, Padlet, ClassDojo, Canva, Kahoot — проте переважно з навчальною, а не виховною метою. Водночас простежується чітка тенденція розширення використання цих платформ для формування соціально-емоційних навичок, організації ситуацій успіху, розвитку самопрезентації та рефлексії. Учителі визнають, що цифрове середовище дає можливість створювати безпечні умови для прояву ініціативності, активності, творчого самовираження, що позитивно позначається на формуванні впевненості в собі.

У процесі дослідження визначено низку проблем, що ускладнюють

виховання впевненості в собі у дистанційному форматі: емоційна віддаленість онлайн-взаємодії, технічні обмеження, недостатня цифрова компетентність частини педагогів, труднощі у встановленні стабільного зворотного зв'язку, а також специфічні особистісні потреби молодших школярів у постійній підтримці, увазі та схваленні. Окремою проблемою є недостатня методична база щодо використання цифрових ресурсів власне для виховання соціально-емоційних якостей.

У розділі окреслено педагогічні умови, що є ключовими для розвитку впевненості в собі в умовах дистанційного навчання: створення емоційно безпечного середовища; систематичне використання ситуацій успіху; організація спільної діяльності засобами цифрових інструментів; забезпечення позитивного педагогічного зворотного зв'язку; підсилення індивідуальної підтримки дитини; розвиток навичок саморегуляції та цифрової компетентності.

У підрозділі 2.3 запропоновано методичний інструментарій, що включає комплекси вправ мотиваційного, емоційно-вольового, комунікативного й творчого спрямування, цифрові завдання, алгоритми роботи в онлайн-групах, індивідуальні рефлексивні інструменти, моделі онлайн-ситуацій успіху та приклади використання платформ для розвитку впевненості в собі.

Узагальнюючи результати розділу, можна стверджувати, що дистанційне навчання, за умови його грамотно організованої педагогічної підтримки, відкриває значні можливості для розвитку впевненості в собі молодших школярів. Застосування цифрових технологій сприяє формуванню позитивної самооцінки, розвитку вмінь презентувати себе, долати труднощі, взаємодіяти з однолітками, а також забезпечує гнучкість, мотиваційність і відкритість освітнього простору. Водночас ефективність цього процесу залежить від рівня цифрової компетентності педагогів, методичного забезпечення та створення умов емоційного комфорту для кожної дитини.

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження присвячене комплексному аналізу особливостей виховання впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку засобами дистанційного навчання. Актуальність проблеми зумовлена суттєвими змінами в освітньому середовищі, зростанням ролі цифрових технологій та потребою розвитку в дітей соціально-емоційних компетентностей, які забезпечують успішність навчання, адаптацію до освітніх викликів і внутрішню гармонійність.

У першому розділі на основі теоретичного аналізу наукових джерел обґрунтовано сутність поняття «впевненість у собі», визначено його структуру, вікові особливості формування та психолого-педагогічні передумови розвитку в молодшому шкільному віці. Підкреслено, що впевненість у собі є інтегрованою особистісною якістю, яка включає когнітивний компонент (усвідомлення власних можливостей), емоційно-вольовий (здатність долати труднощі, стійкість до невдач, позитивне ставлення до себе) та поведінковий (ініціативність, активність, готовність діяти самостійно).

Розкрито роль учителя як ключової фігури розвитку впевненості в собі в молодшому шкільному віці: педагог виступає джерелом підтримки, організатором ситуацій успіху, фасилітатором самооцінки дитини, модератором емоційно безпечного освітнього середовища. Окремо проаналізовано потенціал дистанційних засобів навчання у формуванні впевненості в собі, зокрема можливості цифрових платформ для розвитку рефлексії, спільної діяльності, самопрезентації, емоційної підтримки та мотивації.

У другому розділі здійснено констатувальне дослідження, спрямоване на визначення реального стану сформованості впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку та аналіз тенденцій використання дистанційних застосунків у виховному процесі початкової школи. Встановлено, що більшість молодших школярів мають середній рівень упевненості в собі,

однак частина з них демонструє труднощі, пов'язані з тривожністю, нестійкістю самооцінки, невмінням адекватно оцінювати свої сильні сторони, низьким рівнем ініціативності.

Важливим результатом стало визначення критеріїв і показників сформованості впевненості в собі, що дозволило комплексно оцінити стан її розвитку: когнітивний (усвідомлення власних можливостей), емоційно-вольовий (саморегуляція, ставлення до успіхів і невдач) та поведінковий (ініціативність, активність, участь у спільних проєктах). За всіма компонентами простежується потреба в підсиленні емоційної підтримки та створенні умов для самостійних дій дитини.

У ході аналізу досвіду педагогів виявлено, що дистанційні засоби активно входять у виховну практику, однак їх потенціал у формуванні впевненості в собі використовується нерівномірно. Педагоги частіше застосовують цифрові ресурси з навчальною метою, проте зростає популярність онлайн-челенджів, творчих проєктів, міні-презентацій, віртуальних дощок досягнень та інструментів рефлексії, що підтверджує тенденцію до розширення цифрового виховного середовища. При цьому окреслено типові труднощі: від технічних обмежень до недостатності методичних рекомендацій, що обумовлює потребу в удосконаленні цифрової компетентності педагогів.

У другому розділі обґрунтовано педагогічні умови, необхідні для розвитку впевненості в собі в умовах дистанційного навчання: створення емоційно безпечного цифрового простору; забезпечення ситуацій успіху; індивідуалізація навчально-виховних завдань; організація спільних форм діяльності; використання позитивного зворотного зв'язку; підтримка саморегуляції та самооцінки; розвиток цифрової грамотності педагога.

У підрозділі 2.3 представлено методичний інструментарій, що включає комплекси вправ для розвитку впевненості в собі: мотиваційні, рефлексивні, творчі, комунікативні, емоційно-вольові, а також цифрові вправи та приклади інтегрованих онлайн-активностей, які сприяють формуванню позитивної

самооцінки й уміння презентувати власні досягнення. Цифрові портфоліо, інтерактивні вправи, віртуальні проєкти, онлайн-виставки та групові дискусії сприяють розвитку самовираження, ініціативності та впевненості в собі.

Узагальнюючи результати дослідження, можна зробити такі висновки:

Впевненість у собі є ключовою особистісною якістю молодшого школяра, що забезпечує успішність навчальної діяльності, соціальну активність, емоційну стійкість та здатність до самореалізації.

Молодший шкільний вік є сенситивним періодом для формування впевненості в собі, оскільки саме в цей час закладаються основи самооцінки, мотивації досягнення, саморегуляції та соціальної компетентності.

Дистанційне навчання створює нові можливості для розвитку впевненості в собі (індивідуалізація, самопрезентація, цифрова творчість, гнучкий формат навчання), але водночас породжує певні труднощі, які потребують педагогічної компенсації.

Педагогічні умови формування впевненості в собі у цифровому середовищі повинні включати емоційну підтримку, створення ситуацій успіху, розвиток партнерських відносин, активне використання цифрових платформ для рефлексії, самовираження і взаємодії.

Запропонований методичний інструментарій підтверджує, що цифрові технології можуть стати ефективним засобом формування впевненості в собі молодших школярів, якщо вчитель володіє необхідними компетентностями та використовує їх у відповідності до виховних завдань.

Загалом здійснене дослідження доводить, що розвиток впевненості в собі учнів молодшого шкільного віку у дистанційному навчанні є реалістичним і перспективним напрямом сучасної педагогіки, який потребує наукового обґрунтування, педагогічного супроводу та методичної підтримки. Отримані дані формують підґрунтя для подальшої розробки моделі формування впевненості в собі засобами цифрових технологій та її практичної апробації в освітній діяльності закладів початкової освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алendarь Н. Адаптація першокласників до навчання в школі. *Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Педагогічні науки*, 2013. №7, С.20-23.
2. Бабаян Ю. О., Тимченко Н. А. Особливості формування самооцінки молодшого школяра. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені ВО Сухомлинського. Серія: Психологічні науки*, 2014. №12, С.26-30.
3. Бех І. Д. Виховання особистості: наук. вид.: в 2 кн. Кн. 1. Особистісно орієнтований підхід: теоретико–технологічні заходи. К. : Либідь, 2003. 280 с.
4. Биков В. Ю., Жук Ю. О. Використання цифрових освітніх ресурсів у початковій школі: методичні рекомендації. *Інформаційні технології в освіті*, 2019. №42(1), С.45-52.
5. Бойбіна Ю. Розвиток самопізнання та впевненості в собі у дітей 10-12 років. Частина І. Психолог: Додаток до газ. «Шкільний світ». 2008. № 25. С. 4-63.
6. Борбич Н.В. Особливості шкільної соціалізації учнів початкових класів. *Педагогічні науки: збірник наукових праць* / Гол. ред. М. Степаненко. Полтава, 2009. Вип. 2. С. 4-8.
7. Варгата О. Психологічні особливості формування самооцінки молодших школярів. 2019. №1(64). С.70-74.
8. Василюк А. В. Обриси нової української школи і сучасна місія вчителів. *Гуманітарний простір науки: досвід та перспективи*: Зб. матеріалів ХІХ Міжнарод. наук. практ. інтернет-конф., 2 жовтня 2018 р. Переяслав-Хмельницький ДПУ імені Г. Сковороди. 2018. С.99-104
9. Ватсон С. Поліпшуємо самооцінку. Як допомогти учням стати впевненішими в собі. Педагогічна майстерня. 2020. № 9. С. 21-23.
10. Великий тлумачний словник сучасної української мови / уклад. і гол. ред. В. Т. Бусел. К. : Ірпінь : ВТФ «Перун», 2002. 1440 с.

11. Великий тлумачний словник. Сучасна українська мова. 2008. 302 с.
12. Вихрущ В. О. Дистанційне навчання і реформування початкової освіти: уроки карантину. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2020, № 70, Т. 1. С.61-66.
13. Вікторова Л.В., Тверезовська Н.Т., Михайліченко М.В., Ржевський Г.М. Основи соціалізації особистості. Київ : «ЦП «КОМПРИНТ», 2017. 475 с.
14. Власова О. І. (2005). Педагогічна психологія: Навч. посібник. К.: Либідь, 400с.
15. Галета Я. В. Інформаційні технології в освіті : навч. посіб. Кіровогр. держ. пед. ун т ім. В. Винниченка. Кіровоград : Авангард, 2009. 51 с.
16. Гармонізація компонентів структури характеру: емоційний компонент. *Сучасна школа України*. 2021. №5. С. 77-85.
17. Гарькавець С.О., Волченко Л.П. Спілкування в педагогічному процесі: навчальний посібник. Житомир : ТОВ «Видавничий дім “Бук-Друк”», 2021. 100с.
18. Главінська О. Д. Вплив самооцінки школяра на ставлення до своєї учбової діяльності. *Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти: Збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету*, №16. Рівне. 2001. С.23-27.
19. Глушко Л. О. Психологічні особливості розвитку впевненості в собі у школярів різного віку : автореф.дис. ... канд. психол. наук. Київ : Ін-т психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2015. 19 с.
20. Гуржій А., Жалдак М. І. Інтерактивні технології в освітньому процесі початкової школи: методичні аспекти. Львів: Видво «Срібне слово». 2020
21. Демченко О. П., Демченко Е. П. Спостереження за емоційними реакціями дітей у процесі створення виховних ситуацій. 2009.
22. Дичківська І. М. Інноваційні педагогічні технології. 2004.

23. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості у молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 «Теорія і методика виховання». К., 2008. 20 с.
24. Драган А.О. Розвиток міжособистісних відносин дітей молодшого шкільного віку. Науковий вісник МНУ імені В.О. Сухомлинського. *Педагогічні науки*. 2015. № 1 (48). С. 117-121.
25. Дячук П. В., Перфільєва Л. П., Яценко А. А. Формування самооцінки молодших школярів в умовах спільної навчальної діяльності. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи*: зб. наук. праць Уманського держ. пед. ун-ту імені Павла Тичини. К.: Наук. світ, 2003. С.40-47.
26. Єремєєва Н., Таланова Ю. У тебе все вийде. Формування в дитини впевненості в собі й своїх силах. *Психолог*. 2022. №3/4. С. 28-33.
27. Загальна психологія: підручник / за заг. ред. С. Д. Максименка. 2-ге вид., перер. і доп. Вінниця : Нова Книга, 2004. 704 с.
28. Загурська І. С. Особливості рефлексії здібностей та самооцінки творчих здібностей при переході від розвивальної до традиційної системи навчання. *Актуальні проблеми психології*: Проблеми психології творчості: Збірник наукових праць/За ред. ВО Моляко. 2009. №12(7), С.70-74.
29. Загурська І. С. Розвиток самооцінки здібностей у молодшому шкільному віці. *Практична психологія та соціальна робота*. 2010, №10, С. 14-21.
30. Заміщак М. І. Сім'я як чинник становлення моральної самооцінки у молодших школярів. *Проблеми сучасної психології*: збірник наукових праць. 2010. №8.
31. Заміщак М. Молодший шкільний вік як важливий етап становлення моральної самооцінки. *Психологія особистості*. 2011. №1. С.254-260.
32. Зязюн І. А. Педагогіка добра : ідеали і реалії : наук.–метод. посіб. К.: МАУП, 2000. 312 с.
33. Іваненко Т.М. Інтерактивні методи навчання в умовах дистанційної освіти. *Освіта і сучасність*, 2019. №8(3), С.21-25.

34. Калошин В. Формування впевненості. Практичні поради. *Школа*. 2015. №1. С.54-63.
35. Коберник Г.І. Формування впевненості у собі в учнів молодшого шкільного віку у процесі застосування технології створення ситуації успіху. *Перспективи та інновації науки*. (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»). № 7(25). 2023. С.113-125.
36. Коберник Г. І. Соціалізація особистості молодшого школяра в умовах навчального середовища. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи* : зб. наук. праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. Умань : ПП Жовтий, 2012. №39. С. 123-128.
37. Коберник О. М. Школа і сім'я: грані співпраці : навч.–метод. посібник. Умань : [РВЦ «Софія»], 2008. 200 с.
38. Ковалишин І. В. Самооцінка дітей молодшого шкільного віку (порівняльна характеристика). *Вісник Харківського національного університету імені ВН Каразіна. Серія: Психологія*. 2011. №46. 47-51.
39. Ковченко В. В. Вплив поведінки на здоров'я. Переваги впевненої поведінки. *Основи здоров'я*. 2018. №8. С. 13-16.
40. Кошинська Л. О., Гуріна З. В. Особливості розвитку самооцінки молодшого школяра. *Молодий вчений*. 2016. №1. С. 226-229.
41. Липченко Т.С., Кость С.П. Педагогічне спілкування: особливості, закони, функції. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. 2017. Вип. 2. С. 147-155.
42. Максименко С. Д. Поняття особистості у психології. *Психологія і особистість*. 2016. №1 (9), С.11-17.
43. Мащак С. О. Моральний розвиток молодшого школяра як соціально-психологічна проблема. *Моральна свідомість та самосвідомість особистості*: [монографія]/за ред. проф. МВ Савчина, доц. І.М. Галяна. Дрогобич, 2009. С.64-117.

44. Меднікова Г.І. Дослідження самооцінки та рівня домагань особистості як динамічної системи. *Вісник ХДПУ ім. Г.С.Сковороди. Психологія*. Харків: ХДПУ, 2001. С.122-126.

45. Меліхова І.О. Вплив упевненості та невпевненості на самооцінку і мотивацію досягнення успіху молодших школярів. https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2010/9_2010/24.pdf

46. Мистецтво стійкості: ефективні вправи для розвитку навичок емоційної саморегуляції, самоцінності, впевненості в собі : посібник для роботи з дітьми (матеріали семінарів) / авторки : О. В. Літвінова, В. С. Мирошніченко, Т. М. Дзюба. Київ, 2024. 82 с.

47. Михалевська В. А. До питання про виховання наполегливості в молодшому шкільному віці. *Вісник Чекаського університету. Серія Педагогічні науки : науковий журнал* № 28 (241). Черкаси, 2012. № 28 (241). С. 75–79. 144.

48. Михалевська В. А. Особливості прояву наполегливості та впевненості в молодших школярів. *Педагогічна освіта: теорія і практика: збірник наукових праць*. Вип. 14, К-Подільський, 2013. С. 246-252.

49. Мішечкіна М.Є. Історичний та психолого-педагогічний аспекти поняття впевненості в собі. *Збірник наукових праць Бердянського державного педагогічного університету (Педагогічні науки)*. Бердянськ: БДПУ, 2004. №1. С. 114-123.

50. Морзе Н. В., Варченко-Троценко Л. О., Терлецька Т. С., Смирнова-Трибульська Є. М. Штучний інтелект у ролі асистента вчителя початкової школи. *Електронне наукове фахове видання “Відкрите освітнє е-середовище сучасного університету”*, 2023. №15, С.97-115. <https://doi.org/10.28925/2414-0325.2023.158>

51. Огієвич В. Л. Як сформувати самооцінку і впевненість у собі? *Шкільному психологу. Усе для роботи*. 2020. № 4. С. 8-12.

52. Онопрієнко О. В., Софій Н. З., Найда Ю. М., Большакова І. О., Пристінська М. С. Нова українська школа: poradnik dla vchitelja/Za zag. red. НМ Бібік. Київ: Літера, 2018. С.24-25.

53. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія: посібник. Київ : Академвидав, 2003. 448 с.

54. Павелків Р. В. Молодший школяр у моральному вимірі міжособистісних відносин. *Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти*, 2003. С.6-10.

55. Павелків Р.В. Вікова психологія. Київ : Кондор, 2011. 468 с.

56. Пеньковська Н. Рефлексія як об'єкт психологічного аналізу. *Психологія і суспільство*, 2000. №2. С.66-73.

57. Пеньковська Н. Розвиток здатності до самоаналізу у процесі особистісного становлення молодшого школяра. *Психологія і суспільство*. 2006, №1 (23), С.113-120.

58. Пеньковська Н. Ю. Роль самооцінки у формуванні особистості дитини. *Початкова школа*, 2002. №10, С.5-8.

59. Предик А., Стьопіна Л. Підготовка майбутніх вчителів до використання чат-ботів в освітньому процесі початкової школи. *Інновації в науці: сучасний вимір*: матеріали Міжнародної науково практичної інтернет-конференції молодих дослідників (10 квітня 2025 року, м. Суми). Суми: ФОП Цьома С.П., 2025. 262 с. С.95-98.

60. Психологічні механізми зародження, встановлення та здійснення особистості. Монографія за ред С. Д. Максименко, В. В. Клименко, А.В. Толстоухов. К. : Видавництво європейського університету, 2010. С. 12-18.

61. Роєнко Л. М., Комар О. А., Дячук П. В. Педагогічні умови формування самооцінки молодших школярів в освітній діяльності. *Theoretical foundations of pedagogy and education: Monograph-USA-Pedagogy-2021-III-isg-konf-8.11. 2021. С.787-832.*

62. Савчин М.В., Василенко Л.П. Вікова психологія: навчальний посібник. Київ : Академвидав 2005. 218 с.
63. Серце віддаю дітям: [нове прочитання / уклад. та авт. вступ. ст. «У пошуках справжнього», с. 5–22, О. В. Сухомлинська]. [Харків]: Акта, 2012. 537с.
64. Сигида С.В., Ішук І.Т. Впевненість, творчість, самостійність. Мистецтво самореалізації та взаємодії молодших школярів. *Початкове навчання та виховання*. 2007. №16-18. С. 2-15.
65. Сухомлинський В. О. Сто порад учителям. Вибрані твори. В 5- ти т. Київ: Рідна школа, 1976. Т. 2. С. 419-654.
66. Терлецька Л. Г. Процес самопізнання, його структура і роль у становленні особистості. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2012. №14. С.152-158.
67. Толкунова І. Феномен впевненості як детермінанта діяльності. *Соціальна психологія*. 2006. № 3. С. 102-107.
68. Тугай В. М. Моральне виховання молодших школярів як психолого-педагогічна проблема. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2015. №41. С. 459-464.
69. Чернобровкін В. М. Підсилення впевненості дитини в собі та само ефективності. *Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості/ стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах: навч.метод. посіб. / заг. ред. : В. М. Чернобровкін, В. Г. Панюк*. Київ : Нац. ун-т «Києво-Могилянська академія», 2017. С. 56-65.
70. Шпак В., Мойсієнко І. Формування впевненості в молодших школярів в освітньому процесі початкової школи. *Актуальні питання у сучасній науці*. 2025. №9(39). С. 1512-1524.
71. Юдіна Н.О., Харченко А.С. Особливості мотивації спілкування у молодшому шкільному віці. *Молодий вчений*. 2023. № 8 (120) серпень. С.49-52.

72. Sojchuk R. Позитивні емоції та почуття успіху у вихованні національного самоствердження особистості. KELM (Knowledge, Education, Law, and Management), 2015. №12 (4). С.225-237.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета учня “Я і мої можливості”

Мета: виявити рівень самооцінки, віри у власні сили, усвідомлення сильних сторін.

Інструкція для учня: Прочитай кожне твердження. Постав ☒ там, де твоя відповідь. Тут немає правильних чи неправильних відповідей — важливо лише те, що ти відчуваєш.

№	Питання	Варіанти відповідей
1	Я вірю, що зможу виконати складне завдання, якщо постараюся.	так ☐ іноді ☐ ні ☐
2	Я швидко засмучуюся, коли щось не виходить.	ні ☐ іноді ☐ так ☐
3	Я часто хвалю себе, коли добре впорався із завданням.	так ☐ іноді ☐ ні ☐
4	Мені подобається брати участь у змаганнях, конкурсах.	так ☐ іноді ☐ ні ☐
5	Я вважаю, що в мене є сильні сторони.	так ☐ не знаю ☐ ні ☐
6	Коли я помиляюсь, я намагаюсь виправити помилку.	завжди ☐ іноді ☐ рідко ☐
7	Я впевнений(а), що можу стати кращим(ою), ніж зараз.	так ☐ не знаю ☐ ні ☐

Інтерпретація:

13–15 балів – високий рівень упевненості в собі;

9–12 балів – середній рівень;

до 8 балів – низький рівень (потребує педагогічної підтримки).

Рівень	Діапазон балів	Характеристика
Високий	15–20 балів	Учень має сформовану віру у власні сили, виявляє ініціативність, не боїться труднощів.
Середній	8–14 балів	Самооцінка нестійка, прояви впевненості ситуативні; потребує педагогічної підтримки.
Низький	0–7 балів	Учень невпевнений у власних силах, уникає складних завдань, переживає високий рівень тривожності.

Методика “Сходинок успіху”

(О. Кравцова, модифікована для учнів 2–4 класів)

Мета: визначити рівень самоприйняття та ставлення до власних досягнень.

Інструкція: перед учнем зображена драбинка з 7 сходинок.

Учитель говорить:

“Уяви, що на верхній сходинці стоять діти, які дуже задоволені собою, упевнені, що все можуть. На нижній — ті, хто часто сумнівається. На якій сходинці стоїш ти?”

Учень обирає сходинку.

Інтерпретація:

6–7 сходинка — високий рівень самоприйняття;

3–5 — середній рівень;

1–2 — низький рівень упевненості в собі.

Додаткове завдання: “Куди б ти хотів піднятися?” — виявляє мотивацію до саморозвитку.

Пояснення сходинок

Номер сходинок	Опис для учня
7	Я дуже задоволений собою, у мене все добре виходить.
6	Я добре стараюся і часто бачу результат.
5	У мене виходить краще, ніж раніше.
4	Іноді виходить добре, але мені треба більше працювати.
3	Я стараюся, але не завжди задоволений результатом.

Номер сходинки	Опис для учня
2	Мені часто важко, я рідко задоволений собою.
1	Я майже ніколи не задоволений тим, як у мене виходить.

Інтерпретація

6–7 сходинка — високий рівень самоприйняття.

Учень бачить власні успіхи, має позитивне ставлення до себе, легко долає труднощі.

4–5 сходинка — середній рівень.

Учень усвідомлює свої досягнення, але має нестійке ставлення до них; потребує підтримки.

1–3 сходинка — низький рівень.

Учень часто незадоволений собою, має труднощі з прийняттям власних результатів.

Додаткове завдання (модифікація для молодших школярів)

(для якісного аналізу)

Після позначення сходинки учня просять завершити 3 фрази:

«Я пишаюся тим, що...»

«Я хочу навчитися...»

«Мені допомагає, коли...»

Це дозволяє педагогу глибше зрозуміти емоційний стан дитини та її самооцінку.

Карта спостереження за поведінкою учнів

Мета: оцінити прояви впевненості в собі у навчально-виховних ситуаціях, зокрема під час роботи з дистанційними застосунками.

Бланк спостереження за поведінкою учня

Показник	Спостережувані прояви	Частота (часто / інколи / рідко)	Коментар педагога
Самостійність	Виконує завдання без нагадувань	☐ ☐ ☐	
Ініціативність	Бере участь у спільній діяльності онлайн	☐ ☐ ☐	
Самопрезентація	Виступає, показує роботу на камеру/екрані	☐ ☐ ☐	
Ставлення до помилок	Зберігає спокій, виправляє	☐ ☐ ☐	
Активність	Відповідає, ставить запитання	☐ ☐ ☐	

Критерій	Показники	Високий (3 бали)	Середній (2 бали)	Низький (1 бал)
Когнітивний	Усвідомлення власних можливостей, здатність оцінити свої успіхи	Завжди реалістично оцінює	Іноді сумнівається	Часто применшує
Емоційно-вольовий	Реакція на успіх/невдачу, здатність долати труднощі	Зберігає спокій, проявляє наполегливість	Інколи розчаровується	Швидко здається
Поведенковий	Ініціативність, активність, самостійність	Активно бере участь, допомагає	Працює після підказки	Пасивний, уникає

Критерій	Показники	Високий (3 бали)	Середній (2 бали)	Низький (1 бал)
		іншим		
Соціальний	Взаємодія у групі, комунікація	Доброзичливий, упевнений у спілкуванні	Інколи соромиться	Уникає спілкування

Рівень упевненості:

- 9–12 балів — високий;
- 6–8 балів — середній;
- 3–5 балів — низький.

Підсумкова таблиця оцінювання рівня впевненості в собі

Прізвище, ім'я	Когнітивний (0–10)	Емоційно-вольовий (0–10)	Поведінковий (0–10)	Загальний бал (0–30)	Рівень сформованості
.....	7	8	6	21	Середній
.....	9	9	8	26	Високий
.....	5	6	5	16	Середній

Опитувальник для бесіди з учителями

Мета: уточнити педагогічні спостереження щодо формування впевненості в учнів.

Приклади запитань:

Як Ви визначаєте, що дитина впевнена у собі?

Які ситуації успіху Ви створюєте для своїх учнів?

Чи помічаєте Ви різницю у поведінці дітей під час роботи з цифровими застосунками (наприклад, у Kahoot, Padlet, Canva)?

Які форми підтримки найефективніші для невпевнених дітей?

Що, на Вашу думку, найбільше заважає розвитку впевненості в собі у цифровому форматі?

Методичні вправи для розвитку когнітивного компоненту впевненості в собі молодших школярів

Назва вправи	Мета	Алгоритм виконання	Цифрові інструменти	Очікувані результати
«Я знаю, що я вмію!»	Усвідомлення сильних сторін та навчальних досягнень	1. Учитель пропонує дітям перелік умінь. 2. Учні відмічають те, що «вже вмію», «вчуся» та «спробую». 3. Створення цифрової картки результатів.	Google Forms, Canva	Формування адекватної самооцінки; здатність визначати власні успіхи
«Моє досягнення дня»	Формування розуміння особистого прогресу	1. Учень щодня записує одне досягнення. 2. Додає його у спільний Padlet. 3. Групове обговорення.	Padlet	Усвідомлення причин успіху; розвиток позитивного мислення
«Цифровий щоденник успіху»	Закріплення умінь аналізувати власні	1. Учні ведуть щотижневий онлайн-щоденник. 2.	Google Docs	Здатність оцінювати власну діяльність; планування

Назва вправи	Мета	Алгоритм виконання	Цифрові інструменти	Очікуваний результат
	результати	Відзначають, що вдалося і що хочуть удосконалити.		саморозвитку
«Мій розумний крок»	Усвідомлення логіки власних дій	1. Учень виконує завдання. 2. Записує: «Що я зробив? Чому? Що вийшло?»	Jamboard	Розвиток самоаналізу та раціонального мислення
«Хмаринка слів про мене»	Формування позитивного образу Я	1. Учні створюють хмару слів: свої риси, уміння, таланти.	Mentimeter	Усвідомлення власних ресурсів та здібностей
«Мій план успіху»	Формування навчальних цілей	1. Учні ставлять 1 коротку й 1 середньострокову мету. 2. Презентують її класу.	Google Slides	Розвиток уміння ставити цілі та планувати діяльність

Назва вправи	Мета	Алгоритм виконання	Цифрові інструменти	Очікувані результати
«Я можу пояснити!»	Розвиток навчальної рефлексії	1. Учень обирає завдання, яке зміг виконати. 2. Пояснює класу як саме він це зробив.	Loom, Zoom	Зміцнення пізнавальної впевненості
«Правильно—Неправильно»	Формування навичок критичного мислення	1. Учитель подає твердження. 2. Учні визначають його істинність. 3. Пояснюють свою позицію.	Kahoot, Quizizz	Розвиток аргументації та когнітивної сміливості

**Методичні вправи для розвитку емоційно-вольового компоненту
впевненості в собі молодших школярів**

Назва вправи	Мета	Алгоритм виконання	Цифрові інструменти	Очікуваний результат
«Мій настрій сьогодні»	Розвиток емоційної рефлексії	1. Учні обирають емоційний смайлик. 2. Пояснюють свій стан. 3. Записують	ClassDojo, Mentimeter	Уміння визначати емоції; зниження тривожності

Назва вправи	Мета	Алгоритм виконання	Цифрові інструменти	Очікуваний результат
		«Вправа для покращення настрою».		
«Подолав труднощі»	Формування стійкості до невдач	1. Учні описують труднощі. 2. Діляться способами подолання.	Padlet	Розвиток емоційної витривалості
«Сходишки успіху»	Підвищення рівня самоприйняття	1. Учні виконують самотест «Сходишки». 2. Визначають, на якій сходинці перебувають.	Jamboard	Зміцнення позитивної самооцінки
«Дихаю і заспокоююсь»	Розвиток саморегуляції	1. Онлайн-вправа «4-4-6». 2. Дитина повторює модель дихання.	YouTube Kids	Зниження стресу перед виступом
«Добрі слова для себе»	Формування позитивного внутрішнього діалогу	1. Учні записують 3 добрі фрази до себе.	Canva, Google Docs	Підвищення внутрішньої мотивації
«Мої емоційні ресурси»	Розуміння власних потреб	1. Учень обирає зображення «що мене підтримує». 2. Презентує групі.	Google Classroom	Розвиток емоційної грамотності
«Я впораюся!»	Формування віри в успіх	1. Учитель дає завдання з	Kahoot	Зміцнення емоційної

Назва вправи	Мета	Алгоритм виконання	Цифрові інструменти	Очікуваний результат
		рівнем складності. 2. Учні прогнозують свій результат.		впевненості
«Мій голос звучить»	Подолання сором'язливості	1. Учень записує коротке аудіо чи відео. 2. Отримує позитивний фідбек.	Loom, Vocaroo	Розвиток сміливості в публічних ситуаціях

**Методичні вправи для розвитку поведінкового компоненту
впевненості в собі молодших школярів**

Назва вправи	Мета	Алгоритм виконання	Цифрові інструменти	Очікуваний результат
«Моя ініціатива»	Розвиток активності та самостійності	1. Учень пропонує ідею мінізавдання. 2. Реалізує його у групі.	Google Classroom	Формування ініціативності
«Онлайн-лідер»	Розвиток організаторських умінь	1. Щотижня один учень — модератор групи.	Zoom, Meet	Розвиток лідерських навичок
«Мій мініпроект»	Тренування відповідальності	1. Учні виконують індивідуальні проекти. 2. Презентують	Canva	Посилення відповідальності

Назва вправи	Мета	Алгоритм виконання	Цифрові інструменти	Очікуваний результат
		у класі.		
«Голосую!»	Розвиток уміння приймати рішення	1. Клас голосує щодо вибору завдання.	Mentimeter	Формування навички прийняття рішень
«Соціальний жест доброти»	Розвиток гуманної поведінки	1. Діти виконують маленькі добрі справи. 2. Звіт у Google Classroom.	Google Classroom	Стійка просоціальна поведінка
«Командний пазл»	Розвиток співпраці	1. Групи створюють спільний проєкт з частин.	Padlet, Miro	Розвиток командної взаємодії
«Завершую справу»	Тренування доведення завдань до кінця	1. Учень отримує чек-лист виконання.	Trello, Classroom	Вироблення дисципліни й відповідальності
«Сміливо виступаю»	Розвиток навички самопрезентації	1. Учень представляє свою роботу. 2. Отримує фідбек.	Zoom	Підвищення соціальної сміливості