

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

(повне найменування вищого навчального закладу)

Навчально-науковий медичний інститут

(повне найменування інституту, назва факультету (відділення))

кафедра психології

(повна назва кафедри (предметної, циклової комісії))

«ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ»

В.о. завідувача кафедри психології

_____ Володимир ШЕВЧЕНКО

« 28 » травня 2025 року

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття ступеня вищої освіти

бакалавр

(ступінь вищої освіти)

на тему: **ІНТЕГРАЦІЯ ІГРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ОСВІТНІЙ
ПРОЦЕС ЯК ЗАСІБ ПОКРАЩЕННЯ УВАГИ В УЧНІВ
МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Керівник: кандидат педагогічних наук, доцент
б.в.з.

Дрозд Олена Володимирівна

(вчене звання, науковий ступінь, П.І.Б.)

Рецензент:

(посада, вчене звання, науковий ступінь, П.І.Б.)

Виконала:

здобувачка IV курсу групи 465

Усік Поліна Вікторівна

(П.І.Б.)

Спеціальність:

С4 «Психологія»

(шифр і назва спеціальності)

ОПІ:

«Психологія»

Миколаїв – 2025 рік
Міністерство освіти і науки України
Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Кафедра психології

Освітній рівень – бакалавр
Спеціальність: С4 «Психологія»

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

В.о. завідувача кафедри психології

_____ Володимир ШЕВЧЕНКО

«12» лютого 2025 року

ЗАВДАННЯ
НА ВИКОНАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ БАКАЛАВРА

Здобувачці **Усік Поліні Вікторівні**.

1. Тема роботи: «Інтеграція ігрових технологій у освітній процес як засіб покращення уваги в учнів молодшого шкільного віку» затверджена наказом Чорноморського національного університету імені Петра Могили № 34/1 від «12» лютого 2025 року.
2. Об'єкт дослідження – увага дітей молодшого шкільного віку як психічний процес.
3. Предмет дослідження – психологічні особливості уваги дітей молодшого шкільного віку в освітньому процесі ЗЗСО.
4. Завдання дослідження:
 - 1) Проаналізувати та узагальнити теоретичні підходи до вивчення проблеми уваги учнів молодшого шкільного віку.
 - 2) Здійснити теоретичний аналіз літератури стосовно використання ігрових технік як засобу психологічного впливу на учнів молодшого шкільного віку.

3) Розробити програму емпіричного дослідження, обрати відповідну меті дослідження систему дослідницьких процедур, спрямованих на вивчення уваги учнів молодшого шкільного віку.

4) Експериментально вивчити особливості уваги учнів молодшого шкільного віку.

5) Створити корекційно-розвивальну програму та дослідити зміни, що відбулися в показниках уваги учнів молодшого шкільного віку після її апробації.

5. Науковий керівник роботи.

ППП та посада керівника	Завдання видано (дата, підпис)	Завдання виконано (дата, підпис)
Дрозд Олена Володимирівна к.пед.н., доцент б.в.з., доцент кафедри психології	12 лютого 2025 року _____	20 травня 2025 року _____

6. КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи бакалавра (КРБ)	Строк виконання етапів роботи
1.	Погодження керівником змісту КРБ.	12.02.2025 р.
2.	Пошук, добір та опрацювання літературних джерел з проблематики дослідження.	25.02.2025 р.
3.	Робота над підготовкою тексту КРБ.	
3.1.	Розділ 1. Теоретичні аспекти розкритку пізнавальних психічних процесів в учнів молодшого шкільного віку.	30.03.2025 р.
3.2.	Розділ 2. Експериментальне дослідження розвитку уваги в учнів молодшого шкільного віку.	30.04.2025 р.
3.3.	Розділ 3. Реалізація інтегрованої ігрової технології в освітньому процесі ЗЗСО	15.05.2025 р.
4.	Висновки.	20.05.2025 р.
5.	Захист КРБ на кафедрі (попередній захист).	28.05.2025 р.
6.	Захист КРБ перед Екзаменаційною комісією.	24.06.2025 р.

Здобувачка

_____ (підпис)

Поліна УСІК

Науковий керівник

(підпис)

Олена ДРОЗД

АНОТАЦІЯ

Усік П.В. Інтеграція ігрових технологій у освітній процес як засіб покращення уваги в учнів молодшого шкільного віку— Рукопис.

Кваліфікаційна робота на здобуття освітньо-кваліфікаційного рівня бакалавра за спеціальністю С4 «Психологія» – Чорноморський національний університет імені Петра Могили, Миколаїв , 2025 .

Кваліфікаційна робота присвячена теоретичному обґрунтуванню та емпіричному дослідженню уваги учнів молодшого дошкільного віку та апробування способів покращення уваги за допомогою інтеграції ігрових технік в освітній процес.

Досліджено теоретичні передумови використання ігрових технологій у навчанні та їх вплив на увагу учнів.

Проаналізовано сучасні підходи до інтеграції ігрових технологій у навчальний процес.

Емпірично досліджено вплив ігрових технологій на увагу молодших школярів.

Розроблено практичні рекомендації щодо інтеграції ігрових технологій у шкільну практику для покращення уваги учнів.

Об'єктом дослідження виступає увага дітей молодшого шкільного віку як психічний процес. Предметом дослідження є психологічні особливості уваги дітей молодшого шкільного віку, в освітньому процесі ЗЗСО.

Наукова новизна полягає в розробці теоретичних положень та обґрунтуванні практичних рекомендацій інтеграції ігрових технологій у освітній процес як засіб покращення уваги в учнів молодшого шкільного віку.

Ключові слова: інтеграція ігрових технологій, увага, пізнавальні психічні процеси, молодший шкільний вік.

ANNOTATION

Usyk P.V. Integration of game technologies into the educational process as a means of improving attention in students of primary school wiki-Manuscript.

Qualification work for obtaining a bachelor's degree in the specialty S4 "Psychology" - Petro Mohyla Black Sea National University, Nikolaev, 2025.

The qualification work is devoted to the theoretical justification and empirical study of the attention of students of primary preschool age and testing ways to improve attention by integrating game techniques into the educational process.

The theoretical prerequisites for the use of game technologies in learning and their impact on the attention of students are investigated.

It analyses modern approaches to integration of game technologies into the educational process.

The influence of game technologies on the attention of younger schoolchildren is empirically investigated.

Practical recommendations on the integration of game technologies into school practice to improve the attention of students have been developed.

The object of the study is the attention of children of primary school age as a mental process. The subject of the study is the psychological characteristics of the attention of children of primary school age, in the educational process of ZZSO.

The scientific novelty lies in the development of theoretical provisions and substantiated practical recommendations for the integration of game technologies into the educational process as a means of improving attention in students of primary school age.

Key words: integration of game technologies, attention, junior school age.

ЗМІСТ

Вступ.....	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ПІЗНАВАЛЬНИХ ПСИХІЧНИХ ПРОЦЕСІВ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	
1.1. Психологічні особливості розвитку пізнавальних психічних процесів у онтогенезі.....	10
1.2. Розвиток уваги у молодших школярів.....	15
1.3. Сучасні ігрові техніки як засіб покращення уваги в учнів молодшого шкільного віку.....	21
Висновки до першого розділу.....	23
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ УВАГИ В УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	
2.1. Добір діагностувального матеріалу та характеристика вибірки дослідження.....	25
2.2. Методика та результати констатувального експерименту.....	33
Висновки до другого розділу.....	40
РОЗДІЛ 3. РЕАЛІЗАЦІЯ ІНТЕГРОВАНОЇ ІГРОВОЇ ТЕХНОЛОГІЇ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ ЗЗСО	
3.1. Обґрунтування та впровадження інтегрованої ігрової технології в освітньому процесі ЗЗСО.....	42
3.2. Методика та результати формувального експерименту.....	50
3.3. Психологічні рекомендації щодо покращення уваги в учнів молодшого шкільного віку.....	54
Висновки до третього розділу.....	57
ВИСНОВКИ.....	59
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	66
ДОДАТКИ.....	70

ВСТУП

Актуальність дослідження. Проблема покращення уваги дітей молодшого шкільного віку набуває сьогодні неабиякої актуальності, особливо у контексті сучасних викликів у навчанні. У сучасному світі діти молодшого шкільного віку зростають в умовах постійного впливу цифрових технологій, які значно змінюють їхні когнітивні процеси, зокрема увагу. Популярність платформ із короткими відео, таких як «TikTok», «YouTube Shorts» та «Reels», формує у дітей звичку до швидкого отримання задоволення через короткочасний дофаміновий стимул. Це призводить до зниження здатності до тривалої концентрації, труднощів із запам'ятовуванням інформації та зменшення мотивації до традиційних методів навчання.

Сучасні діти все більше піддаються впливу технологій, що призводить до зниження рівня самостійного мислення та складнощів у розвитку довільної уваги. Це особливо критично для учнів молодшого шкільного віку, оскільки саме в цей період формується базова здатність до навчальної діяльності.

Ще одним важливим аспектом є зростання кількості дітей з особливими освітніми потребами (ООП), зокрема тих, хто має труднощі з концентрацією уваги, гіперактивність або розлади спектра аутизму. Традиційні методи навчання часто виявляються неефективними для таких дітей, що вимагає пошуку нових підходів.

У цьому контексті інтеграція ігрових технік у навчальний процес дійсно є вкрай важлива. Гра, як природний спосіб пізнання для дітей, допомагає їм утримувати увагу, сприяє розвитку когнітивних навичок, підвищує мотивацію та робить навчання більш ефективним. Використання гейміфікації, інтерактивних технологій та інших ігрових методик може допомогти адаптувати освітній процес, створюючи комфортні умови для всіх дітей, незалежно від їхніх індивідуальних особливостей.

Проблему концентрації уваги та впровадження ігрових технік досліджували та вивчали зарубіжні та вітчизняні вчені: Йоган Гейзинга заклав основи ігрової теорії та розкрив значення гри в культурі та навчанні; Жан Піаже досліджував когнітивний розвиток дітей, підкреслюючи роль гри у формуванні інтелектуальних навичок; Лев Виготський розробив теорію культурно-історичного розвитку та концепцію «зони найближчого розвитку», яка пояснює, як гра сприяє навчанню та розвитку дитини; Даніель Гоулман аналізує механізми уваги та її важливість у розвитку дитини; Глорія Марк досліджує вплив цифрових технологій на увагу та когнітивні процеси людини.

Таким чином, дослідження інтеграції ігрових технік у навчальний процес є важливим для розв'язання актуальних проблем уваги у дітей молодшого шкільного віку та вдосконалення освітнього середовища.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити увагу дітей молодшого дошкільного віку та апробувати способи покращення уваги за допомогою інтеграції ігрових технік в освітній процес.

Відповідно до мети були визначенні **завдання дослідження**:

- 1) Проаналізувати та узагальнити теоретичні підходи до вивчення проблеми уваги дітей молодшого шкільного віку.
- 2) Здійснити теоретичний аналіз літератури стосовно використання ігрових технік як засобу психологічного впливу на дітей молодшого шкільного віку.
- 3) Розробити програму емпіричного дослідження, обрати відповідну меті дослідження систему дослідницьких процедур, спрямованих на вивчення уваги дітей молодшого шкільного віку.
- 4) Експериментально вивчити особливості уваги дітей молодшого шкільного віку.
- 5) Створити корекційно-розвивальну програму та дослідити зміни, що відбулися в показниках уваги дітей молодшого шкільного віку після її апробації.

Об'єкт – увага дітей молодшого шкільного віку як психічний процес.

Предмет дослідження – психологічні особливості уваги дітей молодшого шкільного віку в освітньому процесі ЗЗСО.

Методи дослідження. Для досягнення мети та вирішення поставлених завдань обрано такі методи дослідження: теоретичні (теоретико-методологічний аналіз, класифікація та систематизація наукових джерел, порівняння та узагальнення даних теоретичних та експериментальних досліджень), емпіричні (методи опитування, тестування, констатувальний та формувальний експеримент), методи обробки даних (узагальнення та систематизація якісних і кількісних даних емпіричного дослідження); методи математичної статистики (оцінка розбіжності експериментальних даних за допомогою t-критерій Стьюдента).

Психодіагностичний комплекс методик склали: діагностична методика «Поставити значки»; діагностичний тест «Коректурна проба» за Б. Бурдоном; діагностична методика «Запам'ятай і розстав крапки».

Експериментальна база дослідження. Дослідницько-експериментальна робота виконувалася на базі Козирського ліцею Радсадівської сільської ради. Вибірку дослідження склали 43 учня (20 хлопців, 23 дівчат) молодшого шкільного.

Теоретична та практична значущість дослідження. Результати проведеного дослідження можуть бути використані в системі професійної підготовки майбутніх психологів під час проведення виробничої практики; для розробки робочих програм та навчально-методичної літератури з дисциплін «Педагогічна психологія», «Вікова психологія».

Апробація дослідження. Основні положення й результати роботи доповідались та обговорювались на XXI Міжнародній науковій конференції «Ольвійський форум – 2025: стратегії країн Причорноморського регіону в геополітичному просторі» (16 – 21 червня 2025 р.).

Структура дослідження. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг кваліфікаційної роботи бакалавра складає 80 сторінок, основний зміст викладено на 72 сторінках. Робота містить 9 таблиць, 6 рисунків, 5 додатків. Список використаних джерел містить 62 праці українських та зарубіжних авторів.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ПІЗНАВАЛЬНИХ ПСИХІЧНИХ
ПРОЦЕСІВ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Психологічні особливості розвитку пізнавальних психічних процесів у онтогенезі

Розвиток пізнавальних психічних процесів в онтогенезі відбувається поступово, проходячи через кілька етапів, які впливають на формування сприйняття, уваги, пам'яті, мислення та інших когнітивних функцій. У ранньому дитинстві пізнання світу здійснюється через сенсорний досвід і активну взаємодію з оточенням, що слугує фундаментом для подальшого розвитку мислення. Дошкільний вік характеризується інтенсивним розвитком уяви, мовлення та здатності до узагальнення. У шкільному віці ключового значення набуває логічне мислення, розширюється здатність аналізувати і синтезувати інформацію, що сприяє формуванню самостійності у процесі пізнавальної діяльності. Підлітковий період відзначається більш гнучкими інтелектуальними можливостями, зростанням здатності до абстрактного мислення, критичного підходу й саморефлексії. У дорослому віці завершується когнітивне становлення, що проявляється у високій компетентності щодо складних міркувань, прийняття рішень і управління власною пізнавальною діяльністю. Цей розвиток має індивідуальний характер і залежить від сукупності біологічних, соціальних і культурних чинників, які визначають темпи та якість формування психічних функцій.

Психологи відзначають, що сприйняття молодших школярів є досить розвиненим, оскільки їм властива висока гострота зору і слуху, а також легкість орієнтації в різноманітних формах та кольорах. Проте це сприйняття ще не є достатньо диференційованим. Діти цього віку поки що не мають навичок цілеспрямованого аналізу результатів свого сприйняття, їм важко виділяти головне та істотне, а домінуючою рисою їхніх вражень є емоційність. Залучення школярів до навчального процесу сприяє формуванню у них такої навички, як спостережливість. Під час навчання поступово зростає швидкість обробки

інформації, збільшується кількість об'єктів, які вони здатні сприймати, а також розширюється обсяг запам'ятовування.

У молодших школярів ще не сформована довільна увага. Як і на попередньому віковому етапі, у них переважає мимовільна увага, яка концентрується на нових і яскравих об'єктах. Через недостатній розвиток гальмівних процесів ця увага є нестійкою. З часом увага молодших школярів починає ставати більш довільною: спочатку під час виконання завдань, запропонованих дорослими, а згодом – при досягненні власних цілей. Аналогічно відбувається зміна в контролі: спочатку цей процес забезпечується з боку вчителя, пізніше – однолітками, а далі переходить у форму самоконтролю.

Увага першокласників є мимовільною та нестійкою. Вони енергійно реагують на все нове, яскраве, незвичне, але часто відволікаються під час виконання завдань. Особливості їхньої уваги дозволяють зосереджено працювати лише 10–15 хвилин. Водночас розвиток довільної уваги відбувається через залучення дітей до навчальної діяльності.

У молодших школярів поступово збільшується обсяг і стійкість уваги. Її підтримці сприяють: важливість навчального матеріалу, інтерес до його змісту, зрозумілість завдань та здатність учителя ефективно організувати роботу всього класу.

У цьому віці у дітей проявляється яскрава і багата уява з великим потенціалом відтворення. Вони із задоволенням уявляють казкові світи, героїв і ситуації, що будять фантазію.

Особлива увага приділяється розвитку творчої уяви. На основі життєвого досвіду у дітей формуються нові образи, а згодом вони вчаться переходити на більш високий рівень – від простого комбінування до логічного конструювання нових ідей та образів. Для цього вчитель пропонує творчі завдання, зокрема: вигадати завершення казки чи оповідання, уявити майбутнє міста через 100 років, змодельовати життя на іншій планеті, або створити опис картини чи літературного героя.

Уява у дітей 6-7 років є однією з ключових умов засвоєння соціального досвіду. Уява виконує дві основні функції: пізнавально-інтелектуальну, яка допомагає дитині краще пізнавати світ, і емоційно-захисну, котра дозволяє через уявні ситуації знімати напруження, з яким важко впоратися за допомогою практичних дій.

Завдяки навчанню, відбувається перехід від сприйняття зовнішнього боку подій до розуміння їхньої сутності. Мислення молодших школярів починає відображати важливі властивості та ознаки предметів і подій, що дозволяє робити перші узагальнення, формувати висновки, знаходити аналогії і створювати елементи логічних умовиводів. Це закладає основу для формування перших наукових понять.

Мислення першокласників залишається конкретно-образним, але під впливом навчання в ньому зростає роль абстрактних компонентів. Це проявляється у здатності аналізувати та узагальнювати, класифікувати і синтезувати, розв'язувати задачі, висловлювати власні судження та міркування.

В цей період відбувається перехід від наочно-образного і конкретного мислення, яке характерне для дошкільнят, до понятійного і науково-теоретичного мислення. Молодші школярі вчать визначати відомі їм поняття, виділяючи загальні та важливі ознаки об'єктів, вирішуючи дедалі складніші пізнавальні та практичні задачі, оформлюючи результати в судженнях, поняттях та умовиводах.

Розглянемо особливості аналізу та синтезу як основних мислительних процесів. Аналіз на початкових етапах має переважно практичний, дієвий характер, а також ґрунтується на образному мисленні. Молодші школярі поступово переходять від елементарного аналізу, коли увага зосереджується лише на одній частині предмета, до більш складного, прагнучи врахувати всі частини та властивості об'єкта. Однак на цьому етапі діти ще не здатні встановлювати взаємозв'язки між елементами.

Об'єктами аналізу виступають предмети, явища, процеси, людські вчинки та мовні конструкції. У молодшому шкільному віці аналіз поступово починає

поєднуватись із синтезом, хоча останній залишається значним викликом. Ці процеси інтегруються при порівнянні об'єктів. Рівень розвитку цього вміння багато в чому залежить від того, як часто вчитель пропонує учням завдання на порівняння: виокремлення подібностей і відмінностей між об'єктами.

Навчальні вимоги сприяють поступовому вдосконаленню узагальнення. Зокрема, важливо організовувати спеціальну роботу, спрямовану на розвиток у молодших школярів навичок групування, класифікації об'єктів, узагальнення отриманих знань і застосування цих узагальнень у нових ситуаціях — як навчальних, так і життєвих.

Одним з ключових чинників психічного розвитку школярів є мовлення. До початку шкільного навчання дитина вже накопичує певний словниковий запас та засвоює основи граматики. Новим етапом мовленнєвого розвитку стає усвідомлене використання різних граматичних форм, оволодіння письмовим мовленням і розширення внутрішнього мовлення. Оволодіння письмовим мовленням має значний вплив на розвиток загальної мовленнєвої культури. Оскільки в письмовій формі бракує жестів та інтонацій, вона потребує більш детального та структурованого висловлення думок. Водночас для дитини перші спроби трансформації внутрішнього мовлення у письмове є доволі складними.

Пам'ять школярів молодшого віку розвивається у напрямку підвищення її довільності та свідомого контролю. Зростають можливості для управління пам'яттю, збільшується обсяг інформації, що сприймається смислово, а також посилюється словесно-логічна пам'ять.

Довільне запам'ятовування і відтворення матеріалу значно покращується, але діти поки що застосовують найпростіші способи, такі як переказ. Їм важко працювати з готовими планами чи групувати матеріал за змістом. Водночас поряд із довільною пам'яттю розвивається і мимовільне запам'ятовування, яке набуває нових якісних характеристик.

У молодшому шкільному віці підвищується продуктивність, стійкість і точність запам'ятовування навчальної інформації. Завдяки навчальному процесу формується логічна пам'ять, ефективність розвитку якої залежить здебільшого

від педагога. Оптимальним підходом є спочатку забезпечення глибокого розуміння матеріалу через аналіз і порівняння, а вже потім його запам'ятовування.

Вікова структура дітей до 10 років поділяється на дошкільний період (3–6 років), де провідною діяльністю є рольова гра, та молодший шкільний вік (6–10 років), який характеризується навчальною спрямованістю. Перехідний етап між цими періодами припадає на вік 6–7 років.

Психічні процеси являють собою складні структури, де взаємодіють різні психофізіологічні функції та аспекти свідомості. Їх поділяють на дві групи: пізнавальні (сприйняття, увага, пам'ять, мислення, мовлення, уява) та емоційно-мотиваційні.

Молодший шкільний вік є ключовим етапом у розвитку пізнавальних процесів, які стають усвідомленими і довільними. Дитина поступово навчається керувати увагою, пам'яттю та мисленням. Для підтримки концентрації їм потрібна зовнішня допомога у вигляді частих змін завдань, цікавих ілюстрацій, звукових сигналів або ігрових елементів.

У дітей 6–7 років спостерігається високий рівень відволікання, а здатність контролювати свої дії (наприклад, перевіряти виконане завдання на помилки) ще залишається недостатньо розвиненою.

У цей період відбувається перехід від наочно-образного мислення до словесно-логічного, понятійного. У першокласників цей процес здебільшого має конкретний характер і ґрунтується на візуальних образах та уявленнях.

Для ефективного засвоєння молодшими школярами розумових дій і понять рекомендовано дотримуватись такої послідовності:

- 1) виконання дій із застосуванням об'єктів;
- 2) виконання дій у частково матеріалізованій формі;
- 3) виконання дій в абстрактній формі з використанням системи символів і знаків.

Шестирічний вік є періодом активного розвитку пам'яті. У цьому віці домінує мимовільна пам'ять, через що дитина запам'ятовує переважно те, що її зацікавило, а не те, що необхідне. Їхня увага спрямована насамперед на пізнання нового через візуально-образний чи практичний досвід. Паралельно з мимовільним запам'ятовуванням починає формуватись довільна пам'ять. Найпростішим способом її розвитку є опрацювання інформації через переказ. Довільна пам'ять належить до новоутворень цього вікового етапу.

Фізіологи зазначають, що період початку навчання збігається з фізіологічною кризою у дітей. У цьому віці спостерігаються активний ріст тіла, збільшення внутрішніх органів, підвищена втомлюваність і психоемоційна вразливість. Попри це, молодші школярі демонструють більш успішну адаптацію порівняно з дошкільнятами.

Незалежно від того, чи дитина пішла до школи у 6 чи 7 років, вона проходить через кризовий момент розвитку. В цей час вона усвідомлює свою нову соціальну роль – роль школяра, яка пов'язана з навчанням та суспільними взаєминами.

Сучасні діти, порівняно з однолітками кінця ХХ століття, демонструють більшу спрямованість на самостійність. Якщо раніше у них домінували наслідувальні рефлекси, то зараз переважає рефлекс свободи – вони самостійно вибудовують свою поведінкову модель.

Завдяки можливості самостійно обирати завдання учні відчують власну значущість, що сприяє їхньому самоствердженню. Водночас основною рушійною силою навчання у молодших школярів стають пізнавальні інтереси.

1.2. Розвиток уваги у молодших школярів

Серед основних пізнавальних процесів, крім пам'яті, увага відіграє важливу роль у навчанні. Увага визначається як спрямованість і зосередженість психічної діяльності на певному об'єкті. За спостереженнями дослідників, її перші прояви можна помітити вже у новонароджених під час процесу смоктання.

У період дошкільного віку увага активно розвивається, набуваючи властивостей довільності. Дитина поступово навчається керувати своєю психічною діяльністю, зосереджуючи увагу на конкретних предметах за допомогою слова та жесту дорослого, що робить її опосередкованою.

У дошкільному віці збільшується обсяг уваги – кількість об'єктів, які дитина здатна чітко сприйняти за короткий проміжок часу. Також поступово розвивається стійкість уваги, що характеризується здатністю довго утримувати зосередженість на певному об'єкті. Її тривалість є показником стійкості. Розподіл уваги демонструє здатність дитини одночасно спрямовувати зусилля на кілька різних об'єктів, водночас переключення уваги свідчить про вміння швидко змінювати фокус із одного предмета або діяльності на іншу.

Розвиток різних властивостей уваги у дошкільнят залежить від емоційної значущості й цікавості матеріалу для них, а також від характеру діяльності, яку вони виконують. Ігри, особливо сюжетно-рольові та дидактичні, сприяють активному вдосконаленню її показників. Одночасно увага нерозривно пов'язана із розвитком волі, довільності поведінки та здатності контролювати власні дії.

Молодший шкільний вік є сприятливим періодом для подальшого розвитку уваги, адже її належне формування є необхідною умовою успішного навчання. Учитель на уроках привертає увагу учнів до навчального матеріалу, утримуючи її протягом тривалого часу завдяки чергуванню різних видів діяльності. У порівнянні з дошкільнятами, молодші школярі набагато краще концентруються, навіть якщо робота здається нецікавою. Водночас у цьому віці переважає мимовільна увага.

Для молодших школярів зовнішні подразники часто стають сильним відволікаючим чинником, через що їм важко зосереджуватися на складному або незрозумілому матеріалі. Увага в цьому віці має обмежений обсяг і низьку стійкість: діти можуть зосереджуватись на одному завданні лише 10–20 хвилин (у підлітків цей показник збільшується до 40–45 хвилин, а у старшокласників — до 45–50 хвилин). Окрім цього, їм складно розподіляти увагу та перемикатися між різними завданнями.

У процесі навчання поступово формується довільна увага дитини. Спершу учні діють за вказівками вчителя, під його постійним наглядом, але з часом вони вчаться самостійно виконувати завдання — ставити цілі та контролювати свої дії. Проте часто трапляються діти, які виглядають неуважними, адже їхня концентрація спрямована на щось інше: власні думки, малювання на парті тощо. Наприклад, дивлячись у підручник, така дитина може не звертати уваги на правило чи вправу, натомість поглиблюючись у текст або зображення, які не стосуються уроку.

Попри те, що увага у таких дітей певною мірою розвинена, її відсутність спрямованості створює враження розсіяності. Молодші школярі легко відволікаються, швидко втрачають концентрацію, а їхня нестабільна увага помітно впливає на успішність навчання. Учителі та батьки часто скаржаться на те, що діти цього віку неуважні й незібрані під час уроків. Особливо це стосується першокласників 6–7 років: їхня увага ще неорганізована, має обмежений обсяг і слабо розподіляється. Таку ситуацію пояснює недостатня зрілість нейрофізіологічних механізмів уваги.

Протягом молодшого шкільного віку відбувається помітний розвиток властивостей уваги. Вона інтенсивно змінюється: у 2,1 рази збільшується її обсяг, підвищується стійкість, а також розвиваються навички переключення та розподілу. Добре сформовані властивості уваги й вміння її організовувати відіграють ключову роль у забезпеченні успішності навчання. Як правило, учні з високими показниками розвитку уваги демонструють і кращу академічну результативність.

Однак є складність: різні властивості уваги розвиваються нерівномірно. Найбільш гнучким до змін є обсяг уваги, тоді як властивості її розподілу й стійкості піддаються тренуванню. Це допомагає уникнути їхнього спонтанного розвитку. Ефективність тренування залежить від індивідуально-типологічних особливостей дитини. Дослідження показують, що певні поєднання властивостей нервової системи можуть як сприяти оптимальному розвитку уваги, так і перешкоджати йому.

Люди з сильною та рухливою нервовою системою характеризуються стійкою увагою, яка легко переключається між завданнями. Натомість для осіб з інертною та слабкою нервовою системою властива нестабільна увага, яка важко розподіляється та переключається. Поєднання інертності з силою сприяє підвищенню стійкості уваги, хоча здатність до переключення і розподілу залишається на середньому рівні. Враховуючи це, важливо пам'ятати, що індивідуально-типологічні особливості кожної дитини визначають межі, в яких можливо розвивати її увагу.

Неуважність у молодших школярів є однією з найпоширеніших причин зниження успішності в навчанні. Діти особливо болісно сприймають помилки, допущені через неуважність у письмових роботах чи під час читання. Зазвичай значну кількість таких помилок у першокласників можна пояснити впливом багатьох факторів: вікових особливостей розвитку (незрілість нейрофізіологічних механізмів), початковими складнощами в оволодінні організацією навчальної діяльності та адаптацією до нових умов школи. У зв'язку з цим у молодших класах заняття, спрямовані на розвиток уваги, рекомендовано проводити як профілактичний захід для підвищення ефективності функціонування уваги у всіх учнів.

Такі заняття організовуються у формі навчання «уважному письму» та базуються на роботі з текстами, що містять помилки через неуважність: пропущення або заміну слів у реченнях, літер у словах. Дуже важливим елементом цього процесу є спеціальна картка з правилами перевірки — алгоритмом дій для перевірки тексту. Така картка виступає необхідною матеріальною опорою, що допомагає дитині оволодіти повноцінними навичками контролю.

При роботі з неуважними учнями особливу увагу варто приділяти розвитку різних аспектів їхньої уваги. Для цього психолог може використовувати такі види завдань:

- Розвиток концентрації уваги. Основним методом є коректурні завдання, в яких дитині пропонується знаходити та викреслювати певні літери у

друкованому тексті. Такі вправи допомагають дитині зрозуміти, що означає «бути уважним», і сприяють формуванню навички внутрішнього зосередження. Для досягнення результату ці вправи слід виконувати щодня (по 5 хвилин на день) протягом 2-4 місяців. Також корисними будуть завдання, що вимагають виділення ознак предметів і явищ (з використанням методу порівняння); вправи на точне відтворення зразка (наприклад, послідовність букв, цифр, геометричні візерунки, рухи тощо); завдання типу «заплутані лінії» або пошук прихованих фігур.

- Розширення об'єму уваги та короткочасної пам'яті. Для цього застосовуються вправи, які передбачають запам'ятовування кількості та порядку розташування предметів, що демонструються на кілька секунд. Поступово кількість предметів у таких завданнях збільшується.

- Тренування розподілу уваги. Завдання цього типу базуються на виконанні дитиною двох різних дій одночасно. Наприклад, під час виконання коректурного завдання дитина слухає аудіоказку або читає текст і водночас рахує удари олівцем по столу. Ефективність виконання кожного завдання оцінюється після завершення вправи (через 10-15 хвилин).

- Розвиток навички переключення уваги. Це досягається через виконання коректурних завдань із постійною зміною правил виділення чи викреслювання літер.

Такі вправи дозволяють покращити увагу дитини та підвищити її продуктивність під час навчання.

Увага — це здатність людини концентруватися як на зовнішніх об'єктах і явищах, так і на своїх внутрішніх думках, почуттях та процесах. Фахівці розрізняють три основні види уваги:

1. Мимовільна увага. Вона виникає автоматично, без свідомих зусиль людини. Її можуть провокувати сильні подразники (наприклад, різкий запах, яскраве світло, гучні звуки), цікавий чи емоційно насичений контент, усе незвичне, нове, а також певні потреби.

2. Довільна увага. Цей вид уваги вимагає вольового зусилля. Він проявляється, коли людина свідомо ставить перед собою завдання і намагається їх виконати, докладаючи для цього зусиль.

3. Післядовільна увага. Вона з'являється тоді, коли діяльність стає настільки цікавою, що людину починає захоплювати сам процес. У цьому випадку напруження зменшується, і жодних додаткових зусиль для підтримки уваги вже не потрібно.

Уміння управляти увагою має ключове значення для ігрової та навчальної діяльності дитини. Нездатність швидко перемикає увагу може створювати труднощі, наприклад, під час переходу від гри до навчання чи до читання книжки, при виконанні послідовних інструкцій дорослого або розумових операцій у визначеному порядку. У таких випадках про дітей зазвичай говорять, що вони розсіяні. Вони надто зосереджуються або захоплюються однією дією і не можуть миттєво переключитися на нове завдання. Таке явище часто спостерігається у дітей із повільним, флегматичним типом темпераменту. Якщо їм несподівано поставити запитання, вони можуть не відповісти одразу, навіть маючи правильну відповідь. Для цього їм потрібен час, щоб переналаштувати увагу на новий зміст.

Однак навички ефективного переключення уваги можна розвивати за допомогою спеціальних тренувань.

Розвиток уваги у молодших школярів є ключовим аспектом формування їхньої пізнавальної діяльності, адже саме в цьому віці відбувається поступовий перехід від мимовільної уваги до довільної. Цей процес є важливою умовою для успішного засвоєння знань. Якщо в дошкільному віці увага дітей значною мірою залежить від зовнішніх подразників, то з початком шкільного навчання вона стає більш контрольованою, стійкою і цілеспрямованою на виконанні конкретних завдань.

Численні дослідники звертали увагу на розвиток уваги в онтогенезі. Серед них слід виділити Л. С. Виготського, О. М. Леонтьєва, П. Я. Гальперіна, Н. Ф. Добрініна, Д. Б. Ельконіна та інших. Вони підкреслювали, що увага не є

вродженою властивістю, а формується через діяльність та навчання. Л. С. Виготський наголошував, що розвиток уваги тісно пов'язаний із соціальною взаємодією та підкріплюється мовленням, яке стає інструментом саморегуляції. За концепцією О. М. Леонтьєва, увага розвивається через включення дитини в діяльність, яка потребує постійного контролю її дій та поведінки.

Д. Б. Ельконін виділяв кілька етапів розвитку уваги у дітей молодшого шкільного віку. На початку навчання домінує мимовільна увага: дитина легко піддається впливу яскравих і нових стимулів та швидко відволікається. Проте завдяки систематичній навчальній діяльності починає формуватися довільна увага, яка забезпечує здатність школяра тривалий час концентруватися на виконанні завдань. Цей етап є вирішальним для розвитку вміння планувати і контролювати свою увагу. До кінця молодшого шкільного віку поступово розвивається післядовільна увага – це найбільш зрілий її рівень, коли дитина може довго зосереджуватися на цікавій для неї діяльності без значних зусиль.

1.3. Сучасні ігрові техніки як засіб покращення уваги в учнів молодшого шкільного віку

Сучасні ігрові методики відіграють значну роль у вдосконаленні уваги молодших школярів, оскільки вони враховують вікові особливості дітей та сприяють активному залученню до навчального процесу. Гра, як природний спосіб пізнання світу для дитини, дає змогу ефективно розвивати та підтримувати увагу, знижуючи втому й одноманітність у навчанні.

Одним із основних механізмів впливу ігрових підходів на увагу є їх здатність пробуджувати інтерес і стимулювати мотивацію до виконання завдань. Під час гри дитина концентрується краще й довше, адже вона має чітку мету, визначені правила та прагне досягти результату. У процесі гри школярі природним чином навчаються зосереджуватись, підтримувати стійку увагу протягом певного часу та адаптуватись до змін у завданнях.

Ігрові методи також сприяють розвитку здатності перемикатися між різними об'єктами уваги. Чимало ігор передбачають зміну завдань, ролей або умов, що тренує швидкість реагування й адаптації. Це формує гнучкість уваги, необхідну для ефективного навчання, особливо коли потрібно переходити від одного виду діяльності до іншого.

Ще один важливий ефект ігрових технік – розвиток довільної уваги. Молодші школярі ще не мають достатньо розвинених умінь зосереджуватись на нецікавих завданнях, і гра поступово допомагає їм формувати навичку контролю за власною увагою. Виконуючи цікаві завдання в ігровій формі, діти несвідомо вчаться довше утримувати увагу на конкретному об'єкті чи процесі. Згодом ця здатність переноситься й на навчальні ситуації.

Крім того, ігрові техніки позитивно впливають на розвиток обсягу уваги, тобто здатності охоплювати кілька об'єктів одночасно. Чимало сучасних ігор включають елементи, які вимагають стеження за кількома аспектами діяльності паралельно. Це сприяє вдосконаленню навичок розподілу уваги, що є надзвичайно важливим для виконання навчальних завдань, де необхідно одночасно аналізувати текст, слухати пояснення вчителя та фіксувати інформацію.

Ігрова діяльність сприяє розвитку стійкості уваги, оскільки під час гри діти залишаються зосередженими на цікавому для них завданні протягом тривалого часу. Завдяки цьому вони поступово навчаються долати втому, утримувати концентрацію та завершувати розпочате, що відіграє важливу роль у формуванні навчальної дисципліни.

Окрім цього, застосування ігрових технік допомагає розвивати самоконтроль і регуляцію уваги. Багато ігор включають елементи змагання, самоперевірки чи командної взаємодії, що спонукає дітей усвідомлено стежити за своїми діями, помічати помилки та аналізувати результати. Це сприяє формуванню навичок свідомого управління власною увагою, що є ключовою передумовою для ефективного навчання.

Висновки до першого розділу

У першому розділі кваліфікаційної роботи встановлено, що сучасні ігрові методики мають суттєвий вплив на розвиток і підтримання уваги молодших школярів, оскільки вони враховують вікові особливості дітей та природні способи їхнього пізнання світу. Застосування гри в освітньому процесі не лише робить навчання більш захоплюючим і привабливим, але й сприяє підвищенню мотивації до навчання, що є ключовим фактором у формуванні пізнавальної діяльності.

Молодший шкільний вік визначено як сприятливий період для розвитку уваги, адже навчальна діяльність потребує зосередженості та здатності довільно керувати пізнавальними процесами. На цьому етапі діти здатні концентрувати увагу навіть на менш цікавих завданнях, проте їхня увага переважно залишається мимовільною.

Особливо ефективним аспектом впливу ігрових методик є їхня здатність утримувати увагу дітей завдяки чіткій структурі, зрозумілим правилам та елементам зацікавленості чи змагальності. У процесі гри учень автоматично зосереджується на виконанні завдання, що сприяє розвитку стійкості уваги. Завдяки цьому навчальний процес стає активним, а не пасивним, що допомагає дитині краще засвоювати передбачений матеріал.

Доведено, що ігрові підходи також позитивно впливають на розвиток довільної уваги. Молодші школярі ще не мають достатньо сформованих навичок самоконтролю, і використання ігор навчає їх поступово керувати своєю увагою свідомо. Під час гри дитина тренує здатність концентруватися на конкретному завданні протягом тривалого часу, що зумовлює підвищення її ефективності у виконанні складних навчальних завдань.

Процес розвитку уваги у дошкільному та молодшому шкільному віці загалом характеризується складністю й залежить від вікових особливостей дітей, змісту навчальних матеріалів та способів їх подачі. Використання відповідних педагогічних підходів, особливо ігрових методик, допомагає вдосконалювати

увагу дітей, що є важливою умовою успішного навчання та когнітивного розвитку.

Таким чином, інтеграція ігрових методик в освітній процес демонструє свою ефективність у розвитку уваги молодших школярів. Крім того, вони сприяють формуванню важливих когнітивних навичок, необхідних для успішного навчання. З огляду на ці аспекти можна зробити висновок, що впровадження ігрових технологій у початковій школі є оптимальним і перспективним напрямом для вдосконалення методів навчання.

РОЗДІЛ 2

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ УВАГИ В УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Добір діагностувального матеріалу та характеристика вибірки дослідження

У першому розділі було досліджено теоретичні основи розвитку пізнавальних психічних процесів у дітей молодшого шкільного віку. Проведений аналіз дозволив уточнити, що сучасні ігрові техніки суттєво сприяють розвитку та підтриманню уваги молодших школярів. Це зумовлено тим, що такі методи враховують вікові особливості дітей та їхній природний спосіб взаємодії зі світом. Використання гри в навчальному процесі не лише робить уроки цікавими та захопливими, а й підвищує навчальну мотивацію, що позитивно позначається на розвитку пізнавальної активності.

Молодший шкільний вік є періодом, особливо сприятливим для вдосконалення уваги, оскільки навчальна діяльність потребує концентрації та здатності керувати пізнавальними процесами. В цьому віці діти вже можуть фокусуватися навіть на нецікавих завданнях, однак їх увага все ще має переважно мимовільний характер. Це підкреслює необхідність застосування ефективних методик для її подальшого розвитку.

Дослідницько-експериментальна робота проходила в умовах Козирського ліцею Радсадівської сільської ради. У дослідженні взяли участь 43 учні (20 хлопців і 23 дівчат), віком від 6 до 9 років.

Метою нашого дослідження (експерименту) було емпірично дослідити стан розвитку уваги дітей молодшого дошкільного віку та способи покращення уваги за допомогою інтеграції ігрових технік в освітній процес.

Дане експериментальне дослідження складалося з двох частин: констатувального експерименту і проведення психологічної корекції. Для досягнення мети та розв'язання поставлених завдань ми визначили наступні етапи експериментального дослідження:

- 1) розробити програму емпіричного дослідження;

- 2) обрати відповідну меті дослідження систему дослідницьких процедур, спрямованих на розвиток пізнавальних психічних процесів у дітей молодшого шкільного віку;
- 3) експериментально вивчити особливості уваги у дітей молодшого шкільного віку;
- 4) створити та провести корекційно-розвивальну програму;
- 5) на основі проведеної роботи дослідити зміни, що відбулися у показниках дітей молодшого шкільного віку після її апробації.

Під час проведення експериментального дослідження було використано наступні емпіричні методи: тестування, констатувальний експеримент та корекційна робота (формульальний експеримент), методи обробки даних (узагальнення та систематизація якісних і кількісних даних емпіричного дослідження), метод математичної статистики (оцінка розбіжностей експериментальних даних (критерія Стюдента)).

Таблиця 2.1.

Компоненти, критерії та методики емпіричного дослідження уваги у дітей молодшого шкільного віку

Компоненти уваги	Критерії	Методики дослідження
Перемикання та розподіл уваги	Перемикання уваги	Методика «Поставити значки»
	Розподіл уваги	
	Стійкість концентрації	
	Стратегія самоконтролю	
	Час уваги	

Продовження таблиці 2.1.

	Зосередженість	
--	----------------	--

Концентрація уваги	Уважність	Тест «Коректурна проба» за Б. Бурдоном
	Втомлюваність	
	Імпульсивність	
	Швидкість обробки інформації	
Обсяг(зорової) уваги	Обсяг	Методика «Запам'ятай і розстав крапки»
	Запам'ятовування	
	Сприйняття	
	Нестійкість уваги	
	Стабільність уваги	

Розкриємо методичний комплекс більш детально:

1) Методика «Поставити значки»[8].

Тестове завдання розроблено для тренування переключення та розподілення уваги у дітей віком 6-9 років.

Необхідні матеріали: зображення з фігурами (Додаток 2), секундомір, протокол для запису параметрів уваги, прості олівці.

Інструкція до виконання: Перед початком завдання дитині показують малюнок із фігурами та пояснюють, як працювати з ним. Завдання полягає в тому, щоб у кожній геометричній фігурі (квадратику, трикутнику, кружечку та ромбі) проставити зазначений зверху зразка знак (галочку, риску, плюс або крапку). Дитина виконує завдання безперервно протягом 2 хвилин.

Обробка й оцінка результатів.

Загальний показник переключення і розподілу його уваги визначається за формулою:

$$S = (N - 2,8n)/100,$$

де S – показник переключення і розподілення уваги дитини;

N – кількість геометричних фігур, які проглянула і відмітила дитина за 2 хв.;

n – кількість помилок, які допустила дитина за час роботи. Помилками вважаються неправильно поставлені знаки або пропущені, тобто не помічені відповідними знаками геометричні фігури.

Таблиця 2.2.[46]

Бали	Показник S	Висновки про рівень розвитку
10	Показник вище, ніж 1,00	Дуже високий
8 – 9	Показник знаходиться в межах від 0,75 до 1,00	Високий
6 – 7	Показник знаходиться в межах від 0,50 до 0,75	Середній
4 – 5	Показник знаходиться в межах від 0,25 до 0,50	Низький
0 – 3	Показник знаходиться в межах від 0,00 до 0,25	Дуже низький

2) Тест «Коректурна проба» за Б. Бурдоном [27].

Метод дослідження уваги Коректурна проба створив Б. Бурдон у 1895 році.

Застосування коректурної проби охоплює широкий віковий спектр — від дошкільнят до людей пенсійного віку. Вік не є обмеженням для цього тесту, головне — правильно підібрати стимульний матеріал. Для проведення дослідження вам знадобляться секундомір, ручка або олівець і спеціальний бланк.

Існує цілий ряд варіантів коректурної проби: буквенний, цифровий, з кільцями, малюнки і піктограми для дітей [27].

Процедура. В експерименті досліджуваному пред'являється сторінка, заповнена знаками, розташованими випадково. Це можуть бути цифри, букви, геометричні фігури, малюнки-мініатюри (Рис. 2.1.)

Завдання досліджуваному: знайти певний знак і виділити його певним чином (в залежності від бланку (Рис. 2.1.)) — підкреслити, викреслити, відзначити. Який саме знак і що необхідно зробити задається психологом. [27]

АКСНВЕРАМПАОБАСЗЕАЮРАЦКАЧПШАЫТ
 ОВРКАНВСАЕРНТРОНКСЧОДВИОЦФОТЗС
 КАНЕОСВРАЕТГЧКЛИАЫЗКТРКЯБДКПШУ
 ВРЕСОАКВМТАВНШЛЧВИЦФВДБОТВЕСМВ
 НСАКРВОЧТНУЫПЛБНПМНКОУЧЛЮНРВНЩ
 РВОЕСНАРЧКРЛБКУВSRФЧЗХРЕЛЮРРКИ
 ЕНРАЕРСКВЧБЩДРАЕПТМИСЕМВШЕЛДТЕ
 ОСКВНЕРАОСВЧБШЛОИМАУЧОИПООНАЫБ
 ВКАОСНЕРКВИВМТОБЩВЧЫЦНЕПВИТБЕЗ
 СЕНАОВКСЕАВМЛДЖСКНПМЧСИГТШПБСК
 КОСНАКСАЕВИЛКЫЧБЩЖОЛКПМСЧГШКАР
 ОВКРЕНРЕСОЛТИНОПСОЫОДЮИОЗСЧЯИЕ
 АСКРАСКОВРАКВСИНЕАТБОАЦВКНАИОТ
 НАОСКОЕВОЛЦКЕНШЗДРНСВЫКИСНБЮНВ
 ВНЕОСЕКРАВТЦКЕВЛШПТВСБДВНЗЭВИС
 СЕВНРКСТБЕРЗШДСЧИСЕАПРУСЫПСМТН
 ЕРМПАВЕГЛИПСЧТЕВАРЬМУЦЕВАМЕИНЕ

Рис. 2.1.

Обробка і інтерпретація результатів тесту Б. Бурдона

Оцінка роботи учнів проводиться за кількістю пропущених елементів за одиницю часу і загальної кількості проаналізованих знаків.

Для оцінки концентрації уваги використовується наступна формула:

$K = 2C/O$ (К - концентрація, С - переглянуті рядки, О – помилки, до яких відносяться пропуски і невірні закреслені елементи).

Чим більше вийшла цифра, тим вище концентрація. Цей показник не має встановлених числових значень, тому що залежить від конкретного стимульного матеріалу. Але в будь-якому випадку К (концентрація) не повинно бути більше половини показника С (переглянуті рядки).

Розшифровка показників:

Таблиця 2.3.

РЕЗУЛЬТАТ	ЗНАЧЕННЯ
0-2	Дуже висока стійкість
3-4	Висока
5-6	Середня
7-8	Низька
9-10	Дуже низька

Якщо результати коректурної проби свідчать про те, що у дитини рівень уваги знаходиться на середньому або високому рівні, важливо підтримувати ці досягнення через регулярне читання, складання пазлів чи заучування віршів напам'ять. Для дітей із низьким або дуже низьким рівнем уваги необхідно застосувати спеціальні завдання, які розробляє психолог з урахуванням індивідуальних особливостей кожної дитини. У таких випадках рекомендуються вправи на відновлення послідовності чисел, упорядкування сюжетів картинок, а також тренування пам'яті через заучування віршів.

3) Методика «Запам'ятай і розстав крапки». [38]

За допомогою даної методики оцінюється обсяг уваги дитини. Для цього використовується стимульний матеріал, зображений на рис. 2.2. Лист з точками попередньо розрізається на 8 малих квадратів, які потім складаються в стопку таким чином, щоб вгорі виявився квадрат з двома точками, а внизу - квадрат з дев'ятьма точками (всі інші йдуть зверху вниз по порядку з послідовно збільшується на них числом точок).

Перед початком експерименту дитині надається така інструкція: зараз ми будемо грати у гру для тренування уваги. Тобі будуть по черзі показувати картки з намальованими точками, а потім твоє завдання полягатиме в тому, щоб відтворити ці точки на порожніх клітинках у тих самих місцях, де ти їх бачив на картці.

Після цього дитині послідовно демонструють кожну з восьми карток із зображенням точок зверху вниз. Кожна картка показується протягом 1-2 секунд,

а після цього пропонується за 15 секунд нанести побачене розташування точок на порожню картку. Цей час відводиться для того, щоб дитина могла згадати розташування точок і правильно позначити їх на порожньому шаблоні.

Оцінка результатів

Обсягом уваги дитини вважається максимальне число точок, яке дитина змогла правильно відтворити на будь-який з карток (вибирається та з карток, на якій було відтворено безпомилково найбільшу кількість точок). [38]

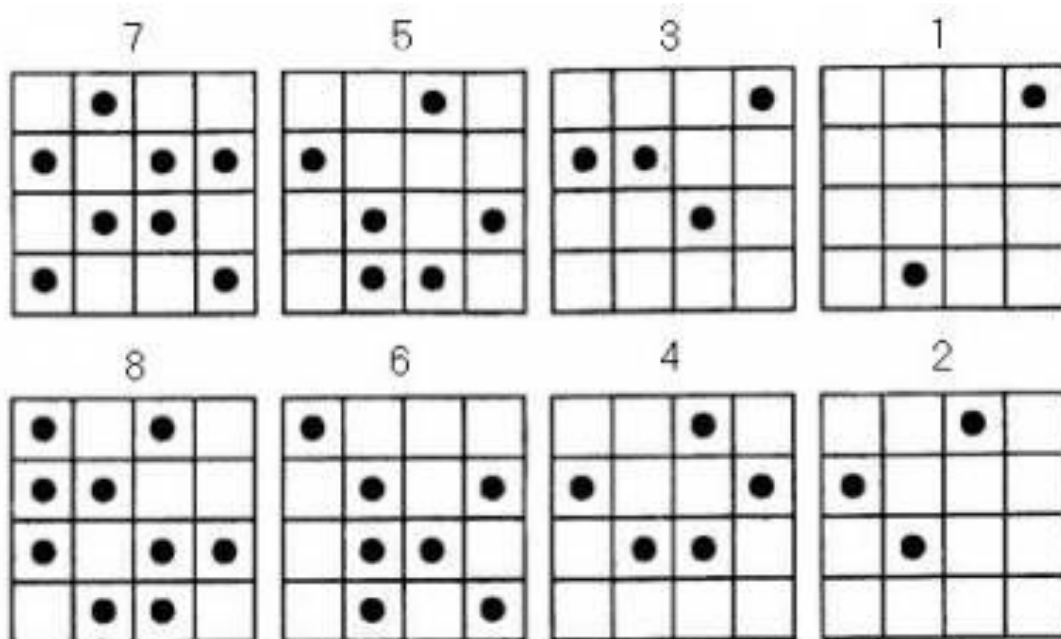


Рис. 2.2. Стимульний матеріал до завдання «Запам'ятай і розстав крапки».

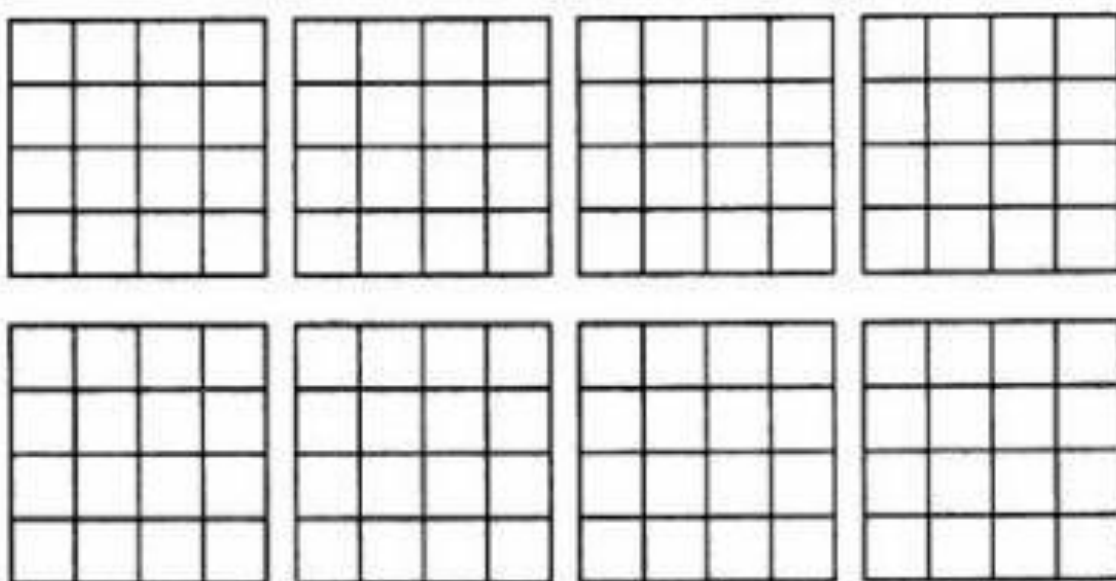


Рис. 2.3. Матриці до завдання «Запам'ятай і розстав крапки».

Результати експерименту оцінюються в балах таким чином:

10 балів – дитина правильно за відведений час відтворила на картці 6 і більше точок.

8-9 балів – дитина безпомилково відтворила на картці від 4 до 5 точок.

6-7 балів – дитина правильно відновила по пам'яті від 3 до 4 точок.

4-5 балів – дитина правильно відтворила від 2 до 3 точок.

0-3 бали – дитина змогла правильно відтворити на одній картці не більше однієї точки.

Висновки про рівень розвитку

10 балів – дуже високий.

8-9 балів – високий.

6-7 балів – середній.

4-5 балів – низький.

0-3 бали – дуже низький.

Обрані методики відповідають стандартам щодо стандартизації, валідності та надійності, а також узгоджуються з метою роботи та завданнями дослідження. Вони дозволяють перейти до наступного етапу емпіричного дослідження – здійснення діагностичного зрізу.

2.2. Методика та результати констатувального експерименту

Проведення дослідження як одного з ключових методів наукового пізнання потребує ретельного планування, послідовності виконання певних кількісних і якісних змін. Визначені основні положення й особливості дослідження сформували методику, побудовану з урахуванням тимчасового аспекту та пріоритетності дослідницьких завдань.

На першому етапі було здійснено аналіз наукової літератури. Це дало змогу обґрунтувати мету та завдання дослідження, а також визначити його об'єкт і предмет.

Другий етап передбачав вибір цільового контингенту та встановлення бази дослідження.

Третій етап зосереджувався на проведенні психологічного тестування, аналізі, диференціації та структуризації отриманих результатів. У ході цього етапу було здійснено діагностику рівня уваги молодших школярів за допомогою відповідних методик.

1. Методика «Поставити значки»;
2. Тест «Коректурна проба» за Б. Бурдоном;
3. Методика «Запам'ятай і розстав крапки».

Четвертий етап передбачав обробку, аналіз та опис результатів наукового дослідження, а також формулювання висновків. На п'ятому етапі, на основі отриманих даних, розроблено рекомендації щодо розвитку емоційної зрілості.

У констатувальному дослідженні взяли участь 43 учні, зокрема 20 хлопців і 23 дівчинки віком від 6 до 9 років, які навчаються у початкових класах Козирського ліцею. Респонденти сформували одну групу, яку діагностували на початку дослідження, а також після впровадження розробленої нами програми, спрямованої на інтеграцію ігрових технік в освітній процес загальноосвітнього закладу.

Після використання психодіагностичних методик виконано обробку, узагальнення та інтерпретацію отриманих результатів.

За результатами методики «Поставити значки», якою ми досліджували перемикання та розподіл уваги маємо наступні результати в табл. 2.1.:

Таблиця 2.1.

Результати дослідження перемикання та розподіл уваги за методикою дослідження «Поставити значки»

Рівень	Дуже низький	Низький	Середній	Високий
Кількість досліджуваних	9	17	13	4

%	21	40	30	9
---	----	----	----	---

В цій таблиці можемо побачити, що переважає у дітей молодшого шкільного віку саме низький рівень перемикання та розподіл уваги, який становить 17 учнів, що становить 40% від загальної кількості дітей усієї початкової школи, далі переважає середній рівень перемикання та розподіл уваги 13 учнів, від загальної кількості це 30% дітей. Ще менше дітей з дуже низьким рівнем – 9 учнів, що становить 21% від загальної кількості та найменшу кількість дітей становить високий рівень перемикання та розподіл уваги 4 учні, 9% від загальної кількості.

Візуально результати рівнів перемикання та розподілу уваги дітей молодшого шкільного віку, можна переглянути на рис. 2.1.

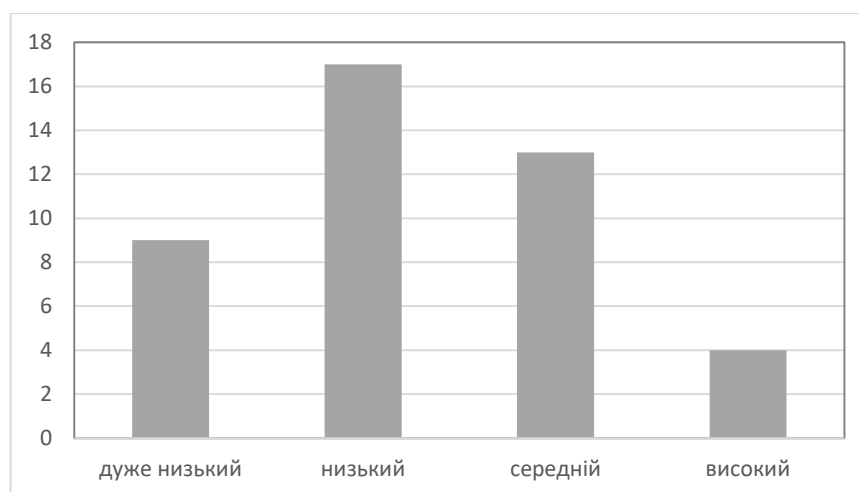


Рис. 2.1. Рівні перемикання та розподіл уваги дітей молодшого шкільного віку

З аналізу, викладеного на гістограмі, постають узагальнені висновки про рівень переключення уваги та здатність розподілу уваги у дітей молодшого шкільного віку до початку освітньої програми, що містить елементи ігрових технік.

Низький рівень уваги вказує на значні труднощі у здатності змінювати напрям уваги між завданнями та розподіляти її на кілька об'єктів одночасно. Дітям з такими показниками, скоріш за все, необхідний індивідуальний підхід та спеціальна корекційна підтримка. Значна кількість учнів має знижені показники уваги, що може вказувати на загальну тенденцію до недостатнього розвитку цих

функцій у цій віковій групі. Це виражається у повільності виконання завдань, частому відволіканні та складнощам із завершенням розпочатої діяльності.

Діти із середнім рівнем уваги демонструють відносно стабільні навички переключення та розподілу уваги, які, попри це, потребують подальшого покращення. Для цієї категорії учнів можна застосовувати групові підходи для розвитку їх уваги.

Невелика частина дітей виявляє добре розвинені навички зосередження. Їхній рівень може бути зумовлений як індивідуальними рисами, так і сприятливими умовами та отриманим досвідом, котрі сприяють розвитку когнітивних здібностей.

Вцілому, більшість дітей (26 з 43) демонструє низький або дуже низький рівень розвитку уваги, що вказує на потребу впровадження спеціалізованої корекційної програми. Головна мета цієї програми полягає у розширенні когнітивної гнучкості, тренуванні вміння перемикатися між різними завданнями та покращенні здатності зосереджуватися в умовах багатозадачності.

За допомогою тесту «Коректурна проба» за Б. Бурдоном ми досліджували концентрацію уваги та було визначено наступні результати, відображені у табл. 2.2:

Таблиця 2.2.

**Результати дослідження концентрації уваги за тестом «Коректурна проба»
за Б. Бурдоном**

Рівень	Дуже низький	Низький	Середній	Високий	Дуже високий
Кількість досліджуваних	9	18	9	6	1
%	21	42	21	14	2

В даній таблиці можна також побачити, що показник рівня, який переважає це низький 18 учнів, що становить від загальної кількості 42%, дуже низький та

низький рівні концентрації уваги мають по 9 учнів кожен рівень, від загальної кількості це 21%, високий рівень має 6 дітей молодшого шкільного віку та дуже високий рівень концентрації уваги має 1 учень, що становить 2% від загальної кількості початкової школи.

Наочно переглянути результати рівнів концентрації уваги можна на гістограмі, рис. 2.2.

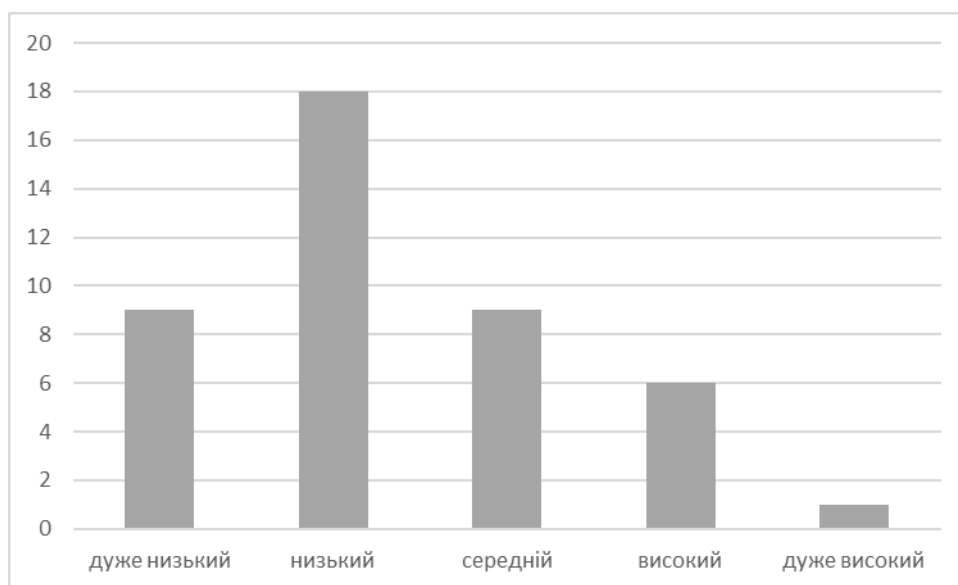


Рис. 2.2. Рівень концентрації уваги дітей молодшого шкільного віку

За гістограмою, яку можна переглянути вище ми можемо зробити такі висновки, що дуже низький рівень у 9 дітей це може свідчити про значні труднощі у підтриманні уваги протягом певного часу. Діти з таким рівнем можуть часто відволікатися, не завершувати завдання, припускати багатьох помилок через неуважність. Найбільша частка дітей продемонструвала низький рівень (18 дітей) концентрації уваги. Це може вказувати на нестійкість уваги, повільне переключення з одного завдання на інше, а також загальне зниження працездатності. Такий результат може бути наслідком недостатнього розвитку навичок зосередженості або впливу емоційного стану, стомлюваності, відсутності навчальної мотивації.

Діти з середнім рівнем (9 дітей) зазвичай здатні працювати уважно, але можуть мати труднощі при тривалих або монотонних завданнях. Їх увага

потребує підтримки зовнішніми стимулами або нагадуваннями, однак у загальному вони справляються з навчальними вимогами.

Діти з високим рівнем (6 дітей) мають добре розвинену здатність до концентрації уваги, можуть довго зосереджуватися на завданні, уникати відволікань, працювати швидко та точно. Це свідчить про сформовані навички саморегуляції, можливий позитивний вплив сімейного чи навчального середовища. Та один учень з високим рівнем, такий результат демонструє виняткову здатність до концентрації уваги. Дитина з таким рівнем, ймовірно, володіє високою пізнавальною активністю, працездатністю, відповідальністю та добре сформованими виконавчими функціями.

Більшість досліджуваних дітей (63%) мають низький або дуже низький рівень концентрації уваги, що вказує на необхідність цілеспрямованої роботи над розвитком уваги в освітньому процесі. Рекомендовано впровадження ігор на розвиток уваги, коротких завдань із чіткою структурою, регулярних пауз для зниження втомлюваності.

Останнє дослідження обсяг (зорової) уваги за методикою «Запам'ятай і розстав крапки», представлена в табл. 2.3.:

Таблиця 2.3.

**Результати дослідження обсягу зорової уваги за методикою
«Запам'ятай і розстав крапки»**

Рівень	Дуже низький	Низький	Середній	Високий	Дуже високий
Кількість досліджуваних	4	20	10	8	1
%	9	47	23	19	2

За цією таблицею можна зрозуміти, що найбільше дітей з низьким рівнем обсягу зорової уваги, становить 47% від загальної кількості, наступні за кількістю йдуть діти (10 учнів) з середнім рівнем, це 23% від загальної кількості учнів, далі переважає високий рівень (8 учнів), що від загальної кількості

становить 19% та найменшу кількість це дуже низький рівень (9%) і дуже високий (2%).

Візуальне відображення результатів діагностики обсягу зорової уваги за методикою «Запам'ятай і розстав крапки» на рис 2.3:

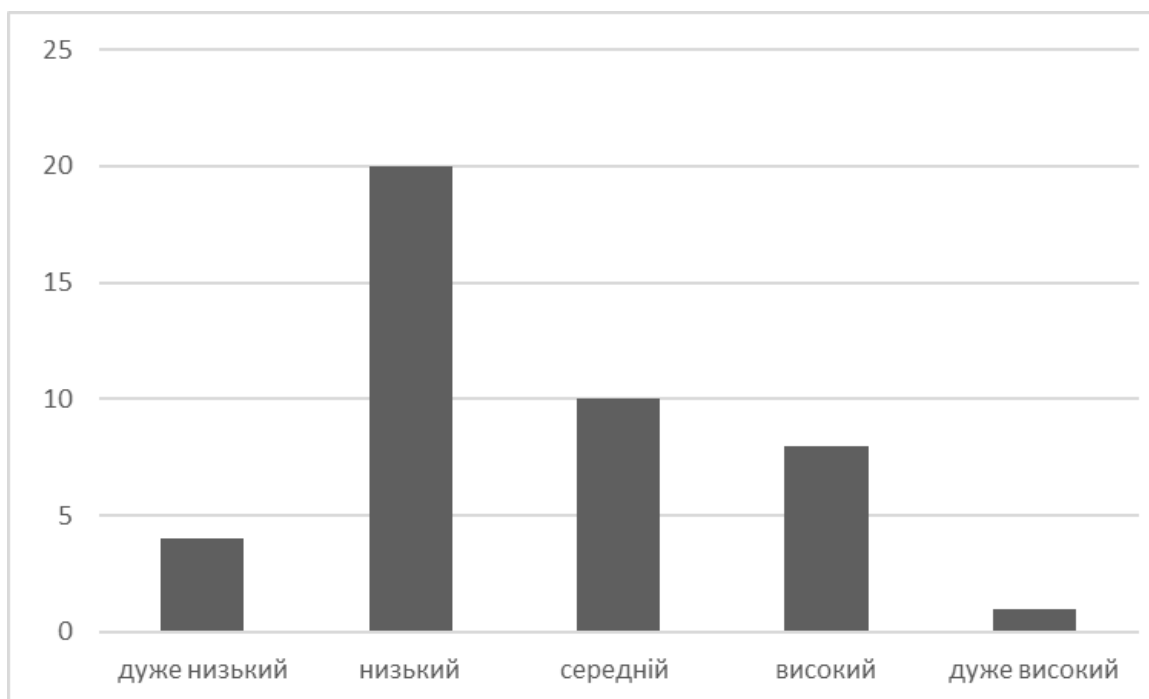


Рис. 2.3. Рівень зорової уваги у дітей молодшого шкільного віку

Для визначення обсягу зорової уваги була застосована психологічна методика «Запам'ятай та розстав крапки». Результати розподілилися наступним чином: діти з вкрай низьким показником зорової уваги демонструють значні труднощі в охопленні великої кількості зорових об'єктів одночасно. Це може проявлятися в труднощах із запам'ятовуванням візуальної інформації, уповільненій швидкості читання, та проблемній орієнтації в просторі. Під час навчання таким дітям рекомендується зменшувати обсяг завдань та систематично тренувати увагу. Значна частина дітей показала низький рівень обсягу зорової уваги. Це вказує на обмежену здатність сприймати та опрацьовувати декілька зорових подразників водночас. У таких дітей можливе швидке зниження продуктивності при візуальних завданнях, а також труднощі з роботою з таблицями, текстами та діаграмами. Варто організовувати умови для розвитку уваги через вправи, спрямовані на розширення поля зору та утримання візуальних образів.

Діти із середнім рівнем зазвичай успішно виконують завдання, які не потребують значного зорового навантаження. Їхній обсяг уваги дозволяє працювати з невеликими візуальними фрагментами інформації, проте зі збільшенням складності завдання може спостерігатися зниження ефективності. Їм рекомендовано регулярно виконувати тренувальні вправи для підтримки та поступового розвитку зорової уваги.

Діти з розвиненим зором здатні утримувати та аналізувати великі масиви зорової інформації в один момент. Вони легко знаходять потрібне у візуальних матеріалах, швидко перемикаються між деталями без втрати якості роботи. Цей рівень навичок достатній для ефективного вирішення навчальних задач середньої та високої складності. Дуже високий обсяг зорової уваги говорить про здатність охоплювати багато об'єктів одночасно, ефективно розподіляти увагу, швидко та точно оперувати великими обсягами зорової інформації. Такі діти часто досягають успіху в навчанні, особливо в задачах, які вимагають швидкої візуальної обробки (наприклад, математика, геометрія, читання з розумінням).

Результати дослідження демонструють, що більше половини дітей (56%) мають низький або дуже низький обсяг зорової уваги. Це може негативно впливати на успішність у навчанні, зокрема при роботі з візуальними матеріалами, які потребують зосередження та охоплення великого обсягу інформації. Тому є сенс запроваджувати спеціальні корекційно-розвивальні заняття, націлені на тренування обсягу зорової уваги.

Висновки до другого розділу

У другому розділі кваліфікаційної роботи представлено результати експериментального дослідження, спрямованого на аналіз розвитку властивостей уваги у молодших школярів. У межах дослідження було обстежено 43 учні початкової школи. Основною метою роботи стало визначення рівня сформованості таких ключових характеристик уваги, як концентрація, розподіл,

перемикання та обсяг зорової уваги, за допомогою адаптованих до вікових особливостей психодіагностичних методик.

Для збору даних було використано три методики, кожна з яких оцінювала окремий компонент уваги. Зокрема, методика «Поставити значки» дозволила оцінити здатність до перемикання та розподілу уваги. Результати демонструють, що лише близько 9% учнів показали високі результати, тоді як понад 60% мали низький або дуже низький рівень розвитку цих властивостей. Це свідчить про те, що значна частина дітей стикається з труднощами у виконанні завдань, які вимагають одночасного утримання кількох об'єктів у полі уваги або швидкого перемикання між різними видами діяльності. Подібні проблеми можуть бути наслідком як індивідуальних особливостей нервової системи, так і невідповідності освітнього процесу потребам розвитку когнітивної гнучкості.

Методика «Коректурна проба» за Б. Бурдоном, спрямована на діагностику концентрації уваги, підтвердила, що більше половини обстежених школярів мали знижений рівень цієї здатності. Це проявлялось у швидкому виснаженні під час розумових навантажень, збільшеній кількості помилок, уповільненому темпі виконання завдань та загальній нестабільності уваги. Лише близько 20% учнів продемонстрували високий або дуже високий рівень концентрації, що свідчить про обмежену поширеність добре розвинених механізмів стійкої уваги серед молодших школярів.

Оцінювання обсягу зорової уваги було проведено за допомогою методики «Запам'ятай і розстав крапки», яка аналізує здатність дитини утримувати в полі зору певну кількість об'єктів протягом короткого часу. Аналіз результатів вказує на значний відсоток дітей (близько 56%) з низьким рівнем розвитку цієї властивості. Це свідчить про складнощі у роботі з візуальною інформацією, що негативно впливає на навчальні досягнення, особливо під час читання, роботи з текстами чи графічними матеріалами.

Загальні висновки дослідження свідчать, що більшість молодших школярів мають недостатній рівень сформованості таких властивостей уваги, як концентрація, розподіл, перемикання та обсяг. Це підкреслює необхідність

запровадження спеціальних корекційно-розвивальних програм для цілеспрямованого тренування уваги у навчальному процесі. Формування уваги повинно відбуватися не стихійно, а через систематичну роботу, яка включає ігрові, індивідуальні та групові вправи, спрямовані на активізацію когнітивних процесів. Крім того, важливо враховувати індивідуальні особливості дітей при організації навчального навантаження та створювати середовище, яке стимулює розвиток уваги як фундаменту ефективного й осмисленого навчання.

РОЗДІЛ 3

РЕАЛІЗАЦІЯ ІНТЕГРОВАНОЇ ІГРОВОЇ ТЕХНОЛОГІЇ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ ЗЗСО

3.1. Обґрунтування та впровадження інтегрованої ігрової технології в освітньому процесі ЗЗСО

На основі проведеного дослідження серед 43 дітей молодшого шкільного віку було сформовано контрольну та експериментальну групи, кожна з яких включала по 43 учасники. На наступному етапі розроблено корекційно-розвиткову програму, представлену у форматі занять, спрямованих на розвиток уваги дітей молодшого шкільного віку. Після завершення корекційних заходів

було проведено опитування для отримання зворотного зв'язку, що дозволило відстежити динаміку змін.

Заняття тривали по 40 хвилин, проводились двічі на тиждень протягом трьох тижнів, причому останнє заняття відбулось у заключний тиждень. Структура програми базувалась на наступному алгоритмі:

- визначення мети корекційно-розвиткової програми;
- формулювання конкретних завдань, які допомагають досягти поставлених цілей;
- розробка методології та змісту програми;
- вибір стратегії та тактики реалізації програми;
- встановлення форми роботи (групова);
- підбір методик і технік для проведення занять;
- визначення загальної тривалості програми;
- встановлення тривалості кожного заняття (40 хвилин як на початковому етапі, так і на етапі завершення);
- детальна розробка змісту занять;
- передбачення механізмів контролю прогресу, а також можливість коригування програми;
- підготовка необхідних матеріалів та обладнання.

Програма проводилась у форматі занять, які інтегрували ігрові техніки до навчального процесу з метою покращення уваги дітей із врахуванням їх вікових і пізнавальних особливостей. Учасники виконували різні види ігор: рухливі, дидактичні, рольові, а також ігри для розвитку зосередженості, переключення та стійкості уваги. Кожне заняття було чітко структуроване, мало певну мету та забезпечувало зміну видів діяльності для запобігання втомі і підтримання інтересу. Особливий акцент зроблено на створенні емоційно комфортної атмосфери, яка сприяла внутрішній мотивації дітей до навчання.

Реалізація програми відбувалась у тісній взаємодії з учителями. Це дозволяло адаптувати ігрові завдання до індивідуальних потреб кожної дитини, що значно підвищувало ефективність роботи.

Таблиця 3.1.

Психологічна корекційно-розвиткова програма для дітей молодшого шкільного віку для покращення уваги

№ Заняття	Засоби психокорекційного впливу	К-ть хвилин	Тема заняття	Методи і прийоми психокорекційного впливу
1	Ігрова техніка	40	«Швидко, але уважно»	Вправа «Хто швидше?»; дихальна вправа «Квітка – свічка»
2	Рольова гра	40	«Я у своєму внутрішньому світі»	Вправи «Найуважніший», «Надувага»
3	Релакс уюча гра	40	«Турнір уважних»	Вправи «Концетрація», «Камінь, ножиці, папір»

Продовження таблиці 3.1.

4	Візуально- логічна вправа	40	«Математична спритність»	Вправа «Лічба фігур»
5	Словесне слідування інструкціям	40	«Муха – втікачка»	Вправа «Муха»

Заняття 1. Ігрова техніка «Швидко, але уважно» (повне заняття дивитись у Додатку А)

Мета заняття – вироблення звичних, доведених до автоматизму дій, що підлягають певній, чітко усвідомлюваній меті. Час завдань змінюється залежно від віку (молодші школярі – до 15 хвилин, підлітки – до 30 хвилин).

Завдання:

- Сформувати здатність концентрувати увагу під час виконання одноманітних завдань, таких як повторювані дії (наприклад, закреслення літер).
- Розвивати вибіркову увагу, зосереджуючись лише на визначеному стимулі (певній літері в тексті), при цьому ігноруючи всі інші.
- Тренувати вміння переключатися між різними умовами виконання завдань, змінюючи параметри (наприклад, літеру чи спосіб закреслення).
- Вдосконалювати здатність розподіляти увагу через виконання кількох завдань одночасно (наприклад, комбінація закреслення одних літер і підкреслення інших).
- Підвищувати швидкість та точність виконання вправ, формуючи навички самоконтролю шляхом аналізу помилок (пропущені чи неправильно позначені літери).
- Сприяти розвитку пізнавального інтересу й позитивної мотивації до виконання завдань через використання ігрових прийомів, змагань або системи балів.
- Формувати вміння діяти за заданими інструкціями та контролювати результати своєї роботи, сприяючи розвитку саморегуляції поведінки.

Матеріали та обладнання: бланки із завданнями, букви, малюнки, цифри, ручки або олівці.

Час проведення: 40 хвилин.

- 1) Вступна частина: знайомство, обговорення правил.
- 2) Основна частина:

Досліджуваним пропонується максимально швидко та точно викреслювати в колонці тексту певну часто зустрічаючу літеру, наприклад, «о» чи «а». Успішність виконання завдання визначається за часом реалізації і кількістю допущених помилок — пропущених літер. Менша кількість цих

показників свідчить про вищу ефективність. Під час виконання важливо заохочувати успіхи учасників і стимулювати їх інтерес.

Заключна частина заняття:

Молодці! Ви сьогодні чудово попрацювали, показавши, наскільки уважними, зосередженими й старанними ви можете бути. Ви стали краще зосереджуватись, перемикаючи увагу та помічати навіть найдрібніші деталі. Це дуже важливі навички, які знадобляться не лише під час ігор, але й на уроках і в повсякденному житті.

Заняття 2. Рольова гра «Я у своєму внутрішньому світі»

Мета заняття — розвиток у дітей молодшого шкільного віку навичок самоспостереження, внутрішньої зосередженості та здатності залишатися уважними навіть за наявності зовнішніх подразників. Також заняття спрямоване на виховання усвідомлення себе як особистості з власним внутрішнім світом, що потребує турботи, захисту та розвитку.

Завдання:

- розвивати здатність зосереджуватись на внутрішніх процесах;
- формувати навички стійкої та вибіркової уваги;
- тренувати вміння фокусувати увагу на важливому, ігноруючи відволікання;
- виховувати самоповагу через дослідження власного «внутрішнього простору»;
- стимулювати позитивне спілкування та взаємодію в групі;
- активізувати уяву й образне мислення через ігрові дії.

Матеріали та обладнання: не треба.

Час проведення: 40 хвилин.

1) Вступна частина

«Сьогодні ми з вами вирушимо в цікаву подорож. Але не за межі кімнати, а до себе всередину. У кожного з нас є особливе місце, яке не бачить ніхто, крім нас самих. Це наш внутрішній світ – наші думки, відчуття, мрії, фантазії. Він

дуже важливий, і щоб краще його пізнати, ми сьогодні потренуємо свою увагу, навчимося захищати себе від зайвого шуму та знайдемо спокій всередині себе.»

2) Основна частина:

- вправа 1: «Найуважніший»;
- вправа 2: «Надувага»;
- дихальна вправа «Квітка – свічка».

3) Заключна частина

«Чи помітили ви, як складно, а водночас цікаво бути уважним? Сьогодні кожен із вас відкрив нову грань свого внутрішнього світу. Ви навчилися зберігати увагу навіть у ситуаціях, коли навколо шум і метушня. Це надзвичайно цінна навичка, яка стане в нагоді не лише в школі, але й у повсякденному житті. Пам'ятайте, наш внутрішній світ схожий на чарівний сад, і ми можемо вчитися доглядати за ним щодня. Нехай частинка тиші та спокою, яку ви сьогодні знайшли, залишиться з вами».

Третє заняття: релаксаційна гра «Турнір уважних» (детальний опис заняття можна знайти в Додатку В).

Мета заняття – розвинути здатність дітей до зосередження уваги, удосконалюючи навички концентрації як на внутрішніх відчуттях, так і на зовнішніх об'єктах. Заняття також спрямоване на покращення вміння регулювати та свідомо спрямовувати увагу за допомогою різноманітних фізичних і ментальних вправ.

Завдання:

- Формувати спроможність фокусуватися на одному об'єкті та повертати увагу до обраної мети після відволікання.
- Допомогати дітям впізнавати моменти розсіювання уваги, вчити їх коригувати ці ситуації й свідомо спрямовувати увагу назад.
- Навчати зберігати спокій і концентрацію навіть у разі відволікаючих факторів із зовнішнього середовища.

- Розвивати здатність швидко й ефективно перемикає увагу між різними завданнями та об'єктами, що є важливим для успішного навчального процесу.

- Тренувати зорову й слухову пам'ять за допомогою вправ, які вимагають концентрації та уваги до деталей.

Матеріали та обладнання: секундомір.

Час проведення: 40 хвилин.

1) Вступна частина:

«Сьогодні ми з вами працюватимемо над розвитком уваги і концентрації. Увага – це важлива навичка, яка допомагає зосереджуватися на завданнях, не відволікаючись, і правильно обирати об'єкти для концентрації. У нашому занятті ми познайомимося з вправами, які тренують здатність фокусуватися на одній меті, переключати увагу та бути уважними до деталей. Ми будемо використовувати різні методи: від ментальних вправ до фізичних, щоб навчитися краще управляти своєю увагою в різних ситуаціях.»

2) Основна частина:

- *Вправа "Концентрація";*
- *Вправа "Камінь, ножиці, папір"*

3) Заключна частина:

- Як ви відчули себе під час концентрації?
- Чи вдалося вам зосередитися і уникнути відволікань?

Заняття 4. Візуально-логічна вправа «Математична спритність» (повне заняття дивитись у Додатку Г)

Мета заняття – розвиток логічного мислення, уважності та швидкості реакції в процесі вирішення завдань, що вимагають математичної спритності та здатності до швидкого підрахунку і класифікації. Під час заняття учасники працюватимуть над покращенням своїх математичних навичок через візуальні вправи, що сприяють розвитку уваги та аналітичного мислення.

Завдання:

- Розвивати логічне мислення та здатність до швидкої обробки інформації через виконання вправ на математичну спритність.
- Покращувати здатність до швидкого підрахунку та класифікації предметів за певними ознаками.
- Тренувати уважність і концентрацію через вправу на лічбу фігур.
- Зміцнювати зв'язок між математичними операціями та візуальними образами.

Матеріали та обладнання: бланки з фігурами.

Час проведення: 40 хвилин.

1) Вступна частина:

«Сьогодні ми будемо працювати над розвитком математичних здібностей і візуальної уважності через цікаві вправи. Кожен з вас матиме можливість випробувати свою спритність у розв'язанні математичних задач, що потребують швидкої реакції і концентрації. Ми почнемо з вправи, яка допоможе вам покращити математичні навички та увагу до деталей, а потім перейдемо до вправи на лічбу фігур, що дозволить тренувати здатність до швидкого підрахунку і класифікації.»

2) Основна частина:

- *Вправа «Лічба фігур»*

3) Заключна частина:

- Як вам вдалося зберегти концентрацію під час вирішення математичних завдань?
- Чи було складно працювати одночасно з кількома елементами у вправі «Лічба фігур»?

Заняття 5. Словесне слідування інструкціям. «Муха – втікачка» » (повне заняття дивитись у Додатку Г)

Метою заняття є розвиток навичок уважності та слухового сприймання, вміння слідувати інструкціям та координувати свої рухи за вказівками. Завдання спрямоване на покращення вміння уважно слухати і діяти відповідно до отриманих інструкцій, а також розвиток комунікаційних навичок.

Завдання:

- тренувати вміння уважно слухати та слідувати інструкціям;
- покращувати здатність до координації рухів згідно з поданими інструкціями;
- розвивати вміння працювати в команді, слухати один одного і реагувати на вказівки;
- формувати навички уваги до деталей та швидкої реакції на зміни в інструкціях.

Матеріали та обладнання: дошка з розкресленим на ній дев'яти клітинним полем 3×3 і невеликий шматок пластиліну.

Час проведення: 40 хвилин.

1) Вступна частина:

«Сьогодні ми будемо грати в цікаву гру «Муха – втікачка», яка допоможе вам тренуватися уважно слухати і виконувати різні рухи за інструкцією. Важливо бути дуже уважним до того, що я вам кажу, і намагатися швидко і точно виконати кожну команду. Ми будемо разом тренуватися, слідуючи за інструкціями, а також вчитися бути уважними, щоб не пропустити важливі деталі.»

2) Основна частина:

- *Вправа «Муха – втікачка».*

3) Заключна частина:

«Ми закінчили гру «Муха – втікачка». Тепер давайте обговоримо, що було найцікавіше і які команди були найскладнішими для вас. Пам'ятайте, що у житті дуже важливо не тільки слухати, але й уважно виконувати те, що нам кажуть, особливо коли ми працюємо в команді або маємо важливі завдання. Чим уважнішими ми будемо, тим легше нам буде виконувати різні завдання та досягати мети. Сподіваюся, що вам сподобалась наша гра, і ви покращили свої навички слухання та виконання інструкцій!»

Отже, розроблена корекційна програма розрахована на розвиток усіх компонентів уваги у дітей молодшого шкільного віку, розглянутих у даному дослідженні, і спрямована на подолання проблем, пов'язаних із низьким рівнем

уваги та концентрації в процесі навчання. Використання інтеграції ігрових технологій в освітній процес має на меті покращення здатності дітей до зосередження, стійкості уваги та навичок концентрації під час навчальних занять. Результати ефективності застосування ігрових методик в освітньому процесі відображені у наступному розділі.

3.2. Методика та результати формувального експерименту

Вибірка досліджуваних брала участь у корекційній роботі в очному форматі: учні перебували в ліцеї та працювали за партами як на початковому, констатувальному етапі експерименту, так і на завершальному, формувальному етапі. Після впровадження корекційної програми було проведено повторну діагностику групи, а результати детально проаналізовано.

Для перевірки достовірності відмінностей між середніми значеннями під час аналізу кількісних даних у вибірці учнів, зокрема до і після впровадження ігрових технік для покращення уваги дітей молодшого шкільного віку у процесі навчання в закладах освіти, було застосовано метод t-критерію Ст'юдента для незалежних вибірок. Цей метод належить до параметричних. Обробка результатів математичної статистики здійснювалася із використанням комп'ютерної програми SPSS.

Статистично значущі відмінності виявлено до та після проведення корекційної програми у вибірці (учнів, до проведення корекційної програми) та подано у табл. 3.2.:

Таблиця 3.2.

Результати повторної діагностики

Рівень	Кількість досліджуваних	%
Рівень перемикання та розподіл уваги		
Низький	4	9

Середній	17	40
Високий	20	47
Дуже високий	2	5
Рівень концентрації уваги		
Низький	0	0
Середній	12	28
Високий	27	63
Дуже високий	4	9
Рівень обсягу зорової уваги		
Низький	3	7
Середній	12	28
Високий	24	56
Дуже високий	4	9

Результати повторної діагностики демонструють, що загальний рівень уваги у дітей початкової школи після впровадження корекційної програми з інтеграцією ігрових технік в освітній процес покращився. Вже помітні позитивні зміни, які свідчать про зростання й розвиток уваги учнів.

Аналіз зібраних даних виявив, що більшість дітей демонструє високий (47%, 20 дітей) та середній (40%, 17 дітей) рівень переключення й розподілу уваги. Надзвичайно високий показник зафіксовано у 5% школярів (2 дитини), а низький спостерігається у 9% (4 дитини), що вказує на зменшення кількості дітей з недостатньо розвиненими цими показниками.

Стосовно концентрації уваги, позитивним є те, що жодна дитина не показала низького рівня (0%). Середній рівень концентрації виявленому 28% дітей (12 осіб), високий – у 63% (27 дітей), а дуже високий – у 9% (4 дитини). Отже, майже три чверті учнів мають достатній або високий рівень розвитку цієї складової уваги.

Загалом, повторна діагностика демонструє значн епокращення здатності дітей концентрувати увагу. Високі та дуже високі оцінки переважають у

кожному з трьох ключових аспектів уваги, а кількість учнів з низькими результатами або мінімальна, або зовсім відсутня.

Щоб перевірити надійність різниці між середніми показниками у вибірці учнів початкової школи, які мали різний рівень уваги, після експерименту застосували t-критерій Ст'юдента для незалежних вибірок, що є параметричним методом. При математичній обробці отриманих даних використовувався варіаційний аналіз. Для визначення вірогідності отриманих результатів, ми використали формулу:

$$t = \frac{M_1 - M_2}{\sqrt{m_1^2 + m_2^2}}, \text{ де } M_1 - \text{середня першої вибірки, } M_2 - \text{середня другої вибірки;}$$

m_1 – виправлення до середньої величини для першої вибірки; m_2 – виправлення до середньої величини для другої вибірки.

Таблиця 3.3.

Статистичні показники групи

Методики	Вибірка (n=43)			
	До	Після	t-критерій Ст'юдента	
	Mean		Показник критерію	Рівні значущості розбіжностей
Методика «Поставити значки»	0,42	0,70	-1,99	Значущі (p≤0,05)
Тест «Коректурна	6,72*	3,84*	7,77	Значущі (p≤0,01)

проба» за Б. Бурдоном				
Методика «Запам'ятай і розстав крапки»	5,63	7,84	-5,87	Значущі ($p \leq 0,01$)

* - чим більше значення, тим менший рівень концентрації уваги.

З наведеної таблиці зрозуміло, що за кожною методикою всі рівні виявилися статистично значущими, що дозволяє зробити висновок про відмінності, які можна вважати достовірними, з можливістю відхилення нульової гіпотези.

За методикою «Поставити значки» середній показник зріс із 0,42 до 0,70, що є статистично значущим на рівні $p \leq 0,05$. Це вказує на покращення відповідної когнітивної функції, такої як увага або здатність до цілеспрямованої діяльності, залежно від контексту застосування методики.

Результати тесту «Коректурна проба» за Б. Бурдоном демонструють суттєве зниження кількості помилок — із 6,72 до 3,84. Цей результат є статистично значущим на рівні $p \leq 0,01$ і свідчить про значне покращення концентрації та стійкості уваги.

За методикою «Запам'ятай і розстав крапки» середній показник зріс із 5,63 до 7,84, що також є високозначущим при рівні $p \leq 0,01$. Це говорить про покращення короткочасної пам'яті та вміння організовувати простір.

Таким чином, отримані дані підтверджують ефективність впровадженої корекційної програми, яка інтегрує ігрові техніки в освітній процес у закладах загальної середньої освіти. Програма сприяла покращенню уваги дітей молодшого шкільного віку у вибірці з 43 осіб.

3.3. Психологічні рекомендації щодо покращення уваги в учнів молодшого шкільного віку

У ранньому та дошкільному віці активно розвивається мимовільна увага, тоді як з часом поступово збільшується здатність дітей до прояву довільної уваги. У віці 5–6 років вони вже можуть певною мірою самостійно зосереджуватись, якщо отримують відповідну зовнішню підтримку. Проте не всі діти в цьому періоді мають достатню здатність управляти своєю увагою.

На початковій стадії навчання школярі ще не в змозі тривалий час утримувати увагу на одному предметі або виді діяльності. Дослідження свідчать, що за умови цікавого й нескладного завдання увага учнів старшого віку може залишатися стабільною протягом 35–40 хвилин. Натомість молодші школярі здатні концентруватись від 4 до 20 хвилин, що обумовлено розвитком гальмівних механізмів психіки, які є основою регуляції уваги.

Однією з характерних рис довільної уваги молодших школярів є низький рівень вибіркової та диференційованості. Наприклад, уважний учень намагається сприйняти всі пояснення вчителя цілком, не виокремлюючи ключового від другорядного.

Крім цього, учням початкових класів притаманний високий рівень відволікання уваги. Мова йде про мимовільне відвернення уваги під впливом зовнішніх подразників, яке є небажаним. Водночас, якщо в учня виникає інтерес до певного об'єкта або діяльності, рівень зосередженості може бути досить високим. Однак навіть у таких випадках їх легко відволікти, і майже неможливо забезпечити тривалу концентрацію. [29]

У дитини, котра має проблеми з концентрацією уваги, можуть проявлятися такі ознаки:

- дитині важко сидіти на одному місці, і вона легко відволікається;
- дитина часто губить речі й доволі неорганізована;
- дитина має труднощі з навчанням і запам'ятовуванням;
 - дитина не може зосередитися, щоб виконати завдання;
 - дитина постійно «літає в хмарах»;
 - дитина буває агресивною або примхливою;

- у дитини погано розвинені рухові навички (наприклад, вона недостатньо добре бігає або стрибає) [29].

З початком шкільного навчання у дітей поступово розвивається довільна увага. Освітній процес сприяє формуванню в учнів здатності перемикатися між завданнями та розподіляти свою увагу. До третього класу діти вже здебільшого вміють одночасно зосереджуватися на змісті завдань, дотримуватися правильної постави під час письма та слухати пояснення вчителя. Проте вдосконалення уваги та концентрації у молодших школярів залишається важливим і потребує додаткових зусиль. Для цього можна використовувати декілька ефективних підходів.

По-перше, необхідно враховувати особливості розвитку уваги під час планування уроків. Наприклад, через кожні 15–20 хвилин заняття варто змінювати вид діяльності, проводити фізкультхвилинки або змінювати інтонацію голосу. Це дозволить дітям переключитися та знову сфокусуватися на роботі.

По-друге, важливо допомагати учням виділяти ключову інформацію уроку. Через спроби сприймати все підряд діти часто пропускають найважливіше. Тому вчителю варто самостійно акцентувати увагу на головному і озвучувати це учням.

Окремої уваги заслуговують практики для покращення концентрації, наприклад, "Хвилина тиші". Перед виконанням завдання запропонуйте дітям сісти зручно та провести одну хвилину у повній тиші. Така вправа допоможе їм розслабитися і налаштуватися на наступну діяльність.

Також корисним буде усунення відволікаючих факторів під час занять. Звертайте увагу на предмети або дії, які відволікають дітей, наприклад, телефони, іграшки або сторонні речі на парті. Працюйте над тим, щоб ці фактори не заважали зосередженню учнів.

Ще однією вдалою методикою є заохочення дітей до переказування текстів. Читайте їм вголос цікаві історії, а потім запитуйте про їхній зміст. Уточнюйте деталі, наприклад: "Куди поїхав принц на своєму коні?" або "Де жила

принцеса?". Таким чином ви не лише розвиватимете увагу дітей, а й активізуватимете пам'ять та логіку.

Ці прості та зрозумілі прийоми допоможуть ефективно підтримувати увагу молодших школярів і створювати сприятливі умови для розвитку їхньої здатності до концентрації [46].

Для покращення концентрації уваги учнів можна запропонувати їм різноманітні ігри, інтегруючи їх у навчальний процес. Наприклад:

- Гра «Топ-хлоп». Учитель проголошує фразу, яка є правдивою, і діти повинні заплескати в долоні. Якщо судження неправильне, вони мають затупотіти ногами.

- Гра «Озирнись навколо». Дітям пропонують знайти предмети за певними характеристиками, наприклад, формою, кольором чи належністю. Ускладненим варіантом є вправа «Свідома прогулянка», коли під час прогулянки учням потрібно помічати та запам'ятовувати все, що трапляється на шляху. Вони можуть уявити себе супергероями з ідеальними нюхом, слухом і зором. Після прогулянки їхні спостереження можна порівняти.

- Гра «Закресли слово». Учням дають текст, з якого потрібно знайти й закреслити певні слова за 3–5 хвилин. Інший варіант – «Закреслювання літер», де серед випадкового набору літер треба знайти й закреслити конкретні, наприклад, усі букви «ш».

- Методика Мюнстерберга. У неупорядкованому тексті з літерами, у якому заховані слова, учням потрібно якомога швидше ці слова знайти. На завдання дається 2–5 хвилин залежно від віку дітей.

- Таблиці Шульте. Цифри, розташовані в таблицях довільним чином, потрібно знаходити й називати в порядку зростання якомога швидше.

- Гра «Кольори». Створіть картки з назвами кольорів, але напишіть їх іншими кольорами (наприклад, слово «червоний» зробіть синім). Завдання учнів – називати колір тексту, а не те, що написано [29].

На основі сучасних досліджень і практичного досвіду для підвищення уваги в учнів молодшого шкільного віку рекомендується активно

використовувати ігрові методики в навчальному процесі. Важливими також є створення структурованого розкладу занять із чіткими перервами, забезпечення сприятливого середовища для концентрації уваги, використання чітких інструкцій та нагадувань. Додатково важливою є співпраця з батьками для розробки спільних стратегій підвищення концентрації вдома й у школі.

Висновки до третього розділу

У третьому розділі кваліфікаційної роботи було створено та апробовано корекційно-розвивальну програму, спрямовану на вдосконалення уваги у дітей молодшого шкільного віку шляхом використання ігрових технік. Програма враховує вікові особливості молодших школярів, зокрема важливість ігрової діяльності у їхньому розвитку, а також необхідність підвищення рівня концентрації, стійкості, розподілу та переключення уваги.

Метою цього етапу дослідження було не тільки визначення рівня сформованості уваги у дітей до й після реалізації програми, але й оцінка динамічних змін, що виникли завдяки систематичному застосуванню ігрових технік, адаптованих до вікових та індивідуальних особливостей учасників. У дослідженні взяли участь 43 учні віком 6–9 років, які навчаються у початковій школі. У межах експериментальної групи проводилися заняття за розробленою корекційно-розвивальною програмою.

Результати апробації продемонстрували позитивну динаміку у розвитку навичок зосередження, підвищенні працездатності та зменшенні проявів імпульсивності у дітей. Ігрові вправи, включені до програми, викликали зацікавленість та підвищували мотивацію до участі, а також сприяли формуванню навичок самоконтролю і співпраці з однолітками. Програма зарекомендувала себе як ефективна в інклюзивному освітньому середовищі та може бути адаптована для використання як шкільними психологами, так і педагогами початкової школи.

Таким чином, результати впровадження програми підтвердили доцільність і ефективність застосування ігрових технік як засобу розвитку уваги, а також загальної пізнавальної сфери молодших школярів у сучасному освітньому процесі.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі бакалавра представлено теоретико-емпіричний розгляд уваги у дітей молодшого шкільного віку та саме її покращення через вплив ігрових технік на увагу. Розкрито сутність досліджуваного феномену та його складових компонентів: емоційного, когнітивного, ціннісного та конативного. Використано діагностичний інструментарій та розроблено корекційну програму у вигляді тренінгових занять. Відповідно до завдань дослідження, ми можемо сформулювати наступні висновки:

1. Аналіз зарубіжної та вітчизняної літератури дає зробити нам такі висновки, що діти цього віку ще не вміють робити цілеспрямованого аналізу

результатів сприйняття, вирізняти серед них основне, важливе, для їх сприйняття властива виражена емоційність.

Відповідно до першого завдання дослідження, було здійснено глибокий аналіз наукових підходів до розуміння феномену уваги в психології, зокрема зосереджено увагу на теоріях, що пояснюють механізми формування та розвитку уваги у дітей молодшого шкільного віку. З'ясовано, що увага – це спрямованість і зосередженість психічної діяльності на певному об'єкті.

Доведено, що вікові закономірності розвитку уваги, зокрема становлення довільної уваги в умовах навчальної діяльності, її залежність від рівня сформованості мотивів учіння, навичок саморегуляції та контролю. Встановлено, що в молодшому шкільному віці увага ще нестійка, має невелику обсяг, але активно розвивається під впливом навчального процесу.

Виходячи з вищесказаного, узагальнюючи аналіз наукових підходів до проблеми розвитку уваги в онтогенезі, розкрито, що увага в молодшому шкільному віці є важливим компонентом пізнавальної діяльності дитини, який активно формується під впливом навчальної діяльності та соціального середовища. Саме в цей період відбувається перехід від мимовільної до довільної уваги, розвиваються її основні властивості – стійкість, концентрація, розподіл, переключення та обсяг. Увага на цьому етапі ще залишається тісно пов'язаною з емоційною сферою та зовнішньою мотивацією, однак діти вже здатні скеровувати свою психічну діяльність відповідно до навчальних завдань. Відповідно, молодший шкільний вік є сенситивним періодом для розвитку уважності, що вимагає спеціальної педагогічної підтримки, використання прийомів активізації уваги, у тому числі ігрових методів, які є природною формою діяльності для дитини цього віку.

2. Сучасні ігрові техніки відіграють важливу роль у покращенні уваги молодших школярів, адже вони відповідають віковим особливостям дітей і сприяють їхньому активному залученню до навчального процесу. Гра є природним способом пізнання світу для дитини, тому використання ігрових

методів дозволяє ефективніше розвивати та підтримувати увагу, знижуючи втому та монотонність навчальної діяльності.

У процесі виконання другого завдання було здійснено теоретичний аналіз літератури, присвяченої використанню ігрових технік як засобу психологічного впливу на увагу дітей молодшого шкільного віку. Вивчення сучасних психолого-педагогічних підходів дало змогу зробити висновок, що гра, незважаючи на зміну провідної діяльності в цьому віці, зберігає надзвичайно важливу роль у формуванні когнітивних функцій дитини, зокрема уваги.

Особливо ефективним є використання дидактичних ігор з чіткими інструкціями та правилами, які навчають дітей дотримуватися алгоритму дій, підвищують рівень організованості та довольності поведінки. Такі ігри, як «Що змінилося?», «Знайди помилку», «Хто уважний?» активізують зорову і слухову увагу, розвивають здатність до аналізу та швидкої реакції. У формуванні сенсорної уваги відіграють ігри на розпізнавання та класифікацію звуків, кольорів, форм. Через залучення зорового, слухового й тактильного аналізаторів активізуються природні механізми сприйняття, які є основою пізнавального процесу. Також у досліджених джерелах описано ефективність ігор, спрямованих на тренування переключення уваги, наприклад, «Слухай і дій навпаки», «Реакція навпаки», де діти вчаться гнучко реагувати на зміну умов і водночас пригнічувати імпульсивні реакції.

Узагальнення досвіду практичних психологів також показало ефективність рухливих та музично-ритмічних ігор у формуванні уваги. Такі ігри поєднують фізичну активність з когнітивним навантаженням, створюючи умови для природного розвитку стійкості уваги, особливо в гіперактивних дітей. Не менш результативними є групові ігри на взаємодію та командну роботу, які формують навички слухати інших, зосереджуватись на партнері, реагувати на сигнали в умовах командної гри.

Узагальнюючи теоретичні джерела, можна стверджувати, що ігрові техніки є потужним інструментом психологічного впливу на розвиток уваги в молодшому шкільному віці. Вони забезпечують не лише пізнавальну активність,

а й позитивний емоційний фон, що створює умови для гармонійного розвитку дитини в навчальному середовищі.

3. Розроблено та описано програму емпіричного дослідження, що передбачала комплексну систему дослідницьких процедур, спрямованих на всебічне вивчення уваги дітей молодшого шкільного віку. Основна мета програми полягала у виявленні особливостей розвитку уваги в учнів молодших класів, визначенні її рівнів, слабких і сильних сторін, а також у створенні теоретико-методичного підґрунтя для подальшого впровадження корекційно-розвивальних заходів.

Програма дослідження була структурована на основі поетапного підходу та включала три основні етапи: констатувальний, формувальний та контрольний. На кожному з етапів використовувались валідні, надійні психодіагностичні методики, адаптовані до вікових особливостей дітей 6–9 років. На констатувальному етапі проводилося первинне обстеження рівня розвитку уваги у досліджуваних. Було підібрано комплекс методик, який дозволяє охопити різні аспекти уваги: концентрацію, стійкість, розподіл, переключення та обсяг. У дослідженні використовувалися такі методики:

1. Методика «Поставити значки»;
2. Тест «Коректурна проба» за Б. Бурдоном;
3. Методика «Запам'ятай і розстав крапки».

Кількісні та якісні показники, отримані під час цього етапу, були оброблені за допомогою методів математичної статистики. На основі аналізу результатів було сформовано уявлення про рівень розвитку уваги в досліджуваній групі, що дозволило визначити загальні тенденції, а також виокремити дітей із помірними або вираженими труднощами в цій сфері.

Формувальний етап передбачав реалізацію спеціально розробленої корекційно-розвивальної програми, що ґрунтувалася на використанні ігрових, тренінгових технік, спрямованих на розвиток основних властивостей уваги, і включав серії занять з дітьми у форматі групової роботи.

Контрольний етап полягав у повторному застосуванні діагностичного інструментарію, і мав на меті перевірити ефективність упроваджених психолого-педагогічних впливів. Порівняльний аналіз даних до та після формувального етапу дозволив зробити висновки про наявність позитивної динаміки у розвитку уваги, а також оцінити результативність застосованих методик.

Таким чином, розроблена програма емпіричного дослідження дозволила отримати достовірні емпіричні дані про стан уваги молодших школярів, виявити специфіку прояву основних її характеристик, а також надати обґрунтування доцільності використання ігрових та розвивальних технік у психолого-педагогічній практиці.

4. У межах реалізації експериментального етапу дослідження було здійснено ґрунтовне вивчення особливостей уваги дітей молодшого шкільного віку з використанням методів та інструментів, передбачених попередньо розробленою програмою емпіричного дослідження. Дослідження охоплювало учнів початкових класів і проводилося в умовах звичної навчально-виховної діяльності, що забезпечило максимальну природність поведінкових реакцій дітей та достовірність отриманих результатів.

Під час дослідження основна увага приділялася вивченню таких характеристик уваги, як стійкість, концентрація, обсяг, переключення та розподіл. З метою збору кількісних і якісних показників використовувались класичні психодіагностичні методики, адаптовані до вікових можливостей молодших школярів. Завдання добиралися таким чином, щоб мінімізувати фактор тривожності й водночас викликати інтерес до їх виконання, забезпечуючи достатній рівень мотивації. Дослідницька процедура передбачала індивідуальне та групове тестування, в процесі якого спостерігалися не лише результати, а й процес виконання завдань: швидкість реакції, наявність помилок, зміни у працездатності з плином часу, а також поведінкові прояви — втомлюваність, неуважність, імпульсивність або, навпаки, надмірна обережність.

Отримані результати дали змогу виявити значну варіативність рівня розвитку уваги в молодших школярів. У частини дітей спостерігалася недостатня стійкість уваги, часті випадки відволікання, труднощі з утриманням інструкції та самоконтролем. Інші учні продемонстрували добре розвинену довільну увагу, високий рівень організованості та здатність до тривалої зосередженості. Також у результатах простежувалися відмінності, пов'язані з віком, рівнем сформованості навчальних навичок та індивідуальними психологічними особливостями дитини.

Важливою складовою експериментального дослідження було не лише виявлення наявного рівня розвитку уваги, а й вивчення її функціонування в умовах підвищеного когнітивного навантаження та зміни інструкції. Це дозволило оцінити гнучкість уваги, її адаптивні можливості, а також рівень довільної регуляції, що є критично важливими навичками для ефективного засвоєння навчального матеріалу.

Проведене дослідження надало емпіричну основу для подальшого впровадження корекційно-розвивальної програми, а також дало змогу зробити висновки щодо актуальних проблем розвитку уваги в дітей молодшого шкільного віку. На основі цих даних було окреслено пріоритетні напрями психологічної підтримки дітей у шкільному середовищі з метою формування стійких навичок довільної уваги, підвищення навчальної мотивації та запобігання перевантаженню нервової системи.

5. Розроблена корекційна програма мала формат занять на покращення різних видів уваги. Вона складалася з 5 занять по 40 хв. і проводилася протягом 3 тижнів. Після проведення корекційно – розвивкових занять досліджувані давали зворотній зв'язок у вигляді опитування (вище описані методики) задля спостереження динаміки змін.

Оцінка розбіжностей даних експериментальної групи на початку та в кінці корекційної програми за допомогою t-критерій Ст'юдента для незалежних вибірок показала відмінність результатів на високому рівні достовірності за всіма методиками.

Процеси активної участі в ігровій діяльності, зосередження, переключення та стійкого утримання уваги в експериментальній групі, реалізовані через інтеграцію сучасних ігрових технік, сприяли значному покращенню когнітивної активності дітей молодшого шкільного віку. Зокрема, спостерігалось зростання рівня довільної уваги, розвиток здатності до її розподілу, підвищення гнучкості та стійкості уваги. Ігрова діяльність, яка враховувала вікові особливості школярів, сприяла підвищенню інтересу до навчання, зниженню втомлюваності та підвищенню мотивації.

Результати реалізації корекційно-розвивальної програми засвідчили: діти стали краще орієнтуватися в завданнях, швидше адаптуватися до змін у навчальній ситуації, виявляти більше самостійності в організації уваги, покращилася їхня навчальна поведінка загалом.

Дослідження підтвердило ефективність використання ігрових методів у навчальному процесі, як інструменту розвитку уваги молодших школярів. У перспективі дана програма може бути вдосконалена та розширена для використання у роботі з дітьми із труднощами навчання, в інклюзивних класах, а також як компонент тренінгів для педагогів та психологів. Також доцільним є подальше дослідження впливу окремих видів ігрових технік, таких як сюжетно-рольові ігри, дидактичні ігри, рухливі ігри, а також елементів арт-терапії (наприклад, лялькотерапії, фототерапії) на розвиток пізнавальної сфери учнів.

Розроблена програма може бути ефективно застосована у діяльності практичних психологів, класних керівників та вчителів початкової школи в рамках уроків, класних годин та індивідуальних занять з метою формування та вдосконалення уваги як базової навчальної функції в учнів молодшого шкільного віку.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрієвська, В. В. (2021). Психологія розвитку особистості : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури.
2. Артемова, Л. В. (2002). Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Київ : Вища школа.
3. Балл, Г. А. (2006). Психологічні основи навчання. Київ : Либідь.
4. Барсукова, О. М. (2013). Ігрові технології як засіб активізації пізнавальної діяльності учнів. Педагогіка і психологія, №4, 45–49.

5. Бех, І. Д. (2003). Особистісно орієнтоване виховання: теоретико-технологічні засади. Київ : Либідь.
6. Божович, Л. І. (2008). Проблеми формування особистості. Харків : Педагогіка.
7. Бондаренко, Т. В. (2019). Використання ігрових технологій у навчально-виховному процесі початкової школи. Початкова школа, №2, 17–20.
8. Василенко, О. С. (2018). Діагностика уваги дітей молодшого шкільного віку: методика "Проставити значки". [Режим доступу] <https://studfile.net/preview/5650765/>
9. Васильєва, С. І. (2012). Психологія дитячої гри. Наукові записки НПУ імені М. П. Драгоманова. Психологічні науки, №32, 45–51.
10. Виготський, Л. С. (1982). Уява та творчість у дитячому віці. Харків : Педагогіка.
11. Виготський, Л. С. (2000). Психологія розвитку дитини. Черкаси : Сенс.
12. Вітвицька, С. С. (2003). Основи педагогіки і психології. Київ : Центр навчальної літератури.
13. Гаврилова, Л. Ю. (2020). Використання ігрових технологій у початковій школі. Педагогічний дискурс, №28, 92–95.
14. Гальперін, П. Я. (1998). Введення в психологію. Психологічний журнал, №1, 3–12.
15. Горчакова-Сибирська, О. М. (2006). Дитяча психологія. Київ : Академвидав.
16. Грушевицький, Т. Г. (2009). Педагогічна психологія. Київ : Каравела.
17. Данилюк, М. І. (2018). Ігрова діяльність як засіб розвитку пізнавальних процесів у молодших школярів. Науковий вісник Херсонського держ. ун-ту. Сер. Педагогічні науки, №1(86), 97–100.
18. Дьяченко, М. І., Козловська, М. А. (1989). Психологія. Київ : Вища школа.
19. Журавльова, І. В. (2016). Психологія особистості: навчальний посібник. Київ : Академія.

- 20.Ігрові технології в сучасній освіті. (2017). Педагогічний пошук, №1(19), 33–37.
- 21.Ільїн, Є. П. (2000). Психологія особистості. Харків: Харків.
- 22.Кірсанова, О. М. (2015). Роль ігрових технологій у формуванні навчальної діяльності учнів початкової школи. Початкова освіта, №2, 34–36.
- 23.Климов, Є. А. (1996). Психологія людини. Дніпро : Вид-во Дніпро.
- 24.Коваль, Н. В. (2020). Використання гри як засобу розвитку пізнавальної активності молодших школярів. Педагогічна наука та практика, №6, 77–80.
- 25.Коломінський, Я. Л. (2007). Психологія розвитку. Київ : Вища школа.
- 26.Костюк, Г. С. (1989). Психологія. Київ : Вища школа.
- 27.Коректурна проба // Дитячий психолог. – 2015. – [Режим доступу]: <https://dytpsyholog.com/2015/04/16/коректурна-проба/>
- 28.Кравець, А. М. (2019). Формування особистості молодшого школяра засобами гри. Початкова освіта, №4, 29–32.
- 29.Психологія особистості – наука про закономірності розвитку особистості. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://osvita.ua/vnz/reports/psychology/10026/>
- 30.Кулагіна, І. Ю. (1995). Вікова психологія. Київ : Просвітництво.
- 31.Леонт'єв, О. М. (1975). Діяльність. Свідомість. Особистість. Харків: Політвидав.
- 32.Лисенко, Г. М. (2011). Основи вікової психології. Київ : Либідь.
- 33.Лущик, О. В. (2014). Ігрові методи розвитку пізнавальних інтересів у дітей. Дошкільне виховання, №3, 24–27.
- 34.Макарова, Н. Є. (2017). Ігрова діяльність як психолого-педагогічний феномен. Психологічні перспективи, №30, 101–105.
- 35.Макарова, Н. Є., Чорна, Л. І. (2018). Ігрові технології в освітньому процесі. Освіта і розвиток обдарованої особистості, №6(73), 85–89.
- 36.Маслоу, А. (2006). Мотивація і особистість. Київ: Вища школа.
- 37.Моляко, В. О. (2005). Психологія творчествa. Київ : Наукова думка.

- 38.Методика «Запам'ятай і розстав крапки» // Психологічний портал. – [Режим доступу]: https://psychic.at.ua/publ/psikhodiagnostyka/uvaga/metodika_zapam_39_jataj_i_rozstav_krapki/23-1-0-45
- 39.Немов, Р. С. (2003). Психологія освіти та розвитку Київ : Каравела.
- 40.Обухівська, Л. В. (2015). Ігрова діяльність у розвитку особистості дитини. Психологія і суспільство, №3, 91–95.
- 41.Орехова, Т. Є. (2018). Психологічні особливості гри в молодшому шкільному віці. Наукові записки НПУ ім. М. Драгоманова, №36, 50–54.
- 42.Павленко, Л. І. (2016). Психолого-педагогічні основи використання гри в початковій школі. Педагогічний дискурс, №20, 59–62.
- 43.Піроженко, Т. О. (2007). Основи дошкільної педагогіки. Київ : Академія.
- 44.Психобіографічний метод дослідження особистості. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://referatss.com.ua/work/psihobiografichnij-metod-doslidzhennja-osobistosti/>
- 45.Фактори, що впливають на формування особистості. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://stud.com.ua/61081/pedagogika/faktori_vplivayut_formuvannya_osobistosti
- 46.Формування особистості. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://studfile.net/preview/5644059/page:28/#44>
- 47.Фактори розвитку особистості. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://studopedia.com.ua/1_53158_faktori-rozvitku-osobistosti.html
- 48.Рибалка, В. В. (2001). Психологія особистості. Київ : Знання.
- 49.Рогов, Є. І. (2008). Настільна книга практичного психолога. Черкаси: Видавництво “Вертикаль”.
- 50.Роменець, В. А. (1995). Основи психології. Київ : Либідь.
- 51.Савчин, М. В. (2018). Психологія особистості: навчальний посібник. Ужгород : Видавництво УжНУ.
- 52.Савченко, О. Я. (2004). Дидактика початкової школи. Київ : Генеза.

- 53.Синяєва, Л. Є. (2010). Ігрові методи у навчанні молодших школярів. Початкова освіта, №6, 28–30.
- 54.Смирнов, С. Д. (2002). Педагогіка та психологія вищої школи. Київ : Академічний проєкт.
- 55.Тарасов, О. В. (2012). Розвиток особистості у процесі гри. Педагогіка і психологія, №3, 13–17.
- 56.Теплова, Г. М. (2007). Психологія здібностей. Київ : Просвітництво.
- 57.Ткаченко, Л. В. (2014). Формування самооцінки особистості. Психологія і сучасність, №2, 21–24.
- 58.Ушинський, К. Д. (1983). Людина як предмет виховання. Київ : Вища школа.
- 59.Хартман, Г. (2005). Психологія та гра. Київ: Академія.
- 60.Чередниченко, Г. М. (2013). Вікова психологія. Київ : Каравела.
- 61.Шевченко, С. С. (2015). Ігрова діяльність у системі навчання. Початкова школа, №5, 10–13.
- 62.Шнейдер, Л. Б. (2004). Психологія розвитку. Харків : Знання.

ДОДАТКИ

Додаток А

Заняття 1. Ігрова техніка «Швидко, але уважно»

Мета завдання – вироблення звичних, доведених до автоматизму дій, що підлягають певній, чітко усвідомлюваній меті. Час завдань змінюється залежно від віку (молодші школярі – до 15 хвилин, підлітки – до 30 хвилин).

Завдання:

- Формувати навички концентрації уваги під час виконання монотонної діяльності (повторювані дії – викреслювання літер).
- Розвивати вибіркову увагу, навчити зосереджуватись лише на заданому стимулі (певна літера в тексті), ігноруючи інші.

- Тренувати переключення уваги шляхом зміни умов виконання завдання (зміна літери, способу закреслення тощо).
- Розвивати здатність до розподілу уваги шляхом одночасного виконання кількох інструкцій (наприклад, закреслювати одні літери і підкреслювати інші).
- Підвищувати швидкість і точність виконання завдань, розвивати навички самоконтролю через аналіз помилок (пропущені літери або неправильні позначки).
- Стимулювати пізнавальний інтерес та позитивну мотивацію до вправ, використовуючи ігрову форму, змагання, підрахунок балів.
- Формувати вміння діяти за інструкцією та контролювати результат своєї роботи, розвиваючи саморегуляцію поведінки.

Матеріали та обладнання: бланки із завданнями, букви, малюнки, цифри, ручки або олівці.

Час проведення: 40 хвилин.

3) Вступна частина: знайомство, обговорення правил.

«Сьогодні ми з вами будемо тренувати нашу увагу, швидкість мислення та спостережливість. Уявіть, що ви справжні детективи, які шукають в тексті потрібні підказки. Але щоб знайти їх, потрібно бути дуже уважними, нічого не переплутати і діяти швидко! Ми пограємо у гру, де кожен з вас спробує знайти якомога більше потрібних літер за обмежений час. Готові перевірити, хто з вас найуважніший? Тоді починаємо!»

4) Основна частина

Досліджуваним пропонують як можна швидше і точніше викреслити у колонці будь-якого тексту якусь літеру, яка часто трапляється, наприклад, «о» чи «а». Успішність виконання завдання оцінюється за часом його виконання і кількістю допущених помилок – пропущених літер: чим менша величина цих показників, тим вища успішність. При цьому треба заохочувати успіхи та стимулювати інтерес.

Для тренування переключення та розподілу уваги завдання змінюють: пропонується закреслювати одну літеру вертикальною лінією, а іншу – горизонтальною чи за сигналом чергувати закреслювання однієї літери із

закреслюванням іншої. З часом завдання можна ускладнювати. Наприклад, одну літеру закреслювати, іншу підкреслювати, а третю – обводити кружечком.

5) Заключна частина заняття:

«Молодці! Ви сьогодні гарно попрацювали і справді показали, як можуть працювати уважні, зосереджені й старанні учні. Ви навчилися краще зосереджуватись на завданні, переключати свою увагу і не пропускати дрібниць. Це дуже важливо не лише під час ігор, а й на уроках і в повсякденному житті.»

Пригадайте, що було найцікавішим у вправі? Що вдалося найкраще?

Я впевнена, що з кожним заняттям ваша увага ставатиме ще гострішою. А наступного разу на нас чекають нові цікаві завдання. Дякую вам за активну участь і гарний настрій!

Додаток Б

Заняття 2. Рольова гра «Я у своєму внутрішньому світі»

Мета заняття – формування в дітей молодшого шкільного віку навичок самоспостереження, розвитку внутрішньої зосередженості, вміння залишатися уважним попри зовнішні подразники. Сприяння розумінню себе як особистості з внутрішнім світом, що потребує захисту та розвитку.

Завдання:

- розвивати здатність зосереджуватись на внутрішніх процесах;
- формувати навички стійкої та вибіркової уваги;
- тренувати вміння фокусувати увагу на важливому, ігноруючи відволікання;
- виховувати самоповагу через дослідження власного «внутрішнього простору»;
- стимулювати позитивне спілкування та взаємодію в групі;

- активізувати уяву й образне мислення через ігрові дії.

Матеріали та обладнання: не треба.

Час проведення: 40 хв.

1) Вступна частина

«Сьогодні ми з вами вирушимо в цікаву подорож. Але не за межі кімнати — а до себе всередину. У кожного з нас є особливе місце, яке не бачить ніхто, крім нас самих. Це наш внутрішній світ — наші думки, відчуття, мрії, фантазії. Він дуже важливий, і щоб краще його пізнати, ми сьогодні потренуємо свою увагу, навчимося захищати себе від зайвого шуму та знайдемо спокій всередині себе.»

2) Основна частина

Вправа 1: «Найуважніший»

Мета: розвиток зорової уваги та пам'яті, тренування спостережливості.

Суть: Один з дітей стає ведучим і намагається запам'ятати порядок розташування інших учасників, а потім відтворити цей порядок, коли вони змінюють позицію.

Вправа 2: «Надувага»

Мета: тренування концентрації у стані зовнішніх подразників.

Суть: Частина дітей — «уважні», інші — «ті, хто заважає». Завдання «уважних» — залишатися зосередженими, не реагуючи на відволікання, що їх влаштовують інші учасники.

3) Заключна частина

Дихальна вправа «Квітка – свічка»

Мета: заспокоїтися, відновити внутрішній баланс, краще відчутти себе «тут і зараз».

«Сядьте зручно, спинка рівна, ніжки стоять на підлозі. Уявіть, що в одній руці у вас гарна, запашна квітка, а в іншій — маленька свічка .

Давайте понюхаємо квітку: повільно вдихніть носиком... (пауза)

А тепер подмухаємо на свічку: повільно видихніть ротиком... (пауза)

Ще раз: вдихаємо аромат квітки... (вдох)

...і обережно задуваємо свічку... (видих)

Ще тричі так подихаємо: квітка... свічка... квітка... свічка...

Добре. Тепер покладіть руки собі на груди — чи відчуваєте, як стало спокійно? Ваш внутрішній світ дякує вам.»

«Ви помітили, як важко, а іноді дуже цікаво — бути уважним? Кожен з вас сьогодні відкрив нову частинку свого внутрішнього світу. Навчилися бути уважними навіть тоді, коли навколо шум і рух. Це дуже цінна здатність — вона допоможе вам не лише в школі, а й у повсякденному житті. Пам'ятайте: наш внутрішній світ — як чарівний сад, і ми можемо навчитися доглядати за ним щодня. Давайте візьмемо з собою сьогодні частинку тиші та спокою, яку ми знайшли всередині.»

Додаток В

Заняття 3. Релаксуюча гра «Турнір уважних»

Метою заняття є – розвивати здатність до концентрованої уваги у дітей, тренуючи їх навички зосередження на різних об'єктах, як внутрішніх, так і зовнішніх, а також покращувати вміння регулювати і спрямовувати свою увагу за допомогою різноманітних вправ, що включають як фізичні, так і ментальні вправи.

Завдання:

- сформувати вміння фокусувати увагу на одному об'єкті, а також повертати увагу до обраної мети, коли думки відволікаються;
- допомогти дітям розпізнавати і коригувати моменти, коли їх увага відволікається, і спрямовувати її назад;
- навчити дітей зберігати спокій і концентрацію, навіть якщо навколишні фактори намагаються відволікти їх;

- розвивати здатність швидко і ефективно перемикаати увагу між різними завданнями і об'єктами, що є важливим для успішної навчальної діяльності;
- тренувати зорову та слухову пам'ять через виконання вправ, що потребують концентрації і уваги до деталей.

Матеріали та обладнання: секундомір.

Час проведення: 40 хвилин.

1) Вступна частина:

«Сьогодні ми з вами працюватимемо над розвитком уваги і концентрації. Увага — це важлива навичка, яка допомагає зосереджуватися на завданнях, не відволікаючись, і правильно обирати об'єкти для концентрації. У нашому занятті ми познайомимось з вправами, які тренують здатність фокусуватися на одній меті, переключати увагу та бути уважними до деталей. Ми будемо використовувати різні методи: від ментальних вправ до фізичних, щоб навчитися краще управляти своєю увагою в різних ситуаціях.»

2) Основна частина:

1. Вправа "Концентрація":

Ми почнемо з вправи на концентрацію, де кожен з вас зосередиться на вибраному об'єкті. Це може бути будь-що: об'єкт в кімнаті, ваші думки або частина тіла. Потрібно буде фокусувати увагу на цьому об'єкті і стежити за тим, щоб ваші думки не відволікалися. Якщо вони все ж відволікаються, не варто на цьому зупинятися — важливо м'яко повернути свою увагу назад до об'єкта концентрації. Це допоможе вам краще навчитися зберігати концентрацію в будь-яких ситуаціях.

2. Вправа "Камінь, ножиці, папір":

Наступна вправа — це класична гра, яка не тільки весела, але й допомагає тренувати увагу та швидкість реакції. Ви будете працювати в парах і вибирати одну з трьох фігур: камінь, ножиці або папір. Кожна фігура має свої правила, і завдання полягає в тому, щоб швидко зреагувати на вибір суперника, зберігаючи увагу на результаті. Це сприяє тренуванню вашої реакції та уважності до навколишніх об'єктів.

3) Заключна частина:

- Як ви відчули себе під час концентрації?
- Чи вдалося вам зосередитися і уникнути відволікань?

Також розглянемо гру "Камінь, ножиці, папір" і поділимося враженнями від того, як кожен із вас швидко зреагував на вибір суперника. Важливо пам'ятати, що увага — це навичка, яку можна і потрібно тренувати. Ви зробили великий крок до того, щоб краще контролювати свою увагу в будь-яких ситуаціях, і це дуже важливо для вашого розвитку.

Додаток Г

Заняття 4. Візуально-логічна вправа «Математична спритність»

Мета заняття – розвиток логічного мислення, уважності та швидкості реакції в процесі вирішення завдань, що вимагають математичної спритності та здатності до швидкого підрахунку і класифікації. Під час заняття учасники працюватимуть над покращенням своїх математичних навичок через візуальні вправи, що сприяють розвитку уваги та аналітичного мислення.

Завдання:

- Розвивати логічне мислення та здатність до швидкої обробки інформації через виконання вправ на математичну спритність.
- Покращувати здатність до швидкого підрахунку та класифікації предметів за певними ознаками.
- Тренувати уважність і концентрацію через вправу на лічбу фігур.

- Зміцнювати зв'язок між математичними операціями та візуальними образами.

Матеріали та обладнання: бланки з фігурами.

Час проведення: 40 хвилин.

1) Вступна частина:

«Сьогодні ми будемо працювати над розвитком математичних здібностей і візуальної уважності через цікаві вправи. Кожен з вас матиме можливість випробувати свою спритність у розв'язанні математичних задач, що потребують швидкої реакції і концентрації. Ми почнемо з вправи, яка допоможе вам покращити математичні навички та увагу до деталей, а потім перейдемо до вправи на лічбу фігур, що дозволить тренувати здатність до швидкого підрахунку і класифікації.»

2) Основна частина:

Вправа «Лічба фігур»:

«У цій вправі вам потрібно буде одночасно лічити різні геометричні фігури, які будуть представлені на аркуші. Ви повинні зосередитись на кожній фігурі та підрахувати їх кількість, звертаючи увагу на колір, форму та інші деталі. Це завдання розвиває вашу здатність до одночасної обробки інформації та тренує уважність до деталей.»

3) Заключна частина:

- Як вам вдалося зберегти концентрацію під час вирішення математичних завдань?
- Чи було складно працювати одночасно з кількома елементами у вправі «Лічба фігур»?

Важливо пам'ятати, що тренування математичної спритності та уважності допомагає не тільки в навчанні, але й у повсякденному житті. Ви сьогодні зробили крок до розвитку ваших аналітичних і математичних здібностей, і це значно покращить вашу здатність до швидкого прийняття рішень.

Додаток Г

Заняття 5. Словесне слідування інструкціям. «Муха – втікачка»

Метою заняття є розвиток навичок уважності та слухового сприймання, вміння слідувати інструкціям та координувати свої рухи за вказівками. Завдання спрямоване на покращення вміння уважно слухати і діяти відповідно до отриманих інструкцій, а також розвиток комунікаційних навичок.

Завдання:

- тренувати вміння уважно слухати та слідувати інструкціям;
- покращувати здатність до координації рухів згідно з поданими інструкціями;
- розвивати вміння працювати в команді, слухати один одного і реагувати на вказівки;

- формувати навички уваги до деталей та швидкої реакції на зміни в інструкціях.

Матеріали та обладнання: дошка з розкресленим на ній дев'яти клітинним полем 3×3 і невеликий шматок пластиліну.

Час проведення: 40 хвилин.

1) Вступна частина:

«Сьогодні ми будемо грати в цікаву гру «Муха – втікачка», яка допоможе вам тренуватися уважно слухати і виконувати різні рухи за інструкцією. Важливо бути дуже уважним до того, що я вам кажу, і намагатися швидко і точно виконати кожну команду. Ми будемо разом тренуватися, слідуючи за інструкціями, а також вчитися бути уважними, щоб не пропустити важливі деталі.»

2) Основна частина:

Вправа «Муха – втікачка»:

«Ви будете «мухами», які намагаються втекти від «пальця», який є «мисливцем». Завдання полягає в тому, щоб уважно слухати інструкції і виконувати рухи, намагаючись не потрапити під палець.»

Дошка ставиться вертикально і ведучий пояснює учасникам, що переміщення «мухи» з однієї клітинки на іншу відбувається за допомогою подачі їй команд, які вона слухняно виконує. За однією з чотирьох можливих команд («вверх», «вниз», «вправо» чи «вліво») «муха» переміщується відповідно на сусідню клітинку. Вихідне положення «мухи» – центральна клітинка ігрового поля. Команди подаються учасникам за чергою. Гравці повинні, невідступно слідкуючи за переміщеннями «мухи», не допустити її виходу за межі ігрового поля.

Після усіх цих пояснень починається сама гра. Вона проводиться на уявному полі, яке кожен з учасників уявляє перед собою. Якщо хтось втрачає нитку гри чи «бачить», що «муха» залишила поле, він дає команду «Стоп» і, повернувши «муху» на центральну клітинку, починає гру спочатку. «Муха» вимагає від гравців постійної зосередженості, однак, після того, як вправа добре усвідомлена, її можна ускладнити. Збільшивши кількість ігрових клітинок

(наприклад, до 4×4) чи кількість «мух», в останньому випадку команди подаються кожній «мусі» окремо.

Ця вправа допомагає дітям тренуватися слухати і діяти відповідно до вказівок, не відволікаючись. Важливо, щоб кожен учасник був уважний і зосереджений, адже кожна нова інструкція може бути схожа на попередню, але мати важливі відмінності.

3) Заключна частина:

«Ми закінчили гру «Муха – втікачка». Тепер давайте обговоримо, що було найцікавіше і які команди були найскладнішими для вас. Пам'ятайте, що у житті дуже важливо не тільки слухати, але й уважно виконувати те, що нам кажуть, особливо коли ми працюємо в команді або маємо важливі завдання. Чим уважнішими ми будемо, тим легше нам буде виконувати різні завдання та досягати мети. Сподіваюся, що вам сподобалась наша гра, і ви покращили свої навички слухання та виконання інструкцій!»