

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЧЕРНІГІВСЬКИЙ КОЛЕГІУМ»

ІМЕНІ Т. Г. ШЕВЧЕНКА

Факультет дошкільної, початкової освіти і мистецтв

Кафедра дошкільної та початкової освіти

## Кваліфікаційна робота

освітнього ступеня: «магістр»

на тему:

### **ФОРМУВАННЯ АДЕКВАТНОЇ САМООЦІНКИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ У ПРОЦЕСІ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

Виконала:

студентка II курсу, 21-м групи

Спеціальності 013 «Початкова освіта»

Шекера Наталія Павлівна

Науковий керівник:

к. пед. н., доцент Турчина Ірина Станіславівна

Роботу подано до розгляду «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 року.

Студентка

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Науковий керівник

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Кваліфікаційна робота розглянута на засідання *кафедри дошкільної та початкової освіти*

протокол № \_\_\_\_\_ від «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 р.

Студентка допускається до захисту даної роботи в екзаменаційній комісії.

Зав. кафедри

\_\_\_\_\_

(підпис)

Ірина ТУРЧИНА

(прізвище та ініціали)

## АНОТАЦІЯ

Шекера Н. П. «Формування адекватної самооцінки молодших школярів у процесі навчальної діяльності». Кваліфікаційна робота освітнього ступеня – магістр. Спеціальність 013 «Початкова освіта». Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка; факультет дошкільної, початкової освіти і мистецтв; кафедра початкової та дошкільної освіти, м. Чернігів, 2024.

Магістерську роботу присвячено теоретичному обґрунтуванню та експериментальному дослідженню процесу формування адекватної самооцінки молодших школярів у навчальній діяльності. У теоретичній частині роботи проведено аналіз поняття «самооцінка» у психолого-педагогічній літературі, розкрито особливості формування адекватної самооцінки в умовах початкової школи, акцентовано увагу на психолого-педагогічних аспектах, які сприяють формуванню самооцінки.

Емпірична частина роботи включає дослідження рівня самооцінки у дітей молодшого шкільного віку, що було проведено на констатувальному та формувальному етапах. У процесі експерименту розроблено та апробовано методичні рекомендації для вчителів, спрямовані на формування адекватної самооцінки учнів через організацію навчальної діяльності, впровадження рефлексивних технік і підтримку позитивної мотивації. У результаті дослідження розроблено практичні рекомендації для педагогів, спрямовані на створення умов для формування адекватної самооцінки у дітей молодшого шкільного віку.

**Ключові слова:** самооцінка, адекватна самооцінка, навчальна діяльність, рефлексія, молодший шкільний вік, психолого-педагогічна підтримка, педагогічні методики.

## ABSTRACT

Shekera N. P. " Primary schoolchildren's adequate self-esteem formation in the process of educational activity". Qualification work of an educational degree - master's degree. Specialty 013 Primary education. Chernihiv Collegium National University named after T. G. Shevchenko; faculty of preschool, elementary education and arts; Department of Primary and Preschool Education, Chernihiv, 2024.

The master's thesis is devoted to the theoretical substantiation and experimental study of the process of forming adequate self-esteem in primary school students during educational activities. The theoretical section analyzes the concept of "self-esteem" in psychological and pedagogical literature, explores the peculiarities of developing adequate self-esteem in primary school settings, and emphasizes psychological and pedagogical aspects that promote the harmonious development of personality.

The empirical section includes a study of the self-esteem levels in primary school children, conducted through the diagnostic (ascertainment) and formative stages. During the experiment, methodological recommendations for teachers were developed and tested. These recommendations aim to enhance the adequacy of students' self-esteem through the organization of educational activities, the implementation of reflective techniques, and the support of positive motivation. As a result of the study, practical recommendations for educators were developed to create conditions conducive to the formation of adequate self-esteem in primary school children.

**Keywords:** self-esteem, adequate self-esteem, educational activities, reflection, primary school age, psychological and pedagogical support, teaching methods.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП .....</b>	<b>6</b>
<b>РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ АДЕКВАТНОЇ САМООЦІНКИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ У ПРОЦЕСІ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....</b>	<b>10</b>
1.1. Аналіз поняття «самооцінка» в психолого-педагогічній літературі.....	10
1.2. Психолого-педагогічні аспекти формування адекватної самооцінки молодших школярів у процесі навчальної діяльності.....	19
Висновки до розділу I.....	30
<b>РОЗДІЛ II. ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНУ САМООЦІНКИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ .....</b>	<b>34</b>
2.1. Особливості роботи педагога у процесі формування адекватної самооцінки молодших школярів.....	34
2.2. Емпіричне дослідження рівня самооцінки у дітей молодшого шкільного віку(констатувальний та формувальний етапи).....	45
2.3. Методичні рекомендації щодо формування адекватної самооцінки у дітей молодшого шкільного віку .....	54
Висновки до другого розділу.....	60
<b>ВИСНОВКИ .....</b>	<b>63</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>	<b>65</b>
<b>ДОДАТКИ .....</b>	<b>73</b>

## ВСТУП

**Актуальність дослідження** обумовлена значним впливом самооцінки на розвиток особистості дитини, її успішність у навчанні та адаптацію в соціумі. Молодший шкільний вік – це критичний етап становлення особистості, коли формуються базові риси характеру, навички соціальної взаємодії, а також закладається основа для подальшого самосприйняття. Саме в цей період дитина починає активно оцінювати свої можливості та здібності, порівнювати себе з однолітками, що робить її особливо вразливою до зовнішніх впливів, зокрема, оцінок з боку дорослих і шкільного середовища.

Формування адекватної самооцінки в молодших школярів сприяє розвитку впевненості в собі, ініціативності, наполегливості та здатності конструктивно реагувати на невдачі. Навпаки, невпевненість у власних силах або завищена самооцінка можуть призвести до проблем у навчанні, труднощів у спілкуванні, конфліктів з однолітками, зниження мотивації до навчання та втрати інтересу до шкільних предметів. Тому питання адекватної самооцінки є центральним для успішної соціалізації та розвитку позитивного ставлення дитини до процесу навчання.

У сучасній педагогічній практиці важливо знайти ефективні методи і підходи для формування у дітей здорового самосприйняття. Навчальна діяльність є одним із основних засобів впливу на самооцінку учнів, оскільки вона передбачає оцінювання результатів роботи дитини, формування її впевненості у своїх знаннях і навичках. Завдання педагога – створити умови для розвитку позитивної самооцінки, при цьому допомагаючи дитині об'єктивно оцінювати свої можливості, що дозволить зберегти інтерес до навчання і забезпечить більш високі результати в майбутньому.

Державний стандарт початкової освіти зазначає, що метою початкової освіти є всебічний розвиток дитини, її талантів, здібностей, компетентностей та наскрізних умінь відповідно до вікових та індивідуальних психофізіологічних особливостей і потреб, формування цінностей, розвиток самостійності, творчості та допитливості. Одним із ціннісних орієнтирів на яких ґрунтується

реалізація мети початкової освіти є розвиток вільної особистості шляхом підтримки самостійності, незалежного мислення, оптимізму та впевненості в собі [55].

Проблемі формування адекватної самооцінки молодших школярів присвячено праці багатьох зарубіжних науковців таких як Р. Бернс, К. Роджерс, Дж. Максвелл, а також і українських науковців (С. Максименко, О. Савченко, О. Гірчук). Вчені переважно розглядають самооцінку як усвідомлення людиною власних можливостей і якостей, проте деякі дослідники вважають її особистісним утворенням, яке бере участь у керуванні поведінкою.

Дослідження самооцінки молодших школярів також є важливим з огляду на виклики сучасної системи освіти, яка ставить високі вимоги до учнів. Встановлення гармонійної самооцінки з урахуванням індивідуальних особливостей кожної дитини може стати потужним інструментом підтримки її емоційного благополуччя. Тема дослідження є актуальною, оскільки допоможе розкрити шляхи педагогічного впливу на розвиток позитивної самооцінки у дітей, що сприятиме формуванню гармонійної та впевненої в собі особистості. Актуальність проблеми дослідження зумовила вибір теми магістерської роботи: **«Формування адекватної самооцінки молодших школярів у процесі навчальної діяльності»**.

**Мета дослідження:** проаналізувати та дослідити особливості формування адекватної самооцінки молодших школярів у процесі навчальної діяльності.

Для досягнення зазначеної мети розроблені наступні **завдання:**

1. Розкрити сутність і зміст поняття «самооцінка» у психолого-педагогічній літературі.
2. Визначити психолого-педагогічні аспекти формування адекватної самооцінки молодших школярів у процесі навчальної діяльності.
3. Визначити особливості роботи педагога у процесі формування адекватної самооцінки молодших школярів.
4. Здійснити емпіричне дослідження рівня самооцінки молодших школярів.

5. Розробити методичні рекомендації щодо формування адекватної самооцінки у дітей молодшого шкільного віку

**Об'єкт дослідження** – освітній процес у закладі загальної середньої освіти.

**Предмет дослідження:** формування адекватної самооцінки в учнів молодшого шкільного віку у процесі навчальної діяльності.

Для розв'язання поставлених завдань застосовано **методи** дослідження:

- *теоретичні:* аналіз психолого-педагогічної літератури, змісту нормативних документів початкової школи з метою висвітлення теоретичних засад формування самооцінки в молодшому шкільному віці; порівняння, уточнення базових понять дослідження; синтез, порівняння, узагальнення – для формулювання висновків дослідження.

- *емпіричні:* педагогічні спостереження, індивідуальні бесіди з учнями, вчителями; застосування методики діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейн з метою діагностування стану самооцінки молодших школярів.

**Практична значимість** полягає в розробці рекомендацій для педагогів щодо підтримки адекватної самооцінки молодших школярів. Запропоновані методичні рекомендації можна використовувати в освітньому процесі для підвищення впевненості учнів у власних силах, розвитку мотивації до навчання та попередження формування неадекватної самооцінки, що сприятиме кращій адаптації дітей у соціальному середовищі та їх емоційному благополуччю.

**Експериментальна база дослідження.** Дослідно-експериментальну роботу проводили на базі Чернігівської гімназії №3 Чернігівської міської ради. Дослідження стану самооцінки молодших школярів проводилося у 4 класах за участю 50 учнів.

**Апробація дослідження:**

1. Всеукраїнська студентська науково-практична конференція «Наукові перспективи та методичні інновації в розвитку початкової освіти» 18 квітня 2024 року (м. Вінниця) / доповідь «Проблема формування адекватної



самооцінки учнів молодшого шкільного віку у психолого-педагогічних дослідженнях».

2. Стаття: Шекера Н. П. Психолого-педагогічні особливості формування самооцінки молодших школярів. Стратегічні напрямки розвитку науки: фактори впливу та взаємодії: збірник наукових праць з матеріалами V Міжнародної наукової конференції, м. Луцьк, 11 жовтня, 2024 р. / Міжнародний центр наукових досліджень . Вінниця: ТОВ «УКРЛОГОС Груп, 2024. 212-217 с.

**Структура магістерської роботи.** Кваліфікаційна робота складається з вступу, двох розділів, висновків до них, загальних висновків, списку використаних джерел (60 найменувань, із них 1 іноземною мовою), додатки (на 19 сторінках), роботу проілюстровано рисунками і таблицями. Загальний обсяг роботи 91 сторінка із них основного тексту – 55 сторінок.

# РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ АДЕКВАТНОЇ САМООЦІНКИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ У ПРОЦЕСІ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

## 1.1 Аналіз поняття «самооцінка» в психолого-педагогічній літературі

Самооцінка є одним із ключових понять у психології та педагогіці, оскільки вона безпосередньо впливає на розвиток особистості, її поведінку та досягнення в навчанні. У психолого-педагогічній літературі самооцінка визначається як система уявлень людини про свої особистісні якості, здібності, можливості, що формується на основі самоаналізу та порівняння себе з іншими. Вчені підкреслюють, що самооцінка є не лише індивідуальним усвідомленням власної значущості, а й особистісним механізмом, який впливає на керування поведінкою, прийняття рішень і досягнення цілей.

На думку багатьох дослідників, таких як Ю. Козерук і Я. Євсейчик, формування самооцінки особистості відбувається під значним впливом соціального середовища, і ключову роль у цьому процесі відіграють оцінки, реакції та ставлення оточуючих, особливо значущих дорослих, таких як батьки та вчителі. Самооцінка відображає те, як людина оцінює свої особисті якості та досягнення, і тому значною мірою залежить від соціальних взаємодій і досвіду успіхів та невдач у них. Оточення формує у дитини первинне розуміння своїх сильних і слабких сторін, закладаючи базові уявлення про власну цінність та можливості. У шкільному віці цей вплив посилюється, оскільки зростає важливість навчальних досягнень та взаємодії з ровесниками [29].

С. Коляденко вказує: «Самооцінка є складним особистісним утворенням і відноситься до головних властивостей особистості. У самооцінці відбивається все те, що людина довідується про себе від інших, попередження деяких відхилень стосовно душевної рівноваги. Самооцінка – це елемент самосвідомості, що характеризується емоційно насиченими оцінками самого себе як особи, власних здібностей, етичних якостей і вчинків» [30].

Самооцінка, як багатовимірний феномен, складається з трьох основних компонентів: когнітивного, емоційного та поведінкового, які перебувають у

тісному взаємозв'язку. Когнітивна складова охоплює знання та уявлення особистості про власні досягнення і невдачі, тобто об'єктивну оцінку себе на основі досвіду. Вона формується шляхом рефлексії та порівняння власних досягнень із досягненнями інших, що дозволяє дитині усвідомити свої можливості та обмеження. Наприклад, якщо школяр отримує позитивні оцінки від учителя та досягає успіху у завданнях, він здатен розвивати впевненість у власних силах [30].

Емоційна складова відображає почуття задоволення або незадоволення собою, своїми досягненнями та особистісними якостями. Вона є важливою для формування позитивного або негативного ставлення до себе, яке значною мірою визначає загальний емоційний фон дитини. Якщо когнітивна складова дає об'єктивну оцінку власним можливостям, то емоційна – суб'єктивно забарвлює її, тобто додає почуття задоволення чи незадоволення своїми успіхами та особистісними якостями [30].

Поведінкова складова відображає вміння особистості адекватно реагувати на різні життєві ситуації, зокрема на успіхи та невдачі. Даний компонент є показником того, як самооцінка проявляється в реальній поведінці дитини. Наприклад, діти з адекватною самооцінкою, як правило, впевнені у власних силах, не бояться висловлювати свою думку, а також здатні конструктивно ставитися до критики. Натомість школярі з низькою самооцінкою можуть проявляти тривожність, уникати активної участі у класних завданнях або взагалі знижувати рівень своїх амбіцій, аби уникнути можливої невдачі [30].

Для педагогів важливо вивчати самооцінку саме як комплексний феномен, оскільки її адекватність безпосередньо впливає на мотивацію до навчання, соціальну адаптацію та академічні досягнення учнів. Адекватна самооцінка сприяє розвитку в дитини позитивного ставлення до навчання, збільшує її впевненість у власних силах, а також стимулює досягнення кращих результатів. У свою чергу, занижена або завищена самооцінка може призвести до навчальних труднощів, соціальної ізоляції або конфліктів із ровесниками, що перешкоджає повноцінному особистісному розвитку школяра.

У науковій літературі поняття самооцінки розглядається з різних позицій, що вказує на його багатогранність і складність. Одним із підходів до розуміння самооцінки є її трактування як важливого особистісного утворення, що впливає на процеси саморегуляції. Дослідники О. Бойко і Г. Горун наголошують, що самооцінка виконує роль внутрішнього регулятора поведінки, який дозволяє людині орієнтуватися у власних можливостях, ставити досяжні цілі та будувати адекватний «Я-образ». На їхню думку, самооцінка стає основою для формування впевненості в собі і є необхідною для самосприйняття та розвитку позитивного ставлення до себе. Відтак, вони розглядають самооцінку як механізм, що забезпечує гармонійну особистісну саморегуляцію і допомагає адаптувати поведінку відповідно до обраних цілей і цінностей [4].

Інші вчені, такі як Л. Онуфрієва і Є. Дядюкіна, акцентують увагу на тому, що самооцінка не є вродженою рисою, а формується поступово і починає розвиватися ще в ранньому дитинстві. Вони вважають, що самооцінка виникає і вдосконалюється під впливом взаємодії дитини зі значущими дорослими, передусім із батьками та вчителями [17;42].

За Л. Березовською, самооцінка розвивається як результат накопиченого досвіду успіхів і невдач, оцінок, реакцій оточуючих, які дитина засвоює і «інтегрує» у власний образ себе [2].

Т. Семигіна додає, що даний процес є складним і багатоступеневим, оскільки дитина спочатку сприймає себе через призму оцінок дорослих, а вже згодом починає критично оцінювати власні досягнення самостійно. Таким чином, самооцінка формується як результат соціального досвіду і є важливим елементом розвитку особистості, який дозволяє дитині виробляти власну думку про себе і формувати адекватне ставлення до успіхів та невдач [46].

Зазначені підходи свідчать про те, що самооцінка є складною структурою, яка інтегрує як когнітивні, так і емоційні процеси. Когнітивні аспекти дозволяють дитині об'єктивно оцінювати свої можливості, тоді як емоційні визначають її ставлення до власних якостей, рівня задоволеності собою. Така інтеграція забезпечує гнучкість самооцінки і її здатність адаптуватися до різних

ситуацій. На основі цих досліджень можна зробити висновок, що самооцінка виконує суттєву функцію в особистісному розвитку дитини, оскільки допомагає їй встановити контакт із собою, зрозуміти свої сильні та слабкі сторони і розвивати впевненість у власних силах.

Самооцінка є багатограним психологічним утворенням, яке не лише відображає досягнення особистості, але й включає її уявлення про можливості для майбутнього розвитку. Залежно від цього, дослідники розрізняють актуальну та потенційну самооцінку. *Актуальна самооцінка* відображає те, що вже досягнуто на певний момент, і відповідає реальним здібностям, знанням та навичкам особистості. Вона формується на основі вже набутих досвіду і досягнень, тому є своєрідним «підсумком» усвідомлених можливостей і меж особистості в конкретний момент. Наприклад, актуальна самооцінка молодшого школяра включає оцінку власного рівня знань і успіхів у навчанні, що часто формується під впливом зовнішніх оцінок від учителів та батьків [46].

*Потенційна самооцінка*, у свою чергу, пов'язана з уявленням особистості про те, на що вона здатна в майбутньому, тобто з перспективами та можливостями для розвитку. Вона відображає внутрішні резерви і потенціал особистості, її здатність до самовдосконалення і самореалізації. Потенційна самооцінка є важливою для визначення особистістю цілей, мотивації досягнень та прагнення подолати труднощі. Якщо актуальна самооцінка характеризує теперішній рівень розвитку, то потенційна дозволяє побачити перспективи і повірити у можливість досягнення вищих результатів [46].

Самооцінка також може варіюватися за рівнем – вона може бути високою або низькою. *Висока самооцінка* зазвичай означає, що людина впевнена у своїх силах, задоволена собою і готова до нових викликів. Однак надмірно завищена самооцінка може призводити до переоцінки власних можливостей і, як наслідок, до невдач. *Низька самооцінка* свідчить про неупевненість, сумніви у власних здібностях, що може перешкоджати активному життю і розвитку, обмежуючи досягнення через страх невдачі [46].

Самооцінка може бути адекватною, коли людина реалістично оцінює свої можливості, або неадекватною, якщо вона переоцінює чи недооцінює власні досягнення. Адекватна самооцінка дозволяє людині правильно співвідносити власні сили з рівнем складності завдань і зовнішніми вимогами. За оптимальної самооцінки людина здатна критично ставитися до себе, прагне об'єктивно оцінювати свої успіхи та невдачі, ставить досяжні цілі й враховує думки оточення. Такий підхід сприяє самоповазі, задоволеності власними результатами і зберігає душевний баланс [46].

Неадекватна самооцінка – завищена або занижена – може негативно впливати на внутрішній світ людини, зокрема на її мотиваційну та емоційно-вольову сфери, що заважає гармонійному розвитку. *Неадекватна самооцінка* ускладнює життя не лише самій людині, але й людям, з якими вона взаємодіє, оскільки така людина може бути недостатньо гнучкою у спілкуванні або занадто критичною до себе [46].

*Занижена самооцінка* проявляється в надмірній вимогливості до себе, страху критики, підвищеній чутливості, що може призводити до уникання контактів з іншими. Людина з низькою самооцінкою часто недооцінює власну значущість і цінність, сприймаючи свої досягнення як випадкові, що знижує її соціальну активність та ініціативність [46].

*Висока самооцінка* допомагає людині діяти впевнено, керуючись власними принципами, незалежно від думки інших. Якщо самооцінка не є надмірною, вона сприяє стабільності емоційного стану та спокійному сприйняттю критики. Людина знає собі ціну, тому критичні зауваження не викликають в неї захисної реакції. Однак надто висока самооцінка може викликати невдоволення, особливо коли бажання перевищують реальні можливості [46].

*Завищена самооцінка* може призводити до того, що людина самовпевнено береться за завдання, які перевищують її реальні здібності, через що вона може відчувати розчарування. Часто завищена самооцінка є наслідком

перебільшеного уявлення про себе, сформованого в дитинстві, що в подальшому може позначатися на рівні щастя та задоволення від життя [46].

Окрім рівня, самооцінка розрізняється за ступенем стійкості, самостійності та критичності. *Стійка самооцінка* залишається відносно незмінною і стабільною, навіть при впливі зовнішніх факторів, що дозволяє людині зберігати впевненість у своїх силах в різних ситуаціях. *Нестійка самооцінка*, навпаки, легко піддається змінам під впливом обставин або думок інших людей, що може негативно впливати на емоційний стан особистості [48].

*Самостійна самооцінка* характеризується тим, що людина формує її незалежно від чужих оцінок і зовнішнього впливу, на основі власних критеріїв. Вона є ознакою високої самосвідомості і впевненості в собі. *Несамостійна самооцінка* схильна до впливу думок оточуючих, що робить її вразливою і менш надійною [48].

*Критичність самооцінки* визначається тим, наскільки об'єктивно і реалістично особистість оцінює себе. *Висока критичність* свідчить про здатність аналізувати свої досягнення і недоліки, ставити реалістичні цілі та адекватно оцінювати власні можливості. *Низька критичність*, у свою чергу, може призводити до переоцінки або недооцінки себе, що позначається на реалістичності очікувань і загальній задоволеності життям [48].

Аналізуючи психолого-педагогічну літературу, можна виокремити кілька важливих функцій самооцінки: мотиваційну, орієнтаційну, регулятивну та рефлексивну.

*Мотиваційна функція* самооцінки виражається в формуванні мотивів, цілей та ідеалів особистості, які визначають причини її активності та напрямок діяльності. Завдяки адекватній самооцінці людина може чітко усвідомити свої бажання, поставити перед собою конкретні цілі й зосередитися на їх досягненні. Самооцінка стимулює мотивацію, оскільки особистість розуміє свої можливості та здатна вірити в досяжність своїх прагнень, що є основою для визначення ідеалів і внутрішньої спрямованості [1].

*Орієнтаційна функція* самооцінки передбачає здатність людини адекватно оцінювати себе, свої можливості, та своє місце у колективі чи соціальній групі. Дана функція допомагає особистості об'єктивно оцінити свої сильні та слабкі сторони, а також визначити, які завдання та ролі в групі є для неї досяжними. Завдяки орієнтаційній функції, особистість краще розуміє свої межі та можливості, а також може більш точно вибирати шляхи для самореалізації [1].

*Регулятивна функція* самооцінки забезпечує свідому саморегуляцію поведінки. Вона допомагає людині діяти цілеспрямовано, прикладати необхідні зусилля і залишатися на шляху до мети, навіть коли виникають труднощі. Завдяки цій функції, особистість контролює свої дії, коригує їх при необхідності, підтримує внутрішню дисципліну і наполегливо рухається до поставленої мети, адаптуючись до умов, які вимагають витримки і самоконтролю[46].

*Рефлексивна функція* самооцінки проявляється в здатності людини усвідомлювати і аналізувати власні дії та рішення – це вміння оцінювати свої дії, розуміти їхній зміст та обґрунтовувати, що дозволяє людині не тільки критично ставитися до своїх вчинків, а й вчитися на власних помилках. Завдяки рефлексивній функції самооцінки, особистість отримує можливість розвивати самопізнання та вдосконалювати свої підходи до діяльності, збагачуючи власний досвід [1].

Аналіз наукової літератури свідчить про відсутність єдиного підходу до визначення структури самооцінки. У різних психологічних теоріях виділяються різні компоненти самооцінки, що відображає складність і багатогранність цього явища. Проте спільною рисою багатьох підходів є виділення когнітивного та емоційно-ціннісного компонентів як основних структурних елементів самооцінки.

Когнітивний компонент самооцінки включає уявлення особистості про свої можливості, досягнення, сильні та слабкі сторони, а також рівень об'єктивного знання про себе. Він визначає, наскільки людина може адекватно



оцінити свої досягнення і здібності, а також усвідомити власні обмеження. Саме когнітивний компонент самооцінки дозволяє людині робити об'єктивний аналіз своїх дій і результатів, вчитися на помилках і вдосконалюватися. Наприклад, при адекватній самооцінці особистість може усвідомлювати свої успіхи і поразки як тимчасові або залежні від конкретних обставин, а також бачити способи для подолання труднощів або поліпшення своїх навичок [13].

Емоційно-ціннісний компонент охоплює ставлення особистості до себе, рівень задоволеності своїми досягненнями та загальну емоційну реакцію на власні успіхи та невдачі. Він включає емоційні оцінки, відчуття власної значущості або, навпаки, недооцінки, що формує загальний настрій щодо себе. Саме цей компонент обумовлює, наскільки позитивно або негативно людина сприймає свої результати. Наприклад, людина з високим рівнем емоційної задоволеності собою зазвичай демонструє впевненість у своїх силах і почуття власної цінності, тоді як особи з низькою емоційною оцінкою часто мають схильність до самокритики та невдоволення собою[13].

Разом когнітивний та емоційно-ціннісний компоненти створюють загальну структуру самооцінки, яка дозволяє людині не лише аналізувати власні якості, але й формувати ставлення до власного образу. Крім того, деякі автори додають до цієї структури ще й поведінковий компонент, який пов'язаний із зовнішніми проявами самооцінки: діями, що відображають рівень упевненості в собі, або, навпаки, проявами невпевненості, такими як уникання ситуацій, де можливі невдачі. Даний компонент дозволяє відстежити, як самооцінка впливає на вчинки та взаємодію людини з іншими, як вона реалізує себе в житті та які соціальні ролі обирає.

З точки зору тимчасової відносності, самооцінка може мати різний характер в залежності від того, на який часовий аспект звертається увага особистості. Українська дослідниця О. Шматок виділяє три види самооцінки, залежно від того, чи оцінює людина себе в теперішньому, майбутньому чи минулому часі: прогностичну, актуальну та ретроспективну [57].

*Прогностична самооцінка* стосується прогнозування того, як особистість оцінює свої можливості та досягнення у майбутньому. Вона є відображенням очікувань та сподівань, що будується на основі наявного досвіду, знань та уявлень про себе. Такий вид самооцінки дає змогу людині уявити, як вона може реалізувати свої здібності та навички у певний момент майбутнього, а також визначити свої шанси на успіх або передбачити можливі труднощі. Прогностична самооцінка мотивує людину до розвитку і вдосконалення, адже вона стає основою для постановки цілей та формування амбіцій [57].

*Актуальна самооцінка* відображає оцінку людиною власних якостей і дій у даний момент – це самооцінка «тут і зараз», яка вказує на те, як людина сприймає свої успіхи та невдачі в теперішній момент. Вона формується під впливом поточних обставин, емоцій та суб'єктивних переживань. Актуальна самооцінка є важливою для самоконтролю та адаптації до середовища. Вона також має великий вплив на прийняття рішень, оскільки може як стимулювати, так і гальмувати дії особистості. Наприклад, якщо в даний момент самооцінка є високою, це сприяє впевненості, а якщо низькою – може викликати сумніви та стати перешкодою на шляху до досягнення цілей [57].

*Ретроспективна самооцінка* пов'язана з оцінкою особистістю власного минулого. Вона включає аналіз минулих дій, досягнень, помилок і виборів, що сприяє формуванню уявлення про власний досвід і його значення, що дає змогу людині переглянути власні вчинки, знайти сильні та слабкі сторони, а також винести уроки з минулих ситуацій. Ретроспективна самооцінка допомагає формувати реалістичний погляд на себе, сприяє самоусвідомленню та може впливати на актуальну самооцінку. Часто цей вид самооцінки є важливим компонентом для формування життєвої мудрості, так як дозволяє уникати повторення минулих помилок і краще розуміти свої цінності та прагнення [57].

О. Шматок підкреслює, що ці три види самооцінки є взаємопов'язаними і впливають один на одного. Прогностична самооцінка ґрунтується на ретроспективній, оскільки очікування майбутнього будуються на базі минулого досвіду. Водночас, актуальна самооцінка є відправною точкою як для

прогнозування майбутнього, так і для оцінки минулого. Всі три види самооцінки допомагають особистості усвідомлювати себе в часі, розвивають саморефлексію і сприяють особистісному зростанню[57].

Зважаючи на різноманіття підходів, існують концепції, що розглядають самооцінку як ієрархічну систему з базовим рівнем (первинні уявлення про себе, емоції щодо своїх досягнень) і вищим рівнем (загальні самооцінні судження, життєві пріоритети, більш стабільні оцінки себе). Також деякі автори акцентують увагу на зв'язку самооцінки з іншими психологічними явищами, такими як самоусвідомлення, ідентичність та мотивація, оскільки самооцінка часто формує основу для загального ставлення до себе і до світу, а отже, відіграє ключову роль у психічному благополуччі та соціальній адаптації людини.

## **1.2. Психолого-педагогічні аспекти формування адекватної самооцінки молодших школярів у процесі навчальної діяльності**

Формування адекватної самооцінки у молодших школярів є важливим завданням психологів і педагогів, оскільки цей період розвитку дитини є критичним для становлення її особистості та соціалізації. У молодшому шкільному віці діти починають активно пізнавати себе як особистість, а їхнє сприйняття своїх здібностей, досягнень і невдач закладає основу для подальшого ставлення до себе і до навколишнього світу. Самооцінка, яку дитина сформує в цей час, впливає на її навчальну мотивацію, соціальні контакти та емоційний стан.

Навчальна діяльність відіграє ключову роль у формуванні самооцінки молодших школярів, оскільки саме в процесі навчання діти стикаються з першими значущими досягненнями і невдачами, які закладають основи їх самосприйняття. У шкільному середовищі дитина поступово починає пізнавати себе через виконання завдань, досягнення результатів і відгуки дорослих. Даний досвід дозволяє їй усвідомити свої сильні й слабкі сторони, розвиває

здатність оцінювати власні дії та зусилля, а також формує відчуття самостійності.

П. Дячук і П. Перфільєва зазначають, що успіхи в навчанні стають важливими чинниками підвищення самооцінки. Коли школярі досягають позитивних результатів, їхня віра у власні можливості зміцнюється. Особливо цінною є підтримка педагогів та батьків, яка дозволяє дитині відчувати схвалення і важливість своїх зусиль. Така підтримка формує в учнів стійку, адекватну самооцінку, допомагаючи їм розвивати впевненість у своїх силах і зберігати мотивацію до подальших досягнень. У випадку невдач цей досвід може негативно вплинути на самооцінку, особливо якщо такі ситуації повторюються і не супроводжуються підтримкою дорослих [21].

Автори зазначають, що важливу роль у формуванні самооцінки відіграє порівняння з однолітками. У шкільному середовищі діти часто спостерігають за результатами інших, що може як позитивно, так і негативно впливати на їхнє самосприйняття. У здоровому середовищі, де порівняння конструктивне, учні вчаться у однолітків, бачать зразки для наслідування і відчують підтримку. Однак часте порівняння може знизити самооцінку, якщо дитина постійно відчуває, що не досягає таких результатів, як інші, що може породжувати почуття невпевненості, тривожності та занижувати уявлення про власні здібності [21].

О. Дяченко вказує, що очікування педагогів і батьків також мають значний вплив на розвиток самооцінки молодших школярів. Діти в цьому віці дуже чутливі до реакцій дорослих, і саме їх оцінки формують у дітей уявлення про власні досягнення. Коли очікування педагогів і батьків реалістичні та доброзичливі, дитина відчуває підтримку і бачить, що її успіхи помічають і визнають, що допомагає їй розвинути адекватну самооцінку і стимулює до розвитку. Проте, якщо очікування є не виправдано високими, це може викликати страх перед невдачею і навіть відчуття меншовартості. У таких випадках дитина починає сумніватися у своїх силах, що сприяє формуванню заниженої самооцінки [18].

Навчальна діяльність стає для дитини тим полем, де вона пробує свої сили, вчиться реагувати на успіхи та поразки, здобуває перші уявлення про власні здібності. Саме через позитивний досвід, підтримку з боку педагогів, можливість оцінити свої успіхи та зусилля формується основа для адекватної самооцінки, яка стане фундаментом для подальшого особистісного розвитку дитини [18].

О. Мороз і А. Яцюрик вказує, що значення взаємодії з педагогом у формуванні самооцінки молодшого школяра є надзвичайно важливим. Саме вчитель стає тим дорослим, з яким дитина проводить значну частину часу в школі, і тому його вплив на розвиток самооцінки є одним із визначальних. Педагог через свої реакції, систему оцінювання, підтримку і зворотний зв'язок може суттєво впливати на формування уявлення дитини про її можливості, здібності та власну значущість [39].

Учитель, який ставиться до дитини з повагою, чуйністю і розумінням, допомагає їй відчувати себе значущою, захищеною і впевненою у своїх силах, що сприяє формуванню атмосфери довіри, у якій школярі не бояться висловлювати власні думки, проявляти ініціативу і не соромляться робити помилки. У такій довірливій атмосфері діти краще розкривають свій потенціал, стають більш відкритими до навчання і самопізнання, що є основою для формування позитивної самооцінки [39].

Р. Барон зазначає, що система оцінювання відіграє важливу роль у взаємодії між педагогом і учнем. Оцінки, які учитель виставляє дитині, впливають на її уявлення про власні досягнення і здатність до навчання. Однак важливо, щоб учитель не зводив оцінювання лише до виставлення оцінок за результат, а звертав увагу на зусилля, які дитина докладає до навчання. Коли педагог підкреслює старання і відзначає навіть невеликі успіхи, дитина відчуває, що її зусилля помічають і цінують, що підсилює її мотивацію до навчання і зміцнює віру у власні сили [60].

На думку Т. Дуткевич, важливим аспектом взаємодії є надання конструктивного зворотного зв'язку. Педагог, який акцентує увагу не лише на

кінцевому результату, а й на процесі навчання, допомагає дитині краще зрозуміти свої сильні сторони і визначити напрямки для розвитку. Наприклад, замість того щоб просто сказати, що завдання виконане правильно чи неправильно, вчитель може пояснити, що саме було зроблено добре, а де є можливості для покращення, що дозволяє учневі бачити свій прогрес, усвідомлювати, що успіх залежить від його зусиль і старань, і формує у нього здатність до самооцінювання [16].

О. Мороз зазначає, що важливим аспектом також є підтримка індивідуальних особливостей кожного учня. Педагог, який враховує різний темп розвитку, здібності й особистісні особливості дітей, створює умови для розвитку адекватної самооцінки. Діти відчують, що їхні особливості приймають і підтримують, а це допомагає їм краще зрозуміти свої сильні сторони, не боятися висловлювати свої думки і прагнути досягати нових успіхів [40].

Ю. Бабаян і Н. Тимченко зазначає, що вчитель також може допомогти дитині розвинути навички самостійної оцінки своїх успіхів, що є важливим елементом формування самооцінки. Наприклад, педагог може запропонувати учням оцінити власні роботи або подумати, які аспекти варто покращити, що сприяє розвитку здатності до рефлексії, коли дитина вчиться аналізувати свої досягнення і помилки, розуміти, що успіхи залежать від її зусиль, і бачити перспективи для зростання. Вміння об'єктивно оцінювати свої результати допомагає формувати адекватну самооцінку, яка базується на реальному розумінні власних здібностей і можливостей [1].

На нашу думку, педагог, який проявляє чуйність, підтримку і розуміння, стає важливою фігурою у формуванні позитивної самооцінки дитини. Такий учитель не лише допомагає дитині досягати успіхів у навчанні, а й сприяє формуванню впевненості в собі, вмінню оцінювати свої зусилля та вірити у власні сили, що закладає основу для подальшого особистісного розвитку дитини і позитивного ставлення до себе.

На думку Л. Кошинської і З. Гуріної, самооцінка відіграє ключову роль у соціалізації дитини, оскільки впливає на те, як вона сприймає себе і як буде відносини з оточуючими. Соціалізація, тобто процес засвоєння норм, правил та моделей поведінки, відбувається у значній мірі через взаємодію з іншими людьми, зокрема однолітками та дорослими. Важливо, що саме самооцінка стає тією основою, яка визначає, як дитина ставиться до себе та інших, як оцінює власні можливості, успіхи і недоліки. Тому формування адекватної самооцінки є необхідною умовою успішної соціальної адаптації [33].

С. Костю зазначає, що діти з адекватною самооцінкою більш впевнені у собі, мають збалансоване ставлення до своїх сильних і слабких сторін, і це допомагає їм краще налагоджувати контакти з однолітками. Вони легше включаються у групову діяльність, не бояться висловлювати свої думки і пропозиції, сприймають себе як цінних членів колективу. Завдяки цьому, такі діти легше знаходять спільну мову з іншими, з ними хочуть дружити, їхні думки і почуття цінують. Вміння приймати конструктивну критику також є важливою навичкою, яка розвивається при адекватній самооцінці. Дитина з такою самооцінкою розуміє, що критика може бути корисною, і сприймає її як можливість для зростання. Водночас вона здатна позитивно реагувати на успіхи інших, не відчуваючи загрози для власної значущості, що дозволяє уникнути ревнощів і формує здорове ставлення до змагання, що є важливим для успішної соціалізації в колективі [32].

Натомість діти з заниженою або завищеною самооцінкою часто стикаються з труднощами у спілкуванні, що може негативно вплинути на їхню соціалізацію. Занижена самооцінка призводить до відчуття невпевненості та страху перед відмовою або негативною оцінкою з боку однолітків. Такі діти схильні уникати активної участі в спільних іграх чи завданнях, бояться висловлювати свою думку і часто залишаються на периферії колективу. Їм важко вступати в нові контакти, вони відчувають тривожність і можуть бути надмірно чутливими до будь-якої критики, що, в свою чергу, заважає їм

розвивати навички комунікації та знижує шанси на побудову міцних соціальних зв'язків [32].

І. Хомич зауважує, що діти з завищеною самооцінкою також мають труднощі у взаємодії з однолітками. Через надмірну впевненість у власних можливостях вони часто демонструють зверхність, відмовляються визнавати свої помилки або приймати критику, що може викликати роздратування та неприязнь у групі. Такі діти можуть бути схильні до конфліктів, часто намагаються привернути до себе увагу, іноді навіть за рахунок інших. Нездатність об'єктивно оцінити себе та свої дії призводить до того, що вони відкидають критику або сприймають її як особисту образу. У результаті це перешкоджає побудові довірливих стосунків і може ізолювати їх від групи однолітків, що ускладнює процес соціалізації [53].

Таким чином, адекватна самооцінка є основою для формування позитивного ставлення до себе та оточуючих, розвитку навичок спілкування та здорових стосунків у групі. Вона допомагає дитині не лише краще розуміти власні можливості, але й з повагою ставитися до інших, бути відкритою до нового досвіду і конструктивно реагувати на зворотний зв'язок. Педагогічна підтримка у формуванні адекватної самооцінки є важливою для того, щоб дитина могла краще адаптуватися до соціального середовища, відчувати себе прийнятою та впевненою серед однолітків.

На думку А. Гусак, позитивне підкріплення та визнання досягнень є одними з найефективніших інструментів, які педагог може використовувати для формування та підтримки адекватної самооцінки учнів. Коли вчитель акцентує увагу на успіхах і зусиллях кожного учня, це стимулює дітей вірити у власні сили, розвиватися і проявляти активність. Дитина, яка відчуває, що її досягнення визнають, що її зусилля бачать і цінують, отримує емоційну підтримку і мотивацію до подальших зусиль, що сприяє зростанню внутрішньої мотивації, що є надзвичайно важливим для формування позитивної самооцінки і для розвитку самостійності у навчанні [14].



Позитивне підкріплення також допомагає дитині формувати уявлення про власні можливості та сильні сторони. Якщо педагог регулярно наголошує на позитивних моментах у роботі учня, відзначає його досягнення і прогрес, навіть якщо вони невеликі, це допомагає дитині зрозуміти, що кожне зусилля має значення. У такій атмосфері учень відчувається важливим і потрібним, що сприяє формуванню почуття власної значущості та цінності. Дитина починає розуміти, що її успіхи не обов'язково мають бути більшими за успіхи інших – важливо, що вони відображають її особистий розвиток і зусилля [14].

Л. Максименко вказує, що використання позитивного підкріплення також дозволяє уникнути негативного впливу постійних порівнянь між учнями. Прямі порівняння з іншими можуть призвести до зниження самооцінки у дітей, які не досягають таких високих результатів, як їхні однолітки, або, навпаки, до завищеної самооцінки у дітей, які постійно отримують кращі оцінки. Коли вчитель уникає прямих порівнянь і акцентує увагу на індивідуальному прогресі кожного учня, він сприяє розвитку адекватної самооцінки, яка базується на реальному усвідомленні своїх успіхів, а не на порівнянні з іншими. У такий спосіб учні вчаться оцінювати власні результати, орієнтуючись на свої попередні досягнення, а не на досягнення однокласників [37].

В. Штифурак і Л. Гринькова зазначає, що схвалення зусиль, навіть якщо вони не призводять до ідеального результату, також є важливим елементом позитивного підкріплення. Важливо, щоб педагог звертав увагу не тільки на кінцевий результат, але й на сам процес навчання, на те, як учень докладає зусиль для виконання завдання. Таке підкріплення допомагає дитині зрозуміти, що цінними є не лише успіхи, але й старання, наполегливість і бажання вчитися, що дозволяє дитині формувати здорове ставлення до помилок, які сприймаються як частина процесу навчання, а не як поразка [58].

За визначенням А. Хвостик, визнання досягнень учнів також має бути своєчасним і конкретним. Коли педагог негайно реагує на успіхи учня, це дає дитині зрозуміти, що її зусилля не залишилися непоміченими. Наприклад, замість загального «молодець» корисно дати більш конкретний зворотний

зв'язок, наприклад: «Мені сподобалося, як ти пояснив свої думки», або «Я бачу, що ти старався розв'язати завдання самостійно». Такий підхід робить визнання більш особистим і зрозумілим для дитини, адже вона знає, за що її цінують [52].

На нашу думку, позитивне підкріплення та визнання досягнень є потужними інструментами формування адекватної самооцінки у дітей. Вони допомагають учням усвідомити свої сильні сторони, зберігати мотивацію до навчання та уникати залежності від зовнішніх порівнянь. Педагог, який уважно ставиться до індивідуальних зусиль кожного учня, створює сприятливу атмосферу, в якій діти почуваються цінними і підтриманими, що є основою для розвитку впевненої, позитивної особистості.

О. Главник вказує, що розвиток самооцінювання у дітей є важливою складовою навчального процесу, яка сприяє формуванню їхньої самостійності, відповідальності та адекватної самооцінки. Вміння об'єктивно оцінювати свої досягнення допомагає учням глибше розуміти власні сильні і слабкі сторони, усвідомлювати свої можливості, що позитивно впливає на особистісний розвиток. Формування цієї навички дозволяє дітям навчитися розглядати свої успіхи та невдачі як досвід, а не як безпосередній показник своєї цінності, що сприяє зниженню тривожності та підвищенню впевненості в собі [10].

Першим кроком у розвитку самооцінювання є навчання дітей рефлексувати свої досягнення. Для цього педагоги можуть вводити прості завдання, що спрямовані на самостійний аналіз виконаної роботи. Наприклад, після завершення завдання або уроку вчитель може запропонувати учням відповісти на кілька питань: «Що вийшло добре?», «Що я зрозумів або дізнався нового?», «Над чим ще потрібно попрацювати?» або «Як я можу покращити свій результат наступного разу?» Такий підхід допомагає дитині усвідомлено підходити до своєї діяльності, виділяти аспекти, у яких вона досягла успіху, і визначати ті області, над якими ще потрібно попрацювати [10].

П. Дячук вказує, щоб самооцінювання було ефективним, педагогам варто навчати дітей не боятися визнавати свої помилки та не сприймати їх як поразку. Для цього вчителі можуть використовувати модель конструктивного

зворотного зв'язку, коли замість акценту на помилках увага зосереджується на потенційних можливостях для розвитку. Наприклад, учитель може сказати: «Ця частина завдання виконана дуже добре, ти доклав багато зусиль, а ось тут можна було б ще трохи попрацювати». Такий підхід вчить дітей дивитися на свої помилки як на можливість для вдосконалення, формує позитивне ставлення до процесу навчання і сприяє розвитку впевненості у власних силах [19].

О. Гончарук зазначає, що важливим етапом у розвитку самооцінювання є впровадження елементів самоконтролю та самоаналізу під час навчання. Наприклад, педагоги можуть пропонувати дітям періодично переглядати виконані завдання і порівнювати їх із попередніми результатами. Таке порівняння дозволяє дітям усвідомити свій прогрес, помітити поліпшення в навичках та знаннях, що також сприяє розвитку об'єктивної самооцінки. Постійне усвідомлення власного прогресу допомагає дитині формувати реалістичне уявлення про свої здібності, підвищує мотивацію до подальшого вдосконалення та робить процес навчання більш осмисленим [11].

Іншим корисним інструментом є використання «карти досягнень» або «щоденника успіхів», де учні можуть записувати свої досягнення та рефлексії щодо виконаних завдань. Наприклад, вони можуть відзначати, які завдання їм вдалося виконати найкраще, де виникли труднощі, і що вони зробили для їх подолання, що дає можливість побачити власний розвиток наочно, формує звичку рефлексувати і вчить оцінювати свої зусилля незалежно від оцінок і думок оточуючих. Учень починає розуміти, що успіхи залежать від його зусиль та наполегливості, а не тільки від зовнішнього оцінювання, що формує основу для стабільної та адекватної самооцінки [11].

На думку Н. Богданець-Білоskalенко, для розвитку самооцінювання корисно також використовувати групові завдання та проекти, де діти можуть обговорювати свої досягнення разом, порівнювати різні підходи та вчитися конструктивно оцінювати роботу один одного, що сприяє розвитку соціальних навичок і вчить дітей сприймати зворотний зв'язок від інших, не сприймаючи

його як загрозу. У такій взаємодії учні навчаються бачити позитивні сторони своєї роботи і роботи однолітків, що формує у них навичку об'єктивного оцінювання, а також толерантне та підтримуюче ставлення до досягнень інших [3].

К. Кравченко зазначає, що розвиток самооцінювання є важливим елементом освітнього процесу, який дозволяє дитині сформувати об'єктивне уявлення про свої здібності та результати, підвищує впевненість у собі та сприяє розвитку самостійності. Педагоги, які систематично працюють над формуванням цієї навички у дітей, допомагають їм не лише краще засвоювати навчальний матеріал, а й розвивати зрілу та позитивну особистість, готову до саморозвитку і конструктивної взаємодії з оточуючими [34].

О. Люк вказує, що організація ситуацій успіху є одним з ключових педагогічних методів, спрямованих на розвиток у дітей впевненості в собі, мотивації до навчання та формування позитивної самооцінки. Основна ідея цього методу полягає в тому, щоб створити для кожного учня такі умови, за яких він зможе досягти успіху, навіть якщо раніше мав труднощі. Завдяки таким ситуаціям дитина отримує можливість відчувати себе компетентною, побачити власні досягнення та усвідомити значущість своїх зусиль, що формує впевненість у власних силах і стимулює подальший розвиток [36].

О. Кузьменко вказує, що організація ситуацій успіху починається з підбору завдань, які відповідають рівню знань і навичок учня. Важливо, щоб завдання були доступними і реалістичними, проте водночас містили елемент виклику, який спонукає дитину прикладати зусилля. Наприклад, якщо учень відчуває труднощі в математиці, вчитель може запропонувати йому завдання, яке він зможе вирішити з певною невеликою допомогою або після додаткового пояснення, що створить умови для успіху та дасть учневі можливість побачити свій прогрес. Такий підхід дозволяє дитині відчувати радість від подолання труднощів і відчувати себе спроможною досягати позитивних результатів [35].

На думку О. Орлової, важливим аспектом є своєчасний і конкретний зворотний зв'язок, який допомагає учневі усвідомити свої досягнення і

зрозуміти, за що саме він отримав похвалу. Коли вчитель дає позитивний зворотний зв'язок, він має наголошувати на конкретних аспектах роботи дитини, що вдалися добре. Наприклад, замість загальної фрази «Ти молодець», краще сказати: «Мені сподобалося, як ти уважно виконав усі завдання» або «Ти дуже постарався над вирішенням цього завдання, і тобі вдалося знайти правильний результат». Така конкретизація допомагає дитині зрозуміти, що її зусилля були помічені та оцінені, що формує у неї відчуття власної значущості [43].

О. Заскалько визначає, щоб організувати ситуацію успіху, вчителю також важливо враховувати індивідуальні особливості кожного учня, його темперамент, стиль навчання і попередній досвід. Наприклад, якщо учень є сором'язливим або має низьку самооцінку, йому можуть бути потрібні більш поступові успіхи. Учитель може давати такі завдання, де дитина відчувається комфортно, поступово підвищуючи їхню складність. Деякі учні потребують додаткової підтримки або заохочення у вигляді похвали на кожному етапі роботи, тоді як інші потребують певної самостійності. Таке врахування індивідуальності створює атмосферу довіри і безпеки, де учень готовий докладати зусиль, знаючи, що вчитель підтримає його, а не покарає за помилки [25].

Різноманітні підходи до створення ситуацій успіху можуть включати використання групових завдань, де учень відчуває себе важливою частиною колективу і бачить свій внесок у спільний результат. У таких завданнях дитина розуміє, що її участь є значущою для загального успіху групи, що підвищує її почуття впевненості і цінності. Групова робота також сприяє розвитку комунікативних навичок та вчить дітей підтримувати один одного, що зміцнює командний дух і сприйняття себе як частини колективу.

Д. Яковлева вказує, що іншим способом є організація творчих проєктів або конкурсів, де кожен учень може проявити свої індивідуальні здібності та таланти. Наприклад, можна запропонувати створити творчий проєкт з предмету, де дитина може обрати тему, яка її особливо цікавить, що дозволяє

дитині вийти за межі звичайної навчальної діяльності, проявити ініціативу і продемонструвати власні таланти. Завдяки цьому вона відчуває себе успішною у справі, що приносить їй задоволення, а це позитивно впливає на її самооцінку [59].

Л. Заря зауважує, що ситуації успіху мають бути регулярними, щоб дитина змогла відчути стійкість своїх досягнень і поступовий розвиток. Постійні невеликі успіхи закладають основу для більш серйозних досягнень, поступово підвищуючи впевненість дитини в собі. Важливо, щоб дитина відчула, що успіх є результатом її старань, а не випадковим збігом обставин. Завдяки цьому учень формує внутрішню мотивацію, яка буде підштовхувати його до нових звершень і підтримувати інтерес до навчання [24].

І. Ковалишин зазначає, що організація ситуацій успіху є важливим педагогічним методом, який дозволяє дитині побачити себе з позитивного боку, усвідомити власні досягнення і розвинути впевненість у своїх силах. Вміння педагога створити ситуації, у яких кожен учень може досягти успіху, сприяє не тільки успішному навчанню, але й гармонійному розвитку особистості дитини, її позитивному сприйняттю власних можливостей та віри у власні здібності [28].

Отже, формування адекватної самооцінки у молодших школярів є важливою умовою їхнього емоційного та соціального благополуччя. Педагогам необхідно створювати умови для розвитку позитивного уявлення про себе у дитини, надавати підтримку і допомогу в подоланні труднощів, розвивати здатність до самооцінювання і залучати батьків до процесу підтримки самооцінки.

### **Висновки до першого розділу**

Формування адекватної самооцінки у молодших школярів є одним з ключових завдань психолого-педагогічної роботи в початковій школі, оскільки саме в цьому віці закладаються основи особистісного розвитку дитини, її сприйняття власних здібностей, можливостей і ролі у соціумі. У процесі

навчальної діяльності молодші школярі не лише отримують знання та розвивають вміння, а й формують уявлення про себе, які надалі впливають на їхню мотивацію до навчання, соціальні контакти та впевненість у власних силах.

Самооцінка, як психологічне явище, є суб'єктивним уявленням індивіда про власні можливості, здібності та значущість. У молодшому шкільному віці діти починають порівнювати себе з іншими, формувати уявлення про свої досягнення і невдачі, що значно впливає на їхній емоційний стан і самоусвідомлення. Адекватна самооцінка допомагає дитині бачити свої сильні та слабкі сторони, не завищуючи і не занижуючи свої можливості, що сприяє формуванню реалістичного уявлення про власне «Я».

У молодшому шкільному віці самооцінка формується під впливом двох основних чинників: взаємодії з дорослими, зокрема педагогами та батьками, а також соціальної взаємодії з однолітками. Саме ці аспекти формують основні передумови для розвитку адекватного рівня самооцінки, оскільки діти часто орієнтуються на зовнішні оцінки своєї діяльності та поведінки.

Навчальна діяльність є основним видом діяльності для молодших школярів і головним джерелом нових знань, досвіду, а також оцінювання своїх досягнень і недоліків. Педагоги, організовуючи навчальний процес, створюють ситуації, в яких дитина отримує можливість не лише засвоювати новий матеріал, а й оцінювати свої успіхи та невдачі. Саме завдяки такій діяльності у дитини формується розуміння власних досягнень, здатність до самопізнання і рефлексії.

Успішне виконання завдань і похвала з боку вчителя чи батьків сприяє розвитку впевненості в собі і позитивної самооцінки, тоді як постійні невдачі можуть призводити до заниженої самооцінки або надмірної самокритичності. Педагог повинен дбати про баланс між заохоченням і конструктивною критикою, допомагаючи дитині будувати адекватне уявлення про свої можливості.

Взаємодія з педагогом є одним з найважливіших факторів формування самооцінки молодших школярів. Учитель виступає не лише як носій знань, але і як соціальний авторитет, на якого діти орієнтуються у своїх діях та оцінках. Саме через оцінювання результатів роботи, зворотний зв'язок і підтримку педагог може підсилити самооцінку дитини, сприяти її особистісному розвитку та соціальній адаптації.

Педагог, який проявляє підтримку, розуміння та здатність заохочувати навіть незначні досягнення, формує у дітей почуття власної значущості та впевненості. Сприятливе ставлення вчителя, підтримка індивідуального підходу, підкреслення старань та увага до прогресу кожного учня допомагають формувати у дітей позитивне уявлення про себе.

Позитивне підкріплення є необхідною умовою для формування адекватної самооцінки. Визнання успіхів і зусиль дитини, схвалення її старань та заохочення до подальших зусиль сприяють розвитку впевненості та самостійності. Педагогам доцільно використовувати методи позитивного підкріплення, які дозволяють дітям відчувати, що їхні зусилля помічені та цінуються. Навіть якщо результат роботи учня не є ідеальним, важливо наголосити на тих аспектах, у яких він досяг успіху, аби дитина бачила свої досягнення і відчувала мотивацію до подальшого розвитку.

Розвиток здатності до самооцінювання у молодших школярів є ще одним важливим аспектом формування адекватної самооцінки. Навчання дітей самостійно оцінювати свої результати, розпізнавати власні помилки та визначати шляхи для поліпшення сприяє формуванню критичного мислення та здатності до рефлексії. Наприклад, педагоги можуть пропонувати учням після виконання завдання коротко описати, що вони вважають своїм успіхом, а де ще потрібно попрацювати. Такий підхід допомагає дитині розвинути об'єктивність у сприйнятті власних досягнень.

Щоб підвищити самооцінку учня, педагогам доцільно організовувати ситуації, в яких дитина може досягти успіху і відчувати свої можливості. Наприклад, завдання мають бути підібрані відповідно до індивідуальних



можливостей і рівня розвитку учня, щоб він міг побачити, що його зусилля приносять результати. Така організація навчального процесу сприяє формуванню впевненості в собі, що є основою для розвитку адекватної самооцінки. Коли учень відчуває підтримку і бачить результати своїх зусиль, він краще усвідомлює власні можливості і розвиває внутрішню мотивацію.

Адекватна самооцінка відіграє значну роль у процесі соціалізації дитини, адже вона допомагає учням відчувати себе впевнено в колективі, вибудовувати позитивні стосунки з однолітками і дорослими, сприймати критику та визнавати досягнення інших. Діти з адекватною самооцінкою легше адаптуються в соціальному середовищі, вони більш відкриті для спілкування, здатні сприймати конструктивну критику і спокійніше реагувати на ситуації, в яких інші діти досягають успіху.

Отже, формування адекватної самооцінки у молодших школярів є комплексним завданням, що включає різні аспекти педагогічної діяльності та взаємодії. Успішне поєднання цих елементів створює умови для гармонійного розвитку особистості дитини, її соціальної адаптації та емоційної стабільності, що є необхідним для її майбутніх досягнень та впевненості у власних силах.

## РОЗДІЛ II. ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНУ САМООЦІНКИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

### 2.1. Особливості роботи педагога у процесі формування адекватної самооцінки молодших школярів

Формування адекватної самооцінки у молодших школярів є важливим завданням для педагогів, оскільки саме в цей період закладаються основи самосвідомості дитини, її сприйняття власних можливостей і місця в соціумі. Для цього педагог повинен створити сприятливе середовище, в якому дитина може розвивати позитивне уявлення про себе, а також вчити її об'єктивно оцінювати свої досягнення.

Одним із ключових аспектів у процесі формування адекватної самооцінки у дітей є створення психологічно комфортної атмосфери, яка сприяє розвитку позитивного ставлення до себе та своїх можливостей. Для молодших школярів важливо відчувати, що вони знаходяться у безпечному та підтримуючому середовищі, де їхню особистість, зусилля та досягнення визнають і цінують. Атмосфера довіри, яку створює педагог, дає дітям можливість не тільки відкрито виражати свої думки, а й сміливо робити помилки, не боячись бути засудженими або покараними.

С. Чайкіна вказує, що першим кроком до створення такої атмосфери є акцент на тому, що помилки – це природний етап навчального процесу, а не щось, за що потрібно соромитися або переживати. Педагог має донести до дітей ідею, що кожна помилка – це шанс для навчання і самовдосконалення, а не показник їхньої «непотрібності» або «невдачі». Вчитель має бути готовим до того, щоб пояснювати, що навіть дуже успішні люди часто помиляються, але вони використовують свої помилки як кроки до майбутніх досягнень [54].

На думку авторки, щоб допомогти дитині не занижувати самооцінку через невдачі або помилки, педагог має навчити використовувати конструктивну критику. Конструктивна критика повинна бути націлена на процес і результат діяльності, а не на особистість учня. Наприклад, якщо

дитина зробила помилку у виконанні завдання, вчитель може сказати: «Ти дуже старався, але у цьому завданні ти допустив кілька помилок. Подивись уважніше на останній етап роботи, ось тут можна виправити...» Такий підхід дозволяє дитині розуміти, що її особистість не оцінюється негативно, а саме її діяльність, і що вона завжди може поліпшити свої результати, що важливо для розвитку внутрішньої впевненості та адекватної самооцінки [54].

М. Заміщак зазначає, що дитина, яка відчуває, що її зусилля оцінюються, а не тільки результат, розвиває більш стійке і позитивне ставлення до себе. Педагог повинен активно визнати старання учня, навіть якщо результат не є ідеальним. Наприклад, фрази на кшталт «Я бачу, як ти намагаєшся, і це дуже важливо» або «Твої зусилля заслуговують на похвалу, це вже великий крок до успіху» допомагають дитині зрозуміти, що її старання не залишаються непоміченими, що дозволяє формувати в дітей впевненість у тому, що їхня робота оцінюється не лише через результат, а й через їхній прогрес, старання та бажання вчитися [23].

Крім того, важливо, щоб педагог був готовий надати дитині емоційну підтримку в моменти труднощів або розчарувань. Важливо не лише робити акцент на досягненнях, а й допомогти дитині справлятися з невдачами, підтримувати її в моменти сумнівів і страху. Вчитель може використати фрази, які заспокоюють і мотивують, наприклад: «Не біда, якщо не вдалося з першого разу! Давай подумаємо, що ми можемо зробити інакше наступного разу», що дає дітям розуміння, що вони не повинні боятися пробувати знову, і що їхні зусилля, навіть якщо вони не приводять до миттєвого успіху, варті похвали [23].

На думку О. Серебрякової, невербальна комунікація також має велике значення в створенні атмосфери довіри. Тон голосу, погляд, посмішка – все це допомагає дитині відчувати підтримку. Якщо педагог використовує позитивні жести, дивиться дитині в очі, часто кидає добрий погляд або підтримує дитину на фізичному рівні (наприклад, поклавши руку на плече), це створює атмосферу

психологічної безпеки і заохочує дітей до активної участі в навчальному процесі [47].

У такій атмосфері довіри дитина не тільки не боїться робити помилки, а й почувається впевнено, адже вона знає, що може звернутися за підтримкою до вчителя. Створення таких умов допомагає учням з низькою самооцінкою підняти її, а тим, хто має завищену самооцінку, допомагає побудувати більш реалістичну картину своїх можливостей [47].

На нашу думку, створення атмосфери підтримки та довіри є одним з найважливіших аспектів у процесі формування адекватної самооцінки у дітей. Тільки в умовах психологічної безпеки дитина може дозволити собі помилятися, працювати над своїми помилками і без страху виражати свої думки. Вчитель, який використовує конструктивну критику, підтримує зусилля і прогрес учнів, а також забезпечує емоційну підтримку в моменти труднощів, допомагає дітям формувати позитивну самооцінку, що є основою для подальшого розвитку та соціалізації.

З. Мірошник вказує, що позитивне підкріплення є одним з ключових інструментів педагогічного впливу, що сприяє формуванню здорової та адекватної самооцінки у дітей – це підхід, коли вчитель активно відзначає і заохочує успіхи та зусилля учня, надаючи йому відчуття цінності та підтримки. Визнання навіть малих досягнень допомагає дитині усвідомити свою значущість і стимулює її до подальших досягнень. Таке підкріплення є важливим аспектом у процесі навчання, оскільки дозволяє учню відчувати, що його робота не лише помічається, але й цінується [38].

На думку Л. Олійник, одним із головних принципів позитивного підкріплення є акцент на досягненнях учня, навіть якщо ці досягнення ще не є ідеальними. Педагог має навчитись бачити прогрес, старання та зусилля, які дитина вклала в свою роботу, і визнати їх. Оцінка роботи учня не повинна зводитись лише до результату, адже важливо підтримати дитину на всіх етапах навчального процесу, не лише коли вона досягає високих результатів, а й коли робить перші кроки до їх досягнення [41].

Наприклад, коли учень вирішує завдання не зовсім правильно, але в нього є очевидний прогрес у розумінні матеріалу, педагог може сказати: «Ти дуже добре попрацював над цією задачею, видно, що ти доклав багато зусиль». Така фраза заохочує дитину, показуючи їй, що її старання важливіші за сам результат. Вона розуміє, що навіть якщо результат ще не ідеальний, її зусилля оцінюються, і це мотивує її продовжувати працювати над собою.

К. Конджарян визначає, коли дитина стикається з труднощами, позитивне підкріплення допомагає зберігати її мотивацію і впевненість у своїх силах. Якщо вчитель виявляє розуміння і підтримку у моменти невдач, дитина не тільки не здається, а й розуміє, що її зусилля важливі, навіть якщо вони не привели до миттєвого успіху. Така підтримка допомагає формувати в дитини стійке бажання розвиватися, навіть коли результати не відповідають її очікуванням. Наприклад, якщо дитина не змогла правильно виконати завдання, вчитель може сказати: «Я бачу, що ти старався. Це складно, але я впевнений, що наступного разу ти зможеш зробити ще краще». Така реакція допомагає дитині зберігати віру в свої сили та не втрачати мотивацію, навіть якщо вона ще не досягла бажаного результату [31].

Н. Касицина зауважує, що позитивне підкріплення допомагає дитині зосередитися не лише на кінцевому результаті, але й на самому процесі навчання. Важливо, щоб педагог оцінював не лише правильність виконання завдання, а й те, як дитина підходить до роботи, як вона думає, які методи використовує для вирішення проблеми. Коли педагог фокусується на самому процесі, він допомагає дитині зрозуміти, що важливо не тільки отримати правильну відповідь, а й продемонструвати власне мислення та зусилля. Таке ставлення формує в учня розуміння того, що навіть помилки є важливою частиною навчального процесу, і кожен етап на шляху до мети має свою цінність [26].

На думку Л. Співак, позитивне підкріплення має бути системним і регулярним. Дитина повинна постійно отримувати підтримку від педагога, що дозволяє їй відчувати стабільність і довіру в процесі навчання, що може бути у

формі усної похвали, заохочення чи навіть маленьких нагород, які підкреслюють досягнення дитини. Таке регулярне підкріплення допомагає створити в учня відчуття, що його зусилля не проходять непоміченими і що він завжди може отримати схвалення за свої старання [50].

Кожен учень має свої сильні сторони та індивідуальні можливості, тому педагог повинен звертати увагу на конкретні досягнення кожної дитини. Визнання індивідуальних успіхів створює у школярів відчуття, що їхні зусилля не лише порівнюються з іншими, а й оцінюються за їх власними мірками, що важливо для розвитку здорової самооцінки, адже діти мають відчувати, що вони унікальні і що їхня індивідуальність цінується [50].

Позитивне підкріплення не обмежується лише словами. Невербальні сигнали, такі як посмішка, кивок головою, підтримуючий погляд, також є важливими елементами визнання досягнень дитини. Вони дають відчуття безпеки та впевненості, особливо для дітей, які можуть бути більш чутливими до критики або у яких є проблеми з самооцінкою.

За визначенням І. Філатенко, використання позитивного підкріплення є важливим інструментом у формуванні адекватної самооцінки дітей. Це не лише заохочення за досягнення, але й підтримка старань, акцент на індивідуальних досягненнях і прогресі. Позитивне підкріплення допомагає учням відчувати, що їхні зусилля оцінюються, навіть якщо результат ще не ідеальний. Регулярне визнання досягнень, використання конструктивної критики та емоційна підтримка вчителя сприяють розвитку в дітей впевненості, здорової самооцінки та бажання досягати нових вершин у навчанні [51].

Одним із важливих аспектів формування адекватної самооцінки у молодших школярів є застосування індивідуального підходу до кожної дитини. Кожен учень має свої особливості, сильні сторони, інтереси та емоційний стан, тому важливо враховувати ці чинники у процесі навчання і підтримки його самооцінки [51].

Н. Залюбівська та І. Размолодчикова вказують, що індивідуальний підхід передбачає коригування навчального процесу так, щоб завдання відповідали не

лише навчальним стандартам, але й рівню розвитку кожного учня. Для дітей з високим рівнем успішності вчитель може пропонувати складніші завдання, які стимулюють їх до подальшого розвитку та допомагають реалізувати потенціал. У той час як учням, які мають труднощі в навчанні, варто надавати завдання, що відповідають їхнім можливостям, щоб уникнути перевантаження та зниження самооцінки через невдачі [22].

Такий підхід дозволяє кожному учневі відчувати себе успішним, що, у свою чергу, сприяє розвитку його впевненості у власних силах і допомагає підтримувати здорову самооцінку. Завдання, що поступово ускладнюються, можуть мотивувати учня ставити нові цілі та працювати над їх досягненням, при цьому не перевантажуючи його [22].

Н. Боцманова зазначає, що для дітей із заниженою самооцінкою важливо створювати умови, в яких вони відчують себе успішними. Завдання мають бути поступовими, що дозволяє учневі не лише досягти результату, але й набути впевненості в своїх силах. Завдяки цьому дитина може поступово збільшувати свою мотивацію до навчання і розвивати здатність вірити у власні здібності. Педагог також може використовувати заохочення та похвалу за навіть найменші досягнення, щоб дитина відчула, що її зусилля цінуються [6].

Для учнів із завищеною самооцінкою вчитель може використати стратегію більш реалістичного ставлення до власних можливостей. Для цього можна задавати завдання, що виходять за межі звичного рівня і викликають у дітей почуття невизначеності та необхідність серйозної роботи для досягнення результату, що дозволяє дітям побачити, де насправді знаходяться їхні межі, і допомагає коригувати їхні уявлення про себе [6].

Самооцінка тісно пов'язана з соціальною адаптацією дитини, тому важливим аспектом розвитку адекватної самооцінки є також робота над соціальними навичками та емоційною компетентністю. Діти, які мають добре розвинені соціальні навички, здатні конструктивно сприймати критику, працювати в команді і виявляти підтримку до інших, зазвичай мають більш збалансовану та позитивну самооцінку [6].

О. Главінська вказує, що педагог може організовувати різноманітні групові завдання та проекти, які спонукають учнів взаємодіяти між собою – це можуть бути спільні творчі проекти, обговорення прочитаних творів, колективне вирішення задач. Такі завдання дозволяють дітям відчувати себе частиною групи, навчають взаємної підтримки, співпраці та прийняття думок інших. Взаємодія з однолітками сприяє розвитку у дітей соціальних навичок, таких як емпатія, вміння слухати та висловлювати свої думки, що позитивно впливає на їхню самооцінку [9].

Робота з самооцінкою також передбачає навчання дітей приймати конструктивну критику. Вміння зрозуміти, що критика не є атакою на їхню особистість, а є інструментом для покращення їхніх результатів, допомагає знижувати тривожність і формувати адекватну самооцінку. Педагог має навчити учнів сприймати критику як можливість для розвитку і допомогти їм побачити, що навіть у ситуації помилки є простір для росту [9].

На думку П. Дячук, розвиток емоційної компетентності також є важливим аспектом у формуванні здорової самооцінки. Учні повинні вчитися розпізнавати свої емоції, регулювати їх та адекватно реагувати на емоції інших. Педагог може використовувати вправи та ігри для розвитку емоційної грамотності, щоб учні навчилися справлятися зі стресом, контролювати негативні емоції та будувати гармонійні стосунки з оточенням, що сприяє формуванню стабільної самооцінки, яка не залежить від зовнішніх оцінок чи порівнянь, а базується на власних відчуттях та впевненості в собі [20].

На нашу думку, індивідуальний підхід до кожного учня, розвиток соціальних навичок і емоційної компетентності є важливими аспектами в процесі формування адекватної самооцінки. Використання різних стратегій, орієнтованих на особистісні особливості кожної дитини, а також навчання навичок співпраці і конструктивного сприйняття критики допомагають учням не лише досягати успіхів у навчанні, але й будувати здорову та стабільну самооцінку, що сприяє їхній соціальній адаптації та розвитку.



Самооцінка є унікальним психологічним феноменом, який формується у кожної дитини індивідуально. Врахування цих індивідуальних особливостей є ключовим аспектом роботи педагога, адже кожна дитина має свої емоційні, когнітивні та соціальні характеристики, які впливають на її сприйняття себе і навколишнього світу. Педагог, спостерігаючи за дитиною, має можливість коригувати свою педагогічну стратегію і створювати умови, які сприятимуть формуванню адекватної самооцінки.

З. Шилкунова зауважує, що важливим етапом у процесі підтримки розвитку адекватної самооцінки є уважне спостереження за емоційним станом учнів. Різні діти по-різному реагують на успіхи та невдачі: для одних це може бути просто етапом навчального процесу, тоді як для інших – серйозним потрясінням, яке впливає на їхнє самопочуття і оцінку своїх можливостей. Педагог має вміння помічати такі емоційні зміни та вчасно реагувати на них, щоб підтримати дитину в ситуаціях стресу чи розчарування [56].

Наприклад, якщо учень переживає через невдачу в виконанні завдання, педагог може заспокоїти його, пояснити, що помилки – це частина навчання, і допомогти знайти рішення або варіанти покращення результату. Таким чином, дитина не тільки отримує підтримку, але й вчиться сприймати невдачі як можливість для самовдосконалення, а не як підтвердження власної некомпетентності.

О. Кірієнко вказує, що реакція дитини на успіхи і невдачі дає багато інформації про її самооцінку. Діти з високою самооцінкою зазвичай сприймають як успіхи, так і помилки з адекватним ставленням — вони святкують досягнення, але при цьому не бояться помилок і готові вчитися на них. У той же час діти із заниженою самооцінкою можуть реагувати на незначні невдачі надмірно емоційно, впадаючи в депресивний стан або самокритику. Педагог має розпізнати такі сигнали і надати підтримку, щоб допомогти дитині навчитися правильно ставитися до власних невдач, розглядати їх як невід’ємну частину розвитку [27].

Водночас, діти з надмірно завищеною самооцінкою можуть неадекватно сприймати своє положення і ставити перед собою занадто високі вимоги. Для таких учнів важливо допомогти зрозуміти, що успіх – це результат системної праці, а не випадковість, і що навіть їхні досягнення можна покращити через ще більше зусиль [27].

А. Полин вважає, що соціальна адаптація є важливим аспектом розвитку самооцінки, оскільки діти часто порівнюють себе з однолітками, що впливає на їхнє уявлення про власні можливості і цінність. Педагог має враховувати, як дитина адаптується до соціальних норм і як вона взаємодіє з іншими учнями. Наприклад, якщо дитина має проблеми в спілкуванні або відчуває себе ізольованою від групи, це може призвести до зниження її самооцінки. Вчитель може ініціювати спільні заняття або групові проекти, щоб стимулювати взаємодію між учнями та допомогти їм краще адаптуватися до колективу [44].

Також важливо відзначати, як дитина сприймає критику або оцінки від інших. Діти, які мають низьку самооцінку, можуть сприймати навіть конструктивну критику як особисту образу, що посилює їхні комплекси. Педагог повинен допомогти таким учням зрозуміти, що критика не є негативною оцінкою їхньої особистості, а лише інструментом для вдосконалення [44].

Г. Дарієнко вказує, що враховуючи індивідуальні особливості кожної дитини, педагог повинен бути готовим коригувати свій підхід до навчання, залежно від емоційного стану учня, його реакцій на успіхи та невдачі, а також соціальної адаптації. Наприклад, для дітей, які мають труднощі в навчанні та постійно переживають через помилки, можна застосовувати завдання, які дають їм можливість досягати невеликих успіхів і поступово нарощувати впевненість у своїх силах. Для учнів з високими досягненнями корисно застосовувати завдання, що розвивають їхні вміння, дозволяють реалізувати потенціал і розширити горизонти [15].

Крім того, педагог може активно використовувати індивідуальні консультації, де дитина має змогу обговорити свої переживання, почуття

невдачі або страху перед помилками. Такий підхід допомагає налаштувати учня на більш здорову і позитивну самооцінку, яка ґрунтується на об'єктивному оцінюванні своїх можливостей та досягнень [15].

Т. Вертебна і С. Барда зазначають, що формування адекватної самооцінки у молодших школярів є важливим аспектом їхнього розвитку. Одним з ключових факторів успіху цього процесу є співпраця між педагогом і батьками. Педагог не може самостійно забезпечити гармонійний розвиток дитини без активної участі батьків, адже сім'я – це перше середовище, де формується уявлення про себе. Саме тому тісна і ефективна взаємодія між школою і родиною має вирішальне значення для розвитку здорової самооцінки у дітей [8].

Н. Бортнік вважає, що одним із перших кроків у співпраці є регулярний обмін інформацією між педагогом та батьками. Важливо, щоб вчитель мав можливість детально розповісти батькам про особливості навчання їхньої дитини, її успіхи, труднощі, а також про емоційний стан і реакції на різні ситуації. Батьки, у свою чергу, можуть поділитися своїми спостереженнями щодо поведінки і емоційного стану дитини вдома, а також своїми переживаннями або занепокоєннями з приводу розвитку самооцінки. Тільки через відкритий діалог можна коригувати підхід до дитини, враховуючи як шкільні, так і домашні умови [5].

На думку О. Варгати, якщо педагог або батьки помічають, що дитина переживає труднощі з самооцінкою (наприклад, вона часто порівнює себе з іншими, має занижку або завищену самооцінку), важливо працювати над вирішенням цієї проблеми разом. Педагог може порадити батькам, як правильно підходити до дитячих невдач, щоб не знижувати самооцінку дитини, а мотивувати її на подальші досягнення. Наприклад, вдома можна створити ситуації успіху, дати дитині можливість досягти результату на її рівні, щоб вона могла відчувати себе компетентною. Важливо, щоб батьки разом із вчителем розробили стратегію підтримки дитини, враховуючи її індивідуальні потреби [7].

І. Гриценко вказує, що підтримка і схвалення з боку батьків мають величезне значення для розвитку позитивної самооцінки у дітей. Вчитель може сприяти формуванню такої підтримки, надаючи батькам рекомендації щодо того, як правильно хвалити дитину за її досягнення. Однак важливо, щоб похвала не була надмірною або нещирою. Вона повинна бути конкретно і зосередженою на зусиллях та прогресі дитини, а не лише на кінцевому результаті. Батьки повинні вчити дитину розуміти, що її зусилля та праця важливі, а не лише результати [13].

На думку С. Сошенко і В. Кірічко, для того, щоб батьки могли активно підтримувати розвиток адекватної самооцінки у своїх дітей, важливо залучати їх до навчального процесу. Педагог може організовувати для батьків семінари, тренінги або індивідуальні консультації, де вони можуть дізнатися про методи роботи з самооцінкою і про те, як взаємодіяти з дітьми у випадках успіху та невдач. Такі заходи допомагають батькам краще зрозуміти, як важливо створювати підтримуючу атмосферу вдома і як разом з учителем працювати над формуванням здорової самооцінки [49].

Ж. Гордєєва вказує, що визнання досягнень дитини з боку батьків має величезне значення для її самооцінки. Педагог може допомогти батькам побачити сильні сторони їхніх дітей, звертаючи увагу на їхні успіхи не лише в навчанні, а й у поведінці, ставленні до однолітків, самостійності тощо. Батьки повинні вчити дитину цінувати свої зусилля, а не лише очікувати похвалу за готовий результат. Важливо, щоб батьки не знижували дитячої самооцінки через надмірні вимоги або порівняння з іншими дітьми [12].

Залучення батьків до святкування успіхів їхньої дитини також має великий вплив на формування позитивної самооцінки. Коли батьки відзначають навіть найменші досягнення дитини, це сприяє зміцненню її внутрішньої мотивації та впевненості в собі. Вчитель може організовувати у класі заходи, на яких батьки разом з учнями будуть святкувати досягнення, що підвищить самопочуття і самооцінку кожного учня [12].

Л. Прохоренко зазначає, що спільна робота вчителя і батьків також може стосуватися розвитку соціальних навичок учнів. Батьки можуть допомогти дітям навчитись встановлювати позитивні взаємозв'язки з однолітками, долати страх перед відмовою або критикою, і вчити дитину конструктивно реагувати на зауваження або невдачі. Спільні зусилля в цьому напрямі допомагають дитині впевнено почуватися в соціальних ситуаціях, що, в свою чергу, сприяє розвитку здорової самооцінки [45].

На нашу думку, співпраця між педагогом та батьками у процесі формування адекватної самооцінки у дітей є надзвичайно важливою. Тільки спільно вони можуть створити підтримуюче середовище, де дитина відчуває впевненість у своїх силах і не боїться помилок. Взаємодія між школою і сім'єю дозволяє максимально ефективно підтримувати розвиток дитини, враховуючи її індивідуальні потреби та особливості, що в свою чергу сприяє формуванню здорової самооцінки та гармонійній соціалізації.

Отже, формування адекватної самооцінки молодших школярів є складним і багатограним процесом, який вимагає комплексного підходу. Робота педагога повинна бути спрямована на створення підтримуючого середовища, на розвиток навичок самооцінювання, на використання позитивного підкріплення та організацію ситуацій успіху. Через уважне ставлення до індивідуальних потреб учнів і врахування їх емоційного стану педагог може ефективно підтримати розвиток адекватної самооцінки, що є основою для гармонійного розвитку особистості дитини та її успішної соціалізації.

## **2.2. Емпіричне дослідження рівня самооцінки у дітей молодшого шкільного віку**

Емпіричне дослідження рівня самооцінки у дітей молодшого шкільного віку дозволяє виявити специфічні аспекти їхнього самосприйняття, які можуть бути важливими для подальшої корекції та розвитку адекватної самооцінки. У дослідженні, як правило, виділяються два етапи: констатувальний та формувальний, кожен з яких має свою специфіку та завдання.

Констатувальний етап дослідження має на меті виявлення початкового рівня самооцінки у дітей молодшого шкільного віку. На цьому етапі застосовуються різні методи та інструменти для оцінки самооцінки дітей, що дозволяє отримати комплексне уявлення про їхнє самосприйняття в навчальній та соціальній діяльності.

Кроки, які були здійснені в процесі проведення констатувального етапу:

1. Вибір та формування вибірки. Для дослідження було обрано 50 дітей молодшого шкільного віку (9-10 років), що навчаються в початкових класах (4-А – експериментальний та 4-Б – контрольний класи) Чернігівської гімназії №3 Чернігівської міської ради. Серед вибірки було рівномірно представлено учнів різного рівня успішності та соціальної активності.

2. Підготовка до дослідження. Перед початком дослідження було проведено інструктаж для вчителів та психологів, які брали участь у процесі збору даних, щоб забезпечити єдність методики оцінювання та забезпечити конфіденційність результатів.

3. Вибір методів оцінювання самооцінки. Для вимірювання рівня самооцінки дітей було обрано кілька методів: методика самооцінки Дембо-Рубінштейн дозволяє визначити рівень самооцінки дитини за допомогою стандартизованих запитань, що оцінюють ставлення до себе в різних аспектах: фізичному, інтелектуальному та соціальному (Додаток А); спостереження за поведінкою дітей під час навчальної діяльності: ми спостерігали за реакцією учнів на успіхи та невдачі, їхню здатність справлятися з труднощами, сприйняття помилок.

Рівень самооцінки був поділений на три категорії:

1. Високий рівень самооцінки (завищена самооцінка): діти, які мають завищену думку про себе, переоцінюють свої здібності та досягнення.

2. Середній рівень самооцінки (адекватна самооцінка): діти, які об'єктивно оцінюють свої можливості, як в позитивному, так і в негативному аспектах.

3. Низький рівень самооцінки (знижена самооцінка): діти, які мають знижене самопочуття та часто сумніваються у своїх здібностях.

Отримані показники представлені у вигляді таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

**Показники самооцінки молодших школярів**

Рівень самооцінки		Методика Дембо- Рубінштейн (Кількість дітей)	Відсоток дітей	Спостереження (Кількість дітей)	Відсоток дітей
ЕК	Високий рівень самооцінки	5 дітей	20%	5 дітей	20%
	Середній рівень самооцінки	11 дітей	44%	10 дітей	40%
	Низький рівень самооцінки	9 дітей	36%	10 дітей	40%
КК	Високий рівень самооцінки	6 дітей	24%	7 дітей	28%
	Середній рівень самооцінки	10 дітей	40%	10 дітей	40%
	Низький рівень самооцінки	9 дітей	36%	8 дітей	32%

\*Примітка: ЕК – експериментальний клас, КК – контрольний клас

У експериментальному класі (ЕК) високий рівень самооцінки за методикою Дембо-Рубінштейн продемонстрували 5 дітей, що становить 20% вибірки, аналогічний результат підтверджено і педагогічним спостереженням, що вказує на те, що лише п'ята частина учнів ЕК оцінює свої можливості позитивно та має впевненість у своїх здібностях. Водночас, середній рівень самооцінки за методикою визначено у 11 дітей (44%), а за спостереженнями – у 10 дітей (40%). Середній рівень є домінуючим у цьому класі, що свідчить про відносно адекватне сприйняття дітьми власних можливостей, однак є ще

простір для роботи з формування більшої впевненості у своїх силах. Низький рівень самооцінки за методикою виявлено у 9 дітей (36%), а за спостереженнями – у 10 дітей (40%). Така значна частка школярів із низькою самооцінкою сигналізує про необхідність цілеспрямованої педагогічної роботи, спрямованої на підвищення рівня віри дітей у свої здібності.

У контрольному класі (КК) високий рівень самооцінки за методикою Дембо-Рубінштейн зафіксовано у 6 дітей, що становить 24% вибірки, а за результатами спостереження – у 7 дітей (28%), що трохи більше, ніж у експериментальному класі, що може свідчити про те, що учні цього класу дещо впевненіше оцінюють свої можливості. Середній рівень самооцінки за обома методами виявлено у 10 дітей (40%). Як і в ЕК, цей рівень є домінуючим і вказує на відносно стабільну самооцінку більшості учнів. Низький рівень самооцінки у КК за методикою продемонстрували 9 дітей (36%), а за спостереженнями – 8 дітей (32%), що свідчить про трохи нижчий відсоток учнів із низькою самооцінкою порівняно з ЕК, однак різниця є несуттєвою.

Порівнюючи дані двох класів, можна зазначити, що у контрольному класі спостерігається більший відсоток учнів із високим рівнем самооцінки (на 4-8% більше, ніж у ЕК), що може свідчити про ефективну роботу з формування впевненості у собі. Середній рівень самооцінки має однакові показники за спостереженнями у обох класах (40%), що свідчить про подібний базовий рівень самовідчуття більшості дітей. Низький рівень самооцінки дещо частіше зустрічається у експериментальному класі, що вказує на потребу у додатковій педагогічній підтримці.

Загалом результати дослідження демонструють, що хоча більшість дітей у двох класах мають середній рівень самооцінки, помітна частка школярів (32–40%) все ще відчуває труднощі у сприйнятті власних можливостей, що виявляється у низькій самооцінці.

Мета формувального етапу: на основі результатів констатувального етапу, метою формувального етапу було розробити і реалізувати спеціальні педагогічні заходи для корекції рівня самооцінки дітей. Формувальний етап



включав в себе методи та підходи, які дозволяли позитивно впливати на розвиток адекватної самооцінки учнів через певний період.

Формувальний етап дослідження проводився після отримання результатів констатувального етапу. Він тривав протягом 3 тижнів, впродовж якого педагогічні впливи та методи застосовувались до групи з 25 дітей молодшого шкільного віку.

План формувального етапу:

Розробка інтервенційних заходів: проведення психологічних ігор, спрямованих на розвиток самооцінки та емоційної компетентності (Додаток Б); використання методики позитивного підкріплення та зворотного зв'язку на уроках (Додаток Г); використання методики самопізнання (рефлексії) через завдання, що допомагають учням оцінювати свої досягнення (Додаток В).

Інтервенційні заходи – це цілеспрямовані дії та методи впливу, спрямовані на зміну або покращення певних характеристик у групи осіб. У цьому дослідженні інтервенційні заходи включали комплекс педагогічних і рефлексивних практик, які сприяли розвитку позитивної самооцінки. Вони передбачали активне залучення дітей у навчальний процес через гру, обговорення, рефлексію та інші методи, які створювали безпечне і підтримуюче середовище для самопізнання.

Ігри використовувалися для розвитку позитивної самооцінки, емоційної компетентності та соціальної взаємодії. Вони мали чітко визначені завдання, структуровані етапи й інтерактивний характер, що дозволило залучити дітей у невимушену діяльність. Методи в межах ігор: метод групової взаємодії, метод самопредставлення, метод емоційної рефлексії.

Методика позитивного підкріплення та зворотного зв'язку базувалася на акцентуванні уваги на успіхах дитини, її зусиллях та досягненнях. Педагог упродовж уроків активно застосовував позитивні коментарі, які сприяли формуванню адекватної самооцінки. Методи в межах позитивного підкріплення: вербальне підкріплення (використовувалися похвали на кшталт: «Ти молодець, що так уважно виконав завдання!», «Мені подобається, як ти

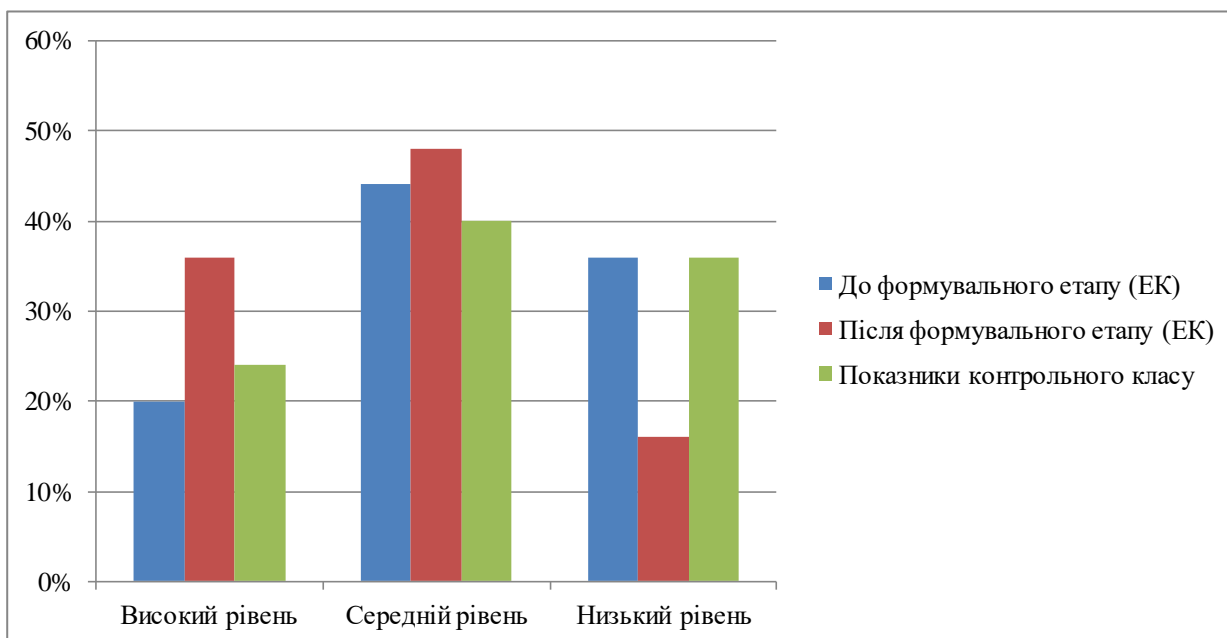
сьогодні працюєш», що допомагало учням відчутти цінність своїх старань), невербальне підкріплення (посмішка, кивок або жест підтримки з боку педагога давали дитині зрозуміти, що її робота помічена і оцінена), зворотний зв'язок (педагог активно обговорював із дітьми результати їхньої діяльності, ставив питання: «Що тобі вдалося?», «Що було важким?», «Як ти це подолав?»).

Індивідуалізація підходу: індивідуальний підхід до дітей з різним рівнем самооцінки (діти з завищеною, адекватною та заниженою самооцінкою); корекція завищеної самооцінки через надання більш складних завдань, щоб діти мали можливість оцінити реальні можливості; підвищення впевненості у дітей з заниженою самооцінкою через поставлення досягнутих завдань, підтримку та позитивний зворотний зв'язок.

Підготовка педагогічного колективу: педагоги були проінструктовані щодо важливості позитивного підкріплення, конструктивної критики та створення атмосфери довіри в класі; вчителі застосовували інтервенційні стратегії для розвитку адекватної самооцінки через врахування емоційного стану дітей.

Зворотний зв'язок: педагоги регулярно надавали зворотний зв'язок дітям про їхні досягнення, акцентуючи увагу на прогресі та зусиллях, а не лише на результатах; діти отримували можливість самостійно оцінювати свої досягнення через рефлексивні завдання (самооцінка виконаних завдань).

Після проведення формувального етапу було проведено повторне тестування за методикою самооцінки Дембо-Рубінштейна та спостереження за поведінкою учнів у експериментальному класі, що дозволило оцінити ефективність заходів та їх вплив на розвиток самооцінки.



**Рис. 2.2. Результати тестування за методикою Дембо-Рубінштейна**

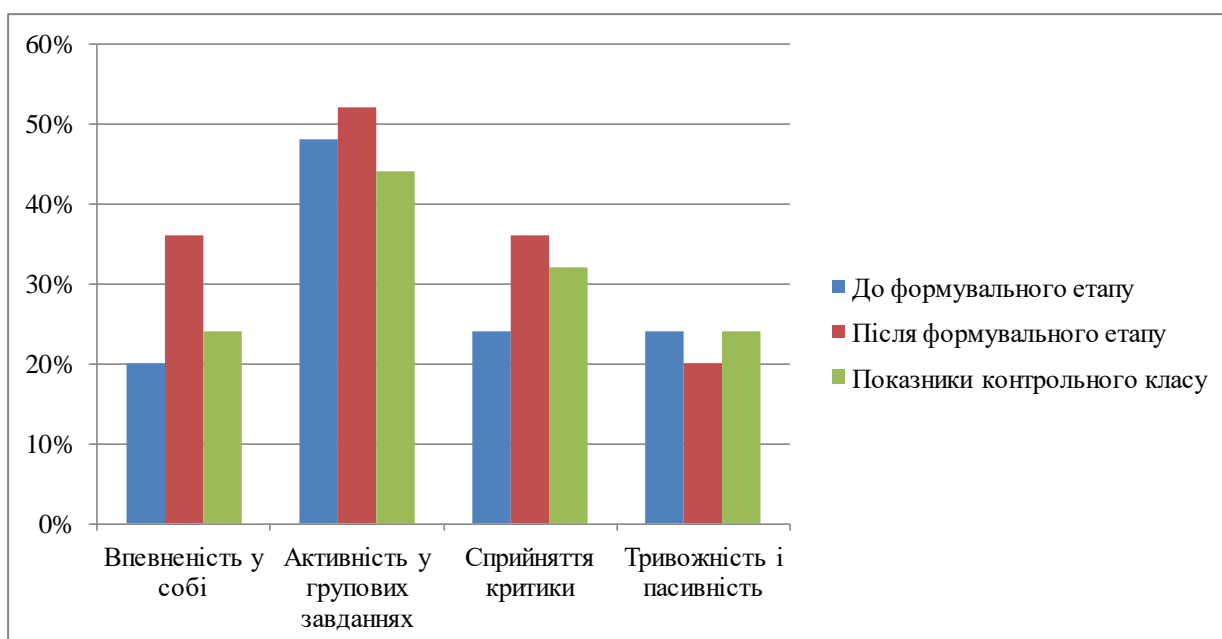
Результати тестування за методикою Дембо-Рубінштейна свідчать про значні зміни в рівні самооцінки учнів експериментального класу (ЕК) після формувального етапу, тоді як у контрольному класі (КК) суттєвих змін не спостерігалось. До формувального етапу в експериментальному класі високий рівень самооцінки демонстрували 20% учнів, що свідчило про низький рівень впевненості у власних силах у більшості дітей. Середній рівень самооцінки мали 44% учнів, які частково усвідомлювали свої можливості, але їх самооцінка залишалася нестійкою. Водночас 36% школярів мали низький рівень самооцінки, що вказувало на значну кількість дітей із заниженим уявленням про свої здібності та недостатньою вірою в себе.

Після формувального етапу, який включав систематичне застосування ігор, методів позитивного підкріплення та рефлексії, у цьому класі відбулося суттєве покращення показників. Високий рівень самооцінки зріс до 36%, що на 16% більше порівняно з початковими даними, що свідчить про ефективність впроваджених педагогічних методів у підвищенні впевненості учнів у своїх силах. Частка дітей із середнім рівнем самооцінки збільшилася до 48%, що на 4% більше, ніж до формувального етапу, що свідчить про те, що більшість учнів наблизилися до адекватного сприйняття своїх можливостей. Водночас

низький рівень самооцінки знизився до 16%, що майже вдвічі менше порівняно з попередніми показниками. Такі зміни підкреслюють позитивний вплив методичної роботи педагога, спрямованої на підтримку дітей із невпевненістю.

У контрольному класі, де формувальні заходи не застосовувалися, суттєвих змін у рівнях самооцінки не зафіксовано. Високий рівень самооцінки демонстрували 24% учнів, що лише на 4% більше, ніж у експериментальному класі до формувального етапу, але значно менше порівняно з результатами після формувального впливу. Середній рівень самооцінки становив 40%, що залишилося незмінним порівняно з початковими даними експериментального класу. Частка дітей із низьким рівнем самооцінки залишилася на рівні 36%, що вказує на відсутність прогресу без спеціально розроблених педагогічних заходів.

Таким чином, результати дослідження підтверджують ефективність формувальних заходів у експериментальному класі. Підвищення частки дітей із високим рівнем самооцінки, зменшення кількості учнів із низьким рівнем, а також стабільність позитивних змін у середньому рівні самооцінки свідчать про доцільність цілеспрямованого впливу на розвиток самооцінки.



**Рис. 2.3. Результати спостереження**

Результати спостереження свідчать про значний вплив формувального етапу на поведінкові та емоційні характеристики учнів експериментального

класу (ЕК). Зокрема, зміни у показниках впевненості у собі, активності в групових завданнях, сприйнятті критики та рівні тривожності відображають ефективність проведених заходів, тоді як у контрольному класі (КК) подібних змін не спостерігалось.

До формувального етапу лише 20% учнів експериментального класу демонстрували впевненість у собі, що свідчило про переважання невпевненості серед більшості школярів. Після проведення формувальних заходів цей показник зріс до 36%, що на 16% більше порівняно з початковими даними, що є ознакою покращення здатності учнів приймати свої можливості та діяти впевнено у різних навчальних ситуаціях. У контрольному класі частка учнів із впевненістю у собі залишилася майже незмінною – 24%, що наочно демонструє відсутність суттєвих зрушень без спеціальної роботи.

Активність у групових завданнях також зросла в експериментальному класі, збільшившись із 48% до 52%. Хоча зростання є помірним (+4%), це вказує на покращення співпраці та ініціативності учнів у груповій роботі. У контрольному класі активність залишилася нижчою і склала лише 44%, що наочно демонструє перевагу педагогічного впливу у формуванні командної взаємодії.

Сприйняття критики в експериментальному класі також покращилося, зрісши з 24% до 36%. Учні стали краще реагувати на зауваження та рекомендації, використовувати їх для вдосконалення своєї діяльності. У контрольному класі цей показник залишився нижчим і склав лише 32%, що свідчить про відсутність значного прогресу без цілеспрямованої педагогічної роботи.

Рівень тривожності та пасивності в експериментальному класі знизився із 24% до 20%, що є важливим показником покращення емоційного стану дітей, адже вони стали менше хвилюватися та виявляти пасивну поведінку. У контрольному класі цей показник залишився незмінним (24%), що свідчить про збереження попереднього рівня тривожності без формувального впливу.

Таким чином, результати спостереження підтверджують ефективність формувальних заходів, спрямованих на розвиток впевненості у собі, активності та адекватного сприйняття критики, а також на зниження тривожності в учнів експериментального класу. У контрольному класі, де подібні заходи не проводилися, зміни були мінімальними, що підкреслює важливість систематичної роботи з молодшими школярами.

Отже, проведене дослідження показало позитивну динаміку в рівні самооцінки та емоційної компетентності дітей. Ефективність результатів підтверджується як кількісними показниками, так і якісними змінами в поведінці дітей. У результаті роботи з дітьми вдалося створити умови для їхнього розвитку через позитивне підкріплення, індивідуалізований підхід і підтримку впевненості у своїх силах. Дослідження підтвердило важливість комплексного підходу до роботи з дітьми, що включає в себе методи самопізнання, розвиток соціальних і емоційних навичок та створення атмосфери підтримки і довіри.

### **2.3. Методичні рекомендації щодо формування адекватної самооцінки у дітей молодшого шкільного віку**

Формування адекватної самооцінки у дітей молодшого шкільного віку є важливим аспектом їхнього розвитку. Адекватна самооцінка сприяє формуванню впевненості в собі, розумінню своїх сильних та слабких сторін, а також допомагає дітям ефективно адаптуватися до навчального процесу і соціального середовища.

Створення підтримуючої атмосфери для формування адекватної самооцінки у дітей молодшого шкільного віку є важливим аспектом педагогічної діяльності. Педагоги повинні створювати таке середовище, в якому дитина відчуває себе прийнятою, зрозумілою та підтриманою, що дозволяє їй розвиватися без страху перед помилками чи невдачами. Важливо звертати увагу на позитивні аспекти роботи учнів, підкреслюючи їхні зусилля, а не лише результат. Підтримка повинна бути спрямована не тільки на

досягнення, а й на процес, через який дитина проходить. Наприклад, педагог може відзначити зусилля учня, сказавши: «Я бачу, що ти дуже старався і навіть якщо результат ще не зовсім той, що очікувався, твої зусилля справді важливі» [48].

Для цього також необхідно надавати конструктивний зворотний зв'язок, який буде спрямований на покращення, а не на критику особистості, що допомагає дитині побачити можливості для розвитку, а не зневіритись у власних силах. Вчителі повинні допомогти дітям усвідомити, що помилки – це частина процесу навчання, а не провал чи причина для сорому, що дозволяє уникнути розвитку перфекціонізму та знижує рівень тривожності. Діти повинні навчитися ставитися до помилок як до природного етапу на шляху до освоєння нового, а не як до свого особистого провалу. Наприклад, педагог може сказати: «Не переживай, всі помиляються, і це нормально. Важливо, що ти продовжуєш працювати і намагаєшся поліпшити результат.» Таким чином, навчання дітей приймати помилки як частину їхнього розвитку допомагає зберегти їхню впевненість у собі навіть у моменти труднощів [48].

Створення такої атмосфери дозволяє дітям відчувати себе безпечно і комфортно, знижує рівень тривожності, дає можливість для розвитку здорової самооцінки, а також заохочує їх до більш активної участі в навчальному процесі. Відчуття підтримки з боку вчителя допомагає учням розвиватися без страху перед невдачами, а це, в свою чергу, сприяє формуванню позитивного ставлення до себе та своїх можливостей.

Розвиток самостійності та самопізнання також є важливими складовими процесу формування адекватної самооцінки. Один із основних педагогічних підходів – це створення ситуацій, в яких дитина має можливість самостійно оцінити свої досягнення. Для цього можна використовувати рефлексивні завдання або інструменти для самооцінювання, що дозволяють дітям самостійно аналізувати свою роботу. Наприклад, вчитель може запропонувати учням завдання, після виконання якого вони повинні оцінити, наскільки добре

їм вдалося виконати роботу, і які кроки треба зробити для подальшого вдосконалення [17].

Самооцінка, яку дитина здійснює в процесі виконання завдань, формує об'єктивне уявлення про її здатності, дозволяє відчутти відповідальність за власний прогрес і вчить ставити реалістичні цілі. Наприклад, вчитель може запропонувати учням завдання, після виконання якого вони повинні оцінити, наскільки добре їм вдалося виконати роботу, і які кроки потрібно зробити для подальшого вдосконалення.

Моделювання реальних ситуацій є ще одним важливим аспектом розвитку самостійності та самопізнання. Створення навчальних ситуацій, які максимально наближені до реальних умов життя, дозволяє дитині застосовувати здобуті знання та навички у практичних ситуаціях, що може бути як вирішення задач з реального життя, так і участь у групових проектах, де дитина працює в команді і вчиться брати на себе відповідальність за конкретні завдання[3].

Такий підхід допомагає дітям розвивати впевненість у своїх силах, адже вони бачать конкретні результати своєї праці і можуть порівнювати їх з власними цілями та очікуваннями. Крім того, це дозволяє дітям зрозуміти, що кожен успіх або невдача є частиною процесу розвитку, і що вони можуть досягати значущих результатів завдяки своїм зусиллям.

Розвиток самостійності та самопізнання не лише сприяє формуванню адекватної самооцінки, але й допомагає дітям ставати більш впевненими в своїх можливостях, готовими до нових викликів та самостійного прийняття рішень.

Одним із ключових педагогічних завдань є допомога дітям у формуванні стійкості до стресу та тривожності. Діти цього віку часто піддаються стресу через навчальні навантаження, соціальні взаємодії чи невдачі, тому важливо навчити їх методам саморегуляції та управління емоціями. Вчителі можуть використовувати спеціальні практики для зниження тривожності, такі як дихальні вправи або групові ігри, спрямовані на розвиток емоційної компетентності та соціальних навичок. Важливим є також залучення дітей до



соціальних ініціатив, таких як волонтерські проекти або колективні заходи, що сприяють розвитку їх соціальної самооцінки і взаєморозуміння в колективі. [14].

Однією з найбільш ефективних методик є дихальні вправи, які допомагають знизити рівень тривожності, заспокоїти нервову систему і повернути контроль над емоціями. Наприклад, дітям можна запропонувати дихати повільно та глибоко, роблячи вдих на чотири рахунки, затримуючи дихання на кілька секунд і повільно видихаючи, що дозволяє їм заспокоїтися, знизити стрес і повернутися до нормального стану навіть у напружених ситуаціях. Такі вправи, якщо вони виконуються регулярно, можуть значно знизити рівень тривожності і дозволити дітям почуватися більш впевнено в різних ситуаціях [11].

Важливим елементом є залучення дітей до позитивних соціальних ініціатив, які допомагають їм відчувати свою значущість та підтримують їх соціальне усвідомлення. Діти, які активно залучені до колективних заходів, таких як групові ігри, волонтерські проекти чи шкільні ініціативи, можуть побачити свою цінність у групі, що сприяє зниженню тривожності та розвитку позитивної самооцінки. Важливо, щоб ці заходи були спрямовані на підтримку взаєморозуміння та емоційного комфорту, а не на конкуренцію або порівняння, щоб дитина могла відчувати свою важливість саме через допомогу іншим і через спільну роботу [11].

Залучення до таких діяльностей допомагає дитині відчувати свою соціальну значущість і побудувати здорові стосунки з однолітками. Такі позитивні соціальні досвіди сприяють розвитку емоційної компетентності, дозволяють дітям відчувати підтримку та прийняття з боку інших, що, в свою чергу, підвищує їхню самооцінку.

Розвиток стійкості до стресу та тривожності дозволяє дітям краще справлятися з труднощами, зберігати спокій і впевненість у собі навіть у стресових ситуаціях, що значно покращує їх психологічний стан, знижує рівень тривожності та підвищує здатність до здорового самооцінювання.

Використання ігор та тренінгів є потужним інструментом у процесі розвитку самооцінки у дітей молодшого шкільного віку. Ігри, що фокусуються на розвитку впевненості та соціальних навичок, дозволяють дітям не тільки активно взаємодіяти в колективі, а й працювати з власними емоціями, що сприяє формуванню здорового самопочуття та адекватної самооцінки [7].

Одним з прикладів таких ігор є ігри, де діти повинні оцінювати свої досягнення та давати собі позитивну характеристику. Такі завдання допомагають дітям навчитися бачити свої сильні сторони та усвідомлювати свої успіхи. Наприклад, можна провести гру «Я – молодець!», де кожен учасник по черзі розповідає про своє досягнення чи успіх, і всі інші учасники підтримують його позитивними відгуками. Такі ігри не тільки покращують самооцінку, але й сприяють розвитку навичок самосприйняття [38].

Іншим важливим елементом є ігри, що включають підтримку один одного в групі. Наприклад, можна організувати гру «Підтримка», в якій діти по черзі діляться своїми переживаннями або досягненнями, а інші учасники висловлюють підтримку та допомогу, що створює атмосферу взаєморозуміння і довіри, де кожна дитина відчуває себе цінною і важливою частиною колективу. Такі ігри розвивають емпатію та підтримують розвиток соціальних навичок, що є важливими для формування здорової самооцінки.

Вправи на рефлексію – це ще один потужний інструмент, який допомагає дітям осмислювати свої емоції та досвід. Регулярне виконання таких вправ сприяє розвитку самопізнання та допомагає дітям об'єктивно оцінювати свої дії та досягнення. Наприклад, можна провести вправу «День мого успіху», де дитина має описати, що їй вдалося зробити протягом дня, як вона себе почувала під час цього і які емоції це викликало, що допомагає дитині побачити прогрес у своєму розвитку та усвідомити, які зусилля були докладені для досягнення результату [38].

Такі рефлексивні вправи сприяють розвитку емоційної компетентності, дають можливість дитині краще розуміти свої емоції, навчитися регулювати їх і на основі цього – формувати більш об'єктивну самооцінку. Вони також

допомагають дітям вчитися на своїх помилках, що є важливим кроком у розвитку впевненості в собі.

Педагоги повинні активно залучати батьків до процесу розвитку самооцінки у своїх дітей. Взаємодія між вчителями та батьками дозволяє забезпечити комплексний підхід до формування здорової самооцінки. Консультації з батьками дозволяють виявити проблеми, які виникають у процесі розвитку дитини, і узгодити підходи до їх вирішення як в школі, так і вдома. Залучення батьків до процесу розвитку самооцінки є ключовим елементом для забезпечення комплексного підходу в підтримці дитини на всіх етапах її навчального та особистісного розвитку. Взаємодія між педагогом і батьками дозволяє створити єдиний фронт для формування у дитини здорового сприйняття себе та світу навколо неї, забезпечуючи підтримку як вдома, так і в навчальному середовищі [11].

Педагоги повинні регулярно проводити індивідуальні або групові консультації з батьками, щоб обговорювати прогрес дитини, проблеми, які виникають у процесі навчання та соціалізації, а також узгоджувати підходи до розвитку самооцінки, що дозволяє не лише уточнити, як можна підтримати дитину вдома, але й визначити спільні стратегії роботи в класі та вдома. Наприклад, якщо педагог помітив, що дитина демонструє знижену самооцінку в школі, важливо обговорити з батьками, як вони можуть підтримати дитину вдома, заохочуючи її до нових спроб та звертаючи увагу на навіть незначні досягнення. Таким чином, взаємна підтримка між батьками та вчителями створює гармонійне середовище, яке сприяє розвитку здорової самооцінки [11].

Батьківські тренінги та семінари є ще одним важливим елементом залучення батьків до цього процесу. На таких тренінгах батьки отримують знання про те, як вони можуть підтримати розвиток самооцінки своїх дітей, допомогти їм правильно оцінювати свої досягнення, вчити не боятися помилок і надавати позитивний зворотний зв'язок. Важливо, щоб тренінги були не тільки інформаційними, а й практичними, із конкретними порадами, що батьки можуть впровадити в повсякденне життя – це можуть бути вправи, які

сприяють розвитку довіри та емоційної відкритості в сім'ї, а також ситуації для практики позитивного підкріплення, де батьки можуть навчитися акцентувати увагу на зусиллях і досягненнях своїх дітей, а не тільки на результатах [32].

Такий підхід допомагає батькам розуміти, як їхня роль у розвитку самооцінки дитини є важливою, і дає їм інструменти для того, щоб підтримати дитину в її прагненнях та розвитку. Крім того, такі тренінги допомагають батькам стати більш чутливими до емоційних потреб своїх дітей, що зміцнює емоційний зв'язок між батьками та дітьми і забезпечує створення позитивної атмосфери для розвитку самооцінки як вдома, так і в школі.

Загалом, методичні рекомендації створюють комплексний підхід до формування адекватної самооцінки, який враховує не тільки навчальні досягнення дитини, а й її емоційний стан, соціальні навички та взаємодію з оточенням. Створення середовища підтримки, індивідуалізація підходів, розвиток емоційної компетентності та залучення батьків є ключовими факторами в досягненні здорової і збалансованої самооцінки у дітей молодшого шкільного віку.

### **Висновки до другого розділу**

Актуальність дослідження стану самооцінки молодших школярів є надзвичайно високою, оскільки формування самооцінки на цьому етапі розвитку є важливим фундаментом для подальшого особистісного зростання та соціалізації дитини. Самооцінка – це ключова складова психологічного здоров'я, яка відображає ставлення дитини до себе, своїх можливостей і досягнень, а також її здатність справлятися з труднощами та невдачами. У ранньому шкільному віці самооцінка стає особливо вразливою до зовнішніх впливів, зокрема до оцінок вчителів, однолітків і батьків, що робить цей період критичним для її розвитку.

Перші роки навчання у школі для дітей є дуже важливими, оскільки на них припадає не тільки засвоєння нових знань, а й формування соціальних навичок, а також самоусвідомлення. Від того, наскільки адекватною і

стабільною буде самооцінка у дітей молодшого шкільного віку, значною мірою залежить їхня здатність адаптуватися до навчальної діяльності, спілкування з однолітками та авторитетами, а також здатність до саморегуляції та подолання стресових ситуацій.

Самооцінка в молодшому шкільному віці може бути схильна до коливань, оскільки діти лише починають усвідомлювати себе як особистість і вчитися оцінювати свої можливості. Підвищена чи знижена самооцінка може спричинити серйозні труднощі в навчальному процесі: діти з завищеною самооцінкою можуть мати проблеми з конструктивною самооцінкою своїх здібностей і зворотним зв'язком, а діти з заниженою самооцінкою часто сумніваються у своїх силах і мають проблеми з участю у навчанні. У зв'язку з цим, важливою є своєчасна діагностика стану самооцінки та розробка ефективних методів для її корекції.

На тлі значного збільшення соціальних і психологічних викликів для дітей у сучасному світі (стреси, зміни у сімейних стосунках, вплив мас-медіа) дослідження самооцінки набуває особливої актуальності, що дозволяє створити більш точні уявлення про потреби і можливості дітей у сфері розвитку їхнього емоційного та соціального благополуччя.

Перспективи подальших досліджень стану самооцінки молодших школярів відкривають широкі можливості для глибшого розуміння процесів, які впливають на формування цієї важливої складової особистості. Одним з таких напрямків є вивчення впливу різних педагогічних методів на розвиток самооцінки дітей, що дозволить з'ясувати, як різні підходи до навчання, такі як індивідуалізація завдань, використання конструктивної критики чи методи позитивного підкріплення, впливають на здатність дітей об'єктивно оцінювати свої можливості та розвивати здорову самооцінку.

Особливу увагу слід звернути на вивчення впливу батьківського виховання на процес формування самооцінки, оскільки сімейне середовище має вагомe значення в ранньому розвитку дитини. Подальші дослідження можуть з'ясувати, якими саме методами підтримки і заохочення батьки можуть сприяти

формуванню адекватної самооцінки у своїх дітей, а також виявити різні стилі виховання, які позитивно або негативно впливають на цей процес.

Не менш важливим є дослідження взаємодії дитини з соціальним середовищем, зокрема з однолітками та вчителями, адже саме ці взаємодії формують її уявлення про себе. Подальші дослідження можуть зосередитися на тому, як колективна діяльність, взаємодія в групах та вміння сприймати і підтримувати інших сприяють розвитку здорової самооцінки у дітей молодшого шкільного віку.

Гендерні аспекти також варто враховувати в дослідженнях, оскільки хлопці та дівчата можуть по-різному сприймати себе і свої можливості в залежності від соціальних ролей, які нав'язуються в різних культурах. Вивчення цих відмінностей допоможе визначити, чи є потреба в розробці спеціальних програм для розвитку самооцінки з урахуванням гендерних аспектів.

Важливим напрямком є вивчення впливу сучасних технологій на самооцінку дітей. Враховуючи вплив соціальних мереж та цифрового контенту на дітей, дослідження можуть зосередитися на тому, як соціальні порівняння та інші фактори, пов'язані з онлайн-взаємодією, впливають на самооцінку молодших школярів.

Дослідження довгострокових ефектів розвитку самооцінки в ранньому віці також має важливе значення. Оцінка того, як здорова чи нездорова самооцінка впливає на психологічний і соціальний розвиток дитини в підлітковому віці, дозволить зрозуміти, чи є специфічні фактори, які сприяють підтримці або погіршенню самооцінки в процесі переходу до більш старших етапів розвитку.

Таким чином, дослідження стану самооцінки молодших школярів є важливим для покращення процесу навчання і виховання, забезпечення психологічного здоров'я дітей та сприяння їхній успішній адаптації в соціумі.

## ВИСНОВКИ

У результаті проведеного дослідження було здійснено ґрунтовний аналіз поняття «самооцінка» в психолого-педагогічній літературі. Самооцінка визначається як важливий психологічний феномен, що відображає суб'єктивну оцінку особистістю своїх можливостей, досягнень та внутрішніх якостей, що безпосередньо впливає на її поведінку та мотивацію. У психолого-педагогічному контексті самооцінка вважається складним і багатогранним процесом, в якому взаємодіють когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти. Особливо важливою є самооцінка в молодшому шкільному віці, оскільки на цей період припадає активне формування особистості, і саме тут закладаються основи самосвідомості, самооцінки та самоідентифікації дитини.

Дослідження психолого-педагогічних аспектів формування адекватної самооцінки у дітей молодшого шкільного віку показало, що процес формування самооцінки тісно пов'язаний з навчальною діяльністю дитини. Важливою умовою для цього є створення сприятливого психологічного середовища, в якому дитина відчуває підтримку з боку дорослих, адекватно оцінюється її зусилля та досягнення, а також помилки сприймаються як частина навчального процесу, а не як причина для зниження самооцінки. Одним із ключових моментів є позитивне підкріплення та конструктивна критика, які повинні бути спрямовані не на критику особистості дитини, а на оцінку її дій та результатів. Важливим також є розвиток емоційної компетентності у дітей, здатності до самопізнання та рефлексії, що дозволяє дітям усвідомлювати свої сильні та слабкі сторони і поступово формувати більш об'єктивне уявлення про власні можливості.

Дослідження виявило особливості роботи педагога, які мають безпосереднє значення для формування адекватної самооцінки у молодших школярів. В першу чергу, це створення підтримуючої та безпечної атмосфери в класі, де кожна дитина може відчувати себе прийнятою і важливою. Створення комфортної ситуації, в якій діти можуть відкрито виражати свої думки та

почуття, а також конструктивно реагувати на критику, є важливим елементом формування здорової самооцінки. Крім того, вчитель має використовувати індивідуальний підхід до кожної дитини, враховуючи її особистісні особливості, рівень розвитку і емоційний стан. Для цього важливо коригувати завдання та навчальні методи таким чином, щоб вони відповідали можливостям учня і стимулювали досягнення успіхів, не перевантажуючи його і не створюючи додаткового стресу.

Емпіричне дослідження рівня самооцінки у дітей молодшого шкільного віку показало, що формувальні заходи значно вплинули на розвиток самооцінки та поведінкових характеристик учнів експериментального класу. Після втручань, таких як ігри та методи позитивного підкріплення, зросла кількість учнів з високим рівнем самооцінки, а рівень тривожності знизився. Спостереження також підтвердили покращення впевненості, активності та здатності до сприйняття критики в експериментальному класі. У контрольному класі суттєвих змін не відбулося, що підкреслює важливість спеціальних педагогічних заходів для розвитку самооцінки та зниження тривожності.

На основі отриманих даних були розроблені методичні рекомендації щодо формування адекватної самооцінки у дітей молодшого шкільного віку. Важливими напрямками роботи є створення умов для розвитку самостійності та самопізнання через рефлексивні завдання та вправи для оцінки досягнень. Вчителі повинні активно використовувати практики, які сприяють зниженню тривожності та стресу, допомагаючи дітям краще управляти своїми емоціями. Особливу увагу слід приділяти розвитку емоційної компетентності дітей, що допомагає їм не тільки краще розуміти свої почуття, але й адекватно реагувати на емоційні ситуації, що виникають у навчальному процесі. Важливо також проводити роботу з батьками, залучаючи їх до процесу підтримки та розвитку здорової самооцінки у дітей, надаючи їм необхідні знання та навички для підтримки їхніх дітей вдома.



## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бабаян Ю. О., Н. А. Тимченко. Особливості формування самооцінки молодшого школяра. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені ВО Сухомлинського. Серія: Психологічні науки.* №12. 2014. С. 26-30.
2. Березовська Л. Самооцінка студентів, що поєднують навчання та роботу. *Вчені записки Університету «КРОК».* №3 (67). 2022. С. 153-160.
3. Богданець-Білоskalенко Н. Розвиток навичок самооцінювання в учнів початкової школи. *Модернізація освітнього середовища: проблеми та перспективи в контексті євроінтеграції: збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції (Івано-Франківськ, 19-20 травня 2022) .* Прикарпатський університет імені Василя Стефаника, м. Івано-Франківськ, Україна, С. 68-71.
4. Бойко О., Г. Горун. Самооцінка як важливий критерій становлення особистості. *Вісник Національного університету оборони України.* №3. 2023. С. 29-34.
5. Бортнік Н. Вплив стилю сімейного виховання на самооцінку молодших школярів. *Психологія: реальність і перспективи.* №15. 2020. С. 18-25.
6. Боцманова Н. Педагогічні умови формування самооцінки молодших школярів. *Початкова освіта: історія, проблеми, перспективи. Матеріали III-ї Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції, м. Ніжин, 23 жовтня 2020 р. / за заг. ред. Т. М. Турчин, упоряд. Т.В.Гордієнко.* Ніжин: НДУ ім. М.Гоголя, 2020. С. 50.
7. Варгата О. В. Психологічні особливості формування самооцінки молодших школярів. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах : зб. наук. пр.* Запоріжжя : КПУ, 2019. Вип. 64, т. 1. С. 70-74.

8. Вертебна Т., С. Барда. Формування самооцінки молодших школярів в умовах ігрової діяльності. *Початкова освіта: сучасні перспективи розвитку: матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю* (Обласний коледж Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія імені А. С. Макаренка Полтавської обласної ради, 8 грудня 2023 року). Кременчук, 2023. С. 66-69.

9. Главінська О. Д. Вплив низької навчальної успішності на становлення самооцінки школяра : автореф. дис. на здоб. наук. ступ. канд. психол. наук : 19.00.07 педагогічна та вікова психологія; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. К., 2002. 20 с

10. Главник О. Навіщо нам само оцінювання? *Газета «Психолог»*. №41. 2002. 2с.

11. Гончарук О. В. Формування самосвідомості учнів початкової школи: теоретичний аспект. *Збірник наукових праць «Педагогічні науки»*. №53. 2009. С. 190-196.

12. Гордєєва Ж. В. Вплив оцінкового ставлення близьких дорослих на розвиток регулятивної функції самооцінки у молодших школярів. *Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2010. Том 12, частина 2. Режим доступу :<http://vuzlib.com/content/view/765/94/>

13. Гриценко І. В. Шляхи формування адекватної самооцінки молодших школярів. *Збірник наукових праць «Педагогічні науки»*. №1.51. 2009. С. 143-148.

14. Гусак А.М. Самооцінка молодшого школяра. *Психолог*. Київ, 2012. № 11-12. С. 38-41.

15. Дарієнко Г. Теоретичний аналіз проблеми формування самооцінки молодших школярів. *Наука. Освіта. Молодь*. 2021, Ч. 1. С. 97-100.

16. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 424 с.

17. Дядюкіна Є. В. Самооцінка як міждисциплінарне поняття. *Науковий вісник Донбасу*. №1. 2011. С. 34-36.

18. Дяченко О. Виховання у молодших школярів шанобливого ставлення до людей як важливий аспект соціалізації. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи*. №47. 2013. С. 213-217.

19. Дячук П. В. Дидактичні умови формування самооцінки молодших школярів у навчальній діяльності : автореф. дис. на здоб. наук. ступ. канд. пед. наук : 13.00.09 – теорія навчання. Нац. акад. пед. наук України, Ін-т педагогіки. Київ, 2015. 52 с.

20. Дячук П. В. Діагностика розвитку самооцінки в учнів початкових класів в умовах колективної праці. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: Зб. наук.праць Уманського держ. пед. ун-ту імені Павла Тичини.К.: Міленіум*. 2005. С. 106-110.

21. Дячук П. В., Л. П. Перфільєва, А. А. Яценко. Формування самооцінки молодших школярів в умовах спільної навчальної діяльності. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: зб. наук. праць Уманського держ. пед. ун-ту імені Павла Тичини.К.: Наук. Світ*. 2003. С. 40-47.

22. Залюбівська Н., І. В. Размолодчикова. Методи вивчення самооцінки у молодших школярів. *Сучасна освіта в реаліях та перспективах: соціально-педагогічний аспект: збірник наукових і науково-методичних праць*. Вип. 2. Кривий Ріг: КДПУ, 2019. С. 90-94.

23. Заміщак М. І. Психологічні умови становлення моральної самооцінки у молодших школярів. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*. №10. 2010. С. 15.

24. Заря Л. О. Сутність самосвідомості молодших школярів. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Сер. 14 : Теорія і методика мистецької освіти*. Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2019. Вип. 27. С. 155-160.

25. Заскалько О. М. Особливості розвитку самосвідомості школярів з інтелектуальними порушеннями. *The V International Scientific and Practical Conference «Trends of modern science and praclife»*, February 8 - 11, 2022, Ankara, Turkey. С. 338.

26. Касицина Н. В. Чотири тактики педагогіки підтримки. Ефективні способи взаємодії вчителя і учня. *Агентство освітнього співробітництва*, 2010. 160 с.

27. Кірієнко О. Д. Особливості становлення адекватної самооцінки молодших школярів. *Досягнення сучасної психологічної науки та практики*. №3. 2020. С. 56-59.

28. Ковалишин І. В. Самооцінка дітей молодшого шкільного віку (порівняльна характеристика). *Вісник Харківського національного університету імені ВН Каразіна. Серія: Психологія*. №46. 2011. С. 47-51.

29. Козерук Ю. В., Я. О. Євсейчик. Самооцінка як фактор становлення особистості студента. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки*. №124. 2015. С. 163-165.

30. Коляденко С. А. Самооцінка як фактор становлення особистості. *Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації : матеріали Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції*. 2021. Вип. 70. С. 199-201.

31. Конджарян К.В. Формування самооцінки молодших школярів як умова їх навчальної діяльності. *Фізична реабілітація та здоров'язберезувальні технології: реалії і перспективи : зб. матеріалів V Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю*(14 листоп. 2019 р.). Полтава, 2019. С.114-118.

32. Костю С. Й., І. Болахівська. Роль самооцінки в розвитку особистості молодшого школяра. *Психогенеза особистості: норма і девіація : збірник наукових статей і тез*. Луцьк : ФОП Мажула Ю. М., 2023. С. 136.

33. Кошинська Л. О., З. В. Гуріна. Особливості розвитку самооцінки молодшого школяра. *Молодий вчений*. №1. 2016. С. 226-229.

34. Кравчено К. Ю. Формування адекватної поведінки самооцінки дітей дошкільного віку. *Соціально-освітні домінанти професійної підготовки сучасного компетентного фахівця: зб. матеріалів II-ї Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції*, м. Біла Церква, 18 травня 2023

р. / за заг. ред. В.С.Кулішова, І.В. Кучерак, Ю.С. Герасименко, А.М.Лукіянчук. Біла Церква: БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2023. С. 127.

35. Кузьменко О. Взаємозв'язок самооцінки і тривожності у молодших школярів. *Освіта і наука*. №1. 2021. С. 41.

36. Лоюк О. В. Розвиток особистісних якостей молодшого школяра: психолого-педагогічний аспект. *Сучасна початкова освіта в поглядах молодих науковців : матеріали II туру Всеукр. конк. наук. робіт зі спеціальності «Початкова освіта»*, (Вінниця, 23 квітня 2019 р.); Міністерство освіти і науки України, ВДПУ ім. М. Коцюбинського. Вінниця :ТОВ «Меркьюрі-Поділля», 2019. Вип. 8. С. 133-138.

37. Максименко Л. М. Формування мотивів та самооцінки в учнів. *Психологічна газета*. 2005. №12.15 с.

38. Мірошник З. М. Рольові позиції молодших школярів: метод. посібн. / З. М. Мірошник, О. Ю. Михайленко. Кривий Ріг: КДПУ, 2011. 79 с.

39. Мороз О. І., Яцюрик А. О. Психолого-педагогічні особливості корекції агресивної поведінки в середовищі молодших школярів. Вісник Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка Степана Дем'янчука. Серія: «Педагогіка та психологія»; Міжнар. економ.-гуманіт. ун-т ім. Степана Дем'янчука. - Рівне : Видав. дім «Гельветика», 2004. № 1. С. 53-58.

40. Мороз О. Формування міжособистісних взаємин дітей на етапі переходу від старшого дошкільного до молодшого шкільного віку (в умовах навчально-виховного комплексу «школа-дитячий садок») : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2011. 23 с.

41. Олійник Л. Як допомогти школярам підвищити самооцінку. *Шкільний світ*. 2011, № 40, С. 8-9

42. Онуфрієва Л. А. Самооцінка як складова Я-концепції майбутніх фахівців соціономічних професій. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*. №22. 2013. С. 66.

43. Орлова О. Особистісне самовдосконалення учня основної школи: аналіз категорій та понять. *Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету*. №1. 2020. С. 32-36.

44. Полин А. Р. Казкотерапія як метод корекції самооцінки молодших школярів. *Особистісне зростання: теорія і практика: Збірник наукових праць за матеріалами IV Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції* (м. Житомир, 21 квітня 2020 р.). М-во освіти і науки України, Житомирський державний університет імені Івана Франка, соц.-псих. факультет. Житомир, Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2020. С. 270-272.

45. Прохоренко Л. І. Психологічні особливості прояву самооцінки у молодших школярів із затримкою психічного розвитку. *Молодий вчений*. №1 (04). 2014. С. 118-122.

46. Семигіна Т., Н.Романова, О. Белишев. Самооцінка молоді щодо здоров'я та способу життя. *Вісник Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту*. №3. 2010. С. 139-149.

47. Серебрякова О. Психологічні особливості формування адекватної самооцінки молодших школярів. *Current Trends of Development of World Psychological Practice : Materials of the 1st International scientific-practical conference of young scientists* (17–18th April, 2014, Kryvyi Rih, Ukraine). Kryvyi Rih : Roman Kozlov, publisher, 2014. С. 133

48. Сидоренко О. Б. Самооцінка як фактор психічного здоров'я та емоційного благополуччя молодшого школяра. *Актуальні проблеми збереження психологічного здоров'я підростаючого покоління: матеріали Всеукраїнських психолого-педагогічних Демиденківських читань*. Бердянськ: БДПУ, 2013. С. 43–45.

49. Сошенко С. М., В. В. Кірічко. Вплив дорослих на формування самооцінки молодших школярів. *Матеріали конференції XVII Міжнародна науково-практична конференція «Ідеї академіка В. І. Вернадського та проблеми сталого розвитку освіти і науки»*. Кременчук: КрНУ, 2017. С. 52.

50. Співак Л. М. Діагностика і корекція «Я-концепції» молодших школярів з низьким рівнем навчальних досягнень : навч. посіб. для студентів вузів. Вид. 2-е, допов. Київ : Каравела, 2011. 223 с.
51. Філатенко І. О. Результати дослідження формування оптимальної самооцінки молодших школярів. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету Україна*. №6. 2012. С. 162-167.
52. Хвостик А. Формування самооцінки учнів початкової школи. *Моделі життєтворчості у сучасних соціокультурних контекстах : матеріали доп. наук.-практ. on-line конф. для студ., аспірантів, викл., учителів шк., вихователів ЗДО*, Харків, 10 листоп. 2023 р. / Харків нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди. Харків, 2023. С. 88.
53. Хомич І. С. Самооцінка дитини молодшого шкільного віку як передумова забезпечення контролю за діяльністю з точки зору нормативних критеріїв. *Психологія: реальність і перспективи*. №8. 2017. С. 291-295.
54. Чайкіна С. В. Особливості формування самооцінки молодших школярів. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. №2. 2013. С. 223-230.
55. Державний стандарт початкової освіти від 21 лютого 2018 р. № 87. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/688-2019-%D0%BF#Text>
56. Шилкунова З. І. Педагогічні умови формування конструктивного ставлення до себе у молодших школярів у процесі навчальної діяльності : автореферат дисертації на соискание ученой степени канд. пед. наук : 13.00.09 – теорія навчання; Харківський національний педагогічний університет імені Г.С.Сковороди (Харьков). Х. : ХДПУ, 2005. 20 с.
57. Шматок І. О. Рівень домагань і самооцінка у підлітковому та юнацькому віці. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. №3. 2013. С. 58-65.
58. Шпифурак В., Л. Гринькова, О. Гринькова. Психологічні умови формування адекватної самооцінки у молодших школярів. *Modern Information Technologies and Innovation Methodologies of Education in Professional Training Methodology Theory Experience Problems*. №52. 2018. С. 125-128.

59. Яковлєва Д. В. Розвиток самооцінки молодшого школяра: умови та прийоми формування. *Збірник доповідей Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції, присвяченої 120-річчю з Дня народження Еріка Еріксона*, 2023. С. 295.

60. Baron R. The Control of Human Agression. A strategy Based on Sncompatible Responses Agression. *The Theoretical and Empirical Reviews*. 2019. P. 85-125.



## ДОДАТКИ

### Додаток А

#### Методика діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейн

Будь-яка людина оцінює свої здібності, можливості, характер та ін. Рівень розвитку кожної якості, сторони людської особистості можна умовно зобразити вертикальною лінією, нижня точка якої символізуватиме найнижчий розвиток, а верхня - найвище.

Прізвище, ім. 'я \_\_\_\_\_  
 Вік \_\_\_\_\_  
 Клас \_\_\_\_\_

<b>Здоров'я</b>	<b>Розум і здібності</b>	<b>Характер</b>	<b>Авторитет у ровесників</b>	<b>Уміння багато чого робити своїми руками</b>	<b>Зовнішність</b>	<b>Упевненість у собі</b>

Вони позначають:

- 1) здоров'я;
- 2) розум, здібності;
- 3) характер;
- 4) авторитет у однолітків;
- 5) уміння багато робити своїми руками, умілі руки;
- 6) зовнішність;
- 7) впевненість у собі.

На кожній лінії рисою (-) відзначте, як ви оцінюєте розвиток у себе цієї якості в даний момент часу. Після цього хрестиком (x) відзначте, при якому рівні розвитку цих якостей ви були б задоволені собою або відчули гордість за себе.

Методика може проводитися як фронтально - з цілим класом (або групою), так і індивідуально. При фронтальній роботі необхідно перевірити, як кожен учень заповнив першу шкалу. Треба переконатися, чи правильно застосовуються запропоновані значки, відповіді на питання. Після цього випробовуваний працює самостійно. Час, що відводиться на заповнення шкали разом з читанням інструкції, 10-12 хв.

#### Обробка результатів

Розміри кожної шкали 100 мм, відповідно до цього відповіді школярів отримують кількісну характеристику (напр., 54 мм = 54 балам).

Кількість балів від 45 до 74 ("середня" і "висока" самооцінка) засвідчують реалістичну (адекватну) самооцінку. Кількість балів від 75 до 100 і вище свідчить про завищену самооцінку і вказує на певні відхилення у формуванні особистості. Завищена самооцінка може підтверджувати особистісну незрілість, невміння правильно оцінити результати своєї діяльності, порівнювати себе з іншими; така самооцінка може вказувати на істотні спотворення у формуванні особистості - "закритості для досвіду", нечутливості до своїх помилок, невдач, зауважень та оцінками оточуючих. Кількість балів нижче 45 вказує на занижену самооцінку (недооцінку себе) і свідчить про крайнє не благополуччя в розвитку особистості.

Ігри для розвитку самооцінки та  
емоційної компетентності

**Гра «Моя суперсила»**

Мета: Розвиток позитивної самооцінки, усвідомлення власних сильних сторін.

Інструкція: Кожен учасник по черзі називає одну свою сильну сторону або те, в чому він/вона вважає себе особливим/особливою (наприклад, «Я можу слухати людей», «Я швидко знаходжу рішення», «Я добрий друг»).

Після того як один учасник озвучить свою «суперсилу», інші діти можуть додавати свої спостереження або підтвердження (наприклад, «Я помітила, що ти завжди допомагаєш у групі, це твоя суперсила!»).

Важливо, щоб діти могли побачити свої сильні сторони через спостереження за ними іншими.

Ефект: Це допомагає дітям розвивати позитивну самооцінку та прийняття себе, адже вони вчаться визнавати та висловлювати свої переваги, а також отримують схвалення та підтримку від однолітків.

**Гра «Емоційна кольорова палітра»**

Мета: Розвиток емоційної компетентності, вміння визначати та виражати свої емоції.

Інструкція:

Педагог підготував картки з різними емоціями (радість, сум, здивування, гнів, сором тощо) у вигляді кольорів.



Дітям дається завдання: уявити ситуацію, де вони можуть відчути ту чи іншу емоцію, і вибрати відповідний колір, який передає їхнє відчуття.

Кожна дитина по черзі ділиться своїм вибором і пояснює, чому саме цей колір відповідає її емоції.

Ефект: гра допомагає дітям розвивати навички емоційного самопізнання та вміння описувати власні почуття, що позитивно впливає на розвиток адекватної самооцінки.

## Додаток В

Методики самопізнання (рефлексії) через завдання для оцінки своїх досягнень:

***Завдання «Моя перемога»***

Мета: Розвиток рефлексії, усвідомлення досягнень і важливості зусиль.

Інструкція: Педагог пропонує учням згадати нещодавню ситуацію, коли вони досягли успіху (наприклад, здали контрольну роботу, допомогли однокласнику або успішно виконали складне завдання).

Кожна дитина повинна відповісти на кілька запитань:

-Що саме стало твоєю перемогою?

-Які зусилля ти зробив для цього?

-Як ти почувався/почувалася, коли досягнув/досягла цього результату?

-Що б ти зробив/зробила, щоб досягти ще кращих результатів наступного разу?

Після цього діти можуть поділитися своїми відповідями з групою, а педагог заохочує їх звернути увагу на позитивні аспекти ситуації.

Ефект: Це завдання допомагає дітям усвідомити, що їхні успіхи — це результат зусиль, а не просто везіння. Завдяки цьому діти починають більше цінувати свої досягнення та вчаться реалістично оцінювати власні можливості.

***Завдання «Що я зробив добре?»***

Мета: Розвиток самооцінки, рефлексія над власними досягненнями.

Інструкція: В кінці тижня або після уроку педагог пропонує кожній дитині заповнити невеликий листок, на якому вони мають записати:

-Що я зробив добре цього тижня (на уроці, під час виконання домашнього завдання, в іграх з друзями)?

-За що я можу себе похвалити?

-Які кроки я зробив для того, щоб досягти цього результату?

Діти можуть також написати, чого їм не вистачило для досягнення кращого результату, і подумати, що вони можуть покращити наступного разу.

Ефект: Це завдання допомагає дітям зосередитись на своїх сильних сторонах і досягненнях, підвищує їхню самооцінку, адже вони фокусуються на тому, що їм вдалося зробити добре, і стають більш свідомими своїх можливостей.

### ***Вправа «Похвала за кожен крок»***

Мета: Підвищення самооцінки, розвиток позитивного ставлення до своїх зусиль.

Інструкція: Кожна дитина має завдання, яке вимагає декількох етапів виконання (наприклад, складання пазла, написання невеликої розповіді або виконання творчого завдання).

Кожен етап роботи оцінюється позитивно: навіть якщо завдання ще не виконано повністю, дитина отримує похвалу за кожен крок (наприклад: «Ти чудово почав завдання!», «Ти робиш великі зусилля, продовжуй так!»).

Педагог активно підкреслює важливість процесу, а не тільки результату.

Ефект: Завдяки акценту на процесі і зусиллях, діти вчаться цінувати свої спроби та покращують свою самооцінку, навіть коли результат ще не ідеальний.

## **Конспект уроку з інтегрованого курсу «Я досліджую світ» у 4 класі із застосуванням методики позитивного підкріплення та зворотного зв'язку**

**Тема.** Чому печінку називають фільтром організму?

**Мета:**

**навчальна:** поглибити знання дітей про печінку, її функції; дослідити, від чого залежить здоров'я печінки, що для печінки корисно, а що — ні; розширити уявлення про збалансоване харчування як один із головних факторів здоров'я людини;

**розвивальна:** розвивати самостійне мислення, вміння досліджувати, уяву, доказове та зв'язне мовлення, пам'ять, увагу, критичне мислення, навички вільного спілкування;

**виховна:** виховувати відповідальне ставлення до свого здоров'я, спонукати вести здоровий спосіб життя, заохочувати до співпраці та самостійності через позитивне підкріплення.

**Обладнання:** підручник Я досліджую світ 4 клас О. Волощенко, О. Козак, Г. Остапенко (с.84-85), мультимедійна презентація.

**Хід уроку**

### **I. ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ МОМЕНТ**

Посміхніться самі до себе, до мене, подаруйте посмішку один одному. Бачу, що у вас усе гаразд. Сподіваюся на такий настрій протягом уроку. Тим паче, що посмішка — це головна умова успіху, коли йдеш у гості або зустрічаєш гостей. Отже, ви готові розпочати роботу?

### **II. АКТУАЛІЗАЦІЯ ОПОРНИХ ЗНАНЬ**

-Яка зараз пора року?

-Який місяць?

-Яке сьогодні число?

-Яким було небо вранці?

-Чи були якісь опади?

- Які системи органів людини ви знаєте? (нервова, дихальна, опорно-рухова, кровоносна, сечовидільна і система органів чуття)

### **Методика позитивного підкріплення:**

1. **Похвала за швидкі відповіді:** Якщо учні активно відповідають на запитання, вчитель хвалить: "Чудово, ви всі дуже уважні до деталей! Правильно, зараз осінь і ми вже в листопаді."

2. **Заохочення за участь:** Якщо учні відповідають на запитання про системи органів, навіть якщо частково, важливо підкреслити їх старання: "Ти добре пам'ятаєш, що є нервова і дихальна системи, молодець! Ми трохи пізніше згадаємо й інші системи."

## **ІІІ. МОТИВАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

### *1. Вправа "Збери вислів"*

Виконайте дії, зберіть і прочитайте вислів.(слайд 2)

(Брат + и) + (заєць – єць) + (печиво – иво + інки) = ? (Брати за печінки)

Чи знаєте ви, що означає цей вислів? Поясніть. (Злити когось, дошкуляти)

### **Методика позитивного підкріплення:**

1. **Похвала за інтерпретацію вислову:** "Ви гарно міркуєте, цей вислів дійсно означає, коли щось нам дошкуляє. Це пов'язано з тим, що печінка має дуже важливе завдання – очищувати організм!"

2. **Зворотний зв'язок:** Якщо учні не знають відповідь, вчитель може підбадьорити їх: "Нічого страшного, ми ще дізнаємося про печінку більше, і вам все стане зрозуміло!"



## 2. Вправа “5 слів”

Як ви гадаєте, чому саме цей вислів зашифрували?

Пригадайте, що ми вже знаємо про печінку. Запишіть 5 слів, що запам'ятали з попередніх уроків. Прокоментуйте свій вибір.

### Методика позитивного підкріплення:

1. **Індивідуальна підтримка:** Кожен учень, який поділиться своїми словами, отримує позитивний зворотний зв'язок: "Ти пригадав слово 'фільтр', це дуже важливо! Печінка дійсно фільтрує шкідливі речовини."

2. **Групова підтримка:** Учні, які не змогли пригадати 5 слів, можуть працювати в парах або групах. Учитель заохочує співпрацю: "Молодці, коли допомагаєте один одному – так швидше і легше запам'ятати!"

## IV. ВИВЧЕННЯ НОВОГО МАТЕРІАЛУ

### Робота з підручником. Бесіда

- Розгорніть підручник на сторінці 85. Розгляньте зображення продуктів. Знайдіть серед них ті, які, на вашу думку, шкодять печінці. Чому?



Перевіримо правильність ваших міркувань. Прочитаймо інформацію, подану на с. 85

### **Методика позитивного підкріплення та зворотного зв'язку:**

1. **Похвала за логічні висновки:** Учні, які правильно назвали шкідливі продукти (наприклад, солодощі, фастфуд), отримують схвалення: "Правильно, Олю, надмір солодощів дійсно шкодить печінці!"

2. **Конструктивний зворотний зв'язок:** Якщо учень неправильно назвав продукт, вчитель допомагає виправити: "Ти сказав, що яблука шкодять печінці. Але багато хто каже, що яблука корисні. Давай разом подумасмо, чому вони можуть бути шкідливими або корисними."

*Довідничок: Печінка — теж фільтр, який безупинно очищує кров від шкідливих для організму речовин. Цей орган або перетворює їх на безпечні, або руйнує.*

*Але наша печінка теж вразлива. Надмір солодощів, газовані напої, фастфуд та продукти, що містять хімічні барвники й ароматизатори, перевантажують її. Тож варто вживати менше такої їжі.*

-Які з зображених продуктів споживаєте ви?

-Який висновок ви для себе зробили, коли прочитали інформацію у довідничку?

*Перегляд відео "Що потрібно печінці?"*

Перегляньмо відео і дізнаймося, що потрібно печінці, щоб бути здоровою?

<https://youtu.be/XLKhOoNIUIE>

-Які нові факти про печінку ви дізналися?

### Методика позитивного підкріплення:

- **Похвала за активне слухання:** Учні, які поділилися новою інформацією, отримують позитивний зворотний зв'язок: "Дуже добре, ти помітив, що печінка потребує правильного харчування і фізичної активності. Це важливі факти!"

**ФІЗКУЛЬТХВИЛИНКА** <https://youtu.be/vGAkqpIzPI0>

### V. ЗАКРІПЛЕННЯ ВИВЧЕНОГО МАТЕРІАЛУ

#### Вправа 1

Бути здоровою печінці допомагає вітамін В6. Відшукайте у таблиці 8 назв продуктів, багатих на цей вітамін. (слайд 3) ( банан, соя, фісташки, хліб, квасоля, рис, лосось, пшоно)

С	О	Б	А	Н	А	Н	Ь	П	Е	К
О	Х	Б	Т	А	Н	И	П	Ш	Р	Е
Я	Л	О	С	О	С	Ь	Р	О	Щ	Ц
Ф	І	С	Т	А	Ш	К	И	Н	С	Й
А	Б	Р	И	К	В	А	С	О	Л	Я

#### Вправа 2

Складіть з літер слова і прочитайте, що корисне для печінки можна робити щодня. (слайд 4) (качати прес)



### VI. ПІДСУМОК

#### Вправа "Сенкан"

Складіть сенкан до слова “Печінка”. (слайд 5)

1 рядок – слово, яке позначає тему (іменник)

2 рядок – це опис теми, який складається з 2 слів (два прикметника)

3 рядок – дія, пов’язана з темою, складається з 3 слів (це дієслова).

4 рядок є фразою, яка складається з чотирьох слів і висловлює ставлення до теми, почуття з приводу обговорюваного.

5 рядок – це одне слово — синонім до першого слова, в ньому висловлюється сутність теми, ніби робиться підсумок.

***Зразок сенкану:***

*Печінка*

*Велика, червоно-коричнева*

*Перетворює, захищає, відновлюється*

*Печінка — важливий орган людини.*

*Здоров’я*

**Методика позитивного підкріплення:**

1. **Індивідуальна похвала за творчість:** Учитель хвалить учнів за їхні творчі сенкани: "Мені дуже сподобався твій сенкан, Лізо! Ти описала печінку як захисника нашого організму, це дуже влучно!"

2. **Заохочення за спроби:** Якщо учням важко скласти сенкан, вчитель підтримує їх, надаючи підказки: "Не хвилюйся, ти зможеш, давай почнемо з першого слова. Яке слово описує печінку?"

## **VII. ДОМАШНЄ ЗАВДАННЯ**

С. 85 підручника читати. Сформулювати правила, щодо збереження здоров’я своєї печінки.

## **VII. РЕФЛЕКСІЯ**

Учні знаходять навколо себе предмети певного кольору і показують їх: чорний колір означає, що урок не сподобався, був не цікавий, жовтий – посередньо і зелений – було цікаво, пізнавально.

### **Методика позитивного підкріплення:**

- **Підтримка і підсумки:** Учитель підбиває підсумки уроку, надаючи позитивний зворотний зв'язок усім: "Бачу, що більшість обрали зелений колір, значить урок вам сподобався! Ви сьогодні всі були активні й уважні, молодці!"

### **Конспект уроку математики у 4 класі із застосуванням методики позитивного підкріплення та зворотного зв'язку.**

**Тема.** Ділення на двоцифрове число способом округлення. Кругові діаграми. Порівняння виразів. Розв'язування задач

#### **Мета:**

**навчальна:** розширити знання про ділення на двоцифрове число способом округлення;

**розвивальна:** розвивати логічне мислення, увагу, пам'ять;

**виховна:** виховувати інтерес до математики, старанність, охайність, самостійність учнів.

**Обладнання:** підручник Математика (Заїка, Тарнавська) 4 клас, роздатковий матеріал – кругова діаграма із завданням.

#### **Хід уроку**

##### **I. Організаційний момент.**

Всі почули вже дзвінок.

Він покликав на урок,

Кожен з нас приготувався,

На перерві постарався.

Зараз сядуть лиш дівчатка,

А за ними – і хлоп'ятка.

## II. Контроль, корекція та закріплення знань учнів.

### 1. Перевірка домашнього завдання

1. С. 80. № 422. Назвіть результати обчислень.

2. С. 80. № 423.

### Методика позитивного підкріплення:

- **Похвала за правильні відповіді:** "Дуже добре, ти правильно назвав результат! Відчувається, що ти працював вдома, молодець!"

### 2. Усні обчислення

$$? - 66 = 27$$

$$15 + ? = 34$$

$$? - 75 = 15$$

### Методика позитивного підкріплення:

- **Підтримка швидких відповідей:** "Бачу, ти відповідаєш дуже швидко! Це добре, що ти так впевнено розв'язуєш приклади!"
- **Підбадьорення для тих, хто вагається:** "Ти все правильно робиш, подумай ще трошки – ти точно зможеш!"

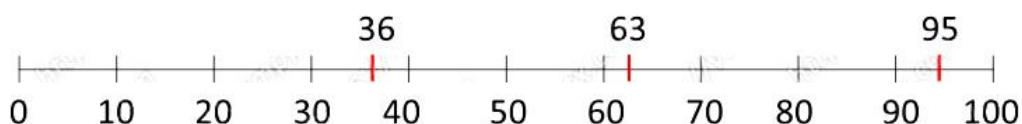
## III. Опрацювання нового матеріалу.

## 1. Підготовка до вивчення нового матеріалу

### 1.1 Актуалізація опорних знань

С. 81. № 425

А) кожне число натурального ряду має найближчі круглі числа, між якими воно розташоване. Наприклад число 95 має найближчі круглі числа: 90 і 100.



Назви і запиши круглі числа, між якими на числовому промені розміщені числа 36, 63.

Відповідь: 30 40 50 60 70

### Методика позитивного підкріплення:

- **Похвала за правильні відповіді:** "Ви правильно назвали числа! Тепер бачимо, як важливо вміти швидко округлювати."
- **Підтримка при помилках:** Якщо учень помиляється, учитель може сказати: "Гарна спроба, давай ще раз розглянемо ряд чисел. Маєш правильний хід думок, поміркуй ще трішки!"

### 2.2 Повідомлення теми і мети уроку

Сьогодні на уроці ми повторимо ділення на двоцифрове число способом округлення та продовжимо роботу над задачами.

## 2. Вивчення нового матеріалу

### 1. Робота в групах

С. 81 №426

Користуючись правилами округлення чисел, поясни записи.

$$54 \approx 50$$

$$322 \approx 320$$

$$322 \approx 300$$

$$29 \approx 30$$

$$288 \approx 290$$

$$288 \approx 300$$

Методика позитивного підкріплення:

- **Заохочення за роботу в групах:** "Чудово! Бачу, ви добре співпрацюєте, кожен допомагає один одному!"
- **Індивідуальна похвала:** "Ти правильно пояснив, чому округлив число до 60. Дуже гарне мислення!"

2. с.81 №427

Прочитайте пояснення ділення із застосуванням округлення.

$$294 : 49 = \square$$

$$\begin{array}{r} 294 \quad | \quad 49 \\ \underline{294} \quad | \quad 6 \\ 0 \end{array}$$

$294 : 49 = 6$

- 1) Округлюю ділене до сотень:  $294 \approx 300$ ; дільник округлюю до десятків:  $49 \approx 50$  (усно).
- 2) Припускаю, якою може бути частка.  $300 : 50 = 6$ , 6 — пробна цифра частки.
- 3) Перевіряю, чи підходить ця частка.  $49 \cdot 6 = 40 \cdot 6 + 9 \cdot 6 = 240 + 54 = 294$
- 4) Отже, частка — число 6.

3.

Розв'язування

задачі

Для виготовлення мельхіорових ложок, виделок і ножів використовують сплав з міді, цинку й нікелю.  
За круговою діаграмою визнач, скільки грамів кожного металу міститься в трьох наборах, що складаються з ножа, виделки, столової і чайної ложок.



Ложка — 86г    Чайна ложка — 42г    Ніж — 118г    Виделка — 70г



$$1) \quad 86 + 70 + 42 + 118 = 316(\text{г}) \text{ один набір};$$

$$2) \quad 316 \cdot 3 = 948(\text{г}) \text{ три набори};$$

$$3) \quad 948 : 2 \cdot 1 = 474(\text{г}) \text{ міді};$$

$$4) \quad 948 : 4 \cdot 1 = 237(\text{г}) \text{ цинку або нікелю};$$

*Відповідь: міді 474 г, цинку 237 г, нікелю 237 г.*

### 3. Первинне закріплення

1. Порівняйте значення виразів:

$$\begin{array}{l} 48 \cdot 9 \text{ і } 48 \cdot 10 \\ 53 \cdot 12 \text{ і } 53 \cdot 11 \end{array}$$

$$\begin{array}{l} 350 + 240 \text{ і } 349 + 239 \\ 350 - 240 \text{ і } 349 - 239 \end{array}$$

$$\begin{array}{l} 392 : 49 \text{ і } 392 : 8 \\ 240 : 48 \text{ і } 240 : 120 \end{array}$$



### Фізкультхвилинка

### IV. Закріплення та узагальнення знань.

Вторинне закріплення.

1. Робота з підручником. С. 82. № 430. Розв'яжіть

$$472 : 59 \quad 348 : 58 \quad 423 : 47$$

$$\begin{array}{r} 472 \overline{)59} \\ 472 \quad \underline{0} \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 348 \overline{)58} \\ 348 \quad \underline{0} \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 423 \overline{)47} \\ 423 \quad \underline{0} \end{array}$$

рівняння.

2. На діаграмі зображено співвідношення кількості дерев у садовому господарстві.



Дайте відповіді на запитання:

Яких дерев найбільше? (Яблунь)

Яких однаково? (Слив та груш)

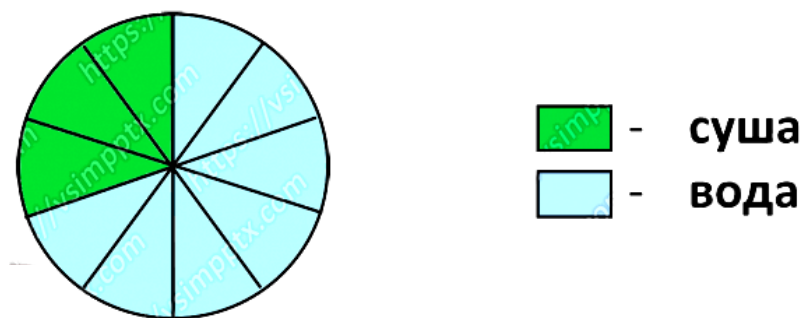
Яких найменше? (Черешень)

### Методика позитивного підкріплення:

- **Похвала за уважність:** "Чудово! Ти правильно визначив, що яблунь найбільше! Гарна спостережливість!"
- **Конструктивний зворотний зв'язок:** "Ти на правильному шляху, давай ще раз подивимось на кількість черешень. Чи впевнений ти, що їх більше, ніж груш?"

### 3. Робота з роздатковим матеріалом

Суша займає  $\frac{3}{10}$  поверхні планети Земля, а вода  $\frac{7}{10}$ . Розфарбуйте частину круга так, щоб проілюструвати подану інформацію.



### 2. Домашнє завдання

С. 82 №433

С. 82. № 434

## **2. Підсумок уроку.**

### *Рефлексія*

Учні дістають зі своїх пеналів кольорові олівці відповідно до їх успіхів на уроці.

Жовтий олівець – я хотів/хотіла все робити, але щось не вдалось;

Блакитний – я все зробив/зробила, але не одразу;

Червоний – я не хотів/не хотіла працювати;

Зелений – я все зробила/зробив;

Фіолетовий – все було просто.

### **Методика позитивного підкріплення:**

1. **Підтримка учнів із жовтими олівцями:** "Ти гарно старався! Трохи ще практики, і все вийде!"

2. **Похвала учнів із зеленими та фіолетовими олівцями:** "Ти сьогодні працював просто чудово! Всі завдання виконані на відмінно, ти справжній молодець!"