



ПОЧАТКОВА ОСВІТА

УДК 37.03

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.15376101>

Психолого-педагогічні підходи до підтримування емоційного благополуччя учнів початкових класів в умовах цифрового навчання

Красюк Людмила Василівна,

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки, теорії і методики початкової освіти Університету Григорія Сковороди в Переяславі, м. Переяслав, Україна, <https://orcid.org/0000-0003-1403-006X>

Четаєва Людмила Петрівна,

старший викладач кафедри інформатики Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради, м. Харків, Україна, <https://orcid.org/0000-0002-8581-4956>

Шевчук Ірина Василівна,

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фахових методик та інноваційних технологій у початковій школі Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, м. Умань, Україна, <https://orcid.org/0000-0001-9507-6048>

Прийнято: 26.04.2025 | Опубліковано: 09.05.2025

Анотація: Метою дослідження є визначення ефективних стратегій створення комфортного психологічного середовища для молодших школярів під час дистанційного навчання. У статті аналізуються основні виклики, з



якими стикаються учасники освітнього процесу, такі як тривала робота за екраном, зменшення живого спілкування, підвищене когнітивне навантаження та труднощі в саморегуляції освітньої діяльності. Розглядаються підходи, спрямовані на збереження ментального здоров'я учнів та розвиток їхньої стресостійкості. **Методи** дослідження охоплюють теоретичний аналіз наукових джерел, спостереження, узагальнення та порівняльний аналіз педагогічних технологій. Визначено чинники, що сприяють адаптації школярів до цифрової освіти, зокрема поєднання інтерактивних методик, організація психологічної підтримки та індивідуалізований підхід. **Результати** дослідження демонструють, що створення сприятливого освітнього середовища можливе за умови впровадження адаптивних технологій навчання, налагодження комунікації між усіма учасниками освітнього процесу та формування навичок саморегуляції. Використання елементів гейміфікації, кооперативного навчання й методів рефлексії сприяє зниженню рівня стресу та підвищенню мотивації учнів. Підкреслено необхідність комплексного підходу до організації цифрової освіти, що охоплює професійну підготовку педагогів, інтеграцію методик соціально-емоційного розвитку та підтримку психоемоційного стану здобувачів через гнучку організацію освітнього процесу. **У висновках** дослідження підсумовано, що інтеграція сучасних педагогічних технологій і психологічних підходів дає змогу створити більш комфортне середовище для навчання, яке підтримує емоційний та психологічний стан здобувачів. Це забезпечує не лише ефективне навчання, а й формує в дітей навички адаптації до умов цифрової освіти, що є критично важливим для їхнього майбутнього розвитку.

Ключові слова: дистанційне навчання, когнітивне навантаження, ментальне здоров'я, соціалізація, освітнє середовище, саморегуляція,



навчальна мотивація, молодші школярі, освітній процес, емоційне благополуччя.

Psychological and Pedagogical Approaches to Supporting the Emotional Well-being of Primary School Students in the Context of Digital Learning

Liudmyla Krasiuk,

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Pedagogy, Theory and Methods of Primary Education of the Hryhorii Skovoroda University in Pereiaslav, Pereyaslav, Ukraine,
<https://orcid.org/0000-0003-1403-006X>

Lyudmila Chetaieva,

Senior Lecturer of the Department of Informatics of the Municipal Establishment “Kharkiv Humanitarian-Pedagogical Academy” of Kharkiv Regional Council, Kharkiv, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0002-8581-4956>

Iryna Shevchuk,

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Professional Methods and Innovative Technologies in Primary School of the Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University, Uman, Ukraine,
<https://orcid.org/0000-0001-9507-6048>

***Abstract:** The aim of the study is to identify effective strategies for creating a comfortable psychological environment for primary school students in distance learning. The article analyzes the main challenges faced by participants in the educational process, such as prolonged screen time, reduced live communication,*



increased cognitive load, and difficulties in self-regulation of learning activities. Approaches aimed at preserving students' mental health and developing their stress resistance are considered. **The research** methods include theoretical analysis of scientific sources, observation, generalization and comparative analysis of pedagogical technologies. Factors contributing to the adaptation of schoolchildren to digital education have been identified, in particular, a combination of interactive methods, the organization of psychological support and an individualized approach. **The results** of the study demonstrate that the creation of a favorable educational environment is possible provided that adaptive learning technologies are introduced, communication is established between all participants in the educational process and the formation of self-regulation skills. The use of elements of gamification, cooperative learning and reflection methods helps to reduce stress levels and increase student motivation. The need for a comprehensive approach to the organization of digital education is emphasized, which includes professional training of teachers, the integration of methods of socio-emotional development and support for the psycho-emotional state of students through flexible organization of the educational process. **The conclusions** of the study summarize that the integration of modern pedagogical technologies and psychological approaches allows creating a more comfortable learning environment that supports the emotional and psychological state of students. This not only ensures effective learning, but also develops children's skills to adapt to the conditions of digital education, which is critically important for their future development.

Keywords: online learning, cognitive load, mental health, socialization, educational environment, self-regulation, learning motivation, junior schoolchildren, educational process, emotional well-being.

Постановка проблеми. Сучасний розвиток цифрових технологій значно вплинув на всі сфери життя, зокрема й на освіту. Запровадження



онлайн-навчання в початковій школі створює як нові можливості, так і суттєві виклики для учасників освітнього процесу. Одним із важливих аспектів є забезпечення емоційного благополуччя здобувачів освіти молодшого шкільного віку, яке має вирішальне значення для їхнього когнітивного розвитку, мотивації до навчання та соціалізації.

Перехід на дистанційні та змішані форми навчання супроводжується змінами у форматах взаємодії між здобувачами освіти та педагогами, що може призводити до зниження рівня соціальної інтеграції, підвищення тривожності та когнітивного перевантаження. Відсутність належної психологічної підтримки та адаптивних навчальних стратегій може негативно позначитися на психоемоційному стані учнів, формуванні їхніх навичок саморегуляції та ефективності освітнього процесу загалом.

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю розроблення ефективних психолого-педагогічних підходів, які дозволять мінімізувати негативні наслідки цифрового навчання для емоційного стану молодших школярів. Важливо дослідити, які методи й стратегії сприяють створенню комфортного освітнього середовища, розвитку стійкості до стресу та формуванню навичок адаптації до цифрового простору.

Отже, визначення оптимальних підходів до підтримування емоційного благополуччя здобувачів освіти початкових класів в умовах цифрового навчання має важливе значення для розроблення сучасних педагогічних практик та освітніх політик.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Обрана проблематика перебуває у фокусі наукової уваги багатьох українських і зарубіжних дослідників. Зокрема, Г. Козуб, Я. Шинкаренко та В. Козуб аналізують можливості використання гейміфікації в освітньому процесі через інтеграцію платформи Classcraft. Учені доводять, що елементи гри можуть підвищити мотивацію здобувачів освіти. [1].



Науковці В. Гнатюк, Н. Щербакова, Г. Різак акцентують на екологічній освіті та формуванні екологічної свідомості. Автори детально аналізують інноваційні підходи до викладання екологічної тематики [2].

Дослідники А. Лазарева, Ю. Сікора, О. Задоріна, Г. Різак, В. Камінський (A. Lazareva, Y. Sikora, O. Zadorina, G. Rizak, V. Kaminsky) розглядають адаптацію освітніх програм до сучасного цифрового суспільства України. Учені підкреслюють необхідність цифровізації освіти [3].

Робота О. Саган та Л. Пермінової присвячена трансформації функцій педагога початкових класів у змішаному та дистанційному навчанні. Авторки зазначають, що сучасні педагоги мають адаптуватися до нових технологічних викликів [4].

Модель психологічної підтримки емоційного благополуччя та корекції емоційної сфери першокласників на основі розширення їхнього досвіду креативного вираження переживань пропонує О. Гордова [5]. Науковиця розглядає підходи до вивчення емоційного благополуччя / неблагополуччя в контексті розвитку особистості дитини.

Дослідження Ю. Линника та Л. Вольнової присвячене психолого-педагогічним особливостям використання конструктора інтерактивних уроків Nearpod у початковій школі. Науковці доводять, що інтерактивні методи навчання підвищують рівень залученості здобувачів освіти, однак потребують додаткової підготовки педагогів для їх ефективного застосування [6].

Автори І. Гриценко та А. Одінченко досліджують персоналізоване навчання молодших школярів у кризових умовах. Вони підкреслюють важливість індивідуального підходу, але не розглядають детально методи оцінювання ефективності таких програм [7].

Учені О. Матвієнко та Т. Олефіренко (O. Matviienko, T. Olefirenko) [8] наголошують на значущості підтримки емоційного благополуччя дітей і педагогів у контексті військової агресії. Дослідники обґрунтовано



підкреслюють, що емоції відіграють важливу роль у формуванні особистості та забезпеченні психічного здоров'я молодого покоління. Окрім аналізу особливостей емоційного розвитку в дитячому віці, важливо зосередитися на факторах, що сприяють або, навпаки, ускладнюють гармонійний розвиток емоційної сфери дитини.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Сучасні дослідження охоплюють широкий спектр питань, пов'язаних із цифровою трансформацією освіти, проте залишається низка нерозв'язаних аспектів щодо підтримки емоційного благополуччя молодших школярів у цифровому навчанні. Попри активну інтеграцію технологій, комплексні стратегії психологічного комфорту дітей недостатньо опрацьовані. Виклики створюють технічне забезпечення, цифрова компетентність педагогів і доступ до якісного інтернету. Недостатньо досліджено роль взаємодії між педагогами, батьками та іншими учасниками освітнього процесу.

Це дослідження спрямоване на аналіз ефективних психолого-педагогічних методик для зниження стресу та підвищення мотивації в онлайн-навчанні. Особливу увагу приділено практичним підходам до співпраці педагогів і батьків для розробки рекомендацій щодо ефективного використання цифрових інструментів, що сприятиме психологічному комфорту дітей та їхній адаптації до освітніх змін.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Метою статті є дослідження психолого-педагогічних підходів до забезпечення емоційного благополуччя здобувачів освіти початкових класів у контексті цифрового навчання, а також розроблення рекомендацій щодо ефективних методів збереження психоемоційного здоров'я здобувачів освіти в онлайн-середовищі.

Для досягнення цієї мети сформульовано такі завдання:



- 1) оцінити основні чинники, що впливають на емоційний стан учнів початкових класів у цифровому освітньому середовищі, зокрема проблеми соціалізації, стресових реакцій та адаптації до нового формату навчання;
- 2) розглянути психолого-педагогічні підходи та стратегії, які можуть бути ефективними для підтримування емоційного благополуччя здобувачів освіти в умовах дистанційного навчання, зокрема методи соціально-емоційного навчання та інтервенції, спрямовані на розвиток стресостійкості.

Виклад основного матеріалу дослідження. Аналіз способів організації освітньої діяльності здобувачів освіти з історичної перспективи засвідчує, що їх формування та еволюція зумовлені суспільно-історичними чинниками. Водночас жодна експериментальна освітня модель не змогла повністю відповідати запитам суспільства, що згодом призводило до втрати її актуальності.

Різноманітні освітні системи набували особливого розвитку під час інтенсивних періодів трансформації людства. Лише наприкінці ХХ століття гуманізація освітнього процесу, а також індивідуалізований і диференційований підходи, спрямовані на створення максимально сприятливих умов для розвитку та самореалізації особистості, виявлення та активне використання індивідуальних якостей здобувача освіти, стали визначальними векторами розвитку школи [9, с. 36].

У період карантинних обмежень та воєнного стану в країні було створено значний обсяг ресурсів для педагогів, розміщених у відкритому доступі. Впровадження нових вимог і нормативних інструкцій щодо дистанційного навчання, розроблення методичних рекомендацій для вчителів зумовили реорганізацію освітніх установ і формування оновлених стратегій розвитку шкіл та закладів післядипломної педагогічної освіти. У межах системи післядипломної освіти було запроваджено широкий спектр спеціалізованих курсів підвищення кваліфікації, спрямованих на



вдосконалення цифрової компетентності педагогів та ефективного використання цифрових технологій в освітньому процесі.

Цифрове навчання є важливим елементом сучасного освітнього середовища, яке виходить за межі простого використання інформаційно-комунікаційних технологій в освітньому процесі. Важливим аспектом цього підходу є технічне забезпечення закладів освіти, що безпосередньо впливає на якість освітнього процесу та реалізацію реформ, зокрема в межах проекту Нової української школи (далі – НУШ). Збільшення фінансування освітньої сфери сприяло забезпеченню рівного доступу до ресурсів для всіх шкіл незалежно від форми власності, що дозволило розвивати конкурентне середовище та вдосконалювати підходи до навчання.

Ці зміни також мають значний вплив на психолого-педагогічну підтримку емоційного благополуччя здобувачів освіти початкових класів у контексті цифрового навчання. Автономія шкіл та можливість адаптації освітнього середовища до індивідуальних потреб здобувачів освіти сприяють формуванню комфортного психологічного клімату. Водночас упровадження цифрових технологій вимагає розроблення методик, що враховують емоційні потреби дітей, запобігають перевантаженню та сприяють збереженню мотивації до навчання. В умовах посилюваної конкуренції між закладами освіти якість освітнього середовища, зокрема з погляду психологічної підтримки, є одним із важливих факторів їхньої успішності.

Для забезпечення емоційного благополуччя здобувачів освіти початкових класів у цифровому освітньому середовищі важливо використовувати практичні методи, які сприяють підтримці психологічного комфорту та розвитку емоційного інтелекту. Такий підхід передбачає врахування індивідуальних особливостей дітей, створення позитивного освітнього середовища та активне залучення педагогів і батьків до процесу емоційної підтримки [10, с. 66].



Практичні методи охоплюють організацію інтерактивних занять, що сприяють емоційній взаємодії між учнями, використання арттерапевтичних технік, таких як малювання, музика та театралізовані вправи, для вираження емоцій. Важливо застосовувати ігрові методи, які допомагають розвивати емоційну гнучкість і навички соціальної взаємодії. Рефлексивні практики, зокрема ведення емоційного щоденника, сприяють усвідомленню та аналізу дітьми власних почуттів. Важливу роль у цьому процесі відіграє використання цифрових ресурсів, зокрема спеціалізованих додатків для розвитку емоційної грамотності та медитаційних практик, які допомагають знижувати рівень стресу. Крім того, партнерська взаємодія в груповій роботі сприяє формуванню атмосфери довіри та підтримки серед учнів. Застосування цих методів не лише полегшує адаптацію дітей до цифрового освітнього середовища, а й зміцнює їхню емоційну стійкість, що є важливим чинником загального благополуччя.

Попри поступове зростання рівня цифрової компетентності педагогів, темпи цього процесу залишаються повільними, а спектр використовуваних цифрових ресурсів – обмеженим. Як і в попередні роки, більшість учителів не виявляє достатньої активності у створенні власних цифрових матеріалів та участі в заходах, спрямованих на підвищення обізнаності щодо безпечного використання технологій. Значна частина педагогів усе ще не володіє належними навичками захисту пристроїв і персональних даних.

Проблема підтримки та підвищення професійної спроможності педагогів залишається надзвичайно важливою, оскільки вони продовжують виявляти потребу в додаткових заходах сприяння з боку закладів освіти та держави. Особливо актуальним є питання відсутності часу для підготовки до онлайн-уроків та самостійного навчання, а також обмеженого матеріально-технічного забезпечення, що суттєво ускладнює ефективне впровадження дистанційного навчання [11, с. 67].



Психолого-педагогічний підхід до забезпечення емоційного благополуччя здобувачів освіти є важливим чинником у контексті цифрового навчання. У процесі трансформації освітнього середовища під впливом цифрових технологій особливо важливо враховувати психологічні та педагогічні аспекти, спрямовані на мінімізацію стресових факторів і формування сприятливих умов для емоційного розвитку здобувачів. У таблиці 1 систематизовано основні підходи до підтримки емоційного благополуччя здобувачів освіти початкових класів в умовах цифрового навчання.

Таблиця 1

Підходи до підтримки емоційного благополуччя здобувачів освіти початкових класів

Підхід	Опис	Приклад реалізації в умовах цифрового навчання
Підтримка емоційної стабільності	Використання психологічних методик для зменшення стресу та тривоги	Проведення психологічних тренінгів онлайн, використання медитацій для зниження тривожності у здобувачів
Взаємодія з батьками	Спільна робота вчителів і батьків для забезпечення емоційної підтримки	Організація регулярних онлайн-зустрічей із батьками для обговорення емоційного стану дітей та стратегії підтримки
Інтерактивність уроків	Створення емоційно позитивної атмосфери через інтерактивні елементи	Використання інтерактивних платформ, що дозволяють дітям активно брати участь в освітньому процесі
Емоційна підтримка через контент	Використання відео- та анімаційних матеріалів для емоційної підтримки	Перегляд відео з мотивувальними історіями та



		анімаціями, що підтримують позитивний емоційний настрій
Розвиток навичок самоусвідомлення	Формування в дітей здатності усвідомлювати та регулювати свої емоції	Віртуальні заняття з емоційного інтелекту, де здобувачі навчаються розпізнавати та обговорювати свої почуття

Джерело: власна розробка авторів

Забезпечення емоційного благополуччя здобувачів освіти початкових класів в умовах цифрового навчання є складним, проте надзвичайно важливим завданням. Ефективна підтримка учнів потребує врахування їхніх індивідуальних психологічних особливостей, а також специфіки цифрового освітнього середовища, яке може як провокувати стрес, так і сприяти розвитку емоційної грамотності. Психолого-педагогічні підходи, що застосовуються в цих умовах, спрямовані на мінімізацію негативних впливів та створення сприятливого освітнього середовища. Важливу роль у цьому процесі відіграють своєчасне реагування педагогів і батьків, комплексне поєднання психологічних методик та ефективного використання цифрових технологій.

Одними з основних труднощів, з якими стикалися педагоги останніми роками, є обмежений доступ до якісного інтернет-зв'язку, недостатнє технічне забезпечення здобувачів, перешкоди в електропостачанні, низький рівень мотивації та самоорганізації здобувачів освіти, а також недостатня залученість батьків до освітнього процесу. Додатковими викликами залишаються значне збільшення навантаження на вчителів, психологічні труднощі, зумовлені дистанційним навчанням, а також складнощі в організації освітнього процесу для здобувачів освіти молодшого шкільного віку.

В епоху цифрових технологій важливо використовувати можливості Інтернету для залучення дітей до читання та навчальної діяльності. Інтеграція цифрових інструментів у процес навчання в початковій школі відкриває нові



перспективи, зокрема у викладанні іноземних мов. Одним з ефективних методів розвитку комунікативних навичок молодших здобувачів освіти є цифровий сторітелінг. Цей підхід сприяє формуванню мовленнєвих умінь через активне слухання історій, запис їхніх основних моментів, відтворення сюжетів та створення власних оповідань. Використання сторітелінгу на уроках англійської мови допомагає дітям розвивати не лише мовні компетентності, а й творче мислення та здатність до самовираження [12, с. 188].

Водночас цифровий сторітелінг є дієвим інструментом і у вивченні соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі. Завдяки створенню історій здобувачі не тільки отримують знання про здоровий спосіб життя, безпечну поведінку, правила гігієни, харчування та фізичну активність, а й краще опановують їх через емоційне переживання й персоналізацію інформації. У процесі створення та обговорення сюжетів здобувачі навчаються розпізнавати ризиковані ситуації, знаходити конструктивні способи врегулювання конфліктів, співпереживати героям, які опиняються перед моральним вибором або життєвими труднощами.

Такі історії допомагають формувати в учнів емпатію, розуміння соціальних ролей і моделей поведінки в різноманітних життєвих обставинах, сприяють розвитку критичного мислення, відповідальності й співчуття. Емоційне залучення в процес створення та обговорення історій позитивно впливає на емоційне благополуччя здобувачів освіти, оскільки знижує рівень тривожності, сприяє формуванню впевненості в собі, підвищує самооцінку, забезпечує відчуття безпеки та прийняття в шкільному середовищі. Через сторітелінг дитина навчається розпізнавати й виражати власні емоції, краще розуміти емоційний стан інших, що є важливою складовою психологічного комфорту та соціально-емоційного розвитку.

Ефективна інтеграція сторітелінгу в освітній процес вимагає від педагогів не лише активного впровадження цього методу, а й глибокого



опанування відповідних технічних засобів для спільного створення історій зі здобувачами освіти. Важливим аспектом є адаптація сторітелінгу до змісту освітніх програм, що сприятиме формуванню когнітивних навичок, креативного мислення та цифрової грамотності учнів. Надалі здобувачі освіти зможуть самостійно використовувати цей підхід для набуття нового досвіду, розроблення власних цифрових історій та обміну ними за допомогою сучасних технологій.

Водночас варто усвідомлювати, що необмежений доступ до інформації не є універсальним способом подолання освітніх викликів. Виховання дітей, особливо молодшого шкільного віку, потребує дотримання фундаментальних принципів безпечної та продуктивної взаємодії з інформаційним простором. Одним з основних є принцип конфіденційності та безпеки, який охоплює захист персональних даних, контроль за інформаційними потоками, запобігання доступу до небажаного контенту та протидію кіберзагрозам. Важливу роль у забезпеченні цифрової безпеки відіграють батьки, які мають сприяти формуванню відповідального ставлення дітей до використання цифрових технологій і розвитку навичок інформаційної гігієни.

У цифровому освітньому середовищі необхідно враховувати принцип індивідуалізації, який забезпечує адаптацію цифрового контенту до особистісних потреб і когнітивних можливостей дитини, сприяє розробленню персоналізованих освітніх стратегій та використанню гнучких методик саморозвитку. Принцип доступності забезпечує відкритість цифрового простору, його зручність у використанні, регулярне оновлення та актуальність інформації. Важливим є дотримання принципу доцільності, який передбачає застосування лише тих цифрових технологій, що сприяють досягненню освітніх цілей і не призводять до надмірного інформаційного навантаження.

Виховання в цифровому просторі має ґрунтуватися на принципі розвитку, який стимулює моральне становлення, активізує творчий потенціал,



формує прагнення до самовдосконалення та адаптації до цифрового середовища. Гнучкість у використанні цифрових технологій дає змогу налаштовувати контент відповідно до інтересів, вікових особливостей та індивідуальних потреб дитини, а принцип інноваційності сприяє впровадженню сучасних інтерактивних методів навчання та використанню передових цифрових технологій у виховному процесі. Водночас принцип інтегрованості забезпечує комплексний підхід до освітнього процесу через поєднання знань із різних галузей та активну взаємодію учасників освітнього середовища [13, с. 5].

Проте цифрове середовище не повинно замінювати реальний досвід дитини, а лише доповнювати його, створюючи умови для гармонійного розвитку та формування здатності розрізняти межі між фізичним і віртуальним просторами. Важливим аспектом є розвиток медіаграмотності, що сприяє усвідомленню природи цифрових технологій та механізмів впливу медіа. Сучасний інформаційний простір формує складні маркетингові стратегії, які істотно впливають на споживчу поведінку, а діти, маючи необмежений доступ до інформації, часто зазнають цілеспрямованих психологічних впливів, що формують певні уподобання та поведінкові моделі.

У цьому контексті виховний процес має бути спрямований на розвиток критичного мислення, формування здатності аналізувати отриману інформацію, а також умінь диференціювати реальні потреби від нав'язаних зовнішніми чинниками. Усвідомлення власної ідентичності, зокрема приналежності до сім'ї, громади, нації та глобальної спільноти, є фундаментальним чинником у забезпеченні здатності критично сприймати цифровий контент і протистояти маніпулятивним інформаційним потокам. Формування цілісної картини світу сприяє розвитку інформаційної стійкості, що дозволяє ефективно орієнтуватися в цифровому середовищі та зберігати критичний підхід до зовнішніх впливів.



Молодший шкільний вік є важливим етапом у процесі освоєння цифрового простору, що зумовлено віковими психологічними особливостями дітей та закономірностями їхнього когнітивного розвитку. У цей період зберігається висока потреба в руховій активності та ігровій діяльності, водночас формуються нові пізнавальні, комунікативні й культурні інтереси. Ці психологічні чинники впливають на способи взаємодії дітей із цифровим середовищем і визначають пріоритетність його складників, оскільки не всі його елементи (соціальні мережі, онлайн-ігри, мобільні застосунки, віртуальні технології) мають однакову освітню та виховну значущість.

Основним джерелом інтересу є відеоконтент розважального та пізнавального характеру, зокрема на платформах типу YouTube або стрімінгових сервісах, таких як Netflix. Зокрема, популярні анімаційні та мультиплікаційні фільми викликають інтерес у молодших школярів, адже їм цікаві казкові світи та пригоди. Повторний перегляд такого контенту дозволяє дітям повернутися до нього в будь-який час. Важливим аспектом є й відеоблоги ровесників, де юні блогери представляють дитячі іграшки та інші атрибути, показують ігри та відтворюють сцени з мультфільмів за допомогою іграшок, що створює сильний виховний вплив.

Оскільки батьки можуть контролювати перегляд таких відео, це дає їм змогу вибирати контент для своїх дітей, однак, попри це, сам зміст відеоблогів і поведінкові моделі, що зображені, все одно впливають на формування цінностей та інтересів дітей.

Щодо онлайн-ігор і мобільних додатків, то ці види контенту також відіграють важливу роль у цифровій взаємодії здобувачів освіти молодшого шкільного віку.

Онлайн-навчання, яке передбачає інтенсивне використання електронних пристроїв, може негативно позначитися на здоров'ї учасників освітнього процесу, якщо не дотримуватися санітарно-гігієнічних норм. Це може



призвести до проблем з опорно-руховим апаратом, обміном речовин, зором і нервовою системою, а також викликати перенапруження, гіподинамію та комп'ютерну залежність. Це особливо ризиковано для молодших школярів, у яких активно розвивається та формується організм. Збереження психічного та фізичного здоров'я є одним із пріоритетних завдань сучасної школи. З огляду на це, важливо урізноманітнювати форми та методи навчання, застосовувати фізкультхвилинки та рухливі вправи, а також використовувати розслаблювальні техніки для м'язів, очей і постави. Необхідно також проводити тренінги та зустрічі з фахівцями, щоб підтримати здоровий спосіб життя та дотримуватись санітарно-гігієнічних і ергономічних вимог при використанні цифрових пристроїв. Це особливо актуально в умовах воєнного стану, коли збереження здоров'я стає пріоритетом [14, с. 30].

Коректне врахування індивідуальних особливостей здобувача освіти та об'єктивних даних його саморозвитку є визначальним чинником ефективної реалізації розвивального навчання. Це сприяє становленню вольових якостей, формуванню наполегливості, розвитку навичок самовиховання й самоосвіти, а також підсиленню мотивації відповідно до освітнього процесу. Важливу роль у цьому відіграє ретельне планування освітньої діяльності, стимулювання рефлексивної активності учнів і створення сприятливих умов для самооцінки та самовдосконалення.

Розвиток емоційного інтелекту учнів молодшого шкільного віку є найефективнішим за умови комплексної психолого-педагогічної підтримки. Це передбачає створення сприятливого освітнього середовища, у якому інтеграція емоційних аспектів в освітній процес поєднується з партнерською взаємодією між учасниками освітнього процесу та розвитком емоційної комунікації. Важливим аспектом є формування атмосфери доброзичливості та толерантності, що сприяє розвитку взаємоповаги, згуртованості й взаємної підтримки серед учнів і педагогів.



Практика показує, що позитивний емоційний клімат у класі можливий за умови врахування індивідуальних особливостей учнів, їхніх емоційних станів та мотивованих оцінних суджень із боку педагога. Позитивна емоційна атмосфера формує бажання відкрито висловлювати почуття, розвивати здібності та досягати успіху. Учителі та психологи повинні допомагати учням бачити позитивне в навчанні та житті, адже емоційний настрій є потужним мотиватором.

Розвиток емоційного інтелекту вимагає створення сприятливого освітнього середовища, психологічного супроводу та спеціальних методик [15, с. 104–105]. До основних напрямів такої роботи належать:

- 1) діагностика (вивчення емоційного стану та особливостей учнів);
- 2) профілактика (створення позитивного психологічного клімату, запобігання конфліктам);
- 3) просвітництво (навчання емоційної культури учнів, педагогів і батьків);
- 4) корекційно-розвивальна робота (тренінги, арттерапія, рефлексивне письмо, ситуаційний аналіз).

Забезпечення цілісного підходу до емоційного виховання молодших школярів сприятиме їхньому емоційному благополуччю та успішному навчанню.

Висновки. У процесі дослідження встановлено, що підтримка емоційного благополуччя учнів початкових класів є важливим чинником їхнього особистісного розвитку та успішної адаптації до соціального середовища, особливо в умовах цифрового навчання. Аналіз теоретичних і практичних підходів до створення сприятливого емоційного клімату в освітньому середовищі підтвердив, що ефективність цього процесу значно залежить від формування емоційно комфортної атмосфери в закладі освіти,



стимулювання партнерської взаємодії між усіма учасниками освітнього процесу та впровадження цілісної системи психолого-педагогічної підтримки.

Виявлено, що основними умовами збереження та розвитку емоційного благополуччя молодших школярів є атмосфера взаємної доброзичливості, толерантності та підтримки, яка сприяє формуванню в учнів здатності до самовираження, усвідомлення й прийняття власних емоцій, а також ефективної взаємодії з оточенням. Практичні методи, зокрема тренінги, арттерапія, рольові ігри та рефлексивне письмове самовираження, забезпечують позитивний вплив на емоційний стан здобувачів освіти, підвищують їхню стресостійкість та мотивацію до навчання.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на розробку та впровадження інтегрованих психолого-педагогічних методик підтримки емоційного благополуччя, адаптованих до вікових особливостей учнів та специфіки цифрового освітнього середовища.

Список використаних джерел

1. Козуб Г. О., Шинкаренко Я. М., Козуб В. Ю. Гейміфікація в освіті: інтеграція Classcraft в навчальний процес. *Педагогічна Академія: наукові записки*. 2024. № 7. DOI: <https://doi.org/10.57125/pedacademy.2024.06.29.02>
2. Гнатюк В., Щербакова Н., Різак Г. Екологічна освіта та формування екологічної свідомості: шлях до гармонії з природою. *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 5(39). DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-5\(39\)-143-154](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-5(39)-143-154)
3. Lazareva A., Sikora Y., Zadorina O., Rizak G., Kaminsky V. Adapting Curricula to the Needs of the Modern Digital Society in Ukraine. *Futurity Education*. 2024. Vol. 4. № 3. P. 236–252. DOI: <https://doi.org/10.57125/FED.2024.09.25.14>.



4. Саган О. В., Пермінова Л. А. Трансформація функцій учителя початкових класів в умовах змішаного та дистанційного навчання. *Педагогічні науки*. 2023. № 104. DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2413-1865/2023-104-9>
5. Гордова О. Психолого–педагогічні аспекти підтримки емоційного благополуччя та корекції емоційної сфери. *Проблеми сучасної психології*. 2019. № 16. DOI: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2012-16.%p>
6. Линник Ю., Вольнова Л. Психолого-педагогічні та організаційні особливості використання конструктора інтерактивних уроків Nearpod у початковій школі. *Педагогіка і психологія постмодернізму: цінності, компетентності, діджиталізація: колективна монографія* / за наук. ред. проф. Цветкової Ганни. Aerzen : Heilberg IT Solutions UG (haftungsbeschränkt) InterGING Verlag, 2021. С. 462–476.
7. Гриценко І. В., Одіноченко А. А. Персоналізоване навчання молодших школярів у кризових умовах. *The role of innovations in the transformation of the image of modern science: The 6th International scientific and practical conference* (Oslo, October 08–11, 2024). Oslo, Norway, 2024. URL: <https://books.google.com.ua/books?id=FaYyEQAAQBAJ&pg=PA177> (дата звернення: 15.02.2025).
8. Matviienko O., Olefirenko T. Social well-being of children and educators: problems and practice of support in conditions of military aggression. *Educational scientific space*. 2022. Vol. 3. URL: https://www.researchgate.net/publication/371431488_Emocijne_blagopolucca_dite_j_ta_pedagogiv_problemi_ta_praktika_pidtrimki_v_umovah_vijskovo_agresii (date of access: 15.02.2025).
9. Сокаль М. А., Волошина В. В., Легін В. Б. Розвиток початкової освіти в контексті НУШ. *Інноваційна педагогіка*. 2023. № 57. С. 218–222. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2023/57.1.44>



10. Сурякова М. В., Хамурда А. П. Психологічні особливості соціалізації молодших школярів в аспекті дитячо-батьківських відносин. *Психолого-педагогічні аспекти підтримки ментального здоров'я та адаптації особистості в умовах воєнного і повоєнного часу: матеріали Всеукраїнської науково-практичної заочної конференції* (м. Дніпро, 23–25 жовтня 2024 року). Дніпро, 2024. С. 65–66. URL: <https://www.fpso.dp.ua/wp-content/uploads/2024/12/%D0%B4%D0%BB%D1%8F-%D1%81%D0%B0%D0%B9%D1%82%D1%83-4.pdf> (дата звернення: 15.02.2025).
11. Результати онлайн-опитування «Готовність і потреби вчителів щодо використання цифрових засобів та ІКТ в умовах війни: 2023». Аналітичний звіт/ за заг. ред. О. Овчарук. Київ : ІЦО НАПН України, 2023.
12. Павлюк В. І. Цифрові платформи для створення сторітелінгу на уроках англійської мови у початковій школі. *Методика шкільного навчання*. 2021. № 3. DOI: <https://doi.org/10.52726/as.pedagogy/2021.3.2.28>.
13. Концепція виховання дітей та молоді в цифровому просторі / В. Г. Кремень та ін. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2022. Том 4. № 2. С. 1–30. DOI: <https://doi.org/10.37472/v.naes.2022.4206>
14. Білик Ю., Коломієць А., Коломієць Т. Особливості організації дистанційного навчання у початковій школі в умовах воєнного стану. *ScienceRise: Педагогічна освіта*. 2023. № 2 (53). С. 26–32. DOI: <https://doi.org/10.15587/2519-4984.2023.281208>.
15. Зобенько Н. А. Психолого-педагогічні умови розвитку емоційного інтелекту учнів в освітньому процесі сучасної початкової школи. *Імідж сучасного педагога*. 2023. №2(209). 99–107. DOI: [https://doi.org/10.33272/2522-9729-2023-2\(209\)-99-107](https://doi.org/10.33272/2522-9729-2023-2(209)-99-107)