

*Шпеко Анна,
аспірантка кафедри дошкільної та початкової освіти,
Національний університет
«Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка
E-mail: annashpeko16@gmail.com*

*Науковий керівник: Стрілець Світлана,
докторка педагогічних наук, професорка,
професорка кафедри дошкільної та початкової освіти,
Національний університет
«Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка
E-mail: sv.strilets@gmail.com*

ІННОВАЦІЙНІ ЦИФРОВІ ІНСТРУМЕНТИ ДЛЯ ОПТИМІЗАЦІЇ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ

В умовах бурхливого розвитку сучасного суспільства, де молодь стикається з низкою глобальних викликів, все більшого значення набувають питання соціальних потреб та ментального здоров'я. Крім того, зростає не лише увага до них, але й активність людей у цій сфері. Це підтверджується збільшенням кількості учасників державних опитувань. Люди щоденно відчують низку емоцій, проте в сьогоденних реаліях українців спостерігається саме посилення емоційних переживань, суму, самотності, тривожності, безсилля, страху тощо, на протипагу цьому зменшилась частка тих, хто відчуває надію [2].

Суспільство, яке долає перешкоди, надає можливості для дослідження широкого переліку цифрових інструментів, що стали невід'ємною частиною повсякденного життя багатьох людей та професійного зростання. Оскільки технології безупинно удосконалюються, важливим є їх вивчення для оптимізації емоційного стану студентів.

Під емоційним станом розуміють «внутрішню емоційну ситуацію, зумовлену певними обставинами, умовами; сукупність емоційних ознак, рис, що характеризують особистість у даний момент відповідно до певних вимог щодо якості, ступеня готовності і т.ін.; емоційне самопочуття або настрої особистості». Він проявляється як у зовнішніх ознаках, коли всі можуть оцінити їх відповідно до певних вимог, так і внутрішніх, які сприймаються самосвідомістю як власний настрої [1, с. 43].

Інновації є рушійною силою трансформації освіти, саме тому застосування цифрових інструментів – необхідний елемент розкриття їх потенціалу. Інтеграція інноваційних інструментів в освітній діяльності змінює парадигму, адже перетворює набуття навчального досвіду на захопливу, персоналізовану та водночас колективну подорож.

Наразі студенти факультету дошкільної та початкової освіти Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка навчаються онлайн, тому необхідно систематично впроваджувати цифрові засоби не лише для зв'язку, висвітлення основного предметного матеріалу, а й з метою покращення емоційного стану студентів. Як показує практика, якщо цьому приділяти належну увагу, то здобувачі вищої освіти мають значний інтерес до спілкування та взаємодії під час занять. Адже так зникає відчуття самотності та присутня емоційна підтримка в учасників освітнього процесу, налагоджуються соціальні зв'язки.

Погоджуємося з думкою про те, що доречно створити систему мультимедійного забезпечення лекцій (презентації). Завдяки застосуванню якої студенти

є одночасно і читачами, і слухачами, і глядачами, відтак за допомогою мультимедійних засобів активізується їхня увага і забезпечується позитивний емоційний заряд [3, с. 97].

Демонстрація викладачем диджиталізованих засобів для усвідомлення та визначення широкого спектру емоційних реакцій, які розгортаються в реальному часі, є необхідною. Зокрема розробники сайтів надають інструменти для керування стресом, медитації та саморефлексії, допомагають розширити та урізноманітнити соціальну участь та залученість, створювати та підтримувати стосунки, тобто дозволяють користувачам брати активну участь у створенні таких умов, які сприяють добробуту.

Від початку проведення занять і протягом усього курсу вважаємо цінним заповнювати зі студентами інтерактивну дошку, на якій розміщуються різні розділи, щоб краще пізнати одне одного і розуміти налаштованість, потреби та емоції педагогічних партнерів. Серед розділів можуть бути такі: «Мій емоційний стан», «Мені цікаво», «Мені не подобається», «Я відчуваю», «Я хочу», «Раджу подивитися/послухати/побачити», «Мій малюнок», «Рефлексія» тощо, як на рис. 1.

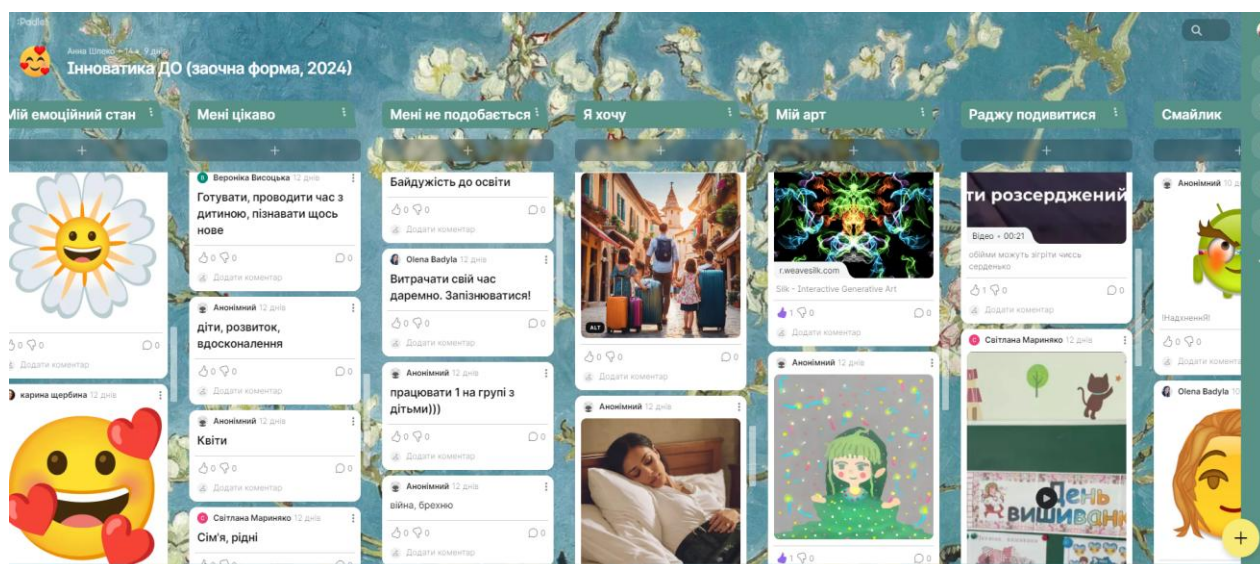


Рис.1. Приклад оформлення інтерактивної дошки

Добір картин для фонового зображення інтерактивної дошки також має значення, адже мистецтво неабияк впливає на психологічний стан. Наприклад, для студентів 51 групи було обрано картину «Квітучі гілки мигдалю» Вінсента ван Гога, оскільки вона відзначається гармонійним поєднанням елементів, що передають відчуття радості і оптимізму, символізують новий початок і надію.

Цінною є робота на різних ресурсах і прикріплення результатів на дошку, адже у будь-який час можна проаналізувати дані та зробити певні висновки щодо сприятливості освітнього середовища. Наведемо приклади деяких цифрових інструментів, які використовуємо під час роботи з дошкою або ж окремо для гармонізації стану.

Емоційним налаштуванням на заняття може слугувати створення власного смайла на «Angel Emoji Maker – Emoji Maker Online» за допомогою наявних елементів або приготування унікального емоджі шляхом поєднання двох різних зображень на «Emoji Kitchen». Бажано, щоб ті студенти, які хочуть розкрити

значення свого смайла зробили це, бо проговорювання емоційного стану вголос – це ще один плюс для розвитку емпатії та самоусвідомлення.

Ефективним для розвантажувальної паузи є малювання на сайті «Freepik». Для цього потрібно написати словосполучення і відтворити малюнок за написом, можна використовувати окрім пензля ще й значки та елементи, а праворуч на екрані одночасно з'являтиметься, змінений штучним інтелектом, малюнок. Крім цього, робота над створенням 4-секундного відео на сайті «PixVerse» є цікавою, оскільки студенти можуть прописати місце для відпочинку та заспокоєння і на мить опинитися там.

Також перегляд короткотривалих заспокійливих відео або прослуховування музики слугують засобами релаксації. Наприклад, показ мультиплікацій, які є водночас пізнавальними медитаційними роликами, як-от на ютуб-каналі «Headspace», де можна ввімкнути субтитри українською. Відео або аудіо може запропонувати як викладач, так і студент за допомогою колеса фортуни, наприклад на «Fortune Wheel», що додає ефекту несподіваності та більшої включеності. Там же можна додати й короткі афірмації, які попередньо запропонують студенти, або обрати серед запропонованих на «Wishgram» своє мотиваційне твердження і прикріпити зображення з написом на дошку.

Наразі оцифрування інформації робить традиційні ресурси доступнішими. Наприклад, віртуальні екскурсії – це чудова можливість для розширення кругозору та занурення в спокійне місце. На дисципліні «Педагогічна інноватика в початковій школі» та «Педагогічна інноватика в дошкільній освіті» студенти побували у віртуальному турі з американським музеєм природознавства та українськими музеями просто неба. Як зазначають здобувачі освіти, під час невеличкої подорожі вони насолодилися локаціями та експонатами. За допомогою «Google Планета Земля» можливо відправитися у будь-яке місце, щоб помріяти, поринути у спогади, особливо це є цінним для тих, хто перебуває за кордоном.

Отже, цифрові інструменти, про які вже було зазначено, мають потенціал для розуміння емоційного стану та інформування інших про нього з метою регулювання та оптимізації позитивних вражень та емоцій. Їх доцільно вводити в освітній процес для підтримки студентів на різних етапах їхнього навчання задля створення сприятливого середовища для особистісного розвитку та успішного здобуття освіти. Застосування продуманих стратегій необхідно для вчасного відштовхування стресорів і збалансованого, повноцінного життя.

Список використаних джерел

1. Гаврилькевич В., Фірстова О. Емоційні стани особистості: теоретичне дослідження феномену. *Psychology Travelogs*. 2023. № 2. С. 41–50.
2. Психічне здоров'я та ставлення українців до психологічної допомоги під час війни: Хвиля 3 : аналітичний звіт. 2024. URL: <https://drive.google.com/file/d/1bROoqHpwTMnDVPR79V5wrm-r9u8tnCb5/view> (дата звернення: 20.05.2024).
3. Стрілець С. І., Запорожченко Т. П. Формування математичної компетентності майбутнього вчителя початкових класів засобами інноваційних технологій : монографія. Чернігів : Десна Поліграф, 2019. 204 с.