

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ ДЗВО
«УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ» БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ
ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

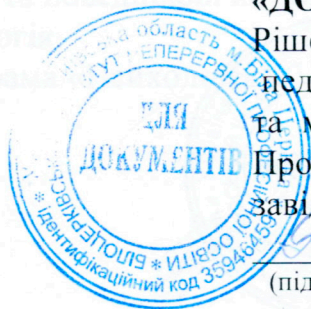
«ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ»

Рішенням засідання кафедри
педагогіки, психології
та менеджменту

Протокол № 6 від 08.05 2026 р.
завідувач кафедри

Юлія ГЕРАСИМЕНКО

(підпис)



«ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ДОВГОТРИВАЛОЇ
ПАМ'ЯТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ»

**Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеня «магістр»**

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність: 053 Психологія
Освітньо-професійна програма «Психологія»

Здобувачка вищої освіти
групи ПС-24-13-зМ

СИПКО Крістіна Анатоліївна

(підпис)

Науковий керівник:
доктор психологічних наук,
доцент

КЛОЧКО Алла Олексіївна

(підпис)

Біла Церква 2026

Протокол аналізу звіту подібності

Заявляю, що я ознайомився (-лась) з Повним звітом подібності, який був згенерований Системою виявлення і запобігання щодо роботи:

Автор: СИПКО Крістіна Анатоліївна, група ПС-24-13-ЗМ

Назва: ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ДОВГОТРИВАЛОЇ ПАМ'ЯТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Керівник: Клочко Алла Олексіївна

Підрозділ: Bila Tserkva institute of continuous professional education

Коефіцієнт подібності 1: 5.32%

Мікропробіли: 0

Заміна букв: 0

Інтервали: 0

Після аналізу Звіту подібності констатую наступне:

Запозичення, виявлені в роботі є законними і не є плагіатом. Рівень подібності не перевищує допустимої межі. Таким чином робота незалежна і приймається.

Запозичення не є плагіатом, але перевищено граничне значення рівня подібностей. Таким чином робота повертається на доопрацювання.

Виявлено запозичення і плагіат або навмисні текстові спотворення (маніпуляції), як передбачувані спроби укриття плагіату, які роблять роботу невідповідною вимогам законодавства (Ст. 26. ЗУ Про фахову передвищу освіту, пункт 3.1, Ст. 42. ЗУ Про освіту) та вимог НАЗЯВО (Критерій 5), а також кодексу етики і процедур. Таким чином робота не приймається.

Висновок:

Відсоток оригінальності за системою Strike Plagiarism 5,32% визнається

встановленим вимогом. Високий рівень оригінальності. Допускається до захисту/рецензування.

Дата 01.05.2016 р.

Відповідальний за антиплагіатну технічну експертизу у Білоцерківському інституті неперервної професійної освіти ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України:

Підпис _____



НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ ДЗВО
«УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ» БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ
ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність: 053 Психологія

Освітньо-професійна програма «Психологія»



ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри к.ек.н.,
доцент Герасименко Ю.С.

«19» 2026 року

ЗАВДАННЯ

на кваліфікаційну роботу здобувачі освіти

Сипко Крістині Анатоліївні

Тема роботи «Психологічні особливості розвитку довготривалої пам'яті молодших школярів»

Науковий керівник: Клочко Алла Олексіївна, доктор психологічних наук, доцент

Строк подання здобувачем освіти роботи 2 травня 2026 року.

Вихідні дані до роботи: аналіз психолого-педагогічної літератури, емпіричне дослідження під час проходження переддипломної практики.

Перелік питань, які потрібно розробити:

- аналіз науково-психологічної літератури за темою дослідження особливостей пам'яті в дитячому віці;
- підбір та обґрунтування комплексу психодіагностичних методик, спрямованих на оцінку рівнів розвитку словесно-логічної, наочно-образної та довготривалої пам'яті молодших школярів;
- аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження стану мнемічних процесів у дітей початкових класів;

– представлення та опис впровадженої тренінгової програми, спрямованої на розвиток довготривалої пам'яті та опанування дітьми ефективних мнемотехнічних прийомів;

5. Консультанти розділів роботи

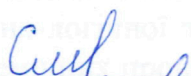
Розділ	Прізвище, ім'я та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
1	Ключко А.О., доктор психологічних наук, доцент	09.02.2026	21.02.2026
2	Ключко А.О., доктор психологічних наук, доцент	24.02.2026	17.03.2026
3	Ключко А.О., доктор психологічних наук, доцент	18.03.2026	14.04.2026

6. Дата видачі завдання 05.01.2026 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

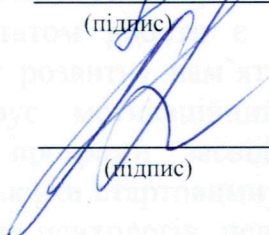
№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Узгодження теми, складання змісту	13.01.2026	Виконано
2	Вивчення літературних джерел	20.01.2026	Виконано
3	Збирання матеріалу	27.01.2026	Виконано
4	Обробка матеріалу	9.02.2026	Виконано
5	Виконання розділу 1	21.02.2026	Виконано
6	Виконання розділу 2	17.03.2026	Виконано
7	Виконання розділу 3	14.03.2026	Виконано
8	Формулювання висновків	01.04.2026	Виконано
9	Оформлення роботи, одержання відгуку та рецензії перевірка на плагіат.	25.04.2026	Виконано
10	Подання роботи на кафедру	02.05.2026	Виконано

Здобувачка освіти


(підпис)

Крістіна СИПКО

Керівник роботи


(підпис)

Алла КЛЮЧКО

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ДЗВО «УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ» НАПН УКРАЇНИ
ІОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

В І Д Г У К

керівника на кваліфікаційну роботу здобувача вищої освіти другого

(магістерського) рівня

Сипко Крістини Анатоліївни

(прізвище, ім'я та по батькові здобувача)

за темою:

«Психологічні особливості розвитку довготривалої пам'яті молодших школярів»

Актуальність обраної теми кваліфікаційної роботи є обґрунтованою. Молодший шкільний вік є сенситивним для розвитку вищих психічних функцій, зокрема пам'яті, яка виступає фундаментом усієї навчальної діяльності. Перехід від механічного до логічного й опосередкованого запам'ятовування, що відбувається саме в цей період, є критичним для формування пізнавального потенціалу дитини. Дослідження психологічних особливостей довготривалої пам'яті та розробка ефективних мнемотехнічних програм її розвитку є актуальним як для психологічної науки, так і для практики психологічного супроводу в закладах початкової освіти.

Теоретична частина кваліфікаційної роботи охоплює системний аналіз наукових підходів до розуміння природи пам'яті, класифікацію її видів та динаміку становлення в освітньому середовищі, а також детальну характеристику структури довготривалої пам'яті та умов трансформації мнемічних процесів від механічного до логічного запам'ятовування. Розглянуто вплив середовищних та навчальних чинників на розвиток пам'яті молодших школярів.

Емпіричне дослідження проводилося на базі Куп'янського ліцею №1 Куп'янської міської ради Харківської області. Здійснено кількісний і якісний аналіз рівнів розвитку словесно-логічної та наочно-образної пам'яті учнів, встановлено вихідний стан мнемічних процесів.

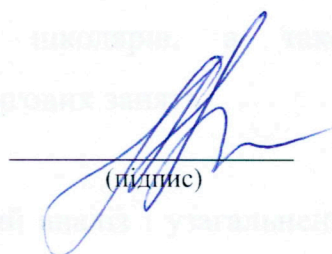
Практичним результатом роботи є авторська тренінгова програма психологічного супроводу розвитку пам'яті молодших школярів на основі мнемотехнік, яка інтегрує мотиваційний, емоційний та когнітивний компоненти. Апробація програми засвідчила її значну ефективність, особливо для учнів із низькими стартовими показниками. Розроблено також практичні рекомендації для психологів, педагогів і батьків щодо створення оптимальних умов для розвитку мнемічних ресурсів дитини. Практична цінність роботи підтверджується рекомендацією результатів до впровадження у психологічну службу закладу.

Сипко К.А. виявила здатність до самостійного наукового пошуку, вміння організовувати та проводити констатувальний і формувальний експерименти, систематизувати отримані дані та формулювати обґрунтовані

висновки Відсоток оригінальності за системою StrikePlagiarism 5,32% відповідає встановленим вимогам до кваліфікаційних робіт.

Вважаю, що кваліфікаційна робота Сипко К.А. розкрита на достатньому теоретичному та практичному рівнях, містить елементи наукової новизни, оформлена згідно встановлених вимог та рекомендується до захисту на засіданні екзаменаційної комісії. Кваліфікаційна робота заслуговує 85 балів.

Науковий керівник:
професорка кафедри педагогіки,
психології та менеджмент БІНПО,
доктор психологічних наук,
доцент



(підпис)

А.О.Клочко
(ініціали та прізвище)

АНОТАЦІЯ

Кваліфікаційна робота: 100 сторінок, 8 таблиць, 8 рисунків, 5 додатків, 54 літературних джерела.

Мета дослідження дослідити теоретичні та практичні особливості розвитку довготривалої пам'яті молодших школярів.

Об'єктом дослідження є особистості розвитку пам'яті у школярів молодшого віку.

Предметом дослідження є психологічні особливості розвитку довготривалої пам'яті молодших школярів, а також вплив різних психодіагностичних методик та тренінгових занять.

Основні методи дослідження:

1. Теоретичні методи: системний аналіз і узагальнення наукових джерел щодо розвитку пам'яті, класифікація її видів та чинників, що впливають на розвиток пам'яті дітей молодшого шкільного віку.

2. Емпіричні методи: спостереження за навчальною діяльністю школярів; Психодіагностичний інструментарій, що включає тестування за методиками («10 слів», «Запам'ятовування геометричних фігур», «Запам'ятовування сюжетних картинок», «Піктограми»).

3. Методи обробки та аналізу даних: кількісний та якісний аналіз отриманих показників; контент-аналіз, узагальнення та наукова інтерпретація результатів дослідження.

4. Прикладні (методичні) методи: проектування та розробка програми тренінгових занять на основі мнемотехнік; метод моделювання практичних рекомендацій для вчителів та батьків щодо покращення процесів запам'ятовування у дітей.

Основний науковий результат роботи полягає у наступному: здійснено системне узагальнення теоретичних підходів вітчизняних та зарубіжних дослідників щодо природи функціонування довготривалої пам'яті в молодшому шкільному віці; обґрунтовано умови трансформації мнемічних процесів від

механічного до логічного та опосередкованого запам'ятовування; проведено емпіричний аналіз рівнів розвитку словесно-логічної та наочно-образної пам'яті здобувачів початкової освіти; розроблено та експериментально апробовано тренінгову програму, спрямовану на підвищення ефективності збереження й відтворення інформації за допомогою мнемотехнічних стратегій; сформульовано практичні рекомендації для психологів, педагогів і батьків щодо створення оптимальних соціально-психологічних умов для розвитку пізнавального потенціалу та зміцнення мнемічних ресурсів дитини.

Ключові слова: пам'ять, довготривала пам'ять, молодший шкільний вік, пізнавальні процеси, логічне запам'ятовування, когнітивний розвиток, тренінгова програма, опосередковане відтворення, мнемічна діяльність.

ABSTRACT

Qualification work: 100 pages, 8 tables, 8 figures, 5 appendices, 54 literary sources.

The aim of the research is to investigate the theoretical and practical features of the development of long-term memory in primary school children.

Object of Research is the personality aspects of memory development in children of primary school age.

The subject of the research is the psychological features of long-term memory development in primary school children, as well as the impact of various psychodiagnostic techniques and training sessions.

Basic research methods:

1. Theoretical methods: systematic analysis and generalization of scientific sources regarding memory development; classification of its types and factors influencing the memory development of primary school children.

2. Empirical methods: observation of students' educational activities; a psychodiagnostic toolkit including testing methods such as (10 Words," "Memorizing Geometric Figures," "Memorizing Plot Pictures," and "Pictograms").

3. Data processing and analysis methods: quantitative and qualitative analysis of the obtained indicators; content analysis, generalization, and scientific interpretation of the research results.

4. Applied (methodological) methods: design and development of a training program based on mnemonics; modeling of practical recommendations for teachers and parents to improve children's memorization processes.

The main scientific result of the work is as follows: a systematic generalization of theoretical approaches by domestic and foreign researchers regarding the nature of long-term memory functioning in primary school age has been carried out; the conditions for the transformation of mnemonic processes from mechanical to logical and mediated memorization have been substantiated; an empirical analysis of the development levels of verbal-logical and visual-figurative memory in primary school students has been conducted; a training program aimed at increasing the efficiency of information storage and reproduction using mnemonic strategies has been developed and experimentally tested; practical recommendations for psychologists, educators, and parents on creating optimal socio-psychological conditions for the development of cognitive potential and strengthening a child's mnemonic resources have been formulated.

Keywords: memory, long-term memory, primary school age, cognitive processes, logical memorization, cognitive development, training program, mediated reproduction, mnemonic activity.

ЗМІСТ

ВСТУП	10
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ ОГЛЯД ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ДОВГОТРИВАЛОЇ ПАМ'ЯТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	16
1.1. Розвиток пам'яті у дітей як наукова проблема	16
1.2. Класифікація видів пам'яті та динаміка їхнього становлення в освітньому середовищі	21
1.3. Види та структура довгострокової пам'яті	25
Висновки до розділу	32
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ДОВГОТРИВАЛОЇ ПАМ'ЯТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ	35
2.1. Організація та методика емпіричного дослідження психологічних особливостей довготривалої пам'яті молодших школярів	35
2.2. Аналіз результатів дослідження пам'яті молодших школярів.....	37
Висновки до розділу	46
РОЗДІЛ 3. ШЛЯХИ ТА МЕТОДИ ОПТИМІЗАЦІЇ РОЗВИТКУ ДОВГОТРИВАЛОЇ ПАМ'ЯТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ	47
3.1. Використання адаптивних когнітивних технологій у процесі формування систем пам'яті	47
3.2. Тренінгова програма психологічного супроводу розвитку пам'яті молодших школярів	54
3.3. Результати апробації тренінгової програми психологічного розвитку пам'яті у молодших школярів.....	56
Висновки до розділу	60
ВИСНОВКИ	62
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	64
ДОДАТКИ	70

ВСТУП

Актуальність теми. У молодшому шкільному віці відбувається активний розвиток вищих психічних функцій, розвиваються та становляться основні форми пам'яті. Усі форми вищої психологічної діяльності спираються на пам'ять, яка виконує провідну роль в житті людини, накопичуючи і зберігаючи набутий досвід і забезпечуючи можливість його подальшого використання. Тому дослідження пам'яті, а також розвиток та діагностика пам'яті є дуже актуальними. Школярі молодшого віку стають більш вправними в механічному відтворенні інформації. Непряма, логічна пам'ять відстає у своєму розвитку. Пам'ять спрямована на посилення свідомого контролю та збільшення обсягу семантичної, вербально-логічної пам'яті.

Пам'ять відіграє важливу роль в житті людини, це набагато більше, ніж просто здатність згадувати номер телефону чи події минулого тижня. Пам'ять як фундамент для інших процесів, на якому тримається особистість. Пам'ять – це складна когнітивна функція, яка має інтегровану структуру, що включає в собі первинні типи, так і стадії, кожна з яких відіграє окрему, але взаємопов'язану роль у процесі обробки, зберігання та пошуку інформації.

Учені визначають психологічний феномен «пам'ять», як форму психічного та соціального відображення дійсності, що полягає у закріпленні, збереженні та подальшому відтворенні людиною, суспільством даних свого досвіду.

Протягом навчання в початковій школі когнітивний розвиток дітей характеризується значним зростанням у кількох взаємопов'язаних сферах, зокрема у здатності до уявного представлення, складності мови та взаємодії з конкретними та абстрактними поняттями. З розвитком молодших школярів їхні навички створення внутрішніх моделей та образів вдосконалюються. Це дозволяє їм краще планувати дії, ефективніше запам'ятовувати та самостійно долати труднощі. Цей розвиток уявного представлення на пряму пов'язаний із покращенням лінгвістичних здібностей, оскільки діти починають використовувати дещо складніший словниковий запас та граматичні структури,

що дозволяє їм висловлювати власні думки та краще комунікувати. Проте, попри вказані здобутки, учні молодшої школи часто відчують складність у сприйнятті абстрактних понять, якщо вони не базуються на фізичному досвіді чи наочних предметах. Це доводить значущість ситуативного та прикладного навчання для стимулювання їхнього інтелектуального поступу. Зазначені взаємозалежні явища акцентують на доцільності педагогічних методів, що комбінують реальну практику з можливостями вдосконалення мовленнєвих та творчих здібностей, у такий спосіб сприяючи всебічному ментальному розвитку в цей період становлення.

Обставини оточення та освітній процес нерозривно пов'язані у становленні механізмів пам'яті під час навчання в початкових класах, оскільки обидва чинники специфічним чином та у взаємодії стимулюють інтелектуальний ріст. Щодо зовнішнього середовища, доведено, що такі аспекти, як соціальні взаємодії, умови життя та рівень грамотності, суттєво діють на пізнавальні процеси, підтверджуючи, що прогрес пам'яті не відбувається окремо від загального екологічного оточення дитини. Навчальне середовище має вирішальне значення; педагоги стають координаторами у діяльності з тренування вмінь, зокрема структурування концепцій, формулювання запитань та аналізу думок і почуттів, що безпосередньо вдосконалює потенціал пам'яті в молодших школярів. До того ж застосування ігрових методів у викладанні посилює ці здобутки, стимулюючи мовлення, творче мислення та соціально-емоційні компетенції, які слугують базою для побудови міцної пам'яті.

Початковий період навчання визначає результативність пам'яті в дітей, впливаючи на якість кодування, утримання та відтворення даних у структурах оперативної пам'яті. Молодші школярі з ширшим діапазоном робочої пам'яті не лише демонструють вищу академічну успішність, що свідчить про кращу роботу пам'яті, а й засвоюють значніший обсяг основних складників; це підкреслює значення дієвої селективної уваги для вдосконалення процесів запам'ятовування. Дана взаємозалежність додатково доводиться векторами розвитку: з роками у вихованців початкової школи зростання концентрації дає

змогу ефективніше фокусуватися на значущих стимулах, ігноруючи сторонні подразники, що підвищує показники як проспективної, так і вторинної пам'яті.

До того ж зв'язок між уважністю та пам'яттю є двостороннім і постійно трансформується з віком; паралельно з дозріванням механізмів уваги та стабілізацією регуляції збудження, спроможність учнів узгоджувати ментальну обробку з вимогами пам'яті стає міцнішою, що спричиняє суттєвий прогрес у виконанні різноманітних інтелектуальних завдань.

Задля досягнення найвищих когнітивних показників, корекційні заходи мають бути спрямовані на зміцнення контролю уваги та його поєднання з пам'яттєвими системами, допомагаючи дітям долати складні ментальні виклики в процесі їхнього зростання.

Метою дослідження є теоретичне та емпіричне дослідження психологічних особливостей розвитку довгострокової пам'яті молодших школярів та розробка ефективних методів і підходів для підвищення розвитку пам'яті, уваги та мислення.

Завдання дослідження:

1. Провести науково-теоретичний огляд становлення пам'яті в учнів початкових класів та окреслити її специфічні риси.
2. З'ясувати чинники, що зумовлюють прогрес у функціонуванні пам'яті молодших школярів.
3. Здійснити емпіричну перевірку стану та особливостей розвитку пам'яті в дітей зазначеної вікової категорії.
4. Сформувати комплекс тренінгових вправ із застосуванням методів мнемотехніки для стимулювання пам'яттєвих процесів у початковій школі.

Об'єкт дослідження: пам'ять у школярів молодшого віку.

Предмет дослідження: вплив мнемотехнік на розвиток пам'яті у дітей молодшого шкільного віку.

Методологічна основа дослідження. Методологічне підґрунтя даної роботи складає сукупність загальнонаукових і спеціальних методів дослідження вітчизняних та зарубіжних вчених. Зокрема, застосовувалися психодіагностичні

методики: «10 слів» – дозволяє оцінити довільне запам'ятовування, обсяг і стійкість словесно-логічної пам'яті, кількість повторень, необхідних для засвоєння матеріалу; «Запам'ятовування геометричних фігур» – спрямована на дослідження наочно-образної пам'яті, здатності сприймати, утримувати та відтворювати зорові образи; «Запам'ятовування сюжетних картинок» – дає можливість оцінити логічну пам'ять, вміння встановлювати смислові зв'язки та узагальнювати матеріал; «Піктограми» – досліджує опосередковане запам'ятовування та формування асоціативних зв'язків; корекційно-розвивальні та тренінгові вправи, методи спостереження, анкетування, опитування, а також методи математичної статистики для обробки отриманих даних.

Гіпотеза дослідження передбачає, що впровадження розроблених тренінгових програм сприятиме розвитку пам'яті у молодших школярів. Очікується, що формування навичок застосування мнемотехнічних прийомів та методів систематизації інформації дозволить учням не лише підвищити показники довільного запам'ятовування, а й суттєво полегшить процес самостійного засвоєння навчального матеріалу.

Методи дослідження: Для реалізації поставленої мети та виконання визначених завдань було застосовано комплекс наукових методів дослідження:

1. Теоретичні методи:

– системний аналіз і узагальнення наукових джерел щодо розвитку пам'яті, класифікація її видів та чинників, що впливають на розвиток пам'яті дітей молодшого шкільного віку.

2. Емпіричні методи:

1. Спостереження за навчальною діяльністю школярів.

2. Психодіагностичний інструментарій, що включає тестування за

методиками:

– «10 слів»;

– «Запам'ятовування геометричних фігур»;

– «Запам'ятовування сюжетних картинок»;

– «Піктограми».

3. Методи обробки та аналізу даних:

- кількісний та якісний аналіз отриманих показників;
- контент-аналіз, узагальнення та наукова інтерпретація результатів дослідження.

4. Прикладні (методичні) методи

- проєктування та розробка програми тренінгових занять на основі мнемотехнік;
- метод моделювання практичних рекомендацій для вчителів та батьків щодо покращення процесів запам'ятовування у дітей.

Експериментальна база дослідження. Вивчення психологічних особливостей розвитку пам'яті молодших школярів проводилось на базі Куп'янського ліцею №1 Куп'янської міської ради Харківської області, заклад загальної середньої освіти з повним циклом навчання. У дослідженні взяли участь учні 2-х класів (2-А – 33 учні, 2-Б – 32 учні) віком 7–8 років із різним рівнем розвитку когнітивних і пізнавальних функцій.

Практичне значення одержаних результатів полягає в тому, що підібрані психодіагностичні методики дослідження особливостей розвитку пам'яті молодших школярів можуть бути використані психологами ліцею з метою вивчення рівнів розвитку цього особистісного утворення; створена автором психологічна програма тренінгових занять може бути рекомендована до використання в практиці психологічного супроводу дітей молодшого шкільного віку з метою покращення пам'яті.

Наукова новизна одержаних результатів полягає у комплексному та системному дослідженні психологічних особливостей функціонування пам'яті учнів молодшого шкільного віку та науковому обґрунтуванні методики її розвитку за допомогою мнемотехнічних інструментів.

У магістерській роботі:

- *вперше* обґрунтовано цілісний підхід до розвитку пам'яті молодших школярів через інтеграцію мнемотехнік із комплексом мотиваційних, емоційних та когнітивних чинників;

– доведено, що синергія цих аспектів створює оптимальні умови для когнітивного зростання дитини, на відміну від раніше вивчених фрагментарних методів;

– розроблено та апробовано авторську тренінгову програму на основі мнемотехнік, яка продемонструвала значну ефективність у підвищенні рівня запам'ятовування, особливо в учнів із низькими стартовими показниками;

– удосконалено методику застосування мнемотехнічних інструментів в освітньому процесі початкової школи.

Структура роботи обумовлена метою, завданнями і логікою дослідження і складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, який налічує 54 найменувань та 5 додатків. Основний зміст роботи викладено на 90 сторінках комп'ютерного набору. У тексті міститься 8 таблиць та 8 рисунків. Загальний обсяг роботи – 100 сторінок.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ ОГЛЯД ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ДОВГОТРИВАЛОЇ ПАМ'ЯТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Розвиток пам'яті у дітей як наукова проблема

Відповідно до Закону України «Про повну загальну середню освіту», пріоритетом освітнього процесу є гармонійне становлення особистості. Цей процес передбачає розкриття природних обдарувань дитини та її глибинних прагнень через насичення внутрішнього світу актуальним досвідом і знаннями, що активізують прихований потенціал. Фундаментальну роль у цьому процесі відіграє пам'ять, а також уміння дитини ефективно використовувати її природні ресурси для засвоєння нової інформації.

Вступ до школи збігається з критичним етапом розвитку дитини, коли психічні процеси, зокрема пам'ять, проходять через глибоку трансформацію. Глибоке розуміння специфіки функціонування пам'яті в цей період є обов'язковою умовою для створення якісного освітнього простору та оптимізації методів навчання.

Питання розвитку пам'яті традиційно перебуває в центрі уваги наукової спільноти. Для молодших школярів характерним є високий рівень розвитку механічної пам'яті, що часто спонукає їх до дослівного зазубрювання матеріалу. Така стратегія створює перешкоди в подальшому навчанні, коли обсяг та складність інформації зростають. Розвиток логічної пам'яті у початкових класах дозволяє дитині опанувати раціональні методи збереження даних. Усвідомлення та розуміння змісту є основою природного запам'ятовування. Саме тому дорослим варто акцентувати увагу не лише на точності відтворення знань, а й на аналізі самих методів і прийомів, які дитина застосовує для обробки інформації [40].

У науковій праці О. О. Гайдаш та Д. В. Махотіної представлено ґрунтовний огляд еволюції пам'яті в молодшому шкільному віці. Дослідниці резюмують, що

в цей період розвиток пам'яті відбувається за двома основними векторами: зростання довільності та підвищення рівня усвідомленості. Процеси запам'ятовування трансформуються, стаючи свідомо керованими та опосередкованими. Такі якісні зміни в початковій школі передусім пов'язані з опануванням у межах навчальної діяльності різноманітних стратегій і прийомів логічної обробки та систематизації інформації [7].

У праці О. В. Тарасевич на основі аналізу наукових джерел досліджено психологічну специфіку становлення пам'яті в учнів початкових класів. Авторка підкреслює багатофункціональність цього процесу та взаємозв'язок усіх видів пам'яті, зазначаючи, що на старті навчання психічні функції мають переважно мимовільний характер, тоді як довільність виникає та закріплюється саме в ході освітньої діяльності [36].

На початковому етапі шкільного життя академічні успіхи дитини значною мірою залежать від ресурсів її природної пам'яті, про це пише А. А. Романюк. Проте з часом вектор змінюється: саме навчання починає визначати напрям і швидкість розвитку пам'яті. Дослідниця наголошує, що впровадження інформаційних технологій дозволяє модернізувати викладання класичних дисциплін, покращуючи сприйняття та засвоєння матеріалу. Завдяки використанню спеціалізованого програмного забезпечення та динамічного візуального контенту зростає концентрація уваги учнів, що сприяє якіснішій обробці та надійному збереженню інформації [27].

Науковці підкреслюють, що проведення тренінгів, розроблених з огляду на вікову специфіку, є дієвим інструментом для вдосконалення пам'яті в учнів початкових класів [21].

Проаналізувавши науковий доробок щодо становлення пам'яті в цей період, Ю. А. Кухарик сформулювала такі висновки: на початку шкільного навчання діти вже здатні до свідомого запам'ятовування, проте ця навичка перебуває на етапі формування; молодший шкільний вік відзначається глибокими якісними трансформаціями, зокрема активним становленням логічної пам'яті; схильність до дослівного зазубрювання пояснюється не лише віком, а й

браком досвіду: не вміючи розрізняти навчальні завдання, учні самостійно обирають установку на механічне відтворення; за умови грамотного педагогічного супроводу школярі успішно опановують навички осмисленого засвоєння доступного матеріалу; механічне запам'ятовування має і позитивний аспект, оскільки сприяє збагаченню лексичного запасу, розвитку культури мовлення, довільності та навичок самоконтролю; оскільки процес відтворення вимагає від дитини вміння цілепокладання та активізації мислення, вчителю необхідно навчати школярів раціональним прийомам обробки інформації для полегшення її подальшого згадування [18].

Згідно з фундаментальними положеннями загальної психології, пам'ять є ключовим складником когнітивної сфери та базовою психічною функцією. Вона дає змогу акумулювати враження про навколишнє середовище, опановувати нові знання та вміння, що стає підґрунтям для розширення життєвого досвіду та гармонійного розвитку особистості.

Функціонування пам'яті розпочинається із запам'ятовування – процесу інтеграції та закріплення нових даних. До основних етапів пам'яті також належать збереження, відтворення та забування. Структурно цей цикл можна представити у вигляді ланцюжка: введення інформації – її утримання – вихід результату.

У працях з вікової психології зверталася увага на схильність молодших школярів до дослівного засвоєння матеріалу. Така особливість зумовлена не біологічним віком, а браком практичного досвіду: діти часто не розмежовують завдання «зрозуміти» та «вивчити напам'ять». Ситуацію посилює відсутність конкретних методичних указівок учителя стосовно форми відтворення інформації. Надмірне навчальне навантаження за умови відсутності навичок логічної обробки тексту мимовільно змушує молодших школярів вдаватися до механічного зазубрювання [20].

На наше переконання, механічне заучування дає змогу накопичувати окремі факти, проте не забезпечує формування цілісної системи знань.

Перевантаження пам'яті неструктурованими даними ускладнює подальший пошук необхідної інформації.

Водночас, дослівне відтворення має і позитивні аспекти. Воно сприяє збагаченню лексикону, розвитку культури мовлення та становленню довільної пам'яті. Крім того, під час заучування вдосконалюються навички самоконтролю: школярі вчаться фіксувати помилки у власних відповідях та самостійно їх усувати [17].

Завдяки систематичним вправам спроможність учнів молодших класів до заучування та відтворення значно зростає, що позитивно впливає на загальну продуктивність пам'яті [17]. Це свідчить про інтенсивний розвиток не лише оперативної, а й довготривалої пам'яті.

У підлітковий період молодші школярі все частіше застосовують спеціальні стратегії запам'ятовування та опановують досконаліші мнемічні прийоми. Як наслідок, зростає точність і якість збереження даних, причому ефективність засвоєння текстової інформації прогресує швидше, ніж запам'ятовування реальних об'єктів чи ілюстрацій [1]. На нашу думку, свідоме використання вдосконалених мнемічних прийомів є ключовим фактором оптимізації довготривалої пам'яті.

У процесі становлення пам'яті учнів молодших класів відбуваються не лише кількісні зрушення, а й глибокі якісні трансформації. Під впливом навчання активно розвивається логічна пам'ять, яка відіграє вирішальну роль у засвоєнні академічних знань.

На наше переконання, саме логічне запам'ятовування є фундаментом для формування системних знань, а не просто накопичення розрізнених фактів. Така структурована інформація надійніше зберігається в довготривалій пам'яті та забезпечує швидкий доступ до потрібних даних у майбутньому.

Паралельно в молодшому шкільному віці трансформується баланс між видами пам'яті: помітно зростає роль довільного запам'ятовування. Також спостерігається зміна пріоритетів у співвідношенні образної та словесно-логічної пам'яті – остання починає поступово переважати [6].

Для становлення логічної пам'яті учнів визначальною є роль педагога. Вчитель має орієнтувати дітей на першочергове розуміння змісту через такі інтелектуальні операції, як аналіз, зіставлення, встановлення зв'язків та класифікація, і лише після цього переходити до заучування [15]. Ми цілком поділяємо цю позицію, адже залучення довільного аналітичного мислення до процесів пам'яті забезпечує якісніше засвоєння інформації. Це можна порівняти з ретельним пережовуванням їжі, що є запорукою її ефективного перетравлення: усвідомлена обробка даних гарантує їх тривале зберігання та точне відтворення у майбутньому.

Науковці зауважують, що здатність порівнювати об'єкти та чітко розрізняти подібні й відмінні риси є фундаментом міцного запам'ятовування. Якщо не навчити школярів диференціювати матеріал, виникатимуть помилки, спричинені змішуванням інформації [9]. З огляду на це, ми вважаємо розвиток логічного мислення ключовим чинником еволюції довільної та довготривалої пам'яті у молодшому шкільному віці.

Згідно зі спостереженнями науковців, мимовільне запам'ятовування у першокласників та учнів другого й третього класів демонструє найвищу продуктивність, коли навчальний матеріал інтегрований у процес їхньої активної діяльності. Це відбувається навіть тоді, коли пряма мета запам'ятати інформацію не ставиться. Завдяки прогресу в розвитку мислення, мимовільна пам'ять молодших школярів стає більш систематичною та результативною. Опора на ресурси мимовільної пам'яті та створення відповідних умов для її роботи дозволяють дітям успішно засвоювати значні за обсягом та складні за змістом пласти знань [2].

О. В. Казаннікова визначає молодший шкільний вік як сенситивний період для розвитку пам'яті. Авторка солідарна з колегами у тому, що в цей час відбувається суттєвий зсув у співвідношенні видів пам'яті: довільне запам'ятовування розвивається випереджальними темпами, хоча мимовільне й надалі активно використовується. Вона зазначає, що процес оволодіння мнемічними діями має певну послідовність: спочатку учні опановують

інтелектуальні операції, необхідні для обробки даних, а вже потім вчать застосовувати їх як інструменти для запам'ятовування в різних ситуаціях. Особливо цінною для нашого дослідження є теза про те, що стимулюванню пам'яті в цей період сприяє розв'язання спеціальних мнемічних завдань у межах різноманітних видів діяльності [12].

Дослідниця Ф. Чупіна [44] встановила, що динаміка розвитку пам'яті та мислення суттєво залежить від методів навчання, обраних відповідно до віку учнів. Зокрема, експериментально підтверджено, що для молодших школярів ключовим стимулом інтелектуального зростання є дидактична гра. Водночас у третіх класах найбільшу результативність демонструє метод створення проблемних ситуацій, що виступає потужним стимулом для розвитку інтелектуальної рефлексії. Така тенденція є закономірним відображенням вікової динаміки психічного розвитку: ігрова діяльність, що була провідною на попередніх етапах, поступово втрачає свою детермінуючу роль у структурі особистості.

1.2. Класифікація видів пам'яті та динаміка їхнього становлення в освітньому середовищі

Фундаментальним когнітивним механізмом, що відповідає за накопичення, репродукцію та практичне використання набутого досвіду, є пам'ять. У період навчання в молодшій школі спостерігається інтенсивна трансформація цієї функції, оскільки цей вік характеризується суттєвою перебудовою всієї інтелектуальної сфери дитини. Розвиток пам'яті в цей час є результатом синергії природного біологічного дозрівання та активного впливу освітнього середовища, яке постійно стимулює різні мнемічні процеси через засвоєння нових дисциплін, зокрема іноземних мов та теоретичних знань.

Ефективність навчальної діяльності базується на взаємодії декількох видів пам'яті, кожен з яких виконує специфічне завдання у структурі опрацювання інформації. Згідно з науковою класифікацією, виділяють сенсорну,

короткочасну, оперативну та довготривалу пам'ять [10]. Їхня злагоджена робота забезпечує повний цикл когнітивної обробки – від первинного сприйняття до тривалого зберігання даних.

Первинною ланкою в когнітивному ланцюзі є сенсорна пам'ять, яка здійснює іконічну (візуальну) та ехоїчну (слухову) фіксацію сенсорних сигналів. Вона забезпечує утримання фізичних характеристик подразника, що є превізуальним фундаментом для селекції інформації та її подальшої передачі до структур короткочасної та довготривалої пам'яті. У період онтогенетичного розвитку сенсорний реєстр стає більш диференційованим, що корелює із чутливістю аналізаторних систем до візуальних та аудіальних стимулів [38].

Наступним рівнем когнітивної обробки є короткочасна пам'ять, що характеризується лімітованим об'ємом (за Джорджем Міллером) та лабільністю інформаційних слідів. У процесі пізнавальної діяльності суб'єкт здійснює когнітивну репетицію (повторення), що запобігає згасанню слідів та сприяє їх консолідації. Важливою функцією короткочасної пам'яті є не лише ретенція (збереження), а й активна семантична обробка даних у режимі реального часу. Наприклад, при засвоєнні іншомовної лексики спочатку формується фонетичний та семантичний образ у короткочасному сховищі, а через механізми елаборації (поглибленої обробки) та контекстуалізації відбувається трансфер знань до довготривалих структур.

На відміну від лабільних систем, довготривала пам'ять забезпечує тривалу експозицію досвіду. Її вдосконалення в молодшому шкільному віці пов'язане з переходом від механічного до логічного закарбування. Вирішальне значення тут мають метакогнітивні стратегії: категоризація, асоціативне кодування та схематизація, які інтегрують нові когнітивні одиниці в наявну систему ментального досвіду [20]. Особливу роль відіграє емоційна значущість стимулів: афективно забарвлена інформація має пріоритет у фіксації завдяки взаємодії пам'яті з мотиваційно-вольовою сферою особистості [31].

Окрему стратегічну роль відіграє оперативна (робоча) пам'ять, яка дозволяє суб'єкту утримувати інформацію в полі свідомості безпосередньо під

час виконання інтелектуальних операцій. Її розвиток у підлітковому віці тісно пов'язаний із формуванням когнітивної гнучкості та здатності до багатозадачності. Функціонування робочої пам'яті забезпечує здатність до маніпулювання ментальними репрезентаціями, висування гіпотез та здійснення самоконтролю. Корекційна робота психолога на цьому етапі спрямована на розширення об'єму робочої пам'яті та оптимізацію стратегій логічного аналізу [49].

У психологічному контексті результативність мнемічної діяльності залежить від взаємодії мимовільного та довільного запам'ятовування. Якщо мимовільне закарбування базується на безпосередньому інтересі, то довільне є цілеспрямованою інтелектуальною дією, що потребує довільної уваги та вольових зусиль. Ефективність цього процесу суттєво зростає при використанні мнемотехнічних прийомів (візуалізації, методу опорних пунктів), які трансформують хаотичний потік даних у структуровану систему [16, 34].

Соціальний аспект розвитку пам'яті реалізується через групову взаємодію, де виникає ефект соціальної фасилітації. Колективне розв'язання задач сприяє екстерналізації внутрішніх ментальних стратегій, що дозволяє суб'єкту глибше рефлексувати над матеріалом та вдосконалювати процеси відтворення інформації [33]. Таким чином, пам'ять постає не як пасивне сховище, а як динамічна, багаторівнева система, що розвивається в процесі активної взаємодії особистості з інформаційним та соціальним середовищем.

Застосування візуальної стимуляції (експозиція карток, структурно-логічних схем, графів) є однією з найбільш ефективних стратегій активізації мнемічних процесів. Зорові стимули виконують функцію зовнішніх опор, що полегшують кодування інформації та її переведення з короткочасної у довготривалу пам'ять. Завдяки залученню візуального аналізатора відбувається глибша когнітивна обробка даних, що забезпечує міцність формування енграм.

Інтерактивні методи та ігрова діяльність виступають потужними детермінантами залученості суб'єкта до пізнавальної активності. Вони не лише активізують внутрішню мотивацію, а й оптимізують розвиток мнемічних

функцій через безпосередній емоційний відгук. Психотехніки, що базуються на побудові асоціативних зв'язків та смислового групуванні, позитивно впливають на архітектуру пам'яті. Це сприяє не лише ефективному закарбуванню та відтворенню інформації, а й паралельно розвиває такі когнітивні властивості, як селективність уваги, дивергентність мислення та здатність до антиципації.

Колективні форми діяльності та метод проектів виступають каталізаторами пізнавальної активності, оскільки вони актуалізують механізми соціальної фасилітації. Взаємодія в групі забезпечує реалізацію діалогічного принципу пізнання, де суб'єкти здійснюють спільну рефлексію та когнітивну децентрацію. Процеси колективної дискусії стимулюють інтенсивну роботу пам'яті, підвищуючи рівень семантичної обробки інформації, що є ключовим фактором її подальшої консолідації та актуалізації. Крім того, груповий контекст розширює репертуар метакогнітивних стратегій: індивід, спостерігаючи за мисленнєвими операціями інших, інтерналізує ефективні способи структурування та кодування даних.

На етапі молодшого шкільного віку пам'ять суб'єкта має переважно мимовільний характер; домінує емоційно-образне кодування, яке є найбільш стійким завдяки високому рівню суб'єктивної значущості стимулів. Однак, у ході онтогенезу відбувається поступовий перехід до довільної пам'яті, що супроводжується розвитком вищих психічних функцій та здатності до вольової регуляції пізнавальних процесів. Це дозволяє суб'єкту цілеспрямовано оперувати інформацією, навіть за умови відсутності безпосереднього емоційного підкріплення.

Водночас, за умови недостатньої зрілості логічної пам'яті, суб'єкти часто схильні використовувати стратегії «механічного зазубрювання». Така форма ретенції має низьку ефективність через відсутність смислових зв'язків у структурі довготривалої пам'яті. З огляду на це, критично важливим є розвиток мнемотехнічних навичок, що базуються на складних інтелектуальних операціях: семантичному групуванні, ієрархічному структуруванні (складанні логічних планів), виділенні смислових опорних пунктів. Ці когнітивні стратегії

забезпечують не просто поверхнєве накопичення даних, а їх глибинну когнітивну опрацювання та інтеграцію в наявну систему знань [23].

Таким чином, цілеспрямована когнітивна стимуляція через використання мультимодальної наочності, інтерактивних психотехнік та групової взаємодії інтенсифікує розвиток мнемічної сфери особистості. Такий підхід забезпечує не лише високу міцність закарбування інформаційних енгам, а й сприяє мобільності когнітивних структур.

1.3. Види та структура довгострокової пам'яті

Численні дослідження вивчали обсяг фонологічної короткочасної пам'яті та виявили, що це надзвичайно стійке явище, яке дозволяє з високою точністю прогнозувати вербальне навчання [47]. Також цей процес тісно взаємопов'язаний із фонологічною обробкою. Очевидно, що достатній обсяг короткочасної пам'яті, адекватний інтервал утримання та ефективне повторення є необхідними для первинного навчання та кодування інформації в довготривалу пам'ять. Існує припущення, що чим довше інформація може утримуватися в короткочасній пам'яті, тим вища ймовірність її кодування в довготривалу. Хоча цей взаємозв'язок може бути вірним, ефективне навчання та кодування передбачають дещо більше, ніж просто пасивне утримання та фіксацію.

Зі свого боку, довготривала пам'ять підтримує функціонування короткочасної. Репрезентації довготривалої пам'яті безпосередньо збільшують обсяг короткочасного утримання. Коли інформація потрапляє до короткочасної пам'яті, пов'язані з нею дані в довготривалому сховищі активуються негайно й автоматично. Потім довготривала пам'ять надсилає підказки до короткочасної пам'яті, які можуть бути використані для відновлення частково втраченої інформації, тим самим розширюючи обсяг короткочасної пам'яті та інтервали утримання [50].

Ця взаємодія пояснює, здатність згадувати нещодавно отриману інформацію довше, ніж протягом кількох секунд. Нормальне функціонування

короткочасної пам'яті може бути необхідною передумовою для навчання та довготривалого кодування, проте його недостатньо для оптимального тривалого утримання інформації. Водночас, короткочасна пам'ять може функціонувати добре навіть за наявності порушень у довготривалій пам'яті. Таким чином, довготривала та короткочасна пам'ять є взаємопов'язаними, але все ж дисоційованими (окремими) системами (табл. 1.1).

Таблиця 1.1.

Подібності та відмінності короткострокової і довгострокової пам'яті.

Характеристика	Короткочасна пам'ять	Довготривала пам'ять
Обсяг	дуже обмежений	величезний (екстенсивний)
Тривалість утримання	секунди	від хвилин до років
Доступність	свідомий доступ до всього змісту	не весь зміст доступний свідомо
Кількість типів	тільки два типи	багато типів
Залежність від уваги	залежить від уваги	менш залежна від уваги
Вилучення (пошук)	тільки негайне	може бути тривалим у часі
Забування	миттєве	поступове
Застосування стратегій	піддається простим стратегіям	потребує складних стратегій
Оцінювання	легко оцінити	важко оцінити
Чутливість до травм мозку	менш вразлива	дуже вразлива
Характеристика	короткочасна пам'ять	довготривала пам'ять

Існує кілька способів моделювання та розуміння структури довготривалої пам'яті. Наприклад, безумовно, існують сховища пам'яті, пов'язані з кожним із п'яти почуттів: зоровим, слуховим, тактильним, нюховим та смаковим. Хоча більшість інструментів оцінювання просто поділяють довготривалу пам'ять на візуальні та аудіальні компоненти, дослідники та психологи-практики розробили більш детальну організацію структур довготривалої пам'яті, яка нині є загальноприйнятою і видається узгодженою з реальними структурами та функціями мозку [4].

Основним є поділ довготривалої пам'яті на явну (експліцитну) та приховану (імпліцитну). Виділяють два аспекти явної пам'яті: епізодичну та семантичну. Прихована пам'ять має три основні категорії: праймінг, класичне зумовлення та процедурне навчання (рис. 1.1).



Рис. 1.1. Структурна класифікація систем довготривалої пам'яті

Явна, або декларативна, пам'ять – це саме той вид пам'яті, який зазвичай мають на увазі, коли обговорюють пам'ять взагалі. На відміну від несвідомої прихованої пам'яті, сховища явної пам'яті містять інформацію, доступну для свідомого звернення. Явна пам'ять поділяється на два формати: епізодичну та семантичну. По суті, епізодична пам'ять – це пам'ять на події, а семантична – на факти. Однак кожна система пам'яті включає автобіографічні знання та знання про світ. Включення фактичних знань до епізодичної пам'яті розмиває традиційні межі між епізодичною та семантичною пам'яттю, оскільки інформація, позбавлена особистісного контексту, зазвичай вважається семантичною. Отже, ці дві системи пам'яті можна розглядати як паралельні системи обробки та зберігання, що частково перекриваються [45].

Епізодична пам'ять – це система зберігання та відтворення особистого досвіду та подій. Зокрема, вона складається з індивідуальних переживань, а також специфічних об'єктів, людей і ситуацій, з якими людина стикалася в певний час і в певному місці [8]. Хоча епізодична пам'ять здається переважно візуально-просторовою та контекстуальною, вона також містить вербальний зміст. Поняття епізодичної пам'яті еволюціонувало з того часу, як воно було вперше запропоновано Тулвінгом у 1972 р. Спочатку акцент робився на

автобіографічному змісті та згадуванні особисто пережитих подій. Останнім часом менше уваги приділяється автобіографічному компоненту і більше – відтворенню конкретних епізодів. Ці епізоди включають як події формального навчання, так і особистий досвід.

Академічне навчання не потрапляє безпосередньо до семантичного сховища; отримана інформація спочатку зберігається як епізоди. Коли нещодавно вивчений фактичний матеріал відтворюється, він насправді вилучається з епізодичного сховища разом із джерелом, деталями та контекстом події навчання [53].

Вже наявна цілісна репрезентація пам'яті, зазвичай пов'язана зі схемою або «скриптом», що зберігається в семантичній пам'яті, має вирішальне значення для функціонування епізодичної пам'яті. Під час створення нового епізодичного спогаду асоціативні процеси пов'язують деталі конкретної події з усталеними структурами, які функціонують як шаблони. Ймовірно, відсутність стійких епізодичних спогадів з раннього дитинства є результатом браку схем або скриптів, з якими могли б інтегруватися нові епізодичні сліди [52]. Окрім зв'язку з уже існуючими структурами пам'яті, різні аспекти досвіду чи епізоду повинні бути поєднані таким чином, щоб це дозволило їх реінтегрувати під час відтворення.

Семантична пам'ять – це сховище контекстно-незалежних фактичних і концептуальних знань, що включає загальні поняття, конкретні факти, автобіографічні факти та мову. Фактичні знання, такі як назви міст, кольори квітів та характеристики тварин, зберігаються в семантичній пам'яті. Подібно до епізодичної пам'яті, ємність семантичної пам'яті видається безмежною інформацією, що зберігається в ній, може залишатися доступною протягом усього життя. На відміну від епізодичної пам'яті, яка залежить від контекстуальних асоціацій, організація семантичної пам'яті базується на значенні та понятійних зв'язках. Хоча епізодичне засвоєння видається миттєвим, семантичне набуття знань є більш складним процесом [5]

Когнітивні психологи вважають, що семантичні спогади організовані за понятійними або реляційними категоріями, які розташовані ієрархічно. Ця модель пояснює ефективність зберігання в семантичній пам'яті, оскільки загальні властивості (наприклад, характеристики виду тварин) потребують лише одноразового представлення [52].

Існує чимало поведінкових доказів на користь цієї моделі: час реакції при вилученні пов'язаного змісту є коротшим, ніж коли зміст не пов'язаний. Нейропсихологічним підтвердженням категоріального зберігання є той факт, що специфічні знання забуваються раніше за загальні. Тенденція зберігати загальні знання замість деталей пояснює, чому значна частина людських знань є приблизною та імовірнісною, а не точною.

Організаційна структура семантичної пам'яті добре підходить для академічного навчання, яке робить значний акцент на концептуальному та фактичному матеріалі. Для більшості людей семантичні структури мають радше вербальну, ніж візуальну основу, що також узгоджується з традиційним академічним викладанням та формою подання знань [11].

Отже, доцільно вважати, що академічне навчання насамперед залежить від семантичної пам'яті, хоча епізодична пам'ять також відіграє критично важливу роль. Якщо академічні знання мають зберігатися довше, ніж кілька днів або тижнів, інформація, яка спочатку була зафіксована епізодично, має в кінцевому підсумку бути перенесена до семантичної пам'яті.

Загальноприйнятий погляд на співвідношення між епізодичною та семантичною пам'яттю полягає в тому, що інформація, отримана під час повторюваних епізодів, поступово стає загальним знанням (семантичною пам'яттю). Коли знання тільки набуваються, вони представлені епізодично, і спогад про них включає відтворення епізоду (або епізодів) навчання. У міру того як триває процес навчання, репрезентація пам'яті зміщується з епізодичної на семантичну. Результатом стає те, що людина просто «знає» інформацію, не маючи потреби або можливості пригадати конкретні навчальні події [48].

Точний механізм цього переходу залишається невідомим, але припускають, що знання, засновані на правилах і поняттях, якимось чином абстрагуються з навчальних епізодів. Тобто серія подібних епізодів веде до вилучення сенсу та формулювання знання. Те, що починається як особисто пережиті окремі події, зрештою перетворюється на семантичне знання. Як тільки інформація закріплюється як семантичне знання, люди зазвичай забувають навчальні або експериментальні епізоди, що призвели до засвоєння цих знань. Іншими словами, вони просто знають, що факти є правдивими, хоча не можуть пригадати, коли, де, як або з ким вони про це дізналися.

З цього випливає, що розвиток семантичної пам'яті принаймні частково залежить від епізодичної. Як доказ часто наводять функціонування осіб із набутих травмами мозку: при порушенні епізодичної пам'яті вони відчують труднощі з розширенням семантичної [22, 29]. Проте останні дані вказують на те, що семантична пам'ять здатна засвоювати нову інформацію навіть за дисфункції епізодичної, якщо є повторювані можливості для навчання [51]. З іншого боку, психологи з розвитку загалом припускають, що епізодична пам'ять залежить від семантичної, оскільки семантична пам'ять, очевидно, розвивається першою [37]. Хоча залишається незрозумілим, яка система виникає раніше, епізодичну та семантичну пам'ять можна розглядати як інтерактивні та взаємозалежні аспекти явної пам'яті, а не як дві окремі, ізольовані структури. Зрештою, семантичні знання походять від накопичення особистого досвіду, а епізодична пам'ять інтерпретується крізь призму структур семантичних знань.

Автобіографічна пам'ять стосується спогадів, які люди мають про себе та свої стосунки з навколишнім світом [46]. Вона складається зі згадок про події власного життя, а також фактів про себе, що дають індивіду відчуття власного «Я». Автобіографічна пам'ять не є окремою системою; швидше, ці типи спогадів зберігаються як в епізодичній, так і в семантичній пам'яті. Пережитий досвід, що включає контекстуальні деталі (коли, де і з ким це сталося), зберігається в епізодичній пам'яті, тоді як автобіографічні факти (наприклад, дата народження) утримуються в семантичній пам'яті.

Процедурна пам'ять – це знання про те, як щось робити; вона включає навички та звички. Хоча на ранніх етапах більшості видів процедурного навчання задіяні свідомі процеси, і тренування зазвичай можна пригадати, процедурне навчання може відбуватися і без здатності згадати процес підготовки. Навіть якщо люди можуть свідомо отримати доступ до етапів засвоєної процедури або навички, свідоме відтворення не є обов'язковим для її виконання. Тому вона вважається типом прихованої пам'яті [10].

Іншими ознаками того, що процедурне навчання є частиною системи прихованої пам'яті, є те, що воно не залежить від явної пам'яті, і процедурні навички зберігаються навіть тоді, коли явна пам'ять стає недоступною (наприклад, при амнезії чи деменції). Процедурна пам'ять включає когнітивне, перцептивне, моторне та інші типи навчання. Наприклад, вона охоплює вміння зливати фонем у слова, що плавно вимовляються, або навички дриблінгу та кидків у баскетболі. Процедурна пам'ять накопичується завдяки досвіду, що проявляється у змінах поведінки. Свідоме усвідомлення не є необхідним для точного виконання навички. Наприклад, автоматизовані та рефлексорні дії під час керування автомобілем залежать від процедурної пам'яті. Вона формується повільно через практику та повторення, але, як правило, зберігається на все життя. Наприклад, люди ніколи не забувають, як їздити на велосипеді, і навіть особи з глибокою стадією Альцгеймера зберігають свої процедурні знання.

Нейропсихологічні дослідження свідчать, що прихована (імпліцитна) пам'ять продовжує функціонувати навіть після повної втрати явної (експліцитної). Існують також розбіжності в траєкторіях їхнього розвитку: прихована пам'ять досягає дорослого рівня у відносно ранньому віці та залишається стабільною протягом усього життя [54]. Натомість явна пам'ять розвивається повільніше, але її вдосконалення триває до повноліття.

Попри докази існування двох окремих систем, прихована та явна пам'ять постійно взаємодіють. Обидві вони є важливими для опанування академічних навичок, наприклад, для навчання декодуванню слів (читанню). Вміння розпізнавати слова не змогло б розвинути лише завдяки явному навчанню.

Праймінг та процедурне навчання є критично важливими для автоматизації розпізнавання слів, а також для формування навичок сегментування фонем та їхнього подальшого злиття у цілісне слово.

На додаток до здатності пам'ятати те, що сталося в минулому, люди також кодують, зберігають і вилучають наміри та плани щодо майбутніх дій. Здатність пам'ятати про виконання запланованої дії в майбутньому відома як проспективна пам'ять, на відміну від відтворення раніше набутої інформації, що називається ретроспективною пам'яттю. На відміну від ретроспективної, проспективна пам'ять зазвичай є самогенеруючою, складається з невеликого обсягу інформації та передбачає певну дію, а не просто знання [30].

Прспективні спогади, засновані на часі, зазвичай важче запам'ятати, ніж ті, що засновані на подіях. На думку деяких експертів [28], проспективна пам'ять – це не стільки окремий тип пам'яті, скільки набір процесів. Крім того, оскільки проспективна пам'ять потребує планування, вона може бути більшою мірою функцією лобових часток мозку та робочої пам'яті, ніж довготривалої пам'яті.

Дуже характерні, незвичні або унікальні підказки є ефективними для стимулювання проспективної пам'яті. Можливості переглянути свої наміри та подумки їх прорепетирувати також підвищують імовірність виконання дії. Звісно, більшість дорослих використовують зовнішні допоміжні засоби, такі як списки, таймери та календарі зустрічей. Проспективна пам'ять є важливим елементом функціональної, повсякденної пам'яті [30].

Висновки до розділу

На основі проведеного аналізу наукових джерел та теоретичних засад дослідження можна констатувати, що пам'ять є фундаментальним складником когнітивної сфери молодшого школяра. Вона виступає системоутворювальною психічною функцією, яка дозволяє не лише накопичувати знання, а й формувати цілісну систему ментодосвіду. Це є необхідною умовою для когнітивного та особистісного дозрівання в межах освітньої діяльності.

Молодший шкільний вік визначається як період глибокої якісної трансформації мнемічних процесів. Основний вектор цього розвитку полягає в поступовому переході від мимовільного та механічного закарбування до свідомого, довільного та опосередкованого логічними операціями запам'ятовування. У цей час відбувається становлення логічної пам'яті, яка дозволяє дитині оперувати когнітивними стратегіями обробки даних, такими як семантична класифікація, аналіз та встановлення смислових зв'язків.

Ефективність функціонування мнемічної сфери учнів безпосередньо залежить від злагодженої взаємодії її структурних компонентів: сенсорної, короткочасної, оперативної та довготривалої пам'яті. Сенсорна ланка забезпечує первинний прийом сигналів (іконічне та ехоїчне кодування), тоді як короткочасна та оперативна пам'ять дозволяють обробляти інформацію в режимі реального часу, що є критично важливим для виконання інтелектуальних завдань. Кінцевою метою цього циклу є консолідація знань у довготривалих структурах, що забезпечує стабільність інформаційного сліду та можливість його ефективної актуалізації у майбутньому.

Важливим чинником оптимізації цього процесу є залучення спеціальних психотехнічних стратегій. Використання мультимодальної наочності, інтерактивних методів, ігрових технік та соціальної взаємодії у групових проєктах дозволяє зробити навчання більш емоційно насиченим та осмисленим, активізуючи внутрішню пізнавальну мотивацію. Такі підходи не лише покращують якість збереження інформації, а й сприяють розвитку вищих когнітивних навичок, зокрема вольової регуляції, планування та самоконтролю.

Варто зауважити, що пам'ять – це складна система взаємозалежних процесів, де короткочасне утримання інформації є лише першим етапом для її подальшого закріплення в довгострокових сховищах. У ході когнітивного розвитку знання трансформуються від тимчасових епізодичних спогадів до стійких семантичних структур довгострокової пам'яті, що дозволяє учню володіти фактами та концепціями без прив'язки до конкретного моменту їхнього засвоєння. При цьому явні форми довгострокової пам'яті постійно взаємодіють

із прихованими процедурними механізмами, забезпечуючи автоматизацію когнітивних та рухових навичок. Цілісне розуміння архітекtonіки довгострокової пам'яті, включаючи її проспективну функцію, є ключовим для ефективної організації когнітивного розвитку особистості [35].

Отже, успішне становлення пам'яті молодшого школяра вимагає грамотного психологічного супроводу, спрямованого на навчання дитини ефективним мнемічним прийомам. Замість простого механічного повторення, акцент має робитися на розумінні змісту, семантичній обробці та логічному структуруванні матеріалу. Це створює надійний фундамент для академічної успішності та подальшого інтелектуального зростання особистості в умовах сучасного інформаційного середовища.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ДОВГОТРИВАЛОЇ ПАМ'ЯТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

2.1. Організація та методика емпіричного дослідження психологічних особливостей довготривалої пам'яті молодших школярів

Експериментальне дослідження, проводилось на базі Куп'янського ліцею № 1 Куп'янської міської ради Харківської області.

Ліцей має структурно поділені навчальні підрозділи: початкову школу (1–4 класи), середню (5–9 класи) та старшу (10–11 класи). Основними напрямками діяльності закладу є реалізація освітніх програм відповідно до державних стандартів, організація навчально-виховного процесу, розвиток пізнавальної та соціальної компетентності учнів, а також забезпечення психологічного супроводу дітей та педагогів.

У дослідженні взяли участь учні 2-х класів (2-А – 33 учні, 2-Б – 32 учні) віком 7–8 років, з різним рівнем розвитку когнітивних і пізнавальних функцій. Ліцей має структурно поділені навчальні підрозділи: початкову школу (1–4 класи), середню (5–9 класи) та старшу (10–11 класи). Основними напрямками діяльності закладу є реалізація освітніх програм відповідно до державних стандартів, організація навчально-виховного процесу, розвиток пізнавальної та соціальної компетентності учнів, а також забезпечення психологічного супроводу дітей та педагогів.

Для проведення емпіричного дослідження були обрані методики:

– «10 слів» – дозволяє оцінити довільне запам'ятовування, обсяг і стійкість словесно-логічної пам'яті, кількість повторень, необхідних для засвоєння матеріалу (додаток А);

– «Запам'ятовування геометричних фігур» – спрямована на дослідження наочно-образної пам'яті, здатності сприймати, утримувати та відтворювати зорові образи (додаток Б);

– «Запам'ятовування сюжетних картинок» – дає можливість оцінити логічну пам'ять, вміння встановлювати смислові зв'язки та узагальнювати матеріал (додаток В);

– «Піктограми» – досліджує опосередковане запам'ятовування та формування асоціативних зв'язків), а також корекційно-розвивальні та тренінгові вправи, методи спостереження, анкетування, опитування, а також методи математичної статистики для обробки отриманих даних (додаток Г).

Результати проведеного на базі Куп'янського ліцею № 1 експериментального дослідження, у якому взяли участь 65 учнів других класів, дозволили отримати комплексне уявлення про стан мнемічних функцій школярів на етапі початкового навчання. Завдяки застосуванню діагностичного інструментарію, зокрема методик «10 слів» та «Запам'ятовування геометричних фігур», було визначено кількісні та якісні показники довільного словесно-логічного та наочно-образного запам'ятовування. Отримані дані математичної статистики підтвердили значну варіативність в обсягах пам'яті та стійкості уваги учнів, що свідчить про індивідуальні темпи формування когнітивних навичок у дітей віком 7–8 років.

Водночас використання методик «Запам'ятовування сюжетних картинок» та «Піктограми» виявило рівень розвитку опосередкованої пам'яті та здатність другокласників до побудови асоціативних зв'язків. Емпіричне дослідження показало, що поєднання діагностичних методів із корекційно-розвивальними вправами та тренінговими елементами сприяє активізації процесів аналізу й узагальнення інформації. Це підтверджує ефективність обраного комплексу методик для виявлення потенціалу логічної обробки матеріалу, що є необхідним фундаментом для подальшої розробки стратегій психологічного супроводу та оптимізації навчально-виховного процесу в ліцеї.

2.2. Аналіз результатів дослідження пам'яті молодших школярів

На основі теоретичного аналізу було встановлено, що пам'ять є розгалуженою системою ментальних процесів, які дозволяють індивіду акумулювати дані, утримувати їх у свідомості та актуалізувати у формі відтворення відповідно до актуальних завдань [26].

Протягом навчання у молодших класах прогресують усі різновиди мнемічної функції. Особливо інтенсивно закладається фундамент словесно-логічної пам'яті, яка, попри свій конкретний характер, починає базуватися на первинних наукових узагальненнях [32].

Еволюція пам'яті в цей період спрямована на посилення її довільності, розширення можливостей для усвідомленого самоконтролю та збільшення місткості логічних структур. Такі трансформації зумовлені новими інтелектуальними викликами, що постають перед школярем. У цьому віці спостерігається суттєвий зсув у співвідношенні типів запам'ятовування: роль довільних процесів значно зростає. Наукові дослідження підтверджують, що за умови професійного педагогічного супроводу діти вже здатні ідентифікувати опорні тези в матеріалі та вибудовувати між ними змістовні зв'язки для успішного засвоєння. Також вдосконалюється вміння цілеспрямовано відтворювати вивчене, хоча наочні об'єкти все ще фіксуються легше, ніж абстрактні тексти.

Освітній процес стимулює формування логічної пам'яті, що змінює баланс між образним та вербальним сприйняттям. Вирішальним фактором тут є спрямованість педагога на глибоке осмислення учнями матеріалу через аналіз, порівняння та класифікацію ще до етапу безпосереднього заучування.

Якість пам'яті молодших школярів – її точність, міцність та продуктивність – неухильно зростає, що пояснюється засвоєнням дитиною більш ефективних мнемонічних стратегій.

Якісні зміни відбуваються і в процесах ідентифікації об'єктів. Якщо учні перших класів під час впізнання орієнтуються переважно на загальні родові

характеристики, то третьокласники демонструють схильність до глибшого аналізу, виокремлюючи в предметах їхні специфічні та унікальні риси [39].

На основі отриманих даних можна зробити аналіз результатів дослідження пам'яті дітей молодшого шкільного віку за використання методики «10 слів».

Дуже високий рівень (10 балів) відмітили лише в одного учня 2-Б класу. Високий рівень (8–9 балів) показали лише три учні: 2 учні – 2-А клас та 1 учень – 2-Б клас. Значна частина школярів демонструють середній рівень (4–7 балів) – 26 учнів (12 учнів – 2-А; 14 учнів – 2-Б). Найбільше учнів (33) показали низький рівень (2–3 бали) пам'яті за методики «10 слів», такі результати можуть свідчити про домінування механічного запам'ятовування, труднощі у виділенні смислових зв'язків, а також недостатнє сформування мнемічних прийомів, що є характерним для молодшого шкільного віку. Це підкреслює потребу у спеціальних вправах та тренуванні пам'яті в навчальному процесі. Дуже низький рівень (0–1 бал) відмічений лише у двох учнів 2-А класу (табл. 2.1).

Таблиця 2.1.

Результати дослідження за методикою «10 слів»

Результати \ Вибірка	2-А клас (33 учня)	2-Б клас (32 учня)
Дуже високий рівень (10 балів)	0	1
Високий рівень (8–9 балів)	2	1
Середній рівень (4–7 балів)	12	14
Низький рівень (2–3 бали)	17	16
Дуже низький рівень (0–1 бал)	2	0



Рис. 2.1. Результати дослідження пам'яті дітей молодшого шкільного віку (2-А клас)

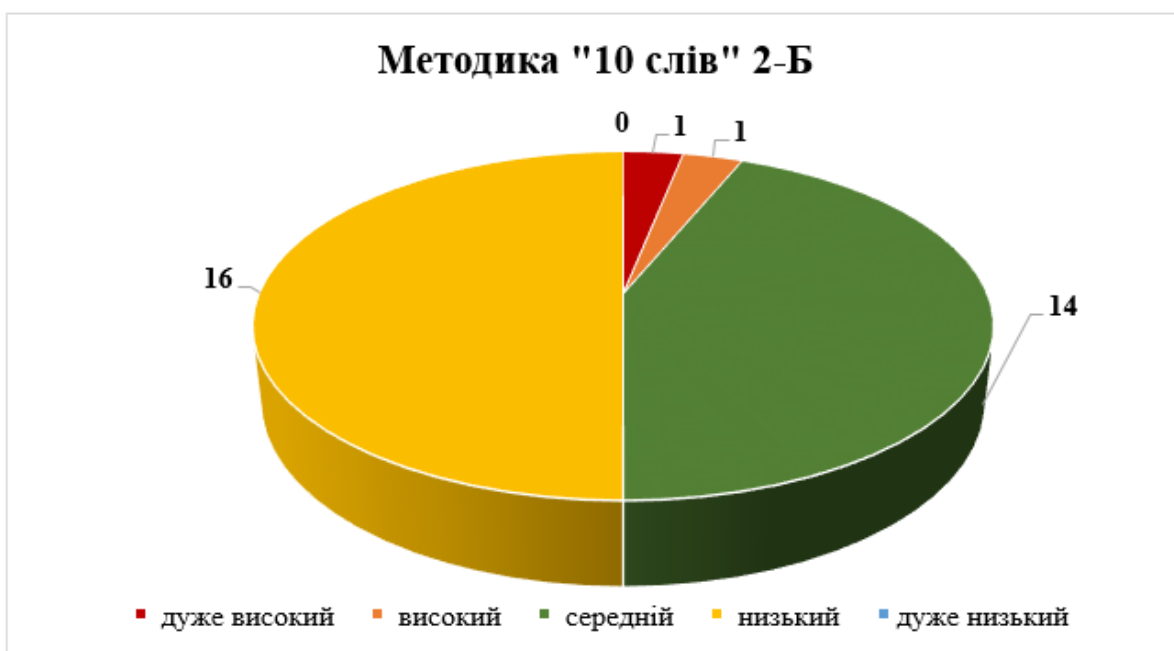


Рис. 2.2. Результати дослідження пам'яті дітей молодшого шкільного віку (2-Б клас)

Найбільше учнів (33) показали низький рівень (2–3 бали) пам'яті за методикою «10 слів», що може вказувати на недостатній розвиток механізмів запам'ятовування та відтворення на цьому етапі навчання. Такі результати можуть свідчити про домінування механічного запам'ятовування, труднощі у виділенні смислових зв'язків, а також недостатнє сформування мнемічних прийомів, що є типовим для молодшого шкільного віку.

Крім того, важливим фактором може бути підвищений рівень стресу, зумовлений умовами воєнного часу. Діти часто перебувають у психологічній напрузі, відчувають тривогу, нестабільність та перевантаження, що негативно впливає на роботу пам'яті, концентрацію та здатність до довільного запам'ятовування. Хронічний стрес порушує увагу й уповільнює когнітивні процеси, що також може позначатися на низьких результатах виконання мнемічних завдань.

Таким чином, отримані показники можуть бути зумовлені не лише віковими особливостями, а й впливом психологічного стану дітей, який формується в умовах війни.

«Запам'ятовування геометричних фігур»

На основі отриманих даних можна зробити аналіз результатів спрямованих на дослідження наочно-образної пам'яті, здатності сприймати, утримувати та відтворювати зорові образи у дітей молодшого шкільного віку за використання методики «запам'ятовування геометричних фігур».

Високий рівень зорової пам'яті відмічено у 15 учнів (23%). Це діти, які легко впізнають і відтворюють візуальні образи, добре концентруються та використовують природну наочно-образну пам'ять, характерну для цього віку.

Середній рівень показали 27 учнів (41%). Вони запам'ятовують переважно найбільш прості чи знайомі фігури. Їхня пам'ять достатньо розвинена, але нестійка, особливо за умов швидкого переключення уваги (табл. 2.2).

Таблиця 2.2.

Результати досліджень «Запам'ятовування геометричних фігур»

Результати	Вибірка	2-А клас (33 учня)	2-Б клас (32 учня)
Високий рівень (7–10 фігур)		7	8
Середній рівень(4–6 фігур)		15	12
Низький рівень (0–3 фігури)		11	12

Низький рівень відтворення фігур продемонстрували 23 учні (36%). Це може свідчити про труднощі у зосередженні, слабе утримання візуальної інформації, недостатнє формування довільної пам'яті.



Рис. 2.3. Результати дослідження пам'яті дітей використовуючи «запам'ятовування геометричних фігур» 2-А клас



Рис. 2.4. Результати дослідження пам'яті дітей використовуючи «запам'ятовування геометричних фігур» 2-Б клас

Дослідження показало, що більшість учнів добре справлялися із запам'ятовуванням простих геометричних фігур, що свідчить про достатній рівень наочно-образної пам'яті у другокласників. Водночас у деяких дітей спостерігалися труднощі з відтворенням послідовності та деталей фігур, що може вказувати на обмежену здатність до концентрації уваги та короткочасної візуальної пам'яті.

Зниження результатів у певної частини дітей може бути пов'язане з емоційним навантаженням і стресом, зумовленим воєнним станом, що впливає на здатність ефективно обробляти та зберігати візуальну інформацію.

Отримані дані підкреслюють необхідність використання спеціальних вправ на розвиток наочно-образної пам'яті, тренування спостережливості, концентрації та активного відтворення інформації через гру та інтерактивні завдання.

«Запам'ятовування сюжетних картинок»

Результати дослідження короткочасної та довготривалої зорової пам'яті за методикою «Запам'ятовування сюжетних картинок» демонструють високий рівень пам'яті (повністю відтворили сюжет) 10 учнів – 2-А клас і 9 учнів – 2-Б клас. Середній рівень (допустимі пропуски або помилки у послідовності) мають 15 і 14 учнів – 2-А та 2-Б відповідно. Низький рівень пам'яті (значні пропуски або зміни послідовності) мають 8 учнів 2-А та 9 учнів 2-Б класу (табл. 2.3; рис. 2.5).

Таблиця 2.3.

Результати дослідження за методикою «Запам'ятовування сюжетних картинок»

Результати \ Вибірка	2-А клас (33 учня)	2-Б клас (32 учня)
Високий рівень	10	9
Середній рівень	15	14
Низький рівень	8	9

Дослідження показало, що більшість учнів 2-А та 2-Б класів демонструють середній рівень логічної пам'яті, вміння встановлювати смислові зв'язки та узагальнювати матеріал. Частина дітей показала низький рівень, що свідчить про потребу в додаткових тренуваннях на розвиток уваги, концентрації та логічного мислення. Стресові фактори, зокрема війна, могли знижувати продуктивність пам'яті та здатність до усвідомленого запам'ятовування. Методика є ефективним інструментом для оцінки і розвитку логічної пам'яті у молодших школярів.

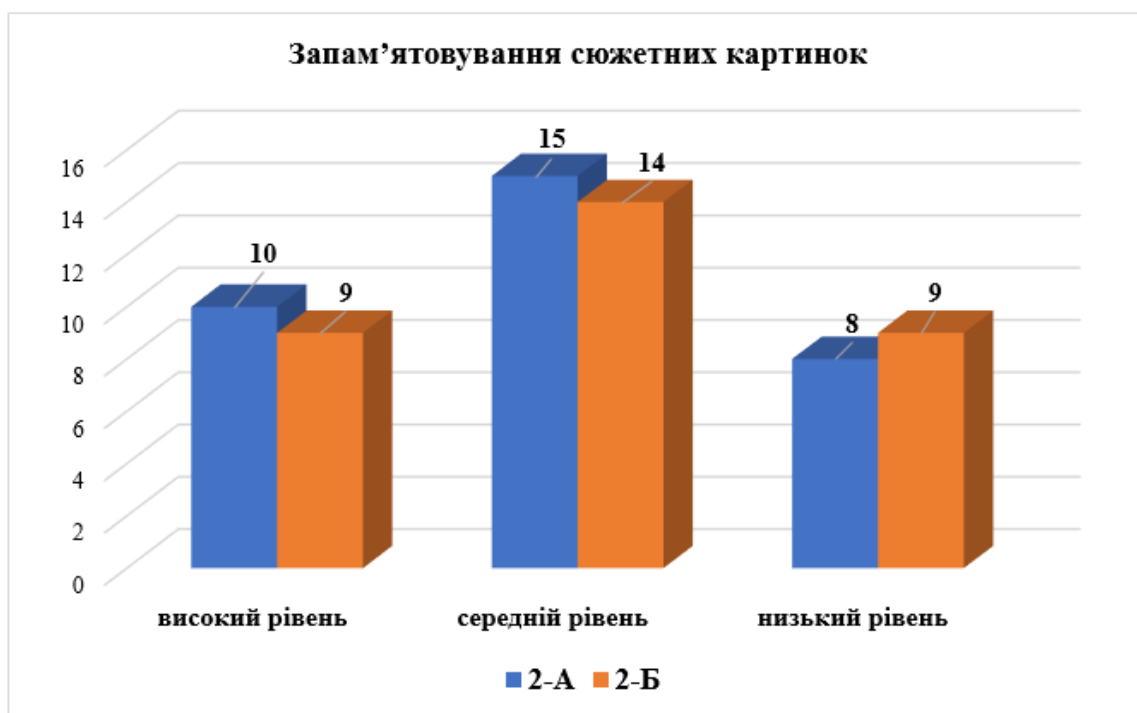


Рис. 2.5. Результати дослідження пам'яті дітей використовуючи «запам'ятовування сюжетних картинок»

Методика «Піктограм»

За результатами дослідження рівня розвитку опосередкованої пам'яті молодших школярів за методикою «Піктограм» результати показали, що більшість учнів обох класів демонструють середній рівень опосередкованої слухової пам'яті (32 учні), що свідчить про достатній розвиток навичок запам'ятовування інформації на слух. Частина дітей показала низькі результати, що може бути пов'язано з недостатньою концентрацією уваги, віковими

особливостями або стресовими факторами (наприклад, війна) (табл. 2.4; рис. 2.6, 2.7).

Таблиця 2.4.

Результати дослідження за методикою «Піктограм»

Результати	Вибірка	2-А клас (33 учня)	2-Б клас (32 учня)
Дуже високо розвинута опосередкована слухова пам'ять (10 балів)		2	1
Високо розвинута опосередкована слухова пам'ять (8–9 балів)		8	6
Середньо розвинута опосередкована слухова пам'ять (4–7 балів)		15	17
Низько розвинута опосередкована слухова пам'ять (2–3 бали)		7	7
Слабо розвинута опосередкована слухова пам'ять (0–1 бал)		1	1

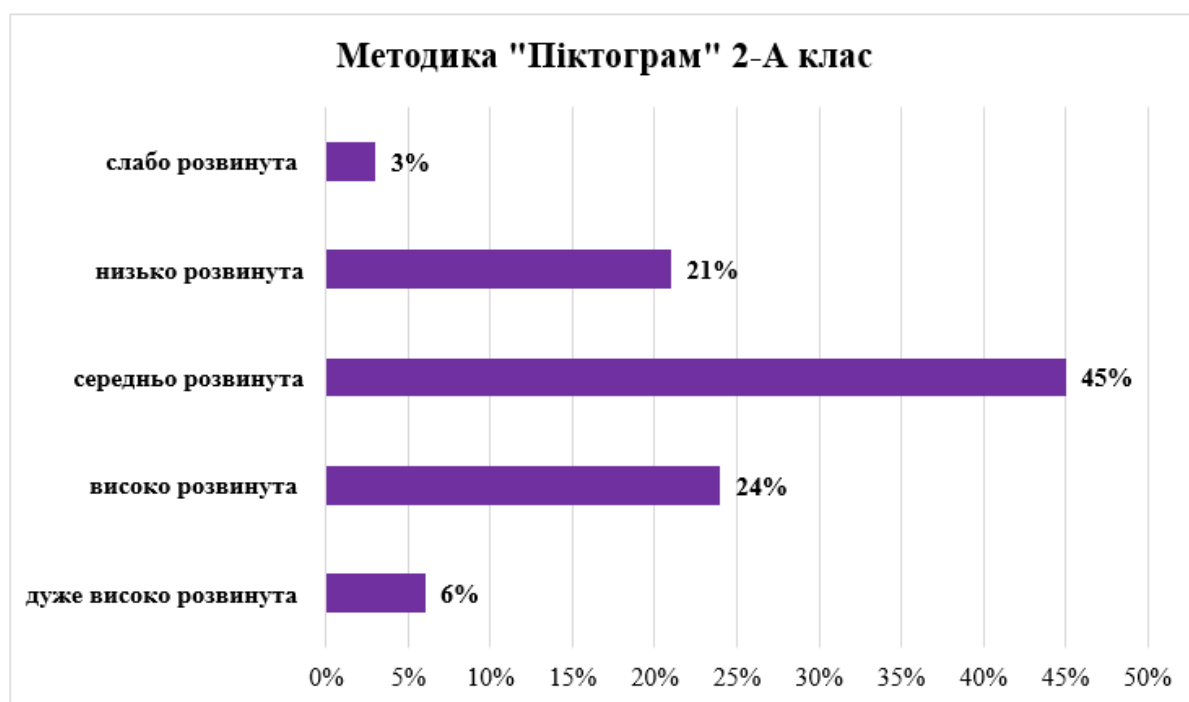


Рис. 2.6. Результати дослідження пам'яті дітей використовуючи методику «Піктограм» 2-А клас

Результати дослідження показали, що більшість учнів 2-А та 2-Б класів мають середній рівень опосередкованої слухової пам'яті, що свідчить про задовільний розвиток навичок запам'ятовування на слух.

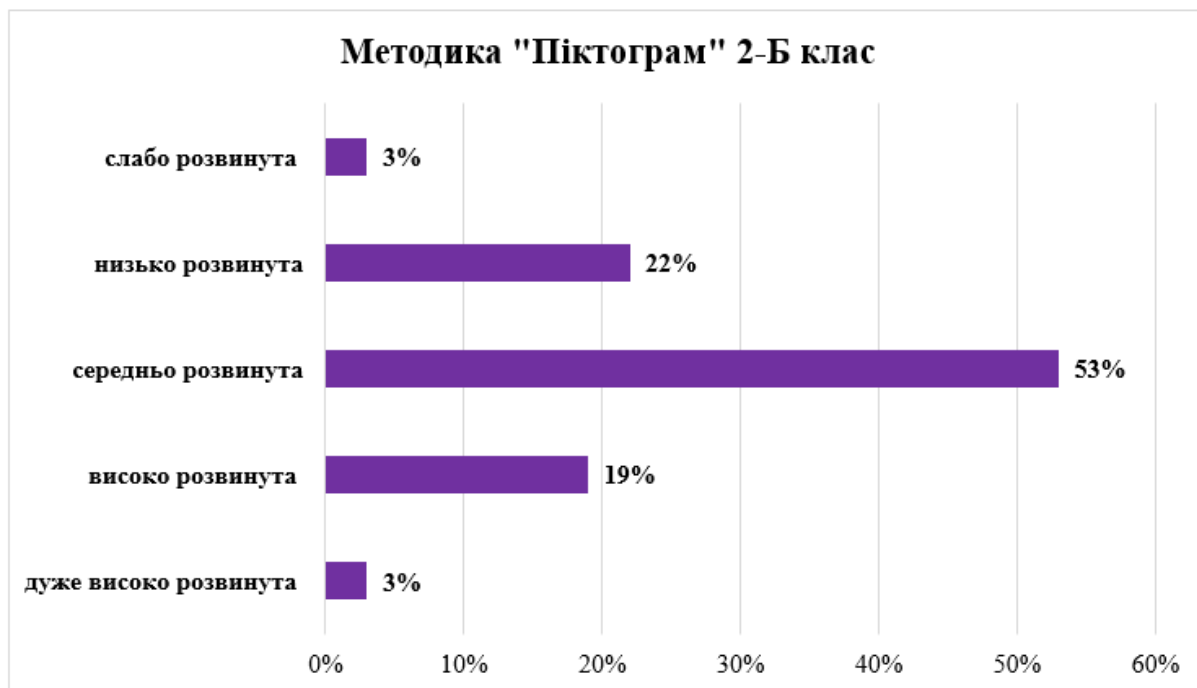


Рис. 2.7. Результати дослідження пам'яті дітей використовуючи методику «Піктограм» 2-Б клас

Водночас частина дітей показала низькі або дуже низькі результати, що може бути пов'язано з віковими особливостями концентрації уваги, недостатнім досвідом роботи з навчальним матеріалом або впливом стресових факторів, зокрема, умов воєнного часу. Загалом, результати вказують на потребу корекційних та тренувальних вправ для розвитку слухової пам'яті у молодших школярів.

Висновки до розділу

На основі проведеного комплексного емпіричного дослідження на базі Куп'янського ліцею № 1, у якому взяли участь шістьдесят п'ять учнів других класів, було сформовано цілісне уявлення про специфіку мнемічної діяльності дітей на етапі початкової школи. Методологічний апарат дослідження дозволив оцінити стан словесно-логічної, наочно-образної та опосередкованої пам'яті, що забезпечило багатогранний аналіз когнітивного потенціалу школярів.

Результати діагностики виявили переважання середнього та низького рівнів розвитку пам'яті у досліджуваній вибірці. Зокрема, дані за методикою «10 слів» продемонстрували, що більшість другокласників схильні до механічного заучування, а не до логічної обробки інформації. Це підтверджує наукові тези про те, що у віці 7–8 років навички свідомого керування пам'яттю та використання раціональних мнемічних прийомів перебувають лише на стадії активного формування і потребують цілеспрямованого педагогічного впливу.

Аналіз наочно-образної та логічної пам'яті показав дещо вищу продуктивність у порівнянні з вербальною. Учні краще впоралися із завданнями на відтворення сюжетних картинок та геометричних фігур, що пояснюється віковою особливістю молодших школярів спиратися на яскраві візуальні образи. Проте навіть у цих показниках спостерігалася значна варіативність, зумовлена індивідуальними темпами розвитку когнітивних функцій та різним ступенем сформованості довільної уваги.

Важливим аспектом дослідження стало виявлення негативного впливу зовнішніх чинників, зокрема психологічного стресу в умовах воєнного стану. Хронічна тривожність та емоційне напруження, характерні для дітей у цей період, безпосередньо позначаються на швидкості обробки інформації та міцності її збереження. Це зумовлює потребу в інтеграції корекційно-розвивальних вправ та психологічного супроводу в освітній процес для стабілізації емоційного фону та стимулювання пізнавальної активності.

Підсумовуючи отримані дані, можна стверджувати, що для підвищення ефективності навчання в ліцеї необхідно впроваджувати методики, спрямовані на перехід від механічного до логічного запам'ятовування. Навчання дітей прийомам класифікації, асоціацій та візуалізації допоможе сформувати надійний фундамент довготривалої пам'яті, що забезпечить успішне засвоєння складнішого навчального матеріалу в майбутньому.

РОЗДІЛ 3. ШЛЯХИ ТА МЕТОДИ ОПТИМІЗАЦІЇ РОЗВИТКУ ДОВГОТРИВАЛОЇ ПАМ'ЯТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

3.1. Використання адаптивних когнітивних технологій у процесі формування систем пам'яті

Пріоритетним напрямом сучасної педагогіки та корекційної психології є вдосконалення механізмів пам'яті у дітей дошкільного й молодшого шкільного віку. Дослідники зосереджуються на вивченні особливостей сприйняття, збереження та відтворення даних, оскільки саме ці процеси є фундаментом для становлення навчальної діяльності. Саме від стану когнітивних функцій, передусім пам'яті, безпосередньо залежить результативність засвоєння знань, формування базових навичок та соціальна адаптація учнів [43].

Мнемічні процеси складають фундамент психічної життєдіяльності дитини та є однією з найважливіших якостей людського буття. В межах психологічної науки пам'ять розглядається як ключовий пізнавальний процес, оскільки саме вона слугує базою для будь-якого інтелектуального засвоєння.

Пам'ять визначає розвиток здібностей дитини, виступаючи необхідною передумовою для накопичення знань та формування практичних умінь і навичок. Повноцінне функціонування особистості неможливе без цієї здатності, яка дозволяє набувати, зберігати та актуалізувати життєвий досвід для досягнення поставлених цілей.

Початок науковому експериментальному вивченню пам'яті поклав Г. Еббінгауз (німецький психолог, експериментатор, який вивчав закономірності забування – «крива забування»). Він першим розробив методики вимірювання мнемічних функцій та емпірично обґрунтував закономірності, за якими відбуваються процеси закарбування, утримання, відтворення та забування інформації.

Особливого значення набуває вивчення пам'яті в молодшому шкільному віці. У цей період відбуваються глибокі структурні зміни: трансформується

співвідношення між мимовільним і довільним запам'ятовуванням, а також між образними та словесно-логічними формами збереження даних [25].

Період навчання в початковій школі відзначається суттєвою перебудовою мнемічної сфери, насамперед у співвідношенні між мимовільним та довільним запам'ятовуванням. Хоча здатність фіксувати інформацію без спеціальних зусиль залишається важливою, саме довільне закарбування стає ключовим складником навчальної діяльності [24]. Дитина починає усвідомлювати, що успішне опанування знань вимагає цілеспрямованої роботи над власною пам'яттю [20].

Важливим для цього віку є становлення логічної пам'яті, яка являється інтелектуальним підґрунтям для глибокого засвоєння навчальних дисциплін [24]. Здатність виокремлювати головне та вибудовувати внутрішні зв'язки в матеріалі дозволяє учням значно ефективніше оперувати даними. Розвиток довготривалих структур пам'яті в цей період значною мірою залежить від якості навчання, де одним із базових методів зміцнення знань залишається систематичне повторення [20].

Трансформація пам'яті має як кількісний, так і якісний характер. Кількісний прогрес виявляється у зростанні обсягу збережених даних та тривалості їх утримання, тоді як якісний – у поступовому переході від механічного повторення до осмисленого аналізу [20]. Розвиток інтелектуальних операцій, необхідних для маніпулювання інформацією, що розпочався ще в дошкільлі, набуває в цей час особливої інтенсивності [24].

Схильність молодших школярів до дослівного відтворення текстів відіграє позитивну роль: вона збагачує лексичний запас, розвиває культуру мовлення та закладає основи самоконтролю. Використання цієї вікової особливості є дієвим способом тренування механізмів довготривалого зберігання. Водночас діти починають опановувати спеціальні мнемонічні прийоми, що підвищує точність і надійність згадування матеріалу [20].

Продуктивність пам'яті зростає, коли знання інтегруються в активну практичну діяльність. Для школярів цього віку найбільш прийнятними є

формати, що передбачають гру та живу взаємодію. Особливо це стосується першокласників, для яких ігрові методи є природним способом пізнання, що відповідає їхнім психофізіологічним особливостям [20].

Комплексний підхід до тренування пам'яті, що поєднує різні методики та активну залученість учня, створює міцний фундамент для майбутніх успіхів у навчанні. Чим змістовнішою є робота над розвитком когнітивних навичок у початкових класах, тим вищим буде інтелектуальний потенціал особистості у подальшому [20].

У молодшому шкільному віці відбувається стратегічний перехід від переважно епізодичного запам'ятовування до активного формування семантичної пам'яті. Накопичення великого масиву знань про світ і соціум вимагає від учнів розробки складних стратегій кодування та систематизації, що є важливим кроком когнітивної еволюції.

У цей період школярі починають активно використовувати такі стратегії опрацювання даних:

- повторення (перехід від механічного проговорювання окремих слів до їх групування за змістом);
- структурування (поступове впорядкування інформації та використання асоціативних ланцюжків);
- візуалізація (залучення яскравих уявних образів для кращого закріплення незвичного матеріалу);
- аналітичний пошук (активний аналіз наявних у пам'яті відомостей для вибору правильних варіантів під час відтворення) [24].

Дослідження показали, що формування пам'яті в дитини проходить шлях від мимовільного до довільного запам'ятовування, що значною мірою пов'язано з оволодінням мовленням та іншими психічними функціями [40]. Особливого значення надається формуванню мнемічної саморегуляції, яка дозволяє дитині свідомо управляти процесами фіксації та відтворення інформації.

У молодшому шкільному віці, згідно з даними українських дослідників, переважають образні форми пам'яті, тоді як словесно-логічна розвивається у

процесі навчання [3, 42]. Водночас функціональний розвиток пам'яті тісно пов'язаний із розвитком мислення, уваги та інших когнітивних процесів [28, 41].

Корекція розвитку пам'яті та мислення у дітей з інтелектуальними порушеннями – це тривалий процес, що базується на принципі поступовості (від простого до складного) та наочності. Оскільки інтелектуальні порушення мають стійкий характер, робота спрямована не стільки на «виправлення» а як на розвиток здатності дитини користуватися своїми когнітивними ресурсами.

Враховуючи особливості нейродинаміки дітей молодшого шкільного віку з інтелектуальними порушеннями, зокрема швидке виснаження уваги та сповільнений темп фіксації досвіду, пріоритетні шляхи корекції та розвитку пам'яті передбачають використання спеціальних засобів опосередкування. Це дозволяє структурувати навчальний матеріал у доступній формі та активізувати різні канали сприйняття дитини.

Коротко розглянемо основні шляхи та методи розвитку пам'яті.

1. Шляхи корекції та розвитку пам'яті.

Головне завдання корекції та розвитку пам'яті полягає – навчити дитину способів осмисленого запам'ятовування, оскільки механічна пам'ять у дітей молодшого шкільного віку часто переважає, але інформація швидко втрачається.

1) Мнемонічні стратегії та візуальне кодування – впровадження знакових символів, структурно-логічних схем і піктограм. Такий підхід формує стійку «візуальну опору», що полегшує фіксацію інформації в довготривалому сховищі.

Метод: Побудова «ілюстративного алгоритму» під час вивчення віршованих творів або переказу текстів.

2) Полімодальне сприйняття – одночасна активація різних сенсорних каналів (візуального, аудіального та кінестетичного).

Метод: Комплексне засвоєння графічних знаків (літер, цифр) через візуальний аналіз, фонетичне відтворення та тактильне моделювання (робота з пластичними матеріалами, малювання на сипких поверхнях).

3) Логічна архітектоніка матеріалу – систематизація даних шляхом їх розподілу на змістовні сегменти та інтеграція в ігрову діяльність для забезпечення міцного закріплення в пам'яті [14].

2. Стратегії корекції та вдосконалення мислення

Корекційний вплив фокусується на подоланні надмірної конкретності мислення та стимулюванні базових когнітивних операцій: аналітико-синтетичної діяльності, порівняння та ієрархічної класифікації.

1) Побудова підґрунтя для наочно-образного мислення – враховуючи недостатній розвиток абстрактно-логічних операцій, освітній процес базується на безпосередньому оперуванні об'єктами.

Метод: Застосування розвивальних дидактичних матеріалів (об'ємні пазли, конструктори), що дозволяють дитині наочно спостерігати та фізично перевіряти результати своїх логічних висновків.

2). Стимулювання операцій зіставлення та категоризації – розвиток здатності диференціювати другорядні характеристики об'єктів від їхніх суттєвих, визначальних ознак.

Вправа: «Четвертий зайвий» (спочатку з предметами, потім з картинками), сортування за кольором, формою або призначенням (істівне/неістівне).

3). Розвиток розуміння причинно-наслідкових зв'язків – робота з послідовними картинками.

Вправа: «Що спочатку, а що потім?». Дитина має відновити логічний ланцюжок подій (наприклад: брудні руки – мило – чисті руки) [13].

3. Дидактична гра як комплексний засіб

У молодшому шкільному віці для молодших школярів гра залишається найефективнішим методом навчання, оскільки вона знижує інтелектуальну напругу та підвищує інтерес.

1) Корекційні ігри на пам'ять та увагу: «Що змінилося?», «Чого не стало?», «Знайди таку ж іграшку».

2) Ігри на логічне мислення: «Чий будиночок?», «Знайди пару», «Склади ціле з частин» [13].

Впровадження корекційно-розвиткових занять ґрунтується на засадах індивідуалізації, принципі системного ускладнення навчального матеріалу, стимулюванні інтелектуальної ініціативи та забезпеченні позитивного психоемоційного середовища. Ефективність такої роботи підкріплюється використанням інноваційних цифрових технологій, міждисциплінарною взаємодією фахівців, активною участю родини в освітньому процесі, а також регулярним моніторингом динаміки досягнень учнів з дотриманням принципів інклюзії та рівних можливостей.

Процес планування розвивального впливу базується на ретельному аналізі необхідного рівня підтримки, характеру когнітивних труднощів та особистісного профілю дитини. Комплексний аналіз усіх чинників дозволяє гнучко адаптувати зміст занять, визначити оптимальну послідовність етапів роботи, обрати правильні методичні інструменти [19].

Для підвищення результативності корекційно-розвиткового впливу на школярів молодшого віку застосовують низку фундаментальних принципів та методологічних підходів:

- персоналізація освітньої траєкторії – адаптація змісту програм та складності завдань до індивідуального когнітивного профілю, зокрема особливостей архітекtonіки пам'яті дитини;

- принцип концентричності та послідовності – структурування матеріалу за вектором «від простого до складного» з обов'язковою циклічністю повторень, що є критичним для консолідації слідів у довготривалій пам'яті;

- стимулювання суб'єктної активності – активізація когнітивного пошуку через залучення до практичної діяльності, ігрових сценаріїв та інтерактивної взаємодії;

- психологічна фасилітація та мотивування – формування сприятливого мікроклімату, де система заохочень та підтримка під час труднощів стають рушіями пізнавального інтересу;

– сімейна детермінація розвитку – налагодження конструктивного партнерства з батьками для пролонгації навчального впливу в позашкільному середовищі;

– комплексність та мультидисциплінарність – синергія зусиль педагогів, психологів, логопедів та профільних фахівців для всебічного моніторингу та корекції розвитку пам'яті;

– технологізація навчання – інтеграція цифрових ресурсів та мультимедійних інструментів як засобів інтенсифікації інтелектуальних процесів;

– динамічний моніторинг – систематична верифікація навчальних досягнень та гнучка корекція розвивальних планів залежно від темпів прогресу школяра;

– соціальна інтеграція – забезпечення повноцінної взаємодії з однолітками для гармонійної адаптації у загальноосвітній простір [19].

Залучення дитини до активної суб'єктної ролі в освітньому процесі через систему практико-орієнтованих завдань та ігрових технік сприяє інтенсифікації обробки когнітивних даних та їхній стабільній консолідації. Прагматична спрямованість навчання дозволяє дитині ефективно переносити засвоєні знання у площину повсякденного досвіду, що виступає потужним стимулом для прискореного розвитку вищих психічних функцій.

Фундаментальне значення має емоційна архітектоніка навчання. Позитивне підкріплення та психологічна безпека діють як каталізатори нейродинамічних процесів: доведено, що сприятливий емоційний фон оптимізує функціонування гіпокампального комплексу. Це полегшує трансформацію інформаційних слідів у структури семантичної довготривалої пам'яті та суттєво підвищує загальну продуктивність мисленнєвої діяльності [19].

Впровадження цифрових інструментів, таких як інтерактивні панелі, спеціалізоване програмне забезпечення та мобільні освітні додатки, робить пізнавальний процес для молодших школярів більш аттрактивним та інклюзивним. Мультимедійні ресурси дозволяють диференційовано впливати на

різні компоненти когнітивної сфери, забезпечуючи якісний розвиток мнемічних та мисленнєвих операцій.

Корекційно-розвивальний вплив має базуватися на принципі міждисциплінарної синергії за участю педагогів та психологів. Такий інтегративний підхід дає змогу здійснити всебічний аналіз актуального рівня розвитку пам'яті дитини. Важливим складником успіху є когнітивне партнерство з батьками, що пришвидшує соціальну адаптацію дитини. Координація зусиль між закладом освіти та родиною гарантує єдність методологічних підходів у формуванні систем пам'яті.

Регулярне оцінювання прогресу дитини та відповідна корекція навчального процесу забезпечують ефективність корекційно-розвивальної роботи, при цьому оцінювання має бути комплексним і враховувати різні аспекти розвитку пізнавальних процесів.

Отже, шляхи та методи корекції розвитку пам'яті у школярів молодшого віку передбачають поєднання індивідуалізованих завдань, систематичного тренування когнітивних процесів, використання ігор і практичних вправ, створення позитивного емоційного середовища, застосування цифрових технологій, активну співпрацю педагогів і батьків.

3.2. Тренінгова програма психологічного супроводу розвитку пам'яті молодших школярів

У межах діагностичної діяльності було проведено первинне обстеження особливостей довготривалої пам'яті учнів із використанням стандартизованих психодіагностичних методик, спрямованих на оцінку обсягу семантичного та епізодичного запам'ятовування. Проведення діагностики дозволило не лише отримати кількісні показники ефективності збереження інформації, а й коректно організувати процедуру обстеження, дотримуватися етичних норм взаємодії з дітьми, інтерпретувати результати та узагальнити отримані дані щодо індивідуальних стратегій кодування.

На основі результатів первинної діагностики було організовано та проведено серію тренінгових занять (додаток Д), спрямованих на зміцнення зв'язків у системі довготривалої пам'яті, формування навичок логічного структурування та смислового групування матеріалу. Робота включала елементи психологічної просвіти (пояснення дітям, як працює їхня пам'ять), групових обговорень, практичних вправ на візуалізацію та створення асоціативних мереж. Участь у заняттях дала можливість на практиці застосувати знання про механізми консолідації пам'яті, спостерігати за динамікою засвоєння складних понять та формуванням довірливої атмосфери в класі.

Окреме місце у професійній діяльності займала консультативна взаємодія з учнями та їхніми батьками, яка здійснювалася у формі індивідуальних бесід та зворотного зв'язку за результатами діагностики. У процесі консультування відпрацьовувалися навички психологічної підтримки дитини у подоланні труднощів із відтворенням інформації та надання рекомендацій щодо використання мнемотехнік у домашніх умовах.

Заняття були спрямовані на підвищення психологічної обізнаності молодших школярів щодо способів кращого запам'ятовування та опанування ефективних стратегій переведення інформації з короткочасної до довготривалої пам'яті. Груповий формат сприяв активній взаємодії учасників, де діти ділилися власними враженнями, щодо успішного пригадування, що створювало підтримувальне середовище для інтелектуального розвитку.

Основна частина занять включала вправи на усвідомлення процесів кодування, ідентифікацію ключових опорних пунктів у текстах та аналіз типових помилок під час відтворення матеріалу. Застосовувалися елементи психоосвіти, ігрові методики на розвиток семантичної пам'яті, а також вправи на формування «скриптів» повсякденних дій. Учасники мали змогу відпрацювати практичні навички виділення головного, що є критично важливим для переходу від епізодичного сприйняття до системного знання.

Значну роль відігравали вправи, спрямовані на розвиток проспективної пам'яті та самоконтролю. Учасники вчилися аналізувати власні інтелектуальні

ресурси, визначати сильні сторони (наприклад, перевагу зорової чи слухової пам'яті) та внутрішні опори, які допомагають їм у навчанні. Такі вправи сприяли підвищенню впевненості у власних пізнавальних можливостях та формуванню відповідального ставлення до процесу навчання.

На завершальному етапі кожного тренінгового заняття проводилася рефлексія, під час якої учасники ділилися враженнями, оцінювали власний стан та усвідомлювали значущість отриманого досвіду. Це дозволяло закріпити результати роботи та підвищити мотивацію до подальшого застосування набутих навичок у повсякденному житті.

3.3. Результати апробації тренінгової програми психологічного розвитку пам'яті у молодших школярів

З метою визначення ефективності проведення психологічних тренінгів, спрямованих на розвиток довгострокової пам'яті, була проведена психологічна діагностика за допомогою методик, які презентовані вище.

Методика «10 слів»

Результати за методикою «10 слів» свідчать про покращення здатності до запам'ятовування. Тренінгові заняття позитивно вплинули на розвиток пам'яті в учнів. У 2-А класі відзначено значне покращення, оскільки більшість учнів із низьким рівнем піднялися до середнього. У 2-Б класі суттєво зменшилася кількість учнів із низьким рівнем (з 16 до 7), а частка учнів із середнім рівнем зросла до 22. У 2-А класі результати покращилися найбільше, адже 2 учні досягли дуже високого рівня (10 балів), а дуже низький рівень зник у цьому класі, що свідчить про ефективність методики. Кількість учнів із високим рівнем збільшилась у кожному класі. Середній рівень залишився найпоширенішим, що демонструє загальне покращення навичок запам'ятовування (табл. 3.1).

Таблиця 3.1.

Результати дослідження за методикою «10 слів»

Результати \ Вибірка	2-А клас (33 учня)	2-Б клас (32 учня)
Дуже високий рівень (10 балів)	2	1
Високий рівень (8–9 балів)	3	2
Середній рівень (4–7 балів)	20	22
Низький рівень (2–3 бали)	8	7
Дуже низький рівень (0–1 бал)	0	0

«Запам'ятовування геометричних фігур»

Результати дослідження за методикою «Запам'ятовування геометричних фігур» свідчать, що тренінгові заняття позитивно вплинули розвиток наочно-образної пам'яті, здатності сприймати, утримувати та відтворювати зорові образи в обох класах. У 2-А класі найбільше учнів із низьким рівнем змогли покращити свої результати до середнього рівня. У 2-Б класі покращення помітне за рахунок зменшення кількості учнів із низьким рівнем та збільшення високого рівня до 11 учнів. У 2-А класі також відзначено покращення, адже низький рівень зорової пам'яті знизився до 3 учнів. Тренінгові заняття є ефективним інструментом для розвитку зорової пам'яті у молодших школярів (табл.3.2).

Таблиця 3.2.

Результати досліджень «запам'ятовування геометричних фігур»

Результати \ Вибірка	2-А клас (33 учня)	2-Б клас (32 учня)
Високий рівень (7–10 фігур)	7	11
Середній рівень(4–6 фігур)	23	16
Низький рівень (0–3 фігури)	3	5

«Запам'ятовування сюжетних картинок»

За результатами дослідження короткочасної та довготривалої зорової пам'яті за методикою «Запам'ятовування сюжетних картинок» у 2-А класі найбільш відчутно зменшилася кількість учнів із низьким рівнем пам'яті (з 8 до 2) та покращився результат високого рівня на 2 учня. У 2-Б класі високий рівень пам'яті залишився незмінним (9 учнів), але покращився середній рівень з 14 на 19 учнів, що свідчить про значне покращення. Зменшення кількості учнів із низьким рівнем підтверджує ефективність занять. Загальна динаміка свідчить, що тренінги найкраще впливають на учнів із низьким та середнім рівнями, сприяючи їхньому покращенню (табл. 3.3).

Таблиця 3.3.

Результати дослідження за методикою «Запам'ятовування сюжетних картинок»

Результати \ Вибірка	2-А клас (33 учня)	2-Б клас (32 учня)
Високий рівень (8–10 балів)	12	9
Середній рівень (5–7 балів)	19	19
Низький рівень (0–4 бали)	2	4

Методика «Піктограм»

За результатами методики «Піктограм» спостерігається позитивний вплив тренінгових занять у обох класах. Значне покращення спостерігається у збільшенні кількості учнів із середнім та високим рівнем слухової пам'яті. У 2-А класі найбільше учнів змогли підвищити свої результати із низького до середнього рівня, а також 2 учня підвищили свій рівень до високо розвинутої опосередкованої слухової пам'яті. У 2-Б класі також кількість учнів із високим рівнем зросла на 2, що свідчить про ефективність занять. Слід зазначити, що в обох класах не відмічено учнів із слабо розвинутою опосередкованою слуховою пам'яттю демонструючи позитивний вплив тренінгових занять (табл. 3.4).

Таблиця 3.4.

Результати дослідження за методикою «Піктограм»

Результати	Вибірка	2-А клас (33 учня)	2-Б клас (32 учня)
Дуже високо розвинута опосередкована слухова пам'ять (10 балів)		2	1
Високо розвинута опосередкована слухова пам'ять (8–9 балів)		10	8
Середньо розвинута опосередкована слухова пам'ять (4–7 балів)		18	19
Низько розвинута опосередкована слухова пам'ять (2–3 бали)		3	4
Слабо розвинута опосередкована слухова пам'ять (0–1 бал)		0	0

Проведені тренінгові заняття комплексно вплинули на розвиток пам'яті молодших школярів. Усі чотири методики («10 слів», «Запам'ятовування геометричних фігур», «Запам'ятовування сюжетних картинок» та «Піктограми») показали позитивну динаміку після тренінгу: зменшилася кількість учнів із низьким рівнем пам'яті та зросла частка учнів із середнім, високим і дуже високим рівнями.

Учні 2-А та 2-Б класів продемонстрували покращення як механічної, так і логічної, слухової та зорової пам'яті. Особливо помітним є зростання результатів за методиками, що вимагають смислової обробки інформації, встановлення зв'язків та узагальнення. Це свідчить про те, що тренінги були ефективними для розвитку різних видів пам'яті та допомогли учням краще опанувати техніки запам'ятовування.

Таким чином, тренінгова програма довела свою результативність і є доцільною для використання у роботі з молодшими школярами з метою розвитку їхніх пізнавальних можливостей.

Висновки до розділу

У третьому розділі було обґрунтовано, розроблено та апробовано систему психологічних заходів, спрямованих на оптимізацію розвитку довготривалої пам'яті молодших школярів. Проведене дослідження дозволяє зробити такі висновки:

1. Встановлено, що розвиток довготривалої пам'яті в молодшому шкільному віці потребує переходу від механічного зазубрювання до свідомого використання мнемонічних стратегій. Впровадження таких методів, як візуальне кодування (пиктограми, опорні схеми), полімодальне сприйняття (залучення зору, слуху та тактильних відчуттів) та раціональне структурування матеріалу, дозволяє сформувати стійкі семантичні зв'язки. Це сприяє успішній консолідації інформації та її тривалому утриманню в пам'яті.

2. Психологічний супровід молодших школярів має базуватися на міждисциплінарній взаємодії та залученні батьків. Використання дидактичних ігор та цифрових технологій дозволяє знизити когнітивне навантаження та підвищити внутрішню мотивацію учнів. Емоційна насиченість занять та створення ситуації успіху виступають каталізаторами нейродинамічних процесів, що безпосередньо покращує продуктивність довготривалого зберігання даних.

3. Апробація спеціально розробленої тренінгової програми підтвердила її високу корекційну цінність. Програма, що включала вправи на формування «скриптів» повсякденних дій, розвиток проспективної пам'яті та навичок логічного групування, призвела до позитивних якісних і кількісних змін у мнемічній сфері учнів.

4. Результати підсумкової діагностики (за методиками «10 слів», «Пиктограми», «Запам'ятовування геометричних фігур» та «Сюжетних картинок») продемонстрували стійку позитивну динаміку в обох експериментальних класах:

– відзначено суттєве скорочення кількості учнів із низьким рівнем розвитку пам'яті;

– спостерігається зростання показників опосередкованого (логічного) запам'ятовування, що свідчить про перехід від механічних до смислових стратегій обробки інформації;

– учні почали активніше використовувати «зорові опори» та асоціативні ланцюжки, що покращило точність відтворення матеріалу.

Отже, розроблена система методів та апробована тренінгова програма є ефективним інструментом розвитку довготривалої пам'яті молодших школярів. Вона забезпечує формування міцного когнітивного фундаменту, необхідного для подальшого успішного навчання та інтелектуальної саморегуляції особистості.

ВИСНОВКИ

Підсумовуючи результати теоретико-методологічного аналізу та емпіричного вивчення проблеми, можна сформулювати такі загальні висновки:

1. Теоретичний огляд підтвердив, що молодший шкільний вік є сенситивним періодом якісної трансформації мнемічної сфери. Основним вектором розвитку є перехід від мимовільного та механічного закарбування до свідомої, довільної та опосередкованої логічними операціями пам'яті. Встановлено, що архітектоніка пам'яті в цей період базується на складній взаємодії сенсорних, короткочасних та оперативних структур, де визначальним чинником стає формування вищих психічних функцій та здатність дитини до семантичного кодування інформації.

2. З'ясовано, що ключовими детермінантами розвитку пам'яті є зміна провідної діяльності, становлення абстрактно-логічного мислення та опанування метакогнітивних стратегій (категоризації, схематизації, асоціативного зв'язку). Водночас виявлено, що зовнішні чинники, зокрема хронічний психологічний стрес в умовах воєнного стану, виступають бар'єрами для когнітивної продуктивності, спричиняючи зниження обсягу короткочасної ретенції та потребуючи спеціального психологічного супроводу для стабілізації емоційного фону.

3. Емпіричне дослідження (на базі 65 учнів ліцею) підтвердило переважну орієнтацію молодших школярів на механічне зазубрювання, попри наявну вікову готовність до логічної обробки даних. Діагностика зафіксувала домінування середнього та низького рівнів розвитку опосередкованого запам'ятовування. Виявлено розрив між потенційними можливостями інтелекту дитини та реальними стратегіями, які вона використовує, що обґрунтовує необхідність цілеспрямованого корекційного впливу.

4. Розроблена та апробована програма на основі мнемотехнічних методів довела свою ефективність у стимулюванні пам'яттєвих процесів. Використання когнітивних технологій (пиктограм, методів візуального та семантичного

структурування) дозволило змістити акцент із репродуктивного повторення на активну ментальну обробку. Повторна діагностика зафіксувала статистично значуще зростання показників обсягу та точності відтворення, а також зміну стратегій роботи з інформацією: учні почали свідомо використовувати «зовнішні опори» та логічні асоціації, що свідчить про успішне формування когнітивного фундаменту для подальшої саморегуляції особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛЕТЕРАТУРИ

1. Авер'янова А. М., Бушуєва Г. В. Когнітивний стиль у навчальній діяльності молодших школярів. *Освіта і наука: матеріали звітно-наукової конференції (6-10 квітня 2020 р., м. Київ), 2020. С. 711.*
2. Барчі Б. В., Купець І. Ю. Психологічні особливості запам'ятовування. *Сучасні тенденції розвитку науки й освіти в умовах поглиблення євроінтеграційних процесів: матеріали VI Всеукраїнської науково-практичної конференції, 13–14 травня 2021 р., м. Мукачєво. Мукачєво, 2021. С. 290–292.*
3. Белкіна Г. О. Розвиток пізнавальних процесів у дітей молодшого шкільного віку. Чернівці : Рута, 2018. 184 с.
4. Будченко І. Дослідження пам'яті та її видів у здобувачів вищої освіти під час практичної роботи з дисципліни «Фізіологія вищої нервової діяльності». *Новітні здобутки біологічної науки, : матеріали Всеукр. наук.-практ. Інтернет-конф. (м. Умань, 30 квіт. 2024 р.). Умань, 2024. С. 130.*
5. Ващук О. В. *Особливості формування мнемічних прийомів у дітей молодшого шкільного віку. Педагогіка та психологія: актуальні питання сучасних досліджень: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (Київ, 19–20 трав. 2023 р.). Київ : ГО «Київська наукова організація педагогіки та психології», 2023. С. 42–45.*
6. Ворона А. Р., Стрюкова Ю. В. Особливості розвитку пам'яті та процесу запам'ятовування у дітей молодшого шкільного віку. *Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі: матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції 28 квітня 2021 р., м. Запоріжжя. Запоріжжя : НУ «Запорізька політехніка», 2021. С. 305–307.*
7. Гайдаш О. О., Махотіна Д. В. Розвиток пам'яті у молодшому шкільному віці. *Актуальні питання сучасної психології. 2015. Т. 2. С. 209–214.*
8. Даценко О. А. Психологічні аспекти автобіографічної пам'яті особистості. *Теорія і практика сучасної психології. 2020. Т. 1. № 1. С. 26–30.*

9. Дмитрієва С. М., Бондаренко Л. М. Вікові особливості пам'яті старшокласників та шляхи її розвитку. *Конкурентоспроможність в умовах глобалізації: реалії, проблеми та перспективи*. 2016. № 1. С. 56–61.
10. Доброштан Н., Куліш О. Вікові особливості у дослідженнях видів і процесів пам'яті. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2020. Вип. 7. С. 37–44.
11. Желізко А., Мазяр О. Теоретичний аналіз особливостей розвитку пам'яті у дітей молодшого шкільного віку. *Актуальні проблеми психічного здоров'я: матеріали Всеукр. студентської інтернетконф. (25 травня 2023 р.)*. Житомир, 2023. С. 31–33.
12. Казаннікова О. В. Психологічний супровід молодших школярів із невротичним розладом. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. Т. 2. № 5. С. 73–77.
13. Камінчук М. В., Шишилова О. Д. Навчання через гру. *Теоретичні та практичні аспекти формування сучасних педагогічних технологій: матеріали наук.-практ. конф. (м. Київ, 12-13 лют. 2021 р.)*. Херсон, 2021. С. 64–66.
14. Корекційно-розвивальні технології навчання дітей з комплексними порушеннями розвитку /навчально-методичний посібник / Чеботарьова О. В., Блеч Г. О., Гладченко І. В., Бобренко І. В., Мякушко О. І., Сухіна І. В., Трикоз С. В. За наук. ред. О.В. Чеботарьової, О.І. Мякушко. К. : ІСПП імені Миколи Ярмаченка НАПН України, 2020. 558 с.
15. Кочерга О. В., Черпак Ю. В., Пазюк С. А. Психомоторна активність і пізнавальні процеси в стимулюванні творчих дій молодших школярів. *European humanities studies: State and Society*. 2023. № 4. С. 61–84.
16. Кузнецов М. А. Психологія моторної пам'яті : прикладні аспекти : монографія / М. А. Кузнецов, Є. В. Заїка, Ю. Ю. Ходикіна ; Харків. нац. пед. ун-т імені Г. С. Сковороди. Харків : Діса плюс, 2019. 446 с.
17. Купчишина В., Мацук Л. Психологічні особливості мовленнєвої діяльності дітей дошкільного віку. *Науковий журнал «Психологічні травелоги»*. 2022. № 1. С. 65–84.

18. Кухарик Ю. А. Розвиток пам'яті в молодшому шкільному віці. *Концептуальні шляхи розвитку науки та освіти*: матеріали III Міжнар. наук.-практ. конф. (Львів, 29–30 квіт. 2021 р.). Львів: Львівський науковий форум, 2021. Ч. 2. С. 32–33.

19. Ломницька Р.Я. Активізація пізнавальної діяльності здобувачів освіти за допомогою ігрових форм навчання. *Інноваційні програми і проекти в психології, педагогіці, освіті*: матеріали II Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Одеса, 13-14 берез. 2020 р.) / ГО «Інститут інноваційної освіти», Наук.-навч. центр приклад. інформатики НАН України. Одеса, 2020. С. 94–97.

20. Личик О., Крук С., Гаврилькевич В. Теоретичний огляд проблеми розвитку довготривалої пам'яті у дітей молодшого шкільного віку. *Молодий вчений*. 2021. № 11(99). С. 262–267.

21. Марченко І. О., Ржевський Г. М. Технології покращення пам'яті у дітей молодшого шкільного віку. Сучасні тренінгові технології для розвитку особистості: еко-тренінги : збірник наукових праць за матеріалами Всеукр. наук.-практ. конф. (Умань, 14 травня 2020 р.). Умань, 2020. С. 66–69.

22. Мельничук І. В., Павлова І. Г., Сидоренко К. В. Нейропсихологічні особливості порушення пам'яті та їх реабілітація. *Актуальні проблеми практичної психології* : матеріали наук. праць Всеукр. наук.-практ. Інтернет-конференції (19 травня 2023 року, м. Одеса), 2023. С. 211–214.

23. Невоєнна О., Ярош Н. Зв'язок емоційної пам'яті (спогадів) та захисних механізмів молоді. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*. 2021. № 71. С. 43–49.

24. Павелків Р. В. Вікова психологія : підручник. вид. 2-ге. Київ : Кондор. 2015. 469 с.

25. Прикладна корекційна психопедагогіка : олігофренопедагогіка: навчальний посібник / за ред. Гаврилова О. В. 2-ге вид. Кам'янецьПодільський : Друк-Сервіс, 2017. 599 с.

26. Пушонкова О. А., Марченко О. В., П'янзін С. Д. Культура пам'яті у постсучасному світі: динаміка, смислові режими, ціннісні контексти. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2024. № 48. С. 94–100.
28. Романюк А. А. Розвиток пам'яті молодших школярів засобами Інтернет. *Інформаційні технології в професійній діяльності*: матеріали XII Всеукр. наук.-практ. конф. (Рівне, 30 жовтня 2019 р.). Рівне, 2019. С. 27.
29. Савченко О. Я. Початкова освіта : сучасні стратегії. Київ : Шкільний світ, 2021. 240 с.
30. Сімовоник А. Особливості перспективної пам'яті у дітей: до постановки проблеми. *Personality and society*. 2018. С. 190.
31. Староста В. Технології інтерактивного навчання: сутність, класифікація. *Науковий вісник МНУ імені В.О.Сухомлинського. Педагогічні науки*. 2019. №1(64). С. 232 – 237.
32. Скрипченко О. В., Долинська З. В., Огороднійчук З. В. Загальна психологія. Підручник. Київ : Каравела, 2019. 464 с.
33. Слюсаревський М. М. Наукові уявлення про складові психіки великих груп: спроба інвентаризації. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 2018. № 41. С. 126–156.
34. Способи ефективного навчання, розвиток пам'яті та уваги. IZZI. URL: <https://ua.izzi.digital/DOS/760508/763122.html> (дата звернення: 10.08.2025).
35. Степанов Г. Ф., Ясиненко Н. Є., Давиденко В. Л., Васильєва А. Г. Біохімія короткочасної та довготривалої пам'яті. *Одеський медичний журнал*. 2021. № 5(177). С. 53–59.
36. Тарасевич О. В. Психологічні особливості розвитку пам'яті у дітей молодшого шкільного віку. *Гуманітарний корпус* : збірник наукових статей з актуальних проблем філософії, культурології, психології, педагогіки та історії. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2017. Вип. 12. С. 120–123.
37. Трачук Р. Г. Феномен епізодичної та семантичної пам'яті: від запам'ятовування до розуміння. *Редакційна колегія*. 2023. С. 91–93.

38. Український психологічний ХАБ. Сенсорна пам'ять це. ПСИХОЛОГ. URL: <https://www.psykholoh.com/post/сенсорна-пам-ять-це> (дата звернення: 10.08.2025).

39. Ушакова І. М. Вікова психологія : курс лекцій. Харків : НУЦЗУ, 2016. 123 с.

40. Фера С. В. Оптимізація розвитку мнемічних процесів дітей молодшого шкільного віку засобом розвивально-корекційних вправ. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2025. № 2). С. 153–158.

41. Фера С. В., Єронін О. В., Єроніна-Коливан Н. В. Особливості функціонування абстрактного мислення у школярів з інтелектуальними труднощами. *Тринадцяті Сіверянські соціально-психологічні читання: матер. міжнар. наук. онлайн-конф. (25 листопада 2022 р., м. Чернігів), 2023. Т. 1. С. 154–157.*

42. Фера С. В., Єроніна О. М. Формування абстрактного мислення у дітей з інтелектуальними порушеннями. *Ключові питання наукових досліджень у сфері педагогіки та психології у XXI ст.: матеріали міжнар. наук.-практ. конф. (м. Львів, 24–25 січня 2020 р.), 2020. Ч. 2. С. 35–38*

43. Фіцула М. Н. Педагогіка: навчальний посібник. К. : Академія, 2000, 544 с.

44. Чупіна Ф. Теорія і практика розвитку пам'яті молодших школярів на уроках івриту та єврейських традицій в умовах сучасної початкової школи. *Сучасна освіта: методологія, теорія, практика: матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної конференції (18 березня 2021 р., м. Дніпро), 2021. С. 120–122.*

45. Южакова О. І., Лакомська І. В. Прийоми оптимізації сприйняття та запам'ятовування навчальної інформації. Матеріали 79 наукової конференції викладачів академії. Одеса: Одеська національна академія харчових технологій. 2019. С. 420–422.

46. Baddeley A. Reflections on autobiographical memory. *Understanding autobiographical memory: Theories and approaches*. 2012. P. 70–88.

47. Dehn M. J. Working memory and academic learning: Assessment and intervention. *John Wiley & Sons*. 2011.
48. Ebersbach M., Feierabend M., Nazari K. B. B. Comparing the effects of generating questions, testing, and restudying on students' long-term recall in university learning. *Applied Cognitive Psychology*. 2020. № 34(3). P. 724–736.
49. Kalyani L.K. The Role of Technology in Education: Enhancing Learning Outcomes and 21st Century Skills. *International Journal of Scientific Research in Modern Science and Technology*. 2024. P.5–10.
50. Nairne J. S. Adaptive memory: Controversies and future directions. *What is adaptive about adaptive memory*. 2014. P. 308–321.
51. Nelson K. Explaining the emergence of autobiographical memory in early childhood. In *Theories of memory*. 2019. P. 355–385.
52. Renoult L., Irish M., Moscovitch M., Rugg M. D. From knowing to remembering: The semantic-episodic distinction. *Trends in Cognitive Sciences*. 2019. № 12. P. 1041–1057.
53. Renoult L., Rugg M. D. An historical perspective on Endel Tulving's episodic-semantic distinction. *Neuropsychologia*. 2020. № 139. P. 107366.
54. Yeates K. O., Enrile B. G. Implicit and explicit memory in children with congenital and acquired brain disorder. *Neuropsychology*. 2005. № 19(5). P. 618.

Обґрунтування методик кваліфікаційного дослідження

Методика 1.

«10 слів» (Методика А. Р. Лурія)

Мета: дослідження динаміки процесу заучування, оцінка стану пам'яті, стомлюваності, активності уваги.

Обладнання: протокол із 10 короткими односкладовими словами, що не мають між собою ніякого зв'язку. По отриманому протоколу будується графік «крива запам'ятовування».

Протокол результатів.

ПРОТОКОЛ											
№ спроби	Час	Кіт	Лід	Марс	Міст	Пес	Ліс	Сіль	Рись	Стіл	Додаткові слова
1											
2											
3											
4											
5											
6											
через годину											

Примітка: під кожним відтвореним словом у рядку, який відповідає номеру спроби, ставиться хрестик. Якщо досліджуваний називає зайве слово, вони фіксується у відповідній графі (останній стовбчик).



Графік запам'ятовування

Хід роботи. Експеримент проводиться в декілька етапів.

Інструкція: а) «Зараз ми перевіримо твою пам'ять. Я буду називати слова, тобі треба їх прослухати, а потім відтворити стільки слів, скільки

Продовження Додатку А

зможеш у будь-якому порядку».

Слова: *час, кіт, лід, марс, міст, пес, ліс, сіль, рись, стіл* (зачитуються дитині чітко, не поспішаючи).

б) «Тепер я знову назву ті ж самі слова, ти їх послухаєш і відтвориш – і ті, які вже називала, і ті які запам'ятав(ла) зараз. Називати слова можна у будь-якому порядку».

Далі експеримент повторюється без інструкцій. Перед наступними 3–5-м прочитаннями учень(иця) просто говорить: *«ще раз».*

Після 5–6 разового повторення слів, дослідник говорить досліджуваному: *«Через годину ти ці ж само слова відтвориш мені ще раз».*

За формою кривої можна зробити висновки щодо особливостей запам'ятовування.

Так, у дітей з кращим станом пам'яті з кожним відтворенням кількість правильно названих слів збільшується.

Діти, які відтворюють меншу кількість слів, можуть демонструвати застрявання на «зайвих словах». Велика кількість «зайвих слів» свідчить про розторможеність або розлад свідомості.

Крива запам'ятовування може вказувати на ослаблення уваги, на виражену стомленість. Підвищена стомленість реєструється в тому випадку, якщо досліджуваний відразу відтворив 8–9 слів, а потім, з кожним разом все менше і менше (крива графіка не підвищується, а знижується).

Крім того, якщо досліджуваний відтворює все менше і менше слів, це може свідчити *про забудькуватість і неухважність.*

Зигзагоподібний характер кривої свідчить про *нестійкість уваги.*

Крива, що має форму «плато», свідчить про *емоційну млявість* дитини, *відсутність у неї зацікавленості.*

Число слів, утриманих і відтворених після годинної перерви, свідчить про *довготривалу пам'ять.*

Продовження Додатку А

Оцінка результатів за методикою А. Р. Лурія

Бали	Результат	Рівень розвитку пам'яті
10	дитина запам'ятала і безпомилково відтворила всі слова за 6 або менше спроб	дуже високий
8–9	дитина запам'ятала і безпомилково відтворила за 6 спроб 8–9 слів	високий
6–7	дитина запам'ятала і безпомилково відтворила за 6 спроб 6–7 слів	середній
4–5	дитина запам'ятала і безпомилково відтворила за 6 спроб 4–5 слів	
2–3	дитина запам'ятала і безпомилково відтворила за 6 спроб 2–3 слова	низький
0–1	дитина запам'ятала і безпомилково відтворила за 6 спроб не більш 2-х слів.	дуже низький

Методика 2

«Запам'ятовування геометричних фігур»

Мета: Оцінити рівень розвитку зорової (наочно-образної) пам'яті, здатність до запам'ятовування та відтворення простих візуальних образів у дітей молодшого шкільного віку.

Обладнання: картки з 10 простими геометричними фігурами; чисті аркуші паперу; олівці або ручки; таймер/годинник.

Хід роботи (інструкція):

а). Дитині демонструють картку з 10 геометричними фігурами протягом 20–30 секунд.

б). Після цього картку забирають.

*в). Дитині пропонують на чистому аркуші **намалювати ті фігури, які вона запам'ятала.***

г). Час на відтворення – 1 хвилина.

д). Дозволяється відтворювати фігури у будь-якій послідовності.

Фігури: круг, квадрат, трикутник, прямокутник, ромб, овал, трапеція, хвиля, зірочка, хрестик.

Оцінка результатів:

10–7 фігур – високий рівень

4–6 фігур – високий рівень

0–3 фігури – низький рівень

Висновки: дана методика дозволяє визначити здатність дітей сприймати й утримувати в пам'яті зорові образи. У молодших школярів вона демонструє рівень сформованості наочно-образної пам'яті, ступінь концентрації уваги та стійкість зорового запам'ятовування. Результати є показовими для подальшої корекційної або тренінгової роботи з розвитку пам'яті.

Методика 3

«Запам'ятовування сюжетних картинок»

Мета: дослідити рівень логічної пам'яті, здатність встановлювати смислові зв'язки, узагальнювати інформацію та відтворювати цілісний сюжет.

Обладнання: набір сюжетних картинок (5–7), бланки для запису або чисті аркуші, ручки.

Хід роботи (інструкція):

а). Учням демонструють по черзі 5–7 сюжетних картинок із короткими простими подіями.

б). Кожну картинку показують протягом 5–7 секунд.

в). Після показу всіх зображень картинки прибирають.

г). Учням пропонують відтворити побачене: описати сюжети, назвати ключові елементи, або відтворити події у правильній послідовності (за варіантом методики).

д). Дітям дозволяється відповідати усно або письмово (залежно від організації дослідження).

Оцінка результатів.

Оцінювання проводиться за кількістю правильно відтворених: ключових деталей; сюжетних зв'язків; послідовності подій; логічної структури розповіді.

Умовна шкала:

8–10 балів – високий рівень логічної пам'яті (повне, послідовне, логічне відтворення).

5–7 балів – середній рівень (зберігається основний зміст, є незначні пропуски або помилки).

0–4 бали – низький рівень (уривчасте відтворення, порушена логіка, відсутні ключові деталі).

Висновки. Методика дозволяє визначити, наскільки учні здатні:

- встановлювати логічні зв'язки;
- розуміти причинно-наслідкові відношення;
- узагальнювати побачений матеріал;
- утримувати в пам'яті цілісний образ сюжету.

У молодших школярів результати зазвичай залежать від рівня розвитку мислення та мовлення, а також від уміння виділяти головне. Методика є інформативною для оцінки саме логічної та опосередкованої пам'яті, що має важливе значення для успішного навчання

Методика 4

Піктограма

Мета: дослідження особливостей опосередкованої пам'яті.

Обладнання: аркуш паперу; ручка (олівець); набір слів.

Хід роботи. Дитині дають ручку і аркуш паперу.

Інструкція: *«Зараз я буду називати різні слова і словосполучення, причому після кожного слова буду робити паузу. Під час цієї паузи ти повинен на аркуші паперу намалювати що-небудь таке, що дозволить тобі запам'ятати і потім легко відтворити це слово, яке я сказала. Постарайся малюнки робити якнайшвидше, інакше ми не встигнемо виконати все завдання. Слів і словосполучень, які треба запам'ятати, досить багато».*

Дитині послідовно одне за одним зачитуються наступні слова і словосполучення:

Слова: будинок, палиця, дерево, стрибати високо, сонце світить, весела людина, діти грають у м'яча, годинник стоїть, човен пливе по річці, кішка їсть рибу.

Після прочитання дитині кожного слова або словосполучення робиться пауза на 20 секунд. У цей час дитина повинна встигнути зобразити на даному їй аркуші паперу що-небудь таке, що надалі дозволить їй пригадати потрібні слова. Якщо за відведений час дитина не встигла зробити малюнок, то дослідник перериває її і зачитує чергове слово або речення.

Як тільки експеримент закінчиться, дослідник просить дитину, користуючись зробленими нею малюнками, пригадати ті слова і словосполучення, які їй були зачитані.

Оцінка результатів: За кожне правильно відтворене по власному малюнку слово або словосполучення дитина одержує 1 бал.

Правильно відтвореними словами вважаються не лише ті слова і словосполучення, які відновлені по пам'яті буквально, але і ті, які передані іншими словами, але точно за значенням

Продовження Додатку Г

Приблизно правильне відтворення оцінюється в 0,5 бали, а невірне – в 0 балів.

Максимальна загальна оцінка, яку дитина може отримати по цій методиці, становить 10 балів. Таку оцінку дитина отримає тоді, коли правильно пригадає всі без винятку слова і речення.

Мінімально можлива оцінка – 0 балів. Вона відповідає тому випадку, якщо дитина не змогла пригадати по своїх малюнках жодного слова або не зробила жодного малюнка.

Висновки про рівень розвитку опосередкованої пам'яті:

10 балів – дуже високо розвинута опосередкована слухова пам'ять;

8–9 балів – високо розвинута опосередкована слухова пам'ять;

4–7 балів – середньо розвинута опосередкована слухова пам'ять;

2–3 бали – низько розвинута опосередкована слухова пам'ять;

0–1 бал – слабо розвинута опосередкована слухова пам'ять.

ТРЕНІНГОВІ ЗАНЯТТЯ

Учасники тренінгу розташовуються за столами, де заздалегідь підготовлене необхідне обладнання для виконання вправ. Тренер ознайомлює присутніх із цілями та інструкціями кожної вправи, після чого проводить їх послідовно.

Мнемотехніка – це сучасний підхід до засвоєння нової інформації, що базується на спеціальних методах і прийомах. Ця освітня технологія забезпечує дітям легкий і комфортний процес навчання незалежно від віку. Використовуючи природні механізми пам'яті, мнемотехніка дозволяє контролювати процеси запам'ятовування, зберігання та відтворення інформації.

Завдяки мнемотехніці вирішуються важливі навчальні та виховні завдання:

- розвиваються творчі здібності дитини завдяки синхронній роботі обох півкуль мозку;
- формується навичка ефективного й самостійного навчання;
- зростає самооцінка завдяки успіхам у навчанні;
- зменшується стрес від навчального процесу;
- підвищується мотивація до навчання, що сприяє досягненню успіхів;
- вивільняється час для творчої діяльності завдяки швидшому запам'ятовуванню;
- розвиток образної пам'яті дозволяє краще сприймати навколишній світ;
- формується самостійність у розумовій та практичній роботі, що сприяє соціальній адаптації;
- активуються внутрішні ресурси дитини через мнемотехнології.

Мета – покращення когнітивних навичок, включаючи розвиток пам'яті, підвищення концентрації уваги та здатність ефективно засвоювати інформацію завдяки застосуванню методів мнемотехніки.

Завдання програми:

- формування базових навичок створення асоціацій для запам'ятовування інформації;

Продовження Додатку Д

– демонстрація успіхів дітей у запам'ятовуванні, підтримка їхньої впевненості у власних можливостях;

– використання ігрових вправ для тренування пам'яті.

Перелік методів та форм, які було використано на заняттях: вправи, ігри, мнемотехніки.

Склад групи: 4 групи по 15–17 осіб.

Тривалість програми: 5 занять по 1 годині (5 годин). Тривалість занять може коригуватися.

Вік учасників: 7–8 років.

ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Тренінгові дії	Час (хв)
Заняття № 1	
Привітання	5
Вправа «М'ячик знайомств»	5
Вправа «Що зникло?»	10
Вправа «Дізнайся більше»	5
Вправа «Археолог»	5
Вправа «Склади»	10
Вправа «Запам'ятай»	15
Підсумки тренінгу	5
Заняття № 2	
Вправа «Комплімент»	5
Вправа «Дивний зоопарк»	10
Вправа «Дзеркальне малювання»	15
Розминка «Австралійський дощ»	5
Вправа «Синя спідниця та стрічка в косі»	10
Вправа «Нелогічний ланцюжок»	15
Підсумки тренінгу	5
Заняття № 3	
Руханка «Броунівський рух»	5
Вправа «Нейрорух»	5
Вправа «Прізвиська»	20
Вправа «Криптографія»	20
Рухлива гра «Будь ласка».	5
Підсумки тренінгу	5
Заняття № 4	
Рухлива гра «Море хвилюється»	5
Вправа «10 відмінностей»	10
Вправа «Танцювальний гурток»	10

Вправа «Спробуй, повтори!»	20
Вправа «Малюнок по пам'яті»	15
Підсумки тренінгу	5
Заняття № 5	
Вступна частина	5
Вправа «Синхронний лист»	10
Вправа «Мнемовірш»	15
Вправа «Каскад слів»	20
Підсумки тренінгу	5

ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ 1.

Привітання – час 2 хв.

Мета: дозволяє об'єднувати учасників групи, створювати атмосферу групової довіри і прийняття.

Інструкція. «Доброго дня, діти! Сьогодні ми з вами починаємо цікаві тренінги, на яких будемо грати, думати, тренувати нашу пам'ять і дізнаватися багато нового.

Перед тим як почати, давайте познайомимося. Кожен по черзі назве своє ім'я і скаже, що йому подобається: наприклад, улюблену гру, колір або тваринку.

Я теж скажу про себе, щоб нам було легше подружитися.

Мені дуже приємно з вами працювати, і я впевнена, що сьогодні у нас буде чудовий настрій і багато цікавих завдань!»

Вправа «М'ячик знайомств» – час 10 хв.

Мета: підготовка учасників до роботи, створення позитивної атмосфери, хорошого настрою, зніти напругу.

Інструкція.

1. Діти стають у коло.
2. Ви тримаєте легкий м'ячик.
3. Кидаєте м'ячик будь-якому учню та говорите про себе фразу: «Мене звати ..., я люблю ...» (наприклад: «Мене звати Оленка, я люблю морозиво»).
4. Учень, який піймав м'яч, повторює: «Це Оленка, вона любить морозиво.

Продовження Додатку Д

А мене звати ..., я люблю ...» – і кидає м'яч іншому учаснику.

Гра триває, поки м'яч не побуває у кожного.

Переваги для тренінгу: діти запам'ятовують імена; створюється позитивний настрій; знижується тривожність; усі відчувають себе важливими та почутими.

Вправа «Що зникло?» – час 15 хв.

Мета: розвиток зорової пам'яті.

Обладнання: предмети для запам'ятовування

Інструкція. На столі розкладають декілька предметів або картинок. Діти розглядають їх, потім відвертаються. Дослідник прибирає один предмет. Діти дивляться на предмети, що залишилися, і називають, що зникло. Потім можна перекласти предмети і попросити дітей розмістити їх у початкове положення.

Предмети для запам'ятовування: чашка, ручка, лінійка, гумка, гребінець, блокнот, окуляри, іграшка, листок, підручник, скріпка канцелярська, фломастер.

Вправа «Археолог» – час 5 хв.

Мета: Розвиваємо пам'ять та концентрацію уваги.

Хід вправи: Запропонуйте дітям уявити, що вони – археологи, яких відправили на пошуки предметів часів античності. На щастя, учням під час розкопок вдалося знайти уламок чаші зі складним візерунком.

Як його зробити? Учитель викладає на парті візерунок, використовуючи палички для лічби, гудзики тощо. Школярі протягом 15 секунд мають дивитися на нього та намагатися запам'ятати.

Далі педагог прикриває оригінал аркушем паперу та дає дітям деталі (схожі на ті, які використав сам), із яких потрібно спробувати зробити копію. Коли діти впораються з завданням, порівняйте копію з оригіналом.

Вправа «Що зникло?» сприяє активному розвитку зорової пам'яті, уваги та спостережливості. Діти вчаться не просто запам'ятовувати предмети, а й

Продовження Додатку Д

утримувати їх просторове розташування, що підвищує якість відтворення зорової інформації. Завдяки зміні положення предметів учні тренують гнучкість мислення та здатність швидко орієнтуватися в нових умовах. Вправа є ефективною для розвитку пам'яті молодших школярів і викликає в них високий інтерес.

Вправа «Склади» – час 10 хв.

Мета: Розвиваємо пам'ять та концентрацію уваги.

Хід вправи: У цьому завданні учні працюють у парах. Розкладіть на кожній парті 10-12 будь-яких зображень. Діти мають протягом однієї хвилини уважно розглянути картинки, після чого перевернути їх. Далі учні по черзі називають одну з картинок, не повторюючися. Програє та дитина, яка повторює вже названі картинки або зовсім не може згадати зображення.



Зорова пам'ять важлива, адже саме завдяки їй учні зможуть поліпшити свої навчальні результати!

Вправа «Дізнайся більше» – час 5 хв.

Інформування дітей про тему та мету занять.

Пам'ять – це здатність нашого мозку зберігати, запам'ятовувати й згадувати інформацію.

1. Що таке пам'ять? Уяви, що твій мозок – це велика бібліотека, а пам'ять – це полиці, де зберігаються книжки з історіями, знаннями та переживаннями. Коли тобі щось потрібно згадати, ти ніби береш книжку з полиці.

2. Для чого потрібна пам'ять?

- Щоб пам'ятати про важливі речі, наприклад, своє ім'я, родину, друзів.
- Щоб навчатися – ти запам'ятовуєш, як рахувати, писати, малювати чи грати в улюблену гру.
- Щоб берегти приємні спогади – наприклад, як ви святкували твій день народження чи поїздку на море.
- Щоб не повторювати помилки – пам'ять допомагає згадати, чого не варто робити.

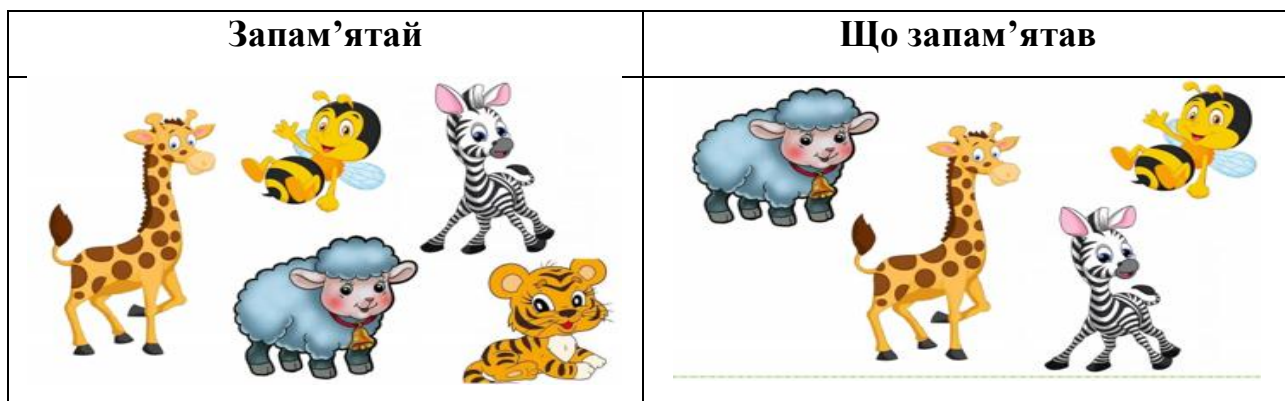
Простий приклад: якщо ти вчора вивчив, як зав'язувати шнурки, то сьогодні пам'ять допомагає тобі це зробити знову, навіть якщо поруч нікого немає, також пам'ять допомагає зберігати улюблені моменти, як фото в альбомі.

Тому нам обов'язково потрібно тренувати нашу пам'ять. І на наших заняттях ми дізнаємося кілька технік, щоб запам'ятовувати та розвивати власну пам'ять.

Вправа «Запам'ятай» – час 15 хв.

Мета: Розвиток зорової пам'яті.

Інструкція. Дітям показують картинки з зображенням. Спочатку одну картинку, потім іншу де не вистачає або зайві зображення. Завдання дітей відповісти чого не вистачає або, що зайве.



Продовження Додатку Д



Продовження Додатку Д



Продовження Додатку Д



Підсумки тренінгу. Рефлексія та обмін враженнями

На завершення тренінгу пропонується провести короткий обмін думками. Учасники мають можливість проаналізувати виконані завдання, поділитися власними враженнями, висловити, що саме було для них корисним чи цікавим. Така рефлексія сприяє закріпленню отриманих знань і формуванню позитивного досвіду співпраці.

Для створення дружньої атмосфери і взаємної підтримки виконайте просту вправу: покладіть ліву руку на плече сусіда зліва і по черзі подякуйте одне одному за активність, старанність та приємні емоції, отримані під час спільної роботи. Це допомагає завершити тренінг у теплій, доброзичливій атмосфері та підсилює командний дух.

ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ 2.

Вправа «Комплімент» – час 5 хв.

Мета: Створити сприятливий психологічний мікроклімат під час заняття,

Хід вправи: Сидячи в колі, все беруться за руки. Дивлячись в очі сусідові, треба сказати йому кілька добрих слів, за щось похвалити. Приймаючий комплімент хитає головою і каже: «Дякую, мені дуже приємно». Потім він вимовляє комплімент своєму сусідові. При скруті ведучий може зробити комплімент чи запропонувати сказати щось «смачне», «солодке», «квіткове». Під час гри психолог знаходиться в колі разом з усіма дітьми, показує приклад, підказує, підбадьорює, налаштовує дітей.

Вправа сприяє створенню доброзичливої, емоційно комфортної атмосфери в групі. Діти вчаться помічати позитивні риси одне одного, відкрито висловлювати підтримку та приймати приємні слова. Це підвищує впевненість у собі, покращує міжособистісні стосунки та налаштовує учнів на продуктивну роботу протягом заняття. Вправа формує емпатію, доброзичливість та взаємоповагу, що є важливими складовими психологічного комфорту в молодшому шкільному віці.

Вправа «Дивний зоопарк» – час 10 хв.

Мета: тренування короткочасної пам'яті

Хід вправи: Перед вами зображення із тваринами. Спробуйте протягом хвилини запам'ятати їх, а потім відкладіть зображення.



Продовження Додатку Д

А тепер запишіть назви всіх тварин з малюнку в алфавітному порядку. Не підглядайте!

Вправа «ефективно тренує короткочасну пам'ять, увагу та вміння швидко систематизувати інформацію. Учні не лише запам'ятовують зображення, а й активізують мислення, впорядковуючи назви тварин в алфавітному порядку. Це поєднання зорової пам'яті та розумових операцій сприяє розвитку пізнавальної активності та покращенню навичок запам'ятовування в молодших школярів. Вправа підтримує інтерес, розвиває концентрацію та вчить працювати без опори на наочність.

Вправа «Дзеркальне малювання» – час 15 хв.

Мета: тренування пам'яті, мислення, півкуль головного мозку.

Хід вправи: Учасникам тренінгу надається великий аркуш паперу та олівці в обидві руки. Потрібно намалювати дві однакові фігури одночасно лівою та правою рукою (кола, трикутники, квадрати). Коли буде виходити добре та діти легко впоралися із завданням, можна додати нові фігури: зірку, чашку тощо.

Вправа сприяє активному розвитку міжпівкульної взаємодії, покращує координацію та одночасну роботу обох рук. Виконання симетричних фігур стимулює пам'ять, мислення та концентрацію уваги. Учні вчаться контролювати рухи, утримувати в уяві образ фігури та точно його відтворювати. Така діяльність не лише розвиває пізнавальні функції, а й викликає інтерес та емоційне захоплення, що підсилює ефективність вправи.

Розминка «Австралійський дощ» – час 5 хв.

Мета: Розвивати увагу, зосередженість, вміння працювати в колективі та відчуття ритму; створити позитивний емоційний настрій і підготувати учнів до активної роботи на занятті.

Хід вправи: Чи знаєте ви, що таке австралійський дощ? Ні? Тоді давайте разом послухаємо, який він. Зараз ви за мною будете повторювати рухи. Стежте уважно!

В Африці піднявся вітер (ведучий тре долоні).

Продовження Додатку Д

Починає накрапати дощ (клацання пальцями).

Дощ посилюється (почергове плескання долонями по грудях).

Починається справжня злива (плескання по стегнах).

А ось град – справжня буря (тупіт ногами).

Але що це? Буря стихає (плескання по стегнах).

Дощ стихає (плескання долонями по грудях).

Рідкі краплі падають на землю (клацання пальцями).

Тихий шелест вітру (потирання долонь).

Сонце (руки догори).

Розминка сприяє активізації уваги, розвитку координації рухів та швидкості реакції, допомагає учням налаштуватися на подальшу роботу, підвищує концентрацію та знімає початкову напругу.

Вправа «Синя спідниця та стрічка в косі» – час 10 хв.

Мета: тренування пам'яті, мислення.

Хід вправи: Знайомтеся! На малюнку зображені: Юля, Катя, Софія та Дарина. Уважно розглядайте малюнок протягом впродовж 90 секунд.



Юля

Катя

Софія

Дарина

Не дивлячись на зображення, дайте відповіді на такі запитання:

- 1). У кого на голові сині бантики: у Юлі чи Каті?
- 2). Як звати дівчинку у синіх чоботах?

3). Хто з дівчаток у костюмі у горошок?

4). У кого з дівчат є кошеня: в Софії чи Дарини?

Вправа сприяє розвитку зорової пам'яті, концентрації уваги та логічного мислення. Завдання на уважний розгляд зображення та подальше відтворення деталей активізує когнітивні процеси, допомагає тренувати швидкість та точність запам'ятовування. Відповіді на запитання без підказок формують уміння утримувати в пам'яті візуальну інформацію та встановлювати смислові зв'язки. Такий тип вправ є ефективним інструментом для розвитку пам'яті та пізнавальної діяльності учнів.

Вправа «Нелогічний ланцюжок» – час 15 хв.

Мета: Розвивати увагу, логічне мислення та пам'ять, тренувати вміння знаходити зв'язки між об'єктами та помічати помилки.

Хід вправи:

1. Учні сідають у коло.
2. Вчитель пропонує ланцюжок слів, предметів або дій, який містить один нелогічний елемент. *Наприклад:* «Собака – кішка – апельсин – миша».
3. Завдання дітей – визначити **нелогічний елемент** та пояснити, чому він не підходить.
4. Після цього один з учнів пропонує свій ланцюжок, і гра продовжується за тим же принципом.
5. Для ускладнення можна збільшувати кількість елементів або робити ланцюжок тематично спрямованим (тварини, овочі, предмети класу).

Вправа сприяє розвитку логічного мислення, уважності та пам'яті у дітей. Діти вчаться помічати несумісні елементи, встановлювати смислові зв'язки між предметами та словами, а також активізують мислення під час взаємодії з однокласниками.

Підсумки тренінгу. Обмін думками

Пропоную учасникам тренінгу проаналізувати та прокоментувати виконані на тренінгу завдання. \

Продовження Додатку Д

Покладіть ліву руку на плече сусіда і по черзі один за одним подякуйте сусідові ліворуч за хорошу роботу, позитивні емоції.

ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ 3.

Руханка «Броунівський рух» – час 5 хв.

Мета: Розвинути координацію рухів, увагу, реакцію та активізувати роботу мозку перед основними вправами тренінгу.

Хід вправи:

1. Діти стають у коло або розташовуються вільно в залі.
2. Виконується серія легких хаотичних рухів руками, ногами, тулубом, імітуючи випадковий рух частинок (як у Броунівському русі).
3. Вчитель задає сигнали для зміни рухів: прискорення, сповільнення, зміна напрямку.

4. Діти повторюють рухи, підтримуючи темп і увагу до сигналів.

5. Вправу можна виконувати 2–3 хвилини, поступово ускладнюючи рухи.

Вправа сприяє розвитку уваги, швидкості реакції та координації рухів, активує мозкову діяльність і допомагає дітям зняти напруження перед тренінговими завданнями.

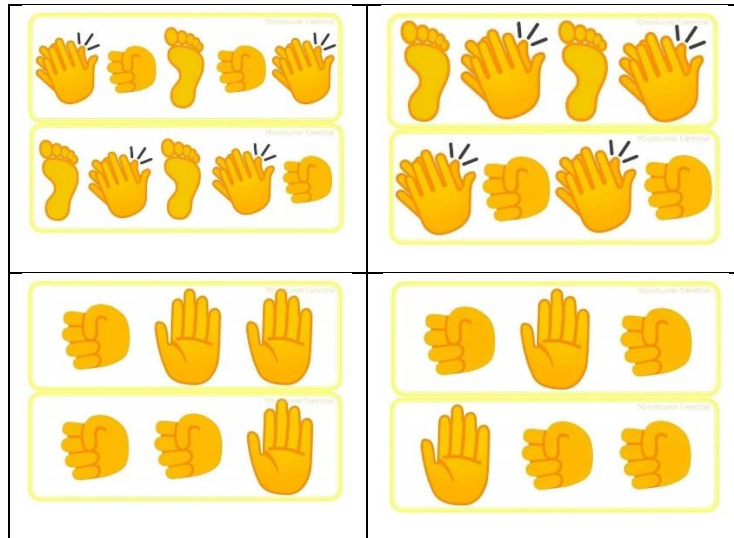
Вправа «Нейрорух» – час 5 хв.

Мета: Тренувати пам'ять, увагу та мислення через поєднання рухів і словесних сигналів.

Хід вправи:

1. Діти стають у коло або вільно в залі.
2. Тренер показує певну комбінацію рухів (наприклад, плескання в долоні, присідання, піднімання рук) і вимовляє слово або цифру.
3. Діти повторюють рухи разом із словами в правильній послідовності.
4. Кожен наступний раунд ускладнюється: додаються нові рухи та слова, збільшується тривалість ланцюжка.
5. Вправа триває 5 хвилин, важливо слідкувати за точністю повторення та концентрацією учнів.

Продовження Додатку Д



Вправа покращує короткочасну та рухову пам'ять, стимулює логічне мислення, підвищує увагу і здатність до запам'ятовування послідовностей.

Вправа «Прізвиська» – час 20 хв.

Мета: Розвивати пам'ять, увагу та комунікативні навички; сприяти кращому знайомству дітей у групі.

Хід вправи:

1. Діти сідають у коло.
2. Кожен учасник називає своє ім'я та придумує коротке кумедне прізвисько для себе.
3. Наступний учасник повторює імена та прізвиська попередніх учнів, додаючи своє.
4. Продовжувати, поки всі діти не назвуть себе та не повторять прізвиська інших.
5. Вчитель слідкує за правильністю повторення і допомагає при необхідності.

Вправа сприяє розвитку слухової пам'яті, концентрації, послідовності запам'ятовування, а також покращує взаєморозуміння та атмосферу в групі.

Вправа «Криптографія» – час 20 хв.

Мета: Розвивати логічне мислення, уважність, зорову пам'ять та навички розпізнавання закономірностей.

Продовження Додатку Д

Хід вправи:

1. Учням роздаються картки або аркуші з зашифрованими словами чи простими символами (цифри, геометричні фігури).
2. Діти повинні розшифрувати код, використовуючи підказки або ключ, запропонований тренером.
3. Після розшифровки слова учні перевіряють правильність та обговорюють рішення.
4. Можна виконати вправу індивідуально або парами для взаємоперевірки.



Вправа стимулює розвиток логічного мислення, уваги та пам'яті, сприяє формуванню вміння аналізувати та встановлювати смислові зв'язки між символами і словами.

Рухлива гра «Будь ласка» – час 5 хв.

Мета: Розвивати увагу, реакцію, координацію рухів та навички самоконтролю у дітей.

Хід гри:

1. Діти стають у коло або на вільному просторі.
2. Ведучий (тренер) називає різні дії, наприклад: «плесни в долоні», «пострибай», «покрутись», і супроводжує їх словом «Будь ласка».
3. Учні виконують дії тільки тоді, коли чують «Будь ласка».
4. Якщо дія виконується без «Будь ласка», учень пропускає наступний раунд або виконує маленьке завдання.
5. Гра триває 5 хвилин, змінюючи команди та темп.

Продовження Додатку Д

Гра покращує концентрацію уваги, тренує слухову та моторну пам'ять, розвиває швидкість реакції та дисципліну під час виконання завдань.

Підсумки тренінгу. Обмін думками

Пропоную учасникам тренінгу проаналізувати та прокоментувати виконані на тренінгу завдання.

Покладіть ліву руку на плече сусіда і по черзі один за одним подякуйте сусідові ліворуч за хорошу роботу, позитивні емоції.

ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ 4.**Рухлива гра «Море хвилюється» – час 5 хв.**

Мета: визначення емоційного стану й передання його невербальними засобами; краще знайомство з учасниками групи; створення позитивного емоційного тла; корекція нетерплячості.

Хід гри: Група обирає ведучого, який повертається спиною до інших і вимовляє слова: «Море хвилюється раз». На рахунок «три» учні повинні завмерти в незвичайній позі. Ведучий по черзі підходить до кожного учасника гри, «включає» його і намагається відгадати, кого й у якому емоційному стані він зобразив. Потім кожен гравець сам пояснює, що він хотів зобразити. При цьому група обов'язково аналізує виразні невербальні засоби передання образу (міміка, погляд, жести, положення тулуба, стиснуті кулаки тощо), оцінює, наскільки вдалим був цей вибір.

Гра вчить розрізняти й читати емоційний стан інших людей, адекватно передавати свій стан. Гра також коригує нетерплячість, виховує стриманість. Керівникові групи варто звернути увагу на те, кого зображували учасники: страшних, агресивних чудовиськ чи слабких, зляканих тварин.

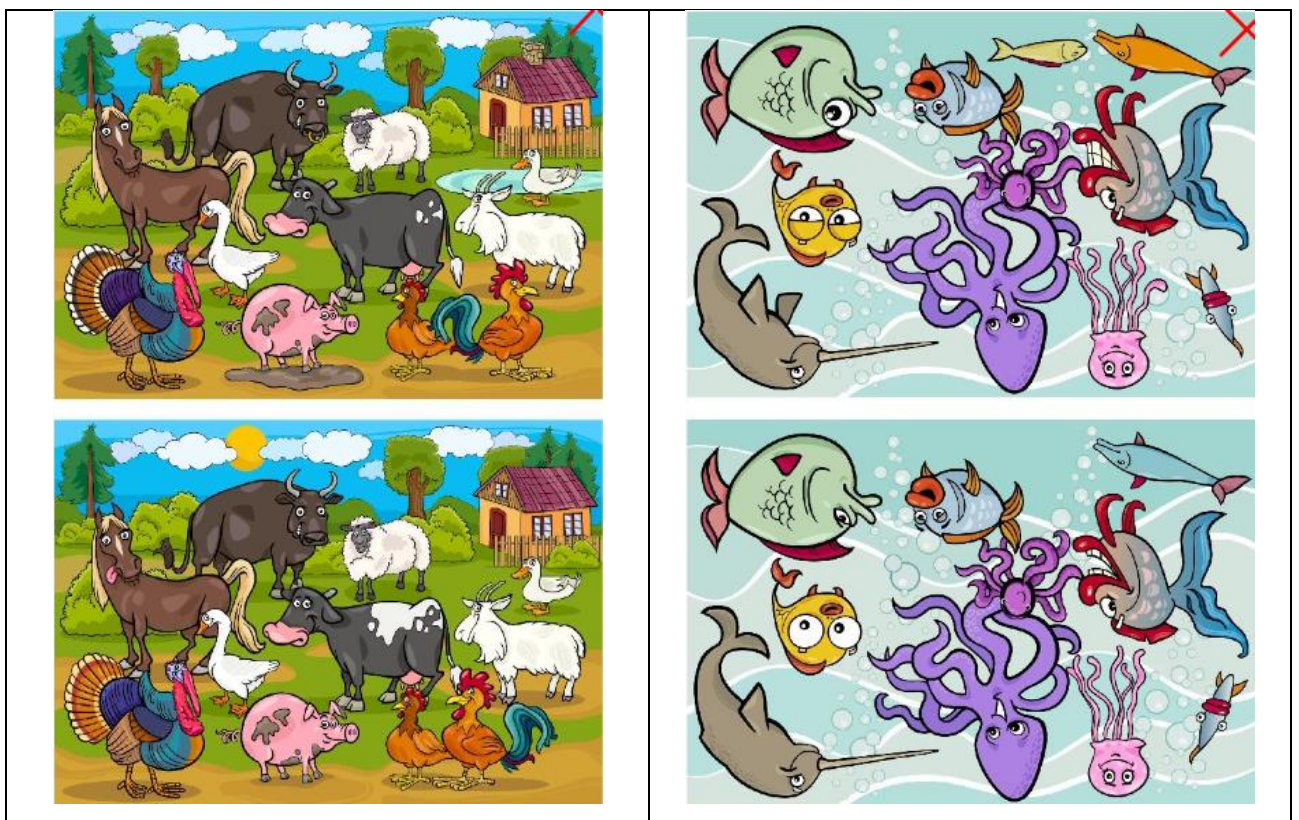
Вправа «10 відмінностей» – час 10 хв.

Мета: Розвивати увагу, спостережливість, логічне мислення та навички аналізу деталей у дітей.

Продовження Додатку Д

Хід гри:

1. Дітям показують дві майже ідентичні картинки з невеликими відмінностями.
2. Завдання учнів – знайти та позначити всі відмінності між картинками.
3. Гра може проводитися індивідуально або в групах для змагання на швидкість та точність.
4. Після завершення учасники обговорюють знайдені відмінності разом із тренером, порівнюючи результати.



Гра сприяє розвитку спостережливості, концентрації уваги, аналітичного мислення та пам'яті на візуальні деталі.

Вправа «Танцювальний гурток» – час 10 хв.

Мета: тренування пам'яті, мислення.

Хід гри:

1. Дітям показують дві майже ідентичні картинки з невеликими відмінностями.
2. Завдання учнів — знайти та позначити всі відмінності між картинками.

Продовження Додатку Д

3. Гра може проводитися індивідуально або в групах для змагання на швидкість та точність.

4. Після завершення учасники обговорюють знайдені відмінності разом із тренером, порівнюючи результати.

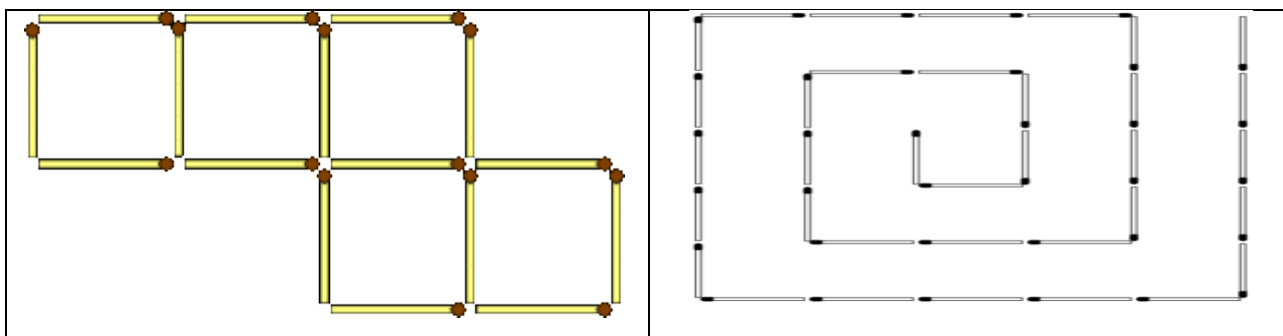
Гра сприяє розвитку спостережливості, концентрації уваги, аналітичного мислення та пам'яті на візуальні деталі.

Вправа «Спробуй, повтори!» – час 20 хв.

Мета: тренування пам'яті, мислення.

Хід вправи:

1. Беремо рахункові палички.
 2. Дорослий викладає з них певну композицію і дає час дитині її запам'ятати.
 3. Потім дитина повторює цю композицію зі своїми рахунковими паличками.
 4. Можна помінятися ролями.
- У цій грі можна використовувати не тільки рахункові палички, а й монетки, намистинки, сірники.



Вправа розвиває увагу, координацію рухів та зорову пам'ять, тренує здатність точно відтворювати послідовності та концентрацію учнів.

Вправа «Малюнок по пам'яті» – час 15 хв.

Мета: Розвиток зорової та наочно-образної пам'яті, уваги, спостережливості та здатності відтворювати побачене.

Хід вправи:

1. Дітям демонструють короткочасно (30 секунд) малюнок або картинку.
2. Після цього малюнок прибирають, а учні малюють його по пам'яті.
3. Порівнюють власні малюнки з оригіналом, обговорюють відмінності та деталі, що були забуті або доповнені.



Вправа покращує здатність учнів до точного запам'ятовування та відтворення візуальної інформації, тренує увагу та концентрацію, стимулює розвиток уяви.

Підсумки тренінгу. Обмін думками.

На завершення пропоную всім учасникам пригадати виконані сьогодні вправи та поділитися своїми враженнями: що вдалося найкраще, що було цікавим або несподіваним, чи справдилися очікування, які ви визначили на початку заняття. Поміркуйте, які навички вдалося розвинути та що нового ви дізналися про себе.

Для створення позитивної атмосфери підтримки покладіть ліву руку на плече сусіда та по черзі подякуйте один одному за активність, старання та приємні емоції під час тренінгу. Можна також висловити невеликі побажання – слова підтримки, натхнення або гарного настрою.

Такий ритуал завершення допомагає закріпити командний дух, зміцнити взаєморозуміння та залишити після заняття тепле, дружнє враження.

ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ 5

Вступна частина – час 5 хв.

Розминка вправа «Передай імпульс».

Мета: налаштовує учасників на продуктивну групову діяльність, дозволяє встановити контакт, активізувати членів групи, підняти настрій, зняти емоційне напруження. Розминка проводиться не лише на початку заняття, але і між окремими вправами у випадку, коли виникає необхідність якось змінити емоційний стан учасників. Вправи розминок вибираються з урахуванням актуального стану групи і завдань майбутньої діяльності.

Хід вправи. Всі учасники стають у коло тримаючи один одного за руки. Тренер за годинниковою стрілкою починає передавати імпульс стискаючи праву руку сусіднього учасника, а той, у свою чергу іншому до тих пір, поки імпульс не повернеться назад до тренера.

Згадування теми тренінгових занять.

Вправа «Синхронний лист» – час 10 хв.

Мета: розвиток пам'яті та логічного мислення; тренування координації рухів обох рук; активізація одночасної роботи правої та лівої півкуль мозку; формування навичок багатозадачності та підвищення концентрації уваги.

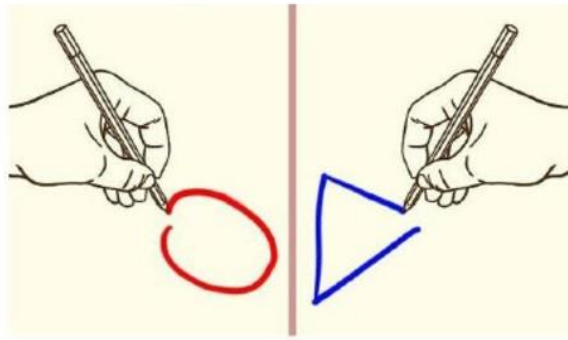
Хід вправи:

1. Дітям пропонується взяти два аркуші паперу та два олівці або ручки – в праву і ліву руку.

2. Завдання – одночасно виконувати різні дії обома руками, малювати різні фігури (наприклад: коло правою рукою і квадрат лівою); 3. Важливо стежити за тим, щоб обидві руки працювали паралельно, синхронно та без зупинок.

3. Коли учасники справляться із базовим варіантом, можна ускладнити вправу – запропонувати більш складні фігури або слова довшої довжини.

4. Після завершення виконання учасники коротко діляться відчуттями (що було легко, що складно).



Вправа ефективно активізує роботу обох півкуль головного мозку, покращує міжпівкульну взаємодію та тренує вміння виконувати декілька дій одночасно. Учасники вчаться концентрувати увагу, контролювати рухи обох рук та координувати їхню роботу. Такий тренінг сприяє розвитку пам'яті, мислення й підвищує швидкість обробки інформації. Після виконання вправи діти стають більш зібраними, уважними та швидше адаптуються до складних інтелектуальних завдань.

Вправа «Мнемовірш» – час 15 хв.

Мета: розвиток словесно-логічної та образної пам'яті; ормування вміння поєднувати текстову інформацію з візуальними образами; полегшення процесу запам'ятовування віршованого матеріалу; розвиток уваги та асоціативного мислення.

Хід вправи:

1. Учням пропонують короткий вірш, розбитий на смислові частини.
2. До кожного рядка вірша демонструється мнемокартинка, яка символічно відображає ключові слова або дії.
3. Діти уважно розглядають картинки та слухають читання вірша.
4. Потім учні читають вірш разом із ведучим, орієнтуючись на картинки.
5. Поступово мнемокартинки замінюються чистими картками або забираються повністю, а діти відтворюють вірш без підказок.
6. За потреби ведучий допомагає встановити асоціації між зображенням і відповідним рядком.



«Плаче котик на морозі»

Л. Лежанська



Використання мнемокартинок значно полегшує дітям процес запам'ятовування віршів, адже візуальні образи допомагають швидше формувати стійкі асоціативні зв'язки. Учні краще розуміють зміст тексту, активніше включаються в роботу та легше відтворюють матеріал без підказок. Такий підхід розвиває не лише пам'ять, а й уяву, увагу та мовлення, роблячи навчання цікавим і доступним.

Вправа «Каскад слів» – час 20 хв.

Мета: розвиток слухової (зорової) пам'яті

Хід вправи:

Продовження Додатку Д

Психолог називає слова (показує слова або зображення), а дитина повторює за ним – спочатку одне, потім два, три і так далі. (Слова: кіт, чашка, зима, рукавиці, морозиво, морква, іграшки)

Примітка: Відтворення слів відбувається за допомогою називання вголос слів (якщо у грі бере участь невелика кількість дітей або одна дитина), або записують (якщо велика кількість учасників гри).

Слова для запам'ятовування

1. Вогонь.
2. Дім, молоко.
3. Кінь, гриб, голка.
4. Півень, сонце, асфальт, зошит.
5. Дах, дерево, вода, свічка, школа.
6. Олівець, машина, брат, крейда, птах, хліб.
7. Орел, гра, дуб, телефон, чашка, пальто, син.
8. Гора, ворона, годинник, стіл, сніг, книжка, сосна, мед.
9. М'яч, яблуко, шапка, морква, стілець, метелик, автобус, курка, шорти.
10. Вантажівка, камінь, ягоди, портфель, санчата, молоток, дівчинка, скатертина, кавун, пам'ятник.

Підсумки тренінгу. Обмін думками.

Запрошую учасників пригадати та проаналізувати всі виконані сьогодні завдання: що було легким, що викликало труднощі, які вправи сподобалися найбільше. Подумайте, чи справдилися ваші очікування, які ви визначили на початку тренінгу.

Покладіть ліву руку на плече сусіда та по черзі подякуйте один одному за старанність, активність і приємні емоції, а також висловіть теплі побажання.

Поділіться коротко, що нового ви дізналися про свої можливості, пам'ять чи увагу, та що хотіли б спробувати на наступному занятті.

Завершимо тренінг невеликим «колом настрою»: кожен назве одним словом свій нинішній стан або найбільш яскраве враження від заняття.