

4. URL:<https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/2363/1/%D0%92%D0%BE%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B8%D0%B9.pdf> (дата звернення 28.03.2026).

Вовк Ельвіра

*здобувачка першого рівня вищої освіти,
Харківський національний університет імені Василя Каразіна*

Сідаш Дар'я

*здобувачка першого рівня вищої освіти,
Харківський національний університет імені Василя Каразіна
Науковий керівник: Котова А. В., кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри англійської філології та методики викладання англійської мови,*

РОЗВИТОК КОНЦЕНТРАЦІЇ УВАГИ ЯК КЛЮЧОВОГО SOFT SKILL У ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ

Скільки хвилин сучасний здобувач освіти спроможний концентруватись на іншомовному тексті, перш ніж відчує поштовх перевірити сповіщення на телефоні? Сьогодні концентрація уваги – це одна з найважливіших гнучких навичок (soft skills), яка кардинально впливає на успішність навчання та глибину засвоєння іншомовного матеріалу.

Андре Айланд (André Iland) визначив м'які навички важливими для комунікації, відносини з людьми та для вивчення мов. Більш того, за визначенням Шаліні Верми (Shalini Verma) – це «набута поведінка, яка вимагає цілеспрямованого тренування та сфокусованого застосування (focused application)».

Проте сьогодні реалізації цього сфокусованого застосування перешкоджає феномен «безперервної часткової уваги» (Continuous partial attention – CPA), який був введений Ліндою Стоун (Linda Stone) [5]. На відміну від звичайної багатозадачності, мозок змушений перебувати у стані постійного фонового стресу через страх пропустити інформацію. Як наслідок, це призводить до когнітивного перевантаження (cognitive overload) та формування фрагментарного («кліпового») мислення. Як доводить у своїй фундаментальній праці “The Shallows: What the Internet Is Doing to Our Brains” Ніколас Карп, надмірне цифрове відволікання фізично змінює нейронні зв'язки мозку, руйнуючи здатність до глибокого когнітивного занурення, яке є критично необхідним для засвоєння іноземної мови [1].

Без належної концентрації нова лексика не переходить у довготривалу пам'ять, граматику не засвоюється, а під час аудіювання дефіцит тривалої уваги призводить до втрати контексту.

З огляду на вищезазначене, *мета нашого дослідження* полягає в аналізі концентрації уваги як ключової складової soft skills та визначенні ефективних стратегій її розвитку на уроках іноземної мови. Для досягнення цієї мети

головним завданням є дослідження механізмів фокусування та підбір ефективних педагогічних інструментів, здатних мінімізувати цифрове відволікання здобувачів освіти. Щоб успішно управляти цим процесом на уроці іноземної мови, необхідно спершу з'ясувати сутність поняття «концентрація» та зрозуміти, як вона взаємодіє з нашою пам'яттю під час навчання.

У сучасному освітньому процесі концентрація уваги – це не просто пасивна діяльність з відсутністю відволікань, а, як зазначає Ніколас Карр, це активний процес управління когнітивними ресурсами мозку, який є критично необхідним для побудови складних концептуальних схем у пам'яті [1]. Це вміння свідомо спрямовувати фокус на конкретне навчальне завдання, блокуючи при цьому зовнішні інформаційні шуми.

Саме ця здатність свідомо управляти фокусом стає визначальною, коли йдеться про вивчення іноземної мови, адже формування іншомовної компетентності нерозривно пов'язане з роботою когнітивних процесів – насамперед уваги та пам'яті. З точки зору когнітивної психології, процес оволодіння мовою працює за чітким механізмом: будь-яка нова інформація (наприклад, іншомовне слово або граматичне правило) спочатку потрапляє до нашої робочої (короткочасної) пам'яті. Цей вид пам'яті має дуже обмежений обсяг і здатен утримувати дані лише лічені секунди. Якщо в цей критичний момент здобувач освіти відволікається, інформація не потрапляє у довготривалу пам'ять.

Здатність утримувати безперервну увагу суттєво залежить від формату навчального процесу. В умовах офлайн-навчання стимулюється стан глибокого занурення. Традиційне середовище вимагає від студента свідомого контролю над увагою (top-down control) та мінімізує відволікання. Це дозволяє новій іншомовній інформації надходити до робочої пам'яті поступово, що є критично важливим для її успішного перенесення у довготривалу пам'ять.

Натомість онлайн-формат занурює здобувача освіти в цифрову екосистему постійних переривань. У такому середовищі студент перебуває у стані «безперервної часткової уваги» (CRA) [5], а читання часто зводиться до поверхневого візуального сканування. Крім того, кожне відволікання на сторонні вкладки чи сповіщення вимагає від мозку значних витрат на перемикання (switching costs), що швидко виснажує когнітивні ресурси.

Дослідники зазначають, що середовище є визначальним фактором в якісному засвоєнні матеріалу. Якщо в офлайні цей процес контрольований, то в онлайн-середовищі мозок намагається сприймати одразу кілька інформаційних потоків. Це спричиняє миттєве когнітивне перевантаження та втрату даних. Таким чином, хоча онлайн-формат є зручним інструментом, саме навички глибокої концентрації залишаються фундаментом для повноцінного оволодіння іноземною мовою.

Зважаючи на рівень когнітивного навантаження сучасних здобувачів освіти, традиційні методи утримання дисципліни втрачають свою ефективність. Тому викладач іноземної мови має інтегрувати в освітній процес комплексні стратегії, спрямовані на екологічне управління увагою.

Найбільш дієвою відповіддю на «кліпове мислення» є концепція мікронавчання (microlearning). Замість того, щоб боротися з коротким періодом концентрації студентів, ця стратегія адаптується під нього. Навчальний матеріал розбивається на короткі, змістовні блоки (bite-sized chunks), вивчення яких займає від 3 до 7 хвилин. Дослідження показують, що мікронавчання запобігає когнітивному перевантаженню робочої пам'яті та значно підвищує відсоток засвоєння іншомовного матеріалу [2].

Крім того, критично важливою є часта зміна видів діяльності та гейміфікація. Ігрові методи навчання створюють систему швидких винагород, що стимулює викид дофаміну, який відповідальний за закріплення пам'яті [4]. Використання кросвордів, мовних головоломок та рольових ігор перетворює пасивне сприйняття інформації на активний процес, де учень стає «центром освітньої системи». Це не лише підвищує залученість, а й допомагає засвоїти базові навички.

Оскільки концентрація – це soft skill, її необхідно свідомо тренувати. Одним із найкращих інструментів для цього є техніка Pomodoro, розроблена Ф. Чірілло. В контексті вивчення мови ця техніка адаптується так: 25 хвилин абсолютного фокусування (наприклад, читання тексту чи виконання вправ без жодних сповіщень) чергуються з 5 хвилинами відпочинку (diffused mode). Це дозволяє мозку відновити ресурси префронтальної кори [3]. Ще одним інноваційним підходом є практики усвідомленості (mindfulness) перед початком заняття. Навіть 3 хвилини фокусування на диханні перед уроком іноземної мови допомагають звільнити робочу пам'ять від попереднього цифрового шуму та знижують рівень тривожності.

Цифрові інструменти не повинні бути виключно джерелом відволікання, їх можна перетворити на союзників. Використання інтерактивних додатків, що базуються на принципах інтервального повторення (spaced repetition), таких як Quizlet чи Anki, залучає активне пригадування. Такі додатки вимагають короткочасної, але максимальної концентрації, що тренує фокус студента. Водночас викладачам варто заохочувати використання спеціальних блокувальників сайтів під час виконання домашніх завдань, щоб штучно створити середовище «глибокого занурення», про яке писав Ніколас Карп [1].

ЛІТЕРАТУРА:

1. Carr N. G. *The Shallows: What the Internet Is Doing to Our Brains*. W. W. Norton & Company. New York, 2010. 280 p.
2. Ghafar Z. N., Abdulkarim S. T., Mhamad L. M. *Microlearning As a Learning Tool for Teaching and Learning in Acquiring Language: Applications, Advantages, And Influences on the Language*. Canadian Journal of Educational and Social Studies. 2023. Vol. 3(2). P. 45–62. DOI: <https://doi.org/10.53103/cjess.v3i2.127>.
3. Ismail N. M., Putri Z., Noviyanti A. *Pomodoro technique analysis in Zoom-based classrooms*. JEELS (Journal of English Education and Linguistics Studies). 2022. Vol. 9(1). P. 75–96. DOI:10.30762/jeels.v9i1.4298.
4. Kapp K. M. *The gamification of learning and instruction: Game-based methods and strategies for training and education*. Pfeiffer. San Francisco, 2012. 336 p.

5. Stone L. Beyond Simple Multi-tasking: Continuous Partial Attention. 2009. URL:<https://lindastone.net/2009/11/30/beyond-simple-multi-tasking-continuous-partial-attention/> (дата звернення: 26.03.2026).

Гарасим Ігор

здобувач третього рівня вищої освіти,

Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка

Науковий керівник: Кравець В.П.,

професор кафедри педагогіки та менеджменту освіти

ІНТЕГРАЦІЯ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ У ПРОФЕСІЙНУ ПІДГОТОВКУ ЕКОНОМІСТІВ: МІЖКУЛЬТУРНИЙ АСПЕКТ

У сучасних умовах глобалізації економічних процесів та інтернаціоналізації освіти інтеграція англійської мови у професійну підготовку економістів набуває особливої актуальності. Англійська мова виступає не лише засобом комунікації, а й інструментом професійної діяльності, що забезпечує доступ до міжнародних ринків, наукових досліджень та міжкультурної взаємодії.

Одним із ключових напрямів модернізації підготовки економістів є впровадження інтегрованого навчання, яке поєднує фахові дисципліни з вивченням англійської мови (CLIL-підхід). Такий підхід сприяє формуванню професійної іншомовної компетентності через опанування спеціалізованої термінології, розвиток комунікативних навичок та здатності використовувати мову в реальних професійних ситуаціях [3; 7].

Професійно орієнтоване навчання англійської мови для економістів базується на специфічних цілях, визначених економічною сферою. Воно передбачає засвоєння великого обсягу термінології, мовних конструкцій і моделей ділового спілкування, що реалізується через лексичний та комунікативний підходи [5]. Важливою умовою ефективності такого навчання є його наближення до реальних професійних контекстів.

Суттєвим компонентом інтеграції англійської мови у підготовку економістів є міжкультурний аспект. Сучасний фахівець повинен не лише володіти мовою, але й розуміти культурні особливості партнерів, специфіку ведення бізнесу в різних країнах, норми ділового етикету. Як зазначають дослідники, культура є невід'ємною складовою мовного навчання, і без її врахування процес оволодіння мовою є неповним [2].

Міжкультурна компетентність включає здатність ефективно взаємодіяти з представниками інших культур, інтерпретувати культурні відмінності та адаптувати власну поведінку до різних соціокультурних умов. У контексті економічної діяльності це означає розуміння особливостей міжнародного бізнес-середовища, переговорних стратегій та корпоративної культури.