**Определение типа нервной системы**

 М.К. Акимова, В.Т. Козлова.

 Типология учащихся по психофизиологическим особенностям была предложена М.К. Акимовой, В.Т. Козловой и основана на теоретических трудах И.П. Павлова, Б.М. Теплова, В.Д. Небылицына. В основе данной классификации лежат динамические составляющие поведения ученика, которые обусловлены свойствами нервной системы, такими как сила (степень выносливости, работоспособности нервной системы, её устойчивость к разного рода помехам); подвижность (скорость переключения и скорость привыкания к меняющимся условиям) и лабильность (скорость, темп выполнения различных видов деятельности). Отмечено, что данные особенности учащихся являются врождёнными.

 В соответствии с этим критерием были выведены два основных типа учащихся: с «сильной» и «слабой» нервной системой. Приведём психологические портреты школьников с указанными типологическими свойствами.

 *Для учащихся с* ***«сильной»*** *нервной системой характерно следующее:*

 1. Без особых затруднений могут работать в течение длительного времени. Однако при однообразной, монотонной работе у них часто возникает чувство раздражения, неудовольствия. Они стремятся избегать такой работы, ищут пути выхода, например, начинают отвлекаться, разговаривать с соседями, задавать вопросы учителю, заглядывать в чужие тетради.

 2. Их не пугает ответственная напряжённая работа, даже если её надо сделать за ограниченный промежуток времени. Не смущают неожиданные вопросы.

 3. Непоседливы, не собраны, сложно сосредоточиться на уроке, долго не могут собраться и приняться за работу (и в классе и дома).

 4. С трудом удаётся выполнять работу по алгоритму, шаблону. Например, при сложном синтаксическом разборе сложных предложений, и т.п. Не склонны к работе, требующей систематизации, упорядочения материала. Не любят планировать свою деятельность и проверять уже выполненное задание, их раздражает повторение пройденного материала. Именно поэтому они не составляют для себя каких – либо графиков и расписаний. Их не смущает известная неопределённость в том, чем и когда ему нужно заниматься, кто и где его ждёт. Он способен на ходу принимать решение или изменять прежние намерения, быстро, без труда приспосабливаясь к новым условиям, легко следуя за ними и подчиняясь складывающимся обстоятельствам.

 5. Переходя от одного занятия к другому, они полностью вытесняют из сознания предыдущее.

 6. Способны хорошо работать в ситуациях, требующих переключения внимания, а также в шумной, неспокойной обстановке, могут усваивать значительный по объёму и разнообразный по содержанию материал.

 7. Ученики с сильной нервной системой чаще уверены в себе, в своих знаниях, возможностях, поэтому менее чувствительны к оценкам, к замечаниям учителя, сделанным после неудачного ответа. Иногда им свойственно даже переоценивать себя.

 8. Добиваются одинаковых успехов, как в письменной работе, так и при устном ответе.

 *Для учащихся со «****слабой****» нервной системой характерно следующее:*

 1. Для них оптимальны условия, требующие монотонной, однообразной работы.

 2. Испытывают определённые трудности в ситуациях, где требуется длительная напряжённая работа (трудный урок, контрольная, написание сочинений за два урока, продолжительный школьный день и т.п.). Они быстро устают, теряют работоспособность, начинают допускать ошибки, к концу 6 – 7 урока продуктивность их работы существенно падает, они медленно усваивают материал, начинают чувствовать себя утомлёнными.

 3. Любят последовательную, планомерную работу. Легче действуют по шаблону, по схеме, при этом обстоятельно шаг за шагом выполняя задание. Они успешно выполняют те виды заданий, которые требуют предварительной подготовки. Склонны планировать предстоящую деятельность для того, чтобы равномерно распределить свои силы между отдельными её этапами, к тщательному контролю за выполнением учебных заданий и проверке полученных результатов.

 4. При ответе или усвоении материала для них необходимо использовать внешние опоры; графики, рисунки, диаграммы, таблицы облегчают им учебную деятельность.

 5. Серьёзные трудности для них создаёт работа в ситуации, требующей распределения внимания или его переключения с одного вида деятельности на другой (например, когда во время объяснения новой темы учитель одновременно ведёт опрос по пройденному материалу, привлекает разнообразный дидактический материал – карты, слайды, учебник, заставляет делать записи в тетради, отмечать на карте, следить по учебнику и т.д.). Таким учащимся сложно эффективно, продуктивно выполнять задания в шумной, неспокойной обстановке. У них резко возрастает число ошибок, быстро возникает утомление.

 6. Они ограничены также в объёме воспринимаемой информации, поэтому им трудно на уроке усвоить большой по объёму и разнообразный по содержанию материал.

 7. Чувствительны к эмоциональным нагрузкам. В связи с чем, ответственная, требующая эмоционального, нервно – психического напряжения работа, особенно если на неё отводится ограниченное время, вызывает большие затруднения и дискомфорт. «Слабые» начинают торопиться, но это приводит не к ускорению их действий, а, наоборот, к заторможенности, ошибкам. В тренировочной же работе они ошибаются реже. Такие ученики теряются и начинают волноваться, когда учитель задаёт неожиданный вопрос и требует на него устного ответа, поэтому им нужно время на обдумывание ответа. Лучший вариант для них – письменный ответ, а не устный.

 Кроме того, они очень болезненно относятся к своим неудачам, для них характерна повышенная эмоциональная чувствительность к замечаниям учителя и отрицательным оценкам, неуверенность в своих силах, в своих знаниях.

 Построение учебно-воспитательного процесса с учётом психофизиологических особенностей учащихся (в целях повышения его эффективности) предполагает дифференциацию приёмов работы учителя.

 *Специальные* ***приёмы*** *работы со «слабыми» учениками:*

 1) не ставить их в ситуацию неожиданного вопроса и быстрого ответа на него;

 2) давать достаточно времени на обдумывание и подготовку;

 3) желательно, чтобы ответы были не в устной, а в письменной форме;

 4) не заставлять отвечать только что изученный материал, лучше отложить ответ на следующий урок;

 5) выбрав правильную тактику опросов и поощрений (не только оценкой, но и замечаниями типа «хорошо», «умница», «молодец» и т.п.), формировать уверенность в своих силах;

 6) осторожно оценивать неудачи этих учеников, ведь они и сами весьма болезненно относятся к ним; обязательно поощрять их за старания, настойчивость, даже если результат далёк от желаемого:

 7) во время подготовки ответов давать время для проверки и исправления написанного;

 8) в минимальной степени отвлекать, стараясь не переключать внимания, создавать спокойную обстановку;

 9) по возможности спрашивать в начале урока, лучше если не на последнем уроке, а в начале школьного дня;

 10) важно научить школьника умению пережить неудачу.

 Особенно нужно обратить внимание на детей со «слабой» нервной системой, посещающих группу продлённого дня. Из-за своих природных особенностей они не могут готовить уроки, особенно устные, в группе вместе со всем классом: им мешают другие ребята, они быстрее утомляются и т.д. Поэтому кромк классных комнат можно использовать библиотеку, игровые комнаты, рекреации и другие свободные помещения. Во время самоподготовки нужно разрешить детям самостоятельно устраивать перерывы, кратковременный отдых, причём в удобное для них время, когда заканчивается какой-то этап их работы.

 *Специальные* ***приёмы*** *работы с «сильными» учениками:*

 1) необходимо постоянное руководство и контроль со стороны учителя;

 2) использовать непродолжительные перерывы, смену видов деятельности;

 3) для них необходима тренировка усидчивости, терпения, которая, однако, должна исключать накопления переутомления, эмоционального напряжения;

 4) формировать навыки самоконтроля;

 5) контролировать выполнение ими требований постепенности, последовательности.

 Дети с «сильной» нервной системой обладают необходимыми волевыми качествами, для того чтобы перестроить свою работу в требуемом направлении. Основная задача учителя – убедить их в необходимости этого и постараться заставить это сделать.