**Сингвинический темперамент ( сангвиник)** – сильный, уравновешенный темперамент

1. Такой малыш обычно знает себе цену и верит сам себе.
2. Преобладающие черты характера: жизнелюбие, оптимизм, склонность к риску, гибкость, деловитость, общительность, собранность.
3. Он жизнелюб и любит, чтобы жизнь вокруг него била ключом.
4. Ребёнку до всего есть дело, с ним интересно и легко.
5. Сангвиник очень компромиссен, он всегда найдёт с ребёнком или взрослым понятный им общий язык.
6. Легко «включается» в любую деятельность и ещё легче может «выключаться» из нее, когда она изрядно надоест.
7. Его движения – уверенные, точные, легко сменяющие темп.
8. Речь выразительна, быстрая, живая, с мимикой и с жестами.
9. Он без эмоций переносит наказания.
10. Быстро засыпает, спит хорошо, просыпается с улыбкой и целый день проводит с ней.
11. Такой малыш – источник оптимизма.
12. Ему суждено быть лидером среди других.
13. Чувствует себя везде как дома, любит общество детей и взрослых.
14. Легко и быстро схватывает целое и помнит долго.

 ( хорошая кратковременная и долговременная память)

Учитывая то, что нервная система у детей пластична, мы можем так отшлифовать особенности темперамента ребёнка, завуалировать все недостатки, что основная роль достанется невольно лишь только сильным из его сторон.

**Как лучше воспитывать сангвиника??**

* Стремиться выработать у него устойчивые интересы.
* Учить терпению, упорству, тому, что надо доводить любое дело до конца.
* Как можно больше поощрять за нравственность в его поступках.
* Искоренять небрежность и поверхностность при выполнении заданий.
* Учитывать, что жизнерадостность, общительность и оптимизм сангвиника способны обернуться оборотной стороной медали и стать источником как легкомыслия, так и непостоянства данного ребёнка.
* Не «украшайте» и не «улучшайте» темперамент своего ребёнка.

**Флегматический темперамент (флегматик)** – сильный, уравновешенный, инертный.

1. Такой ребёнок – это не спешащий никуда копуша, всё делающий в час по чайной ложке.
2. Они малоэмоциональны, спокойные, тихие, предпочитают одиночество
3. Такой малыш не выносит спешки, среди ровесников он – «увалень», «медведь».
4. Его солидности позавидует любой начальник, а рассудительности – даже мама с папой.
5. Флегматик делает всё обстоятельно, монументально, упорно покоряя цель и преодолевая все препятствия.
6. Он очень предан своим близким и друзьям, хотя с большим трудом находит друга.
7. Малыш – флегматик не по возрасту миролюбив и по возможности уходит от борьбы, предпочитая лишний раз не рисковать.
8. Речь у него нетороплива и невыразительна, без жестов, мимики и выплеска эмоций.
9. Такой ребёнок засыпает быстро, но после сна всё время ходит сонный. вялый, словно недоспал.
10. Все возрастные навыки у малыша флегматики обычно формируются с трудом и очень долго, но и надолго.
11. Его возможно чему-либо научить, и невозможно или же, по крайней мере, трудно после этого переучить.
12. Малыш флегматик привыкает к новой обстановке очень медленно. Флегматики боятся всего нового, флегматики не любят перемен.

Учитывая то, что нервная система у детей пластична, мы можем так отшлифовать особенности темперамента ребёнка, завуалировать все недостатки, что основная роль достанется невольно лишь только сильным из его сторон.

**Как лучше воспитывать флегматика??**

* Пытаться выработать любознательность и сделать его инициативным.
* Не раздражаться черепашьими темпами, а ускорять их, применяя игровую деятельность, хотя бы игры наперегонки.
* Учить полнее выражать свои эмоции и чувства: как радоваться, горевать, жалеть кого-то и быть добрым.
* Играть с ним в игры, где необходимы быстрота движений, точность, ловкость и поощрять, когда он выполняет правила игры.
* Следить за тем, чтобы он меньше был инертным, вялым, всё время тормошить его, иначе вялость может превратиться в леность, а ровность чувств – в их нищенскую скудость.
* Любыми способами пробуждать сообразительность и воображение ребёнка.
* Стараться привить навыки общения и развивать его коммуникабельность.

**Холерический темперамент (холерик)** – сильный, неуравновешенный, с преобладанием возбуждения.

1. Борец, задира, он не знает чувства страха и бабочкой летит на огонь.
2. Преобладающие черты характера: энергичность, неугомонность, бесстрашие, рискованность, настойчивость, склонность к упрямству.
3. Малыш – холерик сам всегда на взводе, и рядом с ним обычно всё кипит.
4. Он по натуре – командир и постоянно конфликтует со своими сверстниками, хотя не может без них жить.
5. Холерик не умеет ждать и подавлять свои желания.
6. Обычно речь холерика отрывиста, быстра, с проглатыванием отдельных слов, однако она очень выразительна и эмоциональна.
7. Такой ребёнок говорит так громко, как будто бы в нём спрятан микрофон.
8. Как правило, холерики спят беспокойно, под впечатлением событий дня. И засыпают из-за этого с трудом. Просыпаются в различном настроении.
9. Ему всегда нужны сподвижники и зрители, а одиночество ему невыносимо.
10. Всё схватывает на лету и так же быстро забывает, хорошо развита только кратковременная память.
11. Движения его порывисты, резки, как будто кто-то гонится за ним, не может усидеть на месте.
12. Очень легко приспосабливается к новой обстановке и с трудом – к требованиям.

Учитывая то, что нервная система у детей пластична, мы можем так отшлифовать особенности темперамента ребёнка, завуалировать все недостатки, что основная роль достанется невольно лишь только сильным из его сторон.

**Как лучше воспитывать холерика??**

* Направить бьющую ключом энергию на нужные полезные дела.
* Холерика не стоит уговаривать, он реагирует обычно только лишь на требования родителей.
* Холерика необходимо учить вежливости и требовать, чтобы он таким стал. ДА!! Именно требовать, а не уговаривать!!
* В зачатке погашать любую агрессивность.
* Необходимо подбирать такие игры, где укрепились бы процессы торможения и не было бы перевозбуждения со стороны нервной системы: спокойные, в которых всё зависит от внимания и нужен только минимум эмоций.
* Замедлить темп его кружения по жизни, расставив на пути различные шлагбаумы и непредвиденные остановки.
* Воспитывать настойчивость и сдержанность.

**Меланхолический темперамент (меланхолик)** –

 слабый тип.

1. Дети меланхолики застенчивы, робки, нерешительность – одна из основных черт их характера.
2. Обидчивость их без конца и края.
3. Любой из них зацикливается на неудачах и наказание воспринимает как трагедию.
4. Меланхолики всего боятся, запасы слёз у них неистощимы.
5. Им трудно сконцентрировать внимание, не отвлекаясь по различным мелочам.
6. Любая деятельность меланхолику – работа, он, даже играя, утомляется.
7. Движения их неуверенны, бедны и часто суетливы.
8. Речь тихая, интонационно выразительна.
9. Такой ребёнок очень долго и довольно обстоятельно готовится ко сну, но засыпает быстро, просыпаясь бодрым и весёлым.
10. Невероятно трудно адаптируются к детским коллективам, во время адаптации у них во всём регресс.
11. Зато в привычной обстановке они способны превзойти сами себя, достичь того, что редко удаётся и сангвинику.

 Учитывая то, что нервная система у детей пластична, мы можем так отшлифовать особенности темперамента ребёнка, завуалировать все недостатки, что основная роль достанется невольно лишь только сильным из его сторон.

**Как лучше воспитывать меланхолика ??**

* Не надо требовать от меланхолика того, что для него невыполнимо. Приказы замедляют его деятельность
* Стараться поддержать его, одобрить, быть с ним поласковее и помягче.
* Учить бесстрашию и помогать избавиться от страха.
* Поддерживать его самостоятельность.
* Ни в коем случае, даже из благих побуждений, не запугивать его.
* Нацеливать его лишь на посильные задания и помогать их вовремя исполнять.
* Стараться вызвать больше положительных эмоций, используя их для специальной ретушевки отрицательных.
* Воспитывать в нём инициативность, общительность, доверчивость и смелость.