

# Учет психологических особенностей учащихся в процессе обучения





**Рекомендации по  
учёту особенностей  
темперамента учащихся**

# Холерик



*упорен,*

*Человек с этим типом темперамента энергичен, общителен, любит быть на*

*Хладнокровен, расчетлив,*

*стремится к лидерству во всем, любит риск. Честолюбив, тщеславен, преклоняется перед престижностью, всеми силами стремится достичь успеха, удачи, выгоды, непреклонен в достижениях. Неудачи скрывает. Не лишен артистизма, хотя и суховат. Настроение чаще боевитое.*

**Холерик** *обладает быстрой, страстной, со сбивчивыми интонациями речью, сильно подвижной выразительной мимикой, жесты его порывисты, он вспыльчив, суетлив, нетерпелив.*

*Если ярко выраженный холерик сидит за партой, он всегда готов вскочить; если выполняет интересную или важную для него работу, он – весь во внимание, все его мысли, эмоции, движения сконцентрированы на ней. Но потом ребенок испытывает упадок сил и, пока не восстановит их, организовать его очень трудно.*

# Если у детей преобладают черты холерического темперамента:

- стараться путем тренировки вырабатывать умение тормозить себя, свои нежелательные реакции;
- от этих учащихся надо постоянно мягко, но настойчиво требовать спокойных, обдуманных ответов, спокойных, нерезких движений, систематически воспитывать сдержанность в поведении и отношениях с товарищами и взрослыми;
- в трудовой деятельности необходимо воспитывать последовательность, аккуратность и порядок в работе, от них надо требовать хорошего выполнения всех заданий, помня о том, что холерик не любит однообразной и кропотливой работы. Страстность же в работе, энергию и активность, разумную инициативность холерика следует поощрять.
- Поскольку холерик не редко пребывает в аффективном состоянии, говорить с ним резким и повышенным тоном не рекомендуется, это только его возбуждение усилит, говорить с ребенком спокойно, тихим голосом, но требовательно, без уговоров;
- необходимо развивать у ребенка сосредоточенное внимание: настольные игры (но не те, где соревнуются), конструирование, рисование, лепка — все, что требует усидчивости;
- воспитывать у ребенка умение управлять собой (игры с командами, с внезапными остановками – “Замри”, где он будет подчиняться);
- приучать к правилам общения: говорить спокойно, не перебивать говорящего, считаться с желаниями других, просить, а не требовать;



# Сангвиник

**Их отличает сильный, уравновешенный и подвижный тип нервной системы. Это люди веселые и общительные, никогда не унывающие и умеющие видеть в жизни преимущественно светлые ее стороны. Считается, что сангвинический тип наиболее гармоничен в своих взаимоотношениях с окружающим его миром.**

**Сангвиник говорит громко, быстро, отчетливо, сопровождает речь выразительными жестами и мимикой, он весел, энергичен, деловит.**

**Сидит за партой обычно непринужденно.**

**Если им скучно, они начинают играть с ручками, карандашами и т.д. или заниматься посторонними делами.**



# Если у детей преобладают черты сангвинического темперамента:

- важно проявлять строгость, требовательность к ребенку, контролировать его действия и поступки;
- обращать внимание на мелкие нарушения со стороны ребенка;
- необходимо, чтобы начатое дело доводилось до конца и с хорошим качеством (не разрешать приниматься за другое дело, пока не окончено первое);
- целесообразно небрежно выполненную работу предложить выполнить заново;
- главное — показать ребенку конечный результат добросовестных действий;
- важно формировать у ребенка устойчивые интересы; не допускать частой смены деятельности, более серьезное отношение к любому делу;
- учить внимательно относиться к товарищам, стремиться, чтобы складывались прочные, устойчивые отношения;
- надо воспитывать усидчивость, устойчивость, устойчивые интересы, неторопливость, изживать беззаботную беспечность, легкомыслие, если они начнут проявляться.



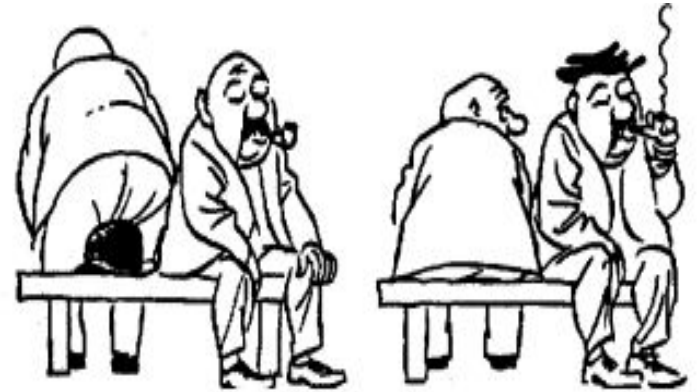
Сангвиник

# Флегматик

Флегматики уравновешенны, спокойны, ровны в обращении и их трудно вывести из себя внешними обстоятельствами. Они обладают большой выносливостью и трудоспособностью.

Медленно входя в работу, они всегда стараются довести ее до конца. В тех же случаях, когда надо быстро сообразить, быстро запомнить, быстро что-либо сделать, флегматик проявляет полную беспомощность. Вместе с тем, если уж он запоминает, то надолго и основательно.

Речь **флегматика** спокойна, равномерна, с остановками, без резко выраженных эмоций, жестикуляции, мимики; флегматик спокоен, рассудителен, молчалив, медлителен. За партой сидит спокойно, непринужденно, не вертится, даже когда прозвонит звонок встает как бы нехотя, не сразу.



# Если у детей преобладают черты флегматического темперамента:

- у флегматика следует развивать недостающие ему качества – большую подвижность, активность, не допуская чтобы он проявлял безразличие к деятельности, вялость, инертность; необходимо больше активизировать деятельность
- чаще заставлять таких учащихся не только работать на уроке в определенном темпе, но и вызывать у них эмоциональное отношение к тому, что делают они сами и товарищи.
- нельзя применять окрики, угрозы, поторапливать — это оказывает тормозящее влияние на нервную систему ребенка;
- не следует отстранять ребенка от той деятельности, которая требует приложения усилий;
- следует чаще хвалить его за быстрые действия;
- необходимо ставить ребенка в условия, когда нужны быстрые действия, полезны игры соревновательного характера;
- следует побуждать ребенка к движению (гимнастика, подвижные игры, плавание, бег);
- побуждать ребенка к игре, труду, конструированию — активизировать его;
- нельзя резко обрывать ребенка; необходимо предупреждать его за несколько минут о смене деятельности;
- привлекать ребенка к деятельности в коллективе.





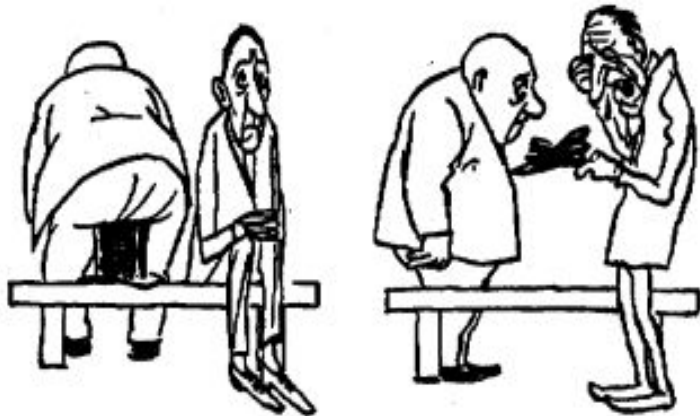
# Меланхолик

Они отличаются высокой чувствительностью нервной системы. Застенчивость, мнительность, нерешительность, страсть к размышлениям отличает людей этого типа. Нередко они отличаются мрачным, подавленным настроением и пессимизмом.

**Меланхолик** обладает слабой неритмичной речью, иногда снижающейся до шепота, стеснителен, застенчив, малоактивен, робок, необщителен.

Голова часто опущена, подбородок втянут. Внешне ребенок спокоен, его можно принять за флегматика.

Однако беседы с родителями, близкими помогут узнать, что он сильно переживает из-за неудач: впадает в уныние, плачет, плохо спит и т.д.



# Если у детей преобладают черты меланхолического темперамента:

- надо воздействовать мягкостью, тактичностью, чуткостью  
чрезмерная строгость и резкое повышение требований к таким учащимся еще больше затормаживают и снижают работоспособность.
- на уроке таких учащихся надо чаще спрашивать, создавая во время их ответа спокойную обстановку, большую роль при этом играют одобрения, похвала, подбадривание;
- необходимо развивать общительность, через общественную деятельность постепенно вводить их в коллектив;
- нельзя повышать голос на ребенка, проявлять к нему чрезмерную требовательность, наказывать, подчеркивать его недостатки;
- целесообразно беседовать с ребенком, так как он отличается внушаемостью; говорить надо мягко, убедительно, но уверенно, определенно; развивать у него общительность;
- необходимо поддерживать у него положительные эмоции, проявлять по отношению к нему доброжелательность, чуткость.



Меланхолик

## учащихся со слабой и инертной нервной системой (меланхолики, флегматики):

- 1) длительная напряженная работа (как домашняя, так и на уроке); слабый быстро устает, теряет работоспособность, начинает допускать ошибки, медленнее усваивает материал;
- 2) ответственная, требующая эмоционального, нервно-психического напряжения, самостоятельная, контрольная или экзаменационная работа, в особенности если на нее отводится ограниченное время;
- 3) работа в условиях, когда учитель задает неожиданный вопрос и требует на него устного ответа; вообще следует отметить, что для слабого по своим нейродинамическим особенностям учащегося благоприятнее ситуация письменного ответа, а не устного;
- 4) работа после неудачного ответа, оцененного отрицательно; после резкого замечания, сделанного учителем, после ссоры с товарищем и т.д.;
- 5) работа в ситуации, требующей отвлечения (на реплики учителя, ответ или вопрос другого учащегося);
- 6) работа в ситуации, требующей распределения внимания или его переключения с одного вида работы на другой (например, когда во время объяснения учитель одновременно ведет опрос учащихся по прошлому материалу, привлекает разнообразный дидактический материал — карты, слайды, учебник, заставляет делать записи в тетради, отмечать на карте, следить по учебнику и т.д.);
- 7) работа в шумной беспокойной обстановке;
- 8) работа у вспыльчивого, несдержанного педагога;
- 9) ситуация, когда требуется на уроке усвоить большой по объему и разнообразный по содержанию материал;
- 10) оценивается продуктивность усвоения материала на первых порах его заучивания;
- 11) требуется выполнять задания на сообразительность при высоком темпе работы.

# Определение темперамента личности учащегося

Инструкция: ответь на вопросы, выбрав один из четырех вариантов.

1. Как ты ведешь себя в ситуации, когда необходимо быстро действовать?

- А) легко включаешься
- Б) действуешь со страстью
- В) спокойно, без лишних слов
- Г) неуверенно, робко

2. Как реагируешь на замечания учителя?

- А) говоришь, что больше не будешь, а сам - снова
- Б) возмущаешься
- В) выслушиваешь спокойно
- Г) молчишь, но обижен

3. Как говоришь о том, что тебя затрагивает?

- А) быстро, с жаром, но прислушиваешься к другим
- Б) быстро, не слушая других
- В) медленно, уверенно
- Г) с большим волнением и сомнением

4. Надо сдавать контрольную работу, а она не закончена?

- А) легко реагируешь
- Б) торопишься закончить
- В) решаешь спокойно, пока не отберут
- Г) сдаешь работу, но не уверенно

5. Трудная задача не получается сразу:

- А) решаешь упорно и настойчиво
- Б) бросишь - продолжаешь - бросишь - еще пробуешь
- В) спокойно продолжаешь
- Г) проявляешь растерянность, неуверенность

6. После уроков спешишь домой, а учитель предлагает остаться, сделать работу:

- А) быстро соглашаешься
- Б) возмущаешься «Почему я?»
- В) остаешься, не говоря ни слова
- Г) проявляешь растерянность

7. Родители делают тебе не совсем справедливое замечание:

- А) спокойно выслушиваешь и спокойно заявляешь о своем мнении
- Б) взрываешься, вступаешь в спор, опровергаешь обвинение
- В) не обращаешь внимания: «Пусть повыступают»
- Г) очень переживаешь, плачешь

8. Ты получил плохую оценку, как изменяется твое состояние:

- А) внешне незаметно, но внутри есть горечь
- Б) раскаиваешься, развиваешь деятельность по исправлению
- В) «Ну и что? Исправлю»
- Г) приходишь в отчаяние, в уныние

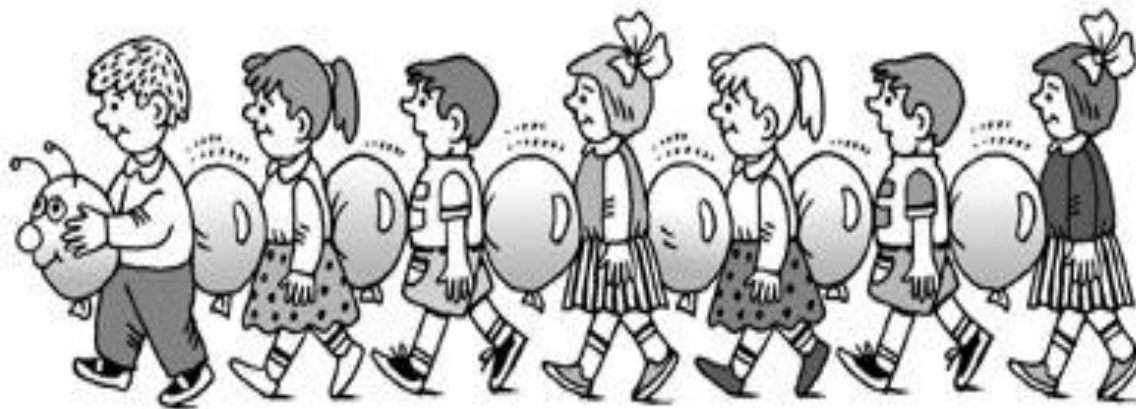
9. Твой друг (подруга) не пришел на встречу:

- А) ничего не предпринимаешь
- Б) проклинаешь, мечешь в его адрес гром и молнии
- В) «Все что ни делается, все к лучшему!»
- Г) переживаешь, воображаешь измену, крах отношений

10. Ты проигрываешь в соревновании, игре:

- А) продолжаешь борьбу, тренировки, готовишься к будущей победе
- Б) теряешь самообладание, обрушиваешь обвинения на окружающих
- В) «Не корову же проигрываем!»
- Г) приходишь к выводу о своем ничтожестве

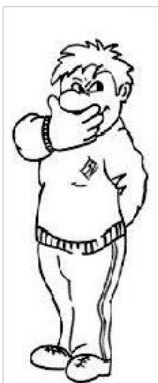
# Рекомендации по учёту акцентуаций характера учащихся



# Типы акцентуаций характера



Циклотимический



Застывающий



Тревожный



Экзальтированный

Демонстративный



Возбудимый



Эмотивный



Дистимический



Гипертимический

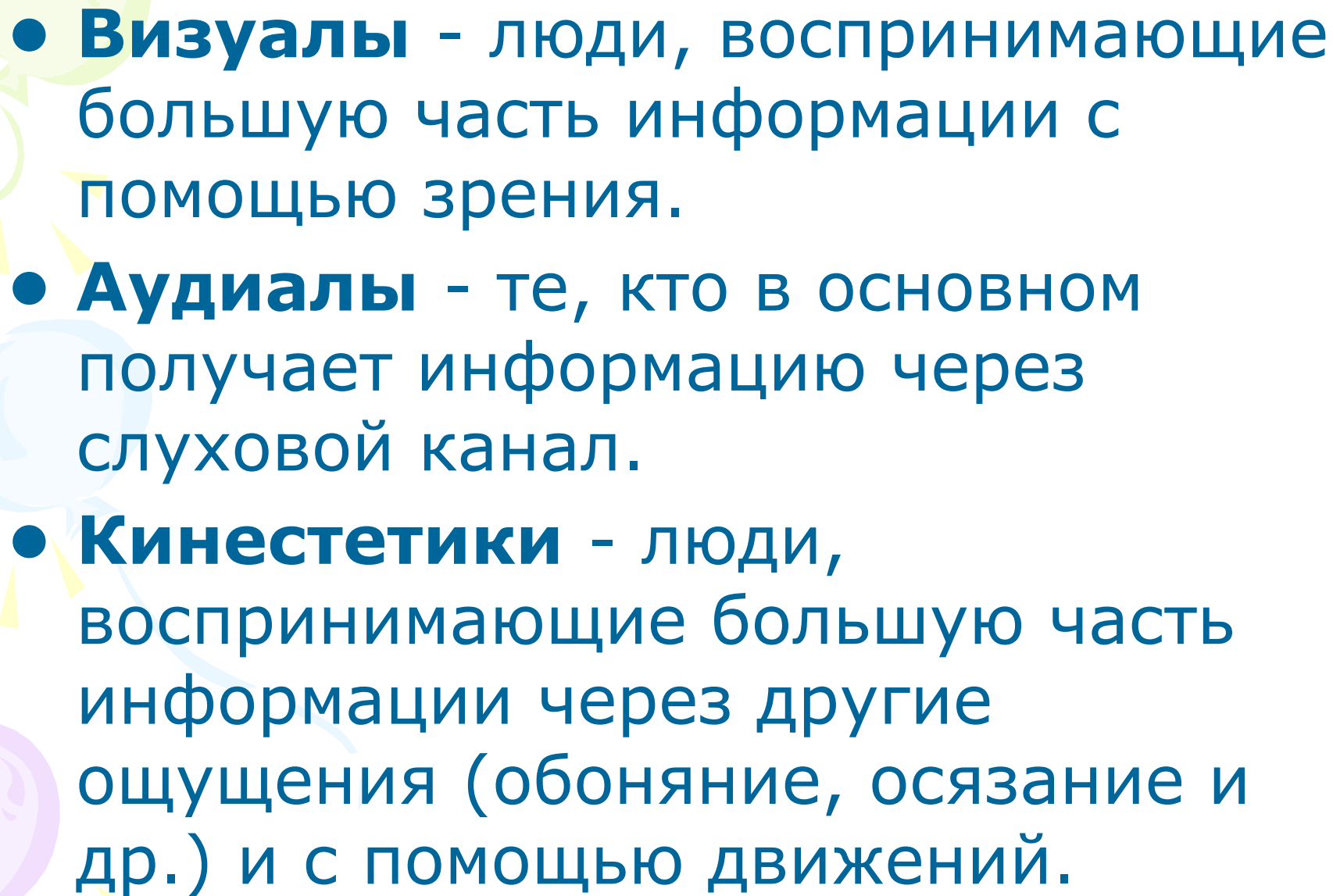


Подантичный

# Рекомендации по учёту особенностей восприятия и переработки информации учащимися





- 
- **Визуалы** - люди, воспринимающие большую часть информации с помощью зрения.
  - **Аудиалы** - те, кто в основном получает информацию через слуховой канал.
  - **Кинестетики** - люди, воспринимающие большую часть информации через другие ощущения (обоняние, осязание и др.) и с помощью движений.

## Как распознать ведущий канал

	<i>Визуал</i>	<i>Аудиал</i>	<i>Кинестетик</i>
<b>Словарь общения.</b>	употребляет существительные, глаголы, прилагательные, связанные в основном со зрением (смотреть, наблюдать, картина, на первый взгляд, прозрачный, яркий, красочный, как видите и т.д.).	употребление слов, связанных со слуховым восприятием (голос, послушайте, обсуждать, молчаливый, тишина, громкий, благозвучный и т. д.).	употребляет слова, описывающие чувства или движения (схватывать, мягкий, теплый, прикосновение, гибкий, хороший нюх и пр.).
<b>Направление взгляда при общении</b>	в основном вверх	по средней линии	вниз
<b>Особенности внимания</b>	шум практически не мешает	легко отвлекается на звуки	трудно концентрировать свое внимание, можно отвлечь чем угодно;
<b>Особенности запоминания</b>	запоминает картинками (хорошо развито образное мышление)	то, что обсуждал, запоминает, слушая	помнит общее впечатление; запоминает, двигаясь, ощупывая, нюхая.
<b>Особенности записывания домашнего задания</b>	послушно откроет дневник и запишет, вернее, перепишет с доски то, что задано на дом; предпочитает иметь нужную ему информацию, чем спрашивать у других, легко воспримет ее записанной именно на доске.	если захочет записать домашнее задание в школе, то, скорее всего, переспросит у соседа по парте, что задано, со слуха запишет эту информацию себе в дневник. Дома может "сесть на телефон" и узнать о том, что задано, у одноклассников.	долго роется у себя в портфеле, достает оттуда учебники, находит нужные страницы и прямо в учебниках обводит номера нужных упражнений.
<b>Поведение детей на перемене</b>	остается в классе, если большинство учеников из него выходит, главное - возможность спокойно окунуться в свои зрительные образы; если ему мешают шумные диалоги аудиалов или подвижные игры кинестетиков, он выходит в коридор, где наблюдает за другими детьми или рассматривает информацию на стенах.	используют перемену, чтобы наговориться и пошуметь, особенно если на предыдущем уроке пришлось "держать рот на замке".	перемена нужна, чтобы размяться, подвигаться.

	<i>Визуал</i>	<i>Аудиал</i>	<i>Кинестетик</i>
<b>Особенности подхода в учебной работе</b>	можно требовать быстрого решения задач;	можно требовать немедленного повторения услышанного им материала;	не ждать ни того, ни другого, ему нужно больше времени и терпения со стороны учителей;
<b>Выполнение работы на уроке</b>	разрешить иметь под рукой листок, на котором он в процессе осмысления и запоминания материала может чертить, штриховать, рисовать и т.д.;	не делать замечания, когда он в процессе запоминания издает звуки, шевелит губами - так ему легче справиться с заданием;	не заставлять сидеть долгое время неподвижно; обязательно давать ему возможность моторной разрядки (сходить за мелом, журналом, писать на доске, дома - сходить в другую комнату и т.д.); запоминание материала легче происходит во время движения.
<b>Особенности общения</b>	использовать слова, описывающие цвет, размер, форму, местоположение; выделяя цветом различные пункты или аспекты содержания, записывая действия, используя схемы, таблицы, наглядные пособия и др.;	использовать вариации голоса (громкость, паузы, высоту), отражая телом ритм речи (особенно головой) со скоростью, характерной для этого типа восприятия;	использовать жесты, прикосновения, они обучаются посредством мышечной памяти; чем больше преувеличения, тем лучше для запоминания; позволять им проигрывать в ролях части вашей информации.
<b>Особенности замечания</b>	покачать головой, погрозить пальцем;	сказать шепотом "ш-ш-ш";	положить руку на плечо, похлопать по нему

## Советы психолога начинающему педагогу

### Относительно работы

- **Не работайте тяжелее, а работайте умнее.**

У большинства учителей наблюдается синдром “отличника”. Они все стремятся сделать именно на “отлично”. “Человек имеет право на ошибку, а я — человек! Мои ошибки и промахи, недовольства родителей и учеников, замечания администрации — это все естественно и не является поводом для серьезных переживаний. Это — жизнь. Это моя естественная среда обитания”.

- **Учитесь управлять собственным временем.**

- **Умейте отказаться вежливо, но убедительно.**

- **Создайте на своем рабочем месте как можно более комфортные условия труда.**

### Относительно самого себя и своей жизни

- **Будьте эгоистом хотя бы иногда. Почему-то учителя всегда всем что-то должны.**

- **Организируйте себе свой День эгоиста.**

- **Ищите свой набор способов для снятия стресса и усталости.**

- **Составьте расписание неотложных дел после работы.**

Например:

Понедельник — аэробика под видеокассету с последующей горячей ванной с морской солью.

Вторник — прослушивание музыки Чайковского лежа с травяными компрессами на глазах.

Среда — разгрузочный фруктовый день; зеленый чай с медом с последующим танцем под музыку любимой поп-группы.

Четверг — немного вязания, а также занятие на велотренажере под любимую передачу.

Пятница — посещение косметического кабинета; визит к лучшей подруге и чаепитие с любимыми пирожными, вечер дома без телевизора и телефона.

Суббота — днем — вылазка на природу, вечером — семейный ужин с чем-нибудь вкусненьким, за красиво сервированным столом, накрытым скатертью.

Воскресенье (впишите самостоятельно).

### Относительно мира вокруг

- **Долой негатив из нашей головы! Можно просто пожелать нашим учителям постоянной и победоносной борьбы со всеми черными мыслями и с любым негативом.**

- **Перестаньте контролировать всех и вся вокруг! Контролировать можно только одного человека — самого себя.**

# Рецепт приготовления хорошего урока.

Возьмите дюжину самых лучших эмоций. Тщательно отберите только те, что лишены разочарования, злопамятности и злости. После того как вы отобрали 12 эмоций, разделите их на 5 или 6 уроков, которые вам придется проводить каждый ваш рабочий день. Добавьте в каждый свой урок по одной порции:

- мудрости;
- терпения;
- храбрости;
- работоспособности;
- оптимизма;
- преданности своему делу;
- вольнодумия и свободомыслия;
- доброты;
- отдыха и заботы о здоровье;
- доброго юмора;
- такта;
- веры в каждого ученика.



Количество ингредиентов — на усмотрение готовящего. Для того чтобы придать остроты уроку, добавьте в него щепотку безрассудства. А теперь долейте любви к детям и взбейте все энергичными движениями.

Поставьте ваше блюдо на огонь детских сердец. Украсьте изюминками улыбок и веточками радости. Перед подачей сервируйте урок профессионализмом учителя. Следуйте четко этому рецепту, и все у вас получится!

**Приятного аппетита, уважаемые коллеги!**  
**Аппетита к учительскому труду и творчеству!**