

# **Изучение типологических особенностей спортсменов разной специализации**

# Психолого-физиологические характеристики типов

- высшей нервной деятельности человека  
Для типов высшей нервной деятельности характерны отдельные психологические и физиологические характеристики.

В настоящее время для психологических характеристик темперамента принимаются во внимание следующие основные свойства:

- 1. Сенситивность. Об этом свойстве судят по тому, какова наименьшая сила внешних воздействий, необходимая для возникновения какой-либо психической реакции человека. Сюда относится наименьшая физическая сила раздражения, необходимая для возникновения ощущений; наименьшая степень удовлетворения потребности, вызывающая у человека радость или страдание.

- 2. Реактивность. Это свойство характеризуется силой, с которой люди эмоционально реагируют на внешнее или внутреннее воздействие. Наиболее яркие проявления реактивности – эмоциональность и впечатлительность.
- 3. Активность. Это свойство выражается степенью воздействия человека на внешний мир, его способностью преодолевать препятствия при достижении цели.

- 4. Соотношение реактивности и активности, т.е. от чего в большей степени зависит деятельность человека.
- 5. Тип реакции. Он определяется по скорости протекания различных психических реакций и процессов.
- 6. Пластичность – ригидность. Об этом свойстве судят по тому, насколько легко и гибко приспособливается человек к внешним условиям.

- 7. Экстраверсия – интроверсия. При определении этого свойства учитывают от чего, преимущественно зависит реакция и деятельность человека – от внешних впечатлений, возникающих в данный момент, или от образов, представлений

- Физиологическую основу темперамента составляет нейродинамика мозга, т.е. нейродинамическое соотношение коры и подкорки [7]. Нейродинамика мозга находится во внутреннем взаимодействии с системой гуморальных, эндокринных факторов. Ряд исследователей (Пенде, Белов, отчасти Э. Кречмер и др.) склонны были поставить и темперамент, и даже характер в зависимость, прежде всего, от этих последних. Не подлежит сомнению, что система желез внутренней секреции включается в число условий, влияющих на темперамент

- методом условных рефлексов пришел к определению четырех основных типов нервной системы.
  1. Сильный, уравновешенный и подвижный – живой тип.
  2. Сильный, уравновешенный и инертный – спокойный, медлительный тип.
  3. Сильный, неуравновешенный с преобладанием возбуждения над торможением – возбудимый, безудержный тип.
  4. Слабый тип.

Деление типов нервной системы на сильный и слабый не ведет к дальнейшему симметричному подразделению слабого типа, так же как и сильного, по остальным двум признакам уравновешенности и подвижности, потому что эти различия, дающие существенную дифференциацию в случае сильного типа, при слабом оказываются практически несущественными и не дают реально значимой



**Спасибо за внимание**