

## **Тип нервной системы и индивидуальный познавательный стиль учащихся**

Часто родителей и учителей удивляет, почему успехи ребенка в школе ниже, чем могли бы быть. Почему по результатам психологической диагностики у него высокий уровень развития мышления, а за контрольные работы он получает не только «четверки», но порой и «тройки»? Почему психологи утверждают, что у него все в порядке со вниманием, а учителя сетуют на невнимательность ребенка? Или ребенок жалуется на сильную усталость, а врачи не находят у него проблем со здоровьем?

На успешность обучения в школе влияет тип нервной системы ребенка. При организации урока, подготовке домашнего задания, необходимо учитывать тип нервной системы, тем самым помогая ребенку находить свои сильные стороны и компенсировать трудности.

Что же такое тип нервной системы? Как он влияет на процесс и результат обучения? Выделяют сильный и слабый типы нервной системы. Они различаются прежде всего работоспособностью (или утомляемостью), которая может быть оптимальной при определенных условиях.

**Учащиеся со слабым типом нервной системы** имеют низкую выносливость, поэтому им требуется больше времени на выполнение заданий, чтобы дать отдых вовлеченным в процесс нервным клеткам и сохранить оптимальную работоспособность. Лучше всего, когда такие дети имеют возможность выполнять качественно разнообразные действия. Если этого не обеспечить, они обычно переходят к новым действиям, новому заданию, не закончив предыдущего, и производят впечатление учеников, которые ничего не доводят до конца. А на самом деле у них просто включается защитное торможение, которое помогает избежать переутомления.

К примеру, при заучивании текста им полезны вспомогательные действия — деление его на фрагменты, рисование мысленных картинок к ним, составление плана и т.п.

Если же дети действительно устали, следует подумать, как организовать их отдых. Может быть, снизить вне учебную нагрузку (кружки, спортивные секции и т.п.).

В особо сложной ситуации оказываются дети, родители которых имеют «сильный» тип нервной системы и потому незнакомы с подобными проблемами.

Тип нервной системы влияет и на *выполнение домашнего задания*. «Сильные» дети могут все сделать за один присест (при наличии высокой мотивации). При этом допустим небольшой шум, он не отвлекает их. Общество сверстников также не мешает, а только помогает их работе. Однако вначале им иногда требуется некоторая «раскачка», поэтому предпочтительнее двигаться от легких заданий к более трудным.

Детям **со слабым типом**, наоборот, необходимы перерывы в работе, полная тишина и уединение. Полезно планировать выполнение домашнего задания: от сложного к простому, предоставлять возможность тщательного контроля результатов. Можно предлагать им использовать наглядные образы (картинки, схемы) к устным заданиям учащиеся смогут их использовать в классе при ответах.

На работоспособность ребят оказывает влияние и *степень нервного напряжения*. У **«сильных» детей** в трудной ситуации (ограничение во времени, экзамены) увеличивается тонус умственной деятельности, в связи с этим время выполнения заданий уменьшается. Поэтому контрольные работы они могут делать лучше текущих. У **«слабых»** в этой же ситуации тонус умственной деятельности снижается, а время выполнения заданий увеличивается. Следовательно, качество контрольной работы может быть хуже. Родителям накануне проверочной работы можно настраивать «сильных» детей на успех, призывать их постараться, обещать поощрить. «Слабым» детям это противопоказано. Даже косвенные проявления «настроения на успех», например, усиленная подготовка, могут вызвать ухудшение результатов работы ребенка. Поэтому стоит, наоборот, слегка обесценить значимость контрольной, рассказать о собственных неудачах и вместе посмеяться.

Для **ученика со слабым типом** нервной системы проверочная работа или ответ у доски должны происходить в определенное, ожидаемое время, так как ему нужно настроиться на ответ или контрольную. Непредвиденная ситуация, вопросы, требующие быстрого ответа, могут привести к распаду деятельности. Иногда следует предоставить ему возможность изложить свои мысли в письменной форме.

Настроиться ученик должен не только на время, но и на форму проведения контрольной работы. Она должна быть привычной. Полезно давать задания по единому алгоритму, шаблону, схеме.

#### **Общие рекомендации для ребенка со слабым типом нервной системы:**

- снизить тревогу;
- при усвоении материала и устном ответе использовать внешние опоры: графики, схемы, диаграммы, таблицы;
- не требовать выполнения заданий по только что пройденной теме. Ребенку нужно дать возможность подготовиться к контрольному мероприятию, но не переусердствовать, чтобы у него не включилось защитное торможение.

Следующее, чем различаются индивидуальные стили «слабых» и «сильных» детей — *это соотношение главных и вспомогательных действий*. Что имеется в виду? Все человеческие действия делятся на главные, то есть ведущие непосредственно к достижению цели, и вспомогательные, которые организуют условия для выполнения главных — контролируют, подготавливают и т.д. Например, при написании изложения главные

действия сводятся к прочтению, запоминанию и воспроизведению текста на бумаге. Вспомогательные действия при этом: грамотно обустроить рабочее место, написав абзац, прочитав его и подумать, что следует дальше.

**У детей со слабым типом** нервной системы при свободном выполнении заданий количество главных действий меньше, чем вспомогательных. Для получения высокого результата им необходимо тщательно подготовить рабочее место, настроиться на работу, скрупулезно проверить ее в конце.

**У детей с сильным типом** нервной системы, наоборот, главных действий намного больше, чем вспомогательных, то есть они тратят меньше времени на подготовку к работе и ее проверку. Однако точность выполнения заданий при этом может страдать. Поэтому взрослым необходимо побуждать ребят к самоконтролю, учить проверять работу, не торопиться.

Еще одна особенность касается *планирования собственной деятельности*. **Дети с сильным типом** нервной системы могут одновременно держать в голове несколько заданий по разным предметам. Детям со слабым типом стоит приступать к новой работе, закончив предыдущую. Если необходимо сделать несколько заданий за длительный срок, лучше спланировать их выполнение.

Важно отметить, что **ученики со слабым типом** нервной системы отличаются *большой эмоциональной чувствительностью*. Они остро реагируют на внешние воздействия, которые другими детьми не замечаются. У ребят со слабым типом нервной системы довольно быстро наступает порог насыщения, и поэтому интенсивность реакций сильно снижается. Это необходимо учитывать взрослым при организации поощрений и наказаний. Чересчур эмоциональное поощрение приведет к перевозбуждению и снижению работоспособности. Так же, как и чрезмерные замечания учителя на уроке, вероятнее всего, приведет к ухудшению результатов деятельности. Этим детям достаточно одного взгляда педагога или родителя, чтобы изменить свое поведение. Нужно помнить, что у некоторых учащихся может сформироваться страх совершить ошибку, тогда при выполнении задания они будут ориентироваться не на достижение успеха, а на избегание неудачи, что существенно снизит эффективность работы, приведет к уменьшению концентрации внимания. Помимо страха неудачи, детям со слабым типом нервной системы присуще психосоматическое реагирование (уход в болезнь) на невозможность добиться желаемого учебного результата. Поэтому необходимо научить ребят переживать свои ошибки.

**У «сильных» детей возникает** другая трудность. Им для поддержания оптимального уровня возбуждения требуется проявлять *высокую активность*. Таким учащимся необходимы продолжительные двигательные реакции или интеллектуальные действия. Стоит избегать длительной монотонной, эмоционально не окрашенной работы, которая снижает внимание, вызывает истощение. Нужно менять деятельность, предоставлять возможность выполнять задания своими способами, помогать формировать самоконтроль результатов, планировать свои действия, учить способам повторения пройденного.