



У каждого первоклассника свой темперамент

Холерик

Холерик – ребенок с высокой нервно – психической активностью. Он вспыльчив, самоуверен и стремителен, мгновенно принимает решения, поэтому его идеи часто не продуманы, но очень интересны. Холерик очень подвижен, не переносит долгого ожидания, подвержен резким переменам настроения. Ребенок-холерик – это непоседа и спорщик. Он решителен, настойчив и бесстрашен, может свое решение в последнюю минуту с точностью до наоборот. Стремится ответить на вопрос еще до того, как его задали; часто, не дослушав инструкции, рвется скорее выполнить задание. Он контактен со взрослыми, среди сверстников легко находит друзей, но часто ссорится. Шумные групповые игры для него более естественны, чем дела, требующие тишины и сосредоточенности. Новую информацию усвоит легко, забудет ее так же быстро.

Рекомендации:

- ❖ Помните, что для хорошего старта необходимо искать не лучшую школу, а опытного педагога. Найдите для своего малыша мудрого, в меру строго учителя.
- ❖ Противопоставьте возбуждению спокойствие. Не говорите на повышенных тонах, это только сильнее взбудоражит вашего шустрика.
- ❖ Поощряйте любое проявление старательности, сдержанности и терпения.
- ❖ Помните, что вам необходимо деликатно, но строго и последовательно контролировать холерика и следить, чтобы он доводил начатое дело до конца.
- ❖ Главная задача – повернуть эту бешеную энергию в нужное русло. Холерикам особенно рекомендуется заниматься подвижными видами спорта – тренировки научат контролировать свои движения, рассчитывать свои силы. Но командные виды спорта (например, футбол, хоккей и т.п.) вряд ли подойдут, так как скорее усилят возбуждение и агрессивные реакции. Рассмотрите возможность занятий плаванием, боксом, легкой атлетикой.
- ❖ Холерику необходимо много жизненного пространства, поэтому чаще бывайте с ним на природе, заинтересуйте его туризмом.
- ❖ Помните: от неподвижности он утомляется и допускает срыв в поведении. Давайте ему подвигаться во время выполнения домашних заданий, попросите учителя разрешить ребенку на уроке размяться: вымыть доску, сходить за журналом, собрать тетради.
- ❖ Чтобы компенсировать излишнюю торопливость и невнимательность, помогите ему осознать, что часто качество гораздо важнее скорости. Ваш девиз – «Лучше меньше, да лучше!»



МАДОУ МО г. Краснодар «Центр – детский сад №115»

- ❖ Для формирования усидчивости занимайтесь вместе с ним конструированием, рисованием, ручным трудом, рукоделием.
- ❖ Перед тем как сесть за уроки, дайте ему набегаться вдоволь, а лучше погуляйте на свежем воздухе.
- ❖ Развивайте целенаправленность, сосредоточенность: учите его проговаривать сначала вслух, потом про себя этапы работы и следовать своему плану, обдумывать решения и рассчитывать свои силы.
- ❖ В начальной школе, когда авторитет взрослых силен, холерик, постоянно получающий прилюдно замечания от учителя, легко может стать отверженным в детском коллективе. Поговорите с учителем о некотором снисхождении к вашему ребенку, наметьте вместе с педагогом пути коррекции.
- ❖ Побуждайте ребенка анализировать свое поведение, разбирайте с ним конфликтные ситуации, обсуждайте книги и фильмы (особенно о героях и рыцарях), проговаривайте варианты верного поведения, восхищайтесь выдержкой, терпением героев произведений.
- ❖ Ни в коем случае не стыдите его при всех, не ставьте в пример «хорошего мальчика Васю», это в ответ вызовет только злость.
- ❖ Иногда полезно давать этому живчику задания, несколько превышающие его силы, чтобы он почувствовал, что он не такой всемогущий, каким себе кажется.
- ❖ Помните, что у этого ребенка еще не созрела воля. И он вправе ждать от взрослых понимания.

Сангвиник.

Сангвиник в меру жизнерадостный, живой, сильный и уравновешенный. Это тоже маленькая реактивная ракета, но он умеет сдерживать свои порывы, если этого требует ситуация. В детстве этот «ребенок – солнце» обычно в хорошем настроении, любознателен, активен, умеет контролировать свои эмоции. Легко контактирует с людьми, приспосабливается к новой обстановке, трудные ситуации не вызывают у него чувства тревожности. Сангвиник легко понимает других людей, не особенно требователен к окружающим и склонен принимать людей такими, какие они есть. Незаметно для себя становится душой компании. Такой ребенок может с интересом играть как в подвижные игры, так и сосредоточенно заниматься рисованием или конструированием. Но сангвиник часто не доводит до конца начатое им неинтересное дело, если оно ему надоедает.

Рекомендации:

- ❖ Взрослым необходимо организовать для ребенка определенный ритм повседневной жизни: равновесие подвижности и спокойствия.
- ❖ Родителям нужно следить, чтобы ребенок доводил начатое дело до конца, не допускать небрежного выполнения школьных заданий.



❖ Сангвинику полезны занятия спортом, чтобы выплеснуть лишнюю энергию. Но в спорте он не будет сильно стремиться к результату. Его интересует сам процесс, найдите ему дружелюбного тренера. Для сангвиника подойдут занятия групповыми видами спорта (футбол, хоккей, волейбол и т.д.)

❖ Не беспокойтесь, если ребенок меняет свои интересы: ему свойственны поиски себя. Но при этом нужно развивать и такое качество, как постоянство, иначе ребенок привыкнет бросать очередное увлечение, как только потребуется проявить настойчивость и терпение.

❖ Воспитывайте усидчивость: конструкторы, пазлы, рукоделие, конструирование моделей и другие игры, которые требуют внимания и тщательности, помогут развить собранность и аккуратность.

❖ К сангвинику можно быть требовательным, но, конечно, не следует перегибать при этом палку. Вы вполне можете попросить его переделать заново работу: переписать буквы, перечитать рассказ.

❖ Очень важно поощрять настойчивость такого ребенка, старательность и целеустремленность, постепенно повышать планку требований и, увеличивая нагрузку, добиваться устойчивости и результативности.

❖ Хвалить сангвиника следует только заслуженно, так как он имеет склонность к зазнайству.

❖ Терпеливо учите его оформлять домашнее задание или рисунок, тактично критикуйте небрежное оформление работ, развивайте его внимание к деталям и мелочам.

❖ Обсуждайте с ребенком его отношения со сверстниками и близкими людьми, побуждайте его задуматься о том, что в его поведении может обидеть или обрадовать окружающих; присматривайтесь к внутреннему миру ребенка, так как за внешним благополучием может скрываться глубокое переживание.

Флегматик

Для флегматика характерны низкий уровень активности, невыразительность мимики и речи. Это усидчивый и внешне спокойный ребенок, который обычно не доставляет хлопот взрослым. Он последователен и обстоятелен в своих занятиях. В дошкольном детстве он охотно играет с любимыми игрушками, не любит беготню и шум. Малыш – флегматик способен часами заниматься игрой или рисованием, не мешая взрослым заниматься своими делами. Однако он не любит, когда нарушается привычный ход жизни: он способен устроить и скандал, если ему дали не его чашку или ложку. Играя с детьми, предпочитает знакомые и нешумные развлечения. Долго запоминает какую – либо информацию, но потом долго помнит и редко ошибается. Не стремится к лидерству, не любит принимать решения, легко отдавая это право другим. Редко обижается, но уж если поссорится, то может



навсегда порвать отношения с обидчиком. Флегматик может ровно и продуктивно работать даже в неблагоприятных условиях, и неудачи не выводят его из себя.

Рекомендации:

Именно флегматика, которому нелегко приспособиться к новой обстановке, необходимо психологически готовить к школе, объяснять основные понятия и правила.

❖ Не расстраивайтесь из-за первых низких оценок: новые знания или навыки даются флегматику с трудом, но остаются надолго.

❖ Наберитесь терпения и не раздражайтесь из –за медлительности ребенка (и уж тем более не наказывайте) и не спешите сделать все за него. Иначе он вообще перестанет что-либо делать сам. Вашим девизом должна стать известная народная поговорка «Тише едешь – дальше будешь». Также помните, что рассчитать время – ваша задача.

❖ Однако время от времени тормозите не в меру медлительного флегматика, чтобы он окончательно «не заснул». Если флегматик задумался, его можно изредка окрикнуть, именно в такие моменты «пробуждения» этот милый «тюфячок» способен что-то понять, постичь.

❖ В воспитании уделите внимание развитию самостоятельности и инициативы, так как у флегматичных детей активность невысока и они склонны делать то, что им велят. Но делайте это тактично, чтобы у ребенка не появился страх перед действием.

❖ Чтобы ваш милый копуша научился контролировать себя, ограничьте его во времени: скажите, чтобы он постарался закончить упражнение по русскому языку к началу любимого мультфильма, или заведите будильник.

❖ Помогите ребенку научиться переключаться с одного вида деятельности на другой, установите порядок выполнения домашних заданий: сначала письменные, потом устные уроки.

❖ Не бойтесь доверять ребенку, он достаточно ответственен и основателен, чтобы выполнить порученное дело.

❖ Рассказывайте ему интересные новости из окружающего мира, развивайте творческое мышление рисованием, музыкой. Беседуйте о прочитанных произведениях.

❖ Необходимо привлекать флегматика к играм и гимнастическим упражнениям. Но помните: его могут заинтересовать виды спорта, которые не требуют быстрой реакции, например гимнастика, городки.

❖ Часто в школе такой ребенок успевает по какому-нибудь одному предмету. Помогите сыну или дочери расширить знания по остальным.



МАДОУ МО г. Краснодар «Центр – детский сад №115»

❖ Утром приучите флегматика умываться прохладной водой, чтобы окончательно проснуться.

❖ Вместе с ребенком составьте распорядок дня, чтобы все успевать и со всем справиться спокойно.

❖ Помогите найти новых друзей в школе, учите его понимать чувства и эмоции других людей. Разбирайте с ним мотивы поступков его сверстников, родных или любимых героев.

❖ Обсуждая что-то, старайтесь, чтобы больше говорил он, а не вы, помогите ему сформировать свое мнение и научите защищать его, иначе он будет вести себя стереотипно, подстраиваясь под поведение окружающих и заимствуя их точку зрения. С другой стороны – помогите ему научиться понимать и принимать взгляды, отличные от его собственных.

Меланхолик.

Ребенок – меланхолик медлителен, эмоционально неустойчив. У него тихая речь, невыразительная мимика, неторопливые движения. Он очень чувствителен, склонен к слезам и обидам, насторожен ко всему новому. Меланхолик не уверен в себе. Такой малыш теряется в незнакомой обстановке и испытывает трудности в установлении социальных контактов. Редко спорит и ссорится, чаще подчиняется более сильным людям. Он быстро устает, пугается трудностей, быстро опускает руки. Однако внутренний мир меланхолика богат, ему свойственны глубина и устойчивость чувств. Он ведет себя как «маленький взрослый» - очень рассудителен, любит находить всему объяснение, он не скучает в одиночестве. Среди окружающих выбирает одного, с кем полностью откровенен, мягок и добр, делится с ним своими переживаниями.

Рекомендации:

❖ Помните, что меланхолик дольше и труднее адаптируется к школе.

❖ Наиболее тщательно отнеситесь к выбору учителя, заботливое и внимательное отношение взрослого с негромкой речью ему нужны как хлеб.

❖ Попросите учителя разрешить (хотя бы на первых порах) на уроке отвечать с места, а не у доски, так как публичные выступления для меланхолика – стрессовая ситуация.

❖ В домашней обстановке такой малыш нуждается в подбадривании, ласке родных. Хвалите и еще раз хвалите, ищите даже в неудачах позитивные моменты. Подчеркивайте, что вы уверены в его силах и знаете, что он сможет справиться с задачей. Говорите ему об этом, напоминайте о прошлых успехах. Не смейтесь над его обидами, но с пониманием относитесь к жалобам и слезам.



МАДОУ МО г. Краснодар «Центр – детский сад №115»

❖ Однако дозируйте проявление заботы, не допускайте излишней опеки: это может окончательно изнежить меланхолика, сделать его эмоционально незакаленным.

❖ Общаясь с ребенком – меланхоликом, избегайте приказного тона и публичной критики. Чаще и искренне говорите слова похвалы.

❖ Для снижения нервно – психического напряжения используйте тактильный контакт (погладьте по спинке, взъерошьте волосы, возьмите за руку во время разговора).

❖ Постарайтесь стать для него тем самым близким человеком, которому он может довериться. Беседуйте с ним, обсуждайте ситуации, которые вы наблюдаете, проявляйте искренний интерес, слушая его рассказы о себе, его мысли об окружающем мире. Учите его находить выход из конфликтных ситуаций, отстаивать свое мнение, но ни в коем случае не давите на него.

❖ Помогите ребенку не фиксироваться на школьных неудачах, так как он очень болезненно реагирует на отрицательные оценки. Ваш девиз в общении с меланхоликом – «Людам свойственно ошибаться».

❖ Закаляйте ребенка – меланхолика, вовремя укладывайте спать, а в первом классе такому ребенку может быть показан и дневной сон, так как он быстро устает от любой работы.

❖ Побуждайте его к физическим упражнениям, тренируйте ловкость, выносливость и силу.

❖ Вечером и утром бережно отнеситесь к неустойчивой психике меланхолика, никаких выяснений отношений, подбодрите ребенка – впереди у него трудный школьный день.

❖ Этот ребенок любит работать по инструкции, составьте с ним план выполнения какого-либо задания.

❖ Помогите ему включиться в новый коллектив, научите его знакомиться, прорепетируйте первые фразы, с которыми он подойдет к незнакомым сверстникам.

❖ Повышайте авторитет ребенка, работайте вместе с ним: если он хорошо рисует – сделайте с ним стенгазету для школьного праздника, поет – выучите с ним популярную песню; попросите учительницу прочитать перед всем классом его лучшее сочинение, если он хорошо пишет... Это поможет ему набраться уверенности для решения более сложных задач.