



ТЕМПЕРАМЕНТ



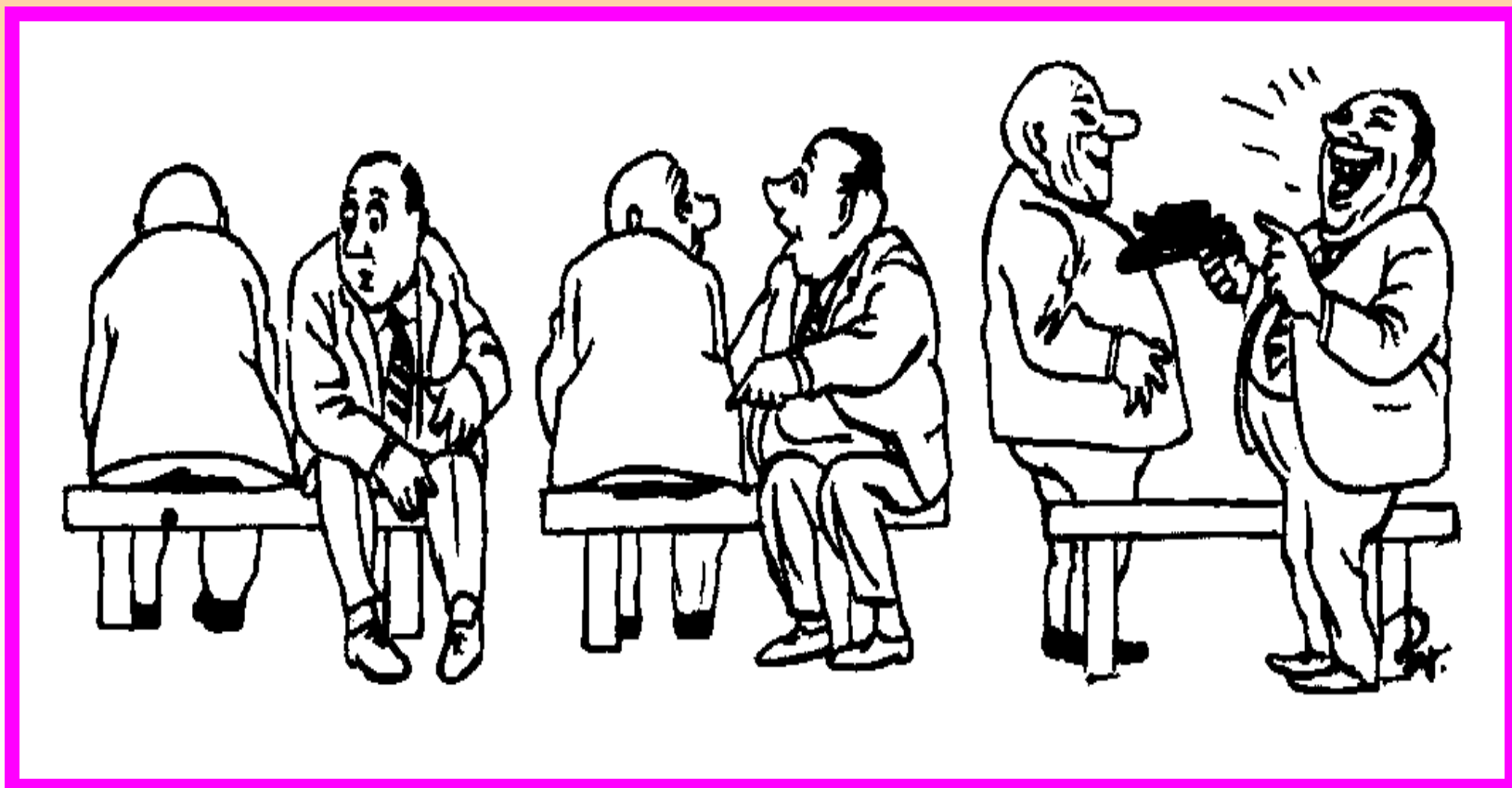
Темперамент

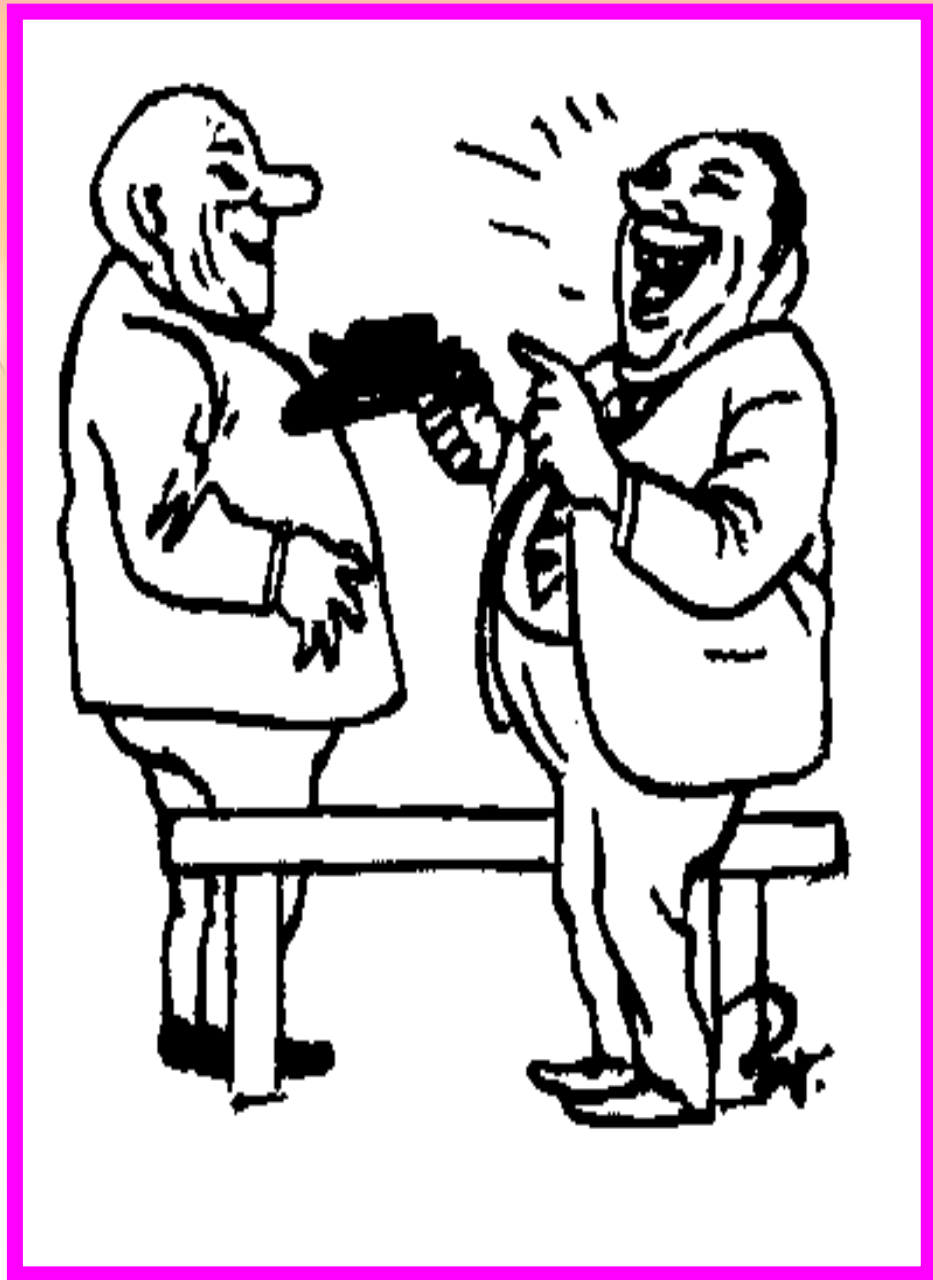
(від латинського – належне співвідношення частин) ■

прояв типу вищої нервової діяльності у діяльності та поведінці людини.

Тип вищої нервової діяльності надає своєрідності поведінці людини, накладає характерний відбиток на людину – визначає рухливість її психічних процесів, їх стійкість, але не визначає ні поведінки, ні вчинків людини, ні її переконань, ні моральних засад.

САНГВИНІК

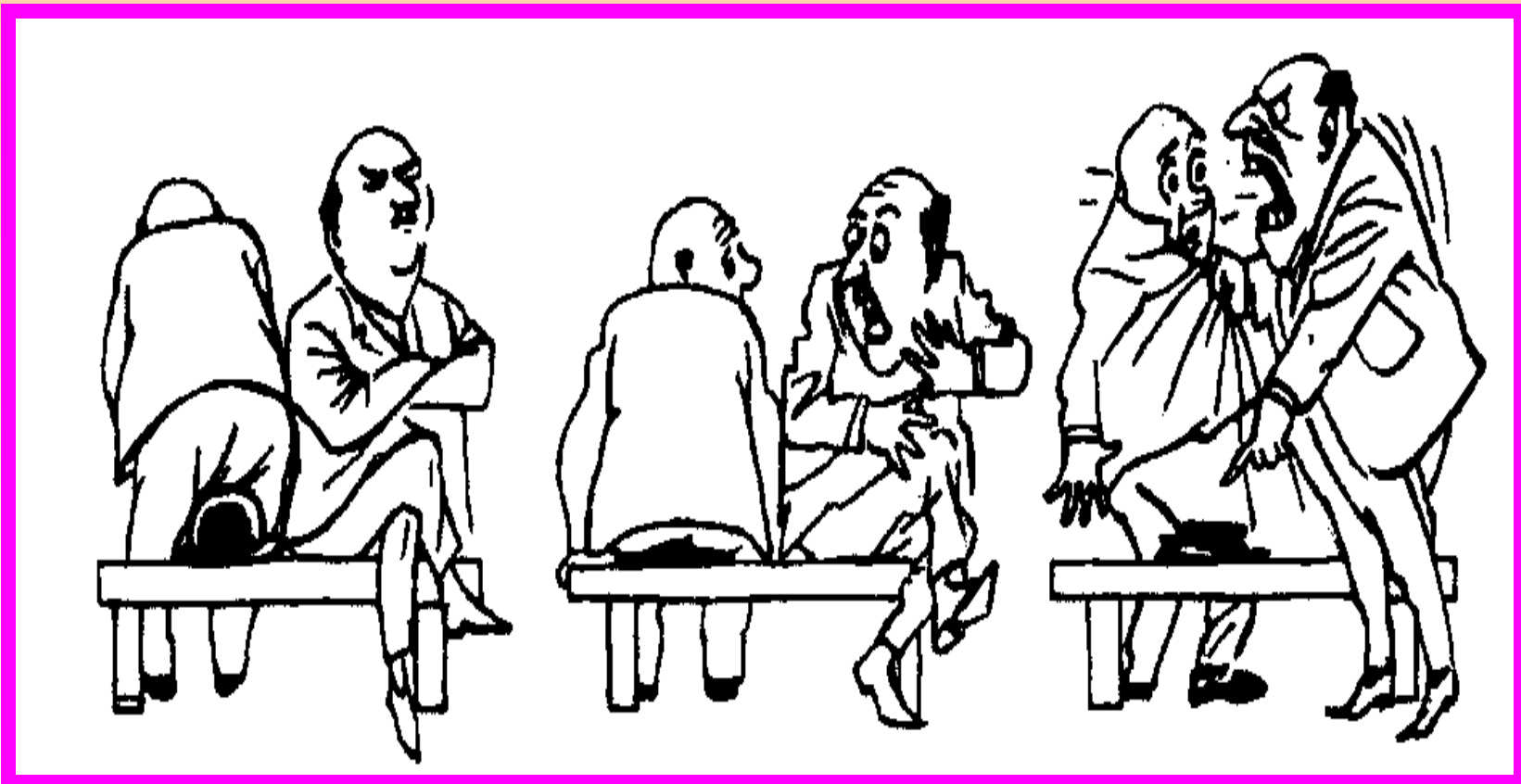


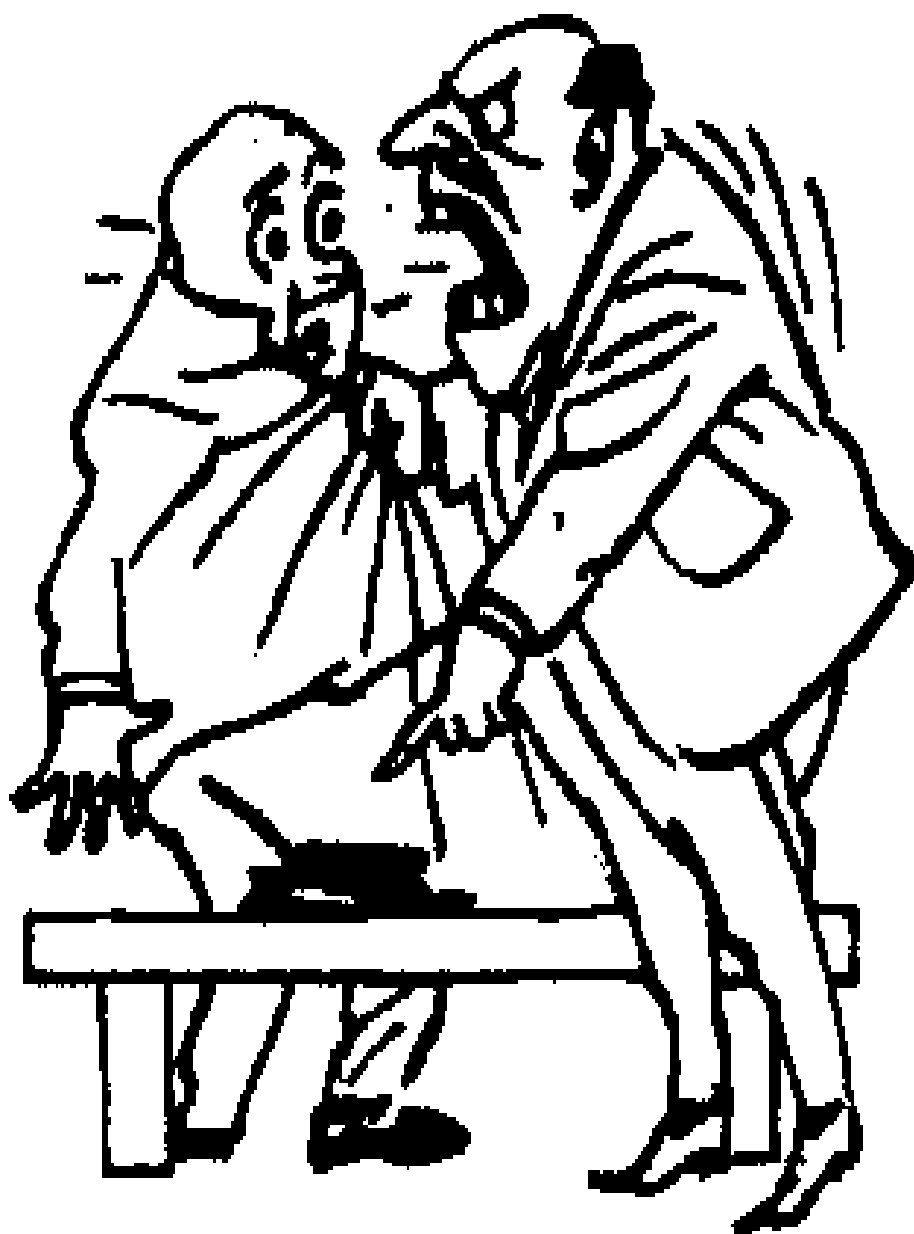


Сангвінік –

життєрадісний, активний, рухливий, емоційно врівноважений, кмітливий, допитливий, працездатний, комунікабельний. У людей сангвінічного темпераменту почуття звичайно яскраво виражені зовнішньо: жвава міміка, різка жестикуляція, швидкі рухи, швидка мова, непосидючість, рухливість, жвавість.

ХОЛЕРИК

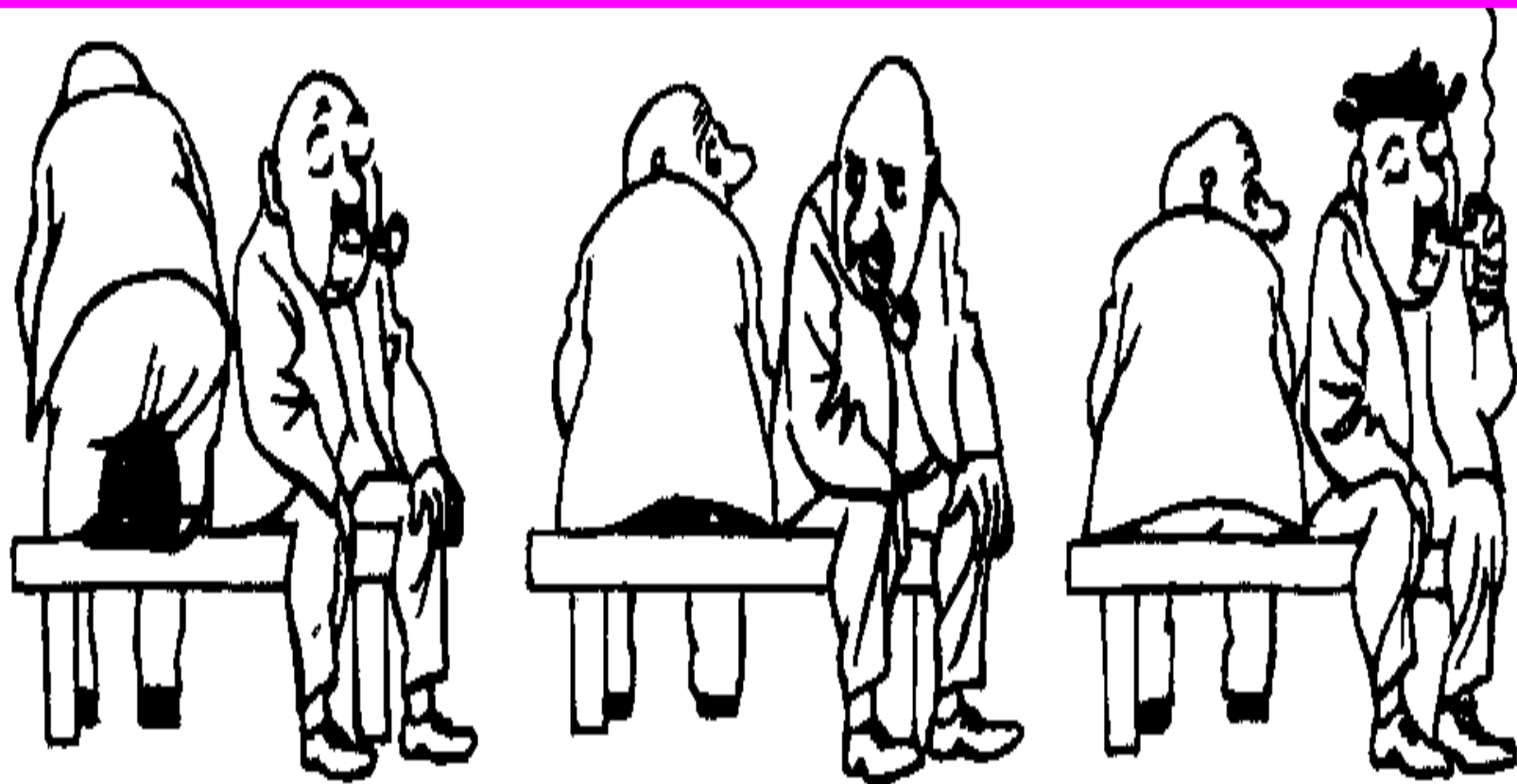


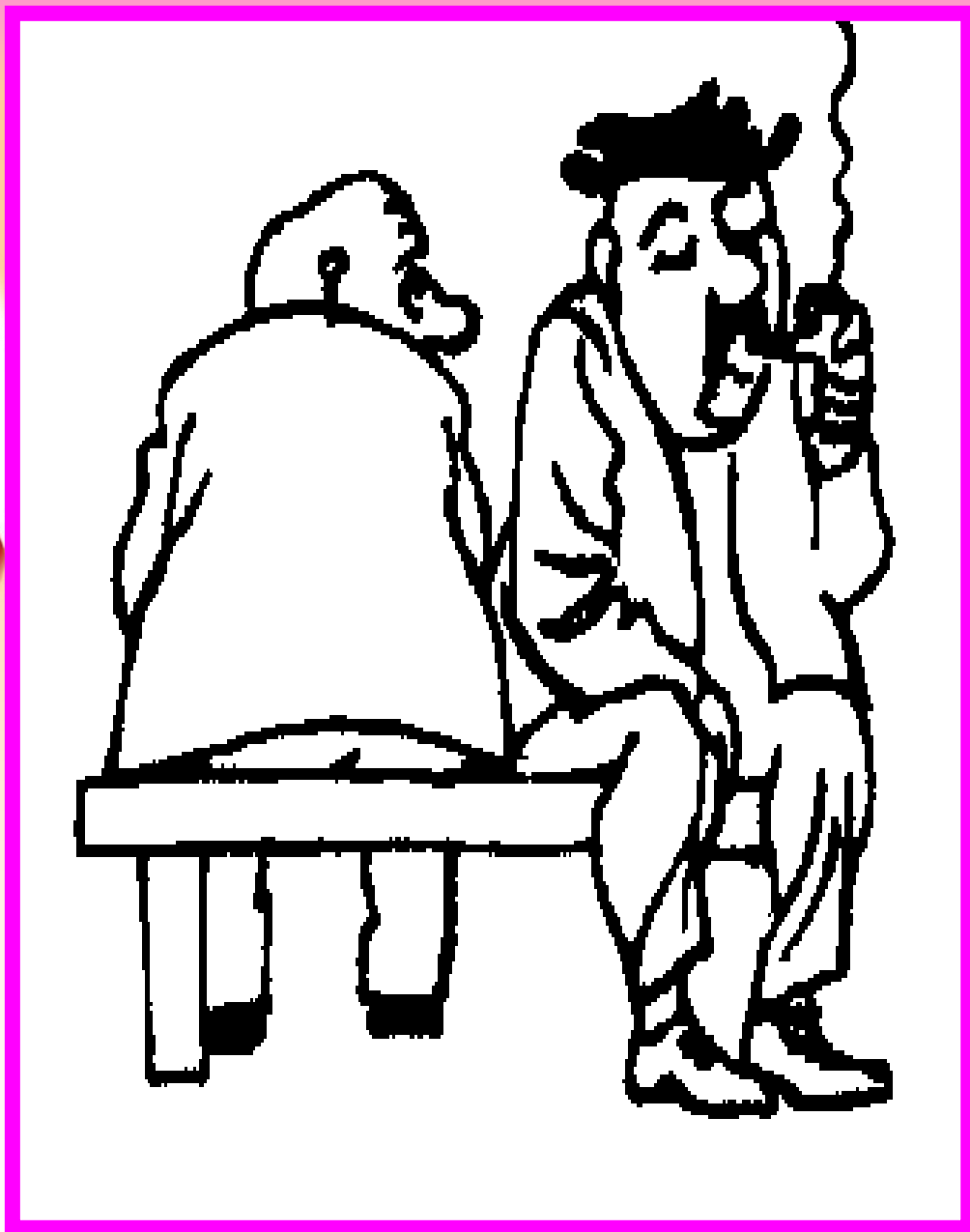


Холерик –

життєрадісний, надзвичайно рухливий, активний, допитливий, непосидючий, імпульсивний, бурхливо реагує на зауваження, емоційно нестабільний, прагне постійно змінювати вид діяльності (не може довго виконувати одноманітні завдання, швидко набридають ігри), прагне до спілкування. Міміка дуже виразна, мова кваплива, притаманні різні жести, нестримані рухи. Почуття дуже сильні, яскраво проявляються, швидко виникають, настрої різко змінюється. В процесі роботи швидко виснажується, і тоді настає різкий спад діяльності.

ФЛЕГМАТИК



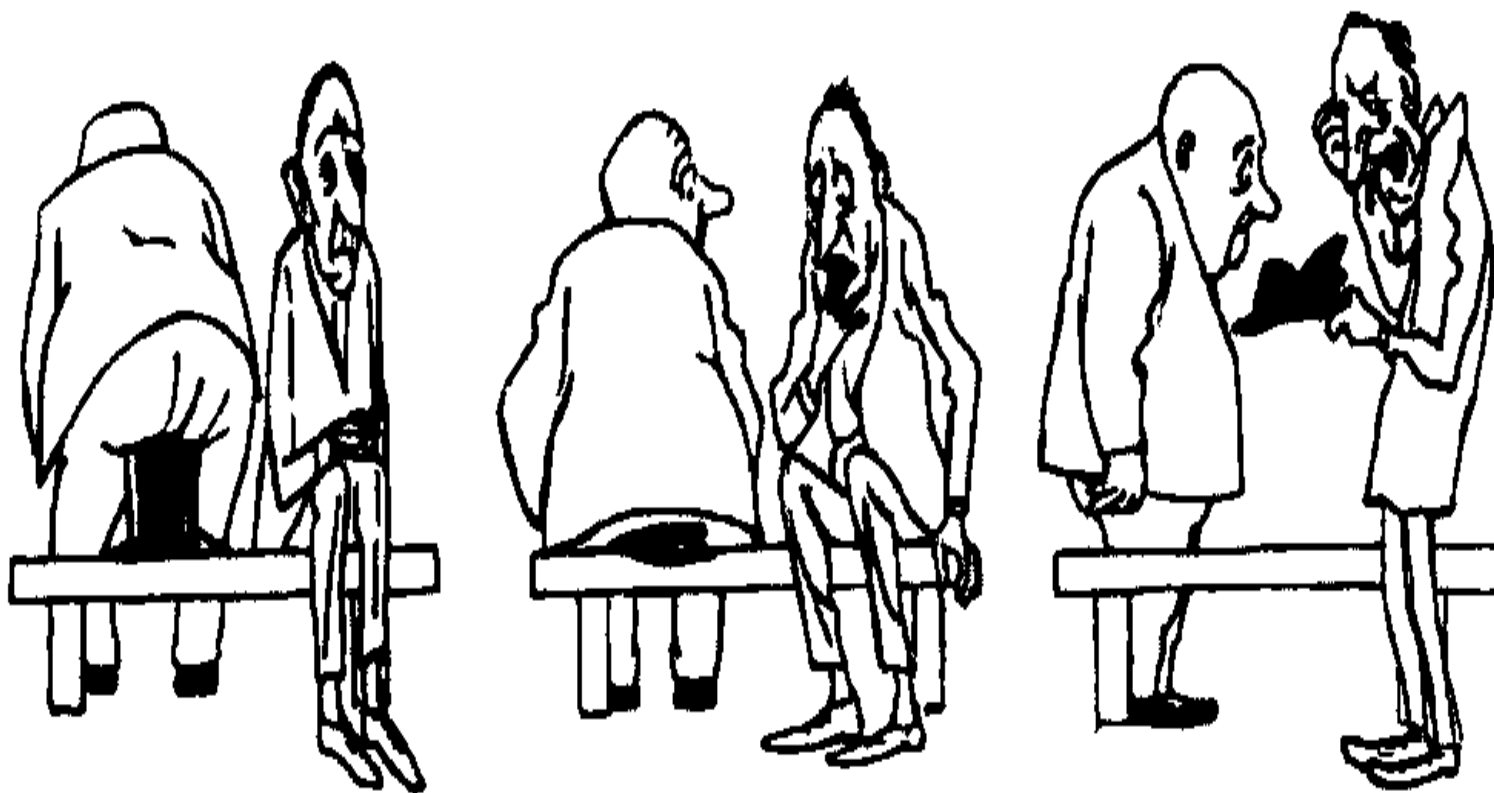


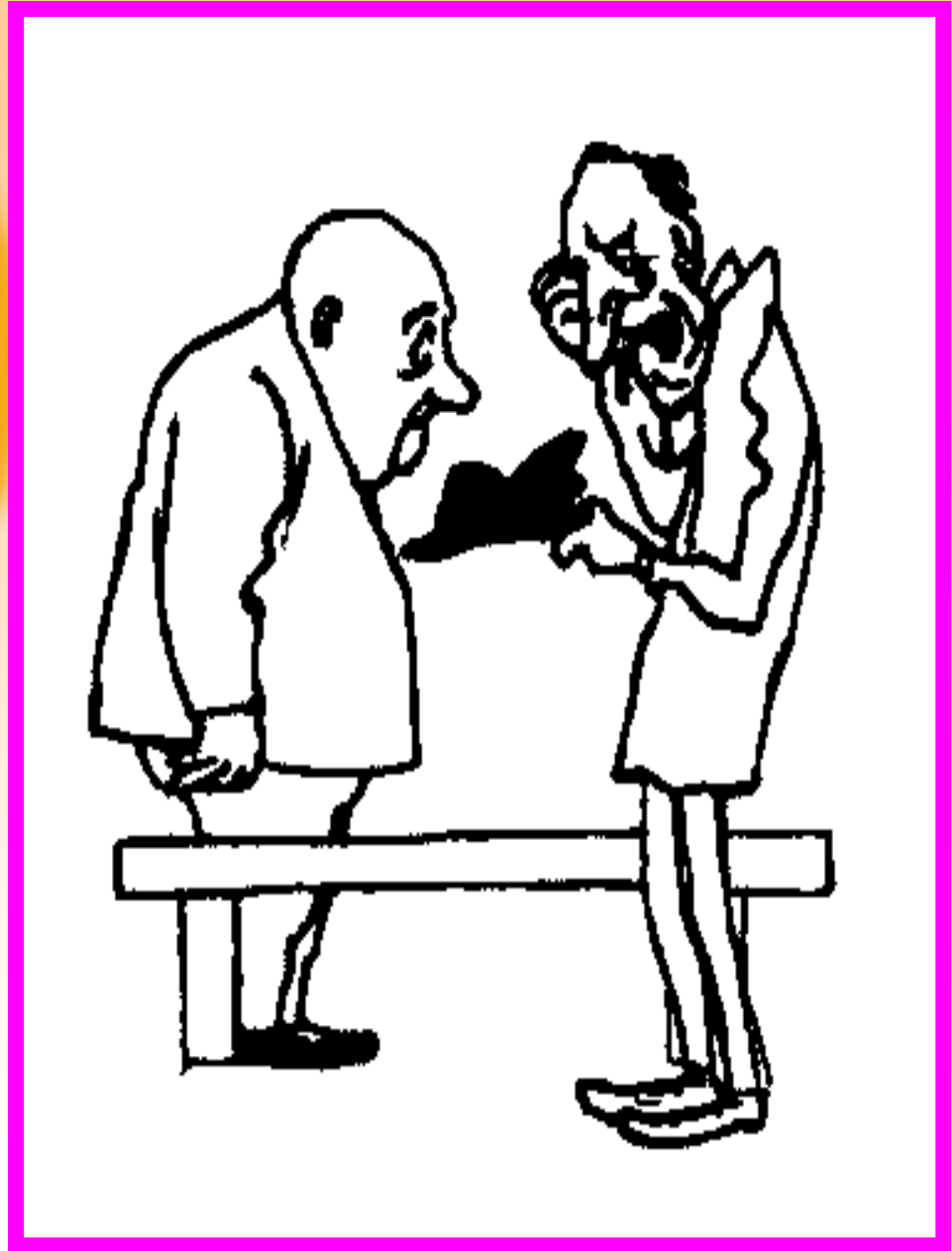
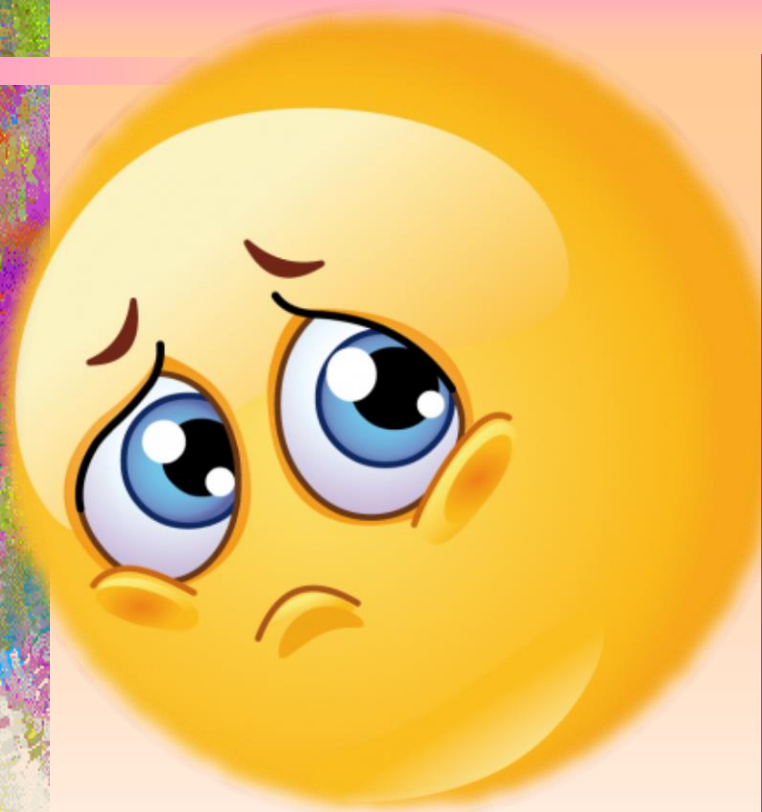


Флегматик –

**спокійний, емоційно
врівноважений, працьовитий,
мовчазний, довго засвоює щось
нове, але й довго утримує це в
пам'яті, неактивний, усе прагне
осмислити, а лише потім діяти.
Почуття флегматика зовні
виражаються слабо.**

МЕЛАНХОЛІК

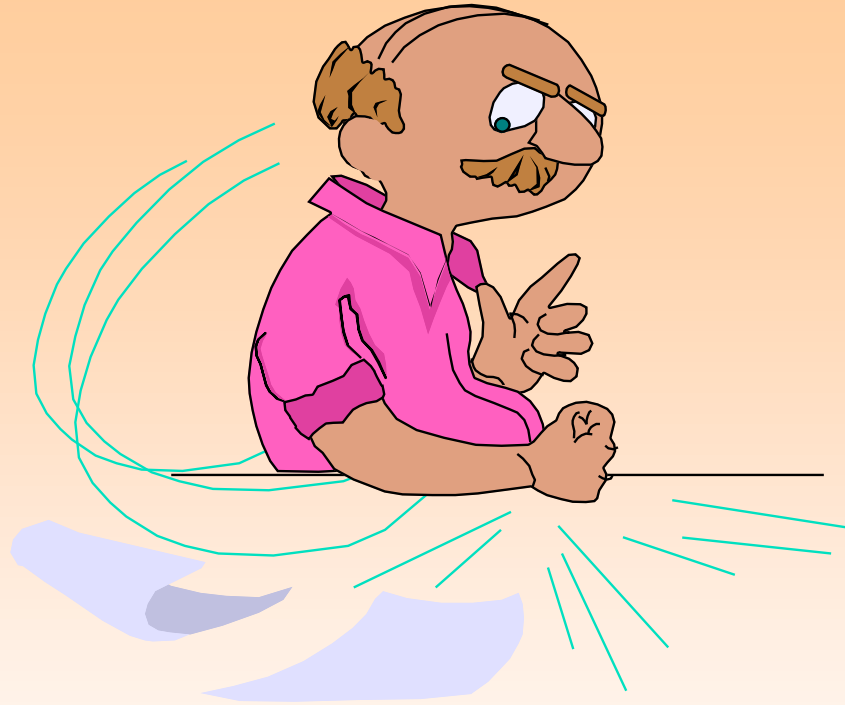




Меланхолік –

надзвичайно емоційний, чутливий, швидко втомлюється, тонко реагує на зауваження, любить бути наодинці з собою. Меланхоліки легко вразливі, тяжко переносять образи, прикрості, хоча зовні всі ці переживання виражаються слабо. Люди меланхолійного темпераменту схильні до замкнутості і самотності, уникають спілкування з малознайомими, новими людьми, часто ніяковіють в новій обстановці. Але в звичному і спокійному середовищі люди з таким темпераментом почувають себе спокійно й працюють дуже продуктивно.

Етюд “Штанга”





Вправа
"Посмішка по колу"

