

ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
імені Г. С. Сковороди



**ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ  
СТУДЕНТІВ ПРИРОДНИЧОГО ФАКУЛЬТЕТУ**

Матеріали I Міжуніверситетської науково-  
практичної конференції студентів, магістрантів  
«Актуальні питання природничої науки та освіти»

20 квітня 2017 року

Випуск 10

Харків  
2017

результати вказують на те, що III (B) група крові може бути генетичним маркером схильності до занять баскетболом.

Таким чином, знання групи крові може допомогти тренеру прогнозувати здібності спортсменів до занять певним видом спорту, підібрати характер спортивних вправ, адекватний вродженим особливостям організму.

**Шейна Анастасія**

## **ТИП ТЕМПЕРАМЕНТУ ТА ВИТРИВАЛІСТЬ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ**

*Харківський національний педагогічний університет імені Г.С.Сковороди  
Науковий керівник – к. б. н., доц. Коц В.П., к. б. н., доц. Коц С.М.*

Тип нервової системи є тією фізіологічною основою, на якій формуються потім особливості темпераменту і характеру. Оптиміальний функціональний стан центральних регуляторних механізмів є необхідною умовою ефективної розумової діяльності при психоемоційному напруженні, яке відчуває організм студентів у умовах інтенсивних інтелектуальних навантажень. Значна частина студентів знаходиться в стані тривожності (Коц С.М., Коц В.П., 2016; Коц С.М., Коц В.П., 2016).

Метою дослідження було визначити таку властивість нервової системи, як її сила та витривалість у осіб з різним темпераментом.

Тест для визначення властивостей запропонований Є.П. Ільїним. Він визначає витривалість нервової системи, а не витривалість організму у цілому. Він базується на вимірюванні у часі максимального темпу рухів кисті (методика базується на визначенні динаміки максимального темпу рухів рук). Досліджуваний протягом 30 с намагається утримати максимальний для себе темп. Оскільки витривалість і сила є показником працездатності, то сила нервових процесів є показником працездатності нервових клітин і нервової системи в цілому. Сильна нервова система витримує більші за величиною і тривалістю навантаження, ніж слабка.

В обстеженні добровільно взяли участь 62 студенти. Тип темпераменту визначили за тест-опитувальником Айзенка (Коц С.М., Коц В.П., 2015). Відповідно, результати показали, що можна сформулювати чотири групи студентів: 1-у групу склали сангвініки- 30,4%; 2-у групу склали холеріки - 12,1%; 3-ю групу - флегматики (30,4%) і 4-у групу – меланхоліки (27,1 %).

Як показали результати досліджень, серед представників із слабкою нервовою системою - 80 % склали студенти із меланхолійним темпераментом. Серед тих, що за теппінг-тестом виявилися володарями середньо-слабкої нервової системи – 50% склали представники флегматичного типу темпераменту. Домінували серед представників із середньою і сильною нервовою системами сангвініки - 60% та 56%. Сангвінічний тип темпераменту - спокійний, з доброю рухливістю і великою потужністю нервових процесів. Це тип найдосконаліший з усіх типів ВНД щодо здатності пристосовуватись до постійно змінних умов довкілля.

Треба пам'ятати, що сила, як і рухливість нервових процесів піддаються тренуванню. Уроджені властивості нервової системи можуть у тій або іншій мірі змінюватися під впливом виховання в силу пластичності нервової системи. Результати дослідження вказують,

У представників слабого типу велика імовірність «зриву» вищої нервової діяльності, виникнення неврозів.