

Год науки и технологий



**УПРАЖНЕНИЯ
ДЛЯ РАЗВИТИЯ
КРЕАТИВНОСТИ**

ПСИХОЛОГИЯ ДЛЯ БУДУЩЕГО УЧЕННОГО

*психологическая служба
МУ ДО "Малая академия"*

1 УПРАЖНЕНИЕ

АССОЦИИИ



ОТКРОЙТЕ СЛОВАРЬ И
ВОЗЬМИТЕ ПЕРВОЕ
ПОПАВШЕЕСЯ СЛОВО.
ПРИДУМАЙТЕ К НЕМУ КАК
МОЖНО БОЛЬШЕ
АССОЦИАЦИЙ. НАМ ПОПАЛОСЬ
СЛОВО «ЗЕЛЕНЫЙ».



2 упражнение

НЕОЖИДАННЫЕ СВЯЗИ

Снова откройте словарь и возьмите два любых слова. Придумайте 3 отличия и 3 сходства между предметами, а также составьте с ними несколько предложений.

В нашем случае — «автомат» и «морковь».

Вот что получилось у нас.

Отличия — размеры, способ применения, морковь можно вырастить, а автомат нельзя.

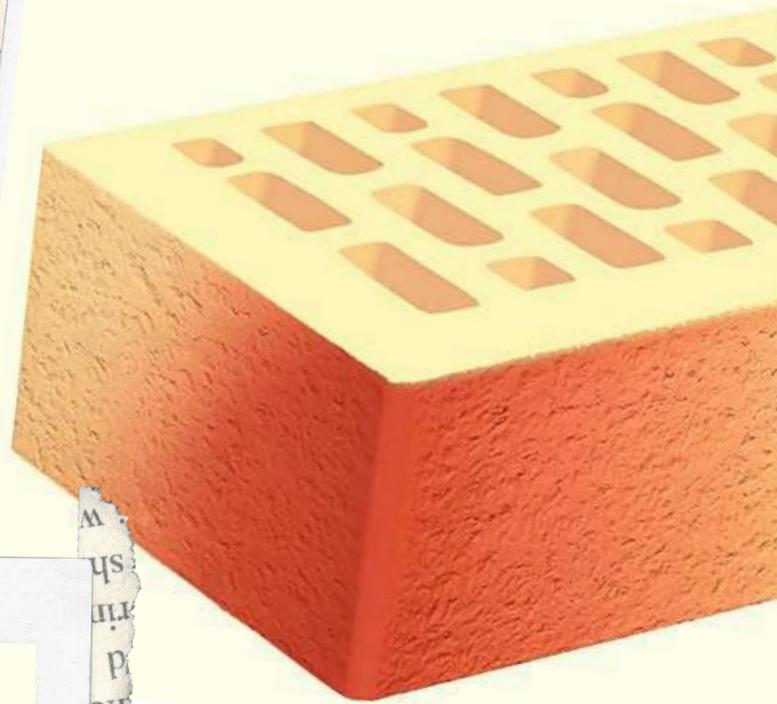
Сходства — автомат и морковь можно держать в руках, ствол автомата напоминает морковь, у АК-47 рукоятка оранжевого цвета.

ПРЕДЛОЖЕНИЕ СО СЛОВАМИ:
«СОЛДАТ НАЧАЛ СТРЕЛЯТЬ ИЗ
АВТОМАТА ПО БАНКЕ, НО ВДРУГ
ПОНЯЛ, ЧТО СТРЕЛЯЕТ В ЗАЙЦА,
БЕГАЮЩЕГО СРЕДИ ГРЯДОК
МОРКОВИ».

3 упражнение

НЕСТАНДАРТНЫЕ СПОСОБЫ ПРИМЕНЕНИЯ

Придумайте необычные способы
применения для обычного предмета.



4 упражнение



Час

безмолвия

В течение часа отвечайте на все
вопросы только «Да» и «Нет».

Использовать другие слова для ответов
запрещено.



5 упражнение

Рассказ

из 100 слов



Вы должны составить рассказ из 100 слов. Ни одного слова больше, ни одного слова меньше. Чтобы усложнить задачу, можете уменьшить количество слов до 75 или 50. При этом рассказ должен иметь начало, развитие и концовку.



6 упражнение

БИОГРАФИЯ

Когда вы будете в следующий раз ехать в метро, не тратьте время попусту. Посмотрите на человека рядом с вами. Поразмышляйте о том, кто он такой, чем занимается, родился в вашем городе или приехал издалека, какова история его жизни.



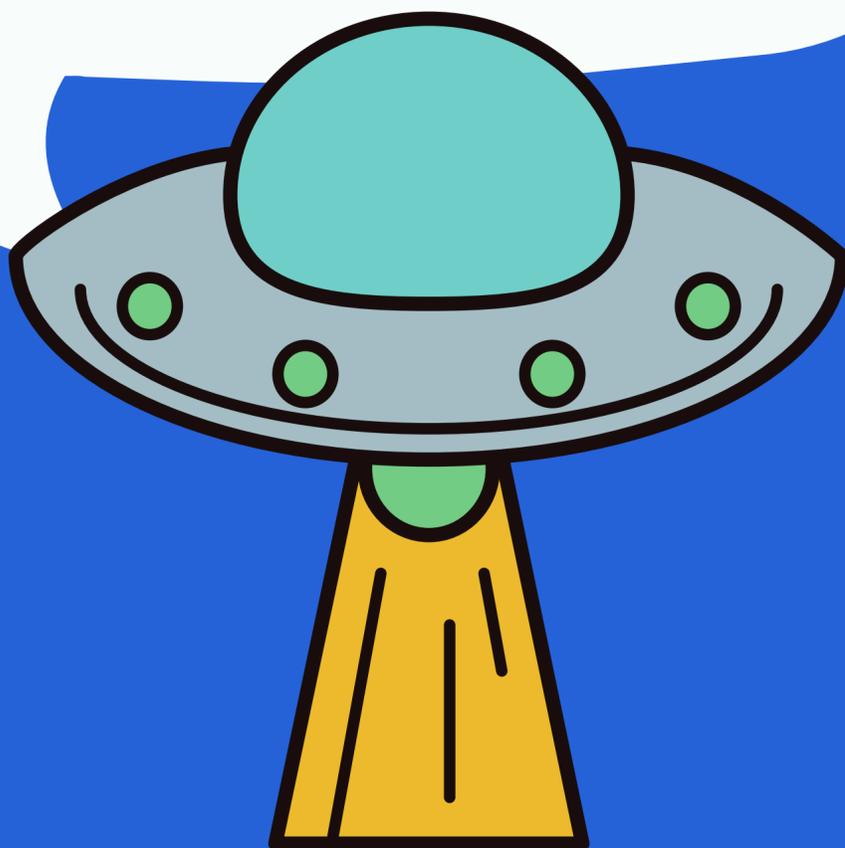
7 УПРАЖНЕНИЕ

ХАМЕЛЕОН

ВОЗЬМИТЕ ЛЮБОЕ УТВЕРЖДЕНИЕ И ПРИДУМАЙТЕ ДОВОДЫ ЗА И ПРОТИВ.

**МЫ ВОЗЬМЁМ УТВЕРЖДЕНИЕ:
«ИНОПЛАНЕТЯН НЕТ».
ДОВОДЫ В ЕГО ПОДДЕРЖКУ: НИКТО
ИХ НЕ ВИДЕЛ; ДРУГИЕ ПЛАНЕТЫ
НЕПРИГОДНЫ ДЛЯ ЖИЗНИ.**

**ДОВОДЫ ПРОТИВ: НЕКОТОРЫЕ
УТВЕРЖДАЮТ, ЧТО ВИДЕЛИ
ИНОПЛАНЕТЯН; УЧЁНЫЕ НАШЛИ
НЕМАЛО ПЛАНЕТ, ГДЕ МОГУТ БЫТЬ
УСЛОВИЯ ДЛЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ
ЖИЗНИ.**



8 упражнение

ДОРИСУЙ



Мы рекомендуем выполнять это упражнение в компании друзей. Пусть один человек нарисует какую-нибудь фигуру, второй пририсует пару деталей, а третий закончит рисунок.



9 упражнение

РОЛЬ

Когда вы будете смотреть фильм, попробуйте представить себя на месте героев.

Как бы вы поступили в их ситуации?

Смогли бы найти самое творческое решение проблемы?



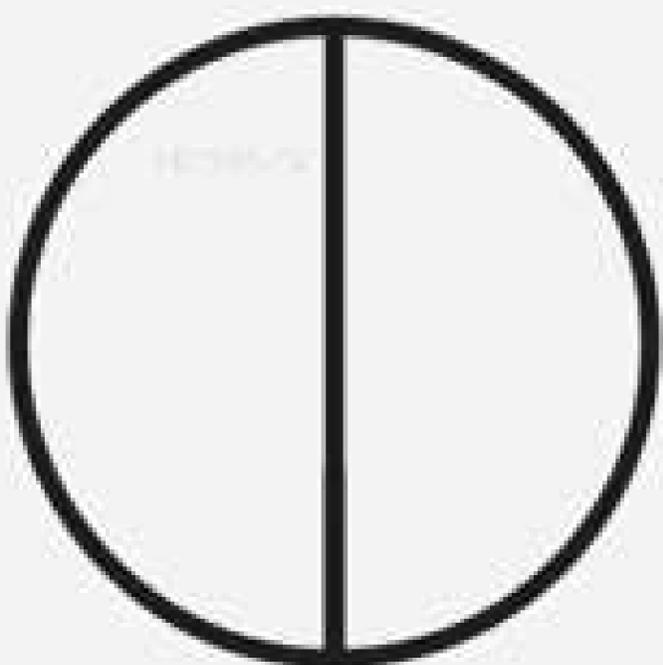
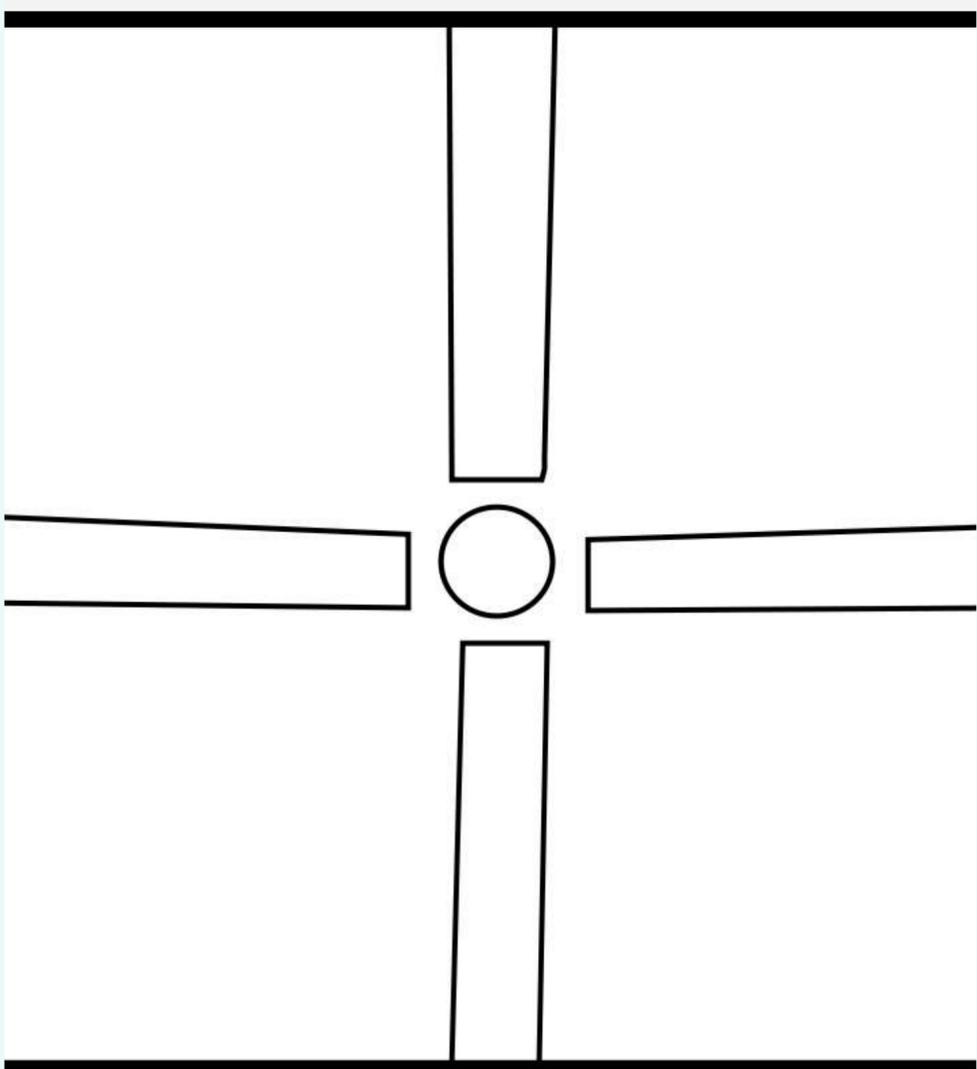
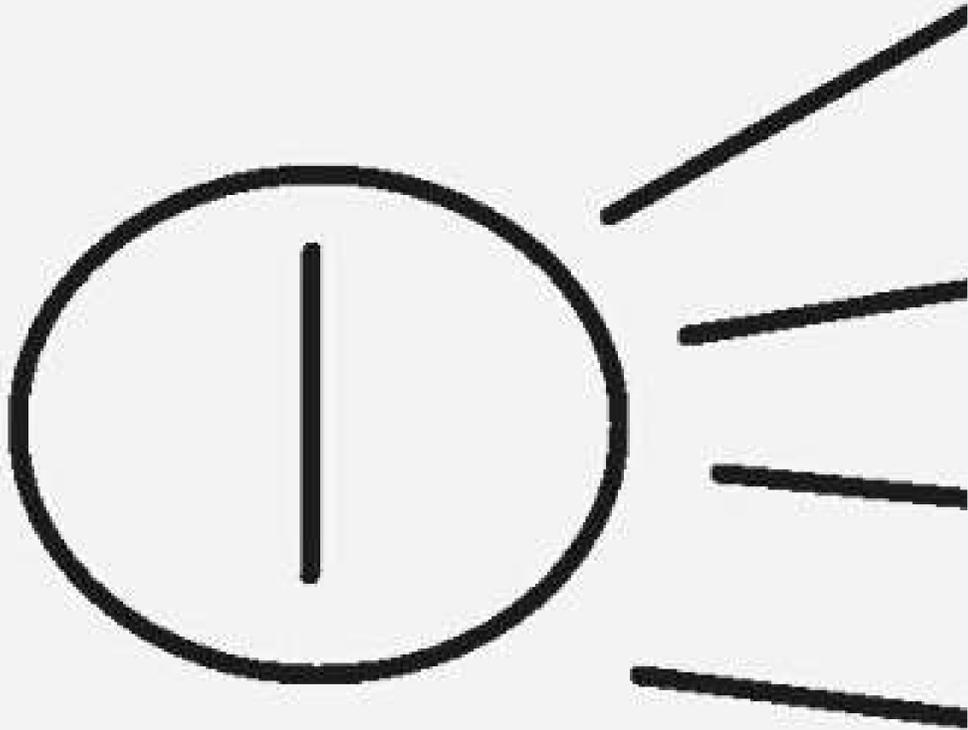
10 упражнение

**С У М А С Ш Е Д Ш И Й
А Р Х И Т Е К Т О Р**

**ЗАПИШИТЕ 10 ЛЮБЫХ
ПРЕДМЕТОВ. ГОРОДА, ФАМИЛИИ,
НАЗВАНИЯ И НЕМАТЕРИАЛЬНЫЕ
ОБЪЕКТЫ ИСПОЛЬЗОВАТЬ
НЕЛЬЗЯ.
ТЕПЕРЬ НАРИСУЙТЕ ЗДАНИЕ, В
КОТОРОМ БУДУТ
ПРИСУТСТВОВАТЬ ВСЕ
ПЕРЕЧИСЛЕННЫЕ ПРЕДМЕТЫ**

ЧТО
ИЗОБРАЖЕНО
НА КАРТИКЕ?

РАЗГАДАЙ

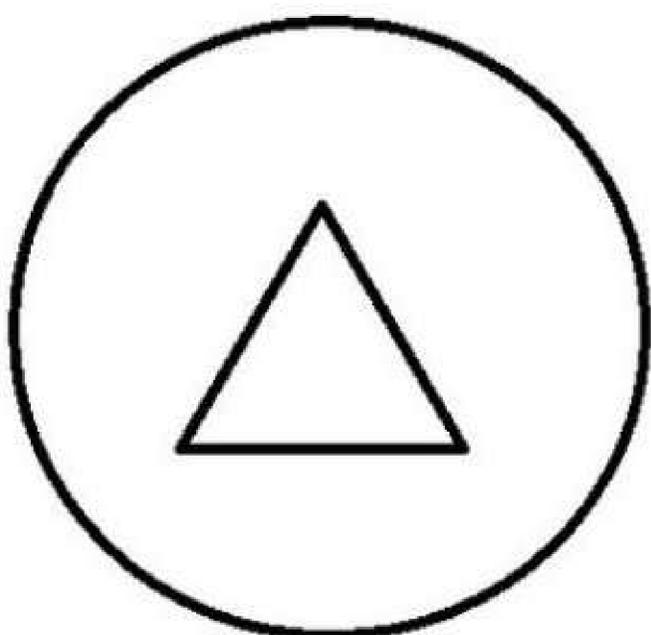
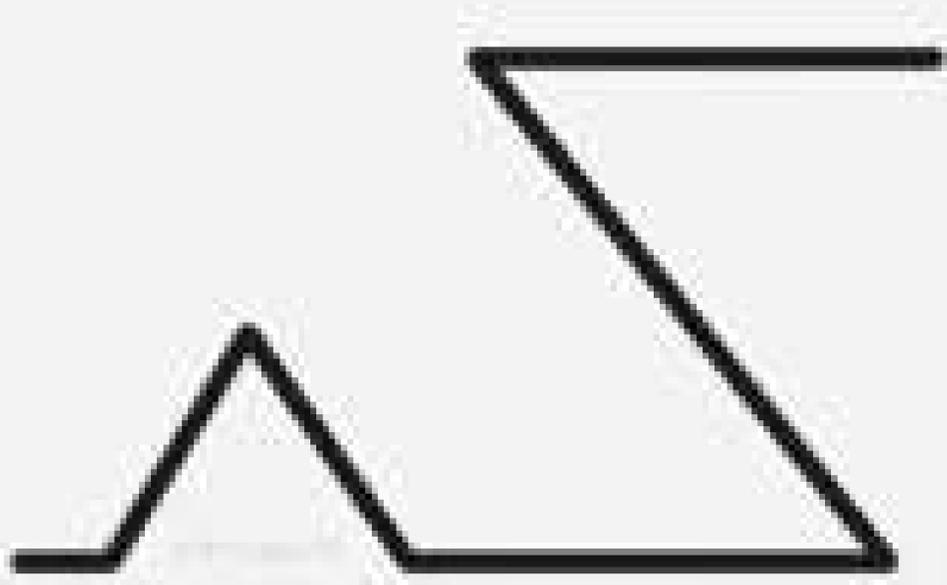


ДРУДЛЫ

ДРУДЛЫ – ЭТО
КАРТИНКИ,
КОТОРЫЕ
МОЖНО
ИНТЕРПРЕТИР
ОВАТЬ
РАЗНЫМИ
СПОСОБАМИ.

ЧТО
ИЗОБРАЖЕНО
НА КАРТИКЕ?

РАЗГАДАЙ

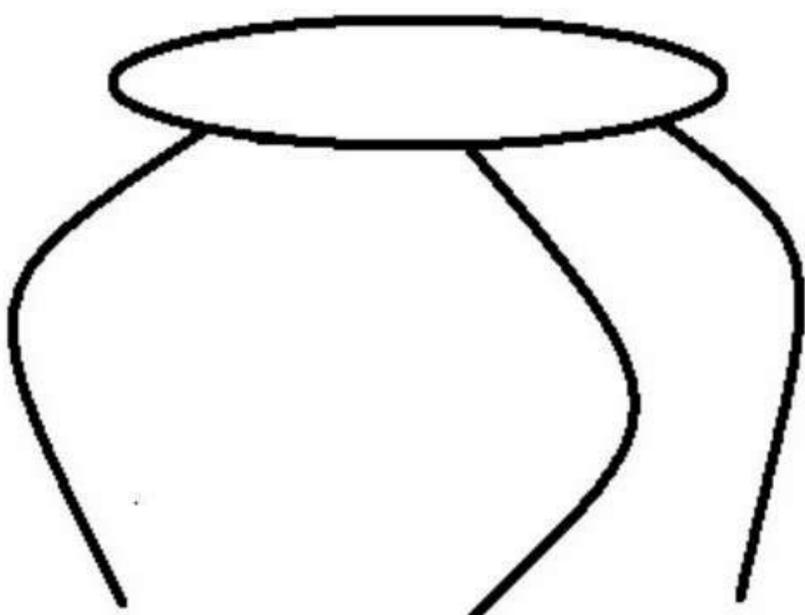
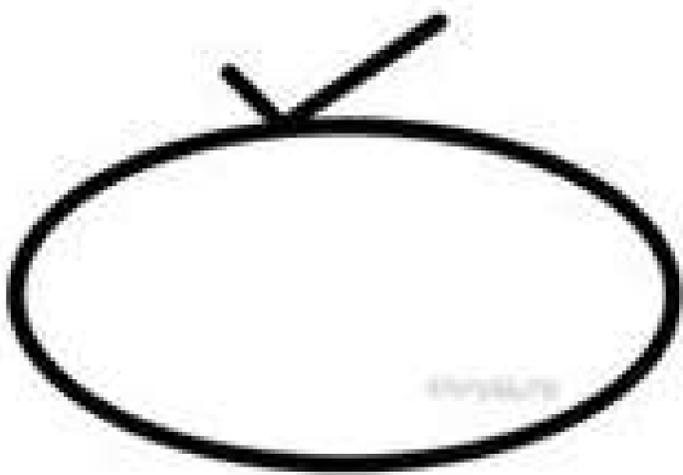
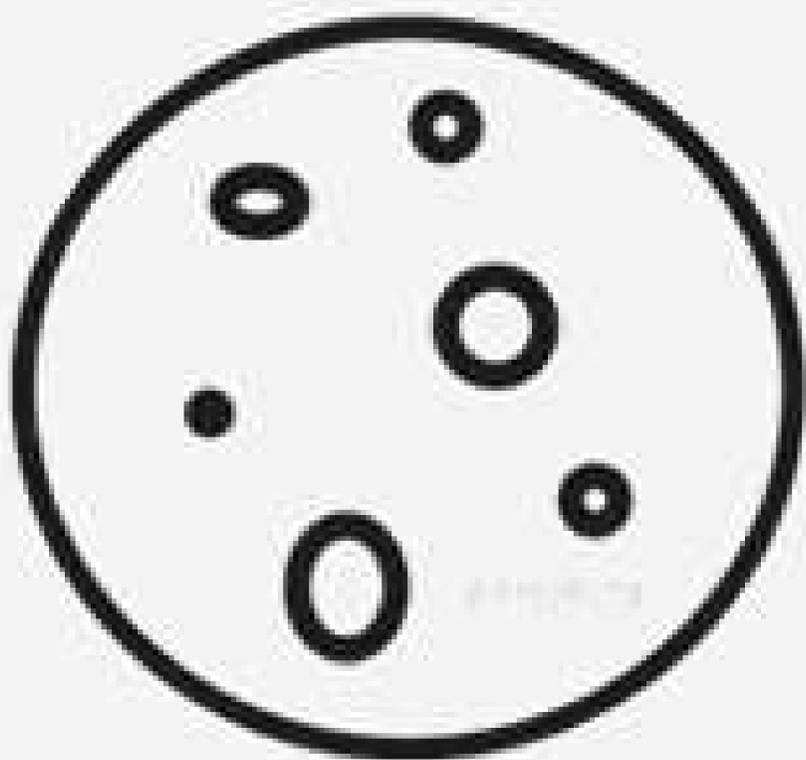


ДРУДЛЫ

ДРУДЛЫ – ЭТО
КАРТИНКИ,
КОТОРЫЕ
МОЖНО
ИНТЕРПРЕТИР
ОВАТЬ
РАЗНЫМИ
СПОСОБАМИ.

ЧТО
ИЗОБРАЖЕНО
НА КАРТИКЕ?

РАЗГАДАЙ



ДРУДЛЫ

ДРУДЛЫ – ЭТО
КАРТИНКИ,
КОТОРЫЕ
МОЖНО
ИНТЕРПРЕТИР
ОВАТЬ
РАЗНЫМИ
СПОСОБАМИ.

КАК ВЫПОЛНЯТЬ УПРАЖНЕНИЯ

Чтобы получить максимальный эффект от
упражнений:

1.

Тренируйте
творческое
мышление каждый
день.

2.

Выполняйте
минимум одно
упражнение в
день.

3.

Уделяйте
тренировкам хотя бы
10-15 минут.

Если вы будете использовать
предложенные нами
упражнения, уже через
несколько недель заметите, что
вам стало проще находить
творческие идеи.

Желаем удачи в тренировках!
