

Тренінгове заняття

"Творчі здібності та шляхи їх розвитку"

Мета тренінгу: забезпечення продуктивного, психічного й особистісного розвитку обдарованої дитини, необхідного для творчої самореалізації; формування комунікативних, організаторських вмінь і лідерських рис

Обладнання: ватмани, стікери, фломастери, папір.

Хід заняття

Вправа 1. Знайомство. "Я такий, як я хочу." (5 хв.)

Мета: розвиток комунікативних навичок, усвідомлення своїх позитивних та негативних якостей.

Хід вправи

Учасники по черзі називають своє ім'я. Проговорюють вислів: "Я такий, як я хочу..." та завершують речення, вказуючи свої особистісні якості.

Вправа 2. Правила роботи в групі. (2 хв.)

1. Дотримуватися регламенту.
2. Говорити за темою і від свого імені.
3. Слухати і чути.
4. Бути доброзичливими.
5. Дотримуватися принципу конфіденційності.
6. Бути активними.
7. Не критикувати: кожен має право на власну думку.
8. Говорити по черзі.

Вправа 3. "Скринька очікувань" (5 хв.)

Хід вправи

Кожний учасник записує свої очікування на стікерах та вкладає в "Скриньку очікувань". (за бажанням озвучують).

Вправа 4. "Малюємо казку" (15 хв.)

Мета: розвивати вміння творчої уяви, інтуїції, та співпраці.

Хід вправи

Учасників об'єднуємо в дві групи (за кольорами). Кожна група отримує листок ватману. **Завдання:** по черзі учасникам пропонується намалювати будь-який предмет (яблучко, сонечко, будинок, людину). Малюнки повинні розміщуватися один за одним. Групи обмінюються плакатами. Пропонується придумати невелику казку – історію по малюнкам. К казці не пропускати ні одного малюнку.

Представники від групи озвучують складені казки.

Рефлексія: Що ви відчували під час виконання вправи?
Що ви взяли для себе з цієї вправи?

Вправа 5. "Синтез думок" та "Дерево рішень" (20 хв.)

Мета: навчити систематизувати свої творчі ідеї, формувати вміння знаходити відповідні рішення

Хід вправи

Учасники об'єднуються в чотири групи.

Завдання 1. Записати три фактори і передати лист іншій команді:

- які допомагають у процесі творчості;
- які перешкоджають у процесі творчості

Завдання 2. Вибрати три найважливіші фактори, які сприяють процесу творчості і гальмують його.

Завдання 3. Кожний учасник групи на стікерах прописує методи вирішення гальмівних факторів та прикріплюють на "Дереві рішень".

Рефлексія: Що ви взяли для себе під час проведення вправи?

Вправа 6. "Розминка. "Слон. Мисливець. Жирафа" (5хв.)

Мета: активізувати учасників групи, створити приємну атмосферу.

Хід вправи

Учасники стоять в колі. Ведучий вказує на одного із учасників, який повинен разом із своїми сусідами з права і зліва показати названу тварину. Якщо хтось із трійки помиляється, то стає на місце ведучого.

Рефлексія: Що ви відчували під час проведення вправи?

Вправа 7. "Перспектива" (30 хв.)

Мета: формувати позитивне ставлення до перемін, навчити творчо вирішувати проблеми

Хід вправи

Сьогодні ми з вами помандруємо в майбутнє. Уявіть собі, що ви вже закінчили 11 клас, а попереду – перспектива навчання у вищому навчальному закладі та цікаве життя. Але, чи готові ви до цього? Чого ви хочете досягти, здобуваючи вищу освіту, влаштовуючись на роботу...

На стінах нашої кімнати є плакати, на кожному з яких написана мета життя людини. Підійдіть будь ласка, до тієї мети, яка відповідає вашому уявленню. (учасники обирають).

Таким чином у нас утворилося кілька груп.

У кожної людини є певні життєві завдання – те, чого хотілося б досягнути в першу чергу, те заради чого варто жити.

Для групи 1(жовтий) – важливо становлення молодой людини, як

професіонала улюблена творча справа

Для групи 2 (червоний) – можливість працювати за фахом за допомогою диплома і базових знань.

Для групи 3 (синій) – влаштування особистого життя.

Для групи 4 (зелений) – кар'єрний ріст.

Але в житті часто трапляються непередбачені ситуації. Уявіть собі, що відбулися зміни, які порушили ваші плани. Можна підкоритися обставинам, а можна спробувати поборотися за своє щастя, за свою мету.

Зміни:

Група 1 – Запропонували зовсім іншу роботу де краща заробітна плата.

Група 2 – По вашому фаху за дипломом немає місць роботи.

Група 3 - Невдале одруження.

Група 4 – Ви закохались.

Вам пропонується виявити індивідуальні творчі здібності, психологічну готовність до подолання перешкод..

Я звертаюсь до учасників першої групи, продовжіть речення:

1 "Найсильніший той, хто має владу над ... (собою). (обирається 1 учасник).

2."Бережіть час – це тканина, з якої виткане наше.... (життя). (обирається 2 учасник.).

3. "Усі перемоги починаються із перемоги над самим ... (собою). (обирається 3 учасник).

4. Правильними міцними, сходами можна кого завгодно вивести на будь – яку(висоту). (обирається 4 учасник).

Вам пропонується в своїх групах самостійно виконати завдання. Учасник сідає на "гарячий стілець" і проговорює та записує свої відчуття в даній ситуації. А група проговорює та записує:

- як можна проявляти творчість, відстоювати мету;
- які позитивні сторони мають зміни в житті людини.

Учасники працюють в групах. Далі по черзі кожна група ділиться враженнями від виконаної вправи.

Висновок: проблему не завжди можна вирішити тут і тепер, але завжди можна змінити своє бачення до проблеми, відпустити її. У цьому випадку настає полегшення, відбувається покращення емоційного стану людини.

Щаслива людина має багато проблем і ще більше вирішень цих проблем, а нещаслива – три проблеми і одне вирішення.

Рефлексія: Що ви відчували під час вправи? Що вам дала ця вправа?

Вправа 8 "[Моя уява](#)" (5 хв.)

Мета: активізувати учасників групи, змінити вид діяльності, сприяти творчій уяві учасників.

Хід вправи

Закрийте очі та уявіть собі:

- що ви взяли в руки шматочок льоду;
- ви літаєте між хмарами;
- ви тримаєте в руках і вдихаєте аромат букету;
- ви гладите пухнасте кошеня;
- ви їсте смачне яблуко;

Рефлексія: опишіть ваші відчуття.

Вправа 9 "Тільки від мене залежить" (5 хв.)

Учасники по колу продовжують речення.

Підсумок тренінгу: (10 хв.)

Отже наш тренінг завершився і ми хочемо почути чи справдилися ваші очікування. Напишіть на стікерах що ви **побачили, відчули, змінили** та вкиньте відповідь в скриньку.