



2024. 11. 02. 「想像力+創造力」を鍛えよう！ 9:00~12:25

6輪 de 球！

by 薄 俊也 (すすき しゅんや) : <http://shunya.namaste.jp/my-work.htm>



「想像力」 imagination ; imaginative power

実際に見え(聞いたことのない)物事について、
多分こういうものだろうと頭の中で思い描ける力

「創造力」 creative power [faculty]; creativity;

〈独創性〉 originality; inventiveness.

新しいものを、自分の考えで作り出せる力

Knowledge is power. 《諺》 知識は力なり: Creativity is more important than knowledge. エジソン

「想像力+創造力」を鍛える必要性

1. 急速に発展する情報化社会において、「想像力+創造力」は、生きていく上での糧になる。
2. 人生において、「想像力+創造力」は、充実感や満足感を与えてくれる。
3. 日常生活において、「想像力+創造力」は、臨機応変で機転に富んだ行動を可能にする。
4. 「想像力+創造力」を鍛えた人々が増えれば、社会全体がよりよい方向へ変化していく。

「想像力+創造力」を鍛える方法

右脳と左脳の能力(脳力)をそれぞれバランスよく伸ばし、かつ両脳の連携をよくするために

○精神的側面○

1. いろいろなことに挑戦し、五感+第六感を働かせ、自分の得意分野を見いだすこと。
そして、その得意分野を伸ばし、かつ、苦手分野にも挑戦すること。
2. 問題点を洗い出し、独力で難問を解き明かしたときの達成感を脳に刻み込むこと。
必要は発明の母。Necessity is the mother of invention.
3. いろいろな考えに触れる。外国の方や異性の方などと話す機会を持つこと。
4. アイディアが湧いたら、落書きでよいからノートなどに書き留めること。

○物理的側面○

1. 鏡を見ながら、左右対称な動作をする。ピッチング、バットやテニスのラケットなどの素振り
2. ピアノを両手で弾く。粘土細工・彫塑、手芸など両手を使うもの。
3. 右利きは左手を使うこと。箸、筆、歯ブラシなど
4. 徒歩、腹筋、腕立て伏せなどの身近な運動で基礎体力をつける。〈禁煙・禁酒〉

「個と全体」の関わり方

