

ЭЙДЕТИКА

РАЗВИТИЕ ОБРАЗНОГО МЫШЛЕНИЯ

Три года назад наша гимназия стала пилотной площадкой для внедрения методики эйдетики. Инициатива стартовала в рамках работы Центра инновационного педагогического поиска, объединившего творческих педагогов, стремящихся найти ключ к природным механизмам памяти и образно-ассоциативного мышления ребёнка. Методика быстро доказала свою успешность: мы увидели, что обучение с опорой на образы не просто облегчает запоминание, но и раскрывает когнитивный потенциал детей. Это подтверждается стабильно более высокими показателями учебной деятельности и познавательной активности обучающихся. Сегодня эйдетика гармонично вплетена в канву как урочной, так и внеурочной деятельности всей начальной школы. Накопленный опыт получил высокую оценку профессионального сообщества. Педагоги гимназии успешно представляют результаты работы на различных уровнях: ежегодные открытые уроки и мастер-классы на базе гимназии, выступления на научно-практических конференциях по инновационной деятельности, участие в конкурсах (конкурс инновационных продуктов «Импульс» 2026 года — диплом лауреата, дипломант межрайонного конкурса научно-методических статей в рамках XVI Педагогических чтений работников образовательных учреждений Санкт-Петербурга «Учимся вместе: новые форматы для новых результатов»), спикеры Петербургского международного образовательного форума (2025, 2026 годы) и многие другие. Данный УМК — обобщение лучших практик нашего Центра, рождённых в союзе науки и школьной жизни.



РАЗВИТИЕ ОБРАЗНОГО МЫШЛЕНИЯ
РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
ЭЙДЕТИКА

Красицкая О. В.
Бурцева Н. М.
Бызова П. И.

соответствует
ФГОС

ЭЙДЕТИКА

РАЗВИТИЕ ОБРАЗНОГО МЫШЛЕНИЯ

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ



Красицкая О. В.
Бурцева Н. М.
Бызова П. И.

ЭЙДЕТИКА

РАЗВИТИЕ ОБРАЗНОГО МЫШЛЕНИЯ

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ



Москва
2026

УДК 373.24012

ББК 74.102

Э-30

Все права защищены.

Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или какие-либо иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

Издательство не несет ответственности за содержание дополнительных материалов, которые размещены по QR-кодам и ссылкам, предоставленным автором, а также за их достоверность, работоспособность и актуальность.

Э-30 Эйдетика. Развитие образного мышления. Рабочая тетрадь. / Красицкая О. В., Бурцева Н. М., Бызова П. И. — М.: Книжкин дом: 1000 бестселлеров, 2026. — 152 с.

ISBN

Три года назад наша гимназия стала пилотной площадкой для внедрения методики эйдетики. Инициатива стартовала в рамках работы Центра инновационного педагогического поиска, объединившего творческих педагогов, стремящихся найти ключ к природным механизмам памяти и образно-ассоциативного мышления ребёнка.

Методика быстро доказала свою успешность: мы увидели, что обучение с опорой на образы не просто облегчает запоминание, но и раскрывает когнитивный потенциал детей. Это подтверждается стабильно более высокими показателями учебной деятельности и познавательной активности обучающихся. Сегодня эйдетика гармонично вплетена в канву как урочной, так и внеурочной деятельности всей начальной школы.

Накопленный опыт получил высокую оценку профессионального сообщества. Педагоги гимназии успешно представляют результаты работы на различных уровнях: ежегодные открытые уроки и мастер-классы на базе гимназии, выступления на научно-практических конференциях по инновационной деятельности, участие в конкурсах (конкурс инновационных продуктов «Импульс» 2026 года — диплом лауреата, дипломант межрайонного конкурса научно-методических статей в рамках XVI Педагогических чтений работников образовательных учреждений Санкт-Петербурга «Учимся вместе: новые форматы для новых результатов»), спикеры Петербургского международного образовательного форума (2025, 2026 годы) и многие другие.

Данный УМК — обобщение лучших практик нашего Центра, рождённых в союзе науки и школьной жизни.

УДК 373.24012

ББК 74.102



ISBN

© Красицкая О. В., Бурцева Н. М., Бызова П. И., текст, 2026

© ООО «Книжкин дом», оригинал-макет, 2026

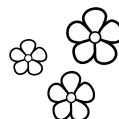
© ООО «1000 бестселлеров», 2026



Здравствуй, юный друг!

Ты — обладатель главного супергероя: твоего мозга. А эта тетрадь — его секретная лаборатория для тренировок! Здесь мы не будем скучать, а отправимся в увлекательное путешествие за суперспособностями.

Мы станем:



Акробатами ума — с помощью весёлой нейрогимнастики научим мозг быть быстрым и внимательным.

Волшебниками памяти — превратим сложные правила в яркие образы и истории, которые легко запомнить.

Изобретателями секретного языка — создадим свои пиктограммы, чтобы зашифровывать целые мысли в одном рисунке.

Зачем это нужно?



В школе: новые темы будешь схватывать на лету, уроки станут интереснее, а контрольные — не страшными.

В жизни: ты станешь внимательнее, собраннее, научишься ярко рассказывать истории и легко находить выходы из сложных ситуаций.

Здесь нет плохих оценок — только пространство для фантазии, открытий и роста. Каждое задание — шаг к тому, чтобы стать более сообразительным, уверенным и находчивым.

Готов? Открывай первую страницу, бери карандаш — и вперёд, к новым свершениям!

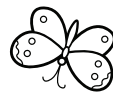
P. S. Все рисунки в тетради можно раскрашивать только недоминантной рукой, если ты правша, рисуй левой, если левша, то рисуй правой.

Удачи, юный гений!





ЗАНЯТИЕ 6



Задание 1. Нейрогимнастика. Упражнение «Рожки-ножки»

6

Коснись локтем правой руки парты, указательный и средний пальцы направлены вверх — «показывают рожки», остальные собраны в кулачок. Ладонь левой руки направлена пальцами вниз и «показывает рожки» — указательный и мизинец вверх, все остальные пальцы — в кулачок. Меняем положение рук.

Задание 2. Раскрась мир цветами летнего неба

Нарисуй то, что «проявилось» в твоём воображении, цветом лазурного неба и глубокого моря.



**Задание 3. Непростые карандаши.
Зарядка для волшебных пальчиков,
или Упражнение «Горячие ладошки»**

ШАГ 1. «Разжигаем огонёк»

Положи по карандашу на кончики пальцев каждой руки.

Задача: прокати их вперёд-назад 10 раз, чтобы почувствовать, как подушечки пальцев становятся горячими!

6

ШАГ 2. «Бег по горкам»

Снова положи карандаши на кончики пальцев.

Задача: прокати их вверх-вниз по всем пальчикам, не заезжая на саму ладошку! Представь, что твои пальцы — это весёлые горки.

ШАГ 3. «Горячие санки»

А теперь прокати карандаши только по ладошкам!

Представь, что это санки, которые оставляют следы на снегу.

Что получилось? Чувствуешь, что пальчики стали ловкими, а ладошки — тёплыми, как будто держишь солнышко? Молодец! Ты запустил в пальчиках волшебную энергию!



Задание 4. Цифра 5 приглашает на зарядку

Выложи цифру 5 по контуру из пушистой проволоки или вылепи её из пластилина. Рядом нарисуй, на что похожа эта цифра.

6

**Задание 5. Сплети волшебное ожерелье из слов**

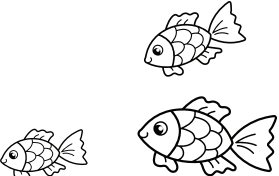
Представь, что наше воображение — это длинная ниточка, а каждое слово-ассоциация — это яркая бусинка.

Правила игры:

1. Ведущий (взрослый или другой игрок) бросает тебе мяч и говорит слово «кошка».
2. Ты ловишь мяч и быстро называешь первое слово, которое пришло в голову, например «шерсть».
3. Бросаешь мяч обратно.
4. Продолжайте передавать мяч туда-обратно, пока не соберёте длинное-длинное ожерелье из своих ассоциаций!

Задание 6. Стань исследователем самой большой ягоды

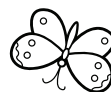
Закрой глаза и представь спелый, сочный арбуз. А теперь включи все свои «супердатчики», чтобы изучить его со всех сторон!

7

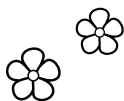


ЗАНЯТИЕ 7

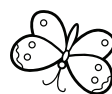


Задание 1. Нейрогимнастика. Упражнение «Паучок вверх»

Подними руки на уровне груди. Палец левой руки направлен вверх, а указательный — прямо, остальные пальцы собраны в кулачок (похоже на половинку прямоугольника). Пальцы правой руки



Занятие 26



Задание 1. Вход в историю: нейрогимнастика «Лесная зарядка»

«Пушистый хвост белочки»: поставь правую ладонь на левое плечо. Быстро-быстро простучи пальчиками от плеча к запястью и обратно — как будто по руке бежит проворная белочка. Теперь левой рукой — по правому плечу!

«Дует ветерок-облачко»: подними обе руки вверх, сделай глубокий вдох, а на выдохе плавно раскачивайся из стороны в сторону и тихо гуди «у-у-ух», как ласковый ветер. Твои руки — это облако, которое колыхнется.

26

«Крепкий дуб»: твёрдо поставь ноги на ширине плеч. Одну руку (ствол) держи прямо и неподвижно перед собой. Другой рукой (веткой) медленно и с усилием рисуй в воздухе большой круг. Поменяй руки! Ты — сильный, устойчивый дуб.

Задание 2. Эйдетическая разминка «Яркий портрет в темноте»

Представь тёплое, доброе солнышко. Оно не просто круглое — у него есть глазки и широкая-преширокая улыбка. Оно искрится, от него во все стороны бегут золотые лучики-зайчики. Почувствуй его тепло на своих щеках. А вот плывёт белое, пушистое, как вата, облако. Оно похоже на барашка и медленно плывёт по голубому небу. Всмотрись: какое оно? Мягкое? Лёгкое? На могучем дубе появилась рыжая белочка с большим пушистым хвостом. У неё блестящие глазки-бусинки. Она что-то деловито перебирает лапками. Рассмотрй её получше. Она вышла из своего уютного дупла.

Нарисуй всё, о чём только что прочитал.



26

Задание 3. Главная работа: от текста к комиксу

Прочитай (или послушай) внимательно историю. В ней 6 главных сцен — как 6 кадров для комикса.

Как Облачко Солнышку помогало

(1) Жило-было на небе доброе Солнышко. Оно светило над старым дубом, где в уютном дупле жила рыжая Белочка.

(2) Однажды набежало большое серое Облако и закрыло Солнышко. В лесу стало темно и грустно. Белочка выглянула из дупла и расстроилась: «Как же я теперь шишки на зиму искать буду?»

(3) Солнышко попыталось выглянуть, но Облако было плотным. И тогда Солнышко прошептало ветерку: «Подвинь, пожалуйста, это Облачко!»

(4) Ветерок подул, и Облачко сдвинулось. Оно поняло, что сделало лес грустным. Чтобы извиниться, Облачко собрало всю свою влагу и превратило её маленький в дождик.

(5) Капельки блестели на листьях дуба и на траве. Солнышко снова засияло! Его лучики заиграли в каждой капле, и весь лес засверкал как волшебный.

(6) Белочка обрадовалась, выскочила и стала прыгать по сверкающим веткам. Теперь ей было светло, а капли росы пили все цветы и растения. Все были счастливы!

Теперь нарисуй эти 6 кадров.

26

Кадр 1	Кадр 2	Кадр 3
Кадр 4	Кадр 5	Кадр 6

**Задание 4 (дополнительное).
Рисуем левой: сила дуба**

Возьми карандаш в левую руку (если ты правша) или в правую (если левша) и нарисуй большой, могучий дуб — дом для нашей белочки.

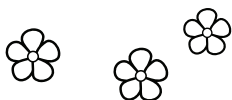
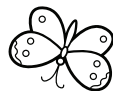


26

Домашнее задание: «История в картинках»

Дома раскрась и допиши свой комикс из 6 кадров (можно добавить речевые пузыри, как в настоящих комиксах). Расскажи по нему историю родителям.

Возьми любой короткий стишок или сказку (например, «Репка», «Куручка Ряба», «Теремок»). Выдели 4 главных события и нарисуй для них 4 картинки-подсказки. Принеси в класс и покажи друзьям — пусть угадают сказку!

**Занятие 27**

26

Задание 1. Вход в историю: нейрогимнастика
«От семечка к дубу»

«Жёлудь — кулачок»: крепко-крепко сожми обе руки в кулачки, как будто держишь в каждой по маленькому твёрдому жёлудю. Спрячь большие пальцы внутрь. Задержи на 3 секунды. А теперь резко раскрой ладошки! Пальчики в стороны! Повтори 3 раза: кулачок (сила) — ладошка (рост).

«Росток — лестница»: поставь оба локтя на стол. Пальцы обеих рук согнуты в кулачки и касаются друг друга. Начиная поочерёдно «шагать» пальцами вверх: сначала большие пальцы, потом указательные, потом средние... Получается лесенка, по которой росток пробивается к свету!

«Дуб — крона и корни»: подними обе прямые руки над головой — это крона. Плавнo покачай кистями и пальчиками, как листочки на ветру (10 секунд). Теперь быстро опусти руки и пошевели пальчиками у пола — это корни, которые тянутся в землю. Снова — крона вверху (шевелим), корни внизу (шевелим). Повтори 3 раза.