


Журнал мистецтва



Щоденник з вправами на 30 днів



Гібридний



Створено за допомогою LoomJournals

Як користуватися цим щоденником

Ласкаво просимо до вашого щоденника! Ось кілька порад, щоб отримати від нього максимум користі:

- 1 Виділяйте кілька хвилин щодня для записів
- 2 Будьте чесними та пишіть вільно, без осуду
- 3 Намагайтеся писати в один і той самий час щодня, щоб сформувати звичку
- 4 Переглядайте свої записи щотижня, щоб помічати закономірності

-
- Записуйте матеріали та техніку, використані під час кожного сеансу
 - Занотуйте тривалість творчого процесу та оцініть задоволення
 - Проаналізуйте створене -- опишіть кольори, композицію та свій творчий процес
 - Запишіть отримані уроки та ідеї для майбутніх робіт
 - Не оцінюйте свою роботу -- зосередьтеся на процесі, а не на досконалості



Скануйте для детального посібника з використання цього щоденника

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)

Дата: _____

Використане середовище: _____

Техніка: _____

Витрачений час: _____

Задоволеність: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Роздуми за сьогодні (що ви створили сьогодні? що спрацювало, що здивувало? як відчувався твор...

Використана кольорова палітра (з якими кольорами ви працювали сьогодні? зазначте конкрет...

Що я дізнався/дізналася (який фотографічний урок або розуміння дала вам ця сесія?)

Ідеї (нові ідеї, можливості чи інновації, які варто дослідити)
