

# MNEMOTECHNIKI W EDUKACJI

## Plan szkolenia

### Mnemotechniki w edukacji

#### - czyli ucz się szybko i skutecznie

Każdy uczeń marzy o tym, aby materiał, który musi opanować, zapamiętał się sam. Niestety, spanie z książką pod poduszką na niewiele się zdaje. Co zatem zrobić, aby szybko się czegoś nauczyć? Czy istnieje jakiś błyskawiczny sposób zapamiętywania? Co zrobić, aby przyswojona wiedza nie ulotniła się lecz została na stałe? Jak uczyć się efektywnie? W trakcie kursu Mnemotechniki w edukacji dowiesz się, czym jest pamięć i w jaki sposób jest ona kształtowana. Zrozumiesz, że pamięć to kompetencja, którą można ćwiczyć i usprawniać. Poznasz techniki usprawniające jej funkcjonowanie, które sprawiają, że nauka stanie się przyjemniejsza i bardziej efektywna, a z czasem, nawet zabawą.

#### PYTANIA, KTÓRE DOCZEKAJĄ SIĘ ODPOWIEDZI

?

- Jak i dlaczego ćwiczyć pamięć?
- Jak przebiega proces zapamiętywania?
- Na czym polegają mnemotechniki?
- Czym jest koncentracja uwagi?
- Co to znaczy uczyć się skutecznie?
- Czy pamięć to kompetencja?
- W jaki sposób można wykorzystać style uczenia się i osiągać lepsze wyniki w nauce?

#### KOMU W SZCZEGÓLNOŚCI DEDYKUJEMY SZKOLENIE?

\*\*\*

- nauczycielom, którzy pragną pomóc swoim uczniom w zapamiętywaniu przerabianego materiału,
- innym osobom, które uczestniczą w procesie nauczania innych (korepetytorzy, rodzice),
- uczniom i studentom, którzy chcą szybciej i skuteczniej zapamiętywać,
- wszystkim osobom, które chcą poznać i wykorzystywać na co dzień mnemotechniki

## CELE SZKOLENIA

!

- zapoznanie z mnemotechnikami prostymi i złożonymi pozwalającymi na zapamiętywanie dużej ilości materiału,
- nabycie praktycznej wiedzy z zakresu teorii pamięci i jej funkcjonowania,
  - poprawa jakości uczenia się,
- zwiększenie poziomu satysfakcji z samego procesu przyswajania wiedzy,
  - poznanie sposobów na koncentrację uwagi.

## SPOSOBY REALIZACJI CELÓW

- samokształcenie platforma Moodle,
- materiały szkoleniowe (pdf),
- pytania kontrolne po każdym module,
- testy sprawdzające (online)

## KORZYŚCI DLA UCZESTNIKÓW

\$

### Wiedza

- W1- Wiedza na temat przebiegu procesu zapamiętywania
- W2 - Wiedza na temat powiązania uczenia się z koncentracją
- W3 - Znajomość mnemotechnik prostych i złożonych
- W4 - Wiedza o stylach uczenia się

## KORZYŚCI DLA UCZESTNIKÓW

\$

### Umiejętności

- U1 - Umiejętność zastosowania odpowiednich mnemotechnik w procesie uczenia się, a także w sprawach życia codziennego
- U2 - Umiejętność zastosowania poznanych ćwiczeń wpływających na lepszą koncentrację uwagi
- U3 - Znajomość sposobów aktywizowania kanałów sensorycznych

## KORZYŚCI DLA UCZESTNIKÓW

\$

### Kompetencje społeczne

**KS1 - Świadomość możliwości rozwijania pamięci i chęć jej ćwiczenia**

### WARUNKI WSTĘPNE DLA UCZESTNIKÓW

**Wiedza:** nie określono

**Umiejętności:** podstawowa znajomość obsługi komputera i przeglądarek internetowych

### INWESTUJĄC W SZKOLENIE OTRZYMASZ

dostęp do platformy szkoleniowej (indywidualne konto),  
imienny dyplom i zaświadczenie o ukończeniu kursu,  
możliwość zniżki na kolejne szkolenia.

## Szczegółowy plan szkolenia

### Moduł 1 Pamięć, jej działanie i powiązanie z budową mózgu

1. Czym jest pamięć? 1.1. Typy pamięci 1.1.1. Pamięć sensoryczna (ultrakrótką, pamięć zmysłów)
- 1.2. Pamięć krótkotrwała (operacyjna, świeża ) 1.2.1. Pamięć długotrwała 1.3. Właściwości trzech pamięci - porównanie
2. Jak przebiega proces zapamiętywania? 2.1. Kodowanie 2.2. Magazynowanie 2.3. Odtwarzanie
3. Pamięć i mózg 3.1. Półkule mózgowie 3.2. Podział funkcji obu półkuli

### Moduł 2 Uwaga i koncentracja

1. Czym jest uwaga? 1.1. Rodzaje uwagi 1.2. Jak ludzie uważają 2. Koncentracja uwagi 2.1. Neurobik 3. Wrogowie uwagi 4. Czynniki wpływające na lepszą koncentrację
- 4.1. Relaksacja i odprężenie 4.2. Muzyka 4.3. Dieta 4.4. Ruch 4.5. Czynniki psychiczne

### Moduł 3 Mnemonika i mnemotechniki. Przykłady mnemotechnik prostych

1. Czym są mnemonika i mnemotechnika? 1.1. Początki mnemonik 2. Korzyści ze stosowania mnemotechnik
- 2.1. Podział mnemotechnik 3. Zastosowanie mnemotechnik 4. Zasady mnemotechnik
5. Przykłady mnemotechnik prostych

## **Moduł 4 Przykłady mnemotechnik złożonych**

1. Metoda miejsc 1.1. Cztery kroki do zbudowania efektywnego pałacu pamięci 2. Główny system pamięciowy 3. Łączuchowa metoda skojarzeń 4. Metoda wieszaków tzw. haki pamięciowe

## **Moduł 5 Zastosowanie mnemotechniki w edukacji**

1. Style uczenia się 2. Aktywizowanie kanałów sensorycznych 3. Uczenie się przez doświadczenie 4. Typy inteligencji
5. Skuteczne uczenie się 5.1. Logika, strukturyzacja i zapamiętywanie 5.1.1. Organizacja i kategoryzacja danych 5.1.2. Ustalanie hierarchii 6. Mapy myśli 7. Rola powtórek 8. Najważniejsze zasady uczenia się

Czas trwania kursu: **30 godzin** (Podana liczba godzin to szacunkowy czas potrzebny na całościowe opanowanie materiału, udzielenie odpowiedzi na pomocnicze pytania kontrolne oraz bezbłędne rozwiązanie testów sprawdzających).

Aby zakupić kurs zapraszamy na stronę [www.crp.wroclaw.pl](http://www.crp.wroclaw.pl)