

Protože byly na jarní kurz pozitivní ohlasy a většina účastníků měla chuť pokračovat, otevírám další desetitýdenní

KURZ LEPŠÍ PAMĚŤ NA VČELNÉ

Je jak pro nováčky (základy), tak pro všechny, co už byli na jaře (nová cvičení a využití).

Formou zábavy se naučíte:

Jak si mozek líp pamatuje
Paměťové techniky pro běžný život
Jak na koncentraci
Jak procvičit krátkodobou i dlouhodobou paměť
Kalendář z paměti na rok 2018

Kurz je jednou za týden 1,5 hodiny. Přihlášky a informace na obecním úřadě.

Navíc otevírám jednorázové workshopy:

WORKSHOP – VYUŽITÍ MYŠLENKOVÝCH MAP V BĚŽNÉM ŽIVOTĚ

Dozvíte se a prakticky naučíte:

Co jsou myšlenkové mapy
Pravidla a zásady myšlenkových map
Využití myšlenkových map v běžném životě - plánování, rozhodování, organizace, osobní rozvoj, uspořádání, projekty, nápady, časový rozpis
Hned si jich několik na místě vyzkoušíte

WORKSHOP – MYŠLENKOVÉ MAPY PŘI STUDIU

Je pro studenty SŠ, VŠ, univerzity třetího věku a žáky 2. stupně ZŠ.

Dozvíte se a prakticky naučíte:

Co jsou myšlenkové mapy
Pravidla a zásady myšlenkových map
Využití myšlenkových map při studiu – pochopení učení, hledání souvislostí, psaní poznámek, přehled, obsah knih a školních prací, plánování, opakování, zkoušení
Hned si jich několik na místě vyzkoušíte

WORKSHOPY – PAMĚŤOVÉ TECHNIKY PŘI STUDIU I. a II.

2 workshopy, v každém se naučíte jiné mnemotechniky; jsou pro studenty SŠ, VŠ, univerzity třetího věku a žáky 2. stupně ZŠ.

Dozvíte se a prakticky naučíte:

Co si mozek líp pamatuje
Jak omezit vliv stresu při zkoušce na paměť a dobré vybavení si potřebných informací
Pravidla a zásady paměťových technik
Praktické příklady využití mnemotechnik při studiu

Workshop trvá 3 hodiny. Přihlášky a informace na obecním úřadě.

Těší se na vás lektorka Helena Žahourová,
certifikovaná trenérka III. stupně a členka ČSTPMJ
web: helenazahourova.cz, facebook: Fitko pro mozek