



**Wyższa Szkoła
Społeczno-Ekonomiczna
w Gdańsku**

JAK SZYBKO I EFEKTYWNIIE UCZYĆ SIĘ

Uczestnikami kursu mogą być: gimnazjaliści, licealiści, studenci, nauczyciele oraz inne osoby, zainteresowane poznaniem i doskonaleniem technik umożliwiających szybkie i efektywne uczenie się oraz nabyciem dodatkowych umiejętności psychopedagogicznych ułatwiających realizację życiowych planów i osiąganie celów edukacyjnych.

Tematykę kursu stanowią będą następujące zagadnienia:

- budowa i funkcjonowanie mózgu
- ćwiczenia na koordynację półkul i aktywizację umysłu
- wybrane techniki usprawniające pamięć
- ćwiczenia pamięci w oparciu o poznane techniki
- ukazanie sposobów wykorzystywania zdobytej wiedzy i umiejętności w szkole, pracy, życiu codziennym
- koncentracja uwagi
- metody efektywnego notowania – teoria i ćwiczenia
- utrwalanie zdobytej wiedzy – system powtórek
- podstawy prawidłowego formułowania celów i sposoby ich realizacji
- techniki relaksacyjne.

Kurs będzie trwał 16 godz. lekcyjnych. Zajęcia będą przeprowadzone podczas dwóch spotkań po 8 godzin. Ich termin zostanie ustalony i podany uczestnikom po zebraniu grupy. Tworzone one będą z uwzględnieniem miejsca nauki/pracy. Zajęcia prowadzić będzie mgr Arkadiusz Radomski – od roku 2002 instruktor efektywnych technik uczenia się. Przez kilka lat nauczyciel języka angielskiego w gimnazjum i wykładowca w Wyższej Szkole Policji w Szczytnie, aktualnie wykładowca w Wyższej Szkole Społeczno-Ekonomicznej w Gdańsku i w szkole dla detektywów, ale przede wszystkim praktyk wykorzystujący posiadaną wiedzę i umiejętności w pracy zawodowej.

Koszt kursu ponoszony przez uczestnika:

200 – 250 zł w zależności od liczebności grupy (a w tym: 16 godzin zajęć dydaktycznych, materiały dydaktyczne, zaświadczenie o ukończeniu kursu)

Zgłoszenia prosimy przysyłać na adres mailowy: promocja@wsse.edu.pl W treści maila prosimy o podanie następujących informacji: imię i nazwisko, adres mailowy, numer telefonu oraz adres do korespondencji.

www.wsse.edu.pl