

ZLEPŠÍ PAMĚŤ

PROGRAM:

1. MOZEK a PAMĚŤ z hlediska učení

Jak si zlepšit zapamatování o 100% a více.
Co ví věda o mozku z hlediska učení.
Výsledky moderních výzkumů.

2. UČEBNÍ STYL, STRATEGIE UČENÍ

Jaký jsem typ na učení? Co mi učení usnadní!
Poznání osobního typu učení, typologie, vhodné strategie učení dle typů.

3. MNEMOTECHNIKY

Paměťové techniky pro zapamatování velkých seznamů, čísel, cizích slovíček (technika spojování, paměťové cesty LOCI, akrostika, akronyma, kategorizace, technika klíčového slova aj.).

4. EFEKTIVNÍ POZNÁMKY, MYŠLENKOVÉ MAPY

Jak si dělat efektivní poznámky, ze kterých se dobře učí? Využití myšlenkových map.

5. Zvládání STRESu ze zkoušek

Jak lépe zvládat zkouškový stres.

FOLLOW UP: kroužek trénování paměti, rozvoj mnemotechnik, rozvoj kreativity, soustředění, vnímavosti.

*„Líbila se mi nejvíce teorie
o mozku a způsoby opakování.“*

Student VŠE Praha



ZLEPŠÍ PAMĚŤ

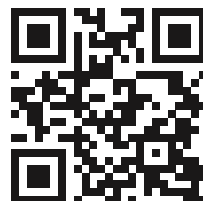
NÁBORY DO KURZŮ A SEMINÁŘŮ 2019!

DÁRKOVÉ POUKAZY

Dárek, který pomůže a potěší.

CHCETE SE NA NĚCO ZEPTAT?

Rádi Vám odpovíme na ales@zlepsipamet.cz
Nezávazná konzultace ZDARMA.
Ukázkové přednášky pro školy.



PŘIHLAS SE DNES:

ales@zlepsipamet.cz

775 702 602

www.zlepsipamet.cz

www.facebook.com/zlepsipamet



Ing. Aleš Procházka
akreditovaný trenér paměti ČSTPMJ

ZLEPŠÍ PAMĚŤ

Naučte se, jak se učit!



TRÉNOVÁNÍ
PAMĚTI
A EFEKTIVNÍ
UČENÍ

PRO DĚTI,
STUDENTY A RODIČE

UČENÍ PRO 21. STOLETÍ

WWW.ZLEPSIPAMET.CZ



Pomozme dětem a studentům s učením
Děti ani studenti mnohdy neví, jak se správně
učit. Špatně se soustředí, nevyužívají správně
možností mozku a paměti. Rozdíl mezi
úspěchem a neúspěchem je v maličkostech.

**„65 % dnešních
studentů bude mít
práci, která zatím
neexistuje.“**

U.S. Department of Labor report

Co je učení pro 21. století?

Jak na to dnešní studenty připravit?

Cílem seminářů je pomoc dětem, studentům a rodičům naučit
se postupy snadnějšího a efektivnějšího učení a lepší paměti
s využitím moderních poznatků o mozku a paměti.

Průběh:

Děti, studenti a rodiče se seznámí s moderními poznatky
o mozku a paměti a způsobech jejich využití pro snadnější
učení.

Naučí se paměťové techniky.

Získají kompetence pro lepší využívání vhodných způsobů,
metod a strategií učení. Naučí se lépe třídit informace,
propojovat je a systematizovat pro efektivní učení. Rozvinou
kompetence tvořivosti a kreativity pro snadnější učení a řešení
problémů. Dále získají kompetence pro lepší soustředění,
uvolnění a relaxaci a v neposlední řadě efektivnější zápisky
pro účinné opakování a učení.

**Děti a studenti získají sebedůvěru, že se
mohou naučit vše, co chtějí a že učení
může být i zábava.**

„...velice, opravdu velice mě dnešní seminář překvapil.“

student 1. ročníku gymnázia

*„Už dlouho nás něco tak nenadchlo
a proto se budeme těšit na další kurz.“*

Ing. Petr S.