

RICORDA

RICORDARE INFORMAZIONI COMPLESSE ED
ORGANIZZARLE IN RETI DI APPRENDIMENTO

OBIETTIVI

Ricordare ciò che serve per il tempo necessario.

La memoria è una facoltà umana che **può essere potenziata** attraverso precisi e opportuni esercizi.

Di solito **la sensazione più fastidiosa** è quella che nasce dal rendersi conto di **non ricordare più** ciò che invece credevamo di aver memorizzato in precedenza.

Le tecniche proposte permettono di andare a potenziare la memoria a lungo termine, ovvero quella memoria grazie alla quale **possiamo ricordare qualsiasi tipo di informazione per tutto il tempo che vogliamo.**

Nonostante negli ultimi anni la tecnologia e l'informatica ci abbiano aiutato molto, risulta ancora di grande effetto poter disporre di una **memoria dinamica ed efficace** sia nella nostra vita privata sia in quella professionale.

Questo corso è il risultato di una didattica da me elaborata in più di 20 anni di esperienza. **Questo corso ti farà scoprire un mondo meraviglioso!**

CONTENUTI ANALITICI

I discenti verranno educati e stimolati, **divertendosi**, all'utilizzo di **metodi semplici ed immediati** che permettano di ottenere un significativo risparmio di tempo **grazie ad una memoria più dinamica e precisa.**

Le **numerose esercitazioni mnemoniche** svolte in aula, permetteranno ai partecipanti di **acquisire le capacità pratiche** per poter memorizzare con successo:

- **vocaboli di lingue straniere**
- numeri di qualsiasi natura (bancomat, pin, password, partita iva, telefono...)
- **informazioni scientifiche e letterarie**
- formule e parole astratte
- **leggi e codici**
- dati di aggiornamento di qualsiasi argomento
- **memorizzazione di concetti e parole chiave per esami ed interventi in pubblico**

DURATA

Due interventi di mezza giornata

N.B. Il corso di Memoria viene di solito erogato insieme al corso di Lettura Efficace

LEGGI

LEGGERE EFFICACEMENTE e GESTIRE GRUPPI di INFORMAZIONI

OBIETTIVI

Ridurre la distrazione aumentando la concentrazione!

La maggior parte dei dati in nostro possesso li acquisiamo leggendoli o dalla carta stampata o dal video del computer. Purtroppo però, le informazioni si susseguono sempre più ad un ritmo frenetico!

Numerose esperienze hanno dimostrato come attraverso una serie di esercizi, indirizzati ad **ampliare il campo visivo e ad accelerare il movimento oculare**, sia possibile sviluppare una **maggior capacità di sintesi riducendo**, come minimo, **del 30 % il tempo** dedicato alla **lettura, senza**, che ciò porti alla **perdita della comprensione**.

La speciale didattica da me elaborata, in **oltre 20 anni di esperienza**, mi ha permesso di dar vita ad un corso che ti **permetterà di realizzare risultati estremamente gratificanti** come persona e come professionista.

CONTENUTI ANALITICI

Il corso fornisce **una serie di metodi semplici ed immediati** che ti permetteranno di:

- **risparmiare tempo** grazie ad una lettura più sintetica
- **gestire e ridurre** la distrazione
- aumentare la concentrazione per **migliorare la comprensione**
- **adeguare il ritmo di lettura** alla complessità del testo

Il corso avrà inizio con un **test di valutazione della tua velocità di lettura**.

Il manuale didattico da me realizzato ti farà **raggiungere risultati emozionanti**, grazie all' **ampliamento del campo visivo** e all'**aumento della velocità oculare**.

Questi alcuni contenuti

- lettura **verticale**
- lettura **a blocchi e a scorrimento**
- lettura **flessibile** per leggere giornali e documenti di aggiornamento
- lettura **"esplorativa"** per informarsi e scremare
- lettura **"a 2 e 3 punti di fissità"** per la gestione dei testi scritti a righe

Il corso terminerà con un **test di valutazione finale** dei risultati raggiunti.

DURATA

Due interventi di mezza giornata.

N.B. Il corso di Lettura Efficace viene di solito erogato insieme al corso di Memoria