

## CORSO ONLINE: TECNICHE DI MEMORIZZAZIONE - 100 ORE

### Descrizione del corso

La memoria è la funzione cognitiva che permette di immagazzinare informazioni, esperienze, ricordi e di recuperarli quando necessari. La società di oggi, in continua evoluzione, richiede maggiori competenze in tempi sempre più ridotti, rendendo necessario un apprendimento rapido delle informazioni.

Il corso prevede una parte teorica che approfondisce le basi neurobiologiche sottostanti i processi di memorizzazione nonché quelle del pensiero e delle emozioni, che giocano un ruolo importante sulla memoria. E una parte pratica riguardante le tecniche di memorizzazione e le strategie utili al potenziamento della memoria, come la costruzione di mappe mentali.

Il risvolto pratico di questo corso è riscontrabile in ogni ambito:

- nella vita quotidiana, dalla lista della spesa a dove posizioniamo gli oggetti o per ricordare appuntamenti
- in ambito lavorativo, dalle procedure pratiche ai corsi di aggiornamento
- nello studio, dal prendere appunti alle fasi principali dell'apprendimento fino alla preparazione degli esami.

### Obiettivi:

Il corso si propone di far acquisire o migliorare le competenze dei discenti in tema di:

- ✓ Organizzare le proprie risorse
- ✓ Acquisire un metodo di studio
- ✓ Ottimizzare i tempi di studio grazie agli esercizi pratici
- ✓ Aumentare le proprie capacità mentali
- ✓ Accelerare il processo di apprendimento
- ✓ Memorizzare velocemente e acquisire un metodo di studio

## PROGRAMMA

Il corso online **Tecniche di Memorizzazione** è suddiviso in **5 Moduli**, come segue:

### Modulo 1 | Le basi neurologiche dei pensieri, azioni ed emozioni

### Modulo 2 | La capacità mnemonica della nostra mente

### Modulo 3 | L'organizzazione mentale nel memorizzare | Il processo di memorizzazione

- Come usare il potenziale della memoria per il lavoro, studio, gestione aziendale;
- Come applicare le tecniche di memorizzazione;
- Come costruire le mappe mentali;
- Come aumentare la velocità di lettura e comprensione
- Metodi per imparare rapidamente a memorizzare in via definitiva
- Come costruire una organizzazione di pensiero

### Modulo 4 | Applicazioni dei metodi di memorizzazione:

- Memorizzazioni formule (matematica, fisica, chimica, matematica)
- Le strutture molecolari e la tavola periodica
- Calcolo veloce
- Memorizzazione di classificazioni e elenchi
- Memorizzazione lingue straniere
- Memorizzazioni codici civili e penali per concorsi pubblici
- Come memorizzare articoli e come apprendere le materie giuridiche
- Memorizzare il contenuto di un testo/ libro per superare concorsi ed esami o per corsi di aggiornamento professionale
- Acquisizione di metodi di studio

**Gruppo UnID Srl**

Via degli Aceri, 14

Gualdicciolo (RSM) 47890

C.O.E.: SM22747

0549.98.00.07

info@unidformazione.com

unidformazione.com | unidprofessional.com | libriunidtest.com

## MODALITA' DI SVOLGIMENTO

Il corso si svolge in modalità **online** con video **lezioni on demand** disponibili h 24.

Le lezioni registrate possono essere riviste in qualsiasi momento, collegandosi alla piattaforma MOODLE : <https://www.unidcampus.com> ed accedendo con le credenziali ricevute attraverso il nostri siti <https://www.eurosofia.it/>; <https://www.unidformazione.com> e <https://www.unidprofessional.com>

## METODOLOGIE

Coinvolgimento dei partecipanti attraverso discussioni, confronti, proposte, esercitazioni pratiche.

Al termine del corso i partecipanti potranno realizzare un project work, sperimentare ciò che hanno appreso durante il corso di formazione.

Lo scopo è quello di migliorare le competenze professionali, trovare soluzioni adeguate al percorso scelto e acquisire strumenti efficaci per raggiungere obiettivi soddisfacenti.

Risorse di approfondimento e dispense scaricabili, slides power point.

## MAPPATURA DELLE COMPETENZE

- Acquisire le basi comportamentali che sostengono i temi e le dinamiche della memoria
- Accrescere la conoscenza dei partecipanti per renderli più consapevoli e preparati relativamente alla comprensione delle svariate applicazioni delle strategie circa il potenziale delle tecniche di memoria, della costruzione di mappe concettuali
- Acquisire un metodo di studio efficace attraverso la capacità mnemonica della nostra mente.

## VERIFICA DELLE CONOSCENZE

Sono previste due tipologie di verifiche, mediante test a risposta multipla:

- **Verifica dell'auto-apprendimento dei corsisti**

Sono previste esercitazioni intermedie ed una verifica finale, al termine della quale sarà possibile scaricare l'attestato di partecipazione

- **Verifica della CustomerSatisfaction**

E' prevista una valutazione del livello di gradimento del corso

## DESTINATARI

Docenti scuola infanzia, Docenti scuola primaria, Docenti scuola secondaria I grado, Docenti scuola secondaria II grado, Dirigenti scolastici, referenti di istituto, funzioni strumentali, figure di coordinamento che dovranno affrontare procedure concorsuali.

Il corso è indirizzato a tutti. Concorsisti, studenti e studentesse miglioreranno le loro abilità di affrontare situazioni di stress e tensione (e.g., durante le prove scritte/orali). Lo stesso vale per imprenditori, imprenditrici, manager e lavoratori in genere (e.g., presentazioni, situazioni ad alta pressione).

- Non ci sono limiti di età.

## ATTESTATO

L'attestato di partecipazione, **ricosciuto dal MIUR ai sensi della Direttiva 170/2016**, è scaricabile direttamente dalla piattaforma elearning, solo dopo aver superato i test di verifica ed il tempo richiesto al completamento del corso

## COSTO

Prezzo di listino € 244,00

Sono previste scontistiche periodiche.