



Dedicato a studenti, docenti, dirigenti, professionisti e a tutti coloro che desiderano esplorare, senza limiti d'età o di cultura, i segreti della mente!

PROGRAMMA DIDATTICO

Tecniche mnemoniche

- Test iniziale.
- La memoria e i principi per un'efficace memorizzazione.
- Esposizione basilare di tutte le mnemotecniche note all'uomo.
- Approfondimento delle migliori tecniche mnemoniche per sconfiggere l'oblio mentale.
- Regole di visualizzazione: fotografia e schermo mentale, ricordare grafici, diagrammi, illustrazioni ed ogni tipo di immagine.
- Codice di conversione numerico - fonetico.
- Archiviazione mentale: creazione virtuale di un vero e proprio schedario mentale per il deposito di qualunque informazione, con possibilità di aggiornare a piacimento i dati e richiamarli a tempo indeterminato.
- Alfabeti mnemonici, visivo, numerico e dei mesi.
- Memorizzazione calendario annuale e sviluppo del promemoria mentale.
- Esercitazioni pratiche e di verifica.
- Applicazioni: per lo studio della Matematica: come memorizzarne i simboli, le formule, i teoremi di Analisi, lo studio di funzioni, ecc.; per lo studio della Chimica; formule chimiche, fisiche ed economiche; Costituzione, articoli del codice, decreti e leggi; memorizzazione di vocaboli di lingue straniere, parole difficili e termini tecnico scientifici; come memorizzare numeri telefonici e numeri in genere di qual si voglia cifre; listino prezzi, Codici Fiscali e partite IVA; dati storici e geografici; aforismi, poesie e canzoni; la Musica; carte da gioco; risultati sportivi, schedina totocalcio e gioco del lotto; il gioco degli Scacchi e come memorizzare gli spostamenti di intere partite; nomi e visi schede d'informazione

applicabile a qualunque persona, alunno, cliente o paziente, ecc.; ecc....

- Specifiche applicazioni delle mnemotecniche a qualunque testo di studio o documentazione fornita dall'allievo.

Letture Veloce (circa 10 volte più veloce)

- I principi per una corretta lettura.
- Test iniziale: determinazione del P.A.M. e del coefficiente di comprensione.
- Leggere velocemente: come ridurre l'affaticamento da lettura, aumentarne la comprensione e diminuirne la dispersione dovuta alla continua distrazione.
- Gli ostacoli ad una lettura efficace.
- Diminuzione del tempo di stazionamento, aumento della velocità di percezione e ampliamento del campo focale.
- Lettura a 4, 3 e 2 punti di fissità con l'utilizzo del metronomo.
- Intuizione del significato di gruppi di parole e vocaboli.
- Esplorazione rapida di documenti e testi per la ricerca di specifiche informazioni.
- Esercitazioni ed applicazioni pratiche con riviste e quotidiani.

Test finale di verifica globale

Attenzione, concentrazione e rilassamento fisico - mentale

- Il Cervello.
- Cenni sulle onde cerebrali e calcolo dei corretti cicli di sonno.
- Il rilassamento alfa genico con il supporto di audiocassette guida.
- Recupero delle energie: tecnica dei colori e suoni melodici.
- Potenziamento e sviluppo dell'attenzione.
- Attenzione volontaria e involontaria.
- Controllo e indirizzamento della concentrazione verso ciò che si vuol apprendere o verso ciò in cui si voglia applicare.
- Training mentale.
- Esercitazioni pratiche ed applicative.



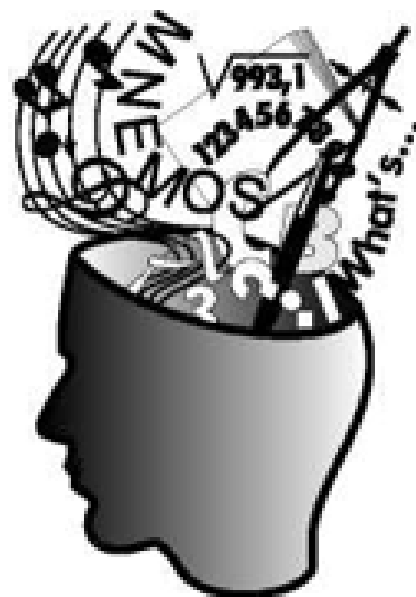
Comunicazione e Creatività

- VIVERE POSITIVO.
- Principi di comunicazione visiva.
- Linguaggio del corpo.
- Sviluppo Personale: ricerca e valorizzazione delle motivazioni, aumento della loquacità e disinibizione oratoria.
- Profilo del pensatore creativo.
- Stimolazione della creatività.
- Problemi di creatività e come affrontarli.
- Il Brainstorming.
- La visualizzazione creativa, vivida e paradossale (V.A.P.)
- Esercitazioni pratiche ed applicative.

Studio e Apprendimento

- Gli ostacoli all'apprendimento.
- Come trarre maggior profitto dalle lezioni.
- Gli Appunti: osservare, ascoltare, imitare ed apprendere; mappe mentali e metodo delle parole chiavi.
- I luoghi per studiare, in quale misura, i momenti migliori, i modi, le motivazioni, i ripassi.
- Pianificazione per la preparazione di un Esame scritto o orale, per l'Interrogazione o compito in classe.
- Consigli statistici per il giorno prima e per il giorno della prova.
- Valutazioni, soluzioni e consigli specifici per ogni singolo allievo.

Tutti gli argomenti trattati dal programma saranno sviluppati durante le lezioni del corso (di durata massima un mese) con l'ausilio delle più appropriate tecniche didattiche. Come supporto al corso si fornirà inoltre l'allievo di manuale ed eserciziario in schede componibili con raccoglitore ed altro materiale didattico opportuno.



Sede:

ISTITUTO TECNICO ECONOMICO STATALE
"LUIGI AMABILE" Avellino

Calendario:

- **SEMINARIO INTRODUTTIVO:**
Mercoledì 7/03/2018 ore 15:00*17:00
- **PRIMA LEZIONE:**
Mercoledì 14/03/2018 ore 15:00*19:00
- **SECONDA LEZIONE:**
Mercoledì 21/03/2018 ore 15:00*19:00
- **TERZA LEZIONE:**
Mercoledì 28/03/2018 ore 15:00*19:00
- **QUARTA LEZIONE:**
Mercoledì 4/04/2018 ore 15:00*19:00
- **INCONTRO DI VERIFICA:**
Mercoledì 18/04/2018 ore 15:00*17:00