

Techniki uczenia się i trening koncentracji uwagi

Celem zajęć jest przekazanie wiedzy o efektywnych technikach pracy umysłowej i zdobycie umiejętności wykorzystania ich w nauce. Obejmują one: szybkie czytanie, efektywne zapamiętywanie i notowanie, a także usprawnianie przetwarzania informacji poprzez trening koncentracji słuchowej i wzrokowej. Zajęcia odbywają się raz w tygodniu, we wtorki w godz. 17.00- 18.00 . Cykl obejmuje 10 spotkań.

Osoby prowadzące: Beata Mierzejewska, Elżbieta Ensztajn