

CERTYFIKAT

Pan/ Pani

Marta Śmigecka

ukończył/a w formie e - learningu kurs

Trening koncentracji uwagi i pamięci

w wymiarze **60 godzin dydaktycznych**, który trwał od 24 marca 2025 r.
do 02 czerwca 2025 r. i zakończył się **pozytywnie zdanym egzaminem**.

Program kursu:

1. Wprowadzenie w temat.

Niektóre terminy związane z koncentracją. Przyczyny braku koncentracji. Objawy zaburzeń koncentracji. Ćwiczenia koncentracji uwagi.

2. Koncentracja i pamięć w szkole.

Dostosowanie otoczenia. Dostosowanie wymagań edukacyjnych. Rola motywacji w koncentracji. Problemy szkolne uczniów z zaburzeniami koncentracji uwagi i pamięci. Ćwiczenia koncentracji uwagi.

3. Gry i zabawy ćwiczące pamięć oraz koncentrację.

Zabawy usprawniające pamięć i koncentrację. Gry ćwiczące pamięć i koncentrację. Ćwiczenia koncentracji uwagi.

4. Ćwiczenia koncentracji.

Emocje a koncentracja. Sen a koncentracja. Ćwiczenia relaksacyjne. Ćwiczenia koncentracji uwagi.

5. Ćwiczenia pamięci.

Pamięć i uczenie się. Niektóre sposoby zapamiętywania. Ćwiczenia koncentracji uwagi i pamięci.

Prowadzący kurs



mgr Wiesława Machul

Ciechanów, dn. 02 czerwca 2025 r.