****

|  |  |
| --- | --- |
| Názov vzdelávania: | Tréning kognitívnych funkcií , pamäte a mozgový jogging |
| Obsahové zameranie: | Ľudský mozog a jeho funkciePsychológia pamäteMotivácia a stratégie tréningu pamäteMnemotechniky – dokonalá kompenzácia nedokonalej pamätePravidlá rýchleho učenia sa Budovanie rezervnej mozgovej kapacityJogging pre mozogTréning |
| Cieľová skupina: | * manažéri/ zamestnanci,
* riadiaci pracovníci
* pedagogickí pracovníci
* deti a mládež, dospelí
 |
| Cieľ vzdelávania: |   Zvyšovanie mentálneho výkonu a  kognitívnej kondície * Posilnenie a zlepšenie pamäte
* Rozvoj koncentrácie
* Rozvoj kreativity a tvorivého myslenia
* Zvládnutie metód vizuálneho myslenia k riešeniu problémov alebo hľadaniu nových riešení
* Zlepšenie procesu učenia
* Uvoľnenie stresu

. |
| Lektorka | **PhDr. Zuzana Kršková** |
| Miesto konania | **ICM Orava, Trojičné námestie 191, Tvrdošín** |
| Termín realizácie | 1.dňové vzdelávanie – predpokladané termíny : 1/2016, 2/2016 |
| Podrobný program vzdelávania | Ciele tréningu kognitívnych funkcií a pamätePrincípy a obsahĽudský mozogPamäťTechniky zvyšovania kapacity krátkodobej pamäteTechniky posilňovania pamäťových procesovPrincípy zlepšujúce zapamätávanieTréningMnemotechnikyTechnika LOCIPohybové cvičenia a mozgový joggingKognitívne cvičenia |
| Časový harmonogram vzdelávania | Vzdelávanie je rozvrhnuté na 1 deň v čase od 8.00 – 16.30 hod. |
| Organizačné pokyny | Prihlásiť a informovať sa môžete najneskôr do **20.12.2015:*** On line na stránke [www.icmorava.sk](http://www.icmorava.sk)
* Telefonicky na č.t.:0948 878 875
* **E-mailom zaslaním vyplnenej prihlášky** na adresu: icmorava@orava.sk
* Poštou zaslaním vyplnenej prihlášky
* Prihlásení účastníci na základe záväznej prihlášky zaslanej v termíne do 20.12.2015 budú informovaní o  konkrétnom termíne prostredníctvom e-mailovej správy.
* Jedna vzdelávacia skupina môže mať maximálne 20 účastníkov
 |
| Účastnícky poplatok | V sume: **35,00 Eur**V cene sú zahrnuté výdavky na organizačné a technické zabezpečenie vzdelávania – pracovné materiály, certifikát a ostatné režijné materiály. |
| Spôsob úhrady | **Na číslo účtu: 19935332/0200 najneskôr desať dní pred začatím realizácie vzdelávania, do poznámky uveďte svoje meno a priezvisko.** |

PhDr. Jana Tholtová

Štatutárna zástupkyňa

Informačné centrum mladých Orava