**Nazwa przedmiotu:**

Techniki ćwiczenia pamięci

**Koordynator przedmiotu:**

Dr Katarzyna Dzieniszewska-Naroska

**Status przedmiotu:**

Obowiązkowy

**Poziom kształcenia:**

Studia I stopnia

**Program:**

Matematyka

**Grupa przedmiotów:**

Wspólne

**Kod przedmiotu:**

M1bHES

**Semestr nominalny:**

1 / rok ak. 2015/2016

**Liczba punktów ECTS:**

1

**Liczba godzin pracy studenta związanych z osiągnięciem efektów uczenia się:**

Udział w ćwiczeniach - 15 h
Konsultacje - 5 h
Przygotowanie do testu wiedzy - 10 h
Razem 30 h = 1 ECTS

**Liczba punktów ECTS na zajęciach wymagających bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich:**

Udział w ćwiczeniach - 15 h
Konsultacje - 5 h
Razem 20 h = 0,5 ECTS

**Język prowadzenia zajęć:**

polski

**Liczba punktów ECTS, którą student uzyskuje w ramach zajęć o charakterze praktycznym:**

**Formy zajęć i ich wymiar w semestrze:**

|  |  |
| --- | --- |
| Wykład: | 0h |
| Ćwiczenia: | 15h |
| Laboratorium: | 0h |
| Projekt: | 0h |
| Lekcje komputerowe: | 0h |

**Wymagania wstępne:**

brak

**Limit liczby studentów:**

bez limitu

**Cel przedmiotu:**

**Treści kształcenia:**

B) Techniki ćwiczenia pamięci - 15 godzin
1. Jak działa pamięć? (1g)
2. Dwa mózgi i rola wyobraźni w zapamiętywaniu (1g)
3. Zapominanie (1g)
4. Techniki pobudzające wyobraźnię (1g)
5. Techniki koncentracji (1g)
6. Metoda locji – trening (2g)
7. Metoda liczbowo – obrazkowa – trening (2g)
8. Metoda rymowania – trening (2g)
9. Metoda łańcuchów skojarzeń – trening (2g)
10. Mapy myśli – trening (2g)

**Metody oceny:**

Uzyskanie pozytywnej oceny z zajęć „Techniki ćwiczenia pamięci”, na którą to ocenę składają się: obecność na zajęciach, aktywne uczestnictwo podczas zajęć oraz test wiedzy.

**Egzamin:**

tak

**Literatura:**

1. M. Jagodzińska, Psychologia pamięci, PWN, Warszawa 2005.
2. T. Buzan, Pamięć na zawołanie. Metody i techniki pamięciowe, AHA, Warszawa 2009.

**Witryna www przedmiotu:**

**Uwagi:**

## Efekty przedmiotowe