



8 listopada br. wychowankowie grupy II i IV wzięli udział w zajęciach pod hasłem: „**Mnemotechniki – jak zapamiętywać i uczyć się efektywnie**

”. Zajęcia odbyły się w Bibliotece Pedagogicznej w Ostrołęce. Uczestnicząc w zajęciach mieliśmy możliwość wykonywania ćwiczeń z zaangażowaniem obydwu półkul mózgowych oraz poznać nowe techniki zdobywania wiedzy.

Mnemotechniki to sposoby służące lepszemu zapamiętywaniu, przechowywaniu i odtwarzaniu informacji. Metoda ta polega na wykonywaniu działań, które umiejętnie programując umysł ułatwiają szybsze i skuteczniejsze zapamiętywanie. Ich stosowanie umożliwia wzmacnianie pamięci i jej rozwój.

Mnemotechniki koncentrują się na umiejętnościach potrzebnych w zapamiętywaniu, takich jak wyobraźnia, koncentracja uwagi, umiejętność kojarzenia czy wizualizacja.

Bibliotece Pedagogicznej w Ostrołęce i Pani prowadzącej serdecznie dziękujemy za możliwość uczestniczenia w tak ciekawych i pożytecznych zajęciach.