REGULAMIN UCZESTNICTWA W KURSIE TECHNIK PAMIĘCI, KONCENTRACJI UWAGI I SZYBKIEGO CZYTANIA PN. „KONCENTRUJ SIĘ!”

Postanowienia Ogólne

1. Kurs organizowany jest przez Bibliotekę Miejską w Ustce w ramach projektu „Umysłowy aerobik z Biblioteką”, dofinansowanego ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego w ramach programu Partnerstwo dla książki.
2. Udział w kursie jest bezpłatny.
3. Kurs obejmuje łącznie 30 godzin lekcyjnych kursu, prowadzonego w trybie stacjonarnym w Czytelni dla Dorosłych Biblioteki Miejskiej w Ustce.
4. Zajęcia będą się odbywać systematycznie raz w tygodniu po dwie godziny lekcyjne, w godzinach popołudniowych, przez 15 tygodni z przerwą wakacyjną, od 20 kwietnia do 30 listopada 2022 r.
5. Projekt skierowany jest do młodzieży z klas 7-8 szkół podstawowych (1 grupa) i osób dorosłych w wieku 60+ (2 grupa), które z własnej inicjatywy zgłoszą chęć udziału w kursie.
6. Kurs prowadzony będzie przez Tomasza Kadylaka - doświadczonego trenera pamięci ze Szkoły Pamięci SPW (Szkoła Pamięci Wojakowskich).

Program kursu

1. Program kursu będzie obejmował zagadnienia:
   - czym jest pamięć?,
   - trening pamięci krótkotrwałej,
   - trening pamięci długotrwałej,
   - koncentracja uwagi,
   - pobudzenie kreatywności,
   - mnemotechniki,
   - metoda Łańcuszkowa,
   - metoda lokalizacji,
   - metoda Symboli,
   - zapamiętywanie liczb, ułamków, wzorów,
   - zapamiętywanie dat i wydarzeń,
   - zapamiętywanie liter,
   - zapamiętywanie kolorów,
   - zapamiętywanie twarzy,
   - zapamiętywanie słówek z języków obcych,
   - zapamiętywanie tekstów.

Warunki uczestnictwa

1. Uczestnikiem kursu może zostać jedynie posiadacz karty bibliotecznej „Z Biblioteką do Kultury”.
2. W celu zgłoszenia udziału w kursie należy złożyć w Bibliotece komplet wymaganych dokumentów: kompletnie wypełnioną i czytelnie podpisaną deklarację uczestnictwa. W przypadku osób niepełnoletnich dodatkowo wypełniana jest zgoda na samodzielny powrót do domu.
3. O zakwalifikowaniu się na kurs decyduje kolejność zgłoszeń. Liczba miejsc jest ograniczona.
4. Zapisy na kurs przyjmowane są do 16 kwietnia 2022 roku.
5. Utworzona zostanie lista rezerwowa uczestników.
6. Uczestnik zostanie poinformowany o udziale w kursie telefonicznie przez pracowników Biblioteki.

Prawa i Obowiązki Organizatora i uczestników kursu

1. Organizator zobowiązuje się do organizacji kursu według przedstawionego na każdych zajęciach harmonogramu oraz zgodnie z programem zajęć zaakceptowanych przez Organizatora.
2. Organizator udostępnia miejsce i zapewnia wydruk materiałów szkoleniowych.
3. Uczestnik zobowiązany jest do regularnego uczestnictwa w kursie. Dopuszczalna jest usprawiedliwiona nieobecność na trzech spotkaniach, o czym uczestnik powinien wcześniej poinformować.
4. Od uczestników wymagane są: punktualność, zaangażowanie i aktywność, poszanowanie powierzonych materiałów, przygotowanie na zajęcia i chęć do nauki i zabawy ;)

Umysłowy aerobik z biblioteką