Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy

„Gimnastyka umysłu, czyli jak się uczyć szybciej i osiągnąć lepsze efekty?”

Sylwia Jakubowska

Organizatorzy

Uniwersytet Ekonomiczny w Katowicach
Data: 27.04.2026r.

logX
F = ma
sin+cos

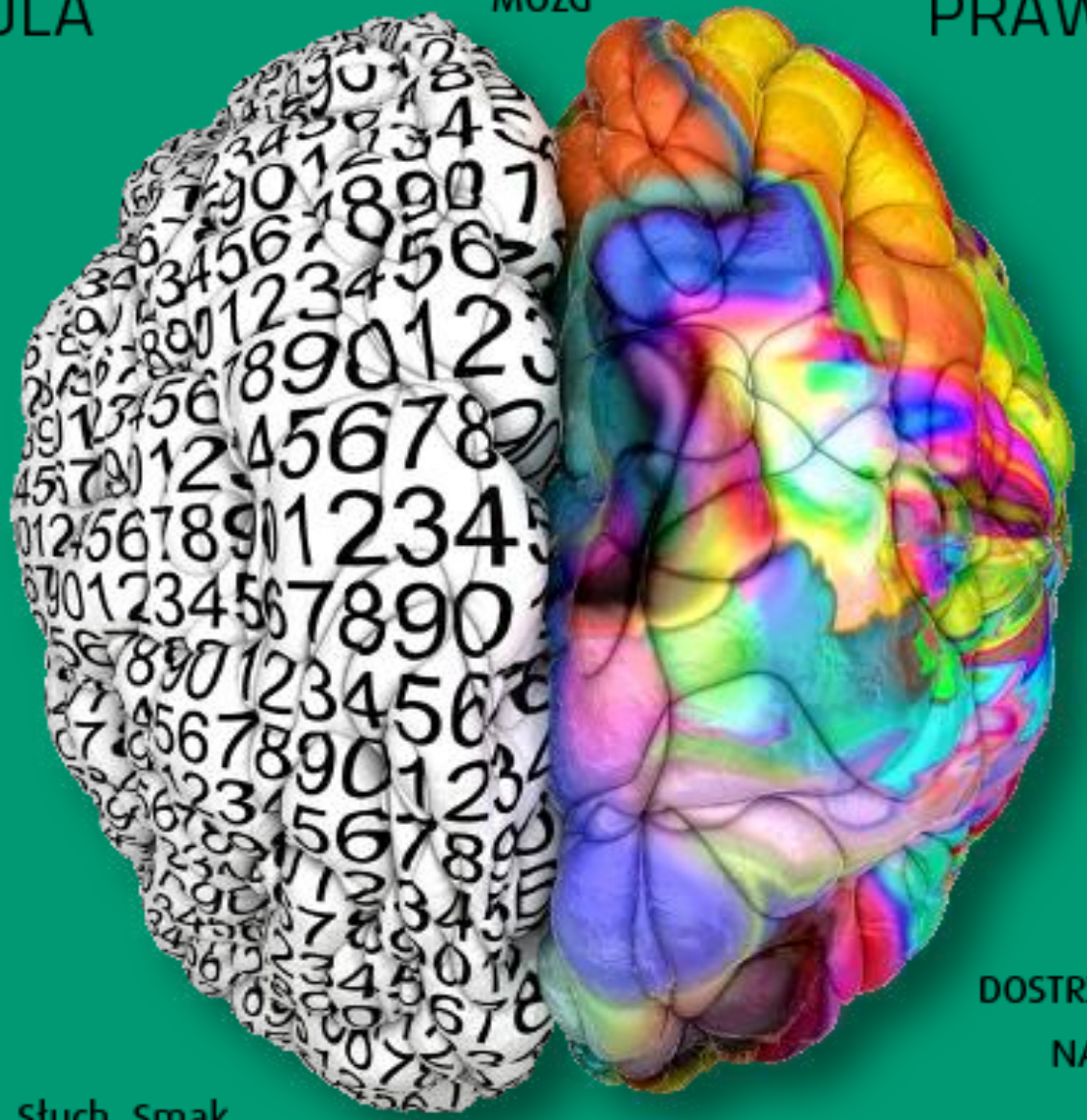
logX
F = ma
sin+cos

MÓZG

MÓZG

LEWA PÓŁKULA

MOWA
LOGIKA
ANALIZA
PORZĄDEK
LICZBY
CZAS
PLANOWANIE
SYMBOLE
SŁOWA
SZCZEGÓŁY
DOSŁOWNOŚĆ
INTELEKT
RACJOLNALNOŚĆ
DOSTRZEGA RÓŻNICE
NAUKI ŚCISŁE
ZMYSŁY: Dotyk, Węch, Słuch, Smak
UCZUCIA (Bojaźliwość, Uczuciowość, Religijność)



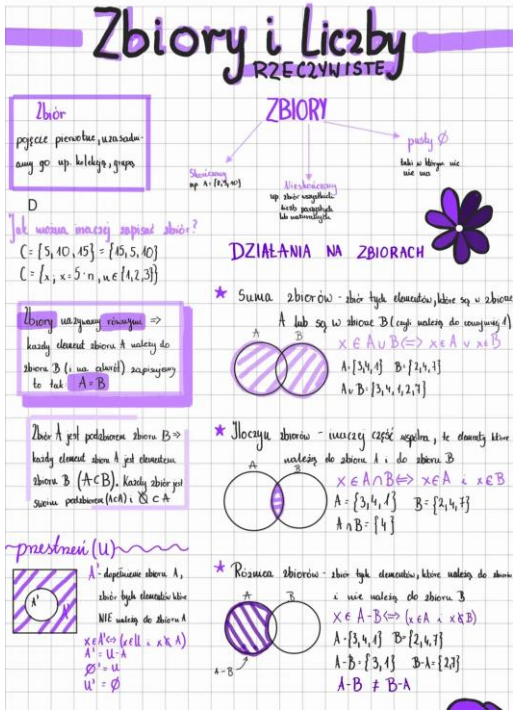
PRAWA PÓŁKULA

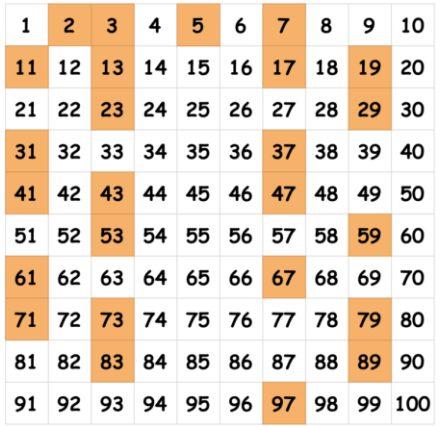
WIZUALIZACJA
INTUICJA
SYNTEZA
KREATYWNOŚĆ
OBRAZY
PRZESTRZEŃ
SPONTANICZNOŚĆ
WYOBRAŹNIA
KOLORY
CAŁOŚĆ
METAFORYZOWANIE
ZMYSŁOWOŚĆ
EMOCJONALNOŚĆ
DOSTRZEGA PODOBIEŃSTWA
NAUKI HUMANISTYCZNE
ZMYSŁY: Wzrok
EMOCJE (Odwaga, Wrażliwość, Duchowość)

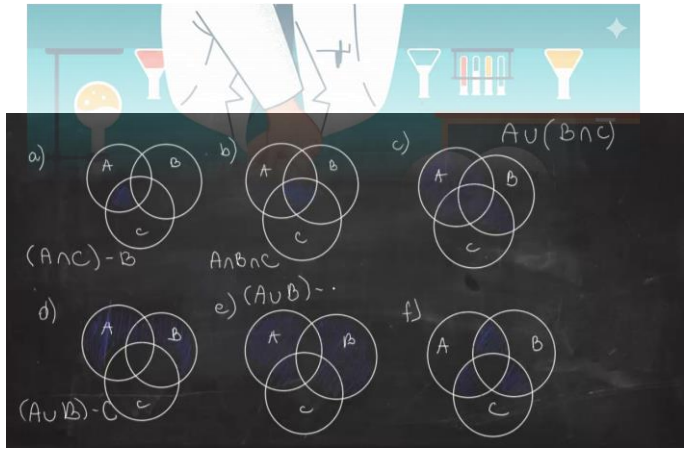
Praca mózgu

Lewa półkula przetwarza nowe informacje na poziomie:

1. logiki
2. słów
3. zbiorów
4. liczb
5. kolejności
6. liniowości
7. analizy







Praca mózgu

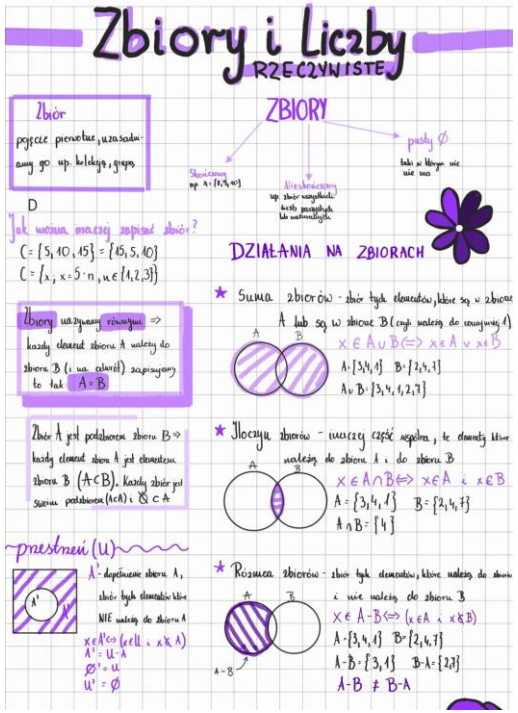
Natomiast prawa, w większości przypadków, posługuje się:

1. rytmem
2. wyobraźnią
3. snem na jawie
4. barwą
5. wymiarami
6. relacjami przestrzennymi
7. obszarem całości (Gestalt) czyli syntezą

Praca mózgu

Lewa półkula przetwarza nowe informacje na poziomie:

1. logiki
2. słów
3. zbiorów
4. liczb
5. kolejności
6. liniowości
7. analizy



Natomiast prawa, w większości przypadków, posługuje się:

1. rytmem
2. wyobraźnią
3. snem na jawie
4. barwą
5. wymiarami
6. relacjami przestrzennymi
7. obszarem całości (Gestalt) czyli syntezą

TEKST DO NAUCZENIA

WIERSZ NA PAMIĘĆ

TRUDNA TEORIA DO NAUCZENIA SIĘ NA PAMIĘĆ

TEKST DO NAUCZENIA

WIERSZ NA PAMIĘĆ

TRUDNA TEORIA DO NAUCZENIA SIĘ NA PAMIĘĆ

TEKST DO NAUCZENIA

WIERSZ NA PAMIĘĆ

TRUDNA TEORIA
DO NAUCZENIA SIĘ NA PAMIĘĆ

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

Zmysły i skojarzenia

Zmysły i skojarzenia

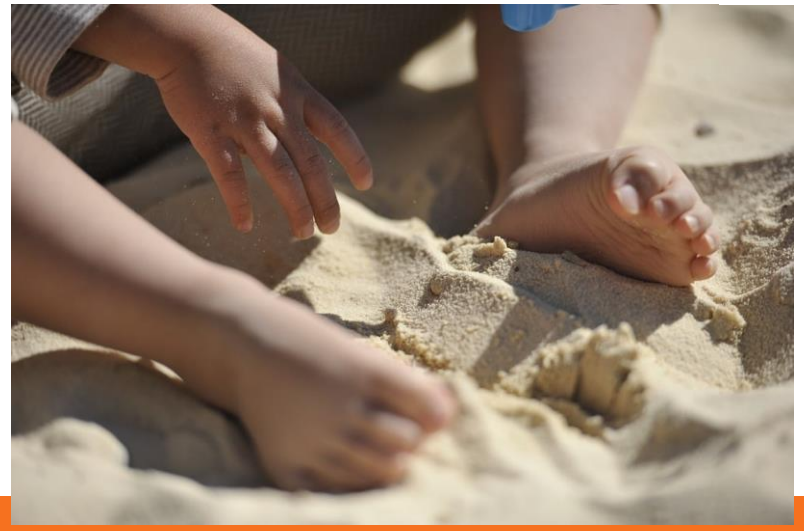
Zmysły i skojarzenia

Zmysły i skojarzenia

Zmysły i skojarzenia

Zmysły i skojarzenia

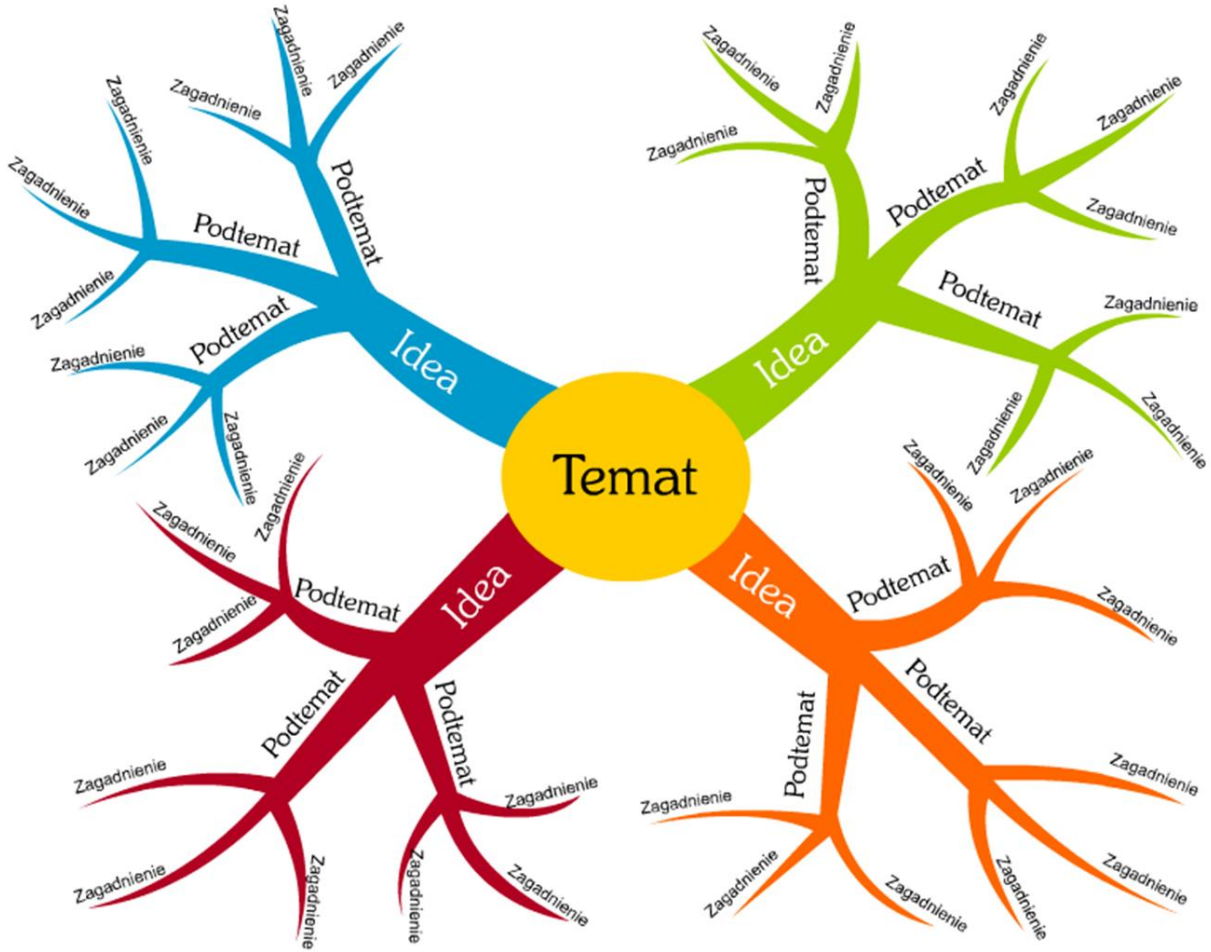
Zmysły i skojarzenia



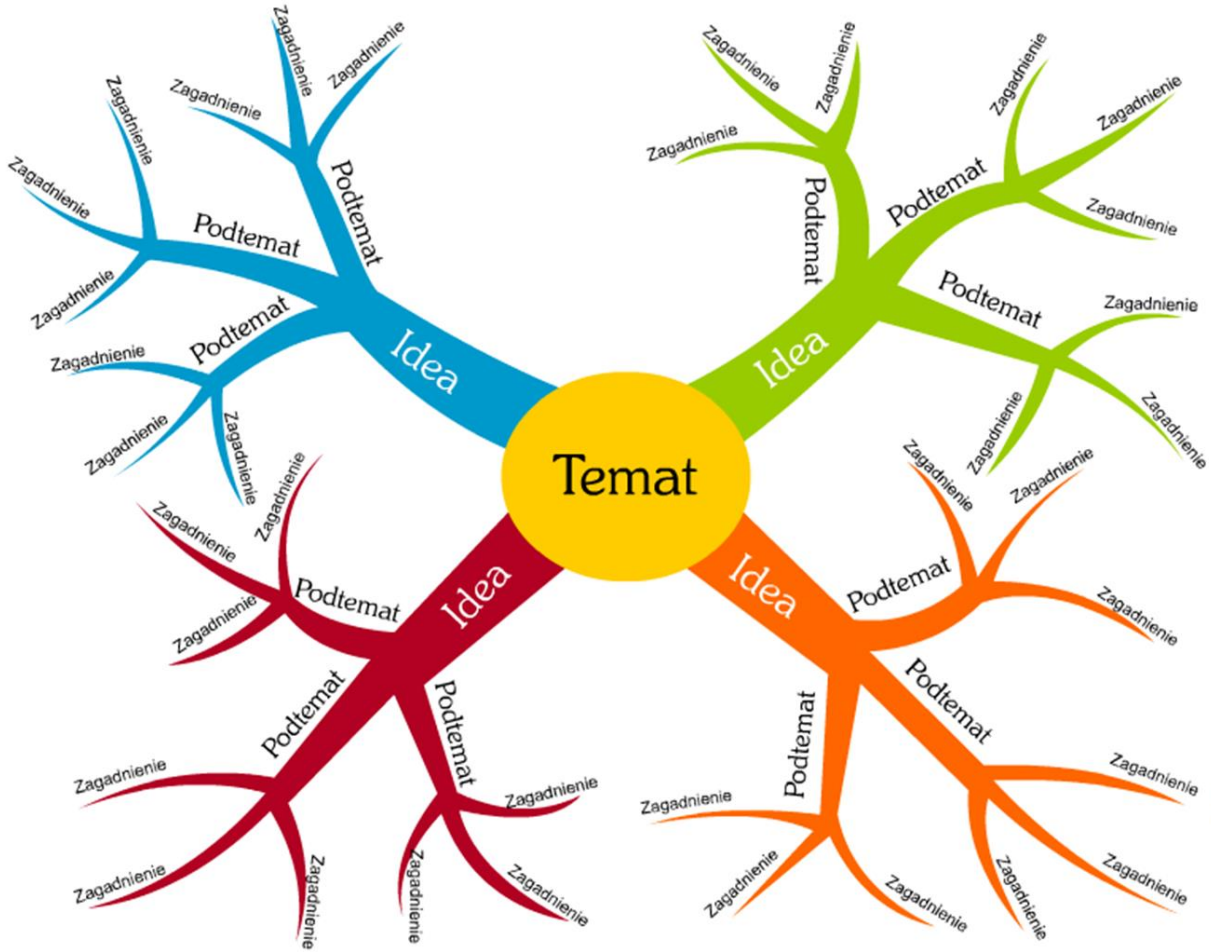
TECHNIKI ZAPAMIĘTYWANIA - mnemotechniki

- **Mapa myśli**
- **Łańcuchowa metoda skojarzeń**
- **Metoda obrazkowa**

MAPA MYŚLI

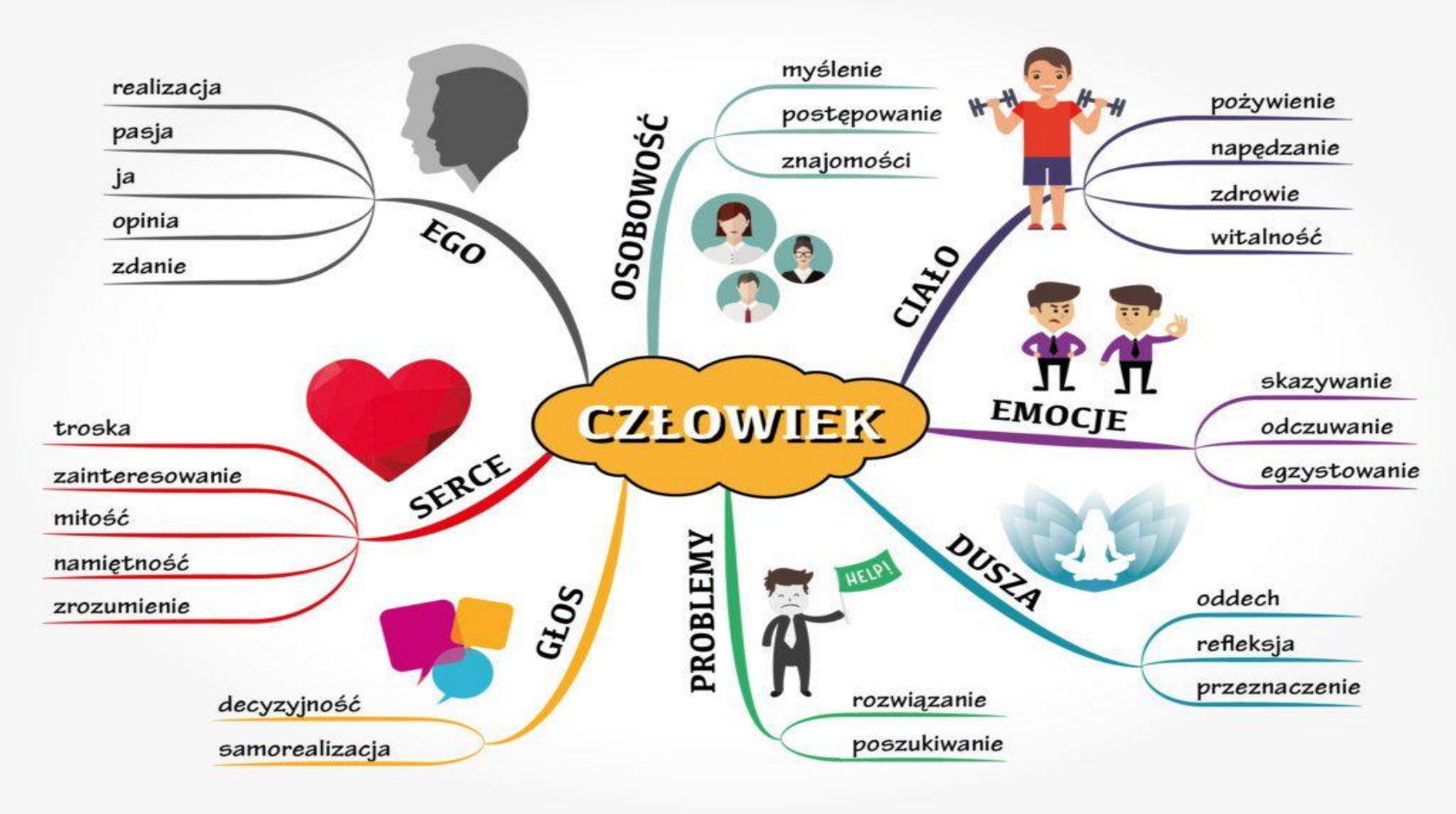

Temat
Idea
Idea
Idea
Idea
Podtemat
Podtemat
Podtemat
Podtemat
Podtemat
Podtemat
Podtemat
Podtemat
Zagadnienie

MAPA MYŚLI

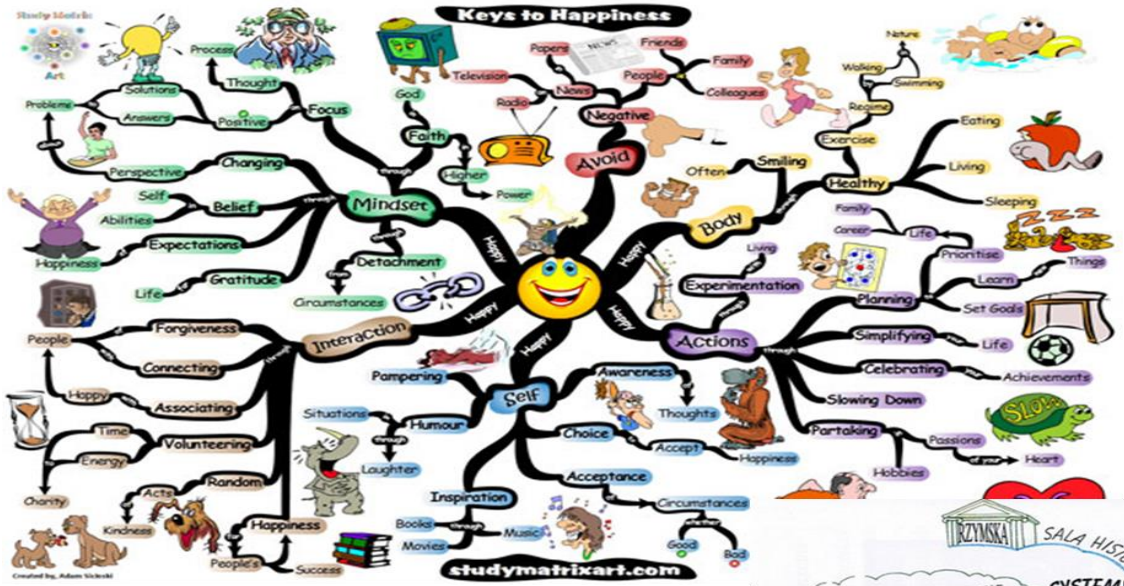

Temat
Idea
Podtemat
Zagadnienie

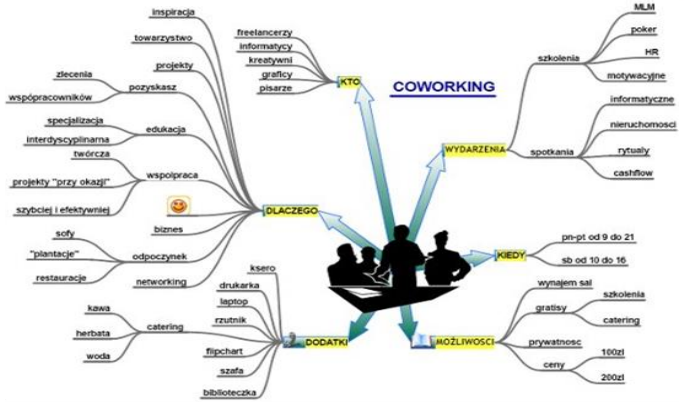
ZASTOSOWANIA MAP MYŚLI
NAUKA
ZABAWA
PREZENTACJE
WYSTĄPIENIA PUBLICZNE
MATERIAŁY DLA SŁUCHACZY
PLANOWANIE
ORGANIZOWANIE
NOTOWANIE
ROZWIĄZYWANIE
PROBLEMÓW
BURZE MÓZGÓW
© Katarzyna Żbikowska
www.mapymysli.com

MAPA MYŚLI

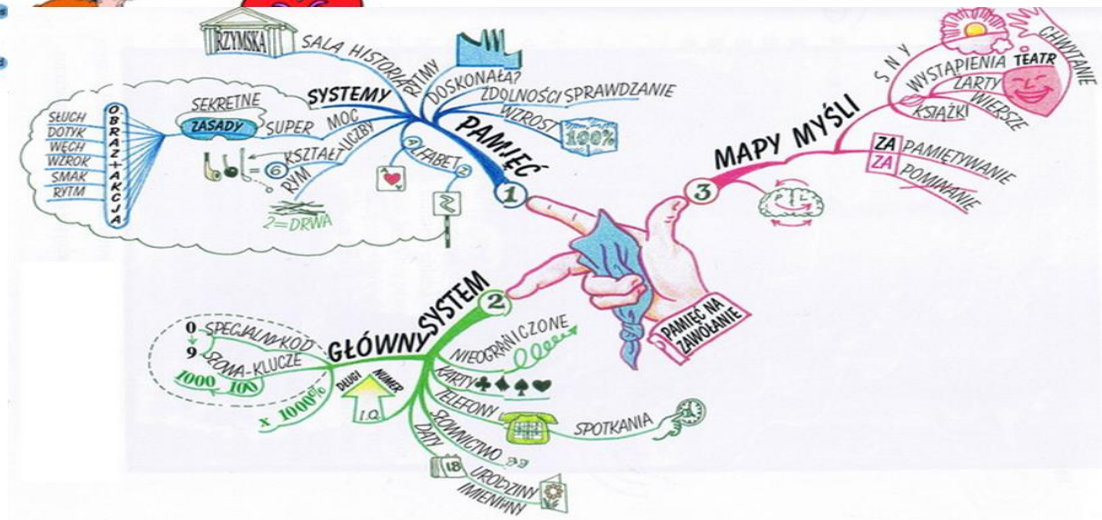

CZŁOWIEK
EGO
realizacja
pasja
ja
opinia
zdanie
OSOBOWOŚĆ
myślenie
postępowanie
znajomości
CIAŁO
pożywienie
napędzanie
zdrowie
witalność
EMOCJE
skazywanie
odczuwanie
egzystowanie
DUSZA
oddech
refleksja
przeznaczenie
PROBLEMY
HELP!
rozwiązanie
poszukiwanie
GŁOS
decyzyjność
samorealizacja
SERCE
troska
zainteresowanie
miłość
namiętność
zrozumienie

MAPA MYŚLI


Keys to Happiness
Mindset
Interaction
Self
Actions
Body
studymatrixart.com


COWORKING
KTO
DLACZEGO
DODATKI
MOŻLIWOŚCI
KIEDY
WYDARZENIA

ENERGY SAVING CLIMATE CHANGE TIPS FOR YOUR SCHOOL


MAPY MYŚLI
PAMIĘĆ
SYSTEMY
GŁÓWNY SYSTEM
SPOTKANIA

ŁAŃCUCHOWA METODA SKOJARZEŃ

Zapamiętaj wyrazy:

1. telefon
2. krowa
3. lampa
4. gazeta
5. statek
6. ZOO
7. Pinokio
8. komputer
9. kaloryfer
10. farby

ŁAŃCUCHOWA METODA SKOJARZEŃ

Najważniejsze zasady tworzenia łańcucha:

- **łączymy wyrazy w pary**

- wizualizacja (obraz, kolor, szczegóły)

- zaangażowanie wszystkich zmysłów

- włączenie emocji

- skojarzenia, oryginalne, śmieszne, przejaskrawione, przesadne, niesamowite, dziwne…

ŁAŃCUCHOWA METODA SKOJARZEŃ

Kluczem do zapamiętywania nowych pakietów informacji jest więc skojarzenie ich z obrazem stworzonym w naszej wyobraźni.

- Najlepiej zapamiętujemy pozytywy – są bardziej zachęcające i motywujące

- Żywe, kolorowe i ilustracje, łatwiej zapadają w pamięć niż te nudne i szare. Wykorzystujemy różne zmysły.

- Wszystko co przesadzone, prześmiane, zapamiętujemy najszybciej ponieważ wywołuje w nas emocjonalne reakcje.

ŁAŃCUCHOWA METODA SKOJARZEŃ

Teraz zapamiętamy 10 wyrazów metodą łańcuchową.

- Stworzymy historyjkę, łącząc wyraz ze sobą za pomocą skojarzeń.

- Pierwszy wyraz z drugim, drugi z trzecim i tak dalej… Wyrazy będą połączone ze sobą jak ogniwa łańcucha.

- Czytając historyjkę, uruchom swoje zmysły, wizualizuj, wyobrażaj sobie dużo szczegółów, włączaj emocje.

- Wyrazy, które masz zapamiętać są wyróżnione w tekście.

ŁAŃCUCHOWA METODA SKOJARZEŃ

Zapamiętaj wyrazy:

1. telefon
2. krowa
3. lampa
4. gazeta
5. statek
6. ZOO
7. Pinokio
8. komputer
9. kaloryfer
10. farby

ŁAŃCUCHOWA METODA SKOJARZEŃ

Wyobraź sobie wielki **telefon**. Przez ten telefon rozmawia zadowolona **krowa** (przyjrzyj się dokładnie jak ona wygląda). Krowa włącza i wyłącza stojącą **lampę** (wybierz kolor). Pod lampą zobaczyliśmy **gazetę** (poczuj zapach, usłysz szelest kartek). Z gazety zrobiliśmy **statek** (w wyobraźni wykonaj ten statek). Statkiem dopłynęliśmy do **ZOO** (poczuj emocje, które towarzyszyły Ci w tej podróży). Po ZOO spacerował rozśpiewany **Pinokio** (pomachaj mu i posłuchaj jak ładnie śpiewa). Pinokio uwielbiał grać na **komputerze** (wyobraź sobie taką scenę). Ale ostatnio go zniszczył, bo położył go na gorącym **kaloryferze** (dotknij kaloryfer), który wcześniej pomalował niebieską **farbą** (jaki kolor, poczuj zapach).

Wyobraź sobie wielki **telefon**. Przez ten telefon rozmawia zadowolona

krowa (przyjrzyj się dokładnie jak ona wygląda). Krowa włącza i wyłącza stojącą **lampę**

(wybierz kolor). Pod lampą zobaczyliśmy **gazetę** (poczuj zapach, usłyszy szelest kartek). Z gazety

zrobiliśmy **statek** (w wyobraźni wykonaj ten statek). Statkiem dopłynęliśmy do **ZOO**

(poczuj emocje, które towarzyszyły Ci w tej podróży). Po ZOO spacerował

rozśpiewany **Pinokio** (pomachaj mu i posłuchaj jak ładnie śpiewa). Pinokio uwielbiał grać na

komputerze (wyobraź sobie taką scenę). Ale ostatnio go zniszczył, bo położył go na gorącym

kaloryferze (dotknij go), który wcześniej pomalował niebieską **farbą** (jaki kolor, poczuj zapach).

ŁAŃCUCHOWA METODA SKOJARZEŃ

Jakie wyrazy mieliście zapamiętać?

METODA OBRAZKOWA

Metoda obrazkowa to technika edukacyjna i terapeutyczna wykorzystująca wizualne bodźce (obrazki, karty, historyjki) do stymulacji rozwoju, nauki np. języków obcych, czytania oraz pisania.

Wspiera pamięć, spostrzegawczość i myślenie logiczne, łącząc zabawę z nauką.

METODA OBRAZKOWA

Jabłoń, słoń, piłka

METODA OBRAZKOWA

Jabłoń,
słoń,
piłka

WARSZTATY

1. **MAPA MYŚLI -**

   Stwórzcie mapę myśli zgodnie z zadanym tematem.

2. **METODA ŁAŃCUCHOWA -**

   Stwórzcie historię do podanych wyrazów.

3. **Metoda obrazkowa -**

   Stwórzcie plakat z obrazami i wyrazami do zapamiętania.

Bardzo dziękuję ☺

Powodzenia