



FUNDACJA
ROZWOJU MOCY
MÓZGU

Brak ocen dla tego dostawcy

Szkolenie podnoszące kompetencje w obszarze rozwoju osobistego i technik organizacji pracy. Szkolenie uwzględnia kwalifikacje zielone i cyfrowe.

Numer usługi 2024/06/17/166449/2186094

Konin / mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

Usługa szkoleniowa

16 h

10.08.2024 do 10.09.2024

4 000,00 PLN brutto

4 000,00 PLN netto

250,00 PLN brutto/h

250,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Edukacja
Identyfikator projektu	Kierunek - Rozwój
Sposób dofinansowania	wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do pracodawców i pracowników, którzy potrzebują podnieść kompetencje w obszarze rozwoju osobistego i technik organizacji pracy. Szkolenie uwzględnia kwalifikacje zielone i cyfrowe.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	09-08-2024
Forma prowadzenia usługi	mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
Liczba godzin usługi	16
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat ISO 21001: 2018 Organizacje edukacyjne – „Systemy zarządzania dla organizacji edukacyjnych – wymagania ze wskazówkami dotyczącymi użytkowania”

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest podniesienie kompetencji w obszarze rozwoju osobistego i technik organizacji pracy, które odbędzie się poprzez realizację specjalnie opracowanego programu rozwojowego. Realizacja programu przez uczestników szkolenia przyniesie korzyści w postaci usprawnienia wszystkich procesów poznawczych, zwłaszcza uczenia się, koncentracji uwagi i myślenia; nabycie umiejętności biegłego czytania, wzrostu osobistego, opanowania technik usprawniających organizację pracy własnej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Opanowanie wiedzy na temat funkcjonowania mózgu ludzkiego.	Potrafi wskazać funkcje poznawcze mózgu ludzkiego, opowiedzieć o koncepcji mózgu trójjedynego, a także wskazać różnicę pomiędzy nastawieniem na trwałość a nastawieniem na rozwój.	Test teoretyczny
Opanowanie wiedzy z zakresu edukacji ekologicznej i zdrowego żywienia.	Potrafi wskazać, które działania sprzyjają ekosystemowi oraz które produkty korzystnie wpływają na zdrowie i funkcjonowanie mózgu.	Test teoretyczny
Opanowanie rytuału uczenia się.	Potrafi przeprowadzić rytuał uczenia się samodzielnie i w grupie.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Opanowanie wybranych technik pamięciowych.	Potrafi zapamiętać określoną liczbę wyrazów posługując się wybraną techniką zapamiętywania.	Prezentacja

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

tak

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

tak

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

tak

Program

Każde ze spotkań przewidzianych w harmonogramie przebiega według specjalnie opracowanego programu rozwojowego. Program ten obejmuje następujące ćwiczenia: rozruch, relaks, ćwiczenia na koncentrację uwagi, mentalny trening aktywizacyjny, trening z książką i neurointegrację, a także eksperymenty oraz omówienie wiodącego tematu danego spotkania; każdy z tematów został przedstawiony i zwięźle scharakteryzowany poniżej.

Kwalifikacje cyfrowe

dzięki rozwojowi procesów poznawczych, zwłaszcza uczenia się, koncentracji uwagi i myślenia, rozwinięciu myślenia twórczego i kreatywności, opanowaniu rytuału uczenia się, a także poszerzeniu jednostki informacyjnej i zdobyciu umiejętności biegłego czytania, oraz za sprawą doskonalenia um. pracy zdalnej:

- uczestnik posiada umiejętność sprawnej weryfikacji pozyskiwanych informacji; posiada umiejętność pozyskiwania dużej ilości informacji w krótkim czasie; posiada umiejętność tworzenia treści i prezentacji multimedialnych; uczestnik posiada wiedzę na temat zagrożeń w Internecie.

Kwalifikacje zielone:

dzięki wzrostowi samoświadomości i zdobyciu wiedzy z zakresu edukacji ekologicznej i zdrowego żywienia:

- Uczestnik dokonuje przemyślanych decyzji w obszarze dbania o środowisko oraz zdrowego żywienia. Jest świadomy tego, że stanowi naturalną część ekosystemu, a każde, nawet niewielkie, podjęte działanie niesie za sobą wpływ na jego otoczenie.

PROGRAM WARSZTATÓW

Spotkanie I - "Mózg człowieka"

- Budowa mózgu ludzkiego.
- Funkcje poznawcze człowieka.
- Teoria mózgu trójjedynego wg Paula MacLeana.

Spotkanie II - "Techniki rozciągania pamięci krótkotrwałej"

- Gdzie znajduje się pamięć.
- Technika: Zakładki Osobiste.
- Technika: Łańcuchowa Metoda Zapamiętywania.
- Technika: Mapa Myśli.
- Technika: Pokój Rzymski.
- Rola i znaczenie usprawniania pamięci krótkotrwałej w codziennym i zawodowym życiu człowieka.

Spotkanie III - "Rozruch, relaks, koncentracja"

- Emocje - pochodzenie i znaczenie.
- Techniki: Głaskanie Jaszczurki, Karmienie Lwa, Budzenie Olbrzyma.
- Wskazówki do dobrego życia - w domu, w pracy, w świecie.

Spotkanie IV - "Trening wzmacniający połączenia neuronalne"

- Zintensyfikowany trening usprawniający procesy poznawcze.

Spotkanie V - "Rytuał samokształcenia"

- Rola i znaczenie rytuałów w codziennym i zawodowym życiu człowieka.
- Omówienie kolejno czynności wchodzących w skład rytuału samokształcenia.

Spotkanie VI - "Dziewięć diamentowych cech sukcesu"

- Naturalne cechy podstawowe.
- Naturalna sprawczość.
- Naturalne uczenie się i kreatywność.
- Rola i znaczenie rozwoju osobistego w codziennym i zawodowym życiu człowieka.

Spotkanie VII - "Postawa rozwojowa vs nastawienie na trwałość"

- Przykłady historii osób o nastawieniu na rozwój.
- Przykłady historii osób o nastawieniu na trwałość.
- Rola i znaczenie nastawienia w codziennym i zawodowym życiu człowieka.

Spotkanie VIII - Podsumowanie + test teoretyczny

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 8

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 8 Spotkanie I - "Mózg"	-	12-08-2024	10:00	12:00	02:00	Tak
2 z 8 Spotkanie II - "Techniki rozciągania pamięci krótkotrwałej"	-	15-08-2024	10:00	12:00	02:00	Tak
3 z 8 Spotkanie III - "Rozruch, relaks, koncentracja"	-	19-08-2024	10:00	12:00	02:00	Tak
4 z 8 Spotkanie IV - "Trening wzmacniający połączenia neuronalne"	-	22-08-2024	10:00	12:00	02:00	Tak
5 z 8 Spotkanie V - "Rytuał samokształcenia"	-	26-08-2024	10:00	12:00	02:00	Tak
6 z 8 Spotkanie VI - "Dziewięć diamentowych cech sukcesu"	-	29-08-2024	10:00	12:00	02:00	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
7 z 8 Spotkanie VII - "Postawa rozwojowa vs nastawienie na trwałość"	-	02-09-2024	10:00	12:00	02:00	Nie
8 z 8 Spotkanie VIII - Podsumowanie + test teoretyczny	-	05-09-2024	10:00	12:00	02:00	Nie

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	250,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	250,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 0

Brak wyników.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik szkolenia na czas jego trwania otrzyma: książkę i wskaźnik do treningu z książką oraz kości do treningu z kośćmi. Zapewnione zostaną również materiały biurowe: kartki, kredki, długopisy oraz materiały potrzebne do przeprowadzania eksperymentów.

Warunki techniczne

Uczestnik szkolenia, aby dołączyć do spotkania zdalnego w czasie rzeczywistym (rozmowa wideo), potrzebuje urządzenia, które spełnia minimalne wymagania systemowe, jednak zalecamy korzystanie z takich, które pozwolą na pełne wykorzystanie aplikacji Google Meet, m.in. zapewniających wysoką jakość wideo i umożliwiających wielozadaniowość.

Minimalne wymagania systemowe przy korzystaniu z Google Meet:

- Dwurdzeniowy procesor
- 2 GB pamięci

Zalecane wymagania systemowe:

- Czterordzeniowy procesor
- Pamięć 8 GB

Obsługiwany system operacyjny:

Google Meet działa w aktualnej wersji oraz dwóch wcześniejszych głównych wersjach tych systemów operacyjnych:

- Apple macOS,
- Microsoft Windows,
- Chrome OS,
- Ubuntu i inne dystrybucje Linuksa oparte na Debianie.

Google Meet działa w tych mobilnych systemach operacyjnych:

- Android 5.0 lub nowszy (dowiedz się, jak sprawdzić i zaktualizować wersję Androida);
- iOS 12.0 lub nowszy.

Rozmowy wideo w Meet w aplikacji Gmail są zgodne z tymi systemami operacyjnymi:

- Android 6 lub nowszy,
- iOS 12 lub nowszy.

Dodatkowo:

Szerokopasmowe połączenie z internetem.

Przepustowość dla spotkania wideo: wychodząca: 10Mb/s; przychodząca: 6Mb/s

Kamera internetowa (wbudowana lub podłączana przez USB).

Adres

ul. Fryderyka Chopina 21H

62-510 Konin

woj. wielkopolskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Grzegorz Huzarski

E-mail fundacjarmm@gmail.com

Telefon (+48) 784 324 564