



Instytut Rozwoju
Kompetencji
Skeleton KLAUDIA
JASIŃSKA

★★★★★ 4,6 / 5

244 oceny

Profesjonalne szkolenie: Trener Mnemotechniki.

Numer usługi 2026/07/30/118749/3719207

-  Usługa szkoleniowa
-  zdalna w czasie rzeczywistym
-  Zajęcia grupowe
-  16:00 h
-  03.10.2026 do 04.10.2026

1 600,00 PLN brutto
1 600,00 PLN netto
100,00 PLN brutto/h
100,00 PLN netto/h
128,21 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Edukacja
Identyfikatory projektów	Kierunek - Rozwój, Małopolski Pociąg do kariery, Nowy start w Małopolsce z EURESEM
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do nauczycieli, pedagogów, psychologów, terapeutów, wychowawców oraz osób pracujących z dziećmi, młodzieżą i osobami dorosłymi. Obejmuje osoby, które chcą rozwijać kompetencje w zakresie stosowania mnemotechnik, wspierania procesów pamięci, koncentracji i efektywnego uczenia się oraz wykorzystywania nowoczesnych metod wspomagających rozwój poznawczy w pracy edukacyjnej i terapeutycznej. - Szkolenie jest kierowane również do uczestników projektu „Małopolski pociąg do kariery – sezon 1” i/lub „Nowy start w Małopolsce z EURESem”; - Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój - Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek - Rozwój - Szkolenie stanowi także wsparcie dla osób indywidualnych
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	02-10-2026
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do stosowania technik mnemotechnicznych wspierających proces zapamiętywania, uczenia się i efektywnego przyswajania informacji. Uczestnik zdobędzie wiedzę i praktyczne umiejętności w zakresie wykorzystania różnorodnych metod pamięciowych, rozwijania koncentracji uwagi, organizowania informacji oraz planowania treningów wspierających sprawność pamięci i procesy poznawcze.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje i charakteryzuje podstawowe zasady mnemotechniki oraz techniki wspierające proces zapamiętywania.	Uczestnik wyjaśnia podstawowe pojęcia związane z mnemotechniką oraz omawia zastosowanie wybranych technik pamięciowych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik analizuje procesy związane z pamięcią i skutecznym uczeniem się.	Uczestnik opisuje mechanizmy zapamiętywania oraz rozróżnia czynniki wpływające na efektywność nauki.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik stosuje wybrane techniki mnemotechniczne wspierające zapamiętywanie informacji.	Uczestnik wykonuje ćwiczenia z wykorzystaniem technik mnemotechnicznych oraz opisuje ich zastosowanie.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik planuje i przygotowuje zajęcia z wykorzystaniem metod mnemotechnicznych.	Uczestnik tworzy propozycję zajęć oraz omawia zastosowane techniki i ćwiczenia.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Program

Dzień 1

08:00 – 10:00 | Moduł 1. Podstawy mnemotechniki i procesy zapamiętywania

Forma: wykład, dyskusja, ćwiczenia

- Mechanizmy pamięci i procesy wpływające na skuteczne uczenie się
- Czynniki wspierające koncentrację i zapamiętywanie informacji
- Rola wyobraźni, skojarzeń i aktywnego przetwarzania informacji w nauce

10:00 – 12:00 | Moduł 2. Techniki mnemotechniczne wspierające zapamiętywanie

Forma: warsztaty, ćwiczenia praktyczne

- Metoda skojarzeń i wizualizacji
- Łańcuchowa metoda zapamiętywania oraz grupowanie informacji
- Tworzenie map myśli i organizowanie materiału do nauki

12:00 – 13:00 | Przerwa

13:00 – 15:00 | Moduł 3. Strategie efektywnego uczenia się z wykorzystaniem mnemotechnik

Forma: warsztaty, case study, ćwiczenia praktyczne

- Dobór technik pamięciowych do rodzaju materiału
- Wspieranie samodzielnego uczenia się i organizacji informacji
- Zastosowanie mnemotechnik w edukacji i pracy rozwojowej

15:00 – 16:00 | Moduł 4. Projektowanie ćwiczeń rozwijających pamięć i koncentrację

Forma: warsztaty, praca w grupach

- Tworzenie zadań wykorzystujących techniki pamięciowe
- Stopniowanie trudności ćwiczeń
- Dostosowanie metod do potrzeb i możliwości uczestników

Dzień 2

08:00 – 10:00 | Moduł 5. Zaawansowane techniki mnemotechniczne

Forma: wykład, warsztaty, ćwiczenia praktyczne

- Pałac pamięci i techniki lokalizacji informacji
- Akronimy, akrostychy i kody pamięciowe
- Zapamiętywanie sekwencji, pojęć i większych partii materiału

10:00 – 12:00 | Moduł 6. Mnemotechnika w praktyce edukacyjnej i rozwojowej

Forma: warsztaty, case study

- Wykorzystanie technik pamięciowych w procesie uczenia się
- Wspieranie koncentracji i samodzielności osób uczących się
- Przykłady zastosowania mnemotechnik w różnych obszarach edukacji

12:00 – 13:00 | Przerwa

13:00 – 15:30 | Moduł 7. Prowadzenie zajęć z wykorzystaniem mnemotechnik

Forma: warsztaty, ćwiczenia praktyczne, symulacje

- Planowanie zajęć rozwijających pamięć i efektywne uczenie się

- Dobór metod do celu zajęć i grupy odbiorców
- Przygotowanie i przeprowadzenie fragmentu zajęć treningowych

15:30 – 16:00 | Walidacja.

Walidacja efektów uczenia się odbywa się w formule zdalnej w czasie rzeczywistym i obejmuje test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie.

Forma zajęć: usługa realizowana jest w formie zdalnej w czasie rzeczywistym, z aktywnym udziałem uczestników, przy wykorzystaniu metod interaktywnych i aktywizujących, dostosowanych do specyfiki szkolenia online. W trakcie realizacji szkolenia stosowane będą m.in.: miniwykład interaktywny, dyskusja moderowana, burza mózgów, analiza studium przypadku (case study), ćwiczenia praktyczne indywidualne i grupowe, symulacje i odgrywanie ról, analiza materiałów dydaktycznych, rozwiązywanie problemów oraz sesje pytań i odpowiedzi. Uczestnicy będą aktywnie angażowani w proces uczenia się poprzez analizę przypadków, opracowywanie propozycji ćwiczeń.

Czas trwania usługi rozwojowej został określony w godzinach zegarowych. Jedna godzina szkolenia to jedna godzina zegarowa (1 godzina zegarowa = 60 minut).

Łączny czas trwania usługi wynosi 16 godzin zegarowych (1 godzina zegarowa = 60 minut). Wszystkie moduły szkoleniowe zostały zaplanowane w oparciu o godziny zegarowe. Przerwy są wliczane do czasu trwania usługi.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 10

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 10 Podstawy mnemotechniki i procesy zapamiętywania	Zajęcia	Kamila Wędzikowska	03-10-2026	08:00	10:00	02:00
2 z 10 Techniki mneмотechniczne wspierające zapamiętywanie	Zajęcia	Kamila Wędzikowska	03-10-2026	10:00	12:00	02:00
3 z 10 -	Przerwa	-	03-10-2026	12:00	13:00	01:00
4 z 10 Strategie efektywnego uczenia się z wykorzystaniem mnemotechnik	Zajęcia	Kamila Wędzikowska	03-10-2026	13:00	15:00	02:00
5 z 10 Projektowanie ćwiczeń rozwijających pamięć i koncentrację	Zajęcia	Kamila Wędzikowska	03-10-2026	15:00	16:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 10 Zaawansowane techniki mnemotechniczne	Zajęcia	Kamila Wędzikowska	04-10-2026	08:00	10:00	02:00
7 z 10 Mnemotechnika w praktyce edukacyjnej i rozwojowej	Zajęcia	Kamila Wędzikowska	04-10-2026	10:00	12:00	02:00
8 z 10 -	Przerwa	-	04-10-2026	12:00	13:00	01:00
9 z 10 Prowadzenie zajęć z wykorzystaniem mnemotechnik	Zajęcia	Kamila Wędzikowska	04-10-2026	13:00	15:30	02:30
10 z 10 -	Walidacja	-	04-10-2026	15:30	16:00	00:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	13:30
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 600,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 600,00 PLN

Koszt osobogodziny brutto

100,00 PLN

Koszt osobogodziny netto

100,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin

Liczba godzin

Liczba godzin zegarowych usługi

16:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Kamila Wędzikowska

Kamila Wędzikowska to trenerka i specjalistka w obszarze rozwoju emocjonalnego, edukacji przez sztukę oraz nowoczesnych metod wspierania procesu uczenia się. Posiada wykształcenie pedagogiczne oraz przygotowanie z zakresu psychologii rozwojowej i neuropsychologii emocji, które wykorzystuje w pracy szkoleniowej. Ukończyła szkolenia i kursy dotyczące wspierania rozwoju poznawczego, kreatywnych metod edukacyjnych oraz efektywnego uczenia się. W swojej pracy wykorzystuje aktywizujące techniki wspierające koncentrację, zapamiętywanie i twórcze przyswajanie informacji. Jej szkolenia koncentrują się na praktycznych rozwiązaniach rozwijających procesy poznawcze, motywację do nauki oraz skuteczne strategie uczenia się, w tym wykorzystanie mnemotechnik w pracy edukacyjnej. Posiada doświadczenie zawodowe w obszarze mnemotechniki oraz stosowania metod wspierających pamięć, koncentrację i efektywne uczenie się, zdobyte na co najmniej 5 lat przed publikacją karty usługi w Bazie Usług Rozwojowych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymają pełen zestaw profesjonalnych materiałów edukacyjnych, które obejmują zarówno wiedzę teoretyczną, jak i praktyczne wskazówki. Dzięki tym materiałom uczestnicy będą mieli dostęp do niezbędnej wiedzy oraz narzędzi, które umożliwią im samodzielne wykorzystanie zdobytych umiejętności po zakończeniu kursu. Materiały szkoleniowe będą udostępnione na platformie Moodle w formacie PDF. Dzień przed szkoleniem każdy uczestnik otrzyma indywidualny login oraz hasło, umożliwiające dostęp do platformy. Po zalogowaniu będzie można pobrać profesjonalnie przygotowany komplet dokumentów.

Warunki uczestnictwa

Wymagana jest frekwencja na poziomie co najmniej 80% udziału w szkoleniu. Potwierdzenie obecności odbywa się na podstawie listy obecności oraz dwóch zrzutów ekranu dokumentujących udział w szkoleniu. Ukończone 18 lat i wykształcenie minimum średnie.

Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Przedsiębiorcom lub Pracownikom przedsiębiorcy, kosztów dojazdu oraz zakwaterowania.

Informacje dodatkowe

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF ani w jakimkolwiek Regionalnym Programie lub FERS, ani przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot będący jednocześnie podmiotem korzystającym z usług rozwojowych o zbliżonej tematyce w ramach danego projektu.

Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują na usługi siebie lub swoich pracowników i korzystają z dofinansowania, a następnie świadczą usługi w zakresie tej samej tematyki dla Przedsiębiorcy, który wcześniej występował w roli Dostawcy tych usług.

Warunki techniczne

Miejsce realizacji usługi: on-line.

Szkolenie będzie przeprowadzane za pośrednictwem platformy ZOOM.

Wymagania sprzętowe

- Komputer, bądź laptop z aktualną przeglądarką internetową (polecany chrom) - wymagania sprzętowe: Dual Core 2Ghz lub wyższy, 4gb ram (zalecane)
- Smartfon, bądź tablet z systemem Android/iOS (wymagane pobranie aplikacji ZOOM)
- Słuchawki/Głośniki
- Mikrofon
- Wymagana jest kamera
- Dostęp do Internetu o preferowanej szybkości min. 1 MB/s

Dołączenie do szkolenia następuje poprzez kliknięcie w przesłany link (dostępny tylko i wyłącznie na czas trwania szkolenia).

Uczestnicy PROSZENI SĄ o logowanie się na szkolenie z komputera stacjonarnego lub laptopa. Logowanie się z urządzeń mobilnych (telefon, tablet) BARDZO CZĘSTO powoduje u uczestników nagminne wylogowanie się/rozłączenie/ z systemu konferencyjno-szkoleniowego, co utrudnia i zakłóca prowadzenie zajęć.

Podstawą do rozliczenia usługi, jest wygenerowanie z systemu raportu, umożliwiającego identyfikację wszystkich uczestników oraz zastosowanego narzędzia - dotyczy to uczestników Projektu „FUR3”

Kontakt



KLAUDIA JASIŃSKA

E-mail biuro@skeleton.com.pl

Telefon (+48) 786 183 809