



SZKOŁA LETNIA

supermoce



Szybkie czytanie
6 godzin

• Gwarantujemy pięciokrotne zwiększenie prędkości czytania

Ćwiczymy za pomocą metody fotograficznej, rozszerzania pola widzenia, czytania poglądowego, wskaźnika, metronomu i wyszukiwania słów-kluczy. Zajęcia z szybkiego czytania są dostosowane do potrzeb czytania zarówno lektur, tekstów źródłowych na egzaminach jak i samodzielnej nauki z podręczników oraz repetytoriów.



Mindmapping
2 godziny

• Innowacyjny system prowadzenia notatek

Jest oparty na kolorach, skojarzeniach i powiązaniach. Europejskie badania dowodzą, że stosowanie map myśli poprawia zapamiętywanie o 80 %. Tworzenie map myśli to gwarancja, że wiedza z pierwszych lat liceum będzie łatwa do powtórzenia przed egzaminem dojrzałości.



Mnemotechniki
2 godziny

• Sposoby na szybkie i trwałe zapamiętywanie

Dzięki technikom takim jak Generalny System Pamięciowy, wizualizacje, system podstawień i pałac pamięci zapamiętanie każdego materiału będzie łatwe. Poza tym w ramach kursu Tygrys uczyliśmy noblowskiej metody myślenia szybkiego i wolnego Kahnemanna - wszystko po to, by uczyć się raz a skutecznie.



Metody nauki języków
2 godziny

• Nauka języka obcego lekka, łatwa i przyjemna

Proponujemy między innymi optymalne systemy powtórek, opanowanie środowiska językowe, zeszyt słówek czy aplikacje wspomagające przyswajanie języka obcego. Mimo wielu godzin nauki języka w szkole uczniowie nie potrafią posługiwać się nim w praktyce. Podczas kursu dostarczamy narzędzi, które to zmienią.



CERTYFIKAT

ukończenia kursu

• Kurs jest certyfikowany

Każdy absolwent naszego kursu otrzymuje certyfikat z indywidualnym numerem, poświadczającym nabyte umiejętności. Dostępna jest również jego angielska wersja.

**SZKOŁA LETNIA ODBYWA SIĘ OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU W GODZINACH 10-15 W SIEDZIBIE NASZEJ FUNDACJI PRZY ULICY NALEWKI 5 [METRO RATUSZ ARSENAŁ]
ZAPLANOWANE SĄ RÓWNIEŻ DWA WYJŚCIA - WE WTOREK I W CZWARTEK ZAJĘCIA KOŃCZYMY O 18:30**

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
10:00 - 15:00	10:00 - 18:30	10:00 - 15:00	10:00 - 18:30	10:00 - 15:00



SZKOŁA LETNIA

trening mentalny



Organizacja czasu
2 godziny

Pokazujemy, jak efektywnie wykorzystać czas

Podstawowe narzędzia organizacji czasu pozwalają uczniom lepiej zaplanować naukę, stać się punktualnym i zacząć używać kalendarza. Efektem zajęć jest lepsza organizacja pracy umysłowej oraz więcej wolnego czasu dla siebie.



Koncentracja
2 godziny

Skupienie na zwołaniu i brak stresu podczas sprawdzianów

W dobie rozpraszaczy (telefon, internet, facebook) koncentrację trzeba ćwiczyć. Proponujemy techniki takie jak alphabet game, scentrowanie oraz uczymy jak kontrolować i ograniczać swój czas spędzany w cyfrowym świecie.



Motywacja
1 godzina

Jak nie odkładać rzeczy na ostatnią chwilę i sprawić, by chciało się chcieć

Jedną z podstawowych przeszkód w uczeniu się i nie tylko jest brak motywacji. Dzięki dziennikowi sukcesów, systemowi nagród czy aplikacjom na telefon dajemy naszym kursantom narzędzia do samodzielnego motywowania się.



Osiągnięcie celów
2 godziny

Dobrze wyznaczony cel motywuje do działania i pozwala się skupić

Od najmłodszych lat warto do czegoś dążyć. Nieważne, czy będzie to wymarzone liceum, droga gitara elektryczna czy wygranie olimpiady przedmiotowej. Stosując metodę SMART i S.W.O.T. pomagamy planować i w konsekwencji osiągać cele.



Rozwiązywanie problemów
1 godzina

Uczymy sprawdzonych metod radzenia sobie z trudnościami

Wiek dorastania to natłok problemów, które odbierają chęć do działania i wpędzają w poczucie beznadziei. Dzięki metodom takim jak pięć kroków, burza mózgów, "połknij żabę" czy drzewo decyzyjne uczymy jak radzić sobie w trudnych sytuacjach.



Coaching
2 godziny

Ćwiczenie pewności siebie i pracy grupowej w bezpiecznych warunkach

Odnalezienie się w grupie to jedna z podstawowych umiejętności XXI wieku. Dzięki ćwiczeniom grupowym kursanci budują swoją pewność siebie i uczą się jak działać razem z innymi. To jeden z najmocniejszych punktów kursu Kot.



CERTYFIKAT

ukończenia kursu

Kurs jest certyfikowany

Każdy absolwent naszego kursu otrzymuje certyfikat z indywidualnym numerem, poświadczającym nabyte umiejętności. Dostępna jest również jego angielska wersja.

**SZKOŁA LETNIA ODBYWA SIĘ OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU W GODZINACH 10-15 W SIEDZIBIE NASZEJ FUNDACJI PRZY ULICY NALEWKI 5 [METRO RATUSZ ARSENAŁ]
ZAPLANOWANE SĄ RÓWNIEŻ DWA WYJŚCIA - WE WTOREK I W CZWARTEK ZAJĘCIA KOŃCZYMY O 18:30**

Turnus	Pierwszy	Drugi	Trzeci	Czwarty	Piąty
Termin	29 czerwca- 3 lipca	6 lipca- 10 lipca	20 lipca- 24 lipca	3 sierpnia- 7 sierpnia	24 sierpnia- 28 sierpnia



UMIĘTNOŚCI ABSOLWENTA

Nauka

SZYBKIE CZYTANIE ● ● ● ● ●

MNEMOTECHNIKI ● ● ● ● ●

NAUKA JĘZYKÓW ● ● ● ● ●

Organizacja

NOTATKI ● ● ● ● ●

KALENDARZ ● ● ● ● ●

TASKLIST ● ● ● ● ●

Koncentracja

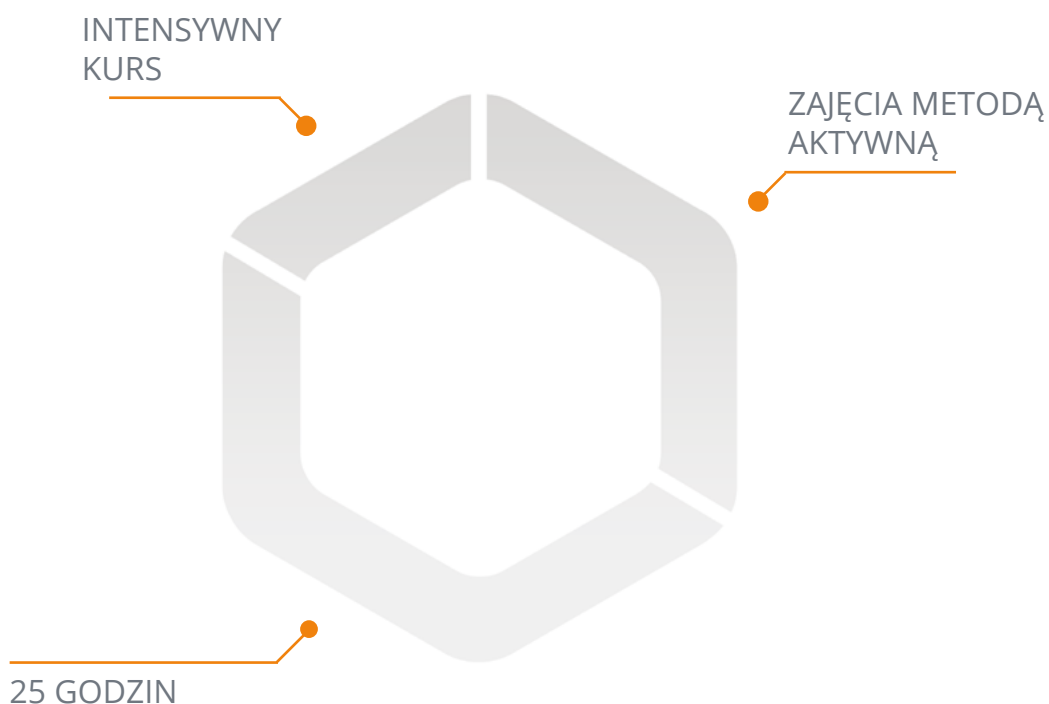
SKUPIENIE ● ● ● ● ●

MOTYWACJA ● ● ● ● ●

PLANOWANIE ● ● ● ● ●



NASZ PRZEPIS NA SUKCES



Nasze szkoły partnerskie: XXVII LO im. Tadeusza Czackiego • XXXIII LO Dwujęzyczne im. Mikołaja Kopernika • II LO z Oddz. Dwujęz. im. Stefana Batorego • CXXII Liceum Ogólnokształcące im. Ignacego Domeyki XV LO z Oddz. Dwujęz. im. Narcyzy Żmichowskiej • XVI LO z Oddz. Dwujęz. im. Stefanii Sempołowskiej • XL LO im. Stefana Żeromskiego • LO Niepubliczne nr 43 im. Lotników Amerykańskich • XXVIII LO im. Jana Kochanowskiego 2 Społeczne LO STO im. Pawła Jasienicy • LXVII LO im. Jana Nowaka-Jeziorańskiego • V LO im. Księcia Józefa Poniatowskiego

Aktualne ceny naszych kursów i pakietów znajdują się na naszej stronie internetowej - www.5plus.edu.pl

Nasza Fundacja oferuje dofinansowania kursów dla uczniów w trudnej sytuacji materialnej. Dofinansowanie odbywa się poza wiedzą kursantów, ponieważ wierzymy, że wszyscy zasługują na dyskretną pomoc.

biuro@5plus.edu.pl
www.5plus.edu.pl
514 - 914 - 519