

FISA CURS

Formarea deprinderii de citire optimizata si invatare eficienta

Tipul programului	Program de formare profesionala continua pentru psihologii cu drept de liberă practică
Scopul programului	Formare deprinderii personale de citire optimizata si invatare eficienta pentru psihologii cu drept de libera practica
Utilitatea programului	Formare continua este o paradigma din ce in ce mai larg acceptata in psihologie si, in general, in educatie. In fiecare zi apar informatii noi si utile in toate domeniile cunoasterii. Pentru a putea deveni si a ne mentine ca buni specialisti in diverse domenii avem nevoie sa gasim si sa triem eficient aceste informatii iar apoi sa le asimilam cat mai rapid si mai complet. In acest context este oferit acest curs de formarea a unei deprinderi proprii care sa-i ajute pe psihologi sa gestioneze optim informatia de care au nevoie in activitatea profesionala. Cititul este cel mai rapid si autonom mod a asimila informatie. Citirea uzuala se face cu aproximativ 250 cpm (cuvinte pe minut). Prin comparatie vorbitul sau cititul cu voce tare se face cu viteza de 2 ori mai lenta. Citirea optimizata incepe de la 900-1000 cpm si aduce cu sine si o intelegere si asimilare mult mai buna a informatiei citite. Asta face ca cititul sa fie o metoda mult mai rapida de informare si invatare decat orice metode de transmitere audio sau audio-video a informatiei.
Continutul si tematica programului	I.Pregatirea teoretica – 2 ore I.1.Ce este si ce nu este citirea optimizata I.2.Diferentele dintre citirea optimizata si alte metode de parcurgere rapida a textelor: citirea pe diagonala, fotocitrea si aplicatiile de citire rapida I.3.Argumentele care sustin citirea optimizata I.3.1.Calea cerebrala dominata de procesare semantica a informatiei I.3.2.Muschii oculari si viteza fixatiilor si sacadelor la citire I.3.3.Utilizare perceptiei parafoveale la citire I.3.4.Miscare redundanta a corzilor vocale la citire I.3.5.Optimizarea memoriei de lucru la citire I.4.Testarea demonstrativa a programului de instruire.

	<p>I.4.1. Teste de viteză de citire demo și chestionar de memorie demo</p> <p>I.4.2. Antrenament demo</p> <p>II. Pregătirea practică – 13 ore</p> <p>II.1. Evaluarea performanței la citire la începutul programului, pe parcursul lui și la final. – 1 ore</p> <p>3 Teste+Chestionare inițiale</p> <p>6 Teste+Chestionare pe parcurs</p> <p>1 Test+Chestionar de follow-up</p> <p>II.2. Instruirea propriu-zisă – 12 ore</p> <p>6 sesiuni de instruire</p> <p>Fiecare sesiune are 4 zile de instruire</p> <p>Pentru fiecare zi sunt alocate 30 de minute de instruire</p> <p>În total – 720 de minute de instruire</p> <p>Pe toată durata programului de instruire este asigurat suport și feedback</p>
Durata cursului	<p>15 ore repartizate în 35 de zile</p> <p>0 zi pentru teorie</p> <p>10 zile pentru evaluări cu Teste+Chestionare</p> <p>24 zile pentru instruirea propriu-zisă</p>
Rezultate obținute prin parcurgerea cursului	<p>Cresterea vitezei de citire cu 80-120% față de valoare medie obținută după primele 3 Teste+Chestionare de evaluare</p> <p>Cresterea capacității de înțelegere și memorare cu 5-15% față de valoarea medie obținută după primele 3 Teste+Chestionare de evaluare</p> <p>Aceste performanțe se pot obține dacă se parcurge programul în regim intensiv, adică se face câte un pas al instruirii (Test+Chestionar sau Antrenament) în fiecare zi</p>
Modul de desfășurare a cursului	<p>Online</p> <p>Partea teoretică se parcurge individual și urmărește cunoașterea de către cursanți a mecanismelor fiziologice, neurologice și cognitive care permit formarea deprinderii de citire optimizată</p> <p>Cursul pune accent pe instruirea practică a cursanților cărora le sunt oferite exerciții specifice pentru antrenarea ochilor, creierului și memoriei pentru a-și forma și consolida deprinderea personală de citire optimizată</p>
Formator	<p>Dragoman Calin, Psiholog specialist, MSc, autorul programului de instruire în citirea optimizată și învățare eficientă</p>
Link-uri utile	<p>Platforme de instruire:</p> <p>https://www.speeread.net/</p> <p>https://speeread.ro/</p>

	<p>Rezultate obtinute de cei care au parcurs aceste cursuri: https://speeread.ro/testimoniale-rezultate-speeread https://www.speeread.net/rezultatele-clientilor.html</p> <p>Argumente care sustin citirea optimizata https://speeread.ro/a07-argumente-pentru-citirea-optimizata https://www.speeread.net/blog/category/cercetare-stiintifica</p> <p>DEMO Test+Chestionar si Antrenament https://www.speeread.net/test-gratuit-citire-rapida.html https://www.speeread.net/personalizare-antrenament-citire-rapida.html</p>
--	---