

MEMO - MEMORIA E METODO

PANZARANI ACADEMY

PROGRAMMA

Il corso prevede 25 moduli suddivisi in audio, file pdf, audio mp3 ed esercizi.

Questo programma ti sarà di aiuto come tavola dei contenuti per seguire il corso completando le lezioni consultando i video e leggendo i file nell'ordine qui riportato.

Modulo 1 - Introduzione

- a. Istruzioni modulo 1
- b. Video 1- Benvenuto
- c. MEMO, Memoria e Metodo - introduzione

Modulo 2 - Presentazione

- a. Istruzioni modulo 2
- b. Video 2- Aspettative e timori
- c. MEMO - Cosa è la memoria

Modulo 3 - Dimostrazione

- a. Istruzioni modulo 3
- b. Video 3- La nostra promessa
- c. MEMO - Le basi della memoria

Modulo 4 - Visualizzazione

- a. Istruzioni modulo 4
- b. Video 4- Visualizzazione
- c. MEMO - Basi ed esercizi di visualizzazione
- d- MEMO Audio - La visualizzazione
- e- MEMO - Conclusione visualizzazione

Modulo 5 - Associazione

- a. Istruzioni modulo 5
- b. Video 5a- Associazione (parte pratica)
- c. Video 5b - Associazione (parte teorica)
- d. MEMO - Spiegazioni

- d. MEMO - Teoria ed esercizi
- e. MEMO Audio - Esercitazioni
- f. MEMO- Conclusione Associazione

Modulo 6 - Conversione fonetica

- a. Istruzioni modulo 6
- b. Video 6- Conversione fonetica
- c. Tabella Conversione fonetica
- d. MEMO - Test e conversione fonetica
- e. MEMO - Primo approccio con i numeri
- f. MEMO - Approfondimenti
- g. MEMO - Esercizi
- h. MEMO Audio - Esercizi
- i. MEMO - Conclusione conversione fonetica

Modulo 7 - Ricondizionamento

- a. Istruzioni modulo 7
- b. Video 7- Ricondizionamento
- c. Esercitazioni
- d. Dichiarazione di ricondizionamento

Modulo 8 - Rilassamento

- a. Istruzioni modulo 8
- b. Video 8a- Ciclo di rilassamento (teoria)
- c. Video 8b- Ciclo di rilassamento (pratica)
- d. MEMO - Le teorie sul rilassamento
- e- MEMO - Altre applicazioni

Modulo 9 - Fotografia mentale

- a. Istruzioni modulo 9
- b. MEMO - Test Mnemonico immagini
- c. Dichiarazioni memoria
- d- Video 9 - Dichiarazioni e fotografia mentale
- e - MEMO - Fotografia mentale
- f. MEMO - Esercizi
- g. MEMO Audio - Esercizi
- h. MEMO - Conclusione fotografia mentale

Modulo 10 - Calendario

- a) Istruzioni modulo 10
- b) Video 10 - Calendario
- c) Manuale - Calendario
- d) MEMO - Applicazioni calendario, esercizi ecc.
- e) MEMO Audio - Applicazioni
- f) MEMO Audio - Applicazioni ed esercizi

Modulo 11 - Creatività e condizionamenti

- a) Istruzioni modulo 11
- b) Video 11a - Pratica numero e dichiarazioni
- c) Dichiarazioni Memoria
- d) Video 11 b - Creatività e condizionamenti
- e) MEMO - La Creatività
- f) MEMO Audio - La creatività parte 1
- g) MEMO Audio - La creatività parte 2

Modulo 12 - La mente

- a) Istruzioni modulo
- b) Audiovisivo - Il creatore dei miracoli
- c) Video 12 - La mente
- d) MEMO - La mente - Mete e obiettivi
- e) MEMO Audio - Mete e obiettivi

Modulo 13 - Schedario numerico 1-30

- a) Istruzioni modulo 13
- b) Video 13a - Informazioni schedario
- c) Video 13b - Memorizzazione schedario 1-30
- d) Video 13c - Commento Schedario
- e) MEMO- Lo schedario numerico

Modulo 14 . Pratica schedario

- a) Istruzioni modulo 14
- b) Dichiarazioni di memoria
- c) Video 14a - Dichiarazioni
- d) Video 14b - Pratica schedario prima parte
- e) Video 14c - Pratica schedario seconda parte
- f) Video 14d - Commenti
- g) MEMO - Pratica schedario
- h) MEMO Audio - Pratica schedario

Modulo 15 - Parole difficili e straniere

- a) Istruzioni modulo 15
- b) Intervista Piero Angela
- c) MEMO- Test parole difficili
- d) Audiovisivo - Parole difficili
- e) Video 15 - Parole difficili - commento
- f) MEMO - Parole difficili e straniere
- g) MEMO Audio - esercizi

Modulo 16 - Preliminare sull'ascolto

- a) Istruzioni modulo 16
- b) Video 16a - Pratica numeri
- c) Video 16b - Preliminare ascolto

Modulo 17 - La lettura e l'ascolto

- a) Istruzioni modulo 17
- b) Audiovisivo - La lettura e l'ascolto
- c) Video 17 - La lettura e l'ascolto
- d) MEMO - Leggere e ascoltare
- e) MEMO Audio - Riflessioni ed esercizi

Modulo 18 - Altri schedari

- a) Istruzioni modulo 18
- b) Video 18 - Altri schedari
- c) MEMO - Schedario alfanumerico
- d) MEMO Audio - Schedario memorizzazione
- e) MEMO Audio - Schedario esercizi
- f) MEMO - Alfabeto visivo
- g) MEMO Audio - Alfabeto memorizzazione
- h) MEMO Audio - Alfabeto esercizio
- i) MEMO - Carte da gioco
- l) MEMO Audio - Carte da gioco memorizzazione
- m) MEMO Audio - Carte da gioco esercizi

Modulo 19 - Schedario numerico 31-60

- a) Istruzioni modulo 19
- b) Video 19a - Schedario 31-60
- c) Video 19b - Revisione schedario
- d) Schede numeriche
- e) MEMO- Schedario numerico da 31 a 1000
- f) MEMO Audio - Schedario ed esercizi

Modulo 20 - Numeri

- a) Istruzioni modulo 20
- b) Video 20a - Numeri
- c) Audiovisivo - Numerik prima parte
- d) Video 20b - Pratica e numeri
- e) Audiovisivo - Numerik prima parte
- f) Video 20c - Numeri di molte cifre
- g) Video 20d - Numeri riepilogo
- h) MEMO - Numeri
- i) MEMO Audio - Numeri esercizi

Modulo 21 - Nomi e visi

- a) Istruzioni modulo 21
- b) MEMO - Test nomi e visi
- c) Video 21a - Nomi e visi
- d) Audiovisivo - Picoface
- e) Video 21b Nomi e visi pratica
- f) MEMO - Nomi e visi

g) MEMO Audio - Nomi e visi esercizi

Modulo 22 - Pratica allievi

- a) Istruzioni modulo 22
- b) Video 22a - Pratica numero e dichiarazioni
- c) Musica Rilassamento
- d) Video 22b - Pratica allievi
- e) Video 22c - Allievi
- f) Video 22d - Commenti

Modulo 23 - Impegno e progetto

- a) Istruzioni modulo 23
- b) Video 23 - Impegno e progetto
- c) Impegno

Modulo 24 - Messaggio finale

- a) Istruzioni modulo 24
- b) Video 24 - Messaggio finale introduzione
- c) Audiovisivo - Messaggio finale

Modulo 25 - Altre applicazioni

- a) Istruzioni modulo 25
- b) MEMO - Agenda mentale
- c) MEMO Audio - Agenda mentale
- d) MEMO Audio - Agenda esercizi
- e) MEMO brani letterari, musica, giochi
- f1) MEMO Audio - brani letterari, musica, giochi
- f2) MEMO Audio - brani letterari, musica, giochi
- g) MEMO - Materie scolastiche
- h1) MEMO Audio - Materie scolastiche
- h2) MEMO Audio - Materie scolastiche
- i) MEMO - Alfabeto morse, quiz di guida, listini
- l1) MEMO Audio - Alfabeto morse, quiz di guida, listini
- l2) MEMO Audio - Alfabeto morse, quiz di guida, listini
- m) MEMO - Studiare e ricordare
- n1) MEMO Audio - Studiare e ricordare
- n2) MEMO Audio - Studiare e ricordare
- o) MEMO - Materie scientifiche
- p1) MEMO Audio - Materie scientifiche
- p2) MEMO Audio - Materie scientifiche
- q) MEMO - Applicazioni specifiche
- r1) MEMO Audio - Applicazioni specifiche
- r2) MEMO Audio - Applicazioni specifiche

