

# **CERBELLUM**

*CENTRO DI FORMAZIONE PERSONALE AVANZATA  
ED APPRENDIMENTO EFFICACE*

[www.cerbellum.it](http://www.cerbellum.it)  
[cerbellum@gmail.com](mailto:cerbellum@gmail.com) / [team@cerbellum.com](mailto:team@cerbellum.com)

Cerbellum è un centro leader di formazione personale ed avanzata, per l'insegnamento di:

- strategie e tecniche di apprendimento rapido
- comunicazione efficace
- lettura efficace
- time management
- produttività e mindset

Per sbloccare il potenziale latente del cervello e farlo padroneggiare per una più profonda consapevolezza e per giungere ai propri obiettivi con più facilità, maggior qualità e minor tempo.

Abbiamo collaborato a Messina con:



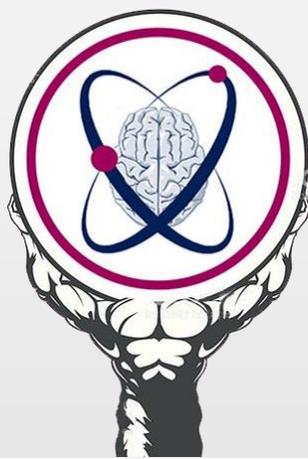
**I.I.S. "F. Maurolico"**  
Liceo Classico "Maurolico" – Liceo Scientifico  
"Galilei"



## ***CERBELLVM PER L'ISTRUZIONE***

Nel presentare questo progetto vorremmo anticipatamente congratularci per il vostro interessamento nei confronti di tali iniziative.

Per questo, ci auguriamo di poter portare a termine un rapporto di collaborazione il cui intento è quello di migliorare non solo le metodologie d'insegnamento per i docenti, ma soprattutto rendere sempre più veloce, migliore, efficiente, piacevole e meno faticoso, l'apprendimento per gli alunni.



# 1

## GLI OBIETTIVI

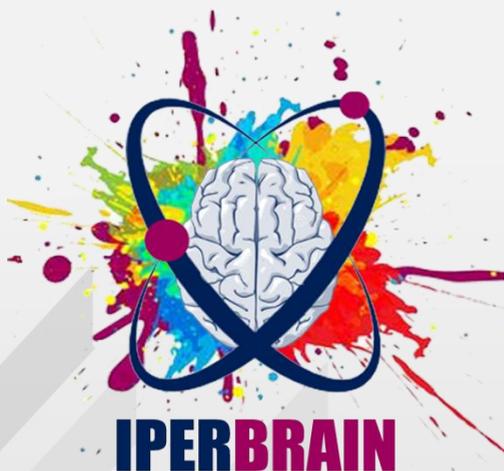
Dato che l'obiettivo di potenziamento, non solo è ambizioso, ma anche di reale applicabilità, è bene analizzare più da vicino quali sono le caratteristiche del progetto.

Il corso "Iperbrain" del centro di formazione d'eccellenza Cerbellum prevede contenuti miranti migliorare ogni singola fase dell'apprendimento.

Gli obiettivi del corso sono:

- ✓ Dare agli insegnanti la possibilità di arricchire la propria esperienza professionale con nuove, moderne e semplici metodologie di insegnamento;
- ✓ Assicurare ai giovani studenti l'opportunità di imparare metodologie d'apprendimento semplici, dinamiche ed efficienti;
- ✓ Suggestire ulteriori strumenti che permettono un miglioramento dell'aspetto "comunicazione insegnante-alunno".

Le tecniche mnemoniche da noi insegnate, infatti, mirano a sfruttare e potenziare appieno quelle che sono le caratteristiche predominanti della memoria, ossia la memoria visiva (circa l'85%) e la memoria associativa.



Tali aspetti, come a tutti noto, sono particolarmente sviluppati nella mente dei giovani studenti i quali fanno della fantasia e della creatività le risorse migliori nell'apprendere le novità che continuamente la vita scolastica ed extrascolastica, presenta loro.

Il corso, facendo leva sulla memoria visiva e associativa e sulla creatività, si prefigge di trasmettere l'apprendimento di nuove moderne metodologie che diano la possibilità a docenti e studenti, di imparare in modo originale e soprattutto naturale.

E' cosa ormai risaputa che la modalità in assoluto migliore per un apprendimento efficace è quella che unisce il *dovere* al *piacere*: partendo da tale presupposto, il fine del corso è quello di permettere all'emisfero creativo e a quello razionale di lavorare e collaborare in piena libertà e di sfruttare le loro particolari risorse in modo che l'apprendimento ed il lavoro didattico ne possano uscire sicuramente migliorati sia nella forma che nella qualità, che nella quantità e nei contenuti.

# 2

## LE TECNICHE: COME FUNZIONANO

Come anzidetto, le tecniche mirano a migliorare ogni singola fase dell'apprendimento che gli esperti hanno suddiviso nel seguente modo, sintetizzato dall'acronimo "ACOR":



# 3



DA COSA E' COMPOSTO IL CORSO

## LA FASE DELL'ACQUISIZIONE DELLE INFORMAZIONI (LETTURA, ASCOLTO ED OSSERVAZIONE) E' OTTIMIZZATA ATTRAVERSO LE SEGUENTI PARTI DI CORSO:

1. Lettura: **Tecniche di lettura Efficace BASE.** Queste tecniche si basano principalmente su due fattori:
  - Ampliamento del proprio campo visivo, per ridurre i punti di fissità in fase di lettura dei testi ed educare l'occhio a percepire raggruppamenti di parole più estesi.
  - Eliminazione del difetto di regressione (abitudine improduttiva dell'occhio a tornare indietro a rivedere parole già lette).

Lo scopo di queste tecniche è aumentare la velocità di lettura di partenza inferiore alle 160 PAM (Parole al minuto) ad un minimo di 400 PAM e di portare il coefficiente di comprensione di contenuti di prima lettura dal 30% di partenza al 60% di fine corso.

2. Ascolto: **Tecniche di rilassamento e concentrazione.** Questa parte di corso è mirata ad insegnare a gestire l'emotività, prendendo confidenza con il proprio stato emozionale, per essere in grado di affrontare in modo sereno ed equilibrato situazioni che provocano generalmente stress, come esami, interrogazioni, prove in generale.
3. Osservazione: **Ciclo dell'Osservazione - Fotografia mentale.** Attraverso questo ciclo si sviluppa la capacità di osservare attivamente e, quindi, di memorizzare con dovizia di particolari, immagini, fotografie disegni, informazioni visive in genere, e stimolare così la capacità di richiamo, ricostruzione mentale e descrizione delle immagini precedentemente osservate.

## LE FASI DI COMPrensIONE E ORGANIZZAZIONE

Le due fasi sono affrontate contemporaneamente, per una migliore COMPrensIONE, difatti, è decisivo saper collegare, associare, ORGANIZZARE tra loro informazioni e concetti primari, per potere poi formare strutture concettuali di più complesse.

Durante il seminario si insegna ad estrapolare quelli che tecnicamente sono chiamati concetti chiave, attraverso l'utilizzo di domande chiave.

L'individuazione dei punti chiave del testo di conseguenza facilita sia l'organizzazione che l'assimilazione, che la ricostruzione e l'esposizione dei contenuti.

## LA FASE DI RITENZIONE

Per spiegare al meglio questa fase è importante partire da un presupposto: a differenza di quanto comunemente si crede, la nostra memoria è perfetta. Sappiamo bene che questa affermazione può essere smentita apparentemente da tanti riferimenti di vita quotidiana. Tuttavia recenti studi hanno dimostrato come la nostra memoria non ha alcun tipo di problema a DEPOSITARE le informazioni. Tutto ciò con cui la nostra mente viene a contatto, viene depositato. Purtroppo, però, la "Natura" non ci ha fornito di un efficace sistema di RICHIAMO delle informazioni, qui è spiegato come mai non ci ricordiamo appuntamenti, date e così via.

L'obiettivo delle tecniche proposte dal seminario mirano a creare dei metodi che permettano di depositare le informazioni con un preciso ordine, per poterle richiamare quando noi vogliamo con sicurezza, rapidità e completezza, come se avessimo una sorta di archivio di facile ed immediata consultazione. Tutto ciò può essere fatto sfruttando alcune caratteristiche della nostra memoria e risorse della nostra mente del tutto naturali, come l'efficacia della memoria visiva e associativa e la creatività. Queste caratteristiche furono già sfruttate da alcuni personaggi della nostra storia, famosi per le loro doti mnemoniche, come Cicerone, Giordano Bruno e Quintiliano.

## **POTENZIAMENTO "MASTER PLAN"**

Al fine di garantire completezza totale al sistema di apprendimento proposto dal centro di formazione "CEBELLVM" saranno esplicitati ed approfonditi con particolare riguardo i più moderni sistemi organizzativi temporali di studio detti anche "master plan" che permetteranno all'allievo di organizzare a breve e lungo termine il carico di studi nel modo più efficiente possibile.

Ciò apre con più facilità la strada al sistema d'apprendimento universitario, dove la tipologia di organizzazione dei tempi di studio varia considerevolmente rispetto al sistema scolastico.

Si vedrà così possibile pianificare le ore di studio in maniera agevole e snella eliminando radicalmente lo stress dello studio tardivo e confusionario.

## **VISUALIZZAZIONE CREATIVA**

Questa sezione di apprendimento riveste una grande importanza nel sistema educativo accademico potenziato.

La PNL ha come massima espressione di sé la visualizzazione creativa, la quale permette al suo praticante di giungere ad un livello profondo di autoanalisi e quindi di giungere alla radice di moltissime azioni inconscie per modificarle, eliminarle o potenziarle.

Tramite la visualizzazione creativa sarà possibile finalmente un livello di benessere psicofisico superiore, ottimale per qualsiasi fase di studio o di lavoro, grazie alla pratica di strutture meditative e tecniche di rilassamento approfondito che si configurano come fase successiva e massima delle prime tecniche di rilassamento discusse in precedenza. Grazie a questa sezione di apprendimento sarà finalmente possibile trovare con facilità la motivazione che serve per rendere al massimo, sarà possibile rendere infallibile la concentrazione e l'attenzione e soprattutto sarà possibile giungere ad un'impostazione positiva mentale fondata sulla sicurezza di sé, decisione ed autostima.



# 4

## **STRUTTURA DEL SEMINARIO "Iperbrain"**

**N.B.** La seguente struttura è quella che noi proponiamo ai privati, ma che nell'ambito delle scuole può essere modificata in relazione alle esigenze delle stesse e delle nostre.

### ***I SESSIONE***

VENERDI: 15.30-20.30

SABATO: 9.00-13.00 14.30-20.30

DOMENICA: 9.00-13.00 14.30-20.30

*Questa prima settimana sarà dedicata esclusivamente alle tecniche di memoria e alle metodologie di apprendimento rapido. Sono previste poi 4 ulteriori incontri da concordare con i partecipanti ad una distanza temporale di massimo quattro giorni dalla fine del week-end in modo da approfondire le tecniche imparate e scoprirne di nuove.*

### ***II SESSIONE***

PER 2 MERCOLEDI' SEGUENTI AL CORSO : 17.30 -20.00

*Gli appuntamenti della seconda sessione possono su richiesta essere serali dalle ore 20 fino alle 22.*

*Durata totale del seminario : 38/40 ore*





## **PROGRAMMA PER PUNTI DEL CORSO**

- Introduzione al mindset funzionale al corso
- Ciclo del rilassamento e concentrazione
- Ciclo dell'osservazione
- Ciclo della creatività
- Schedario mentale
- Cicli di memorizzazione:
  - numeri di qualsiasi entità (date, telefoni, prezzi, partite iva, ecc.)
  - formule, teoremi, dimostrazioni
  - articoli di codice (diritto civile, costituzionale, penale, ecc.)
  - lingue straniere (vocaboli, scrittura, accenti, declinazioni, ecc.)
  - nomi e visi
  - classificazioni ed elenchi
  - agenda mentale
  - testi, relazioni, discorsi
- Metodologie e strategie di studio
- Mappe mentali
- Applicazioni personalizzate e specifiche delle tecniche
- Esercizio pratico
- Nozioni di lettura veloce
- Organizzazione strategica del tempo
- Nozioni di comunicazione efficace
- Visualizzazione creativa e metodo di studio
- **POTENZIAMENTO SPECIFICO PER L'ISTITUTO D'ISTRUZIONE**