

CELE 5 ETAPE PENTRU A CREA O HARTĂ MENTALĂ



1

PREGĂTEȘTE-ȚI MATERIALUL!

Pentru a începe, nu-ți trebuie decât o foaie de hârtie, un creion și creioane colorate. Alege materiale plăcute, pe care le vei folosi cu plăcere.



2

PLASEAZĂ INIMA HĂRȚII!

la-ți foaia albă și orientează-o în format landscape (sens panoramic),

Poziționează inima în centrul hărții tale, nici prea la dreapta, nici prea la stânga, nici prea sus, nici prea jos, pentru ca ramurile să poată fi adăugate în mod armonios.



5

ADAUGĂ DESENE!

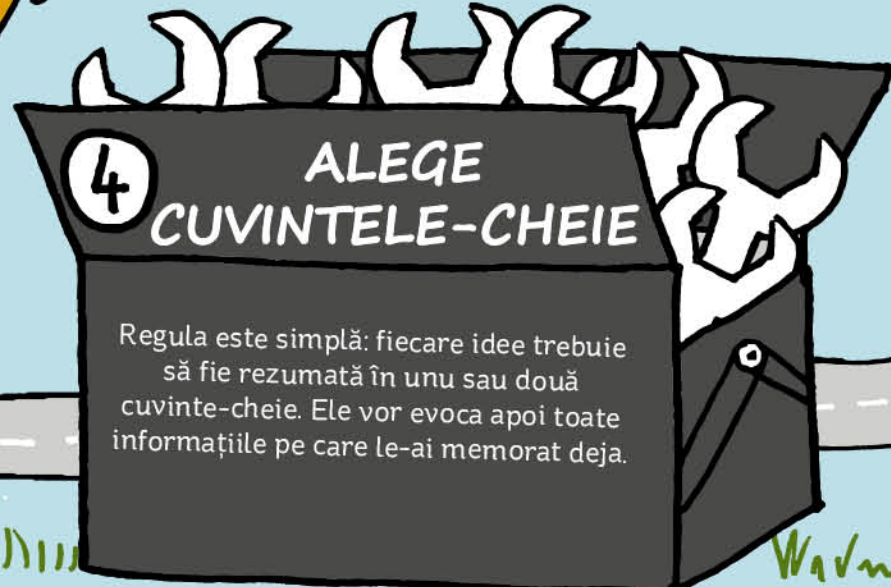
Desenele nu sunt acolo doar pentru a-ți face harta mai drăguță și mai colorată, ele te vor ajuta să memorezi mai bine conținutul hărții. Adaugă-le alături de cuvinte-cheie și amintește-ți că trebuie să fie simple și emblematic.



4

ALEGE CUVINTELE-CHEIE

Regula este simplă: fiecare idee trebuie să fie rezumată în unu sau două cuvinte-cheie. Ele vor evoca apoi toate informațiile pe care le-ai memorat deja.



3

POZIȚIONEAZĂ RAMURILE

Ramurile principale poartă temele cele mai importante. Alege o culoare pentru fiecare ramură pentru a ușura lectura hărții tale și memorarea diferitelor teme.



01 CE ÎMI PLACE

MATERIALE 

COMPETENȚE 



Completează harta mentală cu ce-ți place și ilustrează fiecare cuvânt-cheie.



Ți-ai pus deja întrebarea ca să afli ce-ți place? Harta mentală este un mod bun de a reflecta la un subiect și de a-ți organiza gândirea! Continuă cu alte teme, precum harta calităților tale.

