advance

ГАЙД ПО ТЕХНОЛОГИЯМ ЭФФЕКТИВНОГО ЧТЕНИЯ

Начни читать в 2 раза быстрее без долгих тренировок

Более
1 700 000 человек
посетили наши пробные уроки и семинары

Более
16 лет
занимаемся развитием интеллектуального потенциала и повышением личной эффективности человека

Более
85 000 человек
посетили наши полные программы

Центр образовательных технологий Advance

Лидер в развитии навыков **ускоренного обучения** у детей и взрослых. **85 тысяч студентов** окончили наши полные программы.

За **16 лет** работы команда более чем из 100 учителей и методистов создала **более 100 уникальных курсов** эффективного обучения;

Проект по внедрению авторских технологий Advance в **систему государственного образования** России входит в дорожную карту Агентства стратегических инициатив.

Школы, где уже применяются технологии эффективного обучения центра Advance, входят в **первую десятку рейтинга**.

Подробнее о нас

Гайд по чтению – это сборник упражнений и видеоуроков, с помощью которого вы прокачаете внимание и начнете читать в 2 раза быстрее.
Мы собрали для вас простые, но действенный задания, которые вы можете легко и с удовольствием выполнять вместе с детьми.

Упражнение 1. Разминка

Перед тем как приступить к упражнениям обязательно выполните **пальцевую гимнастику**.

Почему это важно? Объясняет наш преподаватель Елена Лебедева.

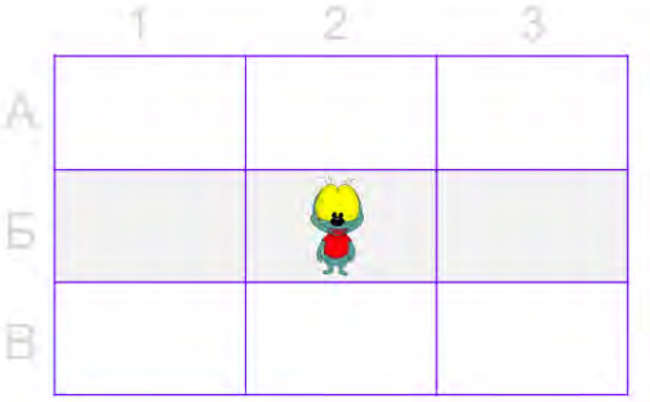
Повторяйте всей семьей по ссылке – детям очень нравится.

Упражнение 2. Муха

Упражнение на развитие концентрации внимания.

Муха помогает не терять текст и не отвлекаться при чтении.

По ссылке вы можете скачать поля для игры в муху. С героями, телепортами и пустые.



В пустых полях вы можете рисовать своих животных, которых будете ловить. Напоминаем про работу с разноцветными телепортами: если герой попал в телепорт зелёного цвета, то появится он в другом телепорте этого же цвета.

Упражнение 3.
Таблица Шульте

Таблицы Шульте помогают развивать внимание.

Подробнее о них вам расскажет Ольга **в видеоуроке**.

Но сперва давайте поймём как упражнения с таблицами влияют на наши когнитивные способности.

1. Авторы техник скорочтения часто спорят о том, какие методики эффективнее, но все согласны с тем, что тренировка внимания крайне полезна для увеличения скорости чтения.
2. Замечено, что улучшение способности к сосредоточению и переключению внимания приводит к значительному увеличению скорости чтения и его эффективности, то есть повышает процент воспроизведения содержания текста.

9	5	1
3	7	8
6	2	4

Скачать таблицы Шульте

Начинать работать с таблицами Шульте удобнее, если они распечатаны и лежат перед вами на столе. С экрана тренироваться можно, но существенно сложнее и менее полезно.

Упражнение 4.
Чтение со шторкой

Перед прохождением приготовьте свою книгу, на которой будете тренироваться.

Это должна быть лёгкая литература со знакомыми словами на родном языке. Отлично подходят сказки и рассказы.

Подготовьте шторку: лист А4 (альбомный), сложите вдвое.

Это базовая методика, которая должна входить в ежедневный тренировочный «рацион» человека, который хочет читать быстрее. Поэтому прошу обратить особое внимание на инструкцию к ней, а также посвятить длительное время ее отработке.

Упражнение 5.
Чтение с мотором вслух

В этом видеоуроке Ольга Комарова расскажет, почему важно уделить внимание артикуляции, дикции и произношению, хотя, казалось бы, это не имеет отношения к скорости чтения про себя. На самом деле имеет, конечно же.

Все дело в том, что, когда нас учили читать, обучение шло чтению вслух, то есть нашей задачей являлось проговорить увиденные на бумаге буквы/слоги. Так мы с вами читаем и до сих пор — проговариваем все, что видим, весь текст, который, как нам кажется, читаем про себя.

Можно ли это исправить? Можно, и в некоторых случаях техники, направленные на борьбу с «артикуляцией» при чтении, дают существенный результат. Но не всегда и не у всех учеников. Поэтому давайте начнем с того, что дает эффект всегда и у всех, — постараемся потренировать проговаривание, да так, чтобы его скорость существенно увеличилась. Вслед за этим существенно увеличится и скорость чтения. Кроме того, эти упражнения полезны для чтения вслух и для развития дикции.

А теперь переходим к технике — «Чтение с мотором».

Перед прохождением приготовьте свою книгу, на которой будете тренироваться.

Это должна быть лёгкая литература со знакомыми словами на родном языке. Отлично подходят сказки и рассказы. Подготовьте шторку: лист А4 (альбомный), сложите вдвое. Пальцы могут уставать, продолжайте выполнять упражнение. Со временем эта усталость пройдет.

Упражнение 6.
Чтение с указкой

Перед прохождением приготовьте свою книгу, на которой будете тренироваться.

Это должна быть лёгкая литература со знакомыми словами на родном языке. Возьмите карандаш или ручку.

Смотреть видеоурок

Используйте эти упражнения и делайте регулярно: читайте, тренируйте внимание, хотя бы по 20 минут в день, тогда вам удастся быстро и эффективно поставить навык. Помните, важно, чтобы новый навык вошел в привычку. В этом вам поможет трекер привычек, который доступен **по ссылке**.

Скачать трекер привычек