



Скорочтение

Увидел, Прочитал, Запомнил!

Ведущие:

Андрей Копытов, Центр Скорочтения

Алексей Дерябин, Центр Скорочтения

Михаил Копытов, Сибирский Центр Гипноза



Ведущие

Дерябин Алексей Игоревич

Сертифицированный тренер по Скорочтению

Копытов Андрей Александрович

Директор Центра Скорочтения, ведущий тренер по
Скорочтению, Развитию Памяти, Творческому мышлению

Копытов Михаил Александрович

Гипнолог, гипнотерапевт, вице-президент Сибирского
общества гипнологов, руководитель Сибирского Центра
Гипноза, кандидат наук



Что будет на вебинаре?

- Условия успешного обучения
- Простые правила чтения
- Системы развития памяти и внимания
- Состав и структура текста
- Упражнения для развития качества чтения
- Контроль чтения
- Медитация на улучшение концентрации и внимания



Условия Обучения

- Ежедневно читать книги
- Отрабатывать технику чтения и тренироваться
- Посетить все занятия (знать методику)





Правила Чтения

- Перед чтением ставить Цель
- Читать только вперёд
- Начинать чтение с понятного и интересного
- Пропускать сложные и непонятные места, но перечитывать их после прочтения всей книги
- Правильно держать книгу и соблюдать правило «рабочего стола»





Важность постановки цели

- Постановка цели даёт мотивацию читать, узнавать информацию
- Цель есть всегда, но не всегда она осознаётся
- Цель задаёт то, на что мы будем обращать внимание при чтении





Как правильно поставить цель

1. Для чего читаю?
2. Что именно хочу узнать?
3. Что уже знаю об этом?





Читать только вперёд

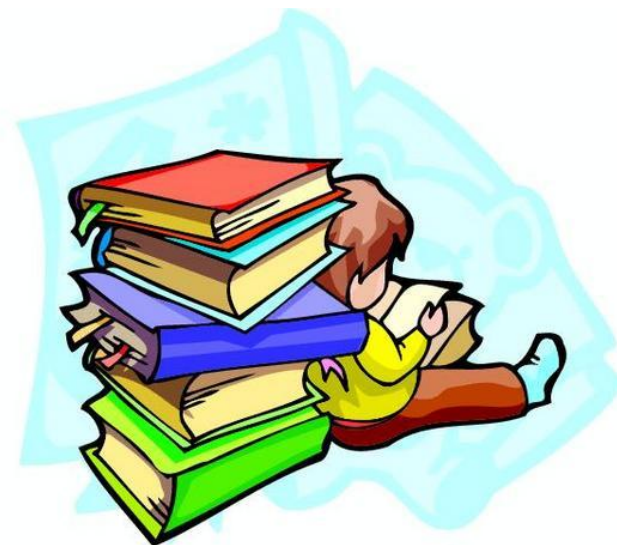
1 2 3 4
Особенностью Карты Памяти является то, что она
зарисовывается с помощью знаков и картинок

- Более высокая скорость чтения
- Легче понимать текст
- Перечитывать можно после осмысления ранее прочитанного блока



Читать с интересом

- Начинать читать с понятного и интересного
- Просмотрите содержание
- Полистайте книгу
- Прочитайте то, что вас заинтересовало
- Теперь вы готовы читать всю книгу





Читать легко

- Пропускать сложные и непонятные места
- Во время чтения сохраняйте ощущение легкости, скользя по строчкам и создавая единый образ понимания
- Перечитывать сложные места после прочтения всей книги
- Факты запоминаются в контексте читаемого





Правило рабочего стола



- Правильное расстояние до книги увеличивает скорость чтения

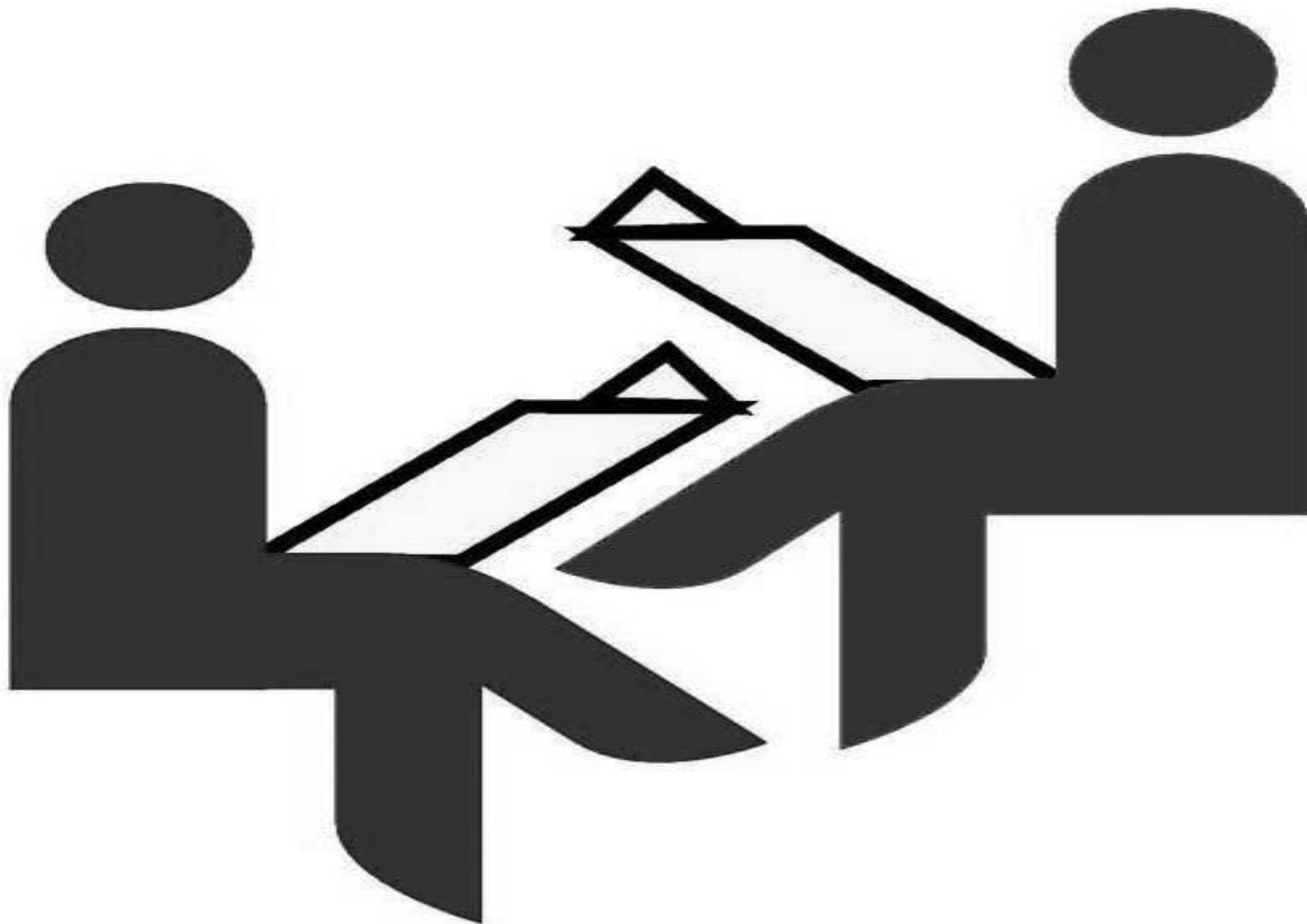
- Каждые 20 – 30 минут давайте отдых глазам или выполняйте гимнастику для глаз

- Уберите со стола всё
- А теперь положите книгу





Чтение контрольного текста





Вопросы

- Название текста
- Название журнала, номер и год издания
- Автор
- Тема
- В честь какого события написана данная статья
- Кто и когда открыл «Солнечное давление»
- Что такое «Солнечный ветер»
- Какие регионы Земли представляли корабли
- Куда и когда должны были полететь космические корабли
- Вес паруса и корабля, размеры паруса, материал паруса



Состав текста

1. Библиографические данные

- Название текста
- Автор
- Источник
- Тема

2. Фактографические данные

- Названия субъектов и объектов
- Цифры и величины
- Характеристики и описание
- Действия и их последовательность
- Время и место действия

3. Дополнительная информация и ключевые слова

- Что нового, что было знакомым?
- Что понравилось, что не понравилось?
- Ваши выводы и выводы автора



Упражнение «Разметка»

Цель: Научиться быстро находить факты в тексте

Задача: Быстро подчеркнуть в тексте все факты и ключевые слова

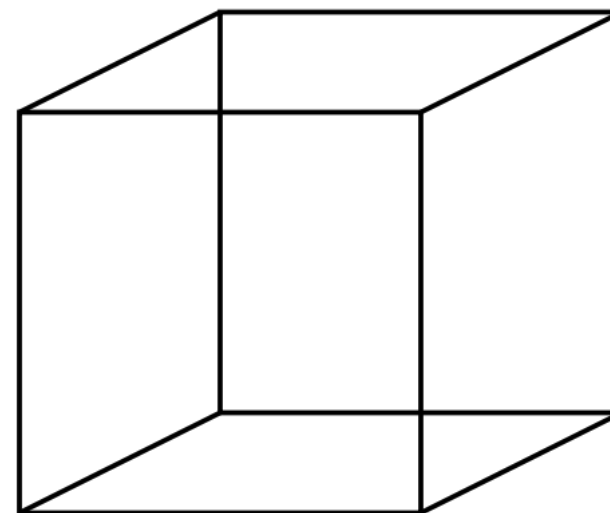
- Подчеркнуть в тексте все слова похожие на факты
- Закрыть текст. Вспомнить подчеркнутые слова
- Пересмотреть текст ещё раз, отмечая пропущенные факты



Упражнение «Куб Неккера»

Цель: Научиться управлять своим вниманием.

Задача: Удерживать выбранный вид куба без переключения внимания в течение 10 минут.



- 1). Удерживая выбранный вид куба стараться не переключать внимание на другие мысли.
- 2). Каждое переключение внимания нужно фиксировать на бумаге.
- 3). Переключением внимания считается: переключение на посторонние мысли; переключение сторон куба и «уход в себя».



Домашнее задание

1. Прочитать любой текст используя все правила чтения
2. Выполнить упражнение «Разметка» на тексте «Космическая парусная регата»
3. Выполнить упражнение «Куб Неккера»
4. Все тексты читать только вперёд с ускорением

