



UNEX –T YOU Rozwijanie umiejętności czytania



Tytuł: Szybkie czytanie

www.unextyou.com

Tytuł: Stoły w kształcie klina

Słowa kluczowe: #szybkie czytanie # widzenie peryferyjne

Czas trwania: 4-6 min do głównego ćwiczenia, dobrze jest używać w połączeniu z innymi.

Opis:

Szybkość czytania zależy w dużym stopniu od 5 głównych czynników.

1. **Artykulacja** lub ruchy aparatu mowy (wokalne lub nieme) - są to ruchy ust, języka, w niektórych przypadkach szczęki. Oprócz wokalizacji - wymawiania na głos słów, istnieje tzw. fonetyzacja (subwokalizacja) , czyli „wypowiadanie” w myślach przeczytanych słów. Źródłem tego zjawiska jest sposób, w jaki wszyscy nauczyliśmy się czytać na głos, na początku - sylaby, potem słowa.
2. **Regresja** czyli cofanie wzroku podczas czytania. Nieświadomy akt, polegający na tym, iż niektóre osoby czytają te same słowa lub fragmenty tekstu kilka razy.
3. **Widzenie obwodowe** lub peryferyjne- obszar wyraźnego widzenia. Pole widzenia obwodowego bez specjalnych ćwiczeń jest stosunkowo małe i obejmuje 8-12 znaków. Po treningu szybkiego czytania jest możliwość poszerzenia się widzenia obwodowego 2-3 razy, a słowa czytane są natychmiast odbierane.
4. **Niska zdolność koncentracji uwagi** - niska zdolność koncentracji uwagi może być przyczyną powolnego czytania . Mózg pracuje znacznie szybciej niż człowiek czyta. Problem z mózgiem jest taki, że nie można go "wstrzymać". Kiedy mózg rozumie informacje dostarczane przez oczy, musi coś zrobić, aby mógł stale być sprawny i w tym momencie mógł się skoncentrować.
5. **Brak planu** - w rzeczywistości ten czynnik jest znacznie szerszy. Po pierwsze plan czytania, po drugie ustalone jasne cele, po trzecie znajomość różnych metod zapamiętywania i strategii czytania (czytanie książki historycznej czy geograficznej jest inne niż czytanie beletrystyki) ma istotny wpływ na umiejętność szybkiego czytania.

Cele:

1. Zwiększenie prędkości czytania.
2. Polepszenie pamięci wizualnej.
3. Poszerzenie pola widzenia obwodowego.

Działanie(-a) (Etapy):

Rozgrzewka: Motywacja i koncentracja są bardzo ważne, do „rozgrzania” obu półkul mózgu. Można wykorzystać dowolne ćwiczenia - takie jak "Tęcza słowna", rysunek oburęczny lub gimnastyka asymetryczna.

Jak już wspomniano, widzenie obwodowe jest drugim najważniejszym czynnikiem, od którego zależy szybkość czytania. Im większe jest pole peryferyjnego widzenia, tym większa jest prędkość odczytu. Mózg ma znacznie większe możliwości, niż może to zapewnić widzenie. Rozszerzenie pola widzenia daje mózgowi więcej informacji, które mogą być przetwarzane i zapamiętywane.

Tabele mogą być dwojakiego rodzaju - poziome i pionowe. Miejsce pracy powinno być umiejscowione w obu osiach. Przykłady obu typów tabel znajdują się w załącznikach. Na środku wzdłuż osi poziomej lub pionowej znajdują się liczby od 1 do 14, a na górze i na dole, odpowiednio po lewej i prawej stronie, w rosnącej odległości (do 8 wierszy, kolumn) zapisane są liczby. Celem ćwiczenia jest przesunięcie oczu wzdłuż linii środkowej i wypisanie liczb z lewej i prawej strony (góra - dół) bez przesuwania oczu. Jeśli uczeń popełni błąd, wraca dwa rzędy w górę (po lewej). Czas ćwiczenia wynosi 1 minutę, zaleca się wypróbowanie jednej tabeli poziomej i jednej pionowej. Dane są zapisywane w dzienniku. Liczby składające się z więcej niż jednej cyfry mogą być użyte w celu skomplikowania ćwiczenia. Ćwiczenie jest wykonywane od 35-40 cm do kartki papieru.

Opinie uczniów - (5 minut)!!!! Szybkość, trudności w czym?

Wskazówki dla trenerów

Włączyć metronom w tempie 60 lub większym. Ważne jest, aby oczy nie poruszały się - można użyć lustra, szczególnie na początku, aby pomóc uczniom w prawidłowym opanowaniu techniki. Zachęcaj swoich uczniów do prowadzenia dziennika. Dobrym pomysłem jest wykonanie ćwiczeń przyspieszających i poszerzających pole widzenia obwodowego kolejno w różnej kolejności. Ważne jest, aby uczniowie uczciwie zapisywali osiągnięte wyniki.

Lista zasobów, materiałów itp.

Tabele poziome i w pionowe (wzory w załącznikach), mogą być przygotowane przez samych nauczycieli. Metronom. Stoper. Dziennik.

Ocena/Feedback

Po każdym ćwiczeniu.