



UNEX упражнения за подобряване на четенето



Title: Fast reading

WWW.

 /



Заглавие: Таблици на Шулте

Ключови думи: #бързо четене, #периферно зрение

Продължителност: 4-6 мин за основното упражнение, добре е да се използва в комбинация с други

Описание:

Скоростта на четене е силно зависима от 5 основни фактора.

1. **Артикулацията** или движенията на речевия апарат (гласно или негласно) - движенията на устните, езика, у някои челюстите. Освен външните признаци има и вътрешният монолог, свързан с изговарянето на думите наум. Корените са в начина по който всички сме се научили да четем на глас, в началото срички, в последствие думи.
2. **Регресията** или възвратното движение на очите при четене. Несъзнателен акт при който при някои хора едни и същи думи или фрагменти от тях се препрочитат по няколко пъти.
3. **Периферното зрение** или малко петно на ясно виждане. Полето на периферното зрение без специални упражнения е сравнително малко и вижда 8-12 символа, докато след такива упражнения се разширява да 2-3 пъти, като едновременно с това се и възприемат веднага.
4. **Слаба концентрация на вниманието** - по този въпрос има дилема: слабата концентрация на вниманието е причина за бавното четене или обратното? Това е едно от доказателствата защо за човека по природа е присъщо да възприема информация, и съответно да чете бързо. Мозъкът работи много по-бързо, отколкото чете човек. Проблемът с мозъка е в това, че не можете да го „поставите на пауза“. Когато той е възприел информацията му е необходимо да се заеме с нещо, за да може непрекъснато да се намира в работно състояние и в такъв момент може да се разконцентрира.
5. **Липса на план** – всъщност тази причина е доста по-обширна , на първо място е липсата на план за четене, на второ място, ясни цели , на трето място – различни методи на запомняне. А главното – различни стратегии за четене. Всъщност да се прочете историческа или географска книга е по-различно, отколкото да се чете художествена литература.

Цели:

1. Подобряване на скоростта на четене.
2. Подобряване на визуалната памет.
3. Развиване на периферното зрение.

Деятности:



Загрявка: Мотивацията и концентрацията са много важни, можете да използвате каквото и да е упражнение – например словесна „Дъга“, рисуване с две ръце или асиметрична гимнастика за да подгреете и двете половини на мозъка.

Както вече бе споменато периферното зрение е вторият по важност фактор, от който зависи скоростта на четене. Колкото е по-голямо петното на ясно виждане, толкова по-висока е скоростта на четене. Мозъкът разполага със значително по-голям капацитет отколкото може да му предостави зрението. Разширяването на петното ще му подава повече информация, която той може да обработи и запомни. Таблицата представлява разграфен квадрат с размери 3x3, 4x4 и т.н. квадрати, в които в разбъркан ред са записани числата от 1 до 9, 1-16, букви. Освен цифри могат да се използват и букви, но тогава има ограничение в зависимост от използваната азбука. Ученика трябва да концентрира зрението си в центъра на квадрата и с периферното си зрение да намери последователност (възходяща или низходяща) на числа или букви. Разстоянието до таблицата трябва да е 3-4 пъти по-голямо от дължината на страната на квадрата. В процеса на тренировки, движението на очите ще се намали, като след време петното на ясно виждане ще става все по-голямо.

Като допълнително предизвикателство за учениците могат да бъдат цветни таблици на Шулте, затова и в подгрыващите упражнения е включено упражнението „Дъга“, където на лист хартия в редове са изписани в различен цвят имената на различни цветове. По време на упражнението написания цвят трябва да се изговори, а не този с който е написана думата — (приложен модел)

Обратна информация от учениците – (5 минути)!!! Скорост, затруднения в какво?

Полезно за преподавателите

Включете метроном на 60 или по-високо темпо. Важно е очите да не се движат – можете да използвате полупрозрачно огледало, особено в началото за да усвоят учениците техниката правилно. Насърчавайте децата да си водят дневник. Добре е упражненията за повишаване на скорост и тези за разширяване на полето на периферното зрение да се изпълняват последователно в различен ред. Важно е учениците честно да записват постигнатите резултати.

Списък с материали

Таблицы на Шулте съобразени с нивото на развитие на периферното зрение (приложени образци), но могат да се изготвят и от самите преподаватели. Метроном.

Оценка/обратна връзка

След всяко упражнение.