

**КАК
ПОВЫСИТЬ
УСПЕВАЕМОСТЬ**

СЕРГЕЙ САПЦОВ



Сергей Сапцов

Как повысить успеваемость

«Сапцов Сергей Петрович»

2019

УДК 373.3/5.091.3-027.233.2

Сапцов С. П.

Как повысить успеваемость / С. П. Сапцов — «Сапцов Сергей Петрович», 2019

ISBN 978-617-7814-03-9

Автор делится секретами: • как увеличить скорость чтения; • как запомнить стих; • как запомнить текст; • как выучить таблицу умножения; • как учить иностранный язык; • ораторского искусства; • психологии ребёнка и родителей. Все приведенные в книге рекомендации и упражнения несколько лет «шлифовались» при работе со школьниками. Эффективность упражнений доказана результатами. Книга для практического повышения успеваемости в домашних условиях. Педагогам будут интересны методические приёмы, классифицированные по темам.

УДК 373.3/5.091.3-027.233.2

ISBN 978-617-7814-03-9

© Сапцов С. П., 2019

© Сапцов Сергей Петрович, 2019

Содержание

От автора	5
Часть 1	7
Часть 2	15
Конец ознакомительного фрагмента.	16

Сергей Сапцов

Как повысить успеваемость

От автора

Несколько лет я искал пути эффективного обучения. В итоге сформировался набор рекомендаций, которые надо было бы как-то передать родителям. Так возникла эта книга. Она содержит **практические** упражнения для повышения успеваемости по отдельным предметам, и посвящена наиболее проблемным вопросам, которые возникают в процессе обучения. Упражнения опробованы практикой и действительно работают.

Весь материал разделён на части

Часть 1. Как увеличить скорость чтения

Часть 2. Как запомнить стих

Часть 3. Как запомнить текст

Часть 4. Как выучить таблицу умножения

Часть 5. Как учить иностранный язык

Часть 6. Ораторское искусство

Часть 7. Психология ребёнка и родителей

Начнём!

Знаете, что интересно?

В течение нескольких лет я проводил уроки по этикетике, скорочтению и английскому языку. Я перепробовал уйму различных подходов, упражнений, методик. Какие-то упражнения показывали результат. Какие-то – нет. Методом проб и ошибок я наконец-то сформировал костяк упражнений, от которых был виден эффект. А потом...

А потом я прочитал биографию Конфуция. И что же я вижу?! Те принципы обучения, к которым я шёл несколько лет, Конфуций описал ещё за 400 лет до Рождества Христова.

И эти подходы имеют мало общего с современным образованием.

Сравните сами.

Принципы обучения по Конфуцию:

- ◆ индивидуальный подход к ученику;
- ◆ постижение взаимосвязей всего, что ты видишь вокруг себя;
- ◆ никаких абстрактных теорий, оторванных от ежедневной жизненной практики;
- ◆ минимум формальностей и «зубрёжки»;
- ◆ реализация личных способностей ученика в подходящей сфере.

Принципы обучения современной школы:

- ◆ всех чесать под одну гребёнку;
 - ◆ каждый предмет обособлен;
 - ◆ абстрактные теории (ну-ка, скажите, как интегралы можно применить в повседневной жизни?);
 - ◆ формальность и «зубрёжка»;
 - ◆ не важно, что ты ярко выраженный гуманитарий и тебе легко даётся английский язык.
- Твоя бабушка была учителем математики, поэтому ты пойдёшь в математическую школу!!!

Да, был такой реальный случай.

Дети чувствуют это различие. Дети сопротивляются. Какое естественное желание родителей?

Чтобы их дети ходили в школу, получали там знания, хорошие оценки, быстро и легко делали домашнее задание?

Или чтобы их дети были счастливы?

Потому что иногда это несовместимо.

Нежелание идти в школу, плохая успеваемость, слёзы, крики, наказания. Вам это знакомо? Значит в технологии школьного обучения что-то не так. Попробую подсказать, как несовместимое можно совместить.

Часть 1

Как увеличить скорость чтения

Первое, что нужно сделать родителям, это сесть рядышком и **очень внимательно** прислушаться к тому, как их школьник читает. Скорее всего, проблемы, которые мешают увеличить скорость чтения, будут в следующем:

- ◆ путает или неправильно произносит названия букв. То есть, речь идёт о том, что ребёнок ещё не выучил буквы алфавита;

- ◆ некоторые буквы при чтении просто пропускает;

- ◆ в слове, которое заканчивается на согласный звук, этот звук произносит отдельно.

Читает не *мак*, а *ма к*;

- ◆ в слове, которое начинается и/или заканчивается на два согласных звука, делает паузу между этими согласными. Например: *мар т*, *к нига*;

- ◆ чтение по слогам;

- ◆ вдох между словами;

- ◆ вдох посередине слова (одна из причин – насморк);

- ◆ полностью игнорирует знаки препинания: точки, запятые, восклицательные, вопросительные знаки. Интонации – никакой;

- ◆ чтение одного и того же слова начинает по несколько раз;

- ◆ не может прочесть слово, которое начинается с гласного звука;

- ◆ долго тянет гласный звук в слове.

Ребёнку сказали, что этот звук долгий, вот он его долго и тянет;

- ◆ делает большие паузы между словами (речь не слитная). Сложности при произношении двух слов без паузы между ними;

- ◆ словосочетания «в книге», «с мамой» произносит так: «вы книге», «сы мамой»;

- ◆ сложности при произношении длинных слов (начало слова читает правильно, а буквы в конце слова – как язык повернётся);

- ◆ перед тем, как произнести слово целиком, шепчет его про себя (не решается сразу читать слово, долго примеряется);

- ◆ читает правильно, но медленно (обычно это флегматик и меланхолик);

- ◆ читает быстро, но неправильно (тут даже к бабке не ходи – ребёнок по темпераменту сангвиник или холерик). Можно даже по ошибкам при чтении определить темперамент ребёнка;

- ◆ если у ребёнка заикание – не мучайте ни его, ни себя. Скорости не будет. Надо сначала избавиться от заикания. Реальный известный мне случай – заикание прошло после года занятий вокалом.

Какой материал я использую при работе?

Их всего два: книга и компьютер.

Книга – понятно. Любая детская книга с интересным содержанием. Ключевое слово здесь – «интересным».

Из опыта: у меня был ученик Тимур (3 класс): вообще не интересовался чтением – только компьютерные игры. На занятиях увидел у него на полке книгу из серии «Часодеи». Занятия проходили так: открываем книгу и просто читаем 60 минут. По ходу чтения объясняю ученику незнакомые слова, и обсуждаем мотивы поступков главных героев (правильно поступили в данной ситуации или нет, и т. п.). Приблизительно через 5 занятий его мама хвалится: «Представляете, Тимур подошёл ко мне и говорит: «Мама! Мне стыдно в этом признаться, но читать,

оказывается, иногда интересно». Перед сном я не могу его оторвать от этой книги». Получается, ребёнок должен найти свою книгу, чтобы почувствовать заинтересованность: «А что же там будет дальше?» Есть даже любопытное наблюдение: чем напряжённее и динамичнее сюжет в книге, тем правильней и быстрее читает ученик.

Знакомлюсь по роду деятельности с содержанием детских книг. Вы извините, но иногда попадаются такие «детские» книги...

Вот, например, приобрёл на книжной выставке в подарок своим детям детские книги одного писателя. Хорошо, что жена стала читать их первой. На «ходу» приходилось ей фильтровать текст от слов, которых нет в словарях.

В других книгах – явный перебор со сложноподчинёнными предложениями, невозможностью уловить сюжетную линию, страшными, в прямом смысле этого слова, рисунками.

Поэтому – самые простые книги со сказками. Например, сказка «Колобок». Слово «Колобок» – наиболее встречаемое в этой сказке. Сначала дети читают его по слогам, по слогам, по слогам, а потом начинают его **узнавать** и к концу сказки, вполне вероятно, будут произносить его сразу и быстро. Чем чаще слово будет повторяться в тексте, тем лучше. Все эти сказки вы знаете с детства, и у всех они есть. С психологической точки зрения – чем легче будет текст, тем больше веры в себя появится у ребёнка.

Компьютер. Так как профессионально занимаюсь развитием навыков чтения, я в простой Excel в одну колонку разместил около 65 тысяч слов. Понимаю, что вы составлять её не будете, но, по крайней мере, будете знать, что там столько помещается. А вдруг захотите воспользоваться моим опытом?

По одному слову в ячейке. На экране компьютера должна быть видна только одна ячейка с одним словом. Функцией случайных чисел я разместил их не по алфавиту, а в случайном порядке. Там совершенно произвольно чередовались слова и из трёх... десяти... пятнадцати букв. Максимальное слово было из 20 букв. Чем удобна таблица Excel?

В ней есть функция «фильтр», с помощью которой я могу сортировать слова в любой нужной мне комплектации. Например:

- ◆ слова, которые состоят только из трёх букв (а также любого другого количества букв);
- ◆ слова из трёх букв, но вторая буква всегда *a* (или *e*, или *y*...);
- ◆ слова, которые заканчиваются только на букву *n*;
- ◆ слова, в которых есть буквы *z* и *ж* именно в таком порядке встречаемости и наоборот.

Комбинации могут быть самые различные и подбираются под те навыки, которые должен освоить ученик.

Занятия состоят из трёх частей:

- ◆ чтение «на качество» (всё читается правильно – скорость не важна);
- ◆ чтение «на скорость» (всё читается быстро – качество не важно);
- ◆ чтение «для удовольствия» (как это – объясню позже).

И в первом, и во втором случае при работе используется книга и компьютер.

Сначала необходимо читать «на качество». А потом читать «на скорость». Почему?

Потому что правильное прочтение предложения (или части предложения, или одного слова) – это поступок. Два правильных поступка превращаются в привычку. И два неправильных поступка тоже превращаются в привычку. Какие поступки – такие и привычки.

Приведенные ниже упражнения можно варьировать.

Они позволяют комплексно оттачивать мастерство чтения. Неважно, одну проблему вы выявили при прослушивании ребёнка, или их было несколько.

ЧТЕНИЕ «НА КАЧЕСТВО»

Работа на компьютере

Упражнение 1

(Если ребёнок не знает какие-то буквы алфавита) На компьютере в таблице выбираются все слова из трёх букв. Ученик читает их одно за другим. На этом этапе отрабатывается произношение каждой буквы. При чтении определяем, какие буквы «не узнаются». Например, буква «и».

После этого слова из трёх букв фильтруются и выбираются только те слова, которые начинаются на букву «п». Затем фильтруем, чтобы буква «и» стояла в середине слова. Потом – чтобы стояла в конце слова. При многократном и многократном прочтении добиваемся, чтобы ребёнок всегда правильно читал эту букву.

Упражняемся до автоматического узнавания нужной буквы.

Повторенье – мать ученья. Это – не пустые слова. В дальнейшем «шлифуется» следующая и все другие «неузнаваемые» буквы до получения необходимого результата.

Это упражнение можно сравнить с функцией букваря.

Упражнение 2

Таблица в компьютере. Начинаем со слов из трёх букв. Добиваемся, чтобы каждое слово было прочитано правильно. Можно **медленно**. Но обязательно **правильно!**

Особое внимание обратите на дыхание. Не допускайте, чтобы вдох был сделан посередине слова. Эта проблема из разряда, которую очень и очень сложно искоренить. Лучше сразу решительно пресекать попытки делать вдох посередине слова. После слов из трёх букв – переходим к более длинным словам.

Упражнение 3

Таблица в компьютере. Слова из трёх букв. Ребёнок при чтении сначала произносит слово так, как он может (возможно, с ошибками). Второй раз это же слово он должен произнести **быстро и правильно**. Это не работа «на скорость». Пока отрабатываем качество.

Читает следующее слово: сначала как может, потом – **быстро и правильно**.

И так каждое слово.

Со временем наступает момент, когда ребёнку становится лень читать слово по два раза, и он начинает читать его с первого раза быстро и правильно. Затем выбираются слова, состоящие из четырёх букв. Далее – по порядку. В зависимости от подготовки школьника можно сначала читать слова по возрастающей (то есть, начать с трёх букв, а закончить словами из восемнадцати букв; или начать с восемнадцати букв и идти к более коротким словам).

Тут надо не полениться и проконтролировать, чтобы каждое слово ребёнок прочитал максимально быстро. Он может сначала прочитать по слогам, может молча смотреть на слово какое-то время, может просто шевелить губами. Но результатом должно быть очень быстро произнесённое слово. Так будет не только вырабатываться привычка цельного произношения, но и автоматической расстановки ударения в слове, а также артикуляция.

Не переходите к следующему слову, пока не будет отработано предыдущее. Ведь большинство слов, читаемых в учебнике, ученику знакомо. И в повседневной речи он произносит их совершенно естественно и быстро. Надо объяснить, что все читаемые слова ему знакомы и их нужно просто узнавать.

Ведь как читаем мы, взрослые? Мы же не читаем их по слогам. Мы узнаём слова целиком. И школьники придут к такому же результату. Только переход от чтения по слогам к узнаванию слова целиком в тексте может затянуться.

Работа с книгой

Упражнение 4

Часто проблемы с чтением связаны с тем, что многие родители пропускают такой важный этап в обучении, как чтение по слогам. Серьёзно. То есть рассуждают так: выучил буквы – теперь читай сразу целыми словами.

Вы не представляете, сколько можно выявить проблем, послушав, как ребёнок читает книгу, в которой весь текст состоит из слогов. Добрая половина проблем из всего вышеприведенного перечня.

Это упражнение можно варьировать в зависимости от подготовки ученика.

Первый вариант – для слабого ученика.

Вместе смотрим на первую строку в книге. Работаем только по строкам, невзирая на то, закончилось предложение или нет.

Сначала я показываю ученику ручкой и произношу первый слог первой строки. Ученик должен, глядя на слог, повторить его произношение. Не переходим к следующему слогу, пока правильно не прочтается предыдущий слог. В таком же режиме произносится второй слог, третий, и так до конца строки. Потом ученик должен самостоятельно правильно прочитать все слоги первой строки. Если какой-то слог прочитан неправильно, возвращаемся на начало строки. Ошибка – опять возвращаемся на начало строки.

Переходим ко второй и последующей строке только тогда, когда вся предыдущая строка прочитана учеником правильно.

На данном этапе ребёнок ещё не воспринимает смысл текста. Всё внимание у него уходит на распознавание букв. Поэтому, когда страница прочитана учеником, ещё раз с выражением сами прочитайте эту же страницу. Чтобы он получил удовольствие от текста.

Второй вариант – для более подготовленного ученика.

Отличия от первого варианта такие:

◆ я не произношу, как читается слог. Ученик уже должен самостоятельно правильно его прочитать;

◆ читаем не по строкам, а по предложениям.

Упражнение 5

Родитель читает одно предложение **с выражением**, а ребёнок отслеживает его глазами. Задача: ребёнок должен прочитать то же самое предложение также правильно:

- ◆ правильно выговаривая все звуки;
- ◆ не повторяя по несколько раз одно и то же слово;
- ◆ без пауз между словами;
- ◆ без частых вдохов между словами.

То есть – без права на ошибку.

Допустил хоть одну ошибку (любую ошибку), начинай читать его сначала. Сначала, сначала, и ещё раз сначала. Вдох разрешается делать только перед началом предложения, или на запятой, или на двоеточии, или на многоточии, или на тире, если предложение длинное. Фактически, ребёнок должен скопировать ваше правильное прочтение и интонацию. Сделал одну ошибку – начинай сначала. Хоть 20 раз начинай.

Если сложно сразу осилить всё предложение, оно разбивается на части. Например, от начала предложения до запятой, от запятой до точки. И отрабатывается только частями.

Если и по частям сложно, то отрабатывается по два-три слова.

Как вариант отдыха ребёнку предлагается пересказать всю сказку.

Упражнение 6

Это упражнение – как продолжение Упражнения 5. Некоторые дети хитрят – запоминают предложение и правильно его проговаривают по памяти. В этих случаях читайте по 3–4 строки. Дословно запомнить они такой отрывок не смогут. Придётся читать.

Но здесь работаем чуть по-другому: я читаю отрывок с выражением один раз. Ребёнок только слушает и не следит глазами по тексту (он просто создаёт образы в своей голове). После этого читает тот же отрывок один раз. Можно с ошибками. Не обращайте внимания на его ошибки – как прочитал, так прочитал. Тут важен «вал».

В данном случае эффект тоже будет достигаться.

В доказательство – притча «Как стать гончаром»: *Однажды Мудрец провёл любопытный эксперимент. Он разделил учеников на две части и дал им разные задания.*

Первой половине учеников Мудрец поручил сделать по одному горшку.

Он сказал, что будет оценивать их труд по качеству этого горшка.

Чем лучше у них выйдет горшок, тем выше будет оценка.

Второй группе Мудрец сказал сделать по 50 горшков каждому ученику.

Не важно, какого качества, лишь бы их было 50 штук. По окончании эксперимента внезапно выяснилось, что пятидесятый горшок у второй группы получился гораздо качественнее, чем единственный горшок у первой группы.

Знаете почему?

Потому что ученики второй группы учились на своих ошибках.

И каждый следующий горшок получался у них лучше предыдущего.

ЧТЕНИЕ «НА СКОРОСТЬ»

В чём фокус?

Всем знакома игра тетрис. В ней падающие фигурки различной конфигурации нужно успеть сложить так, чтобы не было пробелов. Линии без пробелов исчезают. Сначала фигурки падают на маленькой скорости. Потом на каждом новом уровне скорость увеличивается и увеличивается.

Объясните, пожалуйста, как так получается, что вы сначала не успеваете их складывать на первом уровне? Не успеваете, не успеваете. А потом раз, – и успели. И уже на первом уровне играть неинтересно. Потом так же проходите второй, третий (или любой другой последующий) уровень. Что происходит в вашем мозгу? Как вы увеличили скорость реагирования на падающие фигурки?

Ещё пример из книги Виктора Суворова «Аквариум». Вот как он описывает свою подготовку в школе разведчиков:

Мы учимся запоминать лица людей. Эта активность мозга должна быть не аналитической, а рефлексивной. И потому передо мной мелькают на экране тысячи лиц, тысячи силуэтов людей. Мой палец на кнопке, как на спусковом крючке. Увидев одно и то же лицо дважды на экране, я должен мгновенно нажать на кнопку. Если я ошибаюсь, меня пронизывает лёгкий, но неприятный электрический шок. Нажал неправильно кнопку – и лёгкий удар. Не нажал кнопку, когда надо, – опять удар. (Стоп! Стоп! Стоп! Я просто цитирую. Упаси Господь применять что-то подобное для обучения ребёнка – прим, автора) Тренировки проводятся регулярно и скорость показа лиц всё увеличивается. Каждый раз показывают всё больше и больше изображений. Тех же людей показывают в париках, в гриме, в другой одежде, в других позах. А ошибки караются лёгким, но неприятным шоком.

Разведчик должен быть внимательным к номерам машин. Один номер попался дважды, значит возможна слежка. Значит, на операцию идти нельзя. Мне показывают тысячи номерных знаков. Они несутся по экрану, как французский электропоезд. Их не нужно запоминать. Но их нужно узнавать. Аналитический ум тут не поможет. Нужен автоматический рефлекс. И его вырабатывают, как у собаки, по методу профессора Павлова. Ошибка – и шок. Ошибка – и шок.

Но номера машин могут быстро менять, поэтому нужно узнавать машины не только по номерам, а просто по их виду. А в современном городе миллионы машин, а наш мозг не способен запомнить даже сотни машин, тем более, что столько их, одинаковых. И тут вновь разведчика выручает рефлекс. Наш мозг способен фиксировать миллионы деталей, но мы просто не можем пользоваться этой колоссальной информацией.

Именно эту способность мозга при многократной тренировке реагировать всё быстрее и быстрее на падающие фигурки (лица, номера, машины) я и использовал в своей методике. Только вместо фигурок использую слова. На данном этапе активизируется переход от аналитического чтения (когда называются по порядку буквы, из которых состоит слово) – к рефлексорному чтению (когда взгляд видит слово целиком и узнаёт его).

Работа с компьютером

Упражнение 7

В таблице выбираются все слова, состоящие из 3-х букв. Для начала. Как бы быстро ученик их не читал, я всегда показываю слова быстрее. Если ученик будет успевать называть всё слово – эффекта не будет. Какой интерес играть в тетрис всё время на первом уровне?

Потом слова из 4-х букв. И так далее. В упражнениях «на скорость» достаточно использовать слова, состоящие не более чем из шести букв. Слова, состоящие из 7-ми и более букв, используются в упражнениях «на качество».

Это очень тяжело. Даже для взрослого. Но очень результативно. И только при одном условии: если ребёнок будет работать «как трактор». Самый максимальный результат показал, работая по этому методу, второклассник Саша. Мы начали занятия при скорости 40 слов в минуту. Через десять занятий он читал 80 слов в минуту. Этот рекорд и близко не побит другими учениками.

Можно разнообразить это упражнение. Так как чтение «на скорость» на компьютере довольно тяжёлое занятие, и дети его не любят, эту нелюбовь можно использовать на благо. Нужно поставить ребёнку условие: читаешь 10 минут «на скорость», а потом проверяем скорость в книге. В книге нужно прочитать столько-то слов за минуту (последний наивысший результат + 5 слов). Если не прочитаешь, опять читаешь 10 минут на компьютере. И в такой последовательности – до получения положительного результата.

Работа с книгой

Упражнение 8

Дети очень любят соревноваться. И для упражнений можно применить их естественную потребность быть лучше. Но не лучше других. А лучше себя. Вчерашнего.

Как же соревноваться? Со временем.

Берёте секундомер. Засекаете время, за которое ребёнок читает несколько абзацев текста. Потом он читает этот же самый текст второй, третий... седьмой... десятый раз. С каждым новым прочтением время будет уменьшаться. Часто наполовину от первого результата. В этом

случае также срабатывает способность «узнавания» слов. «Гоняете» его до тех пор, пока время прочтения не будет приблизительно одинаковым три раза. Это предел. На сегодня хватит.

Как вариант – вы отсчитываете такое количество слов в тексте, сколько хотите, чтобы ребёнок читал за минуту. Расчёт берётся так: фактическое количество слов, которое он читает сейчас плюс 5 слов. Не надо сразу отсчитывать 100 слов. Достижения должны быть ученику по силам. И пусть он читает выбранный текст несколько раз, пока не прочтает за 1 минуту. Так ребёнок будет привыкать к нужной скорости.

Упражнение 9

Сначала я читаю 3–5 строк с большой скоростью. Ученик глазами отслеживает моё прочтение (если ребёнок маленький, можно разрешить ему не отслеживать), а потом должен попытаться так же быстро прочитать этот отрывок. Секрет тут в том, что сами того не осознавая, дети неосознанно копируют манеру и скорость чтения взрослого. То есть, просто подражают.

Как вариант этого упражнения: чтение стихов «на скорость». Только читать не все стихи подряд, а выбрать **ритмичные** с простым текстом. Динамичный ритм, который заложен в стихе, будет автоматически подгонять читающего вложиться в отведённое для чтения строк время. Тут можно варьировать задания:

- ◆ читать стих с секундомером руке;
- ◆ одну строку читает родитель, другую – ученик. Потом меняться строками.

Как вариант – чтение для удовольствия. Удобно располагаетесь и читаете 3–4 строки текста с выражением, интонацией, что называется «по ролям». Ребёнок должен повторить вашу интонацию и скорость. То есть попросту скопировать вашу манеру чтения.

Упражнение 10

Я беру ручку и вожу ей по строкам со скоростью, чуть большей, чем ребёнок может читать (но не очень быстро). А он пробует успевать за указкой – называть поочерёдно те буквы, на которые плавно по тексту показывает ручка. Тут не важно, чтобы ученик читал правильно. Не успел прочитать букву – не страшно, пропускай, читай дальше. Тут срабатывает эффект тетриса – мы своё сознание (реакцию) подстраиваем под скорость падения фигурок. Главное – чтобы он **пытался** успевать.

Это упражнение можно варьировать: первый раз ученик читает отрывок и пробует успевать за ручкой, второй раз тот же самый отрывок текста он должен прочитать самостоятельно без указки. Интуитивно ребёнок будет подстраиваться под ту скорость, когда читал за ручкой.

Упражнение 11

Когда идёт отторжение всех предыдущих методов (а такое бывает), можно попробовать следующий подход: в книге читаете слова поочерёдно – одно слово вы, другое – ребёнок.

Хоть каким-то образом он будет видеть буквы.

Информация к размышлению

Некоторые родители отдают своих детей на курсы скорочтения. Где-то кто-то когда-то слышал, что можно научиться методике: провёл глазами страницу по диагонали и уже запомнил весь текст.

Тут вот какой момент.

Скорость чтения должна быть такой, чтобы мозг успевал понимать прочитанный текст. Самой природой отшлифовано, что скорость говорения и скорость понимания – приблизительно одинаковы. Говорим же мы со средней скоростью около 120 слов в минуту. Соответственно, с такой скоростью без ущерба для понимания наш мозг обрабатывает информацию. В течение длительного периода. Без утомления. От этого и будем отталкиваться. Если при чтении по диагонали, как говорят, человек читает со скоростью 600 слов в минуту, то мозг «напрягается», работая с такой скоростью. Для него это неестественно. Чем выше скорость, тем быстрее он устанет.

Например. Средняя скорость бега человека на стометровке – 37 км/ч (пиковая – 44 км/ч). Средняя скорость тренированного человека в беге на дальние дистанции (10 км и более) – 15–18 км/ч. Может ли человек бежать 10 км со скоростью 37 км/ч? Нет.

Точно так же при чтении: с нормальной скоростью мы можем читать (и понимать) текст в течение длительного периода. Со скоростью 600 слов в минуту мозг сможет работать короткое время.

Возможно, не спору, что существуют люди, для которых это не утомительно. Но всё же, на мой взгляд, это больше похоже на проглядывание текста. Учебник по математике вы будете проглядывать с такой скоростью? А по химии? А по истории?

А «Войну и мир» Толстого? Как в анекдоте:

– *Я методом скорочтения прочитал «Войну и мир» за 2 минуты.*

– *И что ты понял?*

– *Там что-то про Россию.*

С таким же результатом можно просто прочитать краткое содержание книги, которое без проблем можно найти в интернете.

Часть 2

Как запомнить стих

Как только человек произносит фразу: «Я столько не запомню», в тот же момент его память автоматически отключается.

А зачем стихотворения нужно запоминать?

Попробуйте сами ответить на этот вопрос.

Некоторые скажут: чтобы развивать память.

Вы зубрили в школе стихи. У вас после этого память стала лучше?

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.