

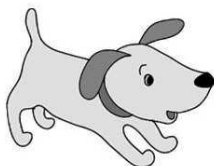
Научить ребёнка

Как?

Читать быстрее,
запоминать и понимать
больше

УНИКАЛЬНАЯ АВТОРСКАЯ МЕТОДИКА
СКОРОЧТЕНИЯ

Г. Абдулова



**УЧИМСЯ
БЫСТРО
ЧИТАТЬ**



Издательство АСТ

УДК 372.3/.4
ББК 74.102
А13

Абдулова, Гюзель.

А13 Учимся быстро читать / Гюзель Абдулова; худ. С. Бордюг и Н. Трепенюк и др. — М. : Издательство АСТ, 2018. — 111, [1] с. : ил. — (Научить ребёнка. Как?).

ISBN 978-5-17-109265-8

Скорочтение, или рациональное чтение, — один из самых важных навыков в современном мире. Он позволяет управлять информационными потоками. А тот, кто управляет информацией, — задаёт сегодня «правила игры». Поэтому для ребёнка очень важно как можно раньше овладеть этим сложным, комплексным навыком. Книга поможет легко и с увлечением научить ребёнка читать быстрее и понимать больше. Эффективность методики доказана на практике! Уже более 100 000 человек добились серьёзных результатов, выполняя несложные упражнения, позволяющие не только совершенствовать навык чтения, но и развивать память, внимание, мышление, воображение, речь. В этой книге руководитель школы интеллектуального развития «СУПЕРМОЗГ» Гюзель Абдулова делится своим богатым опытом решения многих проблем, которые стоят перед ребёнком на пути к вершинам скорочтения.

Для дошкольного возраста.

УДК 372.3/.4
ББК 74.102

АСТ

0+

© ООО «Издательство АСТ», 2018
© Абдулова Г. Ф., текст, 2018
© Бордюг С. И., Трепенюк Н. А., ил., 2018
© Емельянова С., ил., 2018
© Кравец Г., Кравец Ю., ил., 2018
© Соколов Г. В., ил., 2018
© Цыганков И. А., ил., 2018

В книге использованы материалы, предоставленные
фотобанком Shutterstock.Inc, Shutterstock.com

ISBN 978-5-17-109265-8

СОДЕРЖАНИЕ



ОТ АВТОРА	4
ПОЧЕМУ РЕБЁНОК ПЛОХО ЧИТАЕТ.....	6
ЧТО ТАКОЕ ЭФФЕКТИВНОЕ ЧТЕНИЕ	13
ВЫРАЗИТЕЛЬНОЕ ЧТЕНИЕ.....	17
СЕКРЕТЫ ПАМЯТИ	19
РАЗВИВАЕМ ВНИМАНИЕ	23
ОСОБЕННОСТИ МЫШЛЕНИЯ.....	26
СНАЧАЛА ГОВОРИ, ПОТОМ ЧИТАЙ	28
ПРАВИЛЬНАЯ МОТИВАЦИЯ	30
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ БАРЬЕРЫ	32
ПРАВИЛЬНЫЙ ПОДХОД.....	34
УСПЕШНЫЙ ОПЫТ	38
ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ЗАНЯТИЙ	41
УПРАЖНЕНИЯ	45
ДНЕВНИК УСПЕХА	108



ОТ АВТОРА

Последнее время всё больше родителей сталкиваются с тем, что их дети не читают или читают очень медленно. Но именно от этого важного комплексного навыка зависят успехи ребёнка в обучении. Объём информации, с которой нужно ежедневно справляться, резко увеличивается. Тем не менее важно не только наращивать скорость чтения, но и добиваться его эффективности, работать над глубиной понимания.

Чтение — очень сложный психический процесс, в котором задействованы и память, и внимание, и воображение, и мышление. Требуется координированная работа многих участков головного мозга. Хорошо известны основные проблемы, затрудняющие формирование и совершенствование этого навыка. В первой части этой книги вы узнаете, как преодолеть эти сложности и выстроить программу занятий специально для вашего ребёнка.

Вторая часть книги практическая — более 60 упражнений на формирование навыка и повышение скорости и эффективности чтения. Выполняя интересные упражнения, занимаясь всего по 15—30 минут в день, вы можете увидеть значительные результаты уже через месяц занятий! Причём неизбежна цепная реакция: улучшения обязательно коснутся в целом интеллектуального развития. Ребёнок будет меньше уставать и больше успевать. Мои ученики после окончания курса скорочтения уверенно справлялись с заданиями по математике, английскому языку и другим предметам. Многие упражне-

ния, приведённые в книге, можно делать по дороге в детский сад или школу, на прогулке, в любую свободную минуту. Не обязательно отводить для них специальное время.

В книгу включены тексты только к основным упражнениям, так как место ограничено. Для отработки навыков можно использовать любые пособия, рекомендованные для самостоятельного детского чтения.

Работая более 25 лет с детьми и взрослыми, я могу уверенно сказать, что очень часто люди не знают своих реальных возможностей. Выполняя несложные интересные задания и занимаясь с удовольствием, они могут повысить скорость чтения как минимум в 2–3 раза!

Эта книга для заботливых родителей. Она поможет вам самостоятельно разобраться в проблемах, которые стоят перед ребёнком, и построить индивидуальную систему занятий.

Итак, ВПЕРЁД! Пусть чтение приносит радость вам и вашим детям!

Г. Абдулова, методист,
руководитель школы интеллектуального
развития «СУПЕРМОЗГ»



ПОЧЕМУ РЕБЁНОК ПЛОХО ЧИТАЕТ

Ещё лет пятнадцать назад считалось, что не следует учить ребёнка читать до 7 лет. Ведь переучивать в школе намного труднее. Сейчас разработано множество хороших пособий, позволяющих осваивать азы и буки чуть ли не с пелёнок. Но проблемы остаются. И они очень негативно сказываются на качестве и скорости чтения. Что же обычно упускают родители, стремящиеся к раннему развитию?

Сложности начинаются уже на этапе изучения букв. Например, иногда заставляют малыша **зубрить весь алфавит** по порядку. Причём он запоминает именно названия букв «бэ», «вэ», «гэ», а не звуки, которые они обозначают. Такой подход признан неэффективным. Чтобы ребёнок быстрее начал читать, сначала его нужно научить слышать и произносить звуки. Обычно знакомят с гласными звуками, затем осваивают несколько самых распространённых согласных — «м», «п». И сразу переходят к соединению звуков в слоги и простые слова: «мама», «папа» и др. Также можно взять звуки, с которых начинается имя ребёнка или окружающие его предметы. Если знакомить только с буквами, то ребёнок не сможет соединить их в слоги и произнести, возникнет так называемое **побуквенное чтение**: «эм» + «а», «эм» + «а». Аналогичные трудности возникают и на этапе соединения слогов в слова — **послоговое чтение**. Основная причина — неразвитость фонематического слуха, то есть способности узнавать и понимать звуки речи. Исправить ситуацию помогут такие упражнения, как пропе-

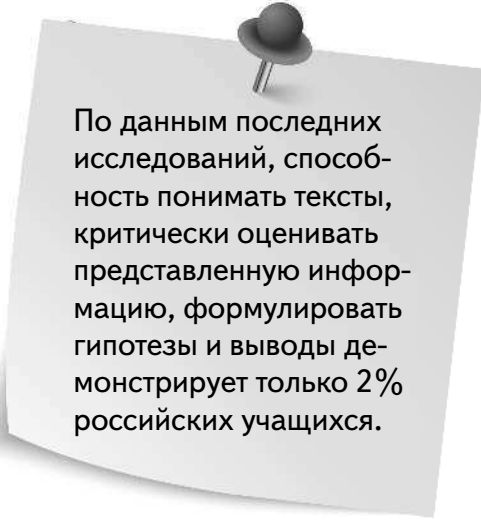
вание гласных, игры со слоговыми таблицами.

Ещё одна проблема: ребёнок **переставляет слоги, неправильно их читает, путает**. В этом случае отрабатываем навык слияния слогов, используем слоговые таблицы, причём как с открытыми (согласный + гласный), так и с закрытыми слогами (гласный + согласный).

Ребёнок может **заменять буквы при чтении**. Это связано с тем, что изначально буквы не были хорошо изучены, он их просто путает. Чаще всего дети путают буквы с похожим написанием или произношением: «б» и «в», «б» и «д», поэтому и прочитать могут по-разному. Помогут упражнения, нацеленные на анализ формы буквы: на что похожа, во что можно превратить. Эффективен подбор слов, начинающихся на эту букву (звук). Можно поиграть в ассоциации, то есть нарисовать предметы, которые возникают в сознании, когда слышишь/видишь эту букву (звук). Через образы понимание и запоминание придут быстрее.

Часто проблема в том, что ребёнок, да и взрослый, **не видит слова целиком и придумывает окончания**. Обычно это происходит, когда длинные слова. Срабатывает смысловая догадка. В этом случае нужно расширять поле зрения. И здесь поможет работа с таблицей Шульте (см. с. 57). Замечательно зарекомендовало себя задание, основанное на игре «прятки». Вы то открываете, то закрываете «шторкой» (листом бумаги, календариком и т. д.) слоги, слова, столбики слогов или слов, отрывки текста. Задача ребёнка состоит в том, чтобы увидеть слово целиком, понять и правильно его произнести. Так как времени даётся очень мало (1–2 секунды), то мы начинаем сначала с коротких слов, которые состоят из трёх-четырёх букв, и только потом постепенно увеличиваем количество букв в словах.

Иногда ребёнок читает так, как пишется, то есть **использует орфографическое чтение**. Это связано с тем, что ребёнка не на-



По данным последних исследований, способность понимать тексты, критически оценивать представленную информацию, формулировать гипотезы и выводы демонстрирует только 2% российских учащихся.

учили правильно произносить звуки и узнавать буквы, слова. Чаще играйте со словами. Например, показывайте карточку с картинкой и подписью, как рекомендуется в методике Глена Домана: зимний пейзаж и слово «мороз». У ребёнка должно сложиться чёткое представление, образ слова.

Если ребёнок **не может прочитать длинное слово целиком и начинает читать его по слогам**, поработайте со скороговорками. Они помогут научить максимально быстро и чисто проговаривать слова.

Мешает ребёнку читать быстрее и такая особенность, вызванная ошибками обучения, как **двойное чтение**. В этом случае малышу, чтобы понять слово, нужно дважды его прочитать, причём это может быть чтение про себя и вслух или шёпотом и в голос. Причина тут кроется, прежде всего, в боязни ошибиться, в неуверенности в себе. Здесь нужна психологическая помощь. Можно также постараться убрать эту привычку: предложите ребёнку читать с зажатым в зубах предметом, например колпачком от ручки или палочкой от чупа-чупса. Это помешает проговаривать слова при чтении.

Нередко ребёнок **теряет строчки или пропускает слова**. Основная проблема в этом случае — невнимательность. В этом возрасте ещё недостаточно развито произвольное внимание, концентрация возможна лишь на 5–10 минут. Поэтому во время занятий важно как можно чаще менять виды деятельности. Снежок за окном, лай собаки, музыка — внешние раздражители легко отвлекают малыша. Здесь помимо собственно тренировки внимания очень хорошо помогают упражнения с быстрой фиксацией слогов и слов, то есть так называемый приём «шторка». Лист бумаги закрывает слова, не даёт вернуться к прочитанному и помогает удерживать внимание на конкретном фрагменте текста.

Достаточно сложная проблема — **регрессия, или возвратное чтение**. По статистике, большинство людей теряют на регрессию до 60% времени. От такой вредной привычки страдают как дети, так и взрослые. Она объясняется либо невнимательностью, либо непониманием прочитанного. Избавление от регрессии позволяет повысить скорость чтения как минимум в два раза. Важно тренировать внимание, в том числе

с помощью приёма «шторка», а также усиленно работать над смысловой составляющей текста.

Серьёзные сложности при формировании навыка чтения создаёт и **низкий уровень восприятия**. Здесь есть несколько причин. Одна из них — это маленький словарный запас. Очень полезно вести небольшой словарь, обсуждать значение новых слов, вставлять их в разные контексты. Кроме того, низкий уровень восприятия часто зависит от недостаточно хорошо развитой памяти и внимания.

Для овладения осознанным, быстрым чтением важно иметь **представление о простейшем звукобуквенном анализе**. Если ребёнка заставляли зубрить только буквы, не объясняли, что есть разные звуки, он не сможет проводить анализ и синтез словесного ряда, а именно в этом и заключается навык чтения. С последующей его автоматизацией мы уже не осознаём все этапы, но при формировании навыка этот этап пропускать нельзя. У меня занималась девочка-второклассница. Она не могла прочитать и понять слово, если оно разделялось переносом. Оказалось, что её учили читать по методике Глена Домана, то есть слово она всегда воспринимала целиком. Но деление на слоги, буквы и звуки отсутствовало. В результате у ребёнка не сформировался навык чтения слова по частям. В этом случае эффективны упражнения на восстановление слов, когда буквы перемешаны, перевернуты или стоят в обратном порядке.

Я часто сталкиваюсь с ситуацией, что ребёнок **не умеет читать про себя**. И это относится не только к дошкольникам и младшим школьникам, но и к учащимся старших классов. Дело в том, что ребёнка с первого класса, а то и до школы, постоянно заставляли читать вслух. Обычно считают, что это помогает лучше понять текст. Это совершенно неправильно! За понимание отвечает совсем другая зона мозга, и когда мы читаем про себя, качество чтения, уровень понимания намного выше. Кроме того, читая вслух, ребёнок много сил тратит на правильное произношение, на выразительность в ущерб пониманию. Это всего лишь первый этап формирования навыка чтения. Мой совет: учите ребёнка читать про себя как можно раньше.

Мешают увеличить скорость чтения **трудности в пространственном ориентировании**. Если ребёнок не фиксирует текст как единое целое, не ориентируется в строчках, не может быстро определить, где он или его товарищ остановились, бессмысленно продолжают отработку скорочтения. На самом деле нужно не совершенствовать собственно навык чтения, а просто потренироваться в определении направления верх—низ, право—лево, а также развивать внимание. Самым популярным и действенным средством признана таблица Шульте, а также очень хорошо помогает игра «Муха» (см. с. 101).

Важный механизм, позволяющий максимально ускорить чтение без ущерба пониманию, — **антиципация слов или предложений**. Это умение выстроить смысловую догадку, то есть понять слово, предложение или даже текст, не дочитав до конца. Для развития этого важного навыка разработаны специальные упражнения. Вы найдёте их в соответствующем разделе.

Возможно, вы замечали, что ребёнок судорожно набирает воздух перед чтением вслух, затем начинает тараторить, воздух быстро заканчивается. Непоставленное речевое дыхание — серьёзное препятствие для быстрого и выразительного чтения вслух. Как известно, наш мозг составляет всего 2% от веса человека, но потребляет более 20% кислорода, и именно кислород даёт основную энергию для его работы. Если дыхание не поставлено, то мозг испытывает кислородное голодание. В результате человек быстро устаёт, сознание становится нечётким, и информация не усваивается. Кроме того, правильное дыхание позволяет расслабиться, и чтение уже не кажется трудной работой. Вдыхать нужно через нос, выдыхать медленно через рот, то есть применяем брюшное или диафрагмальное дыхание. При этом не следует сутулиться.

Не менее **важна правильная осанка**. Просто выпрямив спину и подняв голову, можно значительно увеличить скорость чтения. Зажатость и перекошенность не только мешают правильно дышать, но и нарушают кровообращение, приводят к физическому и умственному напряжению. А любое напряжение блокирует нашу память. Мы читаем и не понимаем, не

запоминаем. Учёные доказали, что если читать полулёжа, при наклоне туловища 120–135 градусов, уровень понимания вырастает на 30%. Расслабленная, незажатая поза помогает получить от чтения максимум удовольствия. Ребёнок понимает, что это радость, а не тяжёлая работа. Здесь же следует упомянуть и про **угол наклона книги**. Не случайно придуманы подставки для книг. Если книга лежит на столе, то ребёнок не видит текст целиком, ему приходится наклоняться над книгой, чтобы расширить поле зрения. В результате — напряжение, неправильное дыхание, усталость, снижение внимания и чёткости восприятия.

Нужно уметь расслаблять не только спину и плечи, но и глаза. Многие мои ученики на первых занятиях совершенно не моргают, читая текст. Но это очень важно, так как расслабляет глаза и помогает расширить поле зрения. Без моргания повысить скорость чтения невозможно. На занятиях мы также обязательно делаем гимнастику для глаз.

Хочу обратить особое внимание **на проблему расширения поля зрения**. Именно в этом основной залог успеха. Добиться хороших результатов позволяет работа с **таблицей Шульте**. Начинаем с простейшего варианта этой таблицы, который приводится в этой книге (см. с. 57). Занятия с ней могут растянуться на месяц. Не спешите усложнять! Главное — соблюдать ряд правил.



- 1.** Ни в коем случае не показываем пальцем цифры, которые находятся в таблице. Ищем их только глазами.
- 2.** Нужно сесть поудобнее, расслабиться, смотреть в центр на точку и, используя боковое зрение, чаще моргая, находить цифры от 1 до 24.
- 3.** Таблица Шульте должна быть большой, широкой. В книге приведён оптимальный размер. Не используйте экраны смартфонов и планшетов.
- 4.** Важно проверить ребёнка. Для этого можно просто предложить, чтобы он закрыл глаза. Вы называете любую цифру, он открывает глаза и находит эту цифру, а потом уже показывает её пальчиком.