

# САМЫЙ ЭФФЕКТИВНЫЙ ТРЕНАЖЁР ПО СКОРОЧТЕНИЮ



УДК 372.3/.4  
ББК 74.102  
С17

Автор вступительной статьи и научный редактор — **Гюзель Абдулова**,  
методист и руководитель школы интеллектуального развития  
«Супермозг» (<http://supermozg.school>)

**С17** Самый эффективный тренажёр по скорочтению / науч. ред. Г. Абдулова. — Москва : Издательство АСТ, 2026. — 191, [1] с. : ил. — (Быстрое обучение чтению).

ISBN 978-5-17-106030-5.

Скорочтение — один из самых важных навыков в современном мире, от которого во многом зависит карьера. Он позволяет управлять информационными потоками. Психологи пришли к выводу, что основа успеха — большой словарный запас и регулярная практика. В этой книге представлен уникальный тренажёр, который помогает значительно увеличить скорость чтения и глубину понимания. Ребёнок воспринимает текст через специальную рамку с окошками, привыкая пользоваться смысловой догадкой. Тренажёр более 17 лет активно применяется в школе интеллектуального развития «Супермозг». Тексты из золотого фонда детской литературы, систематизированные опытным методистом и руководителем школы «Супермозг» Г. Ф. Абдуловой, а также вопросы для проверки глубины понимания делают занятия с книгой максимально результативными.

Для младшего школьного возраста.

**УДК 372.3/.4**  
**ББК 74.102**

**АСТ**

© ООО «Издательство АСТ», 2026

© Абдулова Г. Ф., 2026

© Цыганков И. А., ил., 2026

© Чукавина И. А., Чукавин А. А., ил., 2026

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

ISBN 978-5-17-106030-5

# СОДЕРЖАНИЕ

## СЕКРЕТ УСПЕХА

К чему стремимся?.....	7
Смысловая догадка .....	9
Как работать с тренажёром .....	11

## ТЕКСТЫ ДЛЯ ОТРАБОТКИ НАВЫКА СМЫСЛОВОЙ ДОГАДКИ Уровень 1 (простой)

К. Д. УШИНСКИЙ. *Рис. И. Цыганкова*

БИШКА .....	16
ВАСЬКА .....	18
КОЗЁЛ .....	20
ГУСЬ И ЖУРАВЛЬ.....	22
НЕ ЛАДНО СКРОЕН, ДА КРЕПКО СШИТ .....	24
СПОР ЖИВОТНЫХ (в сокращении) .....	26
МЫШКИ .....	28

Л. Н. ТОЛСТОЙ (в сокращении)  
*Рис. И. Уваровой и А. Чукавина*

ЗАЙЦЫ И ЛЯГУШКИ.....	30
УДАЧА.....	32
САМЫЕ ЛУЧШИЕ ГРУШИ .....	34
ДЕЛЁЖ НАСЛЕДСТВА .....	36
ЛГУН.....	38
ЛЕВ И МЫШЬ .....	40

ВОЛК И ЖУРАВЛЬ.....	42
ПТИЦЫ И СЕТИ .....	44
ГОЛОВА И ХВОСТ ЗМЕИ .....	46
РЫБАК И РЫБКА .....	48
МЫШЬ ПОД АМБАРОМ.....	50
ВОДЯНОЙ И ЖЕМЧУЖИНА .....	52
МУРАВЕЙ И ГОЛУБКА .....	54
ЛИСИЦА.....	56
СОБАКА И ВОЛК .....	58
КОТ И МЫШИ.....	60
КАК МУЖИК ЛОШАДЬ ПЕРЕУПРЯМИЛ .....	62
ВОРОН И ЛИСИЦА .....	64
ТЕЛЁНОК НА ЛЬДУ.....	66
ЛЕНИВАЯ ДОЧЬ.....	68
ТРИ КАЛАЧА И ОДНА БАРАНКА.....	70
Лабиринт .....	72

**ТЕКСТЫ ДЛЯ ОТРАБОТКИ НАВЫКА СМЫСЛОВОЙ ДОГАДКИ**  
**Уровень 2 (средней сложности)**

К. Д. УШИНСКИЙ. *Рис. И. Цыганкова*

СПОР ДЕРЕВЬЕВ (в сокращении) .....	74
ПЕТУШОК С СЕМЬЁЙ.....	76
ЛИСА ПАТРИКЕЕВНА .....	78
ИГРАЮЩИЕ СОБАКИ.....	80

Л. Н. ТОЛСТОЙ (в сокращении)  
*Рис. И. Уваровой и А. Чукавина*

ТОНКИЕ НИТКИ .....	82
ДВА ТОВАРИЩА .....	84
СЛЕПОЙ И МОЛОКО .....	86
КАК МАЛЬЧИК РАССКАЗЫВАЛ О ТОМ, КАК ОН ПЕРЕСТАЛ БОЯТЬСЯ СЛЕПЫХ НИЩИХ .....	88
КАК МУЖИК УБРАЛ КАМЕНЬ .....	90
КАМЕНЬ .....	92
КИТАЙСКАЯ ЦАРИЦА СИЛИНЧИ .....	94
ВЕСЁЛАЯ БЕЛКА .....	96
МУЖИК И ОГУРЦЫ .....	98
ОТЕЦ И СЫНОВЬЯ .....	100
КАКАЯ БЫВАЕТ РОСА НА ТРАВЕ .....	102
ЦАРСКИЕ БРАТЬЯ .....	104
КОТЁНОК .....	106
ВОЛК И СТАРУХА .....	110
ВОЛК И ЯГНЁНОК .....	112
КОМАР И ЛЕВ .....	114
ЛОШАДЬ И ХОЗЯЕВА .....	116
ДВА КУПЦА .....	118
МИЛЬТОН И БУЛЬКА .....	122
ЦАРЬ И ИЗБУШКА .....	126
Игра «МУХА» .....	129

**ТЕКСТЫ ДЛЯ ОТРАБОТКИ НАВЫКА СМЫСЛОВОЙ ДОГАДКИ**  
**Уровень 3 (повышенной сложности)**

Л. Н. ТОЛСТОЙ (в сокращении)  
*Рис. И. Уваровой и А. Чукавина*

СТАРЫЙ ДЕД И ВНУЧЕК.....	132
КОСТОЧКА.....	134
КАК ТЁТУШКА РАССКАЗЫВАЛА О ТОМ, КАК ОНА ВЫУЧИЛАСЬ ШИТЬ .....	136
КАК МАЛЬЧИК РАССКАЗЫВАЛ ПРО ТО, КАК ЕГО В ЛЕСУ ЗАСТАЛА ГРОЗА .....	138
ПОДКИДЫШ .....	140
ДУБ И ОРЕШНИК.....	142
ИНДЕЕЦ И АНГЛИЧАНИН .....	144
МУЖИК И ВОДЯНОЙ.....	146
ПОЖАРНЫЕ СОБАКИ .....	148
ТОПОР И ПИЛА.....	150
СОВА И ЗАЯЦ .....	152
ПЕРВЫЙ ПЕРЕЛЁТ .....	154
СОКОЛ И ПЕТУХ.....	156
ЁЖ И ЗАЯЦ .....	158
МЫШЬ-ДЕВОЧКА.....	162
ЗОЛОТОВОЛОСАЯ ЦАРЕВНА.....	166
ЛЕВ И СОБАЧКА .....	170
АКУЛА.....	174
ПРЫЖОК .....	178
Таблица Шульте .....	184
Дневник успеха.....	185

## **СЕКРЕТ УСПЕХА**

### **К ЧЕМУ СТРЕМИМСЯ?**

Ребёнок медленно читает, не понимает, о чём текст, возвращается к одним и тем же строчкам снова и снова, не умеет выделять главные мысли и отвечать на вопросы. В результате — не успевает по многим предметам, долго и мучительно выполняет домашнее задание, сильно утомляется и испытывает отвращение к книгам и чтению. Знакомая ситуация, не правда ли?

Родители часто обращаются с такими проблемами в нашу школу интеллектуального развития «Супермозг». Их беспокоит множество вопросов. Можно ли научить ребёнка читать быстрее? Что нужно делать, чтобы чтение доставляло удовольствие и вызывало интерес? Можно ли быстро и эффективно помочь ребёнку в домашних условиях, не нагружая его дополнительными занятиями? К какому специалисту обратиться в сложной ситуации?

Умение читать действительно один из самых важных навыков, способствующих успешному усвоению знаний. Но, к сожалению, целенаправленно этому учат только в начальной школе. Обычно педагоги используют усреднённые нормы техники чтения для этого возраста, разработанные ещё в советской школе

(см. с. 186—187). В средних классах, в старшем звене, а также для взрослых нормы чтения и программы развития в России не разработаны. Зачастую человек всю жизнь читает со скоростью, достигнутой в начальных классах. Редко кто интуитивно осваивает способы и приёмы скорочтения. Большинство **взрослых читают со скоростью 120—180 слов в минуту при уровне понимания 50%**, поэтому такие результаты считаются нормой. Существует даже мнение, что более быстрое чтение может навредить ребёнку.

Для сравнения приведу немного **статистики**. В США норма для учащихся начальных классов — 158 слов в минуту, средних классов — 175—204, старших классов — 214—250, для студентов — 250—280, для взрослых — 340—620 слов в минуту. Усвоение содержания текста не менее 70%. В Германии средний уровень чтения 250—280 слов в минуту; быстрое чтение — 400—500 слов в минуту.

По данным ЮНЕСКО, США занимают 1-е место в мире по количеству ежегодно выпускаемых книг; Россия — 4-е место. В США 68% населения посещают общественные библиотеки. Заядлым книголюбом, который за год читает более двадцати книг, можно назвать каждого пятого американца; 16% населения читают от одиннадцати до двадцати книг, 20% — три-четыре книги, 14% — не более двух книг в год.

По оценкам Левада-Центра, в 2008 году 46% россиян не прочитали ни одной книги, 36% читали от случая к случаю, а 16% — читали постоянно. ВЦИОМ утверждает, что среднестатистический россиянин за год прочитывает около трёх книг.

Мировой опыт показывает, что у нас **есть внутренние резервы для повышения скорости и качества чтения минимум в 3 раза!** Чем раньше мы начнём заниматься с ребёнком, тем лучше будут показатели, а значит — успеваемость и качество обучения. Обратите внимание, что под скорочтением мы понимаем не только скорость прочтения текста, но главное — качество восприятия, глубину понимания и осмысления. Правильнее было бы назвать это рациональным чтением, поскольку скорость и способ чтения выбираются в зависимости от цели чтения (выборочное, обучающее, чтение художественного текста и др.).

### СМЫСЛОВАЯ ДОГАДКА

Подготовка к скорочтению начинается задолго до того, как ребёнок пошёл в школу. Важно заранее создать устойчивый фундамент — **достаточный уровень развития речи**. Наиболее благоприятное время для этого — **от полутора до трёх лет**. Мы не читаем слова по буквам, мы их узнаём и понимаем. Если у ребёнка

маленький словарный запас, то он не сможет усвоить прочитанное. Больше говорите с ребёнком, вводите новые слова, понятия, объясняйте значение слов.

**В три-четыре года** можно начинать знакомить с цифрами и буквами, готовить руку к письму. Речь становится всё более осознанной, мысли — ясными и оригинальными, идёт интенсивное развитие органов чувств, мелкой моторики пальцев рук.

**В пять-шесть лет** пора осваивать технику чтения. Активно развивается воображение, в памяти накапливаются образы окружающего мира, ребёнок всё больше взаимодействует с людьми, осваивает нормы общения.

Уже в **семь-восемь лет** можно формировать навык смыслового чтения, так как достаточного уровня развития достигают мышление и произвольное внимание.

Наверняка вы не раз вспоминали песню, услышав всего несколько аккордов, по первым словам продолжали пословицы или узнавали слово по начальным буквам. Предугадывание, предвосхищение, или **антиципация**, — это свойство нашего мышления, которое помогает лучше и быстрее понимать текст. Оно основано на опыте человека, на знании законов языка, на владении определёнными терминами, понятиями, лексическими единицами.

Умение быстро предугадывать буквы, слова и словосочетания непосредственно влияет на скорость чте-

ния и глубину понимания, является основой беглого, правильного, осмысленного чтения. При систематических тренировках ребёнок учится по начальным буквам называть слово, по начальным словам — фразу, по начальным фразам рассказывать текст. Именно в этом состоит секрет скорочтения. Когда это качество мышления хорошо развито, чтение ребёнка становится более динамичным, осмысленным, глубоким, уходят многие трудности, повышается интерес.

### КАК РАБОТАТЬ С ТРЕНАЖЁРОМ

Наша книга, оборудованная специальной рамкой с окошками, нацелена как раз на формирование навыка антиципации, тренировки осмысленного быстрого чтения. Пользоваться этим тренажёром можно, когда ребёнок читает уже 15—20 слов в минуту и может пересказать прочитанный текст, ответить на вопросы.

Работу с рамкой вводим постепенно. Начинаем занятия с простых текстов, набранных крупным шрифтом. Продолжительность занятий от 5 до 15 минут, затем увеличиваем до 30 минут.

Тексты для чтения распределены на три блока по уровню сложности.

**Первый уровень** — это простые, знакомые тек-

сты, напечатанные крупно. Слова в окошках видны практически полностью, закрыты всего 1–2 буквы. Объясните задание: нужно найти спрятанные буквы, прочитать слово и предложение. Не торопите ребёнка. Для него это непросто!

**Второй уровень** — рамка остаётся прежней, но текст напечатан более мелким шрифтом, поэтому задача усложняется. Ребёнок не видит уже 2–3 буквы, но также должен прочитать и понять текст.

**Третий уровень** — буквы становятся ещё мельче, нужно прочитать текст, не видя некоторые слова или половинки слов.

Не спешите переходить на новый уровень. Пусть ребёнок хорошо освоится, начнёт свободнее справляться с заданием. Текст должен читаться легко, быстро, динамично. Если полностью выполнить задание всё-таки сложно, **займитесь антиципацией букв в отдельных словах или поиграйте:** 1) узнай буквы с недостающими элементами; 2) узнай буквы с лишними элементами; 3) узнай неправильные буквы (так называемые отзеркаленные буквы или перевёрнутые вверх ногами), ребёнок должен найти среди них определённую букву.

На подготовительном этапе полезно также **упражнение «Убегающие слова»** из книги «Скорочтение

для детей»\*. Закрываем «шторкой» (листом бумаги, календариком и т. д.) столбик слов. Снизу очень быстро открываем последнее слово и через секунду закрываем. Ребёнок должен увидеть это слово и назвать. Затем открываем следующее слово. Нужно максимально быстро прочитать так столбик слов на одном выдохе.

Можно предложить ребёнку прочитать текст без рамки и только потом накрыть его рамкой. Чередуя способы чтения (с рамкой, без рамки), постепенно увеличиваем время восприятия текста до 2–3 минут. **Простые вопросы**, которые сопровождают каждый текст, помогут проверить глубину понимания.

Разнообразить занятия и быстрее добиться успеха помогут **игры-задания**, которые приводятся после текстов каждого уровня: таблица Шульте, игра «Му-ха» и лабиринт.

В конце книги есть **дневник успеха**. Заполняйте его, чтобы понимать динамику формирования навыка. Переходите к следующему уровню только после того, как убедитесь, что ребёнок показывает устойчивый результат, легко выполняет упражнения.

Иногда антиципацию, то есть осмысленное предположение, путают с **чтением по случайной догадке**,

---

\* Абдулова Г. Скорочтение для детей. — М. : Издательство АСТ, 2018. — 256 с.

когда ребёнок смотрит на начало слова и, не задумываясь, выдаёт окончание. Это происходит от невнимательности и никак не свидетельствует о глубине понимания. Данный тренажёр как раз помогает предотвратить такой спонтанный подход к восприятию текста. Ребёнок осознаёт, что за рамкой спрятались конкретные буквы.

Очень важно, чтобы **ребёнок занимался с удовольствием**. Постарайтесь заинтересовать малыша, создайте непринуждённую обстановку. Отправляйтесь вместе в увлекательное путешествие в гости к буквам. Загляните в окошки домика, где живут слова, или превратите чтение в захватывающую шпионскую игру, квест, игру «Помоги герою сказки». Наберитесь терпения и ни в коем случае не заставляйте! Нежелание заниматься свидетельствует о том, что вы слишком высоко подняли планку и ребёнку очень трудно. Отступите на несколько шагов — тренируйте внимание, память, развивайте речь. Помните: тренажёр — всего лишь инструмент! Ребёнку нужны ваши поддержка и любовь, чтобы преодолеть все препятствия.

**Читайте быстрее, понимайте больше!**

**Гузель Абдулова,**

методист и руководитель школы  
интеллектуального развития «Супермозг»

# ТЕКСТЫ ДЛЯ ОТРАБОТКИ НАВЫКА СМЫСЛОВОЙ ДОГАДКИ

Уровень 1

