

вчитель збалансовує читання, яке передбачене навчальною програмою, з вільним читанням.

Однак любов до читання й звичка читати книги протягом усього життя формується вдома. Оскільки вдома дитина проводить набагато більше часу, ніж у школі – і це найочевидніша причина, тому саме батьки повинні прищеплювати дитині любов до читання. Наприклад, пропозиція раз на тиждень влаштовувати вечори читання, у рамках яких члени родини по черзі читатимуть один одному вголос або кожен читатиме свою книгу. Це робити доречно, якщо дитина вміє читати. Обговорення з малюками власного читацького досвіду, розповідь про книги, які цікавили батьків у їх юному віці, – усе це не залишить байдужими дітей, а спонукатиме до подальшого читання. Спільне відвідування бібліотеки, книгарні, вибір книги для кожного члена сім'ї, обговорення прочитаних твори дозволить не лише обмінятися інформацією, а й зблизить членів родини. Батькам слід долучатися до обговорення літературних здобутків дітей, брати участь в організації літературних вікторин і свят у школі. Отож, щоб стати партнерами в популяризації читання, повинна бути тісна співпраця вчителя, батьків та дітей.

Оскільки вчитель початкових класів є авторитетом для своїх вихованців, його власний ентузіазм до читання й розповіді про літературні відкриття можуть стати сильним стимулом для учнів. Учитель повинен завжди вислухати й підтримати індивідуальні читацькі інтереси своїх вихованців, стимулювати дітей вибирати книги, які їх цікавлять, навіть якщо це не завжди співпадає з програмою, адже читання сприяє розвитку не лише читацьких, а й мовленнєвих та аналітичних навичок.

Сучасний світ літератури постійно змінюється. І нам важливо слідкувати за новими книгами, методиками та тенденціями в читанні. У світі, де інформація надходить до дітей з усіх сторін, важливо показати їм, що читання – це не тільки корисно, але й цікаво. Учитель початкових класів бере на себе велику відповідальність у формуванні читацьких навичок і прищеплює любов до книг. Саме ця робота робить професію вчителя особливо значущою і важливою для майбутнього культурного розвитку суспільства.

Підводячи підсумки сказаному, можна сказати, що вчителю початкових класів доводиться зустрічати численні виклики у сфері розвитку читацьких навичок дітей, проте завдяки творчому підходу, інноваціям і невичерпному ентузіазму, ми маємо змогу впливати на формування читацьких навичок та відкривати перед учнями захоплюючий світ літератури, який супроводжуватиме їх протягом усього життя.

Список використаних джерел та літератури

1. Колесник Л. Інтерактивні методи навчання на уроках читання. Початкова школа. 2014. № 1.
2. Савченко О. Я. Метод проектів на уроках літературного читання// Почат. школа, 2015, № 11
3. Шейко Г. К. Інноваційні методи роботи в початковій школі / Г. К. Шейко. - Х.: Ранок, 2008.
4. Давидов В.В Теорія розвиваючого навчання/ В.В. Давидов. – М.: ІН ТОР, 1996. -
5. Куріпка В.І Навчальні ігри на уроках читання. 1-4 класи./Вид. група «Основа»: «Триада+», 2008

Шевцова Аліна,
асистент вчителя
Комунального опорного закладу
загальної середньої освіти
«Пироговецький ліцей
Хмельницької міської ради

Найкращі способи прискорити читання та стати швидкочитачем

Читання – це універсальна діяльність і, безумовно, одна з найважливіших навичок для отримання нових знань або доступу до інформації. У цій статті ми розглянемо навички швидкого читання та дослідимо техніки, які ви можете використовувати, щоб читати краще і швидше.

Ми також розглянемо плюси і мінуси швидкого читання - коли його доречно використовувати, і який вплив воно може мати на розуміння.

Ключові слова: швидкочитання, субвокалізація, пульсометрування, техніка сканування, мапінг.

Key words: speed reading, subvocalization, pulse measurement, scanning technique, mapping.

Швидкочитання – це процес швидкого розпізнавання та засвоєння фраз або речень на сторінці відразу, а не ідентифікації окремих слів.

Кількість інформації, яку ми обробляємо, зростає з кожним днем, будь то електронні листи, звіти та веб-сайти на роботі або соціальні мережі, книги та журнали вдома. Ми, ймовірно, відчуваємо тиск, щоб розібратися з цією інформацією швидше, щоб «залишатися в курсі подій» і приймати обґрунтовані рішення.

Більшість людей читають із середньою швидкістю 250 слів за хвилину, хоча деякі з них від природи швидші за інших. Але вміння швидко читати може означати, що ви можете подвоїти цю швидкість.

Усі техніки швидкочитання мають одну спільну рису: ви уникаєте вимовляти і «чути» кожне слово в голові, коли читаєте його, - процес, відомий як «субвокалізація». Замість цього ви «пробігаєте» рядки або групи слів, оскільки розумієте слова швидше, ніж можете їх вимовити.

Тож як ми можемо організувати цей процес найбільш ефективно та результативно? Саме тут у гру вступає швидкочитання, і гарна новина полягає в тому, що навчитися швидко читати може будь-хто. Це потужна перевага для розширення своїх знань, покращення навчального процесу та кар'єрного зростання [3]. Розглянемо основні техніки та підходи швидкочитання:

1. Техніка ручного пульсометрування.

Ручний темп - це проста і швидка техніка покращення читання, яка дозволяє вам читати швидше, зберігаючи при цьому стабільний рівень уваги. Ви коли-небудь чули про метод указки? Більшість з нас вивчали його в шкільні роки, але з якихось причин перестали використовувати цю техніку, коли вирости.

Метод вказівного пальця був розроблений творцем швидкісного читання Евелін Вуд. Він полягає в тому, що ви рухаєте вказівним пальцем або указкою по сторінці і під реченням, яке збираєтеся прочитати. Це покращить вашу загальну концентрацію та швидкість читання. Прискорення темпу - найшвидший спосіб навчитися швидко читати.

2. Сканування та попередній перегляд

Техніки сканування та попереднього перегляду покращують ваші навички швидко схоплювати головну ідею того, що ви плануєте прочитати. Ці техніки навчать вас шукати цифри, імена та ключові слова.

З практикою ви зможете швидше визначати ключові речення в абзаці. Експерти зі швидкісного читання здатні проглянути і зрозуміти цілу сторінку за лічені секунди.

Використовуючи цю техніку, обов'язково шукайте такі елементи, як списки, пункти, графіки, індекси та підзаголовки. Визначте ці ключові елементи, перш ніж заглиблюватися в деталі [1].

3. Читання фрагментів слів

Читання груп слів - одна з ключових навичок, яку потрібно здобути, навчаючись швидкочитанню. Це також одна з найбільш трудомістких технік швидкісного читання.

Як впливає з назви, ця техніка передбачає читання груп слів, а не окремих слів. Мета - зменшити кількість «зупинок», які роблять ваші очі під час читання. Як тільки ви почнете читати частинами слів, ваша швидкість розуміння, а разом з нею і здатність до швидкого читання значно покращиться.

Для початку прочитайте цю статтю про читання частинами слів. Вона містить важливі поради та матеріали. Три техніки швидкого читання, про які йшлося вище, призначені для того, щоб прискорити ваш темп. У наступному розділі ми розглянемо деякі техніки, які допоможуть покращити ваші здібності до запам'ятовування та пригадування.

4. Розуміння прочитаного

Розуміння прочитаного – це здатність читати текст, обробляти його та сприймати. Це може здатися простим, але насправді це не так. Розуміння може бути складним поняттям. Мозок обробляє нові знання з повним усвідомленням існуючої когнітивної структури.

Це означає, що нове знання має бути пов'язане з іншими знаннями, які вже зберігаються в мозку. Те, як ви осмислите (або зрозумієте) прочитане, буде залежати від асоціацій, пов'язаних зі структурою знань, яку ви вже маєте.

Немає сенсу читати швидко, якщо ви не можете зрозуміти зміст тексту або якщо ви не можете вбудувати нову інформацію в існуючі структури пам'яті. Однак ви можете багато чого зробити, щоб розвинути швидкість розуміння, і це піде вам на користь під час навчання швидкому читанню [4].

Як пришвидшити читання та покращити розуміння?

✓ Збагачайте свій словниковий запас. Щоб зрозуміти те, що ми читаємо, нам потрібно знати значення використаних слів. Однак багато слів мають багато значень, які залежать від контексту, в якому вони вживаються. Тому розширення словникового запасу передбачає запам'ятовування нових слів і вивчення різних контекстів, в яких ці слова можуть бути використані для передачі різних значень.

✓ Техніки візуалізації та запам'ятовування. Людське розуміння залежить від здатності візуалізувати та запам'ятовувати. Якщо ви опануєте такі техніки, як мапи мозку або створення палацу пам'яті, ви зможете набагато краще візуалізувати та запам'ятовувати нову інформацію і, безсумнівно, покращите своє сприйняття в цьому процесі. Окрім кращого розуміння, ви також зможете пригадувати інформацію з більшою достовірністю.

✓ Робіть нотатки та узагальнюйте. Коли ви робите нотатки, ви змушуєте себе інтерпретувати прочитане. Якщо вам дуже складно узагальнити текст у короткі нотатки, знайте, що ви не повністю зрозуміли текст. Найкраще конспектувати тільки після того, як ви прочитали (швидко) логічний розділ тексту, який стосується певної концепції.

✓ Тримайте в голові тему. Якщо ви триматимете в голові основну тему автора або розділу під час читання, вам буде набагато легше зрозуміти справжнє значення певних слів чи фраз. Наприклад, якщо ви читаєте книгу про машинне навчання, використання терміну "елегантний" означатиме складну техніку програмування, а не добре одягнену людину.

✓ Попередньо переглядайте текст. Оскільки розуміння багато в чому залежить від вашої здатності зрозуміти значення слів і фраз у їхньому контексті, вам може бути корисно переглянути текст перед тим, як почати читати. Ця техніка швидкого читання була описана вище і допоможе вам швидко зрозуміти основну ідею автора.

✓ Ставте собі запитання. Після попереднього перегляду запишіть основні питання, на які ви хочете знайти відповідь. Під час читання частіше ставте питання, що стосуються прочитаного тексту. Це допоможе вам організувати своє мислення і вербалізувати значення, яке ви винесли з тексту. Вам буде набагато легше пов'язати нові знання з існуючими структурами пам'яті [5].

Щоб підвищити ефективність читання, пам'ятайте, що певні звички можуть знизити його результативність. Багато хто розвиває ці погані читацькі звички ще в дитинстві, під час навчання в школі.

Найпоширенішими з них є субвокалізація (промовляння слів подумки) та регресія (відступання назад у тексті). Вони часто сповільнюють вас і негативно впливають на сприйняття та здатність обробляти текст.

Ви також можете зіткнутися з проблемами, коли читаєте в невідповідному середовищі з поганим освітленням або гучними звуками, або коли ви просто втомилися. Однак ви можете легко впоратися з цими проблемами, якщо створите належні умови для читання або навчання.

Кілька порад щодо боротьби зі шкідливими звичками:

- Намагайтеся боротися зі звичками індивідуально, щоб зменшити або усунути їх.

- Переглядайте та скануйте перед тим, як читати. Використовуйте лінійні та хрестоподібні рухи руками.
- Під час сканування шукайте незнайомі слова і навмисно проговорюйте їх. Це допоможе зменшити спокусу проговорювати їх пізніше.
- Рахуйте цифри, наспівуйте мелодію або жуйте жуйку, щоб зменшити субвокалізацію.
- Не повертайтеся до тексту. Так ви не пропустите важливі факти.
- Дисципліуйте свої очі. Навчіть їх плавно читати зліва направо.

Щоб навчитися швидко читати, ви можете скористатися програмним забезпеченням, записатися на онлайн-курс або відвідати живий урок. Це може бути дуже ефективним підходом, оскільки такі курси зосереджені на передових техніках швидкого читання та наукових методах, які допоможуть вам позбутися поганих звичок і запропонують ефективні вправи та тести для швидкого читання [2].

Нижче наведено популярні ресурси, які є корисними та ефективними для освоєння нових навичок швидкочитання:

Iris Reading – одна з найвідоміших установ, де можна навчитися читати швидше. Ви можете забронювати заняття наживо в багатьох містах США та Канади. Iris також пропонує особисті заняття у Великобританії, Індії, Китаї, Бразилії та Сінгапурі. Крім того, ви можете зареєструватися на один з їхніх відео-курсів.

Spreader (7-Speed-Reading) – це наукова методика навчання, яка навчає вас ефективному швидкому читанню. Стратегії спеціально розроблені для того, щоб полегшити природний процес навчання студентів, дорослих та професіоналів. Тому більшість користувачів оцінюють програму як ефективну, інтерактивну та цікаву.

Великою цінністю є поглиблене відео-тренування за участю шести всесвітньо визнаних експертів. Темі варіюються від покращення пам'яті, ефективного управління робочим навантаженням до передових технік швидкого читання. Інструмент також постачається з вбудованою програмою для швидкісного читання.

Eye-Hop™ від Alchemy Training Unlimited – це (безкоштовний) ресурс для практики читання по групах слів онлайн або офлайн у фізичному форматі. Цей інструмент допоможе розвинути ваше розуміння і загальну концентрацію уваги, оскільки ви навчитеся читати кілька слів одночасно. Це допоможе вам стати швидшим і зосередженішим.

Для отримання матеріалів, будь ласка, відвідайте веб-сайт Рона Коула. Він пропонує чотири PDF-файли для завантаження. Кожен PDF-файл містить інструкції, які знаходяться в кінці файлу. Інструмент дозволяє вам також створювати аркуші з власними вправами для швидкого читання [4].

Для кращого опанування технік швидкочитання необхідно дотримуватися наступних порад:

1. Застосовуйте прочитане. Можливо, ви вмієте швидко читати і читаєте багато книжок на рік. Це добре. Однак, вам потрібно впроваджувати всю інформацію, отриману з книжок, у своє повсякденне життя. Інакше вона стане марним знанням.

Дійте – книги – це інструменти, а інструменти призначені для вдосконалення навичок. Використовуйте швидкий перегляд, сканування та інші підходи для швидкого читання книги, щоб виокремити основну інформацію і негайно застосувати ці знання до ваших проектів, ідей, звичок чи діяльності.

Аналізуйте свої дії - використовуйте книги для нотаток і повертайтеся до них для коротких оглядів. Регулярно переглядайте свої дії, щоб оцінити, чи впровадили ви нову навичку, чи знову забули про неї. Продовжуйте практикувати, і вони перетворять книги на дію.

2. Розгляньте швидкий тест на швидкість читання.

Існує багато онлайн-тестів, і може бути дуже корисно пройти один з них перед тим, як ви почнете вчитися швидко читати. Нижче наведені кроки для проведення ручного тесту.

Ручний тест дуже простий: просто візьміть книгу і секундомір. Почніть читати абзац і засікайте час. Ви можете виконати ці кроки, щоб отримати швидкий і простий результат:

- Виберіть книгу на ваш вибір.
- Виберіть абзац для читання.
- Заміряйте час. Відстежуйте, скільки часу потрібно, щоб прочитати повний абзац.
- Підраховуйте слова, які ви щойно прочитали.
- Розглядайте час і слова як орієнтир, який ви можете покращити.
- Намагайтеся постійно нарощувати швидкість. Не забувайте кількісно оцінювати свої результати.

• Завжди починайте з нормальної швидкості, оскільки поспіх знижує точність. Ви можете вибрати абзаци на різних сторінках, щоб досягти точного вимірювання часу. Ви можете використовувати результати як міру ефективності і підвищувати швидкість, пробуючи різні практики [1].

3. Розслабтеся і тренуйте очні м'язи.

Вміння швидко читати можна метафорично порівняти з фізичними тренуваннями. Як і спортсмени, які розвивають фізичні навички, щоб використовувати їх у своєму виді спорту, людині, яка швидко читає, потрібно, щоб її очні м'язи були в хорошому стані. Як і інші м'язи, очні м'язи також потребують догляду і тренування, що принесе читачу багато користі.

Очі можуть дуже швидко втомлюватися, і це робить читання складним завданням. Хороша техніка - давати очам відпочинок між тренуваннями або сеансами швидкого читання. Не перенапружуйте м'язи занадто сильно, адже завдяки тренуванням ви з часом розвине м'язи.

4. Попередньо переглядайте матеріал. Поставте мету читання.

5. Ставте питання: Хто, Де, Що, Коли, Чому і Як?

6. Використовуйте палець, ручку або мишу як інструмент для прискорення темпу.

7. Читайте частинами слів. Почніть з 2-3 фраз, а потім просувайтеся далі.

8. Поповнюйте словниковий запас, щоб швидше розпізнавати слова.

9. Розвивайте навички пам'яті, щоб краще запам'ятовувати та відтворювати інформацію.

10. Позбудьтеся обмежуючих звичок читання.

Отже, мінімізуйте відволікаючі фактори і скоротіть ті види діяльності, які можуть викликати занепокоєння або відволікти вас від читання; читайте, не відволікаючись. Вимкніть телевізор, радіо, електронну пошту та мобільний телефон; читайте, сидячи в правильній позі, в ідеалі - на стільці, з ногами, що торкаються землі; робіть перерви, тобто читайте по 50 хвилин з 10-хвилинною перервою між ними [2].

Під час читання ліва і права півкулі мозку задіяні одночасно. Ліва сторона контролює багато речей, включаючи наукові здібності, вміння рахувати та розмовні мови. Права сторона контролює такі речі, як творчість, візуалізація, запам'ятовування та уява. Люди, які вміють використовувати обидві сторони свого мозку, можуть одночасно розвивати неймовірну швидкість читання і більш ефективно зберігати інформацію.

Чотири принципи мапінгу для використання з системами швидкого читання:

1. Сформулюйте головну ідею в одному центральному зображенні.

2. Додайте важливі теми до цієї центральної ідеї за допомогою гілок.

3. Використовуйте 3-5 гілочок, щоб ще більше урізноманітнити тему.

4. Гілки та гілочки формують візуальну структуру для перегляду ключової інформації [5].

Техніки швидкочитання – це потужний арсенал ефективних технік для прискорення читання, покращення розуміння, зменшення регресії або швидкого перегляду матеріалів, таких як книги, статті та документи. Найпоширеніші техніки швидкісного читання включають ручний темп, попередній перегляд і розбиття на частини. Субвокалізація визнана поганою звичкою читання, оскільки вона уповільнює швидкість читання. При навчанні швидкісному читанню мета полягає в тому, щоб позбутися субвокалізації і натомість візуалізувати інформацію.

Швидкочитач – це людина, яка опрацьовує письмовий матеріал значно швидше, ніж середньостатистичний читач. Конкретної мінімальної швидкості не існує. Однак, розумним

вважається мінімум 350-400WPM (слів за хвилину). Добре структурована програма тренувань може збільшити середню швидкість читання до 600 слів на хвилину, зберігаючи при цьому розуміння на рівні 80-90%.

Так, практика є ключовим фактором, і ви неодмінно досягнете успіху, чим більше будете застосовувати техніку швидкого читання. Вам доступний океан інформації, і щодня її додається все більше. Чим більше ви читаєте, тим більше ви знаєте, а чим більше ви знаєте, тим успішнішими ви можете стати.

Самоосвіта та саморозвиток – два ефективні методи підвищення вашого потенціалу успіху. Ніхто не народжується з повністю розвиненими здібностями, вони набуваються шляхом навчання. Вміння швидко читати - одна з таких навичок. Оволодівши цією навичкою, ви зможете побачити, як ваша база знань збільшується в геометричній прогресії. Читайте багато, і ваші шанси на успіх у професійному, особистому, соціальному та фінансовому плані миттєво зростуть.

Список використаних джерел та літератури

1. Джаст, М.А. і Карпентер, П. (1987). Психологія читання та розуміння мови. Бостон: Allyn and Bacon, Inc.
2. McClusky, H. (1934). "Експеримент про вплив попереднього перегляду на читання", Журнал педагогічної психології, 25(7), 521-529 [онлайн]. Доступно тут. [Доступно 25 жовтня 2017 р.]
3. <https://www.preplounge.com/en/articles/speed-reading-techniques>
4. <https://www.bowdoin.edu/baldwin-center/for-students/academic-coaching/student-resources/readings/speed-reading-strategies.html>
5. <https://www.bbc.com/future/article/20191129-how-to-learn-to-speed-read>

Шевчишена Оксана,

старший викладач кафедри педагогіки та психології

Хмельницького ОІППО

імені Анатолія Назаренка,

кандидат психологічних наук

Проблема читання в умовах інформаційного суспільства: психолого-педагогічний аспект

Актуалізовано проблему дитячого читання та важливість реорганізації читацьких звичок в умовах інформаційного суспільства. Проаналізовано роль книги та її психологічне значення у різносторонньому розвитку дитини. Актуалізовано важливість сімейного середовища щодо розвитку в дітей читацької компетентності.

Ключові слова: глобалізаційні процеси, інформаційно-комунікаційний простір, книга, дитяче читання, читацький інтерес, різносторонній розвиток дитини.

The problem of children's reading and the importance of reorganizing reading habits in the conditions of the information society are updated. The role of the book and its psychological significance in the multifaceted development of the child are analyzed. The importance of the family environment regarding the development of children's reading competence has been updated.

Key words: globalization processes, information and communication space, book, children's reading, reading interest, multifaceted development of the child.

Сьогодні нашим дітям доводиться перебувати, взаємодіяти, навчатися та спілкуватися у вимірі потужного швидкоплинного «інформаційного потоку». Плинність інформації настільки є стрімкою, що не лише доросла людина, але й пересічна дитина за нею не встигає. Зрозуміло, що школа не може постійно збільшувати період навчання. Тому в якості домінуючого пріоритету сучасної шкільної освіти продовжує залишатися розвиток в