

IŠMOKITE GREITAI SKAITYTI

fppt.com

- *Kremtant* vadovėlį studijų metu, skaitant ilgą ir sudėtingą kolegės el. laišką arba tiesiog skaitant rytinį laikraštį tikriausiai yra tekę pagalvoti, kad būtų neblogai mokėti skaityti greičiau.
- Siūlome kelis paprastus patarimus, skirtus pagreitinti skaitymą.

fppt.com

Greitasis skaitymas

- Vidutiniškai suaugusysis skaito 200-300 žodžių per minutę greičiu (žpm). Mėgstantys skaityti žmonės paprastai skaito daugiau nei 400 žpm. Tačiau daug žmonių skaito daugiau nei 800 žpm ir gerai supranta tekstą. Galite patikrinti savo skaitymo greitį čia:
<http://www.freereadingtest.com/free-reading-test.html>

fppt.com

Išmatuokite savo dabartinį skaitymo greitį

- Matuodami skaitymo greitį ne tik suprasite, ar tobulėjate, bet save motyvuosite.
- Nustatykite laikmatį ir skaitykite pasirinktą tekstą 60 sekundžių. Tada suskaičiuokite, kiek žodžių perskaitėte. Tai bus jūsų žodžių per minutę (žpm) skaitymo greitis.
- Paprasčiau būtų atlikti internete esantį skaitymo greičio testą (tačiau jie dažniausiai yra anglų kalba). Tokie testai padeda ne tik paskaičiuoti perskaitytų žodžių skaičių, tačiau ir patikrinti, ar supratote perskaitytą tekstą, o tai rodo ne tik skaitymo greitį, bet ir skaitymo bei supratimo kokybę.

fppt.com

Pašalinkite trukdžius

- Net jei jums atrodo, kad geriau skaityti skambant muzikai arba šurmuliuojančioje kavinėje, vis dėlto, labiau tikėtina, kad skaitymo greitį galima padidinti iki minimumo sumažinus išorinius trukdžius.
- Suraskite ramią vietelę, skirtą skaitymui, išjunkite TV, radiją ir mobilųjį. Dėmesį blaško ir kambaryje kalbantys žmonės. Jei ramaus kampo rasti neišeina, išbandykite ausų kištukus, kurie padėtų izoliuotis nuo aplinkui esančių distrakcijų.

fppt.com

Priderinkite skaitymo greitį prie skaitomos medžiagos

- Kartais suvokimo kokybę tenka aukoti vardan greičio. Todėl didinant skaitymo greitį svarbu nuspręsti, kaip *kruopščiai* būtina suprasti skaitomą tekstą. Prieš pradėdami skaityti, nuspręskite, kaip greitai ketinate skaityti. Jei skaitote laikraštį, greičiausiai domina tik pagrindinė mintis, tad pastraipas galima *prabėgti* gan greitai. Tačiau jei skaitote matematikos vadovėlį ar filosofinį traktatą, kurį turite visiškai suprasti, skubėti negalima.

fppt.com

Skaitydami atskirkite grūdus nuo pelų

- Nesvarbu ką skaitote, dažnai tekste būna nemažai *kamšalo*, kurį galite *prabėgti* akimis greitai. Net ir paviršutiniškai skaitant turėdami savos patirties galėsite atskirti svarbiausias knygos dalis. *Pasiekę* tokią svarbią vietą, sulėtinkite tempą. Prieš pradėdami skaityti skyrių, greitai jį peržvelkite ir pasistenkite aptikti pasikartojančius žodžius, frazes, reikšminius teiginius, paryškintas vietas ir kitus panašius svarbių koncepcijų indikatorius. Tuomet, kai jau *tikrai* skaitysite, galėsite praleisti didelius teksto gabalus, sulėtindami tempą tik tada, kai *prieisite* tai, kas yra svarbu.

fppt.com

Įpraskite neskaityti iš naujo

- Dažnai žmonės sustoja, grįžta atgal prie tik ką skaitytų žodžių ir sakinių norėdami įsitikinti, kad teisingai suprato. Dažniausiai tai nėra būtina ir lengvai tampa įpročiu, kai žmonės ima taip daryti net nejausdami.
- Štai vienas pratimas siekiant atsisakyti skaitymo iš naujo. Skaitydami braukite popieriaus lapelį ar žymeklį teksto eilute, uždengdami jau perskaitytas eilutes. Pradžioje *veskite* lapelį lėčiau, o paskui, iš lėto *didindami* greitį – greičiau.

fppt.com

Nešnabždekite

- Skaitydami kartais žmonės šnabžda arba sau tyliai taria žodžius. Taip daro daug žmonių, nors ir skirtingai. Kai kurie žmonės fiziškai judina lūpas ar tyliai taria žodžius, o kiti – tiesiog taria mintyse. Nepaisant to, kaip skaitymas yra įgarsinamas, tai lėtina skaitymą. Norėdami atsisakyti šio įpročio, imkitės sąmoningų veiksmų. Pastebėję, jog tariate žodžius, stenkitės liautis tai darę.

fppt.com

Tylusis skaitymas

- Pamatę žodį, pasistenkite jį iškart vizualizuoti, užuot *patvirtinę* jį mintyse ir tik tada įsivaizdavę.
- Taip pat gali būti naudinga koncentruotis į reikšminius žodžius ir praleisti kitus.
- Arba pabandykite tiesiog uždėti pirštą ant lūpų, kad nemurmėtumėte.

Skaitykite *vesdami* ranka

- Tolygūs akių judesiai skaitant yra esminiai norint skaityti greitai. Akių darbo efektyvumą galima labiausiai sustiprinti rankos judesiais. Vienas būdas yra skaitant *vesti* ranka žemyn. Galima ir braukti pirštu po skaitoma eilute, lyg valytumėte nuo eilutės dulkes. Jūsų akys instinktyviai seks judesį ir rankų judesiai privers akis tolydžio judėti į priekį. Tačiau to nereikėtų daryti nuolat, kad netaptų įpročiu.

Mažiau laiko skirkite *perėjimams*

- *Pereidamos* nuo vieno sakinio prie kito jūsų akys tuo pačiu greičiu juda atgal (iš dešinės į kairę) kaip ir į priekį (iš kairės į dešinę). Atkreipkite į tai dėmesį ir pasitaisykite. Pasistenkite sumažinti tarpą tarp to, kaip pastebite ir perkeliate žvilgsnį į kitą sakinį. Pasipraktikuokite siekdami atsisakyti distrakcijų ir koncentruokitės į knygą.

Stenkitės skaityti žodžių blokus

- Visi išmokome skaityti paraidžiui, vėliau – pažodžiui, tačiau, mokant skaitomą kalbą, tai jau nėra efektyviausias skaitymo būdas. Ne kiekvienas žodis yra svarbus, o norint skaityti greitai, reikia skaityti žodžių grupes – galbūt ištikus sakinius arba nedideles pastraipas – vienu kartu.

Koncentruokitės į eilutės vidurį

- Daugelis žmonių jau skaito iškart tris ar keturis žodžius. Stenkitės koncentruotis į eilutės vidurį, taip perskaitydami visą eilutę. Gali atrodyti, kad nesuprantate, ką skaitote, tačiau po kurio laiko nenuilstamo praktikavimosi pavyksta praleisti daug žodžių *neaukojant* supratimo. Įpratę taip skaityti, koncentruokitės į puslapio vidurį, o ne pačią eilutę.

Praktikuokitės ir stenkitės

- Galbūt tam tikrą progresą pajausite ir panaudoję kai kuriuos iš šių patarimų, tačiau iš tiesų norint išmolti greitai skaityti, reikia daug praktikuotis. Visada stenkitės iš paskutiniųjų ir dar truputį – net jei vieną ar kitą atkarpą tektų skaityti iš naujo. Tai – *nieko tokio*. Tiesiog praktikuokitės toliau ir siekite tikslo.

Periodiškai tikrinkite laiką

- Maždaug po savaitės praktikos vėl patikrinkite laiką. Darykite taip ir toliau bei fiksuokite savo pasiekimus. Be to, nepamirškite savęs pagirti kiekvieną kartą, kai pastebėsite progresą!

Treniruokitės 20 min. tikslingai skaitydami knygą

- Net jei jaučiate, kad ne viską įsiminėte, negrįžkite atgal tol, kol *neateis* planuota pertrauka.

Išsiaiškinkite, dėl ko skaitote

- Prieš pradėdami skaityti nuspręskite, ko siekiate. Skaitote savo malonumui ar norėdami gauti informacijos? Jei siekiate gauti informacijos, tada nusistatykite tikslą, kuris bus:
 - gauti tam tikros informacijos,
 - sužinoti, apie ką apskritai yra tekstas.

Nusistatykite **SMART** tikslą:

- Kaip ir veiklos pasaulyje, skaitant rekomenduojama nusistatyti **SMART** tikslą:
- **S**pecific – konkretu;
- **M**easurable – pamatuojama;
- **A**chievable – pasiekiamo,
- **R**eal – realu,
- **T**ime-bound – fiksuotu laiku.

fppt.com
