

Образование

Тренажёр для мозга

Как прочесть книгу за 30 минут? Как увеличить объём памяти в пять–шесть раз? Как усвоить в четыре раза больше информации?



Скорочтение – уникальный вид умственной деятельности, который активизирует все биохимические процессы головного мозга, считает Виктория Панкратова

Ответ прост: научитесь читать, точнее, научитесь читать правильно. Одну из самых прогрессивных методик для интенсивной тренировки мозга и развития интеллекта представляет магнитогорская школа скорочтения.

В отличие от традиционной школы в ней обучаются люди самого разного возраста, а занятия проходят в форме игры. И учат здесь не просто читать со скоростью, недоступной простым обывателям, а управлять информацией.

Возьмитесь за ум

Скорочтение считается уникальным видом умственной деятельности, которое активизирует все биохимические процессы головного мозга, повышает быстроту и качество мышления, – рассказывает тренер школы скорочтения Виктория Панкратова. – Во время скороч-

тения одновременно включаются в работу оба полушария: левое и правое. Человек начинает воспринимать информацию целостно и в полном объёме. В основе нашей программы лежат методики екатеринбургского филолога Лидии Васильевой. Занятия ведут квалифицированные тренеры с педагогическим образованием, прошедшие обучение у разработчика методики. Существующую программу наши педагоги дополнили авторскими разработками по логопедии и речевой коммуникации.

Иными словами, школа скорочтения – это своеобразный тренажёрный зал для мозга. Занятия-тренинги способствуют пробуждению незадействованных прежде нейронных связей. В результате развиваются память, внимание, творческое и логическое мышление. Формируются устойчивые навыки работы с информацией любого направления. Обычно человек воспринимает смысл сразу нескольких слов или абзаца. Наладив связь с подсознанием, он будет

читать в несколько раз быстрее. Специальные техники, применяемые на тренингах, обучают мозг группировать, классифицировать, систематизировать информацию, чётко мыслить. Ребёнок начинает думать более оперативно и быстрее воспроизводить информацию. Дошкольников скорочтение подготовит к будущей школьной нагрузке. Программы для самых маленьких направлены на развитие артикуляционного аппарата, мелких мышц пальцев, речевых центров мозга, скорости разных видов памяти, математической логики, внимания, укрепления глазных мышц. После такой подготовки ребёнок сможет без переутомления и стресса овладеть школьной программой.

Суперпамять

Во время занятий тренируем все виды памяти: зрительную, ассоциативную, слуховую, механическую, – комментирует Виктория Николаевна. – Подавляем внутреннюю артикуляцию, то есть отходим от привычки проговаривать про себя текст и многократно возвращаться к одному и тому же фрагменту. Учим воспринимать текст с первого раза, используя разные техники, ту же визуализацию, расстановку мест и так далее. Не знаю, работает ли кто-то кроме нас с наглядно-образной памятью. То есть, увидев картинку с изображением различных предметов в цвете, нужно воспроизвести их по памяти. Учим выполнять эти задания быстро и с первого раза, постоянно тренируем память на различных материалах, текстах, цифрах. Арифметико-практические упражнения помогут улучшить зрительную и слуховую память, логику, наблюдательность. Различные психофизические задания позволят детям выработать концентрацию, переключаемость, образное мышление. Ребенок избавится от рассеянности и невнимательности. Кроме этого обязательно развиваем орфографическую зоркость.

В программу входят упражнения, ориентированные на школьную программу. Таким образом, занимаясь по программе скорочтения, ребёнок ликвидирует ещё и пробелы в знаниях по школьным предметам. В целом же, благодаря таким «тренировкам» дети перестают уставать от занятий в школе, начинают испытывать интерес к учебному процессу, а главное – приобретают хорошую привычку быть успешным во всём.

Чтение – сила

Обучаем детей различным видам чтения, – рассказывает Виктория Панкратова. – Например, сканированию. Это быстрый просмотр текста с целью найти необходимый факт, слово, цитату. Или просмотровому чтению, которое используется для того, чтобы предварительно ознакомиться с книгой: бегло просмотреть предисловие, оглавление, заключение. Выборочное – предполагает избирательное чтение отдельных разделов текста. Во время углублённого, или аналитического чтения внимание уделяется деталям, ребёнок анализирует текст и даёт ему оценку. Панорамно-быстрое – способствует увеличению оперативного поля зрения. Известно, что у обычного человека оно составляет 1,5 градуса, а для того, чтобы читать, скользя, необходимо охватывать большее поле чтения. Сейчас в среднем и старшем звене общеобразовательных школ параграфы огромные, и дети просто «тонут» в материале. Учим их читать правильно. К примеру, сначала нужно прочитать вопросы, ознакомиться с моментами, на которые следует обратить внимание во время прочтения. И только после этого читать параграф. Кроме того, учим читать с алгоритмом, то есть даём последовательность действий, которая позволяет «выжать» из текста всю информацию с первого прочтения. Для каждого возраста подобраны разные тексты. И алгоритм чтения тоже разнится. Малышам нужно знать название, автора, главных и второстепенных героев, основные события. Для старшеклассников берём более сложные художественные, научно-популярные, публицистические тексты.

По словам педагогов школы скорочтения, первые результаты будут

заметны после четырёх–шести недель обучения.

Мышление становится более гибким и нестандартным, – отмечает Виктория Николаевна. – При знакомстве с любым текстом вы будете моментально видеть его структуру, лёгкостью отслеживать направление мысли автора.

Детям все полученные навыки помогут качественно и надолго усваивать учебный материал, быстро и не переутомляясь справляться со школьными заданиями, без стрессов готовиться к экзаменам. Взрослым – оперативно принимать решения, обрабатывать огромные объёмы информации и использовать полученные знания в своей профессиональной деятельности.

В июне и августе проводим летние курсы. Они пользуются большим успехом, – рассказывает Виктория Панкратова. – Что они дают? Это активизация всей мыслительной деятельности. Обычные занятия проходят два раза в неделю по два часа. А летом они проводятся каждый день, в результате происходит интенсивное погружение в методику. В июне занятия помогают закрепить информацию и навыки, полученные за год, а в августе – подготавливают к учебному году. То есть дети приходят в школу не расслабленными после каникул, а сразу включаются в учёбу. В этом году курсы будут проходить с 4 по 22 июня и с 6 по 24 августа.

Возрастных ограничений для обучения в школе скорочтения нет, но для каждого возраста предусмотрены своя программа. Знакомство со школой начинается с бесплатных вводных занятий, на которых могут присутствовать не только дети, но и родители. В дальнейшем во время обучения применяется индивидуальный подход. Поэтому группы небольшие, в пределах шести человек.

Курс обучения длится шесть месяцев. В дальнейшем, для того чтобы поддерживать свой мозг в хорошей «форме», достаточно проходить один такой курс в два-три года, с каждым разом усложняя его.

Школа скорочтения и управления информацией. Проезд Сиреневый, 34 (школа № 54), ул. Ломоносова, 23/1. 49-20-20, 28-10-90. Страница ВКонтакте <https://vk.com/club140779727>, страница в Одноклассниках <https://ok.ru/shkolackorr>

К Дню Победы

Читаем детям о войне



Ляля Аскарлова

Одноимённая акция проходит одновременно в самых разных уголках России и за её пределами. За девять лет своего существования она стала крупномасштабным международным проектом, в котором принимают участие детские учреждения России, Белоруссии, Казахстана и Донецкой Народной Республики.

Универсальная массовая библиотека, расположенная в стенах Левобережного Дворца культуры, участвует в мероприятии четвёртый раз.

Акция «Читаем детям о войне» проходит по инициативе Самарской областной детской библиотеки, – рассказывает заведующая АНО «УМБ» Ляля Аскарлова. – Особенность её в том, что накануне Дня Победы в библиотеках, школах, детских садах, приютах,

больницах и других учреждениях в назначенный час взрослые читают детям вслух лучшие образцы художественной литературы, посвящённой событиям 1941–1945 годов и великому воинскому подвигу. У нас в рамках этого мероприятия появилась своя традиция: посетители библиотеки – дети и подростки – читают наизусть стихи о войне. Уговаривать никого не приходится, ребята откликаются с удовольствием. В этом году в конкурсе чтецов участвуют представители пяти левобережных школ, есть и воспитанники детских садов. Самой младшей участнице всего пять лет.

Детям нужно рассказывать о войне, и лучше на примере хороших произведений, уверены работники библиотеки. А час одновременного громкого чтения позволяет ребятам ощутить себя частью одной большой страны, где все за всё в ответе.

Благодаря этой акции словосочетание «патриотическое воспитание» наполняется живым, настоящим содержанием, – отмечает Ляля Аскарлова. – Хорошими художественными текстами, воспоминаниями о прабабушках и

прадедушках, рассказами о Родине и искренними переживаниями. Ведь даже в тыловом Магнитогорске нет семьи, которой бы не коснулась война.

Десятиклассница школы № 21 Валерия Чипилева участвует в акции второй раз. В прошлом году она читала стихотворения Константина Симонова и стала победителем конкурса чтецов. В этот раз Лера погрузилась в поэзию Юлии Друниной:

В 17 лет она вступила в добровольную санитарную дружину, работала санитаркой в госпитале. Потом воевала на Белорусском фронте, была ранена, награждена медалью «За отвагу». Для конкурса я выбрала стихотворение, написанное ею в 1944 году и посвящённое памяти её однополчанки Героя Советского Союза Зинаиды Самсоновой.

В организации акции сотрудникам библиотеки помогает первичная профсоюзная организация ПАО «ММК»

Она предоставляет призы и подарки победителям. В этом году

выступление ребят оценивало представительное жюри, в которое помимо работников библиотеки и представителей профкома вошли и творческие работники Левобережного Дворца культуры. Выделить лучшего чтеца было непросто: каждое выступление было настоящим мини-спектаклем и находило горячий отклик у зрителей, среди которых были родители ребят и взрослые посетители библиотеки. В результате в старшей возрастной категории – 9–11 классы – победителем вновь стала ученица школы № 21 Валерия Чипилева, среди пятых–восьмых классов победила воспитанница школы-интерната № 2 Анита Матыгулина, в младшей возрастной категории лучшим был признан первоклассник школы № 21 Егор Никитенко. В номинации «За самое оригинальное прочтение» отмечена Ангелина Архипова, учащаяся 10 класса школы № 16, в номинации «За самое лиричное исполнение» – Арина Владимирова, ученица 5 класса школы-интерната № 2, а в номинации «За артистизм» награды получили Софья и Божена Дагиван, ученицы школы-интерната № 2.