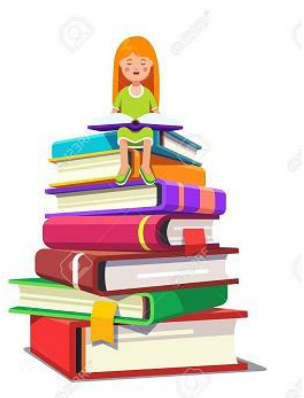


## Чтение по диагонали

Фокусируйтесь на всем тексте, а не на отдельных объектах. Двигайте глазами по диагонали с комфортной для вас скоростью. Единственное условие — взгляд должен двигаться от верхнего левого угла к правому нижнему. Старайтесь охватить взглядом как можно больше информации. Вычлняйте ключевую информацию, игнорируя словесный мусор и воду. Зацепившись взглядом за что-то важное, прочитайте фрагмент внимательнее в обычном режиме, но не возвращайтесь к тому, что уже прочитано.

Обучение быстрому чтению требует времени и тренировки. Как правило, достаточно упражняться 20 минут в день в течение месяца. В этот период важно следить только за скоростью. А понимание смысла прочитанного придет, когда вы освоите технику окончательно.



## НАШ АДРЕС:

Центральная библиотека,  
ул. Ленина, дом 18.

**ТЕЛЕФОН:** (87935) 3-10-06,

**E-mail:** [biblermcb@rambler.ru](mailto:biblermcb@rambler.ru)

**Сайт:** <http://lerm-cbs.ru/>



centrlib26ru

## Часы работы:

**11-00 – 18-00**

**Воскресенье:**

**11-00 – 17-00**

**Выходной:**

**суббота**

Составитель, компьютерный набор:  
библиотекарь ЦБ Рассказова Г.Н.



Муниципальное казённое учреждение  
города Лермонтова  
«Централизованная библиотечная система»  
**Центральная библиотека**

12+



# Как научиться быстро читать

Рекомендации библиотекаря

г. Лермонтов  
2022

Вполне понятно желание любого человека побыстрее прочесть нужную книгу или стопку книг, необходимых для учебы или работы. Наши советы предназначены тем, кто хочет извлекать из книги только пользу, не тратя времени на «воду».

В среднем человек читает со скоростью около 200 слов в минуту. Владеющий скорочтением — до 600 слов, а в некоторых случаях и до 1000. Чтобы достичь таких результатов, для начала нужно устранить основные причины медленного чтения, а потом освоить техники, которые помогут читать быстро.



## Полезные советы

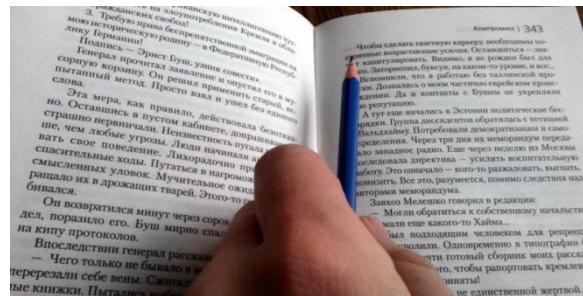
Прежде чем перейти непосредственно к упражнениям, вот несколько коротких советов, которые помогут увеличить скорость чтения.

1. Делайте как можно меньше остановок при чтении строчки текста.
2. Старайтесь как можно реже возвращаться назад по тексту.
3. Увеличьте охват слов, прочитанных за одну остановку, за счет горизонтального периферического зрения.
4. Не проговаривайте текст при чтении.

## Упражнения для увеличения скорости чтения

### Чтение с помощью пальца, карандаша и других предметов

Поставьте палец в начало строки, а затем по мере чтения передвигайте вправо. Чтобы привыкнуть к движению пальца, вначале читайте с привычной скоростью, а затем постепенно увеличивайте ее, следя взглядом за «регулятором».



### Проговаривание вслух

Попробуйте проговаривать вслух частушки, стихотворения или скороговорки во время чтения. Это займет речевой аппарат, и озвучивать слова из книги не получится.



### Чтение наоборот

Упражнение развивает способность концентрировать внимание на тексте. Работает так: вы выбираете любой текст и начинаете читать его с конца.

### Фоточтение

Фоточтение похоже на сканирование: такой метод учит воспринимать тексты поверхностно и обращать внимание только на ключевые детали.

