

# ДОРОГИЕ РОДИТЕЛИ!

Если у вас в руках этот тренажёр, то, скорее всего, вы столкнулись с **проблемами мотивации у ребёнка**. Мы постараемся помочь и разобраться в причинах этого явления и объясним, как вернуть интерес к учёбе, улучшить навык скорочтения и развить творческий потенциал.

В развитии человечества **начался новый информационный этап**: темп жизни постоянно ускоряется, а потоки информации с каждым днём увеличиваются. Но так как мозг человека не был подготовлен для усвоения информации такого масштаба, он быстро забывает бóльшую её часть. Объём информации растёт, а функции активности головного мозга снижаются. Вследствие чего ребёнок устаёт, познавательная активность снижается, и ему трудно усвоить большой объём информации. Всё это способствует ухудшению памяти и внимания, и самое главное – потере мотивации к обучению.

Мы, авторы этого тренажёра, считаем, что **каждый ребёнок по-своему способный, уникальный и талантливый**. И чтобы раскрыть потенциал ученика, нужно освоить определённые техники выполнения упражнений, регулярно заниматься и активизировать ресурсы памяти. Качественное восприятие информации ребёнком ускорит быстрое чтение, усилит мыслительные процессы, разовьёт интеллект, повысит познавательный интерес и творческое развитие.

Перед вами **тренажёр по скорочтению**, упражнения в котором разработаны таким образом, что приобретённые ребёнком навыки останутся с ним на всю жизнь. Действенность всех заданий проверялась и совершенствовалась годами во время обучения воспитанников в нашем интеллектуальном центре развития «Темп». И результаты, которых достигли ученики, превзошли все наши ожидания.

Натренировав приёмы обработки информации, ученик:

- будет успешен в учебном процессе;
- сформирует положительную мотивацию к обучению;
- увеличит скорость чтения и восприятия информации;
- натренирует зрительный диапазон и наглядно-образную память;
- разовьёт вербальный интеллект и научится писать двумя руками.



В тренажёре 32 занятия, или суммарно более 100 упражнений. Упражнения в каждом занятии выстроены по принципу от простого к сложному. **Ценность пособия** в том, что в нём представлены **универсальные авторские методики**, реально помогающие детям достичь успеха. А как правильно работать с тренажёром, мы расскажем в следующей главе.

Совершенствуйте навыки скорочтения, и жизнь вашего ребёнка станет наполненной и счастливой!

**Успехов вам и вашим детям!**

Татьяна Копыльцова и Марина Клименко,  
педагоги, эксперты инновационно-интеллектуальных технологий

# РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С КНИГОЙ

Тренажёр состоит из 32 занятий. Каждое занятие состоит из упражнений, выстроенных в определённой последовательности – от простых к более сложным. Для вашего удобства и результативности обучения на страницах 18–33 находится программа занятий – там указано, какие задания необходимо выполнять и сколько времени на них потратить. Так вам будет проще не просто провести полноценный урок в домашних условиях, но и достичь исключительных результатов.

Время работы: 2 минуты

На каждое упражнение даётся определённое количество времени, оно будет указано в правом верхнем углу в приложении «Практическая часть. Упражнения».

Постарайтесь соблюдать при работе указанное время, чтобы контролировать успехи. И обязательно записывайте, сколько времени вам потребовалось для выполнения каждого занятия. Все упражнения, где нужно писать или рисовать, выполняйте простым карандашом.

## ВАЖНО!

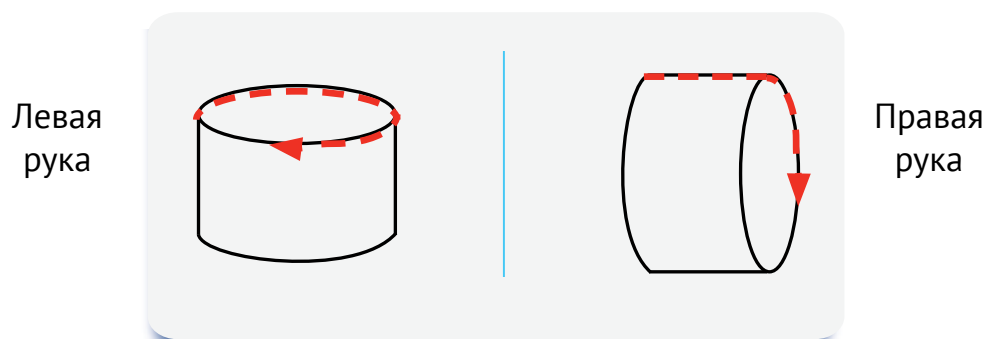
- Проводите занятие не дольше 60 минут.
- Самый важный координатор выполнения упражнений – время.
- После каждого упражнения подводите итог и записывайте, сколько времени у вас ушло на выполнение одного урока.



## Как это работает: практическая часть

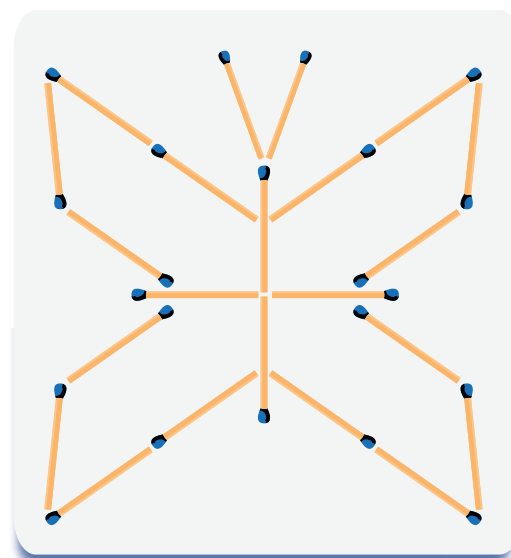
### УПРАЖНЕНИЕ «РИСОВАНИЕ»

Необходимо обвести две фигуры двумя руками одновременно. Возьмите по карандашу в каждую руку. Левую руку поставьте на левый рисунок, правую – на правый. Затем обеими руками начните обводить их по контуру. Необходимо обвести как можно больше рисунков за 2 минуты. Важно следить глазами одновременно за обеими линиями, для этого поднимите голову максимально высоко. Также по мере выполнения упражнения сплошной контур будет меняться на прерывистый. Это сделано специально: со сплошным контуром восприятие легче, а с прерывистым – сложнее. Так вы тренируете органы сигнальных систем.



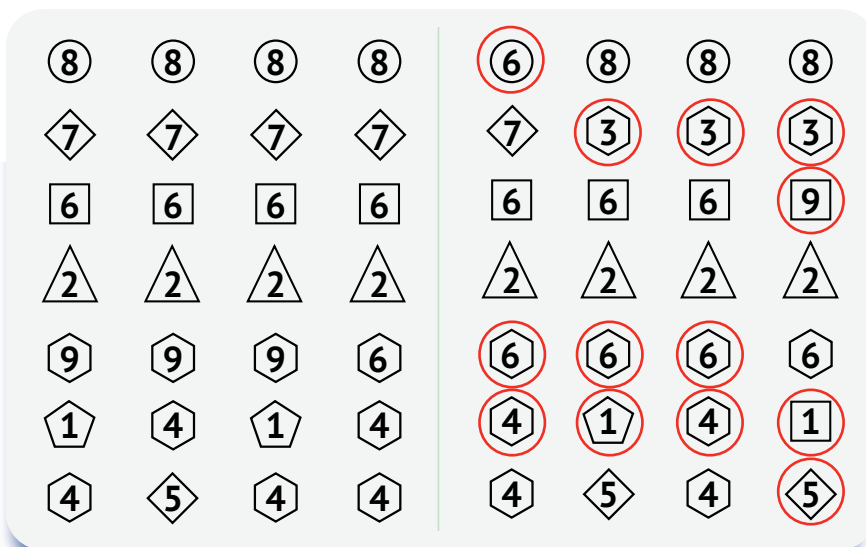
### УПРАЖНЕНИЕ «ПОДЕЛКИ ИЗ СПИЧЕК»

Необходимо собрать из спичек предложенный рисунок. По мере выполнения упражнения рисунки будут усложняться. Очень важно при этом соблюдать рекомендуемое время. На это задание отводится 3 минуты, поэтому нужно успеть собрать как можно больше силуэтов. Также необходимо посчитать, сколько спичек вы использовали при сборке рисунка.



### УПРАЖНЕНИЕ «ИЩЕМ ОТЛИЧИЯ»

Предлагаются две на первый взгляд одинаковые картинки. В правом блоке нужно найти отличия от блока слева. Внимательно смотрите на оба изображения, ведите по ним взгляд «дугой», похожей на букву «С». Также можно быстро рассматривать то одну, то другую картинку. Важный ориентир – ищите отличия не дольше 1 минуты. В конце посчитайте и запишите, сколько отличий удалось найти.



### УПРАЖНЕНИЕ «ИЩЕМ СЛОВА»

Перед вами на первый взгляд произвольный набор букв, но здесь зашифрованы слова. Нужно найти их как можно быстрее (за 2 минуты) и обвести. По прошествии времени необходимо прочитать слова, посчитать их и записать результат.

Пральбомоадесолнцедовьтекратлунадалпторитмхкю  
члвцентржалебвдзстфотографэаьпмирныйьалдювти  
гржвлагглазеглазслдвжызийхибюколбасаэыжебмсоба  
калдвгарюяра.

## УПРАЖНЕНИЕ «ВЕРБАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ»

Упражнения этого блока подобраны к каждому занятию индивидуально. Все они нацелены на отработку следующих навыков: осмысленное чтение, пересказ, сканирование текста, развитие мыслительных операций (анализ, синтез, абстрагирование, сравнение, обобщение).

Чтобы упростить выполнение упражнений, рядом с каждым из них стоит значок, обозначающий номер занятия. Так как упражнения разные, соответственно, формулировка заданий у них отличается. Именно поэтому у каждого упражнения задания указаны там же, где и сами упражнения, а не только в плане урока.

Формулировка задания

**Найдите лишнее слово в каждом ряду.**

- Печка, керосинка, свеча, электроплитка.
- Книга, портфель, чемодан, кошелёк.
- Трамвай, автобус, трактор, троллейбус, маршрутка.
- Лодка, тачка, мотоцикл, велосипед.
- Река, мост, озеро, море, океан.

Для занятия № 1

Ориентир в плане занятий

## УПРАЖНЕНИЕ «ТАБЛИЦЫ ШУЛЬТЕ»

Перед вами таблица из определённого количества клеток, в которых в произвольном порядке расположены цифры от 1 до 49. Фиксируя взгляд в центральной части таблицы, боковым зрением необходимо отыскать все цифры в порядке возрастания и убывания. Для этого соблюдайте следующие правила:

1. Расположите таблицу на комфортном расстоянии от глаз – 30-35 см.
2. Найдите взглядом центральный квадрат. Представьте, что в самой его середине располагается точка. На этой точке вам и следует зафиксировать взгляд.

6	4	7
8	5	1
2	9	3

3. После этого, все так же глядя в середину таблицы, постарайтесь увидеть цифру 1. Именно увидеть, а не найти взглядом. Ваша задача — не совершая движений глазами, обнаружить ту клетку, в которой находится единица.
4. Как только вы увидели цифру 1, неторопливо и тщательно следя за фиксацией своего взгляда в центральной точке, найдите цифру 2. Отыскав очередную цифру, переходите к следующей. Действуйте так, пока не дойдёте до максимальной цифры таблицы.

### Важно!

Не спешите, скорость вначале не главное. Если не получается удерживать взгляд на одной точке, то в первую неделю занятий можно медленно скользить взглядом по строкам сверху вниз. При этом также пользуйтесь только боковым зрением. **Но ни в коем случае не двигайте глазами вправо или влево!** Если вы начали совершать горизонтальные движения глазами, на минуту оторвитесь от таблицы, переведите взгляд на удалённый предмет и немного отдохните.

## УПРАЖНЕНИЕ «РАЗМИНКА ЯЗЫКА»

Упражнение состоит из нескольких частей. Сначала даётся односложная артикуляционная гимнастика, затем она усложняется дополнительными заданиями. Необходимо чётко проговаривать предложенные слоги, слова и предложения.

Артикуляционная гимнастика

Улица, поле, цыплята, козлята, коляска, пилюли, малютка, спальня, мельница, сливки, хлеб, хлев, капля, сабля, пляска, бельё, колья, Ольга, шпилька, сильный, будильник, сельдь, умельцы, мотылёк, кошелёк, салют.

**Проспрягайте предложения с личными местоимениями (я, мы, вы, ты, он, она, они) в настоящем времени:**

1. Лепить из пластилина.
2. Любить лимонад.

Дополнительное задание

**Ответ: Я леплю из пластилина, мы лепим из пластилина и т. д.**

## УПРАЖНЕНИЕ «ЧТЕНИЕ СЛОВ»

Упражнение состоит из слов, которые находятся в определённой последовательности. В течение 1 минуты необходимо чётко читать слова строго по вертикали. Если закончился один столбец, а время ещё осталось, нужно перейти к следующему и продолжать так, пока длится 1 минута. Эти таблицы с набором слов повторяются из занятия в занятие, так как основная задача – увеличить быстроту чтения и за 1 минуту прочитать как можно больше столбцов с одними и теми же словами.

Читайте  
по вертикали



Ток	Зонт	Шляпа	Чайник	Самолёт	Автостоп
Рог	Ваза	Дождь	Радуга	Потолок	Буфетчик
Лог	Дуга	Ложка	Машина	Ноутбук	Астроном
Сыр	Гриб	Диван	Долина	Картина	Братство
Бык	Конь	Бобёр	Погода	Телефон	Вертолёт

## УПРАЖНЕНИЕ «СКОРОГОВОРКИ»

Максимально быстро и чётко проговорите скороговорки в течение 1 минуты. Скороговорки распределены на блоки. В каждом плане занятия указано, сколько таких блоков необходимо прочитать и запомнить.

- Карл у Клары украл кораллы, а Клара у Карла украла кларнет.
- Забыл Панкрат Кондратьевич домкрат,  
А без домкрата не поднять на тракте трактор.
- Интервьюер интервента интервьюировал.



## УПРАЖНЕНИЕ «ЧТЕНИЕ ТЕКСТА»

Необходимо прочитать предложенный текст в четырёх разных вариациях написания. Читая тексты, ориентируйтесь на отведённое время в 3 минуты. Если не удалось прочитать все 4 варианта за это время, вернитесь к ним позже, когда начнёте следующее занятие.

**Вариант № 1** – оригинальный текст. Его нужно внимательно и вдумчиво прочитать. В конце текста указано количество слов для отслеживания прогресса.

**Вариант № 2** – «перевернутый» текст, который необходимо начинать читать снизу.

### Велопокатушки

В жизни каждого велосипедиста происходят смешные истории, которые заставляют улыбаться и делают жизнь интересной и насыщенной. Я люблю ездить на велосипеде по городу быстро и с ветерком. Называю это «велопокатушки». Едешь в солнечный день, а тёплый ветерок тебя так нежно ласкает, а ты, как ракета, пролетаешь мимо деревьев, кустов, тропинок и мечтаешь... (54 слова)

.....

...шьтэбтрэм и жонип  
-онп ласкет, а ты, как ракета, пролетаешь мимо деревьев, кустов, тропинок и мечтаешь... «велопокатушки». Едешь в солнечный день, а тёплый ветерок тебя так нежно ласкает, а ты, как ракета, пролетаешь мимо деревьев, кустов, тропинок и мечтаешь... Называю это «велопокатушки». Едешь в солнечный день, а тёплый ветерок тебя так нежно ласкает, а ты, как ракета, пролетаешь мимо деревьев, кустов, тропинок и мечтаешь... Я люблю ездить на велосипеде по городу быстро и с ветерком. Называю это «велопокатушки». Едешь в солнечный день, а тёплый ветерок тебя так нежно ласкает, а ты, как ракета, пролетаешь мимо деревьев, кустов, тропинок и мечтаешь... В жизни каждого велосипедиста происходят смешные истории, которые заставляют улыбаться и делают жизнь интересной и насыщенной. Я люблю ездить на велосипеде по городу быстро и с ветерком. Называю это «велопокатушки». Едешь в солнечный день, а тёплый ветерок тебя так нежно ласкает, а ты, как ракета, пролетаешь мимо деревьев, кустов, тропинок и мечтаешь...

### Велопокатушки

.....

### Велопокатушки

В жизни каждого велосипедиста происходят смешные истории, которые заставляют улыбаться и делают жизнь интересной и насыщенной. Я люблю ездить на велосипеде по городу быстро и с ветерком. Называю это «велопокатушки». Едешь в солнечный день, а тёплый ветерок тебя так нежно ласкает, а ты, как ракета, пролетаешь мимо деревьев, кустов, тропинок и мечтаешь... (54 слова)

.....

### Велопокатушки

В жизни каждого велосипедиста происходят смешные истории, которые заставляют улыбаться и делают жизнь интересной и насыщенной. Я люблю ездить на велосипеде по городу быстро и с ветерком. Называю это «велопокатушки». Едешь в солнечный день, а тёплый ветерок тебя так нежно ласкает, а ты, как ракета, пролетаешь мимо деревьев, кустов, тропинок и мечтаешь...

**Вариант № 3** – текст «задом наперёд», или чтение справа налево. Необходимо начинать читать сверху.

**Вариант № 4** – текст, в словах которого перепутаны буквы.

## УПРАЖНЕНИЕ «ПИСЬМО ДВУМЯ РУКАМИ»

Перед вами задания, в которых нужно либо одновременно двумя руками, либо чередуя их написать предложенные буквы, слоги и слова. Выполните как можно больше упражнений за 2 минуты.

Левая рука	Х				О	Правая рука
	О				Х	

## УПРАЖНЕНИЕ «ЛАБИРИНТЫ»

Необходимо пройти лабиринт за 1 минуту. Некоторые лабиринты состоят из букв или символов, и чтобы найти выход, нужно использовать «слово-ключ», которое размещено рядом с каждой таблицей.

Ключ: МОРЕ

П	Р	Р	Е	К	Р	О	Б	Ю	Й	Ы
М	О	М	П	Т	Я	Ч	С	М	И	
Ю	Б	Т	О	Р	Е	Ф	О	Р	Ц	У
Е	А	Р	Т	К	И	Н	М	Е	М	О
Ы	В	А	П	Р	О	Р	Е	Л	Ж	Р
Д	Х	З	Э	З	Щ	Ш	Н	Е	К	Е
У	Ц	Ф	Ы	В	А	П	Р	О	О	М
Ю	Б	Т	И	М	С	Ч	М	Е	Р	Я
З	Э	Ж	Д	М	Е	Р	О	Д	Л	О
Р	П	Е	Р	О	А	В	Ы	Ф	Я	Ч
Р	О	М	С	М	И	Т	Ь	Б	Ю	Д
Е	Ж	Ф	Й	Ц	К	Е	М	Н	Г	Ш
М	О	Ф	Ы	В	О	Р	О	Р	А	П
Р	Р	О	Р	Е	М	Л	Д	Е	Ж	Э
Я	Е	М	О	Ч	С	М	О	М	И	Т
Т	Ь	Б	Ю	Й	Ц	Е	Р	У	К	Е
Н	Г	Ш	Щ	З	Ф	М	Ы	М	О	В
В	А	П	М	Е	Р	О	Р	Е	Р	О
О	Л	Д	О	Р	О	Р	Ж	Р	Е	
Ж	Я	Ч	С	Е	М	Е	М	О	И	Т

## УПРАЖНЕНИЕ «ЧИТАЕМ И ЗАПОМИНАЕМ»

Внимательно прочитайте несколько раз пары слов. Затем закройте левый блок слов листком и попытайтесь воспроизвести его. Чтобы было проще запоминать, объединяйте их ассоциациями. Упражнение нужно выполнять не более 2 минут.

Девочка	–	прогулка
Капуста	–	огород
Карандаш	–	тетрадь
Карман	–	куртка
Коньки	–	стадион
Лес	–	лисица

## УПРАЖНЕНИЕ «МАТЕМАТИЧЕСКОЕ МЫШЛЕНИЕ»

Решайте математические задачи с усложнёнными видами счёта.

- Счёт тройками, четвёрками, пятёрками и так далее. При этом обязательно стучите карандашом.

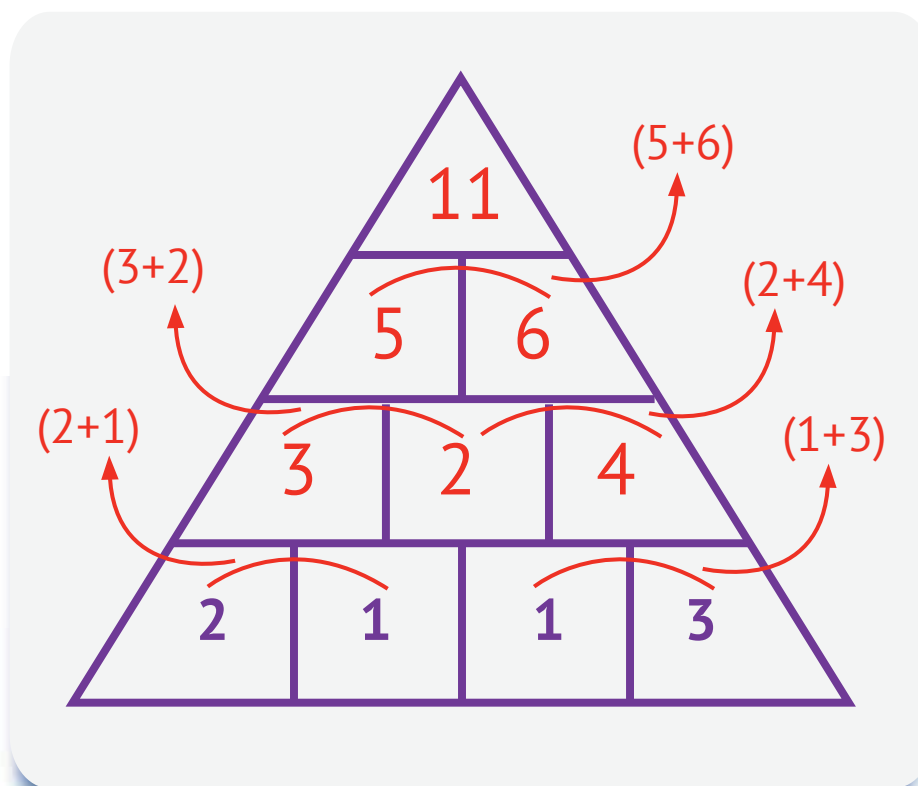
Посчитайте тройками от 3 до 300. Вот так: 3, 6, 9, 12 и так далее.

- Счёт от 1 до 50, заменяя цифры условными предметами.

Посчитайте от 1 до 30, а затем в обратном порядке. При этом используйте такую кодировку чисел:

- 5 и все числа, которые делятся на 5, заменяйте словом «пятак».
- 8 и все числа с этой цифрой заменяйте словом «цветок».
- 2 и все числа с этой цифрой заменяйте словом «лебедь».
- 6 и все числа с этой цифрой заменяйте словом «крючок».

- Математические пирамиды разных уровней сложности. Для их решения необходимо сложить два числа и написать сумму в ячейке над ними. Начинать нужно снизу.



#### УПРАЖНЕНИЕ «ВАРИАТИВНОСТЬ МЫШЛЕНИЯ»

Необходимо составить новые слова из букв предложенных слов. Буквы могут повторяться. Очень важно одновременно с поиском стучать карандашом. Время работы – 2 минуты.

Составьте новые слова из букв слова **ВОСХИТИТЕЛЬНО**. Одновременно с поиском стучите карандашом и считайте «пятёрками» от 5 до 50 и обратно.

## УПРАЖНЕНИЕ «РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ»

Упражнение состоит из трёх видов:

1. Необходимо подряд и строго по горизонтали быстро переписать символы.

Пример

1#	Б)	Х+	5?											
1#	Б)	Х+	5?	1#	Б)	Х+	5?	1#	Б)	Х+	5?	1#	Б)	Х+
5?	1#	Б)	Х+	5?	1#	Б)	Х+	5?	1#	Б)	Х+	5?	1#	Б)

2. Дается кодировка чисел, букв и символов. Необходимо расшифровать предложенный набор знаков. Некоторые упражнения составлены с подвохом.

Шифр

1	2	3	4	5	6	7	8	9	0
+	-	=	√	^	×	⊙	<	>	\$

1	3	5	3	6	7	2	7	9	5	3	7	5	2	1
+	=	^	=	×	⊙	-	⊙	>	^	=	⊙	^	-	+

3. Ориентируясь на пример, необходимо отзеркалить предложенный набор символов.

Пример

A	5	↑	V
∨	5	↓	∧

3	4	5	8	0	9	1	2	4	3	9	7	4	1	6
3	4	5	8	0	9	1	2	4	3	9	7	4	1	6

За установленное время нужно заполнить как можно больше ячеек в таблице. Время работы – не более 2 минут.



# ПРОГРАММА ЗАНЯТИЙ

## ЗАНЯТИЕ № 1

№	Название упражнения	Что нужно делать	Стр.
1	Рисование	Обведите фигуры одновременно двумя руками.	35
2	Поделки из спичек	Соберите из спичек как можно больше фигур за 3 минуты.	61
3	Ищем слова	Найдите и обведите слова, спрятанные между буквами.	78
4	Вербальный интеллект	Выполните одно упражнение.	82
5	Таблицы Шульте	Проработайте как можно больше таблиц за 3 минуты.	90
6	Разминка языка	Сделайте артикуляционную гимнастику.	113
7	Чтение слов	Прочитайте за 1 минуту быстро и чётко как можно больше слов.	124
8	Скороговорки	Проговорите максимально быстро и чётко блок скороговорок.	126
9	Чтение текста	Прочитайте 1 текст в четырёх вариантах написания.	132
10	Письмо двумя руками	Проработайте как можно больше упражнений за 2 минуты.	158
11	Ищем отличия	Проработайте 2 картинки.	70
12	Лабиринты	Пройдите 1 лабиринт.	182

Старт:  :

Финиш:  :

## ЗАНЯТИЕ № 2

№	Название упражнения	Что нужно делать	Стр.
1	Рисование	Обведите фигуры одновременно двумя руками.	35
2	Поделки из спичек	Соберите из спичек как можно больше фигур за 3 минуты.	61
3	Ищем слова	Найдите и обведите слова, спрятанные между буквами.	78
4	Читаем и запоминаем	Прочитайте 1 блок слов и запомните его.	202
5	Таблицы Шульте	Проработайте как можно больше таблиц за 3 минуты.	90
6	Разминка языка	Сделайте артикуляционную гимнастику.	113
7	Чтение слов	Прочитайте за 1 минуту быстро и чётко как можно больше слов.	124
8	Скороговорки	Проговорите максимально быстро и чётко блок скороговорок.	126
9	Математическое мышление	Выполните одно математическое действие.	212
10	Ищем отличия	Проработайте 2 картинки.	70
11	Лабиринты	Пройдите 1 лабиринт.	182

Старт:  :

Финиш:  :