

Rozečti.se

Čtěte rychleji, čtěte lépe

Naučte se číst 2x efektivněji. Bez ztráty pochopení.

Naučte se číst o více než 100% rychleji prostřednictvím interaktivních cvičení a špetky srozumitelně vysvětlené teorie. Díky online formě můžete studovat kdykoliv a odkudkoliv.

Dovednost rychlého čtení Vám ušetří čas každý den při práci či studiu a je také výborným rozšířením životopisu.

OBSAH

Co je vlastně rychlé čtení.....	3	Výuka rychlého čtení - Rozečti.se	25
Jak jsme se naučili číst	4	Přihlášení do aplikace	26
Jak čteme? Stručná fyziologie očí a práce mozku	8	Postup výuky v rámci každé lekce.....	26
Shrnutí číslo 1 – na čem je třeba denně pracovat	11	Procvičování mimo výukové lekce a další.....	29
Vize Rozečti.se	13	Ideální průchod výukou – vzorová situace	30
Rychlé čtení pod lupou	14		
Čtenářské techniky	15		
Aktivní čtení	16		
Efektivní čtení	17		
Způsoby čili styly čtení.....	18		
Kritické myšlení a metoda I.N.S.E.R.T.....	20		
Metoda I. N. S. E. R. T.....	20		
Shrnutí číslo 2 – zrychlujte a zpomalujte.....	23		
Proč číst rychleji a lépe? Protože můžeme.....	23		
Tipy pro lepší čtení.....	24		

CO JE VLASTNĚ RYCHLÉ ČTENÍ

...a proč je pro nás výhodné?

To jsou dvě hlavní otázky, které si musel položit každý, kdo se poprvé setkal s tímto termínem.

Ano, rychlé čtení znamená číst rychle, ale nejen to. Rychlé čtení není jen o tempu, jakým daný text „zhltneme“. Především je o porozumění a vcítění se do textu. Je to aktivní proces, který člověka obohacuje o nové poznatky. A je také o tom výborném pocitu, který máme, když dokážeme předvídat, co v textu následuje, když začínáme chápat autorovy myšlenkové pochody a když se dostaneme až na dřeň textu.

Každý z nás je v současnosti obklopený obrovským množstvím informací – valí se na nás z televize, novin, časopisů a hlavně internetu. Zatímco v minulosti byl hlavní problém informace získat dost rychle (aby byly ještě aktuální a použitelné), v dnešní době je problémem dost rychle je vstřebat, dřív než přijdou další. A navíc ne všechny informace, ke kterým se dostaneme, jsou pro nás užitečné. Možným řešením tohoto problému je tyto zdroje prostudovat a zjistit to. Jenže znovu – nemáme čas ani schopnosti procházet všechny zdroje. Tento problém se dá částečně odstranit výběrem – na některé z nich musíme prostě rezignovat. A rychlé čtení nám poskytne prostředky, jak se vypořádat s tím zbytkem.

Z předchozích vět by se molo zdát, že rychlé čtení je přínosem hlavně pro ty, kdo jsou dennodenně zavaleni obrovským množstvím materiálu, kterým se musí pročíst. Ano, ale kromě toho je rychlé čtení také vynikajícím prostředkem jak trénovat mozek a jeho funkce. Luštíte křížovky? Doplnujete sudoku? Tak proč nezkusit také rychlé čtení?

Mnoho lidí už má základy rychlého čtení zvládnuté, aniž by o tom věděli. Sami se naučili, jak v každodenním spěchu číst nejrůznější dokumenty tak, aby jim to nezabralo příliš času. I tyto schopnosti se ale stále dají zlepšovat – zkuste to proto s námi.

JAK JSME SE NAUČILI ČÍST

Zavzpomínejte na chvíli na první třídu. První aktovka s Mikimauzem, pozdrav, první paní učitelka a před námi tři základní úkoly - naučit se číst, psát a počítat.

Jak nás tedy naučili číst? Nejdříve jsme se naučili poznávat jednotlivá písmena, až jsme zvládli celou abecedu. Potom jsme se naučili slabikovat s prvním slabikářem. A nakonec jsme se občasným předčítáním celé třídy naučili víceméně plynule číst nahlas. Od tohoto momentu dále už ale nebylo žádné čtení nahlas potřeba, měli jsme si číst potichu a tímto momentem naše vzdělání v oblasti čtení skončilo.

Jen pro informaci, v tento moment většina z nás četla rychlostí zhruba 100 slov za minutu. V páté třídě bychom tak tento e-Book přečetli za **45 minut**.

Všichni jej však dnes stihneme přečíst rychleji, protože jsme se v této dovednosti neustálým tréninkem zlepšili. Většina zběhlých čtenářů, kteří neprošli žádným školením na rozvoj čtenářských dovedností, čte rychlostí okolo 150-250 slov za minutu (SZM). Pokud tedy nyní čteme rychlostí zhruba 175 slov za minutu, zvládneme tento e-Book za **25 minut**.



Čtení je naučená dovednost. Všichni začínáme od nuly.

Číst se obvykle začínáme učit okolo 6 let.

Škola s námi skončí okolo 8 let. Další rozvoj čtení se završuje okolo 12 let.

Tím zdaleka nejsou vyčerpány limity čtení...

Ti nejsečtější z nás si vyvinuli vlastní pokročilejší techniky čtení, kterými se dostanou až k hranici 300 slov za minutu. Tuto hranici však sám od sebe překročí už jen málokdo.

Vzpomínáte ještě, jak jste se učili číst nahlas? Ať se budete snažit mluvit seberychleji, nejspíše nestihnete říci více než 250 slov za minutu. Tato ve škole naučená bariéra (tzn. číst rychlostí běžné řeči) většinu z nás omezuje ve schopnosti číst a vstřebávat informace.

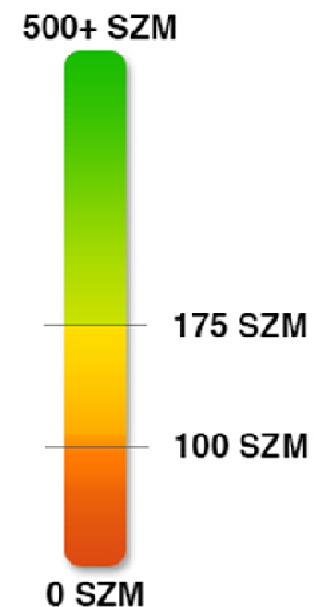
Nutno dodat, že před nástupem „informační doby“ to nebyl takový problém, ale dnes to velmi brzdí v rozletu.

Jak rychle jsme tedy schopni číst, odstraníme-li tuto naučenou bariéru? Odborníci na tuto oblast se shodují, že většina populace je schopna po patřičném tréninku číst rychlostí více než 500 slov za minutu. Tento e-Book lze tedy zvládnout za necelých **8 minut** – tedy s velkou pravděpodobností **až 3x rychleji než nyní čtete**.

Co je však velmi důležité, je fakt, že si rychlejší čtenáři pamatují v průměru stejné množství informací jako lidé, kteří čtou výrazně pomaleji. Tento zdánlivý paradox bude vysvětlen na dalších stránkách.

Cílem Rozečti.se je otevřít všem čtenářům dveře, které škola nechala zavřené.

Každý může číst mnohem rychleji a lépe. Školení čtenáři mohou zpracovat více informací v kratším čase a odbourat tak zbytečný stres. Pro práci či studium? Je jen na vás, jak tuto novou dovednost uplatníte.



...běžně lze číst více než 300, po soustavné výuce i více než 500 slov za minutu.

Srovnání doby potřebné pro čtení

Neškolený čtenář

Emočně odbořený text, studijní text, pracovní a další informace – to vše zpracováme pomocí čtení. Díky této kurzu rychlého čtení Rozečti se se naučíte číst minimálně o 100 až 200% rychleji – a to již po krátké době pravidelných cvičení z pohodlí vaší kanceláře nebo domova.

Rozečti se nabízí moderní nástin k zviditelnění každodenní záplavy informací – dovednost rychlého a v širokému obvodu čtení pro každého.

A to vše online. Interaktivní forma výuky zajišťuje kvalitativní přístup. Masově samostatně a zároveň podporuje rychlé čtení emotivním sdělným publikem, než byte klasické kurzy dlouze schůpkou. Objasně tak náročnost (nutných) samostatných cvičení či úkolů a finanční náročných kurzů.

Vysoká hodnota. Čím dál více lidí žijí v dnešní době nedostatkem času. Řada z nich má málo času dle svého jasně, pracovních či studijních materiálů, atd.). Naučení se dovednosti rychlého čtení umožňuje tento čas získat na polovinu až třetinu. Pro pracovní, nákladový čtenář dosahuje rychlosti čtení zhruba 250 slov za minutu, takže klasický čtenář dosahuje rychlosti nad 500 slov za minutu.

Číslicí popisivka. Metody výuky rychlého čtení jsou dlouhá léta zdokonaleny a využívají se pomocí učebnic (velmi málo interaktivní) či osobních kurzů (příliš drahé a dříve jen instruktoři učebnic). Dříve výuka rychlého čtení poskytuje potřebnou interaktivitu a dlouhodobě zapamatování čtenářských výsledků za velmi příznivou cenu.

Číslicí popisivka. Číslicí popisivka se vyznačuje rychlým čtením dosahuje rychlosti v ČR ani Evropě, jen šetrná hračka jen jak má na též USA. Metody výuky jsou vhodné pro všechny jazyky zvláště na úrovni G obzvláště, k expansion je tedy třeba jen přeložit notičkami a výukové texty. S ohledem na tuto strategii je omezení také vývojem. Mgr. Jitka Růžičková na nové zkušenosti posílá čtení nové, takže projekt má možnost výrazně rychle růst.

Zakletý tým. Odborníci garantem projektu Rozečti se je Doc. PhDr. Richard Papik, Ph.D., od roku 2012 ředitel Ústavu informačních studií a knihovnictví Filozofické fakulty Univerzity Karlovy, který se metodami výuky rychlého čtení dlouhodobě zabývá. Aktivní členem core-týmu je také absolventka Doc. Papika Mgr. Jana Králová, která se dlouhodobě odborně zabývá technickými čtení. Vedoucí týmu je zakladatel projektu Ing. Michal Zvinger, MM, který se po absolvování oboru International Management-CEMS a zkušenostech z oblasti zákaznických softwarů patří do realitního investičního online služeb. Na technickou realizaci a user experience dohlíží Ing. Michal Hutáček, který má řadu zkušeností a rozšířením globálních online projektů.

Vše a odbornost. Díky Rozečti se dostane prostřední a výjimek rychlého čtení (z optimálních informačních dovedností) k našim cílovým skupinám tak, aby se tato dovednost stala jedním ze základů všelobového vzdělání v informační době.

Za zavazků online aplikací již v lednu 2012 a podle statistického plánu rozvoje služby bude pokračovat ve vývoji již současně s odvozením nových poznatků uživatelů a zkušeností.

Potřebný čas cca **105 sekund**

100 %

2600 znaků ~ 437 slov

Školený čtenář

Emočně odbořený text, studijní text, pracovní a další informace – to vše zpracováme pomocí čtení. Díky této kurzu rychlého čtení Rozečti se se naučíte číst minimálně o 100 až 200% rychleji – a to již po krátké době pravidelných cvičení z pohodlí vaší kanceláře nebo domova.

Rozečti se nabízí moderní nástin k zviditelnění každodenní záplavy informací – dovednost rychlého a v širokému obvodu čtení pro každého.

A to vše online. Interaktivní forma výuky zajišťuje kvalitativní přístup. Masově samostatně a zároveň podporuje rychlé čtení emotivním sdělným publikem, než byte klasické kurzy dlouze schůpkou. Objasně tak náročnost (nutných) samostatných cvičení či úkolů a finanční náročných kurzů.

Vysoká hodnota. Čím dál více lidí žijí v dnešní době nedostatkem času. Řada z nich má málo času dle svého jasně, pracovních či studijních materiálů, atd.). Naučení se dovednosti rychlého čtení umožňuje tento čas získat na polovinu až třetinu. Pro pracovní, nákladový čtenář dosahuje rychlosti čtení zhruba 250 slov za minutu, takže klasický čtenář dosahuje rychlosti nad 500 slov za minutu.

Číslicí popisivka. Metody výuky rychlého čtení jsou dlouhá léta zdokonaleny a využívají se pomocí učebnic (velmi málo interaktivní) či osobních kurzů (příliš drahé a dříve jen instruktoři učebnic). Dříve výuka rychlého čtení poskytuje potřebnou interaktivitu a dlouhodobě zapamatování čtenářských výsledků za velmi příznivou cenu.

Číslicí popisivka. Číslicí popisivka se vyznačuje rychlým čtením dosahuje rychlosti v ČR ani Evropě, jen šetrná hračka jen jak má na též USA. Metody výuky jsou vhodné pro všechny jazyky zvláště na úrovni G obzvláště, k expansion je tedy třeba jen přeložit notičkami a výukové texty. S ohledem na tuto strategii je omezení také vývojem. Mgr. Jitka Růžičková na nové zkušenosti posílá čtení nové, takže projekt má možnost výrazně rychle růst.

Zakletý tým. Odborníci garantem projektu Rozečti se je Doc. PhDr. Richard Papik, Ph.D., od roku 2012 ředitel Ústavu informačních studií a knihovnictví Filozofické fakulty Univerzity Karlovy, který se metodami výuky rychlého čtení dlouhodobě zabývá. Aktivní členem core-týmu je také absolventka Doc. Papika Mgr. Jana Králová, která se dlouhodobě odborně zabývá technickými čtení. Vedoucí týmu je zakladatel projektu Ing. Michal Zvinger, MM, který se po absolvování oboru International Management-CEMS a zkušenostech z oblasti zákaznických softwarů patří do realitního investičního online služeb. Na technickou realizaci a user experience dohlíží Ing. Michal Hutáček, který má řadu zkušeností a rozšířením globálních online projektů.

Vše a odbornost. Díky Rozečti se dostane prostřední a výjimek rychlého čtení (z optimálních informačních dovedností) k našim cílovým skupinám tak, aby se tato dovednost stala jedním ze základů všelobového vzdělání v informační době.

Za zavazků online aplikací již v lednu 2012 a podle statistického plánu rozvoje služby bude pokračovat ve vývoji již současně s odvozením nových poznatků uživatelů a zkušeností.

Potřebný čas cca **46 sekund**

44 %

HISTORIE – KDO, JAK, KDY A KDE?

První pokusy, které se týkaly fyzické stránky čtecího procesu, provedl v roce 1878 francouzský oftalmolog Louis Émile Javal. Aby mohl pozorovat, jak se oči při čtení pohybují, přichytil na bulvy svých pokusných objektů přísavky s perem. Díky tomu zjistil, že se oko nepohybuje při čtení plynule ale spíše trhanými pohyby. Trhaným zpracováním se má na mysli, že oči zaznamenávají text přesně jen v momentě, kdy se nehýbou. A naopak, při přesunu pohledu ze slova na další slovo nebo z písmene na písmeno žádný text ve skutečnosti oči nevnímají. Také přišel na to, že zatímco průměrný čtenář na jednu fixaci zachytí pět až deset znaků, dobrý čtenář jich může zachytit i více než dvacet.

UŽ V ROCE 1894 BYLY O RYCHLÉM ČTENÍ PUBLIKOVÁNY PRVNÍ ČLÁNKY, NAPŘÍKLAD V THE EDUCATIONAL REVIEW.

Dalším významným milníkem rychlého čtení byla první světová válka. Někteří piloti měli problémy s rozeznáváním obrysů spřátelených a nepřátelských letadel. Právě pro ně byl vynalezen přístroj tachyskop. Ten promítal v různých časových intervalech různé obrázky letadel. Fotografie, jejich velikosti a úhly, pod kterými byly pořízené, se měnily, a intervaly mezi nimi se postupně zkracovaly. Po válce našel tachyskop uplatnění při výuce rychlého čtení.

První opravdový kurz rychlého čtení vznikl v roce 1925 na Syracuse University v New Yorku.

V ROCE 1929 PAK VYŠLA PRVNÍ KNIHA O RYCHLÉM ČTENÍ OD WALTERA B. PITKINA *The art of Rapid Reading*.

Tyto první a i dnes stále stěžejní metody rychlého čtení se opíraly o postupy, kde důraz byl kladen jednak na zajištění optimálních čtenářských podmínek a jednak na trénink postupného rozšiřování zrkového rozpětí (tak jako prvně u letců), přičemž širší zrkové rozpětí jde ruku v ruce s efektivnějším pohybem očí po řádku. **Výsledkem je pak běžně dvoj- až trojnásobné zrychlení čtení bez ztráty pochopení textu.**

Čtyřicátá léta 20. století se pak nesla ve znamení různých přístrojů a výukových filmů, které měly pomoci zvyšovat rychlost čtení. V 50 a 60. letech se všude ve světě začala objevovat jména odborníků, kteří položili základy metod rychlého čtení a ze kterých se těží dodnes. Patří mezi ně Evelyn Woodová, manželé Leeuowi, François Richaudeau, Wolfgang Zielke, I.Z.Postolevskij a E.G.Semenov nebo slovenský profesor Jozef Mistrík.

(podle Seznamte se: rychlé čtení, Krejčí J., 2011)

JAK ČTEME? STRUČNÁ FYZIOLOGIE OČÍ A PRÁCE MOZKU

Nejprve je podstatné, jak při čtení funguje náš zrak. Většina lidí se mylně domnívá, že čte klouzavým pohybem očí po řádcích. Aby však zrak mohl zachytit čtený text, musí se naše oči na chvíli zastavit, tzv. zafixovat. V ten moment nastupuje zpracování textu mozkiem.

Doba, kterou náš mozek potřebuje ke vstřebání vizuální informace je asi 300 milisekund, tedy 0.3s. Během této fixace nečteme písmeno po písmenu nebo slabiku po slabice, ale zachytíme vždy více písmen současně (neškolený čtenář jen okolo 7 znaků, školený pak až okolo 20 znaků).

K tomu, aby se z nezkušeného pomalého čtenáře stal čtenář rychlý, stačí tři základní návyky:

- 1) potlačení nebo zmírnění artikulace a subvokalizace
- 2) rozšíření zrakového pole a snížení počtu fixací
- 3) potlačení regresivních pohybů

1) Artikulace a subvokalizace

Artikulace a subvokalizace jsou zbytky návyků, které si s sebou neseme už od základní školy. Náš mozek stále ještě zpracovává

to, co vidí, přes hlasivky a sluch. Pokud například vidíme napsané slovo *kůň*, v duchu si ho vyslovíme, „uslyšíme“ jak zní a teprve potom si jej spojíme s představou koně. V takovém případě se ale při čtení nikdy nedostaneme přes maximální možnou rychlost řeči (tj. asi 250 slov/min).

Pro rychlé čtení je ideální cílový stav převést viděné slovo, například *kůň*, přímo do představy koně – tzn. vynechat zvukovou asociaci a tím zbytečný zpomalující mezikrok.

Artikulace se projevuje pohyby svalů úst a krku. Občas se projeví u všech z nás, například když se setkáme s dlouhým málo známým slovem, nebo u textů v cizí řeči – v takových případech samozřejmě nemá význam se jí bránit.

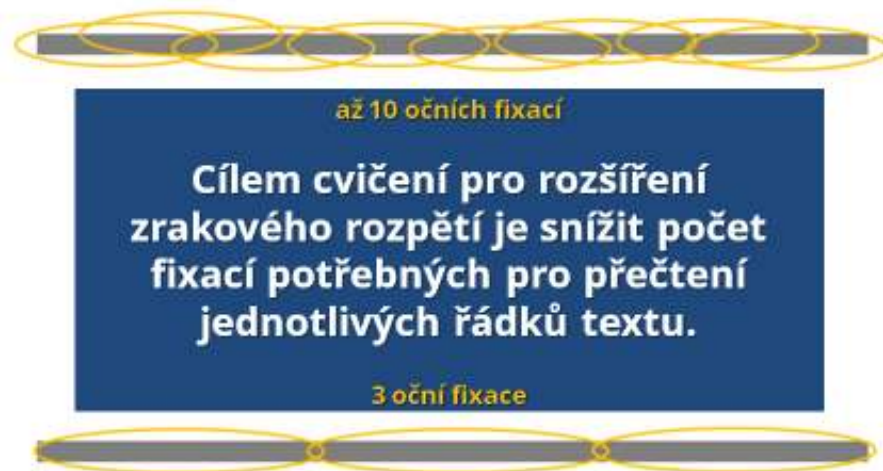
Jak poznat jestli artikulujeme při čtení? Stačí si přiložit na krk nebo na tváře dlaň a počkat, zda při četní neucítíme pohyby svalů.

Subvokalizace je uvědomění si, že s daným slovem je spojen nějaký zvuk, tedy ona výše zmíněná zvuková asociace ke konkrétnímu slovu.

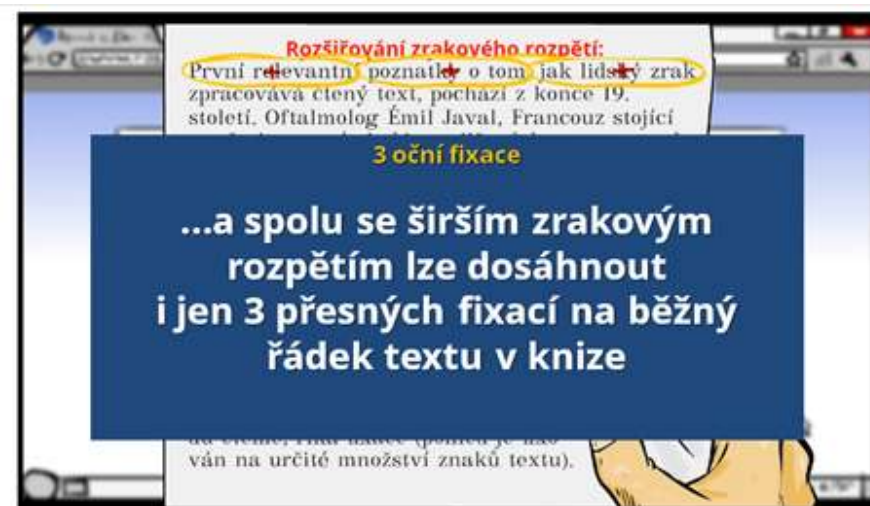
Jednou z možností, jak se artikulace a subvokalizace zbavit nebo je alespoň výrazně zmírnit, je například přeříkávat si při čtení tiše nějakou frázi nebo číselnou řadu.

2) Rozšíření zrakového rozpětí a méně fixací

U pomalého i rychlého čtenáře je doba fixace víceméně stejná. Hlavním rozdílem mezi nimi je ale počet písmen, které na jednu fixaci zachytí. **Rozšiřování zrakového rozpětí** je tedy jednou z hlavních oblastí, kterou je třeba trénovat.



S tím jde ruku v ruce nerozlučně **snižování počtu fixací na řádek**. Čím více písmen jsme na jednu fixaci schopni zachytit, tím méně jich na řádek potřebujeme. Ztrácí se tak navíc i překrývání jednotlivých fixací, které je často způsobeno nejistotou čtenáře nebo nedostatečným tréninkem.



3) Regresivní pohyby

Regresivní pohyby jsou, jednoduše řečeno, vracením se v textu. Občas se to stane každému. Čteme a najednou zjistíme, že nevíme o čem.

K regresivním pohybům může docházet z několika důvodů. Můžeme například číst obtížný text plný cizích slov, nebo dokument v cizím jazyce, který jsme ještě zcela neovládli. Můžeme ale mít také zmatený text s podivně složenými větami a nelogicky členěný. Nebo může být na vině čtenář, tedy my sami, ať už z nepozornosti a nesoustředěnosti nebo z nejistoty, když se

bezdůvodně vracíme v textu a ověřujeme si, co že jsme to vlastně četli.

V prvním a druhém případě může být regrese oprávněná – jde o funkční regrese. Funkčních regresí se dopouští dobrý čtenář, který ví, kam přesně se v textu vrací a proč. I když i zde je třeba uvědomit si, že potřebné informace se v textu většinou nachází několikrát.

Čím důležitější informace, tím častější bude její výskyt. Není proto vždy nutné se v textu vracet.

Trénink rychlého čtení pomáhá odstraňovat překážky k efektivnějšímu čtení, ale je také výcvikem dovedností, které mají pozitivní vliv na pochopení textu.

Pro demonstraci způsobu, jakým čteme, uvažujme strojopisné písmo, tedy normostranu – 60 znaků na řádek, 30 řádků na stránku. Dohromady 1800 znaků – jedna normostrana.

Oko neškoleného čtenáře se na řádku zastaví 7x - 9x, což při 0.3s na jednu fixaci dává v součtu 2.1 - 2.7 sekund na jeden řádek.
Normostranu tak neškolený čtenář přečte za 63 - 81 sekund.

Výcvik rychlého čtení pomáhá rozšířit počet znaků vnímaných při jedné fixaci a také odnaučí čtenáře překrývat fixace (do určité

míry samozřejmě, lidský zrak není přesný stroj). Oko se tak v jednom řádku normostrany zastaví pouze 3x - 4x.

Pro demonstraci našich čtenářských možností vyjděme z následujících (desetiletými prověřených) předpokladů:

- Nepříliš náročným tréninkem je každý z nás schopen zachytit text o rozsahu i 20 znaků
- Každý z nás je schopen naučit se číst (skoro) bez regresí
- Každému z nás stačí na jednu oční fixaci textu 0.3s

Po splnění těchto předpokladů (například cvičením v aplikaci Rozečti.se) přečteme jeden řádek i pouhými třemi fixacemi za 0.9 sekund. **Normostranu textu tak školený čtenář zvládne i za pouhých 27 sekund. A to je opravdu třetina původního času.**

Rozdíl v počtu fixací na text školeného a neškoleného čtenáře



začátek
abecedně
banditech
chemikálie
dělostřelci
federativním
jednopodlažní
nejaktuálnější
nekvalifikovaný
stravitelnějších
identifikovatelný
nejproduktivnějším
zprostředkovatelo
elektroinstalatérov
patnáctikilometrového
politickoorganizačních



SHRnutí ČÍSL0 1 – NA ČEM JE TŘEBA DENNĚ PRACOVAT

Je zapotřebí přestat s vyslovováním čteného

Tomu se říká odbourání artiklace a subvokalizace. Problém vyslovování (ať hlasitého, či v duchu) spočívá v tom, že brzdí rychlost čtení přinejlepším na rychlost velice rychlého mluveného slova. Protože oči a mozek jsou ale schopny mnohem vyšších rychlostí, je to zbytečné omezení.

Jednou z možností odbourávání je si při čtení v duchu přeříkávat nějakou frázi či slovní řadu, což má za následek, že není možné si zároveň přeříkávat čtený text. Samozřejmě z počátku dojde k velkému poklesu pochopení a vnímání čteného, ale jedná se jen o dočasnou nepříjemnost (něco jako těžší začátky v posilovně, kdy první týdny nejsou zcela bez obtíží).

Po krátkém čase tohoto cvičení je možné přestat si přeříkávat a zároveň se bez (nebo jen s minimem) subvokalizací zcela soustředit na čtený text.

Někteří odborníci volí spíše metodu ignorování subvokalizací během výuky rychlého čtení a naopak zdůrazňují vlastní snahu o maximální zrychlení, ale ze zkušenosti doporučujeme spíše tyto cvičení, neboť se jedná o častou brzdu čtení.

Tak už na nic nečekejte – vezměte první časopis, noviny nebo článek, co máte po ruce a cvičte a cvičte a cvičte...

Na jeden pohled lze zachytit větší množství textu

Už od samého začátku trénování v různých cvičeních aplikace Rozečti.se **zkuste tuto snahu o zachycení většího množství textu na jeden pohled (postupné rozšíření zrakového rozpětí) uplatňovat i v reálném životě**. O to samozřejmě jde, skutečně uplatnit tuto dovednost při práci a studiu.

Snažte se proto například nepokládat Váš pohled u každého řádku textu na jeho úplný začátek, ale zkuste začít třeba u druhého slova a šíří svého zraku zachytit i to slovo první. To samé platí i o koncích řádků – přímo se zaměřte jen na předposlední slovo a zachyťte zároveň i slovo poslední.

Takových doporučení Vám samozřejmě postupně dáme více, podstatou ale je neustále trénovat – namáhejte se trochu, jedině pak skutečně trénujete.

Není vždy nutné zachytit úplně každé slovo a vracet se v textu

Samozřejmě toto je individuální ve vztahu co zrovna čteme, ale obecně lze jen zdůraznit už uvedené, a totiž, že **čím je informace v textu důležitější, tím častěji se tam obvykle objevuje a je často zbytečně zpomalující vracet se v textu pro jedno přehlédnuté slovo či nejasnou větu**. Vždy ale sami uvažte, zda toto konkrétní text umožňuje, obecné případy samozřejmě neplatí vždy.

VIZE ROZEČTI.SE

Každým dnem se na nás valí víc a víc informací. Problémem už není ani tak dostupnost informací, ale spíše jejich výběr. Málokdo z nás může říci, že opravdu stihne přečíst vše to, co by si přál.

Cílem Rozečti.se je nabídnout moderní a efektivní nástroj k zvládnutí každodenní záplavy informací - dovednost rychlého a efektivního čtení pro každého.

A to vše online. Interaktivní forma výuky zásadně kvalitativně převyšuje klasické samostudium a zároveň zpřístupňuje rychlé čtení širokému online publiku.

Kolik e-mailů a jiného textu každý den přečtete?

Díky online kurzu rychlého čtení Rozečti.se ovládnete dovednost rychlého čtení - naučíte se číst o 100 až 200% rychleji – a to již po krátké době pravidelných cvičení z pohodlí vaší kanceláře nebo domova.

P.S. Kvalitu online aplikace pro Vás neustále zlepšujeme a budeme tak činit i nadále. Děkujeme proto za Vaše doporučení.



RYCHLÉ ČTENÍ POD LUPOU

Rychlé čtení je často definováno dvěma ukazateli: rychlostí čtení (ve slovech za minutu) a pochopením, respektive zapamatováním textu (to se uvádí v procentech).

Jednotliví odborníci se však liší ohledně toho, jaké rychlosti by člověk měl dosáhnout, aby se čtení opravdu dalo označit jako rychlé. Obvykle se uvádí míra rychlosti 250-300 slov za minutu. Avšak čtenáři, kteří prošli výcvikem, by měli dosáhnout rychlosti okolo 500 slov za minutu.

Protože při výuce se vždy jedná tak trochu laboratorní podmínky, může takto získaná rychlost v realitu poklesnout. Z tohoto důvodu je pro absolvování kurzu Rozečti.se nastavena úroveň rychlosti čtení na 520 slov za minutu. To znamená, že úspěšným absolventem se automaticky stává každý, kdo dojde při výuce až do lekce 15.

Uživatelé navíc mohou v aplikaci dobrovolně procvičovat i po absolvování kurzu, čímž si zajistí udržení dosažené rychlosti čtení.

Rychlé čtení by ale nikomu nepomohlo, pokud by nebylo doprovázeno vnímáním toho, co vlastně čteme. A protože rychlé čtení je přece jen o rychlosti, pochopení a zapamatování nikdy nebude stoprocentní. Míra chápání textu by se měla pohybovat na úrovni běžné při zcela obyčejném čtení, tedy mezi 60-80%.

V opačném případě se o nějakém „čtení“ nedá moc mluvit (spíš je to jen honění očí po stránce).

Jak vysoká rychlost čtení je ještě přínosná a kdy už připravuje čtenáře o informace z textu, to záleží jen na jeho individuálních schopnostech a konkrétním textu. Jeden z francouzských odborníků na rychlé čtení, F. Richaudeau, dokonce tvrdí, že čím rychleji čteme, tím rychleji a lépe chápeme. Při rychlém čtení se totiž nové informace v mozku zpracovávají rychleji, což vede k lepšímu předvídání textu a to zase zpětně zvyšuje chápání.

Existují ale i opačné názory. Rychlosti čtení se podle některých odpůrců dosahuje na úkor kvality a právě i pochopení. Čtenář prý může přicházet o souznění s autorem, o hlubší náhled na text a hlavně o požitek ze čtení.

Tyto argumenty ovšem ztrácejí půdu pod nohama, pokud si uvědomíme, že rychlé čtení není určeno pro každý typ textu a pro každou situaci. Vždyť kdo z nás by chtěl přečíst třeba Pána Prstenů rychlostí 600 slov za minutu? Na různé druhy textu se hodí různé čtenářské techniky.

ČTENÁŘSKÉ TECHNIKY

V předchozích odstavcích jsme si ukázali, jak vlastně probíhá proces čtení, na modelové ukázce demonstrovali, jakého zlepšení jsme schopni dosáhnout a objasnili, co je vlastně rychlé čtení.

Je však třeba zdůraznit, že by bylo velkou chybou snažit se číst všechny texty stejným způsobem (a rychlostí), tedy stejnou technikou.

Novinový článek čteme jinak než matematická skripta plná vzorců a definic. Někdy dokonce není vůbec žádoucí snažit se číst rychle, například čteme-li sbírku básní či beletrii pro své vlastní potěšení. Abychom docenili krásu veršů a užili si detektivní zápletky i zvraty, musíme jim dát patřičný prostor.

Obecně lze říci, že rozdíl mezi dobrým a špatným (stejně tak školeným a neškoleným) čtenářem je v rozsahu čtenářských technik, které oba dovedou používat.

Zatímco špatný čtenář může číst každý text způsobem „slovo od slova“, dobrý čtenář se rozlétne v textu, kterému perfektně rozumí a zpomalí pouze, když se dostane do náročnější pasáže obsahující čísla, termíny nebo cizí slova.

Dobrý čtenář střídá techniky (a rychlosti) během četby stejně tak, jako zkušený řidič řadí rychlostní stupně během jízdy autem.

Pamatujte proto na to, že rychlé čtení se hodí uplatňovat v určitých případech (například předvídatelný pracovní text, internetový článek nebo školní učivo), **stejně tak jako se pomalejší důsledné čtení hodí zase v jiných** (například poezie, beletrie, učení se cizímu jazyku).

Dále se budeme věnovat specifickým druhům čtení (aktivnímu a efektivnímu čtení) a způsobům čtení.

AKTIVNÍ ČTENÍ

Aktivní čtení je hlavně a především o čtenářově postoji k danému textu. Jeho pravým opakem je bezmyšlenkovitě klouzání očí po textu beze stopy vlastní iniciativy nebo hlubšího pochopení, bez cíle a nějaké zvláštní snahy, prostě pasivní přijímání předložených informací.

Aktivní čtenář má v první řadě stanovený cíl: chce zjistit určitou informaci, pochopit danou problematiku nebo si ověřit, o čem text je.

Cíl mu dodává motivaci a motivace se projevuje v soustředění. Zkrátka, člověk se nefláká a kouká, aby pochopil.

Aktivní čtenář se nenechává textem vést. Naopak, předvídá ho. A pokud zjistí, že kniha nebo článek neobsahují to, co potřebuje, nebo mu to nepodávají stylem, který mu vyhovuje, nebojí se je zahodit a najít si jiný pramen informací.

Díky rychlosti čtení (předpokládáme, že aktivní čtenář dokáže využívat technik rychlého čtení – ať už je trénovaný nebo ne) postřehne na jednu fixaci větší část textu. Díky tomu pochopí význam celé věty dříve, než čtenář, který se textem prokousává slovo po slově. A proto je také schopen rychleji se zorientovat v myšlenkovém toku textu.

Aktivní čtenář vnímá text jako celek, ne jako sled jednotlivých vět.

Aktivní čtenář během čtení klade otázky (nemusí to být nahlas), polemizuje s autorem nebo s ním přímo nesouhlasí.

Po přečtení textu je aktivní čtenář schopen říct, co byla jeho hlavní myšlenka, jaký byl jeho závěr a o co se tyto závěry opírají.

EFEKTIVNÍ ČTENÍ

Efektivní čtení se na rozdíl od rychlého čtení nebo aktivního čtení nedá tak snadno definovat. Pokud byste se chtěli dozvědět, co přesně se za tímto termínem skrývá, a podívali se na tento termín do tří různých knih od tří různých autorů, v každé byste se dozvěděli něco více nebo méně odlišného.

Někteří autoři používají termín efektivní čtení jen jako synonymum pro rychlé čtení. Může to ale také být jen označení pro jakýkoliv účinný čtecí postup. Pokud bychom se ale podívali na všechny tyto definice jako celek, vyjde nám z toho, že **efektivní čtení je vlastně to, že někdo čte efektivně. Tedy používá správný čtecí styl společně se správným čtecím postupem a oba dva jsou přiměřené jak dokumentu, tak cíli čtení.**

Mezi postupy efektivního čtení určitě patří rychlé a aktivní čtení a jednotlivé čtecí metody.

Patří sem ale i práce s textem, jako je **podtrhávání, dělání poznámek** nebo **výpisků**, a práce se samotnými dokumenty, které čteme.

Jako správní efektivní čtenáři bychom měli udržovat povědomí (a kdo nemá povědomí, tak alespoň nějaké poznámky) o dokumentech, které jsme četli a jaké informace obsahovaly – tedy vlastně takový čtenářský deníček.

Další metodou efektivního čtení je opakování si. Po dočtení knihy si nahlas v pár větách přeříkat, co jsme se dozvěděli.

Trošku to připomíná biflování se ve škole, ale výsledkem bude, že si víc zapamatujeme a lépe si to pak vybavíme.

Efektivní čtení je vlastně obecné označení pro postup, který umožní co nejrychleji a s co největší účinností přečíst daný dokument, dostat z něj co potřebujeme a co nejdále si to zapamatovat.

ZPŮSOBY ČILI STYLY ČTENÍ

Způsob čtení každého textu závisí na dvou hlavních otázkách:

Jaký text čteme?

Jaký je cíl naší četby a co od textu očekáváme?

Dobrý čtenář by na tyto otázky měl být schopen odpovědět a podle toho zvolit vhodný způsob četby. Vždy pak má na výběr z několika možností.

Informační čtení

Informační čtení slouží hlavně k základnímu seznámení s dokumentem, který budeme číst.

Všímáme si hlavně nadpisů, autora, anotace a osnovy (pokud nějaká existuje). Pokud se jedná o knihu, důležitý je obsah, slovníček pojmů, bibliografie a zvláště úvod a závěr, kde bývají shrnuta nejdůležitější fakta.

Informační čtení je o tom, vzít knihu nebo časopis do ruky a podívat se o čem je, rychle ji prolistovat a seznámit se s její strukturou. To pomůže formulovat základní otázky, na které budeme chtít odpověď. Můžeme tak předem říci, zda dokument

stojí za přečtení a kterým jeho částem je třeba věnovat největší pozornost.

Kurzorické čtení

Kurzorické čtení je způsob čtení, při kterém se čtenářovy oči pohybují velice rychle po pomyslné diagonále stránky směrem dolů (i když v zásadě je jedno, zda se jedná o diagonálu, přímku nebo pohyb cik-cak, záleží na tom, co vám zrovna vyhovuje).

Je to velice rychlý způsob čtení, při kterém by nemělo docházet k žádným regresím.

Kurzorické čtení se používá v případě, kdy se chce čtenář seznámit se základy daného problému. **Při tomto druhu čtení si může zatrhávat části textu nebo vkládat záložky, aby věděl, kam se později vrátit.**

Selektivní čtení

Oči se při tomto způsobu čtení pohybují v textu velice rychle a hledají konkrétní klíčová slova.

Nejedná se o čtení jako takové, protože **čtenář spíše jen běží očima po řádcích a zastavuje se pouze v případě, že narazí na hledané slovo nebo sousloví.**

Selektivní čtení je vhodné použít v případě, kdy hledáme konkrétní informaci.

Pro správné selektivní čtení musí čtenář vědět, o čem se v textu píše a musí předem znát danou problematiku.

Statarické čtení

Statarické čtení je vlastně čtením obyčejným. Je to pomalé až důkladné čtení textu, kdy je potřeba vnímat každé slovo.

Uplatňuje se u čtení beletrie nebo při učení zcela nové neznámé látky.

Kombinované čtení

Při kombinovaném čtení se jednotlivé výše popsané styly skloubí dohromady tak, aby se čtenář co nejrychleji dobral cíle, tedy odpověděl na své vytyčené otázky.

V praxi to vypadá většinou tak, že **ty části textu, které už známe, projdeme kurzorickým čtením a do statarického zpomalíme pouze v momentě, kdy narazíme na nový termín.**

Následně v textu použijeme selektivní čtení a vyhledáme všechny výskyty nového termínu. Statarické čtení pak opět použijeme v závěru na přečtení shrnutí.

Ke kombinovanému čtení patří i čtení opakované. Text většinou nestačí přečíst jen jednou, ale čtenář se k němu vrací i několikrát. Při opakovaném čtení je ideální příležitost naplno využít rychlého čtení.

KRITICKÉ MYŠLENÍ A METODA I.N.S.E.R.T.

Jako poslední součást návodu pro lepší čtení bychom Vám rádi zprostředkovali základní povědomí o široce uplatnitelné metodě I.N.S.E.R.T., která Vám může pomoci se zpracováním textu.

Kritické myšlení znamená uchopit myšlenku, důkladně ji prozkoumat, porovnat s opačnými názory a s tím, co již o tématu víme a nakonec na tomto základě zaujmout určité stanovisko.

Jde o aktivní, uspořádaný a komplexní proces, který probíhá na mnoha úrovních současně.

Existují mnohé v praxi využitelné metody vycházející z kritického myšlení, například Z projektu Čtením a psaním ke kritickému myšlení (Reading and Writing for Critical Thinking – RWCT).

Jedna z metod RWCT je například již zmíněný I. N. S. E. R. T., mezi další pak patří například Volné psaní, Pětílístek, Myšlenkové mapy, Podvojný deník, Víím – Chci vědět – Dozvěděl/a jsem se a mnoho dalších.

Toto téma pro nás zpracovala paní Mgr. Eva Smolanová, která mezi zdroji a doporučeními pro další studium uvádí především:

Kritické myšlení napříč osnovami

Čtením a psaním ke kritickému myšlení, příručka I: Jeannie L. Teepelová, Kurtis S. Meredith, Charles Temple a Scott Walter

www.kritickemysleni.cz

www.rwctic.org

METODA I. N. S. E. R. T.

Jedná se o velmi jednoduchou metodu z RWCT, která nabízí široké spektrum uplatnění.

Tuto metodu lze uplatnit nejen při studiu, ale také při práci. Není cílena pro využití jen na jeden konkrétní druh textu, naopak ji lze využít při práci s různými texty.

Vhodná je pro texty, ze kterých se získávají informace, u kterých je potřeba ujasnit si myšlenky a je potřeba z nich vyvodit stanovisko.

Metoda naopak není příliš vhodná pro texty, ve kterých se nachází pouze čistá fakta.

Využití metody je možné

- ve skupině
- individuálně

Cílová skupina pro využití metody jsou především

- žáci ZŠ
- studenti SŠ
- studenti VŠ
- analyticky zaměřené pracovní profese

Přínosy pro čtenáře při využití této metody práce s textem – I.N.S.E.R.T.:

- vede k vyhledávání informací v textu
- kategorizuje získané informace
- umožňuje nový pohled na informace
- aktivně zapojuje čtenáře do procesu poznávání
- uspořádává myšlenky čtenáře
- čtenář si vytváří nové poznatky a zpracovává je
- dochází ke zkvalitňování celkového poznávacího procesu
- metoda přináší osobnostní rozvoj čtenáře

Postup pro využití

Čtenář si během čtení označí v textu každou informaci pomocí jednoduchých značek (viz následující tabulka).

Při čtení si tak dělá poznámky na okraji článku – zapisuje si jednotlivé značky.

Každý typ značky vyjadřuje odlišný druh informací, a to:

✓ fajfka jestliže něco z toho, co čtete, potvrzuje, co jste věděli nebo si mysleli, že víte

- mínus jestliže je informace, kterou čtete, v rozporu s tím, co víte nebo jste slyšeli

+ plus jestliže informace, kterou se dozvíte, je pro vás nová

? otazník jestliže se objeví informace, které nerozumíte, která vás mate nebo o které byste se chtěli dovědět více

Při čtení a zapisování značek čtenář nemusí označit každou informaci, kterou text obsahuje. Znaménko (značka) by mělo odrážet vztah čtenáře k vybrané informaci. Může tak skončit s jednou či dvěma značkami na odstavec, někde více, jinde méně.

V případě, že pracujete ve skupině, pak jde o ten správný moment pro konzultaci či diskuzi o tom, co jste četli. K diskuzi dochází na základě podobných otázek:

- Co se vám potvrdilo?
- Co naopak článek vyvrátil?
- Jaké nové informace jste se dozvěděli?
- Nač byste se chtěli zeptat?

Pro maximální efekt se doporučuje, aby se čtenář opět vrátil ke svým značkám v textu. Ty by měly sloužit jako vhodný odkaz na informace, které potvrzují nebo vyvracejí čtenářovy předchozí znalosti.

Na konci čteného textu je možné i užitečné si vytvořit přehlednou tabulku, do které se zapisují nejpodstatnější informace a to do jednotlivých sloupců pod značky I.N.S.E.R.T. (tzn. do jednotlivých kategorií).

✓	-	+	?
Vybraný text	Vybraný text	Vybraný text	Vybraný text
Vybraný text	Vybraný text	Vybraný text	Vybraný text

Posléze může opět nastat diskuze ve skupině s tím, že je možno:

- doplnit získané informace z jiných zdrojů
- více si ujasnit některé získané informace
- zodpovědět, co nebylo dosud zodpovězeno
- vypořádat se i s novými otázkami

Celý proces může trvat asi hodinu a půl. Delší text nebo jiné téma však může vyžadovat i více času.

SHRNUTÍ ČÍSLO 2 – ZRYCHLUJTE A ZPOMALUJTE

Rychlé čtení není vhodnou metodou pro každý typ čtení a pro každý materiál. Velmi důležité je využívat tuto dovednost pouze jako nástroj ke čtení ve chvíli, kdy text a materiál je pro tuto techniku čtení vhodný.

Jako obecně nevhodné materiály pro rychlé čtení lze zmínit beletrii či poezii, tedy druh četby pro radost. Naopak čteme-li pro získání informací a pochopení určité problematiky, lze rychlé čtení naplno využít.

Naplno také využijte technik aktivního čtení, tyto Vám někdy pomohou i více než jen samotné zrychlení.

V minulé kapitole si zrekapitulujte jaké styly je vhodné během četby využít.

Zaměřte své trénování rychlého čtení nejen na samotná cvičení v aplikaci Rozečti.se, ale především také na kombinace různých čtecích stylů během celého Vašeho pracovního nebo studijního dne.

Pamatujte, jen trénink dělá mistry.

PROČ ČÍST RYCHLEJI A LÉPE? PROTOŽE MŮŽEME

Ale teď obecněji. V některých případech je dovednost rychlého čtení naprostou nutností. Obecně známé jsou třeba příklady amerických prezidentů. Jen si představte ty stohy dokumentů, které musí (měl by) takový prezident denně přečíst. Pokud by neovládal pokročilé techniky čtení, zřejmě by mu na úřadování nezbylo mnoho času.

Theodore Roosevelt byl například známý tím, že denně prý přečetl i tři knihy. A i J. F. Kennedy absolvoval kurz rychlého čtení (v angličtině speed-reading nebo rapid-reading) ihned po nástupu do prezidentské funkce.

Člověk však nemusí být prezidentem USA, aby docenil možnosti, které se mu zvládnutím pokročilých čtenářských technik nabízí.

S ušetřeným časem lze naložit různě – přečíst více za stejnou dobu (třeba při učení), nebo naopak číst dobu kratší a věnovat se jiným záležitostem (typicky vhodné pro práci).

Tak či onak, těžko by asi dnes někdo předpokládal, že množství informací, se kterými běžně pracujeme, se v blízké době sníží – spíše naopak. A právě proto je více než užitečné odpoutat se od čtecích návyků nižšího stupně základní školy (někteří odborníci skutečně tvrdí, že běžný čtenář čte nezměněným způsobem od svých cca 12 let) a po absolvování jednoduché výuky začít číst skutečně naplno – tak, jak nám to vrozené schopnosti umožňují.

TIPY PRO LEPŠÍ ČTENÍ

Na následujících řádcích pro Vás máme shrnuty základní tipy a triky, které je dobré znát a aplikovat nejen pro vytvoření dobrých čtenářských podmínek, ale i pro efektivitu čtení třeba tím, že text odložíte ještě před jeho dočtením...

- Nehýbejte hlavou, zbytečné pohyby Vás zpomalují.
 - Čtěte v uvolněné a pohodlné poloze, nepřetěžujte záda a nehrbte se.
 - Pamatujte na dobré osvětlení. Špatné světelné podmínky unavují oči i mysl.
 - Maximálně se koncentrujte.
 - Stanovte si čtenářský cíl. Víte, proč daný text čtete a co se chcete dozvědět?
 - Budte skutečně aktivní čtenář. Vedte vnitřní dialog s autorem.
 - Pokud najdete informaci, kterou hledáte, přestaňte číst – máte hotovo.
 - Čtěte potichu. Nehýbejte ústy a snažte se neslyšet v hlavě slova, která čtete.
- Pečlivě si vybírejte četbu. Nemá smysl číst všechno.
 - Nejprve se seznamte s materiálem - projděte obsah, nadpisy i podnadpisy abyste zjistili, co v materiálu najdete a co nikoli.
 - Čtěte knihy kvalitně vytištěné. Vyhněte se pokud možno malým fontům a příliš širokým řádkům.
 - Matný papír je lepší než lesklý, protože odlesky unavují oči.
 - Vyzkoušejte elektronickou čtečku. Texty se zobrazují v příjemném formátu a celkový zážitek z četby je výborný.
 - A samozřejmě to nejdůležitější - ovládněte dovednost rychlého čtení.

VÝUKA RYCHLÉHO ČTENÍ - ROZEČTI.SE

Podstata základní formy výuky v 20 předpřipravených lekcích spočívá ve cvičení dvou dovedností - každé z nich pomocí několika různých cvičení - a následném měření postupu.

Rozšiřování zrakového rozpětí

První trénovaná dovednost je úroveň zrakového rozpětí. Jedná se o délku řetězce, respektive počet písmen textu, které oči zachytí na jednu fixaci.

U neškoleného čtenáře je tato délka textu jen okolo 7 znaků na jednu fixaci. Cvičením lze dosáhnout i více než 20 znaků na jednu fixaci. Toto rozšíření fixace či „čtecího zorného pole“ je tedy podstatou výuky první dovednosti.

Samotné cvičení v aplikaci spočívá v co nejpřesnějším přepisu očima zachycených řetězců znaků a textu.

Výuka správných očních fixací

Vzhledem k tomu, že naše oči zpracovávají text pouze, když se nehýbou, tedy když se na text fixují, je třeba věnovat pozornost i výuce správných očních fixací.

Podstata výuky této dovednosti je odbourání nadbytečných fixací, jejich zpřesnění a i částečné urychlení.

Cílem je, aby se oči nevracely v textu, nepřeskakovaly z řádku na řádek a jinak nebloudily. Rychlé čtení zpravidla obnáší přesné fixování zraku a přesné přeskoky zraku při průchodu textem.

Neškolený čtenář využívá 7 až 9 fixací na jeden běžný řádek textu v knize. Cvičením lze počet fixací snížit a především spolu s rozšířením zrakového rozpětí se lze dostat i jen na 3 fixace.

Výuka očních fixací v aplikaci spočívá v tréninku rytmického přeskokování pohledu využitím tří sloupců (pro 3 fixace), trénováním pozornosti, postřehu a také v procházení zraku po řádku přesně v rytmu zvýraznění částí textu. Důležité je především cvičit správný rytmus průchodu zraku textem.

Měření postupu

Poslední částí každé výukové lekce, tedy po tom, kdy jako uživatel o kousek rozšíříte své zrakové rozpětí a zkusíte si rytmicky pohybovat očima po řádku v příslušné obtížnosti, je změření vašeho postupu/zlepšení.

Postup klasicky měříme přečtením kratšího textu, přičemž se měří jednak rychlost (slova za minutu) a jednak pochopení textu (pomocí kontrolních otázek).

Pravidelným cvičením a zvyšováním náročnosti dochází k dvojnásobnému zvýšení rychlosti čtení a to bez kompromisů – bez ztráty pochopení čteného, ba právě naopak, můžete si zapamatovat více (díky rychlejšímu vstřebání souvislostí v textu).

PŘIHLÁŠENÍ DO APLIKACE

Pro přístup do aplikace Rozečti.se slouží odkaz Přihlášení na adrese:

www.rozectise.cz

K přihlášení slouží email a heslo vložené při Vaší registraci.

Do aplikace se lze přihlásit také pomocí Facebook účtu.

POSTUP VÝUKY V RÁMCI KAŽDÉ LEKCE

Po přihlášení do aplikace se dostane na přehled vašeho dosavadního postupu.

Modře podbarvené lekce jsou ty, které máte již splněny. Do oranžova je pak vyznačena aktuální lekce, která není zatím dokončena.

Pro výuku pokračujte volbou Pokračovat ve výuce.

První sada cvičení – rozšiřování zrkového rozpětí

Základem každé lekce je rozšiřování zrkového rozpětí, k čemuž v aplikaci slouží dvě podobná cvičení.

Při prvním cvičení jsou v krátkém časovém intervalu zobrazovány náhodné řetězce znaků, které je potřeba pohledem zachytit a následně zapsat. S přibývajícím úrovní lekcí se řetězce prodlužují.

917	917
442	442
592	502
760	760
117	117
593	503
289	289
515	515
166	130
469	469
075	075
021	021
382	382
592	592
396	396
601	601
535	431
143	113
791	791
284	284

Výsledek 82%

Další sekvence

Druhé cvičení má stejnou podstatu v zachycení zobrazeného textu, jedná se ale o náhodně vybrané kombinace slov o délce odpovídající úrovni aktuální lekce.

lituji že jsem	lituji že jsem
mu otec neřekl	mu otec řekl
číslika z toho	číslika z toho
a přibližně za	a přibližně za
se informací to	se informací to
mám co děkovat	mám co děkovat
od chvíle kdy	od chvíle kdy
k metropoli to	k metropoli to
a že vytečně	a že vytečně
odtáhl ho do svě	xxx
si uvědomil že	si uvědomil že
by jistě bylo	by jistě bylo
ztráta nohy mi	ztráta nohy mi
celá zahrada s	celá zahrada s
poněvadž z ní	poněvadž mi z ní
smil jako malý	smil jako malý
ženu může mít	ženu může mít
než rozjet se	než rozjet se
námi a najádou	námi a najádou
jen tři minuty	jen tři minuty

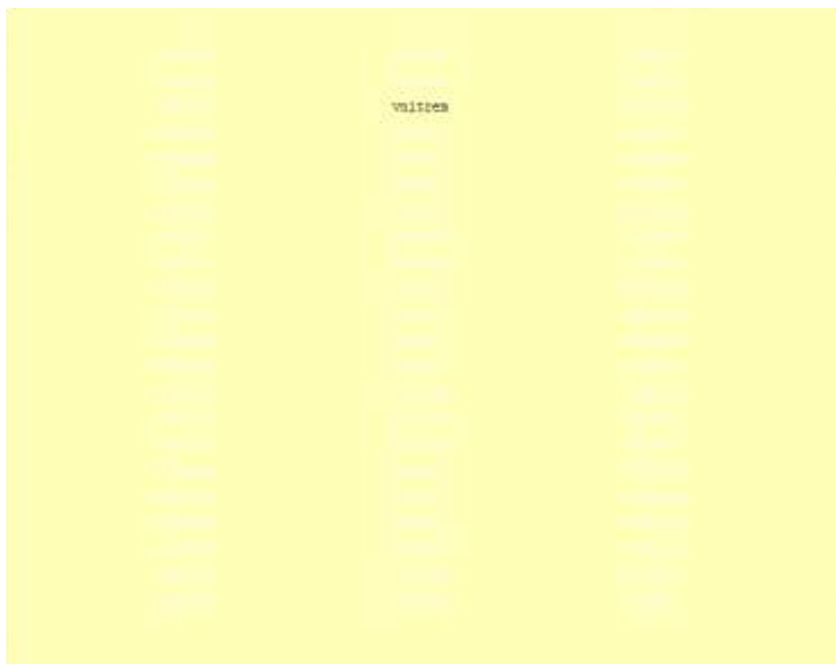
Výsledek 89%

Odeslat

Druhá sada cvičení – oční fixace

Dalším potřebným krokem ke zlepšení čtenářských schopností a pokračováním každé lekce je několik různých cvičení pro zlepšení očních fixací.

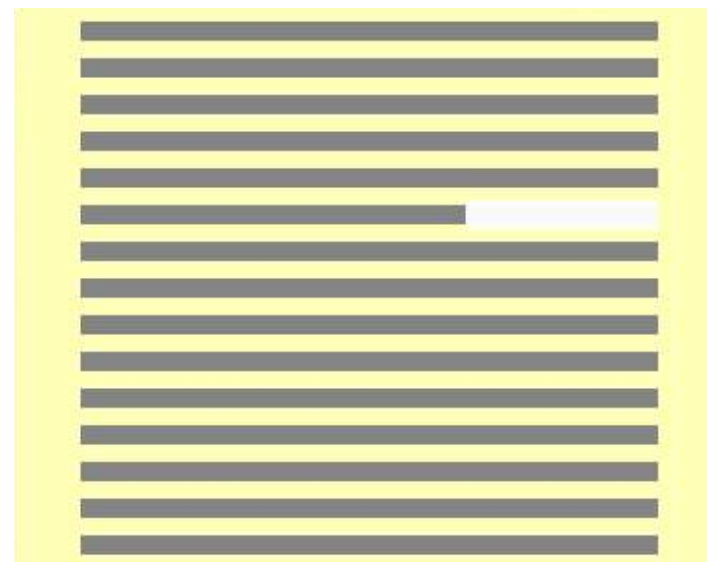
V prvním cvičení jsou na stránku umístěny tři sloupce, přičemž v každém tomto sloupci jsou slova o délce odpovídající aktuální náročnosti lekce. Podstatou cvičení je rytmicky pohybovat zrakem při čtení zvýrazněných slov. V pozdějších lekcích jsou pak slova delší, přičemž doba pro jejich zachycení zrakem se nezmění.



Druhé cvičení je obdobné, je ale vyžadována i skutečná pozornost a zapamatování - po zobrazení zhruba polovičního počtu slov vyhodnotíte, která slova jste viděli a která ne.



Ve třetím cvičení probíhá simulace ideálního (cílového) pohybu očí v textu na řádku, přičemž úkolem je fixovat zrak vždy na podbarvenou část a dodržovat tak i danou rychlost čtení.



Poslední cvičení pak podle úrovně aktuální lekce zobrazuje části souvislého textu. Šířka textu (a tím počet slov) narůstá s postupem do vyšších lekcí a drobně se i zkracuje interval zobrazení. Po přečtení celého textu následuje sada otázek k ověření pozornosti.

Měření aktuální rychlosti čtení na závěr každé lekce

Pro absolvování každé lekce je nutné dosáhnout minimální požadované rychlosti čtení, která je stanovena ve slovech za minutu a splnit předpoklad pochopení textu na více než 65%.

Výsledek dosažený na konci každé lekce je pak porovnáván s rychlostí dosaženou při úvodním měření rychlosti čtení a je počítáno i procentuální zlepšení.



PROCVIČOVÁNÍ MIMO VÝUKOVÉ LEKCE A DALŠÍ

Doporučujeme v rámci výuky opravdu dodržovat určitou pravidelnost a absolvovat pouze jednu lekci za den. Samozřejmě lze ale trénovat i mimo přednastavený kurz a to v sekci Procvičování.

Můžete tak bez obav z ovlivnění svých výukových statistik trénovat jednotlivé cvičení nebo si jen měřit aktuální rychlost čtení. K dispozici je vždy výběr požadované úrovně obtížnosti – úroveň aktuální a také dvou předchozích lekcí.

Ostatní sekce aplikace

Dále jsou Vám v Rozečti.se k dispozici podrobné statistiky postupu, srovnání s přáteli i výsledky nejlepších uživatelů.

Sekce Časté otázky poskytuje odpovědi na nejčastější dotazy a běžné problémy při práci s aplikací.

V sekci Návoděda pak naleznete nejen podrobnější vysvětlení jednotlivých částí aplikace a všech cvičení, ale také informační zdroje a odkazy na tematicky podobné weby.

IDEÁLNÍ PRŮCHOD VÝUKOU – VZOROVÁ SITUACE

1. Registrace do aplikace.
2. Změřte si výchozí hodnoty rychlosti čtení před výukou – zbytečně nespěchejte, nejlepší je poměřovat Vaše zlepšení se skutečností.
3. Nastudujte si pokyny pro výuku z doručeného návodu k aplikaci či z vysvětlení před každým cvičením.
4. Absolvujte lekci 1 a udělejte si jasnou představu o výuce a tréninkových cvičeních.
5. Podle dosaženého výsledku můžete procvičovat nad rámec každé lekce v sekci Procvičování.
6. Věnujte Rožečti.se alespoň 30 minut denně a s rostoucí obtížností lekcí klidně 30 minut 2x denně i více.
7. Absolvujte jednu výukovou lekci každý den. Absolvování lekce zabere zhruba 15-20 minut času, další čas proto věnujte procvičování ať už rozšiřování zrakového rozpětí nebo očních fixací – podle toho, co Vám dělá obtíže.
8. Požadavky na rychlost čtení u závěrečného textu začnou být náročnější v závislosti na Vašich výkonech někdy od 6. lekce.

9. Pokud Vám dělá problém pochopit text při požadované rychlosti, nesnažte se za každou cenu postoupit do vyšší lekce, ale věnujte více času procvičování v sekci Procvičování.
10. Snažte se získaná doporučení aplikovat během dne při každé vhodné situaci – při čtení článků, emailů, novin a jiných materiálů.
11. Běžným jevem při výuce je určité zvýšení rychlosti skoro ihned, ale za cenu snížení pochopení. Zde je důležité vytrvat a překonat tyto prvotní obtíže, především dalším cvičením očního rozpětí a fixací na text. Jako u každého učení se novým dovednostem jde nejprve vše ztuhá a s obtížemi, ale poctivým tréninkem nakonec dochází k ovládnutí této dovednosti a jejímu zautomatizování.
12. Procvičujte, trénujte, pracujte na sobě, absolvujte a po dokončení lekce 14 od nás dostanete certifikát absolventa.

V případě, že nemíříte tak vysoko, můžete o certifikát požádat i dříve, jakmile budete spokojeni se svým výsledkem.

Tým Rožečti.se www.rozectise.cz blog.rozectise.cz

Tato příručka Rožečti.se (eBook) není určena k samostatnému využití a lze ji používat pouze jako součást online výuky v Rožečti.se. Více informací naleznete v aplikaci, sekce Návod / Ostatní.