**Zhodnocení kurzu Rychločtení® na Prvním českém gymnáziu v Karlových Varech**

Studenti si v kurzu osvojili soubor technik racionálního čtení. To jim umožňuje zvyšovat rychlost čtení, objem zapamatovaného a zlepšovat schopnost pracovat s informacemi, zdokonalovat vnímání a myšlenkové zpracování textové informace při střední obtížnosti textu a cíli vystihnout hlavní myšlenku, hlavní body a důležité detaily.

Studenti se v kurzu seznámili a naučili využívat tyto techniky školeného čtenáře:

 1. Schopnost profesionální koncentrace - ignorovat okolí

 2. Schopnost profesionální koncentrace - každý čtený text je úžasně zajímavý

 3. Stanovení cíle četby v přípravě

 4. Myšlenková mobilizace předchozích znalostí, okolností a souvislostí čtené tématiky

 5. Předjímání hlavních bodů, hlavní myšlenky a důležitých detailů podle znalosti nadpisu a okolností

 6. Myšlenková aktivita při čtení

 7. Soustavná konfrontace přečteného s cílem četby

 8. Zanechání četby po dosažení cíle

 9. Čtenářské kritické myšlení

10. Přiměřená různost názorů

11. Tichý vnitřní dialog s autorem

12. Předvídání během četby

13. Empatie-vcítění do autora a okolností. Čtení hlubších vrstev (čtení mezi řádky)

14. Vysoké vnitřní sebevědomí – přiměřená čtenářské sebedůvěra

15. Optimální pracovně psychologické podmínky čtení

16. Správná vzdálenost očí od textu

17. Správný sklon čteného textu

18. Správná poloha těla (správné sezení)

19. Čtení bez tělesných pohybů

20. Čtení bez artikulací

21. Nenásilné postupné omezování subvokalizace zvyšováním sečtělosti

22. Minimalizace otevřených regresí

23. Minimalizace práce zjišťovací paměti, maximalizace podílu zpětně poznávací paměti

24. Pravidlo skoropřeskočení a podvědomého hlídače. Střídání vědomého a podvědomého

 řídicího režimu čtení. Pravidlo „když po četbě nevím, co v textu bylo, tak vlastně vím“

25. Kauzální kořeny rovnice nadpisu aneb hlavní body

26. Kauzální stavba z kamenů bodů aneb hlavní myšlenka

27. K-otázky aneb důležité detaily

28. Široké zrakové rozpětí

29. Méně fixací oka na řádek, omezení skrytých regresí

30. Nasazování oka za začátek řádku, odsazování před koncem

31. Využití redundance v textech k minimalizaci počtu otevřených regresí

32. Využití pravidla opozice podvědomí – zvládání trémy při vyšších tempech

33. Pravidlo psychické teorie relativity a jednostránkové sprinty

Ke zvládnutí všech technik se naučili používat tyto nástroje:

1. **mozkové**, tj. zaměřené na myšlenkové zpracování textu
2. **očně technické**, tj. zaměřené na techniku čtení, zejména na jinou práci očí
3. **smíšené**

Studenti se v kurzu naučili využitím efektivních technik čtení, zejména práce očí a myšlenkového zpracování textu:

* efektivně číst, studovat
* rychle se zorientovat v textu
* vystihnout hlavní body, hlavní myšlenku
* zvyšovat množství informací, které může mozek přijmout
* číst rychleji s větším porozuměním textu
* zlepší plynulost čtení
* využívání různých typů čtení dle obtížnosti textu
* zvýšení čtenářské gramotnosti
* kritické myšlení
* koncentrace a soustředění
* paměťové techniky

Z průměrných počátečních hodnot 60 – 70 slov za minutu dosahovali při závěrečném testu na průměrné hodnoty 190 – 210 slov za minutu s pochopením textu 50 – 60 %.

Zajímavé byly pro studenty informace o využití paměťových technik pro ukládání a následné vybavování informací. Úspěšná byla i pozorovací cvičení, ve kterých měli v co nejkratším čase najít počet chyb v textu.

Studenti při kurzu pracovali ve velmi přátelské a uvolněné atmosféře, plnili zadané úkoly s maximální přesností a pečlivostí. Porovnání hodnot vstupních a závěrečných testů ukázalo zlepšení v rychlosti přečtení textu i v jeho chápavosti u všech účastníků kurzu.

Věřím, že kurz rychločtení ,ač byl pro studenty velmi náročný na množství nových informací, nutnosti velkého soustředění a tréninku rychočtenářských dovedností, byl pro studenty přínosem. Získané vědomosti budou moci zhodnotit v dalším studiu.

Karlovy Vary 24. 5. 2013

 Marlena Vítková

 Licenční lektorka rychločtení®