

## ЧЕК-ЛИСТ "ФИЗИОЛОГИЯ ЧТЕНИЯ: МЕХАНИЗМ И ЦИФРЫ"

### ЧЕК-ЛИСТ "ФИЗИОЛОГИЯ ЧТЕНИЯ: МЕХАНИЗМ И ЦИФРЫ"

#### МЕХАНИЗМ ЧТЕНИЯ: КАК РАБОТАЮТ ГЛАЗА

---

#### ИЛЛЮЗИЯ ПЛАВНОГО ДВИЖЕНИЯ

Многие думают:

"Когда мы читаем, взгляд ПЛАВНО СКОЛЬЗИТ вдоль строки"

Но это ИЛЛЮЗИЯ!

---

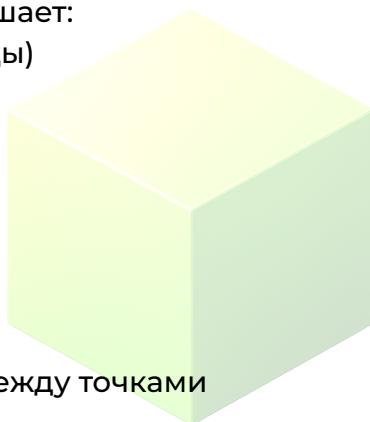
#### РЕАЛЬНОСТЬ: СЕРИЯ СКАЧКОВ И ОСТАНОВОК

На самом деле глаз совершают:

- Быстрые СКАЧКИ (саккады)
- ОСТАНОВКИ (фиксации)

---

#### САККАДЫ (СКАЧКИ)



Что это:

- Перемещение взгляда между точками

Длительность:

- 30 миллисекунд (очень быстро!)

Важно:

- Во время саккад мы НИЧЕГО НЕ ВИДИМ
- Это просто перемещение

---

#### ФИКСАЦИИ (ОСТАНОВКИ)

Что это:

- Остановки взгляда на тексте

Длительность:

- 250 миллисекунд (четверть секунды)

## ЧЕК-ЛИСТ "ФИЗИОЛОГИЯ ЧТЕНИЯ: МЕХАНИЗМ И ЦИФРЫ!"

КРИТИЧЕСКИ ВАЖНО:

- Мы воспринимаем текст ТОЛЬКО во время фиксаций!

---

ВЫВОД

Если ребёнок делает МНОГО ЛИШНИХ фиксаций:

- Он теряет ОГРОМНОЕ количество времени

Именно КОЛИЧЕСТВО ФИКСАЦИЙ определяет скорость чтения!

---

ПОЛЕ ЯСНОГО ВИДЕНИЯ: СКОЛЬКО ИНФОРМАЦИИ ЗАХВАТЫВАЕМ

---

НАЧИНАЮЩИЙ ЧИТАТЕЛЬ

Поле ясного видения: 1-2 БУКВЫ

Да, именно ТАК МАЛО!

Ребёнок буквально читает ПО БУКВАМ:

- Останавливает взгляд на КАЖДОЙ

---



ОПЫТНЫЙ ЧИТАТЕЛЬ (несколько лет читает свободно)

Поле ясного видения: 10-15 ЗНАКОВ

Это уже 2-3 СЛОВА за одну остановку взгляда

---

ПРИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКЕ (наша методика)

Поле зрения может достигать: 20-25 ЗНАКОВ

Это уже 4-5 СЛОВ за один раз!

---

## ЧЕК-ЛИСТ "ФИЗИОЛОГИЯ ЧТЕНИЯ: МЕХАНИЗМ И ЦИФРЫ"

### ПРОГРЕССИЯ ПОЛЯ ЗРЕНИЯ

1-2 буквы → 10-15 знаков → 20-25 знаков

Начинающий → Опытный → Тренированный

---

### РЕГРЕССИИ: ВОЗВРАТНЫЕ ДВИЖЕНИЯ ГЛАЗ

---

### ЧТО ЭТО

Регressии = возвратные движения глаз НАЗАД по тексту

---

### ЦИФРЫ У НАЧИНАЮЩЕГО ЧИТАТЕЛЯ

Регressии составляют: 20-30% всех движений глаз!

Представьте:

- Почти ТРЕТЬ времени уходит на то, чтобы ВЕРНУТЬСЯ НАЗАД и перечитать

---

### ПОЧЕМУ ЭТО ПРОИСХОДИТ?

#### 5 ПРИЧИН:

1. НЕПОНИМАНИЕ прочитанного
2. СЛОЖНОСТЬ текста
3. УСТАЛОСТЬ
4. Недостаточная КОНЦЕНТРАЦИЯ внимания
5. Просто ПРИВЫЧКА перечитывать

---

### НАША ЗАДАЧА

Научить детей читать БЕЗ ВОЗВРАТОВ

Двигаться только ВПЕРЁД!

## ЧЕК-ЛИСТ "ФИЗИОЛОГИЯ ЧТЕНИЯ: МЕХАНИЗМ И ЦИФРЫ"

---

### КЛЮЧЕВЫЕ ЦИФРЫ ФИЗИОЛОГИИ ЧТЕНИЯ

---

- **ФИКСАЦИЯ:** 250 миллисекунд ( $\frac{1}{4}$  секунды)
- **САККАДА:** 30 миллисекунд
- **ПОЛЕ ЗРЕНИЯ** начинающего: 1-2 БУКВЫ
- **ПОЛЕ ЗРЕНИЯ** опытного: 10-15 ЗНАКОВ (2-3 слова)
- **ПОЛЕ ЗРЕНИЯ** тренированного: 20-25 ЗНАКОВ (4-5 слов)
- **РЕГРЕССИИ** начинающего: 20-30% всех движений глаз

---

### ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО ПОНИМАТЬ?

Когда вы **ЗНАЕТЕ** физиологию:

- Вы **НЕ** требуете от ребёнка невозможного
- Вы **ПОНИМАЕТЕ**, что регрессии - это норма на начальном этапе
- Вы **ТЕРПЕЛИВО** работаете над их сокращением
- Вы **НЕ** критикуете ребёнка за медлительность

**ФИЗИОЛОГИЯ** - это **ФУНДАМЕНТ**, на котором строится вся методика!

