HIZLI OKUMADA TEMEL KAVRAMLAR

Çalışma programına geçmeden önce bazı kavramların açıklanması gerekmektedir.

Bunlar: 1- Okumada net görme alanı. 2- Kılavuzla okuma çalışması. 3- Üç boyutlu resim ve yazıya bakma çalışması. 4- Metronom tekniği ile çalışma. 5- Blok okuma türleri. 6- Nefes kontrolü. 7- Hafıza çalışması.

**1- OKUMADA NET GÖRME ALANI:** Yazı okuma siste yürümek gibidir. Gözümüz satırda okuduğu yere odaklandığı için okuduğumuz bölge net olarak görülür. Sayfanın diğer kısımları ise bulanık görülür. Okuduğumuz ve gözümüzü oynatmadan net olarak görebildiğimiz alan, net görme alanıdır. Egzersizler ilerledikçe net görme alanı genişler. Bu ise blok okuma türüne geçmenizi sağlar.

Net görme alanı dışı Net görme alanı

Mevlana’dan hikâyeler Mevlana’dan hikâyeler “Kuşun üç öğüdü” Mevlana’dan hikayeler Mevlana’dan

Bir zavallı kuş tuzağa düşmüş, hile ile yakalanmıştı. Kuş kendisini yakalayan avcıya, şöyle der:  
‘Ey efendi, sen hayatında birçok defa koyun ve sığır yemişsin, pek çok kere **de deve**ler kurban etmişsindir. Sen onların etleriyle bile d**oymamışk**en benimle hiç doymazsın. **Beni serbes**t bırakırsan sana üç **öğüt** veririm. Bu üç öğütten **birincisini** senin elinde iken, ikincis**ini** **şu çatının** **ü**zerinde, üçüncüsünü de şu ağacın üzerine kon**duğum**da söyleyeceğim. Sen bu üç **öğüdü işitme**kten inan bana çok mutlu olacaksın. Avcı merakından kuşun teklifini kabul etti. Kuşu kafe**sten çık**ardı ve henüz elindeyken, kuş ilk öğüdünü söyledi :”Olmayacak sözü kim söylerse söylesin inanma.”

Öğüt hoşuna gidince devamını işitmek için avcı kuşu bıraktı. O da uçup evin çatısına kondu ve ikinci öğüdünü söyledi. "Elinden kaçmış bir fırsat için üzülme.”

* Net görme alanı, yapılacak egzersizlere uygun gelişim gösterir.
* Hızlı okuma eğitimi almamış bireylerde net görme alanı dardır.
* Net görme alanı, hece, kelime, kelime grupları, satır, paragraf ve sayfayı görecek şekilde gelişim gösterir.

**2- KILAVUZLUKLA OKUMA ÇALIŞMASI:** Parmakla, kalemle veya metronom aygıtı ile yapılan okuma türüdür. Göz ve beynin hız kazanması ve geriye dönüşleri engellemek amacı ile yapılır. Bu okuma türünde bir satır yazı, yaklaşık 1- 2sn. de geçilir. Göz, parmağın hızına uymalıdır. Bu etkinliğin başlangıcında yazılar okunamaz. Etkinliğe devam edildikçe yazılar bu hızda okunur ve anlaşılır hâle gelecektir.

Bir mum diğerini tutuşturmakla ışığından birşey kaybetmez*.*

 

* Sağ el yukarıda görüldüğü şekilde tutulmalı, soldan sağa hareket etmelidir.
* Göz, parmağın hızına uymalıdır.
* Satır sonuna gelindiğinde altaki satırdan kılavuzluğa devam edilmelidir.

**3- ÜÇ BOYUTLU RESİM VE YAZIYA BAKMA ÇALIŞMASI:**

Üç boyutlu resme iki türlü bakılır: 1- Resmi veya yazıyı başınızdan yaklaşık 20-30 cm. uzakta iki elinizle düz bir şekilde tutunuz. Her iki elinizi ve resmin bütününü görecek şekilde 1 dakika süreyle gözünüzü sağa sola oynatmadan, sabit olarak bakınız. İlk başta resim veya yazılar bulanıklaşacak sonra derinlik ve üçüncü boyut ortaya çıkacaktır. 2- Resmi veya yazıyı düz bir şekilde burnunuzun ucuna dokundurunuz. Dokunduğunuz noktaya bakarak resmin bütününü de kaçırmadan yavaş yavaş uzaklaştırınız. Bu çalışmanın amacı net görme alanını genişletmektir.

**4- METRONOM TEKNİĞİ İLE ÇALIŞMA:**

Seviyenize uygun bir kitap seçiniz. 1 dakikalık süre ile tam okuma (hiçbir şey atlamadan) yapınız. 1 dakika dolduğunda kaldığınız yeri işaretleyiniz. Okuduğunuz bu bölümü her defasında süreyi 10’ar saniye azaltarak 50,40 ve 30 saniyede okuyunuz. İlk okumada işaretlediğiniz bölüme ulaşamadığınız takdirde çalışmayı tekrar ediniz. Vaktinden önce bitirirseniz başa dönüp devam ediniz. Bu bölümü daha önce okuduğunuz için, sonraki okumalar daha kolay ve daha hızlı olacaktır. Bu çalışmanın amacı: Gözün hızlı okumaya alışması, beynin yüksek hızdaki okumayı algılamasıdır. Bu çalışmayı okumadığınız farklı metinler üzerinde peş peşe 3 kez tekrarlayınız.

*Kronometre ile süre tutulması için yardım alınız.*

**5- BLOK OKUMA TÜRLERİ:**

Egzersizleri yaptıkça, göz ritim kazanacak, net görme alanı genişleyecek, beynimiz bu hızda okumaya alışacaktır. Artık satırı kelime kelime takip etmek yerine sayfa üzerinde belirli bölgelere bakarak blok okumaya geçilecektir. Bakılan bu bölgelerin izlediği yola göre kişiden kişiye değişen blok okuma türleri oluşmaktadır. Örnekler kitabın 15. gününden itibaren konulmuştur. Verilen okuma türlerini uygulayınız,süreç içerisinde kendi okuma türünüz ortaya çıkacaktır.

*Blok okuma çalışmalarını farklı kitaplar üzerinde de uygulayınız.*

**6-NEFES KONTROLÜ:**

Hızlı okuma esnasında doğru nefes alıp vermede zorluklar olabilmektedir. Bunu önlemek için nefes egzersizleri yapmak gerekir. Sandalyeye dik olarak oturun**, burnunuzdan karnınıza doğru nefes** alın. Bir elinizi karnınızın üzerine koyarak doğru nefes aldığınızı kontrol ediniz. Aldığınız Nefesi 4-5 seferde **ağzınızdan yavaş yavaş veriniz.** Solunum egzersizini her gün iki kez tekrar edin. Birkaç hafta sonra nefes alış verişiniz düzelecek beyine giden oksijen miktarı artacaktır.

**7-HAFIZA ÇALIŞMASI:**

Okunan yazılardaki önemli bilgi veya anahtar kelimelerin hatırlanması için yapılması gereken bir çalışmadır. Burada önemli olan, hatırlanması gereken bilgi veya kelimenin zihinde resminin görülmesi veya kodlanmasıdır. Birden fazla nesneyi ve anahtar kelimeyi birbirleri ile ilişki kurarak hatırlayabilirsiniz. Kurduğunuz bu ilişki ne kadar ilginç ve komik olursa hafızada o kadar iyi kalır.

*“ www.erciyesdehahizliokuma.com”* sitesinden konu ile ilgili videoları izleyiniz.

HIZLI OKUMA GÜNLÜK ÇALIŞMA PROGRAMI

|  |  |
| --- | --- |
| GÜN | YAPILACAK ÇALIŞMALAR |
| 1. Gün | * Net görme alanının belirlenmesi. * Okuma hızı ve anlama oranının belirlenmesi. * 1. Gün çalışmalarının yapılması |
| 2. Gün | * 2. Gün çalışmalarının yapılması * Kılavuz okuma çalışması (5 dakika) * Üç boyutlu yarım sayfa resme bakma. * Hafıza çalışması. |
| 3. Gün | * 3. Gün çalışmalarının yapılması * Kılavuz okuma çalışması ( 6 dakika) * Üç boyutlu yarım sayfa resme bakma. |
| 4. Gün | * 4. Gün çalışmalarının yapılması * Kılavuz okuma çalışması ( 7 dakika) * Üç boyutlu yarım sayfa resme bakma. * Hafıza çalışması. |
| 5. Gün | * 5. Gün çalışmalarının yapılması * Kılavuz okuma çalışması ( 8 dakika) * Üç boyutlu yarım sayfa resme bakma. |
| 6. Gün | * 6. Gün çalışmalarının yapılması * Kılavuz okuma çalışması ( 9 dakika) * Üç boyutlu tam sayfa resme bakma. |
| 7. Gün | * 7. Gün çalışmalarının yapılması * Kılavuz okuma çalışması (10 dakika) * Üç boyutlu tam sayfa resme bakma. * Hafıza çalışması. |
| 8. Gün | * 8. Gün çalışmalarının yapılması * Kılavuz okuma çalışması (10 dakika) * Üç boyutlu tam sayfa resme bakma. |
| 9. Gün | * 9. Gün çalışmalarının yapılması * Üç boyutlu tam sayfa resme bakma. * Metronom çalışmasının yapılması. * Nefes kontrolü. |
| 10. Gün | * 10. Gün çalışmalarının yapılması * Kılavuz okuma çalışması (10 dakika) * Üç boyutlu tam sayfa resme bakma. * 2. Okuma hızı ve anlama oranının belirlenmesi. |
| 11. Gün | * 11. Gün çalışmalarının yapılması * Kılavuz okuma çalışması (10 dakika) * Üç boyutlu yarım sayfa yazıya bakma. |
| 12. Gün | * 12. Gün çalışmalarının yapılması * Kılavuz okuma çalışması (10 dakika) * Üç boyutlu yarım sayfa yazıya bakma. |
| 13. Gün | * 13. Gün çalışmalarının yapılması * Kılavuz okuma çalışması (10 dakika) * Üç boyutlu yarım sayfa yazıya bakma. |

|  |  |
| --- | --- |
| GÜN | YAPILACAK ÇALIŞMALAR |
| 14. Gün | * 14. Gün çalışmalarının yapılması * Kılavuz okuma çalışması (10 dakika) * Üç boyutlu yarım sayfa yazıya bakma. * Metronom çalışmasının yapılması. |
| 15. Gün | * 15. Gün çalışmalarının yapılması * Üç boyutlu yarım sayfa yazıya bakma. * Blok okuma çalışması (8-10 dakika) * 3.Okuma hızı ve anlama oranının belirlenmesi. |
| 16. Gün | * 16. Gün çalışmalarının yapılması * Üç boyutlu tam sayfa yazıya bakma. * Kılavuz okuma çalışması (10 dakika) |
| 17. Gün | * 17. Gün çalışmalarının yapılması * Üç boyutlu tam sayfa yazıya bakma. * Blok okuma çalışması (10 dakika) |
| 18. Gün | * 18. Gün çalışmalarının yapılması * Üç boyutlu tam sayfa yazıya bakma. * Kılavuz okuma çalışması (10 dakika) |
| 19. Gün | * 19. Gün çalışmalarının yapılması * Üç boyutlu tam sayfa yazıya bakma. * Blok okuma çalışması (15 dakika) * Metronom çalışmasının yapılması. |
| 20. Gün | * 20. Gün çalışmalarının yapılması * Üç boyutlu tam sayfa yazıya bakma. * Kılavuz okuma çalışması (10 dakika) * 4. Okuma hızı ve anlama oranının belirlenmesi. |
| 21. Gün | * 21. Gün çalışmalarının yapılması * Üç boyutlu tam sayfa yazıya bakma. * Blok okuma çalışması (15 dakika) |
| 22. Gün | * 22. Gün çalışmalarının yapılması * Üç boyutlu tam sayfa yazıya bakma. * Blok okuma çalışması (15 dakika) * Metronom çalışmasının yapılması. |
| 23. Gün | * 23. Gün çalışmalarının yapılması * Blok okuma çalışması (15 dakika) * Son okuma hızı ve anlama oranının belirlenmesi. |