

СВЕТЛАНА МАРКОВА

---

# Основы быстрого обучения



Светлана Маркова

**Основы быстрого обучения**

«Издательские решения»

**Маркова С.**

Основы быстрого обучения / С. Маркова — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-962403-1

В книге рассказывается о технологиях быстрого обучения: работе с информацией и скорочтении, рациональном конспектировании и развитии памяти, написании собственной книги и развитии навыков. Представлены техники работы и алгоритмы овладения каждой технологией в отдельности.

ISBN 978-5-44-962403-1

© Маркова С.  
© Издательские решения

# Содержание

Об авторе	6
Быстрое обучение (Speed-learning)	8
Психологические особенности быстрого обучения	11
Технология быстрого обучения	12
Принцип быстрого обучения	13
Работа с информацией (Speed-informatng)	14
Умение работать с информацией	15
Конец ознакомительного фрагмента.	16

# **Основы быстрого обучения**

**Светлана Маркова**

© Светлана Маркова, 2019

ISBN 978-5-4496-2403-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Об авторе



Автор книги – Светлана Маркова

**Светлана Маркова** – эксперт в области инновационного образования, директор Центра быстрого обучения, журналист, писатель, создатель авторской методики по интенсивному изучению иностранных языков, специалист по быстрому обучению, соавтор учебных пособий по изучению иностранных языков, автор научных публикаций по быстрому изучению иностранных языков, методике изучения и преподавания иностранных языков, автор блога [www.svetlanamarkova.ru](http://www.svetlanamarkova.ru)

**По образованию филолог** (бакалавр филологии, специальность – русская филология), **эдуколог**, то есть **специалист в сфере образования** (магистр эдукологии, специализация – политика просвещения), **учитель религии**.

Интересуется эффективными методами обучения, методическими вопросами изучения и преподавания иностранных языков.

## Быстрое обучение (Speed-learning)



**Быстрое обучение (англ. speed-learning)** – это технология из семи отдельных техник: работа с информацией (англ. speed-informatng) и скорочтение (англ. speed-reading), умное конспектирование (англ. smart note-taking), развитие памяти (англ. speed-memorizing), слепая печать (англ. blind-typing), интенсивное изучение иностранных языков (англ. smart language-learning), создание интеллектуально-коммуникативной продукции (англ. speed-creating) и развитие навыков (англ. speed-skilling).

Все техники размещены в пирамиде быстрого обучения Светланы Марковой:





*Схема 1. Пирамида быстрого обучения*

На сегодняшний день умение работать с информацией – это один из наиболее важных навыков современного человека. Любой процесс поиска и отбора информации довольно объемен по временным затратам, поэтому любое облегчение работы в этом направлении очень облегчает нашу жизнь.

В упрощенном виде схема работы с информацией выглядит следующим образом:

- Работа с информацией
- Скорочтение
- Рациональное конспектирование
- Развитие памяти
- Создание интеллектуально-коммуникативной продукции (создание собственных текстов)

**Работа с информацией (англ. «speed-informatng»).** Это этап рационального чтения – поиск информации, ее отбор, анализ, способы сортировки. К информации относятся книги (печатные и электронные), журналы, видеокорусы, советы экспертов и многое другое.

**Скорочтение (англ. «speed-reading»).** Это этап динамического чтения со скоростью от 500 до 50000 слов в минуту.

**Рациональное конспектирование (англ. «smart note-taking»).** Это процесс сжатия и переноса информации на бумажный или электронный носитель наиболее рациональным способом.

**Развитие памяти (англ. «speed-memorizing»).** Это запоминание, сохранение и воспроизведение информации. Сюда относятся всевозможные способы мнемотехники для запоминания разных видов информации: имен, лиц, цифр, формул, иностранных слов, понятий, цепочек слов и т. д.

**Создание интеллектуально-коммуникативной продукции или создание собственных текстов (англ. «speed-creating»).** Это процесс быстрого и качественного написания статей (публицистических и научных), собственной книги, научных работ (от реферата до монографии) и другой письменной продукции.

Далеко не всегда для того, чтобы достигнуть качественно высоких результатов в обучении, необходимо тратить много часов кропотливой работы, порой достаточно нескольких десятков минут, но в нужное время и с использованием современных методик быстрого обучения.

Процесс быстрого обучения напрямую связан с психологией и психикой человека, а также набором определенных технологий, позволяющих получить высокий результат в предельно сжатые сроки.

## **Психологические особенности быстрого обучения**

Во-первых, стоит выделить такой важный фактор, как получаемое удовольствие, без него обучение будет в тягость. Процесс обучения можно разнообразить с помощью проведения интересных деловых игр, предоставления материала в нестандартной форме, использования всевозможных методик и др.

Во-вторых, обучение будет непродуктивным без наличия четко определенной цели и построения системы мотивации. Цель должна быть измеримой, достижимой, значимой, реальной и ограниченной во времени. Систему мотивации каждый должен построить для себя сам, лучше брать за основу индивидуальные предпочтения, потребности и стремления.

В-третьих, необходимо всегда фиксировать свои достижения, лучше не доверять в этом случае памяти, а использовать личный Дневник успеха, в который надо записывать все свои учебные успехи за день.

## Технология быстрого обучения

Технология быстрого обучения включает в себя целый ряд уникальных методик и принципов, которые в совокупности позволяют использовать скрытые возможности нашего организма и максимизировать результат любой деятельности.

Выстраивая новую модель обучения, в первую очередь необходимо акцентировать свое внимание на индивидуальных особенностях обучения. Дело в том, что каждый человек по-своему усваивает материал: для одного продуктивным было бы использование методов работы над проектами, тогда как для второго лучше использовать методики, базирующиеся на многократном повторении и заучивании материала. К индивидуальным особенностям обучения также можно отнести соотношение свободного времени в сутках, которое можно было бы использовать для эффективного обучения, например: молодая мама может заняться обучением только после того, как ее ребенок ляжет спать, а занятой бизнесмен, который работает по 12 часов в сутки, уделить учебе может только утренние часы, когда его мозг еще в состоянии работать.

Ядро технологии быстрого обучения составляют эффективные методы. Их достаточно много, и в различных случаях рекомендуется использовать свой набор методик, которые можно подобрать индивидуально. В отличие от теории, методы недостаточно просто знать, их нужно постоянно использовать на практике, чтобы достичь лучших результатов.

Использование любых методов, даже самых простых, требует от человека эмоциональных и физических усилий, а также осознанной и самостоятельной деятельности в рамках той или иной программы. Несомненно, в процессе групповых занятий или командной работы, существует некоторая степень взаимопомощи и коллективной ответственности за результаты других, но основную работу каждый выполняет самостоятельно и для себя самого, особенно, если это касается процесса обучения и самообразования.

На технологию обучения, как и на любую другую деятельность, оказывает влияние принцип Парето или правило 80:20. Принцип Парето гласит, что 20% затраченного времени дают нам 80% результата. Поэтому важно знать, что именно предстоит сделать, составить некий план в голове, чтобы определить ключевые моменты процесса обучения.

## Принцип быстрого обучения

Принцип быстрого обучения или принцип «**FAST**» состоит из следующих базовых элементов:

– **Focus** – фокусирование (необходимо сфокусироваться на обучении, отбросить все лишнее и заняться только этим);

– **Active** – вовлеченность (без активности и живого интереса к процессу обучения не будет высокого результата, примером вовлеченности в процессе обучения является технология проектной работы);

– **State** – состояние (для быстрого обучения необходимо достичь состояния аптайм);

– **Take Notes** заметки (все, что происходит в процессе обучения лучше сохранить и записать, чтобы затем повторить вновь).

## Работа с информацией (Speed-informatimg)



Информация в различных ее формах окружает нас повсюду, но не вся она является полезной и важной для нас. Можно выделить следующие основные источники получения информации:

– *Медийные источники* (интернет и СМИ, в том числе газеты, рекламные объявления, радио и телевидение);

– *Узкоспециализированные источники* (методические пособия, научные издания ведущих специалистов в той или иной отрасли);

– *Живые источники* (информация, полученная от специалистов, коллег, партнеров, клиентов и других субъектов бизнеса, имеющих определенную ценную информацию)

## Умение работать с информацией

На сегодняшний день это один из наиболее важных навыков современного человека. Любой процесс поиска и отбора информации довольно объемён по временным затратам, поэтому и возникла идея дать алгоритм работы.

В упрощенном виде схема работы с информацией выглядит следующим образом:

- Поиск информации
- Отбор (рациональное чтение)
- Процесс восприятия текста (динамическое чтение)
- Конспектирование
- Запоминание
- Извлечение

А сам алгоритм по умению работать с информацией включает в себя 7 этапов работы, последовательно реализуя каждый из которых, любой человек добивается вполне ощутимого результата:

- Выборка
- Чтение
- Отбор
- Интеллект-карта
- Карточки
- Устное проговаривание
- Коррективы

Более подробно о каждом:

– *Выборка.* На этом этапе берутся имеющиеся источники информации, и из них выбирается то, что необходимо, например, для подготовки к экзамену. Используется метод рационального чтения, когда нужно просто отобрать то, что следует читать, а что – нет. Обращается внимание на автора, название, содержание, ключевые слова, таблицы, схемы, графики, иллюстрации, оформление текста, авторский стиль, выводы и заключение.

– *Чтение.* Чтение уже выбранной информации. Используется метод динамического чтения, объединяющего элементы скорочтения, ознакомительного и изучающего видов чтения. На этом этапе рекомендуется выделять основные мысли (цветовыделителем или простым карандашом – в книге, просто цветом – в электронных документах).

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.