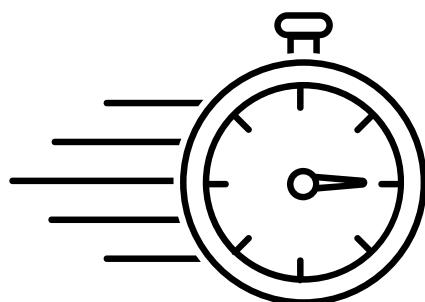




HURTIGLÆSNING

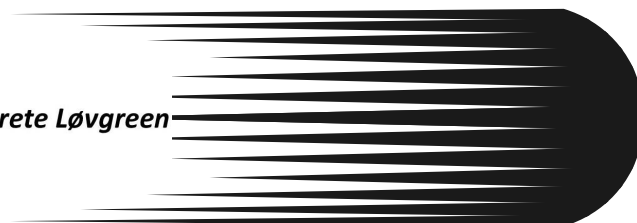
- en miniguide



sproggren
SPROG I BEVÆGELSE



v/Merete Løvgreen



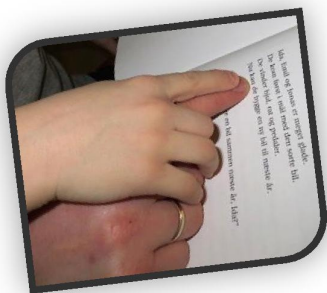
OM AT LÆSE HURTIGERE

Helt overordnet drejer hurtiglæsning sig om tillid.
Tillid til dine øjne. Tillid til din hjerne. Tillid til dig selv.



Når vi lærer at læse, går tingene meget langsomt. Vi lærer de enkelte bogstavers lyde og form. Vi hakker os igennem hvert ord. Vi udtaler lydene meget tydeligt og kæmper i det hele taget med at få sat alt rigtigt sammen, så det ender med at danne et ord frem for en serie af lyde. Når vi så går i gang med hele sætninger, skal meningen også med, trykket skal lægges korrekt, og endelig skal man faktisk også ende med at kunne læse *mellem* linjerne.

Der foregår så uendeligt mange processer under læsningen. Derfor er det også noget af en videnskab, og forskerne bliver hele tiden klogere.



I denne miniguide til hurtiglæsning vil jeg dog kun koncentrere mig om et lille hjørne af læsningen, som går på tempoet. Du vil således få et par gode tips til, hvordan du ved at stole på, at din hjerne når at fange det hele, godt kan sætte farten op og spare en masse tid på din læsning.

Jeg nævner tillid flere gange, fordi jeg så ofte har mødt decideret nervøse læsere, som frygter, at de ikke får det hele med, når de læser hurtigt. At de får sprunget noget vigtigt over, ikke kan genfortælle teksten bagefter eller måske ligefrem sjusker.

Gør du dette rigtigt, og træner du jævnligt ved bl.a. at teste din forståelse, vil det ikke ske. Få en ven eller en af dine forældre til at læse det samme og spørge ind til handlingen, så du kan være sikker på, du har fået det væsentlige med. Skriv også gerne et par stikord til hvert afsnit lige efter læsningen. Stol dog som udgangspunkt på, at dine øjne og din hjerne opfatter både ord, sætninger og mening meget hurtigere, end du kan forestille dig.



Når du træner, skal du bruge en bog, som er **let at læse** for dig. Den skal altså ikke være fyldt med svære ord og må godt være en bog, du kender og måske har læst før. På den måde fjerner du ting, der ellers kan forstyrre processen. Det er OK med billeder og tegninger, så længe du ikke bliver distraheret af dem, men de rene tekstsider er nemmest at gå til, når du skal tælle ord og linjer.

3 TIPS TIL HURTIGLÆSNING

- UDEN AT GÅ GLIP AF FORSTÅElsen

Du får her 3 øvelser, som kan sætte dit læsetempo op, hvis du træner ca. 15 minutter hver dag. Brug skemaet til at notere dine læste ord og husk at rose dig selv for hver eneste fremgang.

TIP 1

Læs så flydende som muligt ved at tvinge dine øjne fremad hele tiden

Forklaring: Når vi læser, hopper vores øjne fra ord til ord i bitte små ryk. Til tider hopper de også lige tilbage for at være sikre på ordet eller stave det igennem igen. Det skal du nu tvinge dem væk fra, mens du stoler på, at du nok skal få det hele med. Det kræver fokus og vilje, men bliv bare ved med at 'skubbe' øjnene hen til det næste ord – uden pause. Heller ikke ved punktummer.

Læs sådan 1 minut, **tæl** antal linjer, **regn** det totale antal læste ord ud og skriv det på skemaet.

TIP 2

Forkort hver linje ved at starte med ord nr. 2 og slutte ved det næstsidste

Forklaring: Rent faktisk læser vi hvert ord flere gange, fordi vores perifere syn opfatter flere ord ad gangen, selv om vi kun koncentrerer os om et enkelt. Når du kigger på et ord, ser dine øjne samtidig det ord lige foran, lige efter, ovenover og nedenunder. Derfor har du rent faktisk set ordet før, når du læser det – til tider op til flere gange – og du kan således også stole på, at du opfatter både det første og sidste ord på en linje, selv om du ikke kigger direkte på det. Vær stædig og gør hver side smallere på denne måde = hurtigere læst.

Læs sådan 1 minut, **tæl** antal linjer, **regn** det totale antal læste ord ud og skriv det på skemaet.

TIP 3

Pres tempoet i vejret med en pegepind

Forklaring: I starten af vores læseundervisning brugte vi pegefingern eller et læsekort for at holde fokus. Senere blev det taget fra os og betegnet som en lille smule barnligt. Det skal du nu blæse på. Brug din pegefingern eller en blyant til at sætte tempoet op ved hele tiden at flytte den en lille smule hurtigere, så dine øjne skal løbe stærkere og stærkere for at følge med. Når du træner, kan du sagtens lege lidt med det og prøve at læse så hurtigt, at du dårligt nok tror, du har opfattet noget – bare du straks bagefter tjekker, om du kan huske det læste. Ikke nødvendigvis i alle detaljer, men de vigtigste punkter.

Læs sådan 1 minut, **tæl** antal linjer, **regn** det totale antal læste ord ud og skriv det på skemaet.



SKEMA TIL HURTIGLÆSNING

Vælg nu et **rart** sted for dig at sidde, stå eller ligge, hvor **lys** og **temperatur** passer dig godt, og hvor du ikke bliver forstyrret.

Sluk telefonen.

Sørg også gerne for et glas **vand** eller to.



Før du starter, skal du have styr på, hvor mange ord du normalt læser i minuttet.

Sådan gør du:

-  **Tæl** ordene på de første 5 linjer og del dem med 5 = gennemsnitligt antal ord pr. linje
-  **Læs** 1 minut, helt som du plejer
-  **Regn** din læsehastighed ud ved at gange antal læste linjer med ord pr. linje

Skriv dette ind i **skemaet**, så du kan følge dine fremskridt.



Antal ORD pr. linje:

Dato:

ØVELSE	ANTAL LINJER	ORD PR. MINUT (læsehastighed)
1. Læs, som du plejer 1 min.		
2. Læs flydende uden at stoppe op 1 min.		
3. Læs kortere linjer 1 min.		
4. Læs med en 'pegepind' 1 min.		
--- --- --- KORT PAUSE --- --- ---		
5. Læs, som du NU plejer 1 min.		
Difference mellem punkt 1 og 5 = Resultatet af dagens træning		

NB! Efter et par gange vælger du måske én øvelse ud som favorit, men brug også gerne dem alle samtidig. Ved at læse **kortere** linjer mere **flydende** med en **turbo**-pegepind som hjælp vil du blive overrasket over, hvor meget hurtigere du kan læse efter kort tid.



BONUSINFO TIL HURTIGLÆSNING

VIGTIGT

Når du træner, overanstrenger du dine øjne, fordi de ikke er vant til det, du beder dem om. Hold derfor gerne en lille pause efter et par omgange ved at lægge hænderne over øjnene i min. 30 sekunder, så du lukker lyset helt ude.

Få derefter gerne lidt bevægelse i kroppen og frisk luft, så du får ilt til hjernen og ny energi.



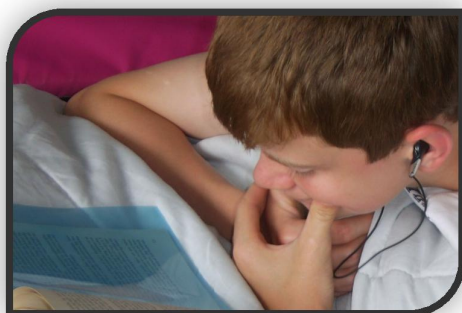
LÆS I FARVER

Læsefolie kan også hjælpe på tempoet. Når du skal læse, lægger du blot et stykke læsefolie over teksten, så kontrasten mellem den hvide baggrund og de sorte bogstaver bliver mindre.

Det kan gøre, at dine øjne slapper mere af, at bogstaverne bliver tydeligere / står mere stille på linjen, og du måske kan læse endnu hurtigere. For at finde ud af, om det hjælper dig, og om farven er den rigtige, skal du læse med foliet mindst 15 minutter.



Læsefoliet kan købes på *BubbleMinds.dk* – i en pakke med 6 forskellige farver at vælge imellem.



De gængse tal for læsehastighed

Fra Undervis.dk

4. klasse:	120-150 ord/minut
5. klasse:	150-170 ord/minut
6. klasse:	170-200 ord/minut
7. klasse:	200-225 ord/minut
8. klasse:	225-250 ord/minut
9. klasse:	> 250 ord/minut

Voksne: 300-400 ord/minut.
(Ca. talehastigheden x 2)