

Obsah

| | |
|---|----|
| Úvodní slovo k českému vydání | 9 |
| Úvod autora | 11 |

KAPITOLA PRVNÍ

| | |
|---|----|
| Technika čtení pomáhá zvládat záplavu četby | 13 |
| Rok co rok 40 000 knih | 13 |
| Každá tematika vyžaduje svou techniku | 14 |
| Rychlost čtení v číslech | 15 |
| Duševní schopnosti musí držet krok | 18 |
| Výkony, jichž lze dosáhnout | 19 |
| Závěry první kapitoly | 23 |

KAPITOLA DRUHÁ

| | |
|---|----|
| Vždycky je možné číst lépe | 25 |
| Co vyžaduje materiál a co čtenář? | 25 |
| Předpoklady, které je třeba vytvořit | 26 |
| Rychlí čtenáři čtou i lépe | 27 |
| Udělejte si test svých výchozích podmínek | 28 |
| Závěry druhé kapitoly | 39 |

KAPITOLA TŘETÍ

| | |
|---|----|
| První kroky ke zvýšení výkonu | 41 |
| Chybějí písmena a přesto rozumíme | 41 |
| Čteme slovní obraty | 42 |
| Práce začíná | 43 |
| Optimální vnější podmínky pro čtení | 48 |
| Závěry třetí kapitoly | 54 |

KAPITOLA ČTVRTÁ

| | |
|---|----|
| Čtenářské návyky určují čtenářský výkon | 57 |
| Číst aktivně | 57 |
| Číst různými technikami | 58 |
| Číst soustředěně | 58 |
| Vniknout do skladby textu | 59 |
| Postřehnout souvislosti | 59 |
| Postupovat stále kupředu | 59 |
| Číst bez zbytečných pohybů | 60 |
| Číst potichu | 61 |
| Nevytvářet artikulační obrazy | 62 |
| Málo fixací | 63 |
| Závěry čtvrté kapitoly | 64 |

KAPITOLA PÁTÁ

| | |
|--|-----|
| Způsob práce našich očí a racionální čtení | 67 |
| Akomodace | 68 |
| Fixační body zraku při čtení | 72 |
| Čtení písmen a čtení slabik | 76 |
| Slova se prodlužují | 77 |
| Školení v periferním vidění | 79 |
| Pokyny k procvičování | 81 |
| Cvičení zrakového rozpětí | 84 |
| Zmenšování počtu fixací | 97 |
| Uvolnění zraku | 102 |
| Závěry páté kapitoly | 107 |

KAPITOLA ŠESTÁ

| | |
|----------------------------------|-----|
| Důležité způsoby čtení | 111 |
| Prvotní informace | 111 |
| Kurzorické čtení | 114 |
| Statarické čtení | 115 |
| Kontrolní čtení | 116 |
| Závěry šesté kapitoly | 117 |

KAPITOLA SEDMÁ

| | |
|--|-----|
| Různé druhy četby | 119 |
| Čtení novin | 119 |
| Čtení časopisů | 122 |
| Čtení knih | 126 |
| Technická sdělení, informační služby | 128 |
| Obchodní korespondence | 128 |
| Závěry sedmé kapitoly | 129 |

KAPITOLA OSMÁ

| | |
|---|-----|
| Pomůcky a přístroje pro výcvik ve čtení | 131 |
| Pult na čtení | 134 |
| Stupnice fixačních bodů | 134 |
| Fixační vějíř | 136 |
| Pomůcky k propočítávání textů | 138 |
| Závěry osmé kapitoly | 151 |

KAPITOLA DEVÁTÁ

| | |
|---|-----|
| Od svislého čtení ke čtení selektivnímu | 153 |
| Naučme se číst svisle | 153 |
| Rytmičké čtení | 154 |
| Čtení maximálními rychlostmi | 158 |
| Cvičení svislého a selektivního čtení | 160 |
| Závěry deváté kapitoly | 168 |
| Závěrečné úvahy | 169 |
| Dodatek | 171 |
| Seznam pramenů | 175 |
| Rejstřík | 177 |