

## Obsah

Úvodní slovo k prvnímu českému vydání . . . . .	5
Úvodní poznámka k druhému vydání . . . . .	7
Úvod autora . . . . .	9
Kapitola první	
<b>TECHNIKA ČTENÍ POMÁHÁ ZVLÁDAT ZÁPLAVU ČETBY</b>	<b>11</b>
Každoročně vychází 40 000 knih . . . . .	11
Každá tematika vyžaduje svou techniku . . . . .	13
Rychlost čtení v číslech . . . . .	14
Rychlost čtení musí být v souladu s duševními schopnostmi . . . . .	16
Výkony, jichž lze dosáhnout . . . . .	17
Závěry první kapitoly . . . . .	21
Kapitola druhá	
<b>VŽDYCKY JE MOŽNÉ ČÍST LÉPE</b>	<b>22</b>
Co vyžaduje materiál a co čtenář? . . . . .	22
Předpoklady, které je třeba vytvořit . . . . .	23
Rychlí čtenáři čtou i lépe . . . . .	24
Udělejte si test svých výchozích podmínek . . . . .	25
Závěry druhé kapitoly . . . . .	35

## Kapitola třetí

<b>PRVNÍ KROKY KE ZVÝŠENÍ VÝKONU</b>	36
Chybějí písmena, a přesto rozumíme	36
Čteme slovní obrazy	37
Práce začíná	39
Optimální vnější podmínky pro čtení	43
Závěry třetí kapitoly	49

## Kapitola čtvrtá

<b>ČTENÁŘSKÉ NÁVYKY URČUJÍ ČTENÁŘSKÝ VÝKON</b>	50
Číst aktivně	50
Číst různými technikami	51
Číst soustředěně	51
Vniknout do skladby textu	52
Postřehnout souvislosti	52
Postupovat stále kupředu	53
Číst bez zbytečných pohybů	54
Číst potichu	54
Nevytvářet artikulační obrazy	55
Číst s minimem fixací	56
Závěry čtvrté kapitoly	58

## Kapitola pátá

<b>ZPŮSOB PRÁCE NAŠICH OČÍ A RACIONÁLNÍ ČTENÍ</b>	60
Akomodace	61
Fixační body zraku při čtení	65
Čtení písmen a čtení slabik	69
Slova se prodlužují	71
Školení v periferním vidění	73
Pokyny k procvičování	75
Cvičení zrakového rozpětí	79
Zmenšování počtu fixací	90
Uvolnění zraku	95
Závěry páté kapitoly	101

## Kapitola šestá

<b>DŮLEŽITÉ ZPŮSOBY ČTENÍ</b>	104
Prvotní informace	105
Kurzorické čtení	107
Statarické čtení	108

Kontrolní čtení . . . . .	110
Závěry šesté kapitoly . . . . .	111
Kapitola sedmá	
RŮZNÉ DRUHY ČETBY . . . . .	112
Čtení novin . . . . .	112
Čtení časopisů . . . . .	115
Čtení knih . . . . .	119
Technická sdělení, informační služby . . . . .	122
Obchodní korespondence . . . . .	122
Závěry sedmé kapitoly . . . . .	123
Kapitola osmá	
POMŮCKY A PŘÍSTROJE PRO VÝCVIK VE ČTENÍ . . . . .	124
Pult na čtení . . . . .	127
Stupnice fixačních bodů . . . . .	128
Fixační vějíř . . . . .	130
Pomůcky k propočítávání textů . . . . .	132
Závěry osmé kapitoly . . . . .	139
Kapitola devátá	
OD SVISLÉHO ČTENÍ KE ČTENÍ SELEKTIVNÍMU . . . . .	145
Naučme se číst svise . . . . .	145
Rytmičné čtení . . . . .	146
Čtení maximálními rychlostmi . . . . .	151
Cvičení svislého a selektivního čtení . . . . .	152
Závěry deváté kapitoly . . . . .	160
Závěrečné úvahy . . . . .	162
Dodatek . . . . .	164
Seznam pramenů . . . . .	168