

از بهترین روش ها جهت جلوگیری از هدر رفتن زمان و صرفه جویی در آن بهره گرفتن از **تکنیک های تندخوانی کنکور** در هنگام مطالعه و آماده شدن برای آزمون سراسری است. هرچند تأثیر تندخوانی در کنکور انکارناپذیر است، اما باز هم نمی توان آن را جایگزینی برای مطالعه در نظر گرفت. با یادگیری روش های تندخوانی دروس حفظی کنکور می توان به مباحث به طور کامل مسلط شد.

روش تندخوانی به سبک های مختلف در تسلط شما به مباحث درسی کنکور دارد. از این رو در صورت استفاده از روش های ارائه شده می توانید به درک عمیقی از مفاهیم و مطالب درسی برسید. جهت دریافت مشاوره روش های تندخوانی دروس کنکور از سراسر کشور از طریق تلفن ثابت 9099075307 با مرکز مشاوره ایران تحصیل تماس بگیرید تا همکاران ما در این زمینه خدمات لازم را به شما عزیزان ارائه کنند.

مزایای استفاده از تکنیک های تندخوانی کنکور

استفاده از تکنیک های تندخوانی کنکور مزایای بسیاری برای داوطلبان کنکور سراسری دارد. در اینجا به برخی از مهمترین مزایای استفاده از روش های تندخوانی دروس حفظی کنکور و دیگر [منابع درسی کنکور سراسری](#) را به شما عزیزان اشاره خواهیم کرد.

☒ صرفه جویی در زمان مطالعه

شاید به جرأت بتوان گفت که اصلی ترین و مهم ترین مزیت استفاده از تکنیک های تندخوانی کنکور جلوگیری از هدر رفتن زمان و صرفه جویی در آن است. استفاده از روش های تندخوانی دروس حفظی کنکور می تواند به میزان پنج الی شش برابر سرعت مطالعه شما را بالا ببرد.

بنابراین می توان اطمینان حاصل کرد که استفاده از روش تندخوانی به سبک دانشگاه هاروارد بازده 20 برابری و دیگر تکنیک های تندخوانی کنکور تا چه اندازه می تواند به شما در جلوگیری از اتلاف وقت کمک کند.

در صورتی که تاکنون طبق روش های معمول مطالعه پیش رفته اید و از الان به بعد تصمیم به استفاده از تکنیک های تندخوانی کنکور گرفته اید، به یاد داشته باشید که پیشرفت و موفقیت شما به همت، انگیزه، جدیت، پشتکار و تمرین دروس وابسته است. مورد دیگر این که، در صورتی که احساس کردید پیاده سازی فنون تندخوانی زیست کنکور و یا سایر دروس به علت مبتدی بودن زمان زیادی از شما می گیرد، در حال حاضر از اجرای آن خودداری نمایید.

جهت اطلاع از [روش های نوین مطالعه کنکور سراسری](#) وارد لینک شوید.

☒ خودداری از عدم تمرکز و یا حواس پرتی

جلوگیری از پرت شدن حواس را می توان از دیگر مزایای تکنیک های تندخوانی کنکور در نظر گرفت. این موضوع از این جهت حایز اهمیت است که در صورت داشتن مطالعه ای نادرست و کند، تمرکز شما از بین خواهد رفت. در زمان کند پیش رفتن سرعت مطالعه امکان بیشتری برای صحبت با اطرافیان و دیگر فعالیت ها خواهید داشت، در حالی که، در صورت مطالعه با سرعت بالا مجبور به تمرکز بیشتر جهت افزایش دقت خود هستید.

از این رو مشاهده می کنید که استفاده از تکنیک های تندخوانی کنکور بهترین راه برای افرادی است که از نداشتن تمرکز در زمان مطالعه شکایت دارند.



☒ علاقه به مطالعه و بالا رفتن انگیزه

شاید برای شما هم این اتفاق افتاده باشد که علی رغم شروع مطالعه با علاقه زیاد پس از گذشت مدتی خسته می شوید و یا کتاب را به گوشه ای می اندازید. کندخوانی از جمله عواملی است که موجب ایجاد خستگی در شما می شود.

در صورت کند و آهسته خواندن دروس، میزان حواس پرتی و به دنبال آن بی علاقه شدن نسبت به مطالعه بیشتر خواهد شد. از این رو توصیه می کنیم حتی الامکان با درگیر کردن حواس و مغز خود بر روی یک مبحث آسان که امکان یادگیری سریع تر آن را دارید، انگیزه خود را بر روی یادگیری و ادامه مطالعه دروس افزایش دهید.

☒ جلوگیری از خستگی هنگام مطالعه

جلوگیری از خستگی زود هنگام از دیگر مزیت های یادگیری تکنیک های تندخوانی کنکور و استفاده از آن هاست. در صورتی که، شما نیز جزء افرادی هستید که سرعت پایینی در مطالعه دارید، بروز خستگی جسمی یا روحی دور از ذهن نیست. یکی از بیشترین اتفاقاتی که هنگام مطالعه رخ می دهد، کاهش درک مطالب است.

آشنایی با تکنیک های تندخوانی کنکور

بسیاری از کنکوری ها برای اینکه در وقت زمان خود صرف جویی کنند، به دنبال یادگیری تکنیک های تندخوانی کنکور هستند، چراکه در این روش فرد می تواند به راحتی زمان مطالعه خود را مدیریت کرده و برنامه ریزی مناسبی داشته باشد. به دلیل اهمیت این موضوع در این بخش شما را با تکنیک های تندخوانی کنکور که بیشترین کاربرد را دارد، آشنا می کنیم. روش هایی که استفاده از آن ها می تواند آینده شما را تغییر دهد.

☒ روش سطح خوانی

سطح خوانی یکی از مهمترین تکنیک های تندخوانی کنکور است که بتوانید منظور اصلی نویسنده را دریابید. بنابراین سعی کنید در تمام مطالب موجود در متن مورد نظر به غیر از اندیشه و نکته اصلی هر پاراگراف چیزهای دیگر را نادیده بگیرید. این اولین تجربه در حذف بخش بزرگی از مطالب متنی است که باید مطالعه کنید.

این کار را بدون هیچ گونه حس نگرانی انجام دهید و فقط سعی کنید که نظر و مقصود اصلی نویسنده را درک کنید. برای انجام این کار بهتر است که سرعت خواندن خود را افزایش دهید و فهرست مطالب را نگاه کنید و عناوین اصلی و فرعی را به خاطر بسپارید.

جهت اطلاع از [روش های مطالعه کنکور](#) کلیک نمایید.

☒ روش عبارت خوانی

از جمله بدترین آفت های تندخوانی، خواندن کلمه ها به شکل تک تک است. انجام این کار می تواند سرعت مطالعه شما را تا حد زیادی پایین بیاورد، چرا که پس از خواندن هر کدام از کلمه ها توقف کرده و تا رسیدن به کلمه بعد صبر می کنید.

☒ روش خط بردن با چشم

خط بردن در تندخوانی یکی از تمریناتی است که معمولاً فراگیران در بدو ورود با استفاده از آن حرکت چشم ها و سرعت مطالعه خود را افزایش می دهند. این تمرین با هدف ارتقا توانمندی چشم در سرعت و مطالعه طراحی شده و می تواند برای بهبود روش مطالعه خود از آن استفاده کنند.

این تکنیک همان روشی است که به صورت ناخودآگاه از آن در دانشگاه، مدرسه و یا در زمان خواندن مجلات و روزنامه ها استفاده کرده ایم. شاید برایتان جالب باشد اگر بدانید که شیوه همان گذاشتن مداد، خودکار و یا انگشت در زیر متون کتاب است. این شیوه به صورت مؤثری موجب افزایش سرعت شما در مطالعه می شود.

☑ روش افزایش میدان دید

چشم تنها وسیله برای دیدن و به عنوان یک واسطه است. ما با چشم نمی خوانیم، بلکه این کار با مغز خود انجام می دهیم. مغز در مقایسه با چشم سرعت بیشتری دارد. شما باید به چشمان خود آموزش دهید که به جای تک تک کلمات، مجموعه ای از کلمات را شکار کند. به این صورت چشم در یک سطح توقف های کمتری دارد.

مرکز بینایی در مغز هم سریع تر و توانمندتر است، به گونه ای که حتی اگر بخشی از کلمات را ببینید، قادر به کشف آنها خواهید بود. بنابراین یکی از مهمترین تکنیک ها هنگام مطالعه دروس این است که دید خود را افزایش دهید، چرا که در آزمون سراسری به مطالبی برمی خوریم یا چندان مهم نیستند یا قبلاً به خوبی آنها را یاد گرفتیم و نیاز نیست که زیاد زمان زیادی را برای آنها صرف کنید.





آشنایی با تکنیک های تندخوانی کنگور

irantahsil.org

☒ نکته برداری از مطالب

برای بهبود سرعت مطالعه از شگرد نکته برداری استفاده کنید، چرا که این کار بسیار موثر است. در نکته برداری فقط باید کلماتی یادداشت شوند که بار معنایی دارند. یک واژه کلیدی دارای اهمیت است و همه چیز را تداعی می کند. بنابراین یک کلمه یا یک تصویر کلیدی باید تداعی کننده معنای اصلی جملات باشد و حجم زیادی از اطلاعات مربوط به آن مفهوم را در ذهن بیاورد.

از طریق تکنیک نکته برداری در گوشه های کتاب خود می توانید نکات مربوط به مطالبی که قبلاً آنها را یاد گرفته اید راحت تر به یاد بیاورید.

☑ تمرکز بر روی مطالب مهم

داشتن تمرکز یکی از مهمترین تکنیک‌های تندخوانی کنکور است که به شما بسیار کمک می‌کند. اگر هنگام مطالعه تمرکز نداشته باشید، ذهن شما به جای پرداختن به مطالب اصلی به چیزهای دیگر معطوف می‌شود. در واقع در این مواقع دچار حواس پرتی می‌شوید. با بهره‌گیری از شگردهای [افزایش تمرکز در مطالعه کنکور](#) سعی کنید که افکار خود را متمرکز کنید تا مطالب را به صورت سریع یاد بگیرید.

برای اطلاع از [مشکل وسواس در مطالعه](#) کلیک نمایید.

آموزش تندخوانی درس‌ها

در تندخوانی باید از انگشتان خود یا یک راهنما (مانند مداد) کمک بگیرید و به چشمان خود یاد دهید که حرکت آن‌ها را تعقیب کنند. با تدریج و با افزایش سرعت حرکت انگشت یا راهنما، می‌توانید سریع‌تر بخوانید.

این روش به این صورت می‌باشد که ابتدا باید کتابی را برداشته و به صورت وارانه قرار دهید. سپس مداد خود را در زیر خط اول قرار دهید. با حرکت دادن مداد، مطلب را بخوانید. این کار را حداقل ۱۰ بار تکرار کنید.

پس از آن سرعت حرکت مداد یا راهنما را افزایش دهید. کتاب هنوز باید به حالت وارونه باشد. حال که سرعت را افزایش دهید متوجه خواهید شد که دیگر نیاز به حرکت مداد ندارید و با گذاشتن مداد در مسط خط می‌توانید سریع آن خط را مطالعه نمایید.

حالا اگر کتاب را به صورت عادی در دست بگیرید و باز هم از انگشت یا مداد خود برای خواندن استفاده کنید، می‌توانید تا ۵۰٪ سریع‌تر متن را بخوانید. از این تکنیک برای ۲۰ دقیق در روز انجام داده و یک هفته آن را تکرار نمایید.

اکنون می‌توانید بخشی از کتاب مورد نظر خود را مثلاً ۵ خط را انتخاب کرده و کلمات استفاده شده در این ۵ خط را بشمارید. سپس باید تعداد کلمات را برای مدت زمانی که متن را خوانده اید، تقسیم کنید و عدد به دست آمده سرعت مطالعه شما خواهد بود.

برای ابتدای کار اگر عدد به دست آمده شما در حدود ۶۰۰ باشد عالی است و به مرور می‌توانید این عدد را افزایش دهید.

موانع مهم در پیاده سازی تکنیک های تندخوانی کنکور

بسیاری از افرادی که با تکنیک‌های تندخوانی کنکور آشنایی دارند، معمولاً در پیاده‌سازی آنها دچار مشکل می‌شوند. برخی از موانع که باید قبل از هر چیز برای ترک آنها اقدام کرد شامل موارد زیر است:

☒ خواندن با صدای بلند

بعضاً داوطلبان تصور می‌کنند که با بلند خواندن مطالب را بهتر یاد می‌گیرند، در حالی که همین تفکر مانع تندخوانی آنها است. ضمن اینکه باعث خستگی جسمی و تحلیل انرژی فرد خواهد شد و امکان مطالعه در مکان‌های عمومی و کتابخانه را محدود می‌سازد.

به یاد داشته باشید که مکس روی کلمات چند هجایی، برگشت به عقب و بلند خواندن، هنگام باعث می‌شود شما نتوانید مطالب را به صورت تند بخوانید و آنها را یاد بگیرید.

☒ زیر لب خوانی

از موانع اصلی تندخوانی برای کنکور سراسری زیر لب خوانی است. زمزمه کلمات یعنی به طوری که صدای خواندن کلمات را در گوش خود بشنوید و یکی از عادت‌های بدی است که برخی از داوطلبان دارند. این عادت غلط مانع تندخوانی است، چرا که در این نوع مطالعه حداکثر سرعت مطالعه شما با سرعت حرف زدن است، یعنی ۲۰۰ کلمه در دقیقه و حتی کمتر از آن که سرعت خیلی پایینی است. بنابراین برای مطالعه با سرعت زیاد و درک بالا باید بی‌صدا درس بخوانید، یعنی بین نگاه و مغز خود رابطه مستقیم برقرار کنید.

☒ برگشت خوانی

برگشت خوانی یعنی اینکه به خطوط قبلی یا کلمات قبلی برگردید. دوباره خواندن کلمات که بسیاری از افراد وسواس زیادی در انجام آن دارند، باعث می‌شود که نتوانند موفق شوند. این عادت غلطی یکی از وقت‌گیرترین عادت‌های نامناسب در مطالعه است که باید آن را از بین ببرید.

برای رفع این مشکل سعی کنید که وسواس در مطالعه را از خود دور کنید، چرا که برگشت خوانی بیشتر در میان داوطلبانی است که مدام فکر می‌کنند که مطلب یا مطالب قبلی را یاد نگرفته یا در ذهنشان ثبت نشده است.

بهترین راه برای تقویت تکنیک تندخوانی کنکور این است که کارتی را تهیه کنید و پس از خواندن هر پاراگراف کارت را روی آن قرار داده و دوباره به آن برگردید. هر زمان دچار استرس شدید مطلب قبلی خود را برای خودتان توضیح دهید و یا نکات کلید را برای خود بازگو کنید.

☒ عدم داشتن اعتماد به نفس

یکی از موانع اصلی تندخوانی برگشت به عقب است. بسیاری از افراد دوباره خوانی را به عنوان یکی از عادت‌های بد خود تکرار می‌کنند. توجه داشته باشید که دوباره خوانی زمانی اتفاق می‌افتد که شما حس کنید مطلبی را به خوبی یاد نگرفته‌اید. بنابراین هنگامی که به یک مطلب برخورد می‌کنید، سعی کنید که ذهن خود را فقط درگیر همان مطلب کنید و دوباره به عقب برنگردید.

همه ما بعضی از دروس را بهتر و برخی را دیرتر یاد می‌گیریم و این مسئله به توانایی ما در یادگیری درست دروس بستگی دارد. وقتی به درسی برمی‌خورید که یادگیری آن برای شما مشکل است، سعی کنید که تمام سعی خود را برای فهم آن مطلب اعمال کنید و با اعتماد به نفس و بدون هیچگونه وسواسی خلاصه خوبی از مطالب مهم بردارید.

✓ داشتن میدان دید محدود

یکی از مهمترین موانع تندخوانی این است که یک کانون دید محدود و بی‌انعطاف داشته باشید. چون چشم‌های خود را عادت دادید که هر بار فقط یکی دو کلمه را ببینید، این امر سرعت شما را شدیداً پایین می‌آورد. داوطلبان خوب اجازه نمی‌دهند که چشم آنها بیش از یک لحظه روی چند کلمه یا نشانه مکث کند. بهترین روش این است که برای دیدن بیش از یک کلمه در هر بار از حرکت دادن سر جلوگیری کرده و فقط چشم‌های خود را حرکت دهید.

جهت اطلاع از بهترین ساعت مطالعه کنکور وارد لینک شوید.



**موانع مهم در پیاده سازی
تکنیک های تندخوانی کنکور**

irantahsil.org

نحوه بکارگیری تکنیک های تندخوانی کنکور

در **روش تندخوانی** کنکور به شما دوستان باید متون کتاب را با چشم هایتان دنبال کنید و اقدام به حرکت چشم ها در طول سطور کنید.

دقت داشته باشید که، هرگز در حین انجام این کار سرتان را تکان ندهید. سطور را با صدای بلند مطالعه نکنید. زیرا هدف اصلی مطالعه دروس با مغز و چشم است.

سعی کنید وقفه های به وجود آمده در زمان مطالعه با چشم را تا حد امکان کمتر کنید و در طول تایم های معینی شمار بیشتری از کلمه ها را از زیر نگاه خود بگذرانید.

قبل از شروع کردن مطالعه خود حتماً هدفتان را مشخص نمایید. این گونه، از مطالعه غیرضروری در طول زمان مطالعه جلوگیری به عمل می آید.

برخی از داوطلبین استرس و وسواس زیادی در مطالعه دارند و گاهی بخشی را چندین بار مطالعه می نمایند. اینگونه، تنها از سرعت مطالعه خود کم می شود و وقت بیشتری در حین مطالعه از شما گرفته می شود.

آیا همه قادرند از تکنیک های تندخوانی کنکور استفاده نمایند؟

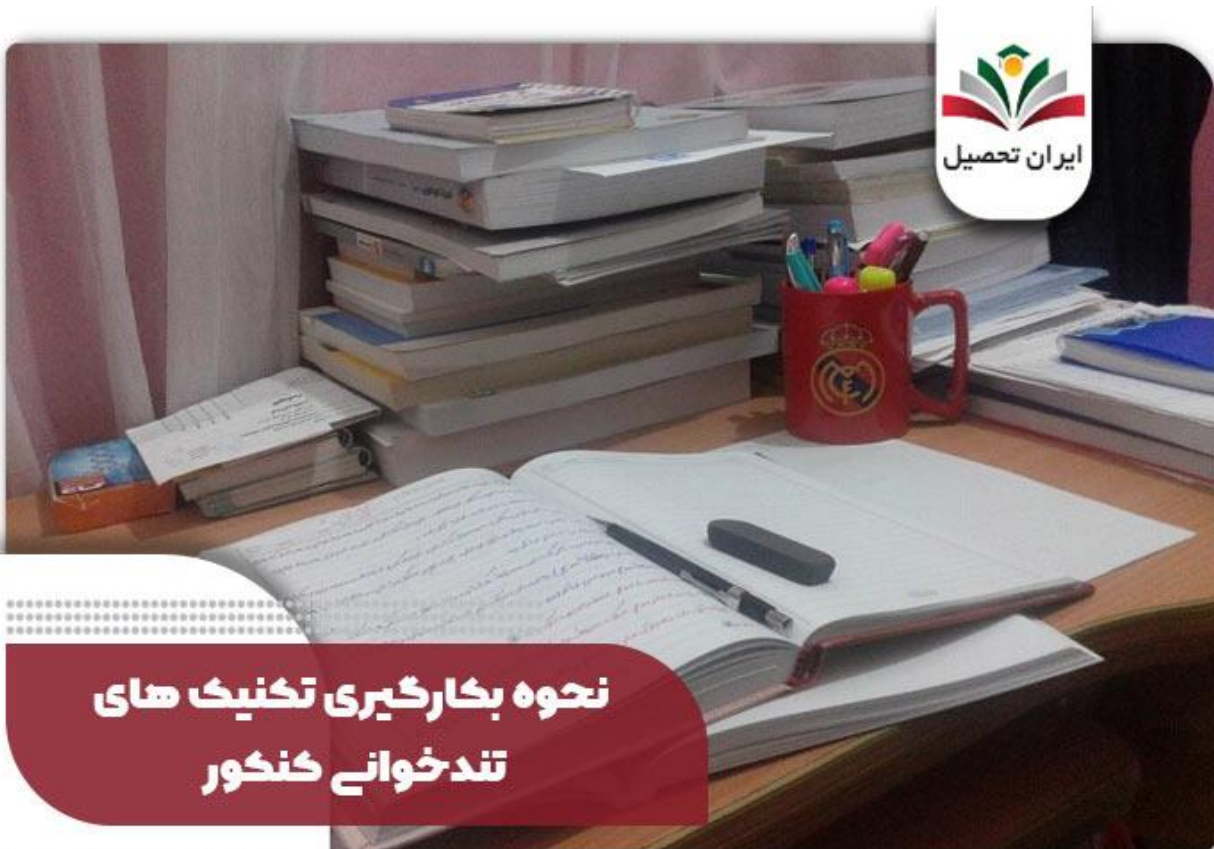
بر اساس تحقیقات اخیر، مغز انسان قادر است کلمات یا شبه جمله ها را به همان نحوی که کلمات را می پذیرد و این فرآیند از هر لحاظ آسان تر است، برای ما هرگز هدف از خواندن جمله را به دلیل درک تک کلمات آن نمی کنیم؛ بلکه برای درک شبه جمله ها که شامل کلمات هستند، آن را مطالعه می کنیم.

فردی که سرعت خواندن پایینی دارد باید بیشتر از یک فرد تندخوان، تلاش ذهنی برای درک هر کلمه و افزایش معنای آن به معنای کلمه بعدی انجام دهد.

اما فردی که سرعت خواندن بالایی دارد، هر بار شبه جمله ها را می بیند و فقط یک اتصال ساده را بین دو قسمت انجام می دهد. بنابراین کمتر تلاش کرده و کمتر انرژی مصرف می کند.

بنابراین یکی از فواید اصلی خواندن سریع، کاهش فعالیت فیزیکی چشم بر روی هر صفحه است که باعث می شود کمتر احساس خستگی کنید هنگام مطالعه و درس خواندن. به عبارت دیگر، فرد خواندن سریع نزدیک به ۱۰۰ توقف در هر صفحه دارد که باعث کمتر خستگی عضلات چشم می شود، در حالی که فرد آهسته تقریباً ۵۰۰ توقف تمرکز دید بر روی هر صفحه دارد.

جهت اطلاع از **بهترین ساعات مطالعه کنکور** کلیک نمایید.



نحوه بکارگیری تکنیک های تندخوانی کنکور

irantahsil.org

خلاصه مطالب

افرادی که متقاضی شرکت در آزمون سراسری هستند، بهتر است با تکنیک‌های تندخوانی کنکور که می‌تواند بسیار به آنها در مطالعه درس کمک کند، آشنایی داشته باشند. استفاده از تکنیک تندخوانی کنکور مزایای زیادی از جمله صرفه‌جویی در وقت، جلوگیری از حواس پرتی، جلوگیری از خستگی، افزایش انگیزه داوطلبان خواهد داشت. بنابراین بهتر است که افراد داوطلب با این روش آشنایی داشته باشند.

در این مقاله سعی کردیم در ارتباط با تکنیک‌های تندخوانی کنکور که می‌تواند بسیار به افراد کمک کند اشاره کنیم. چنانچه شما عزیزان نیازمند دریافت مشاوره تحصیلی در ارتباط با تکنیک‌های تندخوانی کنکور هستید، می‌توانید با همکاران ما در مجموعه ایران تحصیل در ارتباط باشید تا شما عزیزان را به بهترین شکل ممکن راهنمایی نمایند.

برای دانلود pdf مقاله تکنیک‌های تندخوانی کنکور کلیک کنید.

