

دوره آنلاین آموزش جامع تندرستی و روش های جدید مطالعه

حجم کل دوره: ۸۰۰ مگ با کیفیت ممتاز



شامل ۱۲ جلسه ویدیویی



مدت آموزش: ۲۶۰ دقیقه



دوره دانلودی “آموزش جامع تندخوانی و روشهای جدید مطالعه” دوره ای ممتاز از سایت **فوق آموز** به شما کمک میکند تا با استفاده از قدرتمندترین روشهای مطالعه سریع یا فست ریدینگ، سرعت مطالعه خود را افزایش داده و شما را به یک تندخوان حرفه ای تبدیل مینماید و اگر این اتفاق بزرگ رخ دهد، یعنی مطالعه مطالب بیشتر در زمان **کوتاهتر** و همچنین تمرکز و درک مطلب **بالا تر**

قابل استفاده برای تمامی افرادی که میخواهند شیوه و سرعت مطالعه خود را متحول کنند.

مدرس این دوره ارزشمند:

محمد داود نصیری الحسینی، مولف ۸ عنوان کتاب و با سابقه تالیف ۳ عنوان کتاب با موضوعات تندخوانی و یادگیری موثر

جلسه اول

معرفی دوره و بیان سرفصل های آموزشی



جلسه دوم

تندخوانی چیست

امتیازاتی که تندخوانی به ارمغان می آورد

تندخوانی برای چه کسانی ضروری است

تندخوانی از کجا شروع شد

تندترین تندخوان ها رکورد داران تندخوانی در جهان

جلسه سوم

مهارت‌های لازم برای تندخوانی

آموزش مهارت گستره حوزه دید بالا

یادگیری مهارت حذف مکث طولانی چشم بر روی کلمات

آموزش مهارت توانایی عبارت خوانی به جای کلمه خوانی

حذف برگشت غیرعادی چشم به عقب و نداشتن سرگردانی چشمی

یادگیری مهارت سرعت چشمی بالا

آموزش مهارت نداشتن بلندخوانی، لب خوانی



جلسه چهارم

آشنایی با تکنیک خط بری
شیوه محاسبه ی سرعت مطالعه
رده بندی سرعت مطالعه

جلسه پنجم

آشنایی با **تمرینات** تندخوانی و نکات لازم در خصوص انجام آن ها

تمرینات **تقویت** و افزایش حوزه دید

تمرین دنبال کردن **حرکت** توپ

تمرین دنبال کردن **حرکت** پروانه

تمرین دنبال کردن **حرکت** اشیا

جلسه ششم

ادامه تمرینات تقویت و افزایش حوزه دید

تمرین دایره و کلمات

تمرین دنبال کردن حرکت دایره

جلسه هفتم

تمرینات و راهکارهای کاهش مکث چشمی

تمرینات افزایش دقت و سرعت چشمی

تمرینات عبارت خوانی

جلسه هشتم

تمرینات خط بری

جلسه نهم

راهکارها و تمرینات جالب افزایش تمرکز و دفع حواسپرتی

جلسه دهم

راهکارها و تمرینات موثر در **بهبود** خستگی چشمی

جلسه یازدهم

اصول و روش های مطالعه صحیح
شرایط محیط مناسب برای مطالعه
وضعیت استاندارد بدن در هنگام مطالعه
تکنیک های آماده‌گی پیشی از مطالعه

جلسه دوازدهم

معرفی چهار سیستم مطالعاتی موثر

سیستم مطالعاتی PQRST

سیستم مطالعاتی MURDER

سیستم مطالعاتی PQ3R

سیستم مطالعاتی PQ6R

فایل‌های پیوستی

موسیقی‌های مخصوص **مطالعه** و جزوه پی دی اف تمرینات



فوق
آموز



FOGHAMOZ.IR