

Opleiding : Snellezen: snel lezen, de essentie begrijpen en vasthouden

Praktijkcursus - 2d - 14u00 - Ref. LRP

Prijs : 1310 € V.B.

★★★★☆ 4,1 / 5

Deze cursus helpt je om je leesvaardigheid te verbeteren, zowel wat betreft snelheid als begrip. De vele oefeningen in deze cursus helpen je om je leessnelheid te verbeteren.

Pedagogische doelstellingen

Aan het einde van de training is de deelnemer in staat om:

- ✓ Je leessnelheid verhogen
- ✓ Je professionele en persoonlijke leeservaring optimaliseren
- ✓ Werkelijk tijd besparen
- ✓ Sneller denken
- ✓ Ontwikkel je concentratie, geheugen en analytische vaardigheden

Doelgroep

Iedereen die zijn vaardigheden op het gebied van informatiebeheer wil verbeteren.

Voorafgaande vereisten

Geen speciale kennis vereist.

Praktische modaliteiten

Praktisch werk

Theoretische input, trainingsoefeningen, getimed lezingen met begrips- en geheugentests. Evaluatie en voortgangsverslag.

Leer methodes

Theoretische input, trainingsoefeningen, getimed lezingen met begrips- en geheugentests. Evaluatie en voortgangsverslag.

Opleidingsprogramma

DEELNEMERS

Iedereen die zijn vaardigheden op het gebied van informatiebeheer wil verbeteren.

VOORAFGAANDE VEREISTEN

Geen speciale kennis vereist.

VAARDIGHEDEN VAN DE CURSUSLEIDER

De deskundigen die de cursus leiden zijn specialisten op het betreffende vakgebied. Zij werden geselecteerd door onze pedagogische teams zowel om hun vakkennis als hun pedagogische vaardigheden voor elke cursus die zij geven. Zij hebben minstens vijf tot tien jaar ervaring in hun vakgebied en oefenen of oefenden verantwoordelijke bedrijfsfuncties uit.

BEOORDELINGSMODALITEITEN

De cursusleider beoordeelt de pedagogische vooruitgang van de deelnemer gedurende de gehele cursus aan de hand van meerkeuzevragen, praktijksituaties, praktische opdrachten, ...
De deelnemer legt ook van tevoren en naderhand een test af ter bevestiging van de verworven kennis.

1 Identificeer je obstakels en oefen om ze te overwinnen

- Word je bewust van je neiging om te subvocaliseren, je vinger te gebruiken of terug te vallen en beoordeel dit.
- Weg met "oralisatie".
- Weet hoe je je vinger effectief kunt gebruiken.
- Lezen zonder terug te gaan.

Oefening

Beoordelingstest: om de leessnelheid, het begrip en het geheugen te meten.

2 Verbeter je visuele behendigheid

- Zet de bevestigingspunten verder uit elkaar.
- Verbeter woordidentificatie en ontwikkel anticipatie.
- Versterk je leesvaardigheid met oogoefeningen: gebruik de metronoom, palmen en verschuiven.

Oefening

Training op fixatiepunten, woordidentificatie en anticipatie. Training in spierontspanning.

3 Wees een actieve lezer

- Gebruik de overzichtsmethode.
- Gebruik snellezen om de tekst te begrijpen.
- Skim om de algemene betekenis van het bericht te behouden.
- Begrijpen zonder alles te lezen, dankzij selectief lezen.
- Horizontaal en verticaal vegen, diagonaal vegen.
- Bepaal een strategie op basis van je leesdoel.

Oefening

Training in lezen en samenvatten: persartikelen, complexe documenten, dossiers.

4 Ontwikkel je concentratie en geheugen

- De drie soorten geheugen identificeren: kinesthetisch, auditief en visueel.
- De stadia in het memoriseerproces identificeren.
- Verbeter je vermogen om informatie te onthouden.

Oefening

Concentratietraining (visualisatietechnieken) en memoriseren (associatietechnieken, beelden, betekenissen, enz.).

5 Oefen met het verhogen van je leessnelheid

- Stel een trainingsplan op voor snellezen, gericht op het begrijpen van de tekst.
- Richt je trainingsplan op het identificeren van de essentiële ideeën.
- Stel lees oefeningen op die gericht zijn op het ontwikkelen van je vaardigheid om samen te vatten.

Oefening

Beoordeling: test om de snelheid, het begrip en het geheugen van een tekst te controleren.

PEDAGOGISCHE EN TECHNISCHE MIDDELEN

- De gebruikte pedagogische middelen en cursusmethoden zijn voornamelijk: audiovisuele hulpmiddelen, documentatie en cursusmateriaal, praktische oefeningen en correcties van de oefeningen voor praktijkstages, casestudies of reële voorbeelden voor de seminars.
- Na afloop van de stages of seminars verstrekt ORSYS de deelnemers een evaluatievragenlijst over de cursus die vervolgens door onze pedagogische teams wordt geanalyseerd.
- Na afloop van de cursus wordt een presentielijst per halve dag verstrekt, evenals een verklaring van de afronding van de cursus indien de stagiair alle sessies heeft bijgewoond.

TOEGANGSMODALITEITEN EN TERMIJNEN

De inschrijving dient 24 uur voor aanvang van de cursus plaatsgevonden te hebben.

TOEGANKELIJKHEID VOOR MINDERVALIDEN

Is voor u speciale toegankelijkheid vereist? Neem contact op met mevr. FOSSE, contactpersoon voor mindervaliden, via het adres psh-accueil@ORSYS.fr om uw verzoek en de haalbaarheid daarvan zo goed mogelijk te bestuderen.

KLAS OP AFSTAND

2026 : 30 maa., 18 juni, 17 sep., 7 dec.

PARIS LA DÉFENSE

2026 : 30 maa., 18 juni, 17 sep., 7 dec.