



ОЛЬГА НАУМОВА

**РАЗВИВАЕМ
ВНИМАНИЕ И
ПОВЫШАЕМ
СКОРОСТЬ
ЧТЕНИЯ**

РАБОТА С ТАБЛИЦАМИ ШУЛЬТЕ

Ольга Наумова

**Развиваем внимание
и повышаем
скорость чтения**

Работа с таблицами Шульте

Содержание:

1. Что такое таблицы Шульте и зачем они нужны?
2. Как работать с таблицами Шульте?
3. Таблицы Шульте 3x3
4. Таблицы Шульте 4x4
5. Таблицы Шульте 5x5
6. Таблицы Шульте 6x5
7. Буквенные таблицы Шульте
8. Цветные таблицы Шульте
9. Таблицы Шульте с буквами и числами 7x7
10. Таблицы Шульте 10x10

Что такое таблицы Шульте и зачем они нужны?

Одно из необходимых условий успешного обучения ребёнка в школе является качество его чтения.

Чтение – это, прежде всего, процесс понимания прочитанного. Но понимание во многом зависит и от скорости чтения. Оптимальной считается скорость чтения соответствующая темпу разговорной речи, т.е. примерно 130-150 слов в минуту.

Почему некоторые дети достигают этих параметров достаточно быстро, а некоторым не удаётся добиться такого результата и к концу 4 класса? Причины могут быть разные. В данной статье я остановлюсь на одной из них. Это недостаточный угол зрения.

Как же расширить охват зрения?

Помочь в этом могут упражнения по таблицам Шульте. Таблицы представляют собой размещенные в хаотичном порядке числа, в центре таблицы — знак для фокусировки зрения. Стараясь смотреть только на него, нужно видеть все числа и последовательно пройти по ним. Встречаются таблицы и без обозначения центра, но тогда нужно об этом помнить и стараться самим фокусировать взгляд в центре таблицы.

Регулярная работа с таблицами Шульте позволит:

- развить внимание и память;
- активизировать развитие мыслительных процессов;
- расширить угол зрения;
- активировать развитие мозга;
- развить быстроту реакции.

Кроме этого таблицы Шульте уже давно используются для улучшения навыков чтения.

Тренируясь с таблицами Шульте, у детей развивается прекрасно внимание и память. При выполнении упражнения мозг должен выполнять одновременно две задачи: держать все числа в поле зрения и называть их в определённой очередности.

В дальнейшем, при чтении, ребенок будет видеть уже больший фрагмент текста, начнёт правильно прочитывать окончания слов за счёт того, что будет видеть все слово целиком до момента прочтения. Это будет способствовать не только увеличению скорости чтения, но и улучшению качества чтения.

Как работать с таблицами Шульте?

1. Расположите таблицу на расстоянии 30-40 см от глаз ребёнка;
2. Ребёнок находит центр таблицы и фиксирует взгляд;
3. Не совершая движений глазами, ребёнок находит и показывает все числа по порядку;
4. Периодически меняйте таблицу.

13	6	5	15	22
1	4	2	21	17
8	11	3	18	16
12	9	19	25	23
7	14	20	24	10

Неверное выполнение упражнения
с таблицей Шульте

13	6	5	15	22
1	4	2	21	17
8	11	3	18	16
12	9	19	25	23
7	14	20	24	10

Правильное выполнение упражнения
с таблицей Шульте

Существует несколько уровней сложности таблиц Шульте:

Для дошкольников

2	8	6
4	9	1
5	7	3

Классический вариант

11	19	1	15	5
23	21	12	3	18
8	2	●	17	7
14	6	10	20	22
9	16	4	24	13

Двухцветный вариант

9	19	12	6	4	3	9
20	23	8	5	2	10	6
4	20	13	13	3	21	11
12	15	16	17	14	11	18
24	22	23	5	25	19	16
14	24	18	1	8	7	10
17	1	22	7	15	2	21

Здесь сначала ребёнок называет числа, написанные одним цветом, а потом другим.

Повысить результативность упражнения можно также используя различные варианты заданий:

- Показать и назвать числа по порядку.
- Показать и назвать числа в обратном порядке.
- Находить сначала только чётные числа, а потом нечётные.
- На время (не более 45 секунд).

Упражнения с таблицами Шульте выполняются обязательно под контролем взрослого, который следит за правильностью называемых чисел и за движением глаз ребёнка.

Не удивляйтесь, если сначала упражнение будет даваться ребёнку с большим трудом. Главное не отчаиваться и правильно выполнять упражнение. Регулярные занятия с таблицами Шульте дают заметное увеличение скорости чтения, улучшение памяти, внимания и всех мыслительных процессов.

При выборе варианта таблиц ориентируйтесь на возраст и возможности ребёнка. Рекомендую начинать с более простых вариантов. Успешное выполнение задания придаст ребёнку уверенность в себе и повысит мотивацию.

Тренируйтесь и развивайте свои способности!

Всегда рады видеть Вас на сайте **Наумёнок Детское развитие**
<http://naymenok.ru/>

С уважением, Ольга Наумова

Таблицы Шульте 3x3

2	1	3
6	4	8
5	7	9

2	8	6
4	9	1
5	7	3

9	8	3
2	1	7
6	4	5

6	4	7
5	9	1
2	3	8

8	4	6
9	2	1
7	3	5

7	6	8
4	1	5
9	2	3

2	9	6
7	1	5
4	3	8

7	3	6
2	8	5
1	9	4

9	8	1
3	7	5
2	6	4

1	9	7
5	6	8
4	3	2

Таблицы Шульте 4x4

12	15	1	16
5	7	8	4
9	3	13	10
11	14	6	2

12	6	1	10
7	11	14	3
8	2	13	4
16	15	9	5

4	14	11	5
3	2	6	13
8	7	1	9
16	12	15	10

12	9	5	3
4	6	16	15
14	8	2	11
1	10	13	7

13	14	1	16
12	10	3	9
2	8	15	7
4	5	6	11

14	10	8	11
15	4	5	16
9	6	1	2
13	3	7	12

13	6	15	1
10	12	3	5
11	8	16	14
2	7	9	4

1	9	8	15
4	10	12	13
14	2	7	16
5	11	3	6

12	2	14	16
1	10	4	9
7	6	5	3
13	8	11	15

3	2	16	6
7	5	13	12
1	4	9	8
14	11	10	15

Таблицы Шульте 5x5

5	18	1	21	14
3	11	7	9	17
16	15	●	4	13
2	23	12	20	22
10	8	6	24	19

17	9	24	25	12
8	6	1	15	7
23	21	19	3	11
20	13	4	16	5
2	14	10	18	22

20	11	16	1	18
2	21	4	14	8
13	9	19	24	5
25	15	6	23	17
10	7	22	12	3

8	14	11	3	15
21	4	25	6	13
2	23	19	24	22
20	10	9	17	5
7	12	1	18	16

21	22	9	19	14
2	5	18	25	12
23	15	6	13	8
24	11	3	17	1
4	7	16	20	10

21	20	5	23	2
14	10	19	15	25
12	3	7	13	9
24	22	8	18	11
4	17	6	16	1

23	22	1	11	9
12	25	6	14	8
21	3	17	4	19
7	2	20	13	10
16	5	24	15	18

3	21	13	4	20
8	5	1	15	11
19	12	23	7	22
10	6	14	24	18
25	17	2	16	9

25	22	14	21	15
10	5	20	1	19
4	17	12	11	24
6	13	3	18	2
23	9	7	16	8

11	25	20	24	3
23	12	21	6	16
19	10	15	2	7
9	1	13	14	22
17	18	8	5	4

8	1	5	16	6
10	25	3	11	24
2	15	4	13	23
20	9	22	19	17
14	18	12	21	7

20	9	5	21	8
11	18	1	22	7
4	15	14	2	25
13	6	17	10	23
12	3	19	16	24

11	24	8	13	2
15	20	5	22	10
17	14	1	18	4
23	7	6	19	12
9	3	25	21	16

1	25	11	3	16
14	10	15	13	4
6	19	20	21	8
18	24	17	7	12
5	23	9	22	2

16	1	8	21	25
13	24	17	20	12
2	9	22	11	18
7	19	5	4	6
3	15	10	23	14

14	22	25	19	7
6	11	3	15	4
24	23	20	8	21
13	18	2	12	16
5	9	10	17	1

21	20	6	1	12
8	25	14	17	19
22	9	24	10	7
18	15	2	4	16
3	11	23	13	5

21	10	17	8	2
19	25	16	15	23
1	7	9	12	3
11	6	13	18	5
4	14	24	22	20

14	19	9	2	16
20	3	23	6	25
13	11	22	4	1
8	18	10	7	24
12	17	5	21	15

6	15	2	13	10
21	12	11	7	8
23	9	18	4	20
1	17	22	25	5
24	14	19	3	16

20	25	1	12	23
14	9	18	5	15
4	10	22	24	3
19	8	2	11	16
21	13	7	6	17

6	11	1	23	2
25	21	15	7	19
24	5	18	14	8
13	22	9	20	16
10	12	4	17	3

3	18	16	12	5
6	11	4	19	10
8	22	21	7	15
23	14	25	1	17
24	13	20	9	2

3	21	11	16	4
20	8	15	18	9
7	2	6	24	17
25	13	19	5	23
12	10	1	14	22

12	6	4	21	25
1	11	23	5	15
14	17	20	9	18
10	22	2	24	7
13	3	19	8	16

10	16	22	14	5
24	6	2	18	23
17	12	4	11	1
9	25	15	13	7
19	8	20	3	21

9	13	5	12	3
16	22	10	19	18
15	4	2	11	8
17	23	25	21	1
6	14	24	7	20

15	13	14	10	5
11	8	2	18	21
6	25	24	20	12
17	23	7	9	3
16	4	19	1	22

12	2	25	24	6
15	18	20	8	1
4	21	10	7	14
13	16	3	17	19
11	22	5	23	9

3	21	12	2	25
17	20	5	16	6
7	23	22	14	11
18	8	13	24	15
4	9	19	10	1

Таблицы Шульте 6x5

14	27	22	6	16	19
4	11	20	29	25	9
28	30	7	12	2	24
17	5	18	1	26	15
8	23	10	21	13	3

23	18	27	30	29	16
6	1	13	22	9	4
28	10	21	14	20	11
19	7	2	17	5	25
15	24	8	26	12	3

7	26	10	29	27	22
16	4	20	25	14	5
13	24	15	11	23	30
3	17	6	1	9	2
19	12	21	8	28	18

15	11	20	22	18	6
9	30	4	28	25	27
24	14	5	17	1	13
19	26	10	12	23	7
3	16	8	21	2	29

Буквенные таблицы Шульте

Т	Ц	Ш	С	З
Р	Л	Т	Х	Н
Д	Ж	О	А	Щ
У	Б	И	Ф	Е
В	М	Ч	К	П

К	Р	Х	В	Ф
Г	Ж	У	О	З
Н	А	Ч	М	Т
Щ	И	П	Ц	Е
Л	Ш	Д	С	Б

Р	Н	Т	А	Х
З	Б	Ж	П	К
Щ	Д	У	Л	Ш
П	В	Ц	Ч	Г
С	О	М	Ф	Е

С	З	К	Р	В
О	Д	Н	Х	Т
Ж	Ц	А	Ч	М
Л	Г	Ф	И	Е
Щ	П	Ш	У	Б

Г	Н	Щ	З	А
С	Л	П	Д	М
У	Б	И	Т	В
Х	Е	Ц	Р	Ф
К	Ш	О	Ч	Ж

Цветные таблицы Шульте

9	19	12	6	4	3	9
20	23	8	5	2	10	6
4	20	13	13	3	21	11
12	15	16	17	14	11	18
24	22	23	5	25	19	16
14	24	18	1	8	7	10
17	1	22	7	15	2	21

16	10	23	22	8	1	13
24	21	7	14	9	12	12
17	10	24	14	6	25	8
21	6	4	9	22	18	20
5	17	11	7	20	2	15
16	2	19	3	5	3	13
15	11	23	1	18	4	19

4	15	11	19	12	25	23
3	19	16	13	21	6	13
2	9	5	18	7	12	1
2	5	23	6	15	14	10
20	22	7	1	9	17	4
8	24	16	11	21	8	3
17	14	24	10	18	20	22

13	2	23	14	5	4	5
18	9	16	13	22	8	7
2	21	7	6	6	3	14
15	21	8	17	15	9	10
24	22	24	20	16	20	19
18	12	10	1	3	11	19
23	17	1	12	4	11	25

15	19	7	2	1	23	8
22	4	2	11	25	4	20
3	11	6	5	13	1	23
9	20	24	18	14	7	24
12	5	6	16	10	15	18
22	10	3	13	9	14	21
21	8	16	17	17	19	12

24	1	9	10	8	6	4
20	12	18	18	13	15	3
25	14	11	7	21	7	14
13	5	2	9	16	5	1
17	23	11	17	19	16	12
23	6	20	10	21	19	24
2	22	3	8	4	15	22

13	4	10	6	8	10	14
5	11	15	12	3	15	1
8	21	24	17	16	22	7
13	3	9	1	4	19	9
18	18	6	2	23	2	24
25	12	20	22	23	7	21
17	11	5	14	19	16	20

1	13	3	15	24	19	7
11	10	16	4	9	8	18
20	18	16	25	23	2	9
13	12	3	8	11	4	14
20	6	14	17	22	23	17
19	5	5	21	22	21	7
2	15	6	12	10	24	1

12	1	4	7	25	2	13
17	9	24	7	17	12	23
10	19	5	14	11	15	8
11	22	5	8	16	10	6
22	20	3	2	23	13	18
19	24	3	16	1	9	21
18	21	15	14	20	6	4

23	5	19	2	17	16	24
8	1	9	5	11	21	11
25	12	18	15	21	2	18
7	24	7	13	20	14	16
17	8	4	22	20	22	6
19	3	13	15	6	14	10
3	23	4	1	12	10	9

Таблицы Шульте с буквами и числами

14	Т	23	М	9	К	24
А	Г	10	Х	Ж	4	Ч
15	5	8	19	2	Ц	13
Б	И	20	●	Н	В	Р
1	11	3	Л	16	Ф	Д
3	12	17	Е	Ф	7	О
6	18	У	22	П	С	21

Щ	20	6	И	О	Г	12
14	Т	Р	Ч	23	4	Х
К	8	18	Д	15	Ф	3
И	3	А	●	Г	17	9
Л	21	Ц	24	Е	М	22
1	10	13	5	П	Ш	С
Б	16	Ж	Н	19	В	7

И	Р	23	Т	7	Е	15
19	П	5	К	Д	2	Ф
3	24	Г	14	У	20	9
1	И	10	●	18	Ж	Л
В	16	3	М	А	Ш	4
Ц	6	Х	21	Ч	12	П
13	22	Н	8	О	С	17

Р	17	У	3	О	9	Ц
4	Е	3	14	19	Д	23
Л	8	Х	21	Т	В	13
А	18	Н	●	15	2	К
5	10	С	Г	22	6	7
16	Б	И	20	П	24	Ф
М	1	И	11	Ш	Ж	12

15	А	3	12	Ф	4	Ж
У	21	5	Т	23	19	Х
Е	8	О	В	9	3	Д
16	1	И	●	М	17	Ц
П	И	20	13	Ш	24	С
10	Ь	2	Н	Р	И	7
К	14	6	Г	18	Л	22

Таблицы Шульте 10x10

1	76	14	39	84	19	65	78	32	16
30	11	28	23	54	86	83	4	47	64
60	97	85	49	8	31	95	51	100	26
35	45	92	69	34	57	20	91	72	90
52	87	61	2	44	62	98	42	93	81
89	6	80	66	58	74	36	12	38	73
17	94	21	37	71	10	77	99	96	25
70	41	68	59	79	50	3	88	56	55
24	53	29	18	67	27	82	22	63	43
9	48	7	75	13	40	46	15	33	5

5	58	38	97	100	54	14	98	8	71
28	85	11	91	34	25	43	89	19	90
63	93	74	20	84	94	78	36	52	22
50	23	46	67	30	60	86	2	95	42
87	40	1	72	48	80	45	31	65	10
15	83	79	55	17	96	88	99	18	27
66	9	69	33	62	53	3	75	92	13
82	37	73	44	56	39	70	76	59	51
77	68	24	64	7	47	26	81	61	32
4	57	49	16	29	12	41	21	35	6

8	29	94	100	98	88	79	15	93	10
50	73	19	41	47	6	96	66	35	28
25	85	56	23	17	37	90	22	53	4
39	63	1	80	59	77	43	87	13	46
58	91	33	84	26	62	51	32	74	83
44	21	54	64	69	18	92	95	99	49
12	81	48	71	40	97	82	2	38	76
5	36	78	11	86	55	70	61	89	20
27	72	65	52	31	67	24	45	75	68
34	14	42	3	60	7	16	30	57	9

13	62	47	36	53	44	9	32	23	30
49	76	88	20	12	69	55	18	74	3
59	5	51	67	79	97	83	42	92	41
91	73	25	99	7	34	100	1	57	78
94	38	84	17	89	95	29	86	31	15
87	48	10	80	60	27	66	98	64	85
63	93	96	52	45	4	43	77	21	58
24	14	75	81	35	54	11	90	82	72
39	68	37	46	65	71	26	70	6	61
2	50	22	8	28	19	33	56	40	16

17	28	68	13	74	6	35	60	23	7
25	3	47	90	57	79	84	75	65	49
10	63	76	20	67	93	53	19	78	31
51	44	34	99	81	41	98	96	91	9
32	73	56	38	100	86	71	83	45	72
12	85	92	97	27	1	95	30	94	15
36	82	69	43	61	87	77	62	52	54
21	64	58	8	55	70	11	80	42	37
40	16	89	24	33	46	88	5	66	18
4	50	29	48	14	39	59	22	26	2

2	52	16	91	33	44	60	94	67	4
22	75	69	13	74	64	10	80	55	84
36	86	27	97	79	90	26	51	20	46
65	7	19	40	48	39	98	70	34	30
43	93	83	63	85	82	42	92	14	72
31	56	96	68	1	73	95	57	78	23
47	89	59	35	66	25	18	88	6	37
11	62	100	53	71	8	81	12	28	76
29	41	21	87	17	49	58	54	99	61
5	24	50	9	38	77	32	3	45	15

6	59	36	20	78	69	40	82	72	10
27	1	85	63	31	13	87	52	95	7
76	9	45	100	51	99	58	65	2	46
39	34	98	57	23	62	4	94	26	86
12	96	17	84	48	92	70	16	80	19
30	49	75	24	97	66	53	77	35	41
22	89	61	92	5	33	18	47	93	29
81	56	68	71	43	88	67	11	54	73
44	79	3	25	74	50	60	37	42	64
15	8	38	32	14	28	91	55	83	21

33	7	15	52	10	96	43	69	92	40
19	59	29	78	63	37	82	6	31	79
73	46	56	24	71	22	57	100	64	13
4	70	87	2	51	97	76	18	99	68
27	77	12	95	67	35	26	86	45	91
90	53	93	61	32	83	48	62	80	1
44	8	65	88	42	5	98	21	54	39
84	20	30	14	72	50	58	89	36	94
34	74	49	81	25	85	66	9	75	28
17	3	38	47	55	41	16	60	23	11

21	77	49	93	6	24		44	73	37
54	4	87	32	83	14	58	88	3	92
62	96	10	52	56	36	69	17	99	12
28	43	15	94	39	98	63	48	74	53
68	81	27	71	45	60	20	67	85	30
8	34	100	421	65	25	75	79	51	82
31	50	55	18	1	90	41	16	89	9
19	91	46	61	76	11	95	29	47	97
84	38	80	26	33	78	35	86	5	70
2	64	13	57	7	23	66	40	59	22

89	50	71	60	17	74	66	6	80	32
9	78	29	95	34	42	98	54	11	69
21	36	14	52	85	61	25	87	44	94
27	93	46	68	1	37	99	15	84	63
64	5	73	22	56	90	49	31	100	76
41	97	12	83	65	19	59	96	28	91
18	40	77	33	43	92	70	4	72	81
51	88	53	10	79	45	62	24	48	8
67	3	23	86	39	13	35	82	58	38
16	57	30	7	26	47	55	20	75	2

Рекомендую

Удобный и результативный тренинг по скорочтению и развитию речи.



- Подходит как для индивидуальной работы, так и для работы с целым классом.
- Интересные тексты, написанные мастерами слова.
- Легко распечатать.
- Каждая страница содержит отдельный текст-задание.
- 160 страниц ценных упражнений.
- Самые эффективные приёмы.
- Дополнительные бонусы по развитию речи, навыков скорочтения и внимания.

Пройдя тренинг, ваш ребёнок получит:

- Увеличение скорости чтения в 2-3 раза;
- Развитие речи;
- Приобретение навыков осознанного чтения;
- Развитие внимания;
- Улучшение показателей в учёбе.

Тренинг успешно может быть использован родителями, репетиторами, учителями.

Скачать



<http://naymenok.ru/>

Рабочая тетрадь



«Я умею сочинять» для тех, кто задумывается о будущем своего ребенка, кто понимает, как развитая речь и творческое мышление способны помочь ребенку в жизни.

- Методика проста, но в то же время уникальна.
- Подходит для занятий и дома, и в школе.
- Вызывает интерес у детей.
- Покупаете 1 раз, а распечатать можно сколько угодно раз!

- В рабочей тетради 70 учебных страниц.

Результат ребёнка:

- Более развитая и грамотная речь;
- Развитие наглядно-образного мышления;
- Увереннее будет писать изложения и сочинения;
- Повышение уровня грамотности;
- Развитие творческого воображения;
- Ребёнку легче формулировать свои мысли;
- Улучшение показателей в учёбе;
- Собственная написанная книга.



Подходит для индивидуальных занятий дома или же как дополнительный материал для учителей, репетиторов.

[Скачать](#)



О. Наумова "Читаем по слогам" Книга-раскраска-тренажёр

Ваш ребёнок полюбит эту книгу!

Вы получите:

- Небольшие тексты, содержащие от 22 до 65 слов;
- Крупный шрифт;
- Каждый текст на отдельной странице;
- Интересные и познавательные истории;
- Вопросы к каждому тексту для развития речи и понимания прочитанного;
- Иллюстрации для раскрашивания.

Все слова разделены на слоги.

Книгу легко распечатать. Она удобна в использовании.

В книге 44 страницы.

Книга будет полезна воспитателям детских садов, учителям начальных классов и родителям для занятий с детьми.

[Скачать](#)





РАСКРАСКА-ШИФРОВКА "Волшебные пузыри"

Практически все дети любят раскрашивать. А раскраска с зашифрованным рисунком интересна вдвойне.

Волшебные пузыри-кружочки сплелись на каждой странице пока еще в таинственный рисунок. Как его разгадать?

А для этого понадобится внимание, терпение, усидчивость, аккуратность и... цветные карандаши.

Математическая раскраска-шифровка "Волшебные пузыри" будет интересна детям от 5 до 12 лет.

В книге 16 раскрасок.

Подарите детям радость, а себе драгоценные минуты свободного времени.

[Скачать](#)

