



La lecture rapide

● **Durée :** 14 heures (2 jours)

● **Objectifs :** Augmenter sa vitesse de lecture en maintenant un niveau de compréhension. Acquérir les techniques de lecture efficace. Repérer ce qui est essentiel dans un texte et synthétiser l'information

[Retourner au sommaire](#)

La rapidité de lecture

Votre bilan personnel

Évaluez votre vitesse de lecture et votre compréhension

Les mouvements de l'œil

Comment l'œil lit vraiment ?

Le lecteur rapide

- Exercice de perception
- Les bonnes conditions physiques et mentales

Le coup d'œil

L'expérience

Comment utiliser un guide visuel ?

Les métaguides

La mémoire photographique

Les techniques de métaguide

- Le balayage variable
- Le balayage arrière

Les métaguides perfectionnés

- Le S
- Le zigzag
- La boucle
- La vague verticale
- La double marge
- La boucle ample

Balayage et écrémage

Le balayage

L'écrémage

Enrichissez votre vocabulaire

L'importance du vocabulaire

Les trois registres du vocabulaire

La méthode fonctionnelle d'apprentissage



[Retourner au sommaire](#)

contact@mandyben.com
www.mandyben.com

06 82 97 30 50

04 42 31 43 55

mandyben
communication

8 hameau de Jonquières

Allée Albert Bastoni

13500. Martigues

Tél : 04 42 31 43 55 | Fax : 09 59 14 50 46

N° agrément Formation : 93 13 12405 13

SIRET : 491 820 270 00024

Code APE : 6201Z

