

« Lecture rapide »



Bienvenue dans la formation pour maîtriser la lecture rapide ! Au cours de cette formation, nous allons aborder différentes approches et vous fournir des outils pratiques pour développer votre capacité à lire plus rapidement sans compromettre la compréhension. Nous allons également étudier les facteurs qui influencent la lecture rapide, les obstacles courants et les astuces pour les surmonter.

Nous commencerons par comprendre les bases de la lecture rapide, y compris la façon dont nos yeux et notre cerveau traitent l'information. Vous découvrirez des techniques pour :

- Éliminer les sous-vocalisations,
- Avoir des mouvements oculaires plus fluides,
- Élargir votre vision périphérique pour couvrir plus de mots.

Nous explorerons également des méthodes avancées comme :

- La prévisualisation,
- La visualisation,
- L'association d'images,
- La création d'histoires,

Document actualisé le 01/03/2023



- L'identification des idées principales,
- L'utilisation d'une structure de lecture efficace pour optimiser votre vitesse et votre compréhension.

Nous aborderons également l'importance de la concentration et de la gestion de l'environnement pour éliminer les distractions pendant la lecture.

Ces méthodes vous permettront de mieux retenir les concepts clés et les détails importants des textes que vous lirez.

La révision régulière est un aspect essentiel de la lecture rapide et de la consolidation de la mémoire à long terme. Nous discuterons de la courbe de l'oubli et de la manière d'organiser vos sessions d'entraînement pour renforcer la rétention des informations sur le long terme.

Nous aborderons l'importance de la pratique régulière pour développer et maintenir vos compétences en lecture rapide. Nous vous fournirons des exercices et des ressources supplémentaires pour continuer à vous entraîner et à progresser après la formation.

Cette formation est conçue pour vous donner les connaissances et les outils nécessaires pour devenir un lecteur rapide et efficace. Vous repartirez avec une meilleure compréhension des techniques de lecture rapide, ainsi qu'avec des astuces pratiques que vous pourrez appliquer immédiatement dans votre vie quotidienne et professionnelle.

Préparez-vous à explorer un nouveau monde de lecture rapide où vous pourrez absorber les informations plus rapidement, améliorer votre productivité et vous démarquer dans un monde rempli de connaissances en constante évolution. Nous sommes ravis de vous accompagner dans cette aventure et sommes convaincus que cette formation vous sera bénéfique.

Public :

Tout public

Prérequis :

Aucun

Document actualisé le 01/03/2023



Durée de formation :

12 heures

Inscription :

Pour toute demande d'inscription, veuillez vous rendre sur le site : <https://elearningformalis.fr>
ou nous contacter par email : equipepedagogique@elearningformalis.fr

Objectifs :

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de maîtriser les notions fondamentales de la lecture rapide

Moyen et modalité :

FOAD

Alternance de théorie et de cas pratiques

À l'issue de la période de formation le stagiaire se verra remettre son relevé de connexion certifié par le centre de formation pour contre-signature.

Moyens Techniques :

3 modules au format PDF

3 fichiers audio au format mp3

Un examen final

Notre support qui est là pour répondre à toutes vos questions

Adaptation et suivi de la formation :

Un suivi de la formation et un accompagnement seront réalisés tout au long de la formation. La formation pourra être adaptée pour pallier des difficultés majeures rencontrées par l'apprenant.

Document actualisé le 01/03/2023

Évaluation de parcours :

Le contrôle de connaissances permettant de vérifier le niveau de connaissances acquis par les Stagiaires est effectué selon les modalités suivantes :

QCM

Délai d'accès :

Un délai minimum et incompressible de 24 heures entre l'inscription et l'accès à la formation est appliqué.

Handicap :

Toutes les formations dispensées à FORMALIS sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Lors de l'inscription à nos formations, nous étudions avec le candidat en situation de handicap et à travers un questionnaire les actions que nous pouvons mettre en place pour favoriser son apprentissage.

Pour cela, nous pouvons également nous appuyer sur un réseau de partenaires nationaux préalablement identifiés.

Coordonnées des partenaires handicap :

AGEFIPH

Bastien GIESBERGER M'Ballo SECK

Contact mail uniquement

rhf-idf@agefiph.asso.fr

MDPH

MDPH 75 de Paris 69 rue de la Victoire 75009 Paris

0 805 800 909

contact@mdph.paris.fr



Évaluation du besoin :

Un questionnaire sera proposé pour analyser l'adéquation du besoin de formation avec les formations dispensées.

Le Prix :

99 €

Contact :

MARIN JONES Harriet
equipepedagogique@elearningformalis.fr
+ 33 1 87 20 06 98

« Lecture rapide »

PROGRAMME DE FORMATION DÉTAILLÉ

Module 1 : Introduction à la lecture rapide

Durée : 4 heures

Objectif : A l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de maîtriser les techniques de base de la lecture rapide

Chapitre 1: Les bases de la lecture rapide

Chapitre 2 : La compréhension de la lecture rapide

Chapitre 3 : Techniques de lecture rapide

...

Évaluation module 1

Module 2 : Techniques avancées de la lecture rapide

Document actualisé le 01/03/2023

Durée : 4 heures

Objectif : A l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de maîtriser les techniques avancées de lecture rapide

Chapitre 1: Techniques de prévisualisation et de prédiction

Chapitre 2 : La subvocalisation mentale

Chapitre 3 : Élargissement du champ visuel

Chapitre 4 : Amélioration de votre mémoire et de votre concentration

...

Évaluation module 2

Module 3 : Pratique et évaluation de la lecture rapide

Durée : 4 heures

Objectif : A l'issue de ce module, le stagiaire sera capable d'évaluer sa pratique de la lecture rapide

Chapitre 1: Les exercices pour pratiquer la lecture rapide

Chapitre 2 : L'évaluation de la lecture rapide

Chapitre 3 : Mise en place d'un plan d'action pour améliorer la lecture rapide

...

Évaluation module 3

ACCESSIBILITÉ

En application de l'article 47 de la loi n° 2005-102 du 11 février 2005 et du décret n° 2019-768 du 24 juillet 2019 ce document présente la politique de FORMALIS en matière d'accessibilité numérique.

1. RESPONSABLE ACCESSIBILITÉ NUMÉRIQUE

Pour veiller continuellement à l'accessibilité des contenus numériques, FORMALIS a nommé un responsable de l'accessibilité numérique.

Celui-ci a pour missions :

- De veiller à la mise en place de processus pour l'accessibilité des contenus numériques ;

Document actualisé le 01/03/2023



- De rendre compte au responsable de la formation des contenus et des services numériques, ainsi que de tout besoin d'amélioration ;
- De s'assurer que la sensibilisation aux exigences de l'accessibilité est encouragée dans l'établissement ;
- D'être l'interlocuteur premier sur tous les sujets d'accessibilité numérique.

2. ACTION DE FORMATION ET DE SENSIBILISATION

Pour répondre au besoin de sensibilisation et de formation des membres de FORMALIS, un plan de formation sera déroulé sur les trois prochaines années. Ces formations seront réalisées selon la méthode la plus appropriée pour répondre aux spécificités de la formation, soit par des dispositifs à distance synchrones ou asynchrones, soit par des dispositifs en présentiel.

3. GUIDE DES BONNES PRATIQUES

Pour que la prise en compte de l'accessibilité dans la fabrication des contenus et la mise en place des services numériques deviennent des éléments de la qualité, chaque pôle intégrera les bonnes pratiques de l'accessibilité adaptées à ses contenus et outils. Cette adaptation sera issue des expériences faites lors de nos formations.

CGV disponibles sur ce lien :

<https://elearningformalis.fr/wp-content/uploads/2021/04/CGV-Formalis.pdf>

Document actualisé le 01/03/2023