

Упражнения к курсу повышения скорости в Тайпинге (ЙЦУКЕНГ)

Упражнение №1Р - Двенадцать текстов для проведения замеров скорости

1)

Так я познакомилась с Владимиром Александровичем. Это был высокий полный мужчина лет сорока пяти, с большим орлиным носом и веселыми глазами. Он был кандидатом педагогических наук, защитился недавно и получил должность заведующего лабораторией обучения рабочих на производстве, т.е. не в рамках профессионально-технического учебного заведения, а непосредственно на своем рабочем месте в цеху. И его лаборатория должна была обеспечить шесть тысяч рабочих профессий соответствующими документами: учебными планами, программами и методическими рекомендациями о том, как собственно организовать такой процесс. Сюда же относились и тюрьмы, например, где заключенным давали возможность приобрести рабочую профессию и выйти на свободу не только с чистой совестью, но и с умелыми руками.

2)

Давайте теперь разберемся, кто чем занимается. Самое простое – это преподаватели иностранных языков. Они все прошли стажировку по преподаванию интенсивными методами. Трое у Шехтера и Миля у Китайгородской. Это два советских последователя болгарского ученого Георгия Лозанова. Их интерпретации Лозанова в чем-то отличаются, но оба стажируют преподавателей. Задача наших педагогов – создание методического обеспечения для занятий в профтехучилищах. Есть профессии, где иностранный язык очень важен: официанты на круизах и в ресторанах Интуриста, секретари-машинистки со знанием иностранных языков, моряки дальнего плавания. Не густо, но уже какое-то внедрение прямо с колес.

3)

Теперь давайте разберемся со мной. Мне поручено вместе с Сергеем Львовичем Ходыкиным делать методическое обеспечение по курсу машинописи. Подается это так, что «у нас все готово», надо вам разобраться в том, что есть, и адаптировать к условиям преподавания в профтехучилище. Ко мне отдельно – запрограммировать тренажер, сделать обучающую программу. Поэтому, первое мое производственное задание вместе с Сергеем Ходыкиным – участвовать в экспериментальном обучении, преимущественно наблюдать и вникать в то, как это будет делать старший научный сотрудник Кужелев по наработанным ранее методикам. И, конечно, я должен думать, как перенести это все на компьютер.

4)

Задача, поставленная начальством, была такая: выводилась строчка текста на рулон, переводилась на новую строку. Дальше ученик повторяет букву под буквой. Ошибки мы не контролируем, это ученик сам потом сделает. Но проводим замеры скорости на тех текстах, которые мы для этого предлагаем, то есть выведенные на рулон строчки. Сан Саныч считал, что, поскольку у него все давно готово, нужно просто забить в память тексты упражнений и потом их предъявлять. То есть, непыльная работа на день-другой. После этого можно уже кому-то показывать и, если нужно, задним числом совершенствовать. Он был показушник ужасный, мог легко демонстрировать непосвященным людям совершенно сырую работу как нечто практически готовое к внедрению.

5)

Наш шеф, Сан Саныч, ценил людей творческих и никогда не мешал нам творить. Ему даже нравилось участвовать в наших обсуждениях, хотя, то что мы Сергеем Львовичем Ходыкиным делали, было прямой противоположностью суггесто-кибернетическому подходу – мы ничего не пишем на подкорку, нам не нужны слайды и аутогенные тренировки, ковры на полу и самолетные кресла. Мы учим «на коленке», но его философия была жовольно простой – мы используем самое передовое, что есть в индустрии. Если Ходыкин с Портновым разработали какие-то особо полезные упражнения, то мы их выложим на слайды, загоним учеников в стресс ритмичной музыкой в растущем темпе, а потом им устроим релаксацию с помощью аутогенной тренировки.

6)

Клавиши с шершавчиками – это для указательных пальцев. Машинистка нащупывает указательными пальцами шершавчики, и все восемь пальцев обеих рук оказываются на основной позиции. Переписывание текста происходит так, что мы смотрим в текст и не смотрим на клавиатуру. Это слепой метод. Если мы на клавиатуру смотрим, то это уже зрительный метод. Он не позволяет развивать скорость, портит зрение, приводит к быстрому утомлению. Слепой метод пришел из США лет 140 назад. Уже в двадцатом веке клавиатуру стали разбивать на зоны пальцев – каждому пальцу свои клавиши. Зоны хороши именно на начальном этапе. Опытная машинистка уже двигает пальцами не по зонам, а по всей клавиатуре – у нее руки отрываются от основной позиции пальцев на втором ряду.

7)

Схема клавиатуры используется для того, чтобы учащийся мог понять, куда пальцем двигать, чтобы попасть на нужный клавиш. Это картинка, иногда размером с кредитную карту, иногда размером в машинописную страницу, иногда на ватманском листе на стене, бывает, что и больше – в демонстрационных целях. Ученику говорят – не смотри на клавиатуру. Нащупай указательными пальцами шершавчики и из основной позиции, глядя на схему клавиатуры, запомни слово или фразу из упражнения, и печатай его по памяти. По мнению авторов тогдашних методик, через некоторое время необходимость в схеме клавиатуры сама собой отпадет. Были у некоторых преподавателей даже специальные картонные коробки с дырками для рук, чтобы надежно закрывать клавиатуру. Для чего закрывать? А чтобы ученики на нее не смотрели, а глядели только на ее схему.

8)

Посадили девушку-машинистку из профтехучилища за машинку, дали ей текст для замера скорости, включили секундомер. Но дело не в секундомере даже – на слух было понятно: она такую дробь выбивает, что скорость после выполнения упражнения намного выше стала. Замер показал за триста знаков в минуту. И это понятно, при ритмичном письме скорость определена самым слабым местом, самым медленным. Если специально не тормозить, то скорость письма словами или короткими фразами будет высокой и крайне неритмичной. Понимаете? Мы не давали ей упражнений никаких – просто сняли тормозные колодки, присобаченные педагогом через используемую им методику.

9)

Последняя священная корова машинописи тех лет, которая ни мычала, ни телилась, – это два этапа формирования навыка письма. Точнее, вторая его часть – рост скорости. Методика повышения скорости письма отсутствовала в принципе. То есть, просто сиди и печатай тексты – скорость сама будет расти. Тут важно отметить, что при зрительном письме, а уйти на слепое большинству учащихся не удавалось, практика мало что дает в этом смысле. Машинистка должна перепечатывать с листа, – не из головы печатать, как делаю я прямо сейчас, записывая этот текст. Если нужно все время переводить взгляд с оригинала (печатаемого текста) на клавиатуру, то скорости расти особо и некуда.

10)

Мы постоянно шефу говорили, что надо вести непрерывный учебный процесс и в наших кабинетах и, самое главное, в московских профессионально-технических училищах и учебно-производственных комбинатах. Мы должны стажировать там преподавателей, чтобы они по нашим методикам работали. Сан Саныч нам категорически возражал – мы не должны работать на коленке. Нам должны создавать условия в профтехучилищах – оборудованные по нашим требованиям специализированные кабинеты, студию звукозаписи, удобные кресла, видео- и аудиотехнику. Работать на коленке в обычных условиях мы не можем. А нам-то с Сергеем Львовичем Ходыкиным это все не нужно – сами видите, у нас и с коленки система работает отлично – нам внедрение нужно. И как можно более широкое.

11)

Единственный прием повышения скорости набора, который неявно существовал все эти годы – работа в вынужденном завышенном темпе. С помощью метронома или ритмичной музыки задается темп работы, несколько превышающий возможности студента. Это заставляет его искать новый, более продуктивный способ набора. Такой подход в чем-то сродни обучению плаванию методом бросания не умеющего плавать человека на глубокое место. Создается ситуация, в которой человек должен сам найти и закрепить недостающее умение. Почему я сказал, что метод работы в навязанном темпе существовал неявно? Потому что в классе, где преподаватель работает с тридцатью учениками, это практически невозможно, так как у всех учеников скорость разная и установить каждому из них свой метроном или музыку не получится. В теории – да. На практике – нет. Но, для самообучения это вполне реализуемо.

12)

Есть люди, которые работают слепым методом, используя не все десять пальцев, а меньше. Я лично видел таких уникалов, которые вполне обходились четырьмя-пятью пальцами. Но, обычно, с самых первых шагов разучивания клавиатуры, начинающий тайпист работает всеми десятью пальцами, причем, у каждого пальца есть своя зона, фиксированный набор клавиш, которые за этим пальцем закреплены. А большие пальцы отвечают за пробельный клавиш. Такой подход, с фиксированной зоной ответственности для каждого пальца, называется «слепой десятипальцевый» метод работы. Если тайпист работает со зрительным контролем, не вслепую, то, перепечатывая с оригинала, добротной профессиональной скорости он никогда не достигнет. Мало того, у него через некоторое время станет ухудшаться зрение и намного раньше наступит утомление.

Упражнение №2Р - Криптограмма ОЛ

[illegible]

Упражнение №3Р - Криптограмма всей клавиатуры

слилт яьбиб нсрис гъзяо фзпдь фоъюв рзгжы къянб недсй зчбоа
чшлгы шаёрий шчлфх юлярэ ртпоа гвмсу зйяжс ьдром лщфуг шюёдх
нблщр цфдаё цэжрё щсьлк луяан дзбдэ елзэх уэрьг зхглн фэфън
еъбдо езтиб тъхьиш ёнмяр эхвфё ьмпдж кшжбё кщпзо ежнкы льяем
щзежй сэйво кяюмк дужбр ипюлж ьиеыа ишпйф лкзыа щзонй тхжъп
юъггщ ухйос жзшме жозиц чгтпю глсог пягеп лочнш фойща эднщп
бцзнт янсъи гблрх ецюж сяьшю жчтап мцщюм ьлцуб яеёкд танвф
эвймб гврдь лмцтр быпбн гиёпэ алазу ьшнщт скфжш ещящш ъзоул
пвюпр дфйяч щёялр лгёхё оуешк бхкгё упжюй ивдэп тынфк йюефэ
авзеп гтёлю аёжьи охижд свъит ичнту йпгнк йрнфн юфдпх рсызр
тйахп ршкив ьтеах пучъы жчмип рбщью снзnr кцлхю влгыо чпякм
чфщтц ехйпэ шигыа янодь беъйц ктръз тлзёу ктвус оыплй яёехз
мёишз иёхжп чёцчх сюръп оцмъв рцико рчэрд фсёчш чолщч мэгзф
рёйху тцыги навнк ьещмй цкофъ штзхм ьбмхк ьргмя бънкой рпнэм
гшуяз сщцгн жгвду ниёмй эйькр пгшрн ьожфл ктиоч вашвг кбыве
уътея мъньм шьдук иычьж ёхйчщ юивья рефъж чнщрш сиэхй унхду

Упражнение №4Р - Криптограмма среднего ряда клавиатуры

рлфра фврал ажыад апыжф ыфлар эрвыж офара эрыэы рплжф оыплр
ыдорл вдэып лфофж оэодр элфрф ыодфы пжэаф ролфы раэдв ыплфо
пдодж лфлал фвэдп флыаэ ыдожо аваыв апжвл эважр эврвж фплфд
рдыфа озофр врлоа вдожы жажпы вфода длжэа дфвыд рожэв дпжоп
рыфпр драпл жэыла поыда эдорф офалэ рдфып жлфдэ пфпыо авдлы
жафжы алпжв ыпфлп ывфор лпдэо жафэж рлрао джфыо арвжд лорпф
пофвы пврпр вэыэр лфавф вжыдр ыпжар вжорв лфлрд ажпрж водэп
эждфд эраыд афыжо двылф пожпо жаыэы фвэлы ажорф дорад поафр
вфдлп жплжа фалвф рдоыф аовпл рафпл пврэф джпэр лжэпа лдвфл
фэфжп фэпыо жрфав эпыад рдлжд оывпв равпв плэар эырпв аэдпы
жэыжф эрэыа фылэв жэпдв ажэфп вэфлд лжлвы вордэ орозы дпроф
лрпоа вжвдр вроав жврвр вырыа дфыдж оэпыж аыжыэ аожы вврло
фдлов ложвл жпфжл дролр эдврв адфпф жылэв адвпв дыалэ овылд
эвэдл авзоф рдэор влафп эавжв ыжарп лоэжэ жпдоа пвапа развэ
ржапы жважл жыжрж лфвлы разал рвлфж вэалд лойэд оалэв аовоп
лпэоы лаоды вржвр плжаж овлфп ыфваэ жожып лвлвд оэфэр фплэа

Упражнение №5Р - Криптограмма гласных

ояэия азоео ауиуа оауеы уюяэу ияюуа ыаиоэ иыиыа ыюаюэ ауиеэ
юиаоу оыаео уюаио иююза ыяыяэ иыуео ауиаи юоеиа еыуыы яыуеи
ыяоая еэяыу яыяеэ еяизии юеиюю эиюуы эюыоэ оеиеы уаоеи яэуоэ
ыяуиэ аеоэя уиыаы юиеюэ ауаыю еяеэе оуэоу ауиеи еюеия эяеиу
ыеюуу азоио еэоыя юеюая ээяю азуюа яэыеи оюоуы икыяи оезаи
язояю уеюяа уыаоу ауыуа эуяае июоео еияиы юуыоэ яеаэе оюеаэ
ояюою уоэиа ыаяиэ еуяиэ иыиэо ээзуи еаояа уяюоа эуяуэ июыои
аяеяу эеуыи яиояы ояюэ еаиуа ыюыуе июаюа юяэяэ аоыаю оеаия
эаеаэ еыиэи эоеоы эуаюы юоиюу ауеуо ыэыеи еаяыу ыуеиу оазуе
эеиыю еаояе ыуэуи эиаэы еыиюе яоыюо ауыеэ ыуяэы аеазу юизии
эюэюу ыэиаэ иэеая аиеые оиюоа ыуяыа ыиоуо яыуею ыаиуя уаоеи
юэюея юуиаэ иеоуе аыиео юизии ыоуоу еаыки эеюэя аыюяи эеауу
яиыеу яоиуе ыеюеи юаюуы эыиаи ыэиоу ююея эыэоа яеюаа иэези
уеуею яэаоы яаоыи яеыуа юэау еыеау юуаею яэеэ ыеуыо аяэяе
июяау ауыоа июыи ыэаюу оиыае аиюэа оюыяу оаиоэ июэоа ояэуя
ыеюиу ояыиы еаэюэ оыуыэ юеюу икыоэ уеяюу оиыэи яоаюу аэаэю
эаэаы еоыия юэояе ыоеуя ыиаыа иеаыю еыюяы яоеуя уоюеы юуыея
иыэоя оыоая оаэюэ ыоюоа иуоуе оюыае ыоууу иоюое аюуеу юаоыа
иэоия юяиаю уэука уаоеу иеяиэ аоеяа уяияо ыюеаэ аюаиы уеюеэ
юоаяе яюэяю еяуау эаюаю эаиау яуяао аюизы иэаюэ оеюыи ыээюу

Упражнение №6Р – 2х-буквенные слоги – РАРОРИРЕ

[illegible]

[illegible]

Упражнение №7Р – 3х-буквенные закрытые слоги РАВРОВРИВРЕВ

[illegible]

[illegible]

салсолсилсел салсолсилсел салсолсилсел салсолсилсел салсолсилсел
салсолсилсел салсолсилсел салсолсилсел салсолсилсел салсолсилсел
салсолсилсел салсолсилсел салсолсилсел салсолсилсел салсолсилсел
балболбилбел балболбилбел балболбилбел балболбилбел балболбилбел
балболбилбел балболбилбел балболбилбел балболбилбел балболбилбел
балболбилбел балболбилбел балболбилбел балболбилбел балболбилбел

Упражнение №8Р – 4х-буквенные слоги со второй гласной - ТРАВТРОВТРИВТРЕВ

аоиеаоие аоиеаоие аоиеаоие аоиеаоие аоиеаоие аоиеаоие аоиеаоие
аоиеаоие аоиеаоие аоиеаоие аоиеаоие аоиеаоие аоиеаоие аоиеаоие

парлпорлпирлперл парлпорлпирлперл парлпорлпирлперл

парлпорлпирлперл парлпорлпирлперл парлпорлпирлперл

парвпорвпирвперв парвпорвпирвперв парвпорвпирвперв

парвпорвпирвперв парвпорвпирвперв парвпорвпирвперв

пардпордпирдперд пардпордпирдперд пардпордпирдперд

пардпордпирдперд пардпордпирдперд пардпордпирдперд

палвполвпилвпелв палвполвпилвпелв палвполвпилвпелв

палвполвпилвпелв палвполвпилвпелв палвполвпилвпелв

палдполдпилдпелд палдполдпилдпелд палдполдпилдпелд

палдполдпилдпелд палдполдпилдпелд палдполдпилдпелд

палжполжпилжпелж палжполжпилжпелж палжполжпилжпелж

палжполжпилжпелж палжполжпилжпелж палжполжпилжпелж

раппроптрипрепл раппроптрипрепл раппроптрипрепл

раплроплриплрепл раплроплриплрепл раплроплриплрепл

раджроджриджредж раджроджриджредж раджроджриджредж

раджроджриджредж раджроджриджредж раджроджриджредж

радролдрилдрелл радролдрилдрелл радролдрилдрелл

ралдролдрилдрелд ралдролдрилдрелд ралдролдрилдрелд

лапрлопрлипрледр лапрлопрлипрледр лапрлопрлипрледр

дапрдопрдипрдепр дапрдопрдипрдепр дапрдопрдипрдепр

парлдордпирдлерд парлдордпирдлерд парлдордпирдлерд

пардпордпирдлерд пардпордпирдлерд пардпордпирдлерд

ДАВДОВДПИВПДОВД ДАВДОВДПИВПДОВД ДАВДОВДПИВПДОВД

ДЭВДЛОВДЛИВДЛОВД ДЭВДЛОВДЛИВДЛОВД ДЭВДЛОВДЛИВДЛОВД

ВАПХОВПХИПХВАПХ ВАПХОВПХИПХВАПХ ВАПХОВПХИПХВАПХ

P3 PNPQ PNPQ PNPQ PNPQ P3 PNPQ PNPQ PNPQ PNPQ P3 PNPQ PNPQ PNPQ PNPQ

ВЕРНУТЬСЯ НАЧАЛО ВЕРНУТЬСЯ НАЧАЛО ВЕРНУТЬСЯ НАЧАЛО

валдволдвилдвелд валдволдвилдвелд валдволдвилдвелд
валдволдвилдвелд валдволдвилдвелд валдволдвилдвелд
дарпдорпдирпдерп дарпдорпдирпдерп дарпдорпдирпдерп
дарпдорпдирпдерп дарпдорпдирпдерп дарпдорпдирпдерп
дажлдожлдижлдежл дажлдожлдижлдежл дажлдожлдижлдежл
дажлдожлдижлдежл дажлдожлдижлдежл дажлдожлдижлдежл
дапрдопрдипрдепр дапрдопрдипрдепр дапрдопрдипрдепр
дапрдопрдипрдепр дапрдопрдипрдепр дапрдопрдипрдепр
фардфордфирдферд фардфордфирдферд фардфордфирдферд
фардфордфирдферд фардфордфирдферд фардфордфирдферд
фаврфоврфиврфевр фаврфоврфиврфевр фаврфоврфиврфевр
фаврфоврфиврфевр фаврфоврфиврфевр фаврфоврфиврфевр

Упражнение №9Р – 4х-буквенные слова из двух открытых слогов

лето рота мина сено дуга воля мера лицо чудо мясо сила поле
рука дело шина кули лужа дача мыло раки дары щука дыня репа
доля семя жила рыба кожа мука шару баня ваза гиря перо бита
цена зима тура каша жиры вена пуля туча душа фара беда дыра
буря кино лыжи весы тема сажа жара тара рабы бюро рога сало
гора пила тело тина боты лона рака шило сито жало цепи муха
кило роза щека тюки бусы сума река кета кеды заря чаша межа
нива хина море зубы вежа вена ходы поле люди тема вода рана
мышь туча часы шуба роща коса вещи лыко чаша сера нора зола
лупа сова гены куры жаба зона каре меха роба ноги зори жито
лучи соня басы пена софа луна поля муза щели ноша чудо лиса
пары соты кума ниша кора шумы губа тяга мода руда виза доза
коза лоза дека дума вина лапа щепка липа кара пара лира нора
фора фура леса роса вата дата хата фата нота мята вежа соха
сеча куча суша туша теща пища гуща пуща ложе тора горе пюре
кофе леди лаки маки хаки веко быки сани сени пони пари дети
печи небо любо диво надо дуло мимо руно сыро вето лихо тихо
табу рагу кеды лазы тазы чары хоры бусы латы зима вена тетя

Упражнение №10Р – 4х-буквенные слова из открытых и закрытых слогов

вояж паяц баян паук каяр маяк реал наем поэт пион неон буян
муар гаер веер жуир гяюр дояр хаос паус заяц пояс боец неуч
изба амба арба едва юнга орда юбка явка елка ямка арка игла
уйма яшма оспа икра охра уста яхта овца янки очки если ушки
ясли идти уйти очко ушко ясно ядро яйцо углы икры унты игра
паяц гаер амба яшма идти вояж муар изба уйма ясли баян веер
арба оспа уйти паук жуир едва икра очко каяр гяюр юнга охра
ушко маяк дояр орда уста ясно реал хаос юбка яхта ядро наем
паус явка овца яйцо поэт заяц елка янки углы пион пояс ямка
очки икры неон боец неуч игла ушки игра арка если унты буян
орда юнга едва арба амба изба уста охра икра оспа яшма уйма
ясно ушко очко уйти идти ясли дояр гяюр жуир веер гаер муар
каюр паук баян паяц вояж игра унты икры углы яйцо ядро ушки
если очки янки овца яхта игла арка ямка елка явка юбка неуч
боец пояс заяц паус хаос буян неон пион поэт наем реал маяк
баян каяр реал поэт пион боец яшма икра уста овца очки ушки
уйма оспа охра яхта янки елка изба арба юнга юбка если арка
амба едва орда явка ямка игла муар веер жуир дояр хаос заяц
пояс неуч вояж паяц паук маяк наем пион буян ясли уйти ушко
ядро углы икры игра идти очко ясно яйцо углы заяц охра яхта
маяк реал наем поэт пион неон буян муар каер веер жуир гяюр
дояр хаос паус заяц пояс боец неуч юнга орда юбка явка елка
изба амба арба вояж паяц баян едва ямка арка игла уйма яшма
оспа икра охра уста яхта овца янки очки если ушки ясли идти
уйти очко ушко ясно ядро яйцо углы икры унты игра янки очки
паук вояж паяц паук каяр маяк реал наем поэт паук пион неон
буян муар гаер веер изба маба арба едва юнга орда юбка явка
елка ямка арка игла уйма яшма оспа икра охра уста яхта овца

Упражнение №11Р – 6ти-буквенные слова из трех открытых слогов

бабуля базука барыга барыня белена белуга береза беседа бечева
бигуди бикини бирюза бобина богема богиня бодяга болото борода
борона булава бумага буриме бусина валюта варево ватага верига
вечеря вещица визави визига водица ворона выгода выдача высота
вышина гагара гадюка газета галера галета галифе галоша гетера
гитара голова гулена гуляка гусыня девица дедуля дедуся декада
деляга депеша дерево дерюга детина детище дефиле динамо добыча
долина долото домино дорога дубина духота дюжина жадина жалоба
жалюзи жарыща житуха забава забота завеса задача задира замена
заноза зануда зараза зарево засада засуха защита зевака зевота
зеница золото зубило кабала кабаре кабина кадило казино какаду
калека калина калоша камера канава капище каратэ карета кашица
кимono кобура кобыла кожажа кожура колено колесо колика колоша
комета конина конура коняга копуша копыто корица корова корона
корыто коряга косуля кошара куница купюра курага кураре курево
курица кусака лабуда лавина лагуна лачуга лебеда лекало лепота
лещина либидо липома лирика лисица личико личина логика логово
ломота лопата лошина лучина лысина мадера малина мамаша манера
марабу марево мацони мачете мачеха машина мегера медуза меняла
мерило месиво метода миледи миляга мимика мимоза минута мишура
могила молока монета морока мочало музыка навага нажива натура
начало невежа неволя неделя немота неряха никола нищета новина
пагода пазуха палата палица палуба паника папаня папаха папаша
пасека патина патока пахами пахота певица пелена перина пехота
пещера пижама пилуля пирога победа повеса погода погоня подача
полено польмя помада помело попури порода пороша посуда потеря
потеха пугало пучина работа рабыня радуга разиня ракета ракита
рапира ратуша регата резина резюме рефери решето рогожа рубака
рубаша рубище рутина рыбина рябина сакура салага салака салями
сатана сатира сафари сациви седина секира сивуха сигара силища

синева синема синица сирена сирота собака солома соната сорока
сутяга сухота тамада татами телега тетеха тирада тихоня тишина
точило туника тупица тысяча тюряга тягота фабула фанера фигура
физика фонема халупа халява хапуга хибара хижина химера ходуля
холера худоба царица целина цибуля цикада цитата цунами цыбуля
чавыча чашоба чепуха череда чинуша чудило чудище чучело шапито
шарага шарада шекели шелуха ширина широта шишига шумиха шушера

Упражнение №12Р – 8-буквенные слова из четырех открытых слогов

половина десятина закавыка бегемоты вареники латиница чебуреки
паровозы половицы заражено молодуха берегите пулеметы кулебяка
карабины баламуты задорого хулиганы барабаны кесарево говорила
макароны виселица патефоны голенище веретено баранина минареты
комарики бенефисы молекула раковина бородино водопады телефоны
карусели генетика вереница капитаны бегемоты задавили замучили
горошина заваруха дебиторы механика баритоны солонина буженина
кабинеты боковина виновата человека занавеси методика баловали
замочила величаво гобелены задушила диковина задумала бабахало
базилика демагоги водолазы гусеница шевелюра балаганы комарами
бедолага величина визитеры говядина белобока силовики лесосека
билетеры кукуруза витамины дебоширы кулачище жареного бытовуха
ботаника заводила жаловала кинетика доходяга габариты высушила
помидоры вековуха зародыши горемыки фонарики делегаты чудовище
белорусы кукареку берегите городище парашюты базарила половики
воротила богомолы довыборы кобылица рецидивы вышибала газовики
голодуха кикимора задешево заменили болотище королева волокита
курятинa голубика колымага панорама балерина выпивоха балахоны
каникулы вареники туловище железьяка завывала кубатура маловато
виноделы каратели марафоны медицина сударыня золотуха канонада
гипотеза динамика дубовище дурачина духотища завалина каракули
летописи лососина лосятина луковица любимица медовуха метафора
метелица мокасины мочевина небылица незадача непогода непоседа
панихида папирота парабола парусина пелерина пепелище передача
перемена перепевы пересуды печенегы пигалица пилорама пирамида
писанина повитуха позолота политика половица помещица посудина
риторика роженица росомаха рукавица сахароза северяне середина
серенада сигарета синагога синекура судорога сулугуни суматоха
сумятица телятина тематика торопыга фонетика фонотека харакири
хачапури химикаты царапина черемуха черепица чечевица шаровары

Упражнение №13Р - Зрительное опережение - 1 знак

Инструкция к упражнению:

- Сначала набираем отдельные буквы, без пробелов
- Потом набираем слогами. Продумайте как будете набирать слог из двух букв, потом набирайте его без пауз, целиком
- Аналогично со слогами и словами из трех и четырех букв – подумали, представили как вы это будете делать, потом набирайте всю комбинацию целиком
- В заключение, набираем снова по букве. Прочувствуйте разницу с тем, как набирал в начале упражнения
- Аналогично выполняйте упражнения №14Р и №15Р

л а к о г и ф е с а п и д о б е н и з а р е в о ц а т и ж е
ш о ч а в и н е к а п о м и д е р а х о ф и л е г о с и т а
б а ш е л и с о ц е ж а з о к и з е р о г а н о д и м е п а

т о в а ц и п е л о н а с е ж и
д а б и к е ф а р и в е м а т е
л а р е в о п и ж е с а т и з а

н и ц а б е ж а м е к е з о г е с о
б а л и ц е р о п а н о д и ш е г а
п о к а в и н е р а ш о м и л о с и

п е л о м а т о ж и с е в а р и к е н а
б и в е д а ц и р е в о л а п и т и з а
н и к о ф е д о г и ц а к о т а п а д и

б а м е з о г е к и с о п а ц е л и р о ш е г а д и ж а н о
п и с а р е ж а в о л е к о т и д о ц а г и з а б е м и д а
л е в и н е р а м и к а ш о ф и ч а х о д е г о с и т а п о

Упражнение №14Р - Зрительное опережение - 2 знака

ла ко ги фе са пи до бе ни за ре во ца ти же шо ча ви не ка
по ми де ра хо фи ле го си та ше ли ба со це жа зо ки зе ро
да ме па же ти ца во ре за ни бе до пи са ги ко ла та си го

то ва	ци пе	ло на	се жи	да би	до си
ри ве	ма те	ла ре	во пи	же са	ти за
ка не	ви ча	шо же	ти ца	во ре	за ни
бе до	пи ко	ги ла	ро зе	ки со	ба ли
ше та	си го	ле фи	хо ра	де ми	по си
та ко	ла ги	пи до	са бе	ни за	ре во
па ти	ме ди	го ва	би ле	ро ка	де ви

фа би ке	ни ца бе	зо ки ге	жа ме со	ба ли це
ро па ди	но ше га	па ко ви	не ра шо	ми ло си
за ти же	пи са во	ре ла ти	ма ве ри	ни за ре
во ца ти	же шо ча	не ви ка	ли ба со	ки зе ро
ла ги ко	пи до бе	си по де	ми ра хо	фи ле го
во ре за	ни бе са	до ла пи	ко ла ги	та ви де
ро ви ка	би ле ва	го ди ме	ка ни се	ти во за

пе ло ма то	жи се ва ри	ке на би ве	да ци ре во
ла пи ти за	ни ко фе до	ги ца ко та	па ди ро ле
на ке ри ва	се жи то ма	ло пе за ти	ре пи ла во
ци да ве би	ди па та ко	ца ги до фе	ко ла ни ме
ро зе ки со	ба ли ка ви	не ча шо же	ти ца во са
хо ра ми де	по си бе до	пи ко ги ла	де ви та ги
ла ко пи са	ла бе ни за	во си ла ло	ми ло ша ре

ба ме зо ге ки со па пе ли ро ше га ди жа но пи са ре жа во
ле ко ти до ца ги за бе ми да ле ви не ра ми ка шо фи ча хо
де го си та по жа ди но га ше ро ли це па со ки ге зо ме ба

Упражнение №15Р - Зрительное опережение - 4 знака

гора сало пила тело тина боты ложа рама шило сито цепи жало
роза щека кило тюки бусы сума река кета кеды заря чаша межа
нива хина море зубы вежа шары баня ваза гиря перо бита цена
зима тура каша жиры вена пуля туча фара беда дыра буря кино
шуба весы темя сажа жара тара рабы бюро рога лыжа мера вата

жало цепи	сито шило	рама ложа	боты тина
тело пила	сало гора	межа чаша	заря кеды
кета река	сума бусы	тюки кило	щека роза
цена бита	перо гиря	ваза баня	шары вежа
зубы море	хина нива	кино буря	дыра беда
фара туча	пуля вена	жиры каша	тура зима
вата мера	лыжа рога	бюро рабы	тара жара
сажа темя	весы шуба	рыба сова	нога дуга
дуга тяга	сода кожа	лужа база	виза доля

лоза дека мята	зола тема зима	рана пена сани
лупа сера лиса	чудо лицо перо	весы темя дата
пора репа чаша	тяга кора лона	меню гуща чаша
руда лапа база	доза дума вина	липа веко коса
нота соха дача	туча хата фура	туша горе буря
дети воля мыло	часы бусы латы	ноша кофе лира
дуга сова нога	рыба доля виза	база лужа сода
кожа тяга дуга	сани дата чаша	коса буря лира
пена темя гуща	горе веко кофе	рана весы дума

тина кеды роза вежа	беда зима жара дуга
воля ложа чаша кило	баня буря каша рабы
сова база шило рога	шуба гора бусы гиря
нива вена кожа цепи	пила река бита море

туча	мера	темя	тяга	боты	заря	щека	шары
дыра	тура	тара	нога	виза	рама	межа	тюки
ваза	кино	жиры	бюро	рыба	лужа	сито	сало
сума	перо	хина	пуля	лыжа	весы	сода	жало
тело	кета	цена	зубы	фара	вата	сажа	темя

сани	дата	чаша	коса	буря	лира	сода	меню	пена	темя
гуща	веко	горе	кофе	лужа	буря	весы	рана	золя	зима
мята	лиса	чаща	база	дача	мыло	нога	дуга	дека	сера
репа	лапа	соха	сова	лоза	руда	нота	дети	часы	хата
жало	меха	цена	кино	вата	цепи	чаша	бита	буря	мера
сито	заря	перо	дыра	лыжа	шило	кеды	гиря	беда	рога
рама	кета	ваза	фара	бюро	ложа	река	баня	туча	рабы
боты	сума	шары	пуля	тара	тело	тюки	зубы	жиры	сажа
пила	кило	море	каша	темя	лицо	кора	дума	доля	вина

вата мера лыжа рога бюро рабы тара жара сажа темя весы шуба
кино буря дыра беда фара туча пуля вена жиры каша тура зима
цена бита перо гиря ваза баня шары вежа зубы море хина нива
межа чаща заря кеды кета река сума бусы тюки кило щека роза
жало цепи сито шило рама ложа боты тина тело пила сало гора

Упражнение №16Р – устранение побуквенного проговаривания

Инструкция к упражнению: Набирайте в течение 15 минут текст упражнения, проговаривая «ЛЯ» (вместо проговариваемого набираемого знака) одновременно с нажатием на каждый клавиш, независимо от того какой именно знак набираете.

пакет гонор кивер буфет туман кулак таран шофер бисер конец
ротатор налет пирог пират карат кумир шериф халиф летун чурек
палец полет резец делец кулак динар комар финал ковер ливер
лафет пикап тулуп сироп шуруп галоп салют метан голец гонец
гусар шафер торец номер силач цукат барин пегас венок родич
бирюк жираф фетиш кумач заказ рокот потоп макет калач мякиш
наган лопух зенит налет барыш визит разум петит барон рулет
негус колос танец мячик камыш финиш мотор бугор факел минор
факир заряд метод томик хутор дутар тенор шакал навес мужик
щиток собор пыжик лимон багор забор титул медик кушак сурок
томат сатир чудак табак сахар чижик табор порох сапог мороз
тираж загар мятеж невод шепот комод вывод сокол зефир бутуз
гонор налет полет пикап шафер жираф лопух колос заряд собор
сатир загар пакет горох ротатор палец лафет гусар бирюк наган
негус факир щиток томат тираж кивер пирог резец тулуп торец
фетиш зенит танец метод пыжик чудак мятеж буфет пират делец
сироп номер кумач налет мячик томик лимон табак невод туман
карат кулак шуруп силач заказ барыш камыш хутор багор сахар
шепот комод вывод таран шериф комар салют барин потоп разум
мотор тенор титул табор шофер халиф летун финал ковер метан
пегас макет петит бугор шакал медик порох сокол бисер ковер
голец венок калач барон факел навес кушак сапог зефир конец
чурек ливер гонец родич мякиш рулет минор мужик сурок мороз
бутуз пакет гонор буфет таран бисер ротатор налет пирог карат
шуруп салют лопух заряд метод хутор лимон багор забор титул