



Nathalie Medeiros titulaire d'un contrat CAPE Crealead SCOP SA à capital variable
Hôtel de la coopération 55, rue Saint-Cléophas 34070 Montpellier
N° SIRET : 438 076 200 00023

☎ **06 09 84 12 74** n.medeiros@ingenierie-et-formation.fr

PUBLIC / PRE REQUIS

- ✓ Toute personne souhaitant développer ses compétences de lecture
- ✓ Maximum 15 personnes
- ✓ Prérequis : bonne maîtrise de la langue française

MODALITES

- ✓ Durée : **2 jours** en continu et/ou discontinu
- ✓ Présentiel et/ou distanciel
- ✓ Avant : questionnaire d'autodiagnostic
- ✓ Pendant : alternance d'apports théoriques, de mises en situation concrètes de lecture
- ✓ Après : évaluation de la formation à chaud et à froid
- ✓ Validation : attestation de formation

POINTS FORTS de la FORMATION

- ✓ Alternance dynamique d'exercices d'entraînement et de lectures personnalisées
- ✓ Pédagogie active c'est à dire "apprendre en faisant »
- ✓ Des évaluations initiale, intermédiaire et finale sous forme de lecture chronométrée avec QCM de compréhension et mémorisation
- ✓ Mise à disposition de ressources complémentaires sur un espace numérique dédié (padlet)

OBJECTIFS

- ✓ Accélérer sa vitesse de lecture et accroître sa concentration
- ✓ Optimiser sa prise de notes pour mieux organiser l'information
- ✓ Mémoriser l'essentiel et développer son esprit de synthèse
- ✓ Elaborer des stratégies adaptées aux lectures difficiles

**Lire vite et de
manière efficace**

PROGRAMME sur 2 jours

Evaluer sa qualité de lecture

- ✓ Auto évaluer sa vitesse de lecture et sa compréhension pour mesurer sa progression
- ✓ Identifier ses freins : errances, régressions, subvocalisation

Appréhender les mécanismes d'une lecture rapide et efficace

- ✓ Développer son agilité visuelle
- ✓ Lire vite pour être plus concentré
- ✓ Appréhender les étapes de la lecture par le survol et l'écrémage
- ✓ Faciliter la compréhension par des techniques de repérage des idées essentielles

Définir des stratégies de lecture

- ✓ Aborder des textes difficiles grâce au survol et la compréhension d'ensemble
- ✓ Optimiser sa lecture pour synthétiser
- ✓ Prendre des notes efficaces pour optimiser la mémorisation et la synthèse
- ✓ Organiser les idées essentielles grâce à la carte mentale (ou heuristique)
- *Mise en pratique de lecture rapide à partir de supports proposés par les participants*
- *Lectures chronométrées pour évaluer sa progression*