

**Лучшее образование - самообразование.** Век библиотек сменяет век планшетов и гаджетов. Из любой точки мира без телепортации вы можете учиться в любом интересном для вас месте, постигая любые знания.



Мы расскажем вам о **15 интернет-платформах**, на которых можно учиться интересному. Среди них и иностранные сайты, но суть образования в постижении неизведанного.

**[Coursera.org](https://www.coursera.org)** – образовательная платформа, которую можно назвать эталоном онлайн-образования. Здесь лекции по биологии, медицине, социологии, политике, экономике, юриспруденции, истории, математике, информатике, менеджменту, дизайну, музыке и многим другим дисциплинам от сотрудников более 110 учебных заведений мира.

**[FutureLearn.com](https://www.futurelearn.com)** – международная обучающая платформа. Пользователи отмечают отличный британский английский, большое разнообразие курсов. Здесь есть уникальная познавательная информация об образовании, истории, искусстве, медицине, психологии.

**[EDX.org](https://www.edx.org)** – проект двух сильнейших вузов – Гарвардского университета и Массачусетского технологического института – где знания предоставляются без вступительных экзаменов и часто бесплатно. В описании каждого курса обычно указаны требования к слушателям (например, знание основ математики или определенный уровень владения английским языком), но это всего лишь рекомендации от авторов курса, а не строгие критерии отбора студентов.

**[Udacity](https://www.udacity.com)** – этот сервис будет интересен тем, кто расположен к точным наукам. Здесь собраны курсы, посвященные языкам программирования, криптографии, робототехнике, физике.

**[Khan Academy](https://www.khanacademy.org)** – этот бесплатный образовательный ресурс с базой уроков на двух десятках языков мира. Основной акцент сделан на видео, в коллекции более чем 4200 бесплатных микролекций по всевозможным дисциплинам.

**[Arzamas](https://www.arzamas.ru)** - бесплатный просветительский проект, посвященный гуманитарным наукам. Здесь вы можете найти онлайн-курсы в виде сочетаний видеолекций, справочных заметок и статей, фотогалерей и фрагментов кинохроники, цитат из забытых книг и интервью со специалистами.

**[Лекториум](https://www.lectoriu.ru)** — академический образовательный проект, имеющий два раздела: самый большой видеоархив академических лекций на русском языке и образовательные курсы нового поколения. Доступ к библиотеке свободный и бесплатный.

**Постнаука** - сайт с большим количеством всего: книг, авторских подборок видеолекций и курсов в виде небольших историй, рассказанных от первого лица и выстроенных в логической последовательности.

**EngVid** - уроки английского языка от носителей. Можно найти что-то для себя на любой стадии изучения английского.

**Theoryandpractice** - ресурс содержит большое количество курсов, лекций и мастер-классов в разнообразных сферах на русском языке.

**«Смартия»** - знакомит с актуальными профессиями и подсказывает, как им обучаться. Выбрав заинтересовавшую вас специальность — SMM-специалист, фотограф, веб-дизайнер или другую, — увидите список необходимых для неё умений. Чтобы вы могли освоить их самостоятельно, для каждого умения площадка отображает подборку ссылок на учебные материалы.

**Интуит** - старейшая образовательная площадка Рунета. Здесь вы найдёте сотни текстовых и видеокурсов на десятки различных тем — от программирования до психологии. Самостоятельное обучение бесплатное, но желающие могут оплатить услуги персональных наставников.

**«Лекторий Физтеха»** - проект Московского физико-технического института (Физтеха). С его помощью вы можете смотреть онлайн серии лекций, записанные на видео в этом вузе. В числе доступных предметов — физика, биология, химия, информационные технологии и другие. К некоторым лекциям администрация ресурса прилагает готовые конспекты, которые можно скачивать в PDF-формате.

**«КиберЛенинка»** - электронная научная библиотека открытого доступа. Каталог площадки регулярно обрастает текстами статей из различных научных изданий. Сгруппированные по журналам и рубрикам публикации можно читать онлайн или скачивать целиком в PDF-формате.

**The Question** - портал, который ответит на любой ваш вопрос. Неважно, вопрос ли это искусства, науки или маразм. Вы найдете много интересного из областей, которые вас интересуют, и узнаете много фактов из других сфер, а главное, сможете задать любой вас интересующий или давно мучающий вопрос.

Предлагаем выступить в роли серьёзного ученого-исследователя и написать рекомендацию. Это может быть рекомендация к книге, видеоролику (лекции или уроку), к статье, изобретению.

Напиши нам, почему ты бы хотел, чтобы мы, прочитав твою рекомендацию, обязательно познакомились с произведением или узнали больше о том, что ты нам рекомендовал.

Для того, чтобы познавать новую информацию быстрее и удобнее предлагаем тебе ознакомиться с двумя техниками: скорочтение и конспектирование

## **Скорочтение**

### **1. Читаем с указкой**

Чтобы наш взгляд плавно скользил вперед, читаем с указкой (палочкой для суши), двигая ее чуть быстрее нашего понимания текста. Можно это делать и с помощью пальца, если так удобнее.

Данное упражнение называется упражнением по форсированию скорости чтения. Взгляд должен следить только за строчками, вдоль которых передвигается указка, и ни в коем случае не выпускать ее из поля зрения, возвращаясь к уже прочитанному.

### **2. Подавляем артикуляцию**

Некоторые специалисты считают **субвокализацию** естественным процессом, помогающим снизить нагрузку, связанную с усвоением нового материала. Тем не менее, она существенно замедляет чтение.

Подавить артикуляцию – работу речевых органов (языка, губ, гортани) во время чтения «про себя», а не вслух, можно с помощью отвлечения внимания. То есть параллельно с чтением мы (или обучающийся вместе с нами партнер) можем выстукивать карандашом по столу какой-то ритм. Это отвлечет нас от мысленного проговаривания текста.

Кроме постукивания, можно воспользоваться методом обратного счета: 10, 9, 8, 7, 6 и т. д. Мы будем следить за счетом, чтобы не сбиться, и не сможем проговаривать слова. Вместо счета можно напевать какой-нибудь мотив (вслух или «про себя»), читать наизусть скороговорки или простенькие стишки.

### **3. Метод «зеленой точки»**

Этот метод позволяет научиться воспринимать информацию, находящуюся в поле периферического зрения. В центре страницы с каким-нибудь текстом рисуем зеленую точку и в течение 10 минут концентрируем на ней свое внимание. Мысленно представляем зеленую точку перед собой и когда ложимся спать и закрываем глаза. Поупражнявшись с концентрацией внимания на зеленой точке в течение двух недель, начинаем рассматривать текст, расположенный по горизонтали и вертикали от нее. Стараемся охватить взглядом как можно больше слов – их не нужно читать, достаточно просто видеть.

Упражнения с зеленой точкой могут дополнить занятия с таблицами Шульте, разработанными специально для улучшения периферического зрения. Сами таблицы и методику занятий по ним можно скачать с одного из сайтов.

### **4. Тренируем тарабарщину**

Тренировки в так называемом тарабарском чтении, или чтении справа налево, развивают мышление, внимание и способность концентрироваться.

Для начала можно потренироваться читать справа налево с помощью палиндром (от греч. «назад» и «бег») – слов или словосочетаний, которые одинаково читаются что слева направо, что наоборот. Примеры палиндром: «А роза упала на лапу Азора», «Дорог Рим город или дорог Миргород», «Коту скоро сорок суток», «Нажал кабан на баклажан» и т. п. А затем можно приступить к тренировкам на обычном тексте. В Интернете можно найти сайт, где предлагаются электронные книги, написанные справа налево, и заказать их бесплатно.

### **5. Читаем вверх ногами**

Упражнения по чтению книги, перевернутой вверх ногами, позволяют увеличить скорость чтения. Сначала читаем абзац в перевернутой книге, затем возвращаем ее в нормальное положение и перечитываем его. Мы сразу ощутим, насколько легко и быстро сможем это сделать!

### **6. Метод «тик-так»**

Во время чтения захватываем взглядом только начало и конец строки, а не каждое слово, как при обычном чтении. Этого будет достаточно для понимания смысла прочитанного, скорость же чтения существенно увеличится.

### **7. Чтение по диагонали**

Взгляд скользит по диагонали страницы. Движения глаз влево или вправо не допускаются, возврат к уже прочитанному тоже. Сначала взгляд будет охватывать лишь несколько слов, но по мере тренировок объем воспринимаемого будет увеличиваться. Главное в этом методе – научиться выделять ключевые фразы и пропускать словесный мусор. Читать нужно начинать от верхнего левого угла страницы к правому нижнему. Людям, овладевшим этим методом, достаточно лишь окинуть страницу взглядом, чтобы понять, о чем идет речь.

Те, кто хочет досконально овладеть методами скорочтения, должны подобрать подходящую книгу. Это может быть «Учимся читать быстро» И. Головлевой. Также в Сети немало обучающих видеокурсов, например «Больше чем скорочтение».

Удобно и интересно обучаться скорочтению с помощью различных приложений. Одно из них – Spreeder. В него загружается текст, а количество слов и скорость их появления можно задать самостоятельно.

## **Конспектирование**

Сейчас набирает обороты визуальное конспектирование. Большое количество информации ты можешь найти в интернете — мы предлагаем тебе [методичку Алины Мельник по визуальному конспектированию](#)