

Полезные советы

Статья опубликована в журнале Вестник НЛП №8.

Авторы: Инна Николаевна Максименко

Темы, затрагиваемые в статье: Обучение

Данная статья является одним из разделов книги А. Плигина и И. Максименко "Now Let`s play English", которая готовится к изданию "Центром НЛП в Образовании".

Предлагаем вам некоторые советы, которые помогут быстрее овладеть иностранным языком.

- Полезные советы по эффективному обучению.
- По просмотру фильмов. Ответы на вопросы.
- По запоминанию слов.
- По пересказу текстов.
- По развитию разговорной речи.
- Для ускорения спонтанной речи.
- По тренировке произношения.

Полезные советы по эффективному обучению

- Необходим положительный настрой, то есть заниматься следует начинать в позитивном состоянии.
- Фокус внимания необходимо сместить с того, что не получается, на то, что получается лучше или хорошо.
- Обязательно хвалите себя за все успехи.
- Двигайтесь от простого к сложному. Начинайте заниматься с того, что является достаточно простым, постепенно увеличивая сложность. Это позволит вам быстро идти к цели и всегда оставаться в

ПОЗИТИВНОМ СОСТОЯНИИ.

- Заканчивайте занятия тогда, когда вам еще хотелось бы продолжить.
- Для эффективного усвоения материала необходимы перерывы. Лучше заниматься каждый день по 15 минут, чем каждый день по часу.
- Не оттачивайте один и тот же навык до совершенства. Как только вы увидите результат в одном навыке, добавляйте новый элемент. Тогда новый элемент становится опытом и эталоном для сравнения.
- Модель необходимо как можно быстрее попробовать на ощупь, хотя бы упрощенную. Например, если вы решили научиться разговаривать по-английски, то, получив некоторые навыки, начинайте говорить. Если решили научиться понимать иностранную речь, то через некоторое время тренировки прослушайте простой текст или песню.

Полезные советы по просмотру фильмов.

Ответы на вопросы.

Какие фильмы лучше смотреть?

Лучше смотреть те фильмы, которые вам нравятся. Если вы любите боевики, смотрите боевики, если мелодрамы, то - мелодрамы. Многие могут сказать, что в боевиках мало английского, зато много драк и нецензурной лексики -- можно выбрать качественные боевики. И наверняка есть еще направления, которые вам по душе, например, мультфильмы, фильмы о природе, документальные фильмы, различные ток-шоу.

Полезно ли смотреть фильмы с субтитрами?

Для развития восприятия речи на слух мы рекомендуем начинать смотреть фильмы с субтитрами.

Во-первых, чем больше вы удовольствия получаете от процесса обучения, тем быстрее продвигаетесь к результату.

Во-вторых, при просмотре фильма произвольное внимание сосредоточено на чтении и понимании сюжета фильма, в то время как непроизвольное внимание фокусируется на английской речи. Как

показывают наши исследования, с появлением фазы внутреннего диалога замедляется процесс восприятия и усвоения языковых форм.

Читателям имеет смысл напомнить, что внутренний диалог не является "истинной" сенсорной системой, а представляет собой их производную, связанную с обобщением речевого опыта и превращением его в весьма автономную подструктуру психики. При чтении субтитров отсутствует проблема внутреннего диалога и получаемое удовольствие от просмотра фильма, что положительно влияет на скорость и эффективность обучения.

Мы рекомендуем один фильм смотреть не менее двух раз. При первом просмотре внимание нужно сосредоточить на сюжете и чтении субтитров. При повторном просмотре фокус внимания можно направлять на английскую речь, обращаясь к субтитрам тогда, когда что-то непонятно. Следует отметить, что развитию эффективного слушания и понимания фильмов помогает накопление словарного запаса, аудирование простых текстов, просмотр учебных фильмов, а также общение с "носителями языка".

С какими субтитрами лучше смотреть фильм? Английскими или русскими?

При небольшом словарном запасе лучше смотреть фильмы с русскими субтитрами. Если навыки чтения на английском языке развиты хорошо, то полезно смотреть фильмы с английскими субтитрами. Если цель просмотра - проверить процент восприятия английской речи на слух или есть желание сфокусировать произвольное внимание на самой речи, то можно смотреть фильмы без субтитров.

Что делать, если внутренний диалог все-таки возникает?

Во время фильма очень полезно обучиться действовать следующим образом: проговаривать иностранные диалоги вслух, повторяя их за героями, каждый раз увеличивая темп произношения, а затем проделывать то же самое, но мысленно. Удержание кончика языка на небе также помогает избегать мысленного проговаривания на родном языке.

Зачем нужно учить грамматику английского языка?

Существует мнение, что чем больше знаешь английских слов, тем лучше владеешь английским языком. Многие начинающие и продолжающие учить язык делают на это большой упор, например, ставят себе целью выучить 1500 - 3000 слов. Все это хорошо, если есть навыки и умения, как эти слова связывать и получать логическое высказывание, иначе говоря, виртуозно ими жонглировать. Тем более мы знаем, что смысл высказывания в английском языке зависит еще и от порядка слов в предложении. Например,

Mary loves Tom. - Мэри любит Тома.

Tom loves Mary. - Том любит Мэри.

А если прочитать данные выражения, то знания только значений этих слов явно недостаточно.

I want you to come here. - Я хочу, чтобы ты пришла сюда.

She seems to know all about it. - Она, кажется, знает все об этом.

He must be in his office now. - Он должен быть сейчас в своем офисе.

Mark can't be in Africa now. - Не может быть, чтобы Марк сейчас был в Африке.

A good friend you turned out to be. - Ты оказался хорошим другом.

Shall I open bring you some tea? - Тебе принести чашку чая?

A meeting is to start at 11 o'clock. - Собрание должно начаться в одиннадцать часов.

Англичане постоянно используют данные грамматические конструкции при общении.

Мы считаем, что изучение грамматики - это фундамент, на котором стоит дом. Слова - это как части машины, грамматика - то, на чем все эти части крепятся.

Зачем нужно стремиться к правильному произношению? Меня и так поймут. Во-первых, само по себе английское произношение максимально приближенное к "оригинальному", говорит об уважении к культуре нации, максимальной подстройке к людям, для которых этот язык является родным, что помогает быстро наладить дружеское или деловое общение.

Во-вторых, в английском языке есть звуки, которых нет в русском языке, и если заменять их похожими, то есть большой шанс быть непонятыми. Например,

pen (ручка) - pan (кастрюля);
 bed (кровать) - bad (плохой);
 men (мужчины) - man (мужчина);
 bet (пари) - bat (летучая мышь);
 three (три) - free (свободный, бесплатный);
 thin (тонкий) - fin (плавник);
 vest (нательная сорочка, жилетка) - west (запад);
 verse (стих) - worse (хуже).

В-третьих, чтобы произнести английские слова с русской артикуляцией, само по себе очень трудоемкое занятие. Потребуется намного больше сил и энергии, чтобы говорить.

В-четвертых, английские звуки еще и отличаются долготой. То есть значение многих слов часто зависит от долготы произнесенного звука.

Сравните,
 sheep (овца) - ship (корабль);
 live (жить) - leave (покидать);
 this (этот) - these (эти);
 buck (доллар) - bark (лаять);
 hut (хижина) - heart (сердце).

Зачем нужно пересказывать тексты?

Устная речь состоит из **диалогической** и **монологической** речи. Одним из главных компонентов тренировки диалогической речи является использование языковых шаблонов (паттернов). Когда мы разговариваем с собеседником, то в общении, как правило, присутствует и рассказ о каком-то событии, то есть монологическая речь. Для тренировки монологической речи очень полезны пересказы.

Пересказывая тексты, происходит следующее:

1. Вы тренируете грамматику.
2. Быстро запоминаете новую лексику, языковые шаблоны, грамматические конструкции.

3. Развивается языковое чутье. Вы не только запоминаете слова, а также учитесь чувствовать, в каком контексте в следующий раз сможете употребить то или иное слово или выражение.
4. Ваша речь становится богаче и разнообразнее.
5. Увеличивается скорость речи при общении с собеседником в реальной ситуации.
6. Улучшается произношение, так как, пересказывая, у вас есть возможность обращать внимание на тренировку звуков.

Зачем учиться говорить просто? Я хочу сразу научиться использовать в своей речи сложные предложения и грамматические конструкции. Изучающие английский язык стремятся не только говорить по-английски грамотно, но также разнообразить свою речь различными грамматическими оборотами, фразовыми глаголами, сложноподчиненными предложениями, различными языковыми паттернами. Это делает речь красивее, ярче, богаче, разнообразнее.

Только многие почему-то хотят начать изучение языка со сложных грамматических конструкций, не владея элементарными навыками устной речи, спонтанного построения простых повествовательных, отрицательных, вопросительных предложений.

Дело в том, что обучение любому навыку происходит от простого к сложному. Давайте вспомним, как обучаются говорить дети. Начиная с простых фраз и предложений, они уже свободно общаются на родном языке в возрасте 4 - 5 лет, постепенно накапливая словарный запас и увеличивая скорость речи.

Поэтому мы советуем доводить до автоматизма простые навыки разговорной речи и грамматики, чтобы потом, опираясь на них, вы могли украшать вашу речь различными грамматическими и лексическими изысками.

Полезные советы по эффективному обучению.

Предлагаем вам некоторые советы, которые помогут быстрее овладеть иностранным языком.

- Необходим положительный настрой, то есть заниматься

следует начинать в позитивном состоянии.

- Фокус внимания нужно сместить с того, что не получается, на то, что получается лучше или хорошо.

- Обязательно хвалите себя за все успехи.

- Двигайтесь от простого к сложному. Начинайте заниматься с того, что является достаточно простым, постепенно увеличивая сложность. Это позволит вам быстро идти к цели и всегда оставаться в позитивном состоянии.

- Заканчивайте занятия тогда, когда вам еще хотелось бы продолжить.

- Для эффективного усвоения материала необходимы перерывы. Лучше заниматься каждый день по 15 минут, чем каждый день по часу.

- Не оттачивайте один и тот же навык до совершенства. Как только вы увидите результат в одном навыке, добавляйте новый элемент. Тогда новый элемент становится опытом и эталоном для сравнения.

- Модель необходимо как можно быстрее попробовать на ощупь, хотя бы упрощенную. Например, если вы решили научиться разговаривать по-английски, то, получив некоторые навыки, начинайте говорить. Если решили научиться понимать иностранную речь, то через некоторое время тренировки прослушайте простой текст или песню.

Полезные советы по запоминанию слов.

- Запоминайте слова в контексте.

Выпишите слова, которые хотели бы запомнить. Придумайте предложение или словосочетание для каждого слова.

- Читайте интересные тексты, книги. Как правило, многие новые слова повторяются и запоминаются непроизвольно. Посмотрите в словаре транскрипцию слова, которое вы хотели бы выучить, и обязательно его проговорите.

- Используйте новое слово в различных ситуациях: при пересказе текста, практикуясь в английской речи с коллегами, друзьями, носителями языка.
- Выпишите по одному слову на небольшом листочке бумаге и повесьте их на те места, куда часто обращается ваш взгляд. При чтении этих слов проговаривайте их, представляйте образ.
- На начальном этапе изучения английского языка обогащайте свой активный запас часто употребляемыми словами. В дальнейшем отдавайте предпочтение тем словам, которые вы активно используете в русском языке.
- Запрограммируйте свое сознание на то, что вы действительно быстро и легко запоминаете английские слова. Если вы пока не совсем уверены в этом, то играйте, будто это так и есть -- и вы быстро увидите результат!
- Обратите внимание, какую лексику употребляют носители языка, то есть общайтесь с иностранцами, смотрите фильмы, слушайте радио. Язык - это очень гибкая и подвижная система, и то, что было актуальным 10 лет назад, может совсем не соответствовать сегодняшнему дню.

Полезные советы по пересказу текстов.

- Прочитайте текст. Если в тексте есть незнакомые слова, то переведите их. Для того чтобы узнавать перевод незнакомого слова в тексте, повторите чтение столько раз, сколько потребуется.
- Определите для себя, какими словами на данном этапе вы хотите пополнить свой активный словарный запас, а какими пока нет. Например, если в тексте есть слово "купец - merchant" и "однако - however", то в силу нечастого употребления в речи, с запоминанием слова "купец" можно повременить, однако слово "however" сделает вашу речь красивее.
- Представьте себе в виде картинок начало, середину и конец рассказа. Например, первая картинка изображает начало рассказа, основной

сюжет может разместиться в последующих картинках, а на последней вы увидите конец рассказа. Мысленно прокрутите фильм, чтобы помнить последовательность действий.

- Если вы только начинаете учиться пересказывать тексты, то на первых этапах ваше внимание полезно направить на освоение структуры английского предложения. Предложения должны быть максимально простыми и короткими, с четким порядком слов: подлежащее, сказуемое, дополнение. Позже свою речь можно обогатить сложными предложениями, причастными и деепричастными оборотами.

- Если вдруг вы забыли какое-то слово, можете употребить его синоним или посмотреть в тексте.

- Пересказывайте удобным для вас темпом. Если в тексте есть много незнакомых слов, которые вы хотите запомнить, то перескажите его несколько раз. Это одновременно поможет развить скорость вашей речи.

Полезные советы по развитию разговорной речи.

- Для того чтобы научиться разговорной речи, необходимо запомнить одно из самых важных правил, о котором многие почему-то забывают, - это практиковаться говорить.

- Чем больше вы говорите по-английски, тем быстрее вы нарабатываете разговорные навыки. Многие считают, что если послушать аудиокассету с английской речью в машине, то улучшаются разговорные навыки. Правда, но отчасти. Как ни банально это звучит, но, чтобы научиться плавать, нужно плавать; чтобы научиться ходить, нужно ходить.

- Одним из самых простых и эффективных способов является принцип "что вижу, то пою". Если у вас начальный уровень, то можно вслух называть окружающие вас предметы, либо проговаривать короткие предложения, например: I go. I eat. I drink. I water the plants. Одновременно тренируя, таким образом, структуру английского предложения: подлежащее + сказуемое в изучаемой временной форме.

- Расскажите себе или кому-нибудь о том, чем вы занимались, занимаетесь или будете заниматься сегодня, через месяц, через год.
- Полезно пересказывать фильмы, рассказы, различные истории. А можно одну и ту же сказку рассказать в трех временных формах.
- Можно практиковать разговорную речь, проговаривая про себя различные фразы по дороге на работу или учебу. Эффект чуть меньше, но тоже хороший, так как при внутреннем диалоге задействована мелкая моторика.
- Многие, наверное, знают много примеров, в том числе из собственного опыта, что есть люди, которые очень хорошо говорят по-английски, но не понимают носителей языка, а есть такие, которые прекрасно понимают иностранную речь, но почти не говорят. Помните давно известную поговорку: "Я как собака: все понимаю, а сказать ничего не могу". Поэтому тренируйте каждый навык отдельно, постепенно интегрируя его с другими.

Полезные советы для ускорения спонтанной речи.

- Выберите аудиокассету, где очень быстро говорят на английском языке, но при этом коммуникация остается достаточно понятной и используется сравнительно простая лексика. Например, можно воспользоваться для этих целей записями Энтони Руббинса "Шесть шагов чемпионов" (мотивационные спитчи). Удачными могут быть записи CNN, где большинство дикторов говорят с большой скоростью.
- Прослушайте фрагмент аудиозаписи и отметьте ключевые слова, фразы, паттерны.
- Попробуйте сказать на русском языке некоторые фразы в подобном ритме и схожей мелодикой, паузами и т.д.
- Включите запись снова и старайтесь с минимальной задержкой во времени произносить фразу за фразой, сокращая разрыв в отставании.

- Упражняйтесь периодически в течение месяца.
- В перерывах между тренировками применяйте полученные навыки в общении с коллегами, друзьями или в учебной группе -- везде, где это будет уместно. На продвинутых ступенях наших тренингов предусматриваются деловые игры "Конференция" и "Дебаты", где навыки быстрой и беглой речи можно легко отработать.

Полезные советы по тренировке произношения.

В каждой стране разработан особый фонетический курс специально для иностранцев: им ставят произношение, о котором сами носители языка и не мечтают, иначе кто же их поймет...

Мне кажется, что обучать произношению можно куда эффективнее, если не требовать от ученика этих внутренних кульбитов, каковые проделать практически невозможно, да и ни к чему. Вот какие задания могут дать:

- Прижмите миндалевидную железу к нижней стенке гортани. Выгните диафрагму так, чтобы она верхней частью почти касалась язычка, и попытайтесь кончиком языка достать до щитовидной железы. Вдохните и сомкните голосовую щель. А теперь, не размыкая губ, скажите "гару". А когда вы это сделаете, учитель все равно останется недовольным.

Джером К. Джером.

- Обращайте особое внимание на тренировку тех звуков, которых нет в русском языке. Это позволит избежать непонимания вас другими людьми.
- Тренируйте английские звуки по принципу "снежного кома". Например: w; w,v; w,v,h; w,v,h,th. Так как при произнесении английских и русских звуков задействованы разные группы мышц, то их тренировка должна происходить постепенно.
- Используйте специальную речевую гимнастику.

- Повторяйте фразы и предложения за носителями языка (фильмы, аудиокассеты). Постарайтесь произнести их как можно ближе к оригиналу. Также копируйте интонацию.
- Посмотрев небольшой отрывок фильма, произнесите с похожей интонацией и произношением любую фразу или выражение. На более поздних этапах перескажите текст, обращая внимание на правильность звуков.
- Не ставьте целью научиться произносить какой-либо звук с первого раза. Некоторым для этого необходимо какое-то время.
- Отводите специальное время для тренировки произношения.
- Следите за тем, чтобы фокус внимания на звуки в начале фразы был таким же, как и в конце.