

# Technik-Übungen: Lesen Sie mit Schwung!

**Verwenden Sie bekannte Texte. Üben Sie jede dieser Techniken mindestens fünf Minuten lang und wechseln Sie ständig das Lesetempo.**

Mit den folgenden Techniken nutzen Sie sowohl Ihr vertikales als auch Ihr horizontales Sehvermögen. Versuchen Sie bei allen Übungen an die bisherige Grenze Ihres Lesetempos zu gehen. Wie viel Sie von dem Text verstehen, ist zunächst sekundär. Benutzen Sie als Lesehilfe einen Bleistift, ein Essstäbchen oder eine Stricknadel.

## Zwei-Zeilen-Schwung

Versuchen Sie, mit einer Augenbewegung zwei Zeilen auf einmal zu erfassen.

War es vor 250 Jahren einem halbwegs gebildeten Menschen noch möglich, das komplette Wissensspektrum zu überschauen, stellt dies heute selbst für das größte Genie eine Aufgabe wie die Quadratur des Kreises dar. Unlösbar! Deshalb sollten Sie sich auch gar nicht daran versuchen.

Bildung und Ausbildung gehören zwar nach wie vor zu den entscheidenden Voraussetzungen für den beruflichen und privaten Erfolg. Und auch über 550 Jahre nach Johannes von Gutenberg, der mit der Erfindung des Buchdrucks die Voraussetzungen für den allgemeinen Informationszugang schuf, gilt nach wie vor das Sprichwort »Wissen ist Macht«.

## Suche nach Antworten auf neue Fragen

Doch noch viel wichtiger als das Anhäufen und Speichern von Wissen sind in der modernen Informationsgesellschaft die Antworten auf andere Fragen geworden:

## Variabler Zeilenschwung

Versuchen Sie, den Zwei-Zeilen-Schwung zu steigern. Nehmen Sie mit einer Lesebewegung so viele Zeilen wie möglich auf (fortgeschrittene Leser schaffen zwischen zwei bis acht).

War es vor 250 Jahren einem halbwegs gebildeten Menschen noch möglich, das komplette Wissensspektrum zu überschauen, stellt dies heute selbst für das größte Genie eine Aufgabe wie die Quadratur des Kreises dar. Unlösbar! Deshalb sollten Sie sich auch gar nicht daran versuchen.

Bildung und Ausbildung gehören zwar nach wie vor zu den entscheidenden Voraussetzungen für den beruflichen und privaten Erfolg. Und auch über 550 Jahre nach Johannes von Gutenberg, der mit der Erfindung des Buchdrucks die Voraussetzungen für den allgemeinen Informationszugang schuf, gilt nach wie vor das Sprichwort »Wissen ist Macht«.

## Suche nach Antworten auf neue Fragen

Doch noch viel wichtiger als das Anhäufen und Speichern von Wissen sind in der modernen Informationsgesellschaft die Antworten auf andere Fragen geworden:

Wie behalte ich den Überblick bei der Fülle von Information?

Wie wähle ich Information möglichst gezielt und möglichst schnell aus?

Wie unterscheide ich zwischen wichtiger und unwichtiger Information?

Wie stelle ich aus diversen Informationsverbindungen zwischen völlig unabhängigen Sachgebieten und unterschiedlichen Wissenschaftsbereichen her?

## Rückwärtsschwung

Selbst wenn Sie es zunächst vielleicht nicht glauben wollen: Auch bei einem Schwung rückwärts nehmen Ihre Augen Informationen auf, die Ihr Gehirn problemlos in die richtige Reihenfolge bringt. Eine sehr effektive Technik, mit der Sie Ihre Lesegeschwindigkeit auf Anhieb verdoppeln.

War es vor 250 Jahren einem halbwegs gebildeten Menschen noch möglich, das komplette Wissensspektrum zu überschauen, stellt dies heute selbst für das größte Genie eine Aufgabe wie die Quadratur des Kreises dar. Unlösbar! Deshalb sollten Sie sich auch gar nicht daran versuchen.

Bildung und Ausbildung gehören zwar nach wie vor zu den entscheidenden Voraussetzungen für den beruflichen und privaten Erfolg. Und auch über 550 Jahre nach Johannes von Gutenberg, der mit der Erfindung des Buchdrucks die Voraussetzungen für den allgemeinen Informationszugang schuf, gilt nach wie vor das Sprichwort »Wissen ist Macht«.

### Suche nach Antworten auf neue Fragen

Doch noch viel wichtiger als das Anhäufen und Speichern von Wissen sind in der modernen Informationsgesellschaft die Antworten auf andere Fragen geworden:

Wie behalte ich den Überblick bei der Fülle von Information?

Wie wähle ich Information möglichst gezielt und möglichst schnell aus?

Wie unterscheide ich zwischen wichtiger und unwichtiger Information?

## S-Methode

Mit dieser Methode verbinden Sie den Vorwärts- mit dem Rückwärtsschwung. Dabei können Sie sowohl den zwei- als auch den mehrzeiligen variablen Zeilenschwung anwenden.

War es vor 250 Jahren einem halbwegs gebildeten Menschen noch möglich, das komplette Wissensspektrum zu überschauen, stellt dies heute selbst für das größte Genie eine Aufgabe wie die Quadratur des Kreises dar. Unlösbar! Deshalb sollten Sie sich auch gar nicht daran versuchen.

Bildung und Ausbildung gehören zwar nach wie vor zu den entscheidenden Voraussetzungen für den beruflichen und privaten Erfolg. Und auch über 550 Jahre nach Johannes von Gutenberg, der mit der Erfindung des Buchdrucks die Voraussetzungen für den allgemeinen Informationszugang schuf, gilt nach wie vor das Sprichwort »Wissen ist Macht«.

### Suche nach Antworten auf neue Fragen

Doch noch viel wichtiger als das Anhäufen und Speichern von Wissen sind in der modernen Informationsgesellschaft die Antworten auf andere Fragen geworden:

Wie behalte ich den Überblick bei der Fülle von Information?

Wie wähle ich Information möglichst gezielt und möglichst schnell aus?

Wie unterscheide ich zwischen wichtiger und unwichtiger Information?

Wie stelle ich aus diversen Informationsverbindungen zwischen völlig unabhängigen Sachgebieten und unterschiedlichen Wissenschaftsbereichen her?

**Wählen Sie die drei Techniken aus, mit denen Sie am besten zurechtkommen und trainieren Sie diese gezielt.**

## • Zickzack-Methode

Mit dieser Technik nutzen Sie das komplette Feld Ihres peripheren Sehvermögens. Bewegen Sie Ihre Lesehilfe gleichmäßig diagonal abwärts, machen Sie eine kleine Schleife und schwingen Sie rückwärts diagonal weiter.

War es vor 250 Jahren einem halbwegs gebildeten Menschen noch möglich, das komplette Wissensspektrum zu überschauen, stellt dies heute selbst für das größte Genie eine Aufgabe wie die Quadratur des Kreises dar. Unlösbar! Deshalb sollten Sie sich auch gar nicht daran versuchen.

Bildung und Ausbildung gehören zwar nach wie vor zu den entscheidenden Voraussetzungen für den beruflichen und privaten Erfolg. Und auch über 550 Jahre nach Johannes von Gutenberg, der mit der Erfindung des Buchdrucks die Voraussetzungen für den allgemeinen Informationszugang schuf, gilt nach wie vor das Sprichwort »Wissen ist Macht«.

### Suche nach Antworten auf neue Fragen

Doch noch viel wichtiger als das Anhäufen und Speichern von Wissen sind in der modernen Informationsgesellschaft die Antworten auf andere Fragen geworden:

Wie behalte ich den Überblick bei der Fülle von Information?

Wie wähle ich Information möglichst gezielt und möglichst schnell aus?

Wie unterscheide ich zwischen wichtiger und unwichtiger Information?

Wie stelle ich aus diversen Informationen Verbindungen zwischen völlig unabhängigen Sachgebieten und unterschiedlichen Wissenschaftsbereichen her?

## Vertikale Welle

Diese Technik kombiniert sowohl das Vorwärts- mit dem Rückwärts-Lesen als auch das horizontale mit dem vertikal peripheren Sehvermögen. Bewegen Sie Ihre Augen in rhythmischen Wellen die Seite hinunter.

War es vor 250 Jahren einem halbwegs gebildeten Menschen noch möglich, das komplette Wissensspektrum zu überschauen, stellt dies heute selbst für das größte Genie eine Aufgabe wie die Quadratur des Kreises dar. Unlösbar! Deshalb sollten Sie sich auch gar nicht daran versuchen.

Bildung und Ausbildung gehören zwar nach wie vor zu den entscheidenden Voraussetzungen für den beruflichen und privaten Erfolg. Und auch über 550 Jahre nach Johannes von Gutenberg, der mit der Erfindung des Buchdrucks die Voraussetzungen für den allgemeinen Informationszugang schuf, gilt nach wie vor das Sprichwort »Wissen ist Macht«.

### Suche nach Antworten auf neue Fragen

Doch noch viel wichtiger als das Anhäufen und Speichern von Wissen sind in der modernen Informationsgesellschaft die Antworten auf andere Fragen geworden:

Wie behalte ich den Überblick bei der Fülle von Information?

Wie wähle ich Information möglichst gezielt und möglichst schnell aus?

Wie unterscheide ich zwischen wichtiger und unwichtiger Information?

Wie stelle ich aus diversen Informationen Verbindungen zwischen völlig unabhängigen Sachgebieten und unterschiedlichen Wissenschaftsbereichen her?

## Langsames S

Diese Technik ist eine erweiterte Version der S-, Zickzack- sowie der vertikalen Wellenmethode. Bewegen Sie Ihre Lesehilfe in fünf horizontalen oder leicht vertikalen Bewegungen über die Seite.

War es vor 250 Jahren einem halbwegs gebildeten Menschen noch möglich, das komplette Wissensspektrum zu über-schauen, stellt dies heute selbst für das größte Genie eine Aufgabe wie die Quadratur des Kreises dar. Unlösbar! Deshalb sollten Sie sich auch gar nicht daran versuchen.

Bildung und Ausbildung gehören zwar nach wie vor zu den entscheidenden Voraussetzungen für den beruflichen und privaten Erfolg. Und auch über 550 Jahre nach Johannes von Gutenberg, der mit der Erfindung des Buchdrucks die Voraussetzungen für den all-gemeinen Informationszugang schuf, gilt nach wie vor das Sprichwort »Wissen ist Macht«.

### Suche nach Antworten auf neue Fragen

Doch noch viel wichtiger als das Anhäufen und Speichern von Wissen sind in der modernen Informationsgesellschaft die Antworten auf andere Fragen geworden:

Wie behalte ich den Überblick bei der Fülle von Information?

Wie wähle ich Information möglichst gezielt und möglichst schnell aus?

Wie unterscheide ich zwischen wichtiger und unwichtiger Information?

Wie stelle ich aus diversen Informationsverbindungen zwischen völlig unabhängigen Sachgebieten und unterschiedlichen Wissenschaftsbereichen her?

## Beidseitige Lesehilfe

Parallel zur visuellen Lesehilfe links bewegt sich Ihr Finger am rechten Seitenrand herunter (oder umgekehrt), während Ihre Augen die dazwischenliegende Information aufnehmen.

War es vor 250 Jahren einem halbwegs gebildeten Menschen noch möglich, das komplette Wissensspektrum zu über-schauen, stellt dies heute selbst für das größte Genie eine Aufgabe wie die Quadratur des Kreises dar. Unlösbar! Deshalb sollten Sie sich auch gar nicht daran versuchen.

Bildung und Ausbildung gehören zwar nach wie vor zu den entscheidenden Voraussetzungen für den beruflichen und privaten Erfolg. Und auch über 550 Jahre nach Johannes von Gutenberg, der mit der Erfindung des Buchdrucks die Voraussetzungen für den all-gemeinen Informationszugang schuf, gilt nach wie vor das Sprichwort »Wissen ist Macht«.

### Suche nach Antworten auf neue Fragen

Doch noch viel wichtiger als das Anhäufen und Speichern von Wissen sind in der modernen Informationsgesellschaft die Antworten auf andere Fragen geworden:

Wie behalte ich den Überblick bei der Fülle von Information?

Wie wähle ich Information möglichst gezielt und möglichst schnell aus?

Wie unterscheide ich zwischen wichtiger und unwichtiger Information?

Wie stelle ich aus diversen Informationsverbindungen zwischen völlig unabhängigen Sachgebieten und unterschiedlichen Wissenschaftsbereichen her?

# Mehr aufnehmen, mehr behalten: Texte durchsehen und überfliegen

**Die Techniken des Durchsehens und Überfliegens haben neben dem Zeitgewinn einen weiteren großen Vorteil: Texte, die Sie aktiv strukturieren und kategorisieren, bleiben länger in Ihrem Gedächtnis.**

Zeitung ist nicht gleich Zeitung, Buch nicht gleich Buch. Deshalb können und dürfen Sie nicht jeden Text auf dieselbe Weise lesen. In einem Artikel picken Sie sich auf die Schnelle gezielt bestimmte Information heraus, mit dem anderen befassen Sie sich eingehend. Über ein Buch wollen Sie sich nur einen groben Überblick verschaffen, beim anderen steigen Sie ganz tief in die Materie ein.

Doch auch wenn Sie vorhaben, ein Buch Seite für Seite zu studieren, sollten Sie den Text zunächst durchsehen und überfliegen. Denn das Lesen ähnelt einer Reise. Und was macht man, bevor man zu einer Tour an einen unbekannten Ort aufbricht? Richtig, man informiert sich. Zuerst grob (über die Haupt-

richtung und das Ziel), später im Detail (Straße, exakte Lage).

So eine Übersicht können Sie sich beim Lesen entweder mit dem Durchsehen oder dem Überfliegen eines Textes machen. Unter Durchsicht versteht man einen einfachen Vorgang, bei dem man eine spezielle Information wie eine Telefonnummer, einen Namen oder die Bevölkerungszahl eines bestimmten Landes sucht. Das Überfliegen dagegen ist ein Prozess, bei dem man sich einen allgemeinen Überblick über das komplette Material und dessen Struktur verschafft. Beide Techniken werden von den meisten Schnell-Lesern eingesetzt und sind ideale Voraussetzungen, um Ihr Gehirn weiterzuentwickeln und um mehr Stoff aufnehmen und behalten zu können.

## STRATEGIEN-ÜBERSICHT

1. Wenden Sie Ihr bisheriges Wissen an. Erstellen Sie eine Mind Map (siehe Kapitel 6) zum Thema des Textes, bevor Sie ihn lesen. So können Sie durch das Buch oder den Artikel neue Assoziationen herstellen und die richtigen Fragen stellen.
2. Verschaffen Sie sich über alle Texte, die Sie lesen wollen, zunächst eine kurze Übersicht. Die Betonung liegt auf kurz. Das heißt, 30 Sekunden für einen kleinen Artikel, drei Minuten für einen längeren Text, fünf bis acht Minuten für ein Buch. Niemals länger, sonst beginnen Sie konventionell zu lesen.
3. Treten Sie in Konversation mit dem Autor: Schreiben Sie Fragen oder Bemerkungen an den Buchrand oder auf ein Blatt Papier.
4. Spielen Sie Wahrsager: Versuchen Sie herauszufinden, welche Schritte und Handlungen der Autor im Text als Nächstes geplant hat.

## Übersicht des Lesestoffs

Gehen Sie vor dem eigentlichen Lesen etwas in dem Text spazieren und achten Sie auf

- Titel und Untertitel. Unter welchen Gesichtspunkten geht der Autor das Thema an?
- Umschlagseite und Vorwort. Welche Sichtweise besitzt der Autor?
- Inhaltsverzeichnis. Welche thematischen Schwerpunkte werden gesetzt?
- Datum der Veröffentlichung. Ist der Autor auf dem aktuellen Stand oder sind seine Ausführungen längst überholt?
- Quellenverzeichnis. Auf welchen Grundlagen basiert der Text? Berücksichtigt der Autor verschiedene Aspekte des Themas oder geht er einseitig vor?
- Stichwortverzeichnis. Welche Schlüsselwörter enthält der Text?
- Kapitelüberschriften. Wo finden sich interessante Aspekte?
- die ersten und letzten Absätze jedes Textabschnitts. Welche Dinge sind besonders wichtig?
- Kästen, Abbildungen, Schaubilder, Grafiken. In welche Bereiche steigt der Autor besonders intensiv ein?

- Zusammenfassungen, Übersichten oder Verständnisfragen am Ende von Kapiteln. Welche Lernziele werden angestrebt?

Spätestens jetzt werden Sie entscheiden können, ob der Text für Sie persönlich wichtig ist und ob Sie weiterlesen sollen oder nicht.

## Absatz-Analyse

Texte sind in der Regel nach ganz bestimmten, immer wiederkehrenden Strukturen aufgebaut. Wenn Sie diese Strukturen kennen, lernen Sie, Texte schneller und besser zu verstehen.

- **Erklärende Absätze**  
In Zeitungsartikeln meist am Anfang und am Schluss. Dort finden Sie die Zusammenfassung, das Ergebnis oder die Schlussfolgerung des Textes.
- **Beschreibende Absätze**  
Dienen dem Handlungsaufbau und der Themenerweiterung. Meist weniger wichtig.
- **Verbindende Absätze**  
Meist als Zusammenfassung oder Ausblick gedacht. Deshalb enthalten sie häufig Schlüsselinformationen zum Text.

# Wahrnehmungsübungen

## Wahrnehmungsübung 1

Die folgende Übung dient der Entwicklung des vertikalen und horizontalen Sehvermögens. Nehmen Sie ein Stück Papier in Postkartengröße und decken Sie damit den aus zwei Zahlen bestehenden Block ab. Decken Sie anschließend das Papier kurz auf und notieren Sie, was Sie gesehen haben. Überprüfen Sie danach das Ergebnis.

|          |           |
|----------|-----------|
| 82       | 251       |
| 29. .... | 793. .... |
| 49       | 308       |
| 70. .... | 814. .... |
| 39       | 260       |
| 21. .... | 593. .... |
| 68       | 129       |
| 47. .... | 517. .... |
| 60       | 478       |
| 39. .... | 142. .... |
| 75       | 459       |
| 27. .... | 820. .... |
| 90       | 943       |
| 77. .... | 861. .... |
| 37       | 812       |
| 61. .... | 348. .... |
| 45       | 805       |
| 84. .... | 398. .... |
| 17       | 316       |
| 59. .... | 597. .... |

## Wahrnehmungsübung 2

Bei den folgenden Wahrnehmungsübungen finden Sie in jeder Zeile eine Zahlenreihe, wobei die links stehende Zahl noch einmal in dieser Zeile wiederholt wird. Finden Sie die doppelte Zahl, stoppen Sie Ihre Zeit und tragen Sie diese jeweils am Ende des Blocks ein.

|    |    |           |           |           |           |           |           |    |    |           |
|----|----|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----|----|-----------|
| 82 | 39 | 47        | <u>82</u> | 75        | 92        | 93        | 77        | 19 | 84 | 22        |
| 64 | 77 | 88        | <u>64</u> | 33        | 68        | 14        | 48        | 12 | 81 | 91        |
| 73 | 78 | 48        | 70        | 83        | 46        | 82        | 24        | 34 | 94 | <u>73</u> |
| 25 | 58 | 33        | 86        | 68        | 48        | <u>25</u> | 44        | 53 | 86 | 52        |
| 95 | 66 | 33        | 57        | 93        | <u>95</u> | 29        | 85        | 67 | 56 | 87        |
| 36 | 55 | 82        | 80        | <u>36</u> | 43        | 22        | 69        | 91 | 76 | 87        |
| 88 | 46 | <u>88</u> | 45        | 82        | 23        | 36        | 66        | 75 | 84 | 87        |
| 69 | 86 | 55        | 73        | <u>69</u> | 26        | 15        | 45        | 82 | 10 | 45        |
| 76 | 97 | <u>76</u> | 55        | 72        | 92        | 99        | 56        | 23 | 84 | 85        |
| 22 | 69 | 20        | 66        | <u>22</u> | 77        | 44        | 27        | 33 | 37 | 28        |
| 59 | 99 | <u>59</u> | 55        | 24        | 77        | 88        | 72        | 66 | 65 | 56        |
| 43 | 99 | 77        | 53        | 92        | 93        | 74        | <u>43</u> | 87 | 67 | 74        |

Zeit ...36.....

|     |            |            |            |            |            |     |     |     |     |     |
|-----|------------|------------|------------|------------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|
| 567 | 856        | <u>567</u> | 587        | 963        | 189        | 956 | 684 | 368 | 874 | 639 |
| 562 | 487        | 127        | 801        | <u>562</u> | 573        | 690 | 765 | 974 | 894 | 380 |
| 267 | <u>267</u> | 587        | 623        | 843        | 228        | 923 | 984 | 894 | 545 | 686 |
| 191 | 374        | 334        | 455        | 727        | <u>191</u> | 290 | 388 | 442 | 415 | 542 |
| 476 | 354        | 467        | <u>476</u> | 624        | 566        | 632 | 442 | 142 | 876 | 444 |
| 987 | 277        | 454        | 475        | 227        | <u>987</u> | 764 | 431 | 205 | 403 | 205 |
| 375 | 825        | 626        | 237        | <u>375</u> | 834        | 323 | 403 | 205 | 431 | 503 |
| 484 | 676        | 334        | 856        | <u>484</u> | 623        | 354 | 451 | 557 | 657 | 666 |
| 787 | 556        | 523        | <u>787</u> | 565        | 523        | 856 | 557 | 787 | 577 | 346 |
| 282 | 454        | <u>282</u> | 465        | 626        | 838        | 941 | 466 | 655 | 446 | 457 |
| 310 | 220        | <u>754</u> | <u>310</u> | 465        | 381        | 311 | 666 | 547 | 325 | 343 |
| 745 | 179        | 523        | 225        | <u>745</u> | 674        | 232 | 235 | 325 | 443 | 224 |

Zeit ...44.....



|      |             |             |             |             |             |             |             |      |             |             |
|------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------|-------------|-------------|
| 8988 | 8987        | 8979        | <u>8988</u> | 5679        | 4537        | 2099        | 5845        | 6845 | 7867        | 8458        |
| 3546 | 5538        | 7680        | 7866        | 3457        | <u>3546</u> | 3455        | 5458        | 6876 | 6117        | 5118        |
| 4568 | <u>4568</u> | 8931        | 6544        | 8701        | 5675        | 3457        | 6176        | 2175 | 8115        | 6117        |
| 6794 | 4358        | 6733        | <u>6794</u> | 8733        | 9844        | 2068        | 2764        | 4864 | 8863        | 2864        |
| 2906 | 2050        | <u>2906</u> | 5638        | 8744        | 8794        | 2784        | 7438        | 9436 | 6876        | 3643        |
| 3326 | 3353        | 6734        | 7894        | 3323        | <u>3326</u> | 5236        | 7234        | 4643 | 3654        | 3643        |
| 6574 | 9838        | 6784        | 8901        | 7644        | 1125        | 6342        | 3543        | 4875 | 5578        | <u>6574</u> |
| 7893 | 2097        | 7833        | 8730        | 1764        | 2046        | 4875        | 3876        | 4475 | <u>7893</u> | 6873        |
| 6784 | 7693        | 9838        | 7840        | 7369        | <u>6379</u> | 9356        | <u>6784</u> | 2524 | 2836        | 3541        |
| 2984 | 2948        | 9838        | 8739        | 2938        | <u>8939</u> | <u>2984</u> | 2765        | 2524 | 5865        | 3524        |
| 3113 | 2114        | 1123        | <u>3113</u> | 2885        | 2132        | 2141        | 6764        | 5765 | 6476        | 7547        |
| 3790 | 9878        | 9798        | 7658        | 7549        | <u>3790</u> | 8555        | 8457        | 8564 | 2841        | 5881        |
| 8666 | 9776        | 6480        | 9788        | <u>8666</u> | 8788        | 6546        | 2841        | 2184 | 2871        | 2456        |

Zeit ....4.....

|      |      |      |             |             |             |             |             |             |             |             |
|------|------|------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 8635 | 7998 | 4679 | 5780        | 4580        | 6539        | 2481        | 7874        | 5876        | <u>8635</u> | 8467        |
| 9754 | 4670 | 9876 | 5690        | <u>9754</u> | 8655        | 4570        | 9648        | 5765        | 5687        | 7874        |
| 9643 | 7790 | 5590 | 1277        | 2199        | 5783        | 5257        | 6267        | 6276        | 6274        | <u>9643</u> |
| 9753 | 9762 | 7863 | 6683        | 8756        | <u>2865</u> | 3745        | 8452        | <u>9753</u> | 3445        | 1717        |
| 8413 | 2963 | 8522 | 8744        | <u>8413</u> | 1287        | 4578        | 2770        | 1711        | 2717        | 2710        |
| 4570 | 9644 | 5793 | 9863        | 8743        | 9754        | 1717        | 2070        | 2874        | <u>4570</u> | 2784        |
| 3569 | 8753 | 9755 | 5788        | 9875        | <u>3587</u> | <u>3569</u> | 5781        | 9147        | 5178        | 5748        |
| 8643 | 9753 | 4670 | 8755        | 2147        | <u>9745</u> | 9748        | <u>8643</u> | 5478        | 8874        | 5875        |
| 2978 | 2845 | 1679 | 9865        | 2987        | <u>9753</u> | 8544        | 5478        | 2978        | 9478        | 3763        |
| 9855 | 8644 | 8745 | 6790        | <u>9855</u> | 9865        | 4578        | 3763        | 4762        | 7237        | 8673        |
| 9867 | 9876 | 9987 | 6701        | 1867        | 6593        | 1863        | 7234        | 9372        | <u>9867</u> | 2345        |
| 9848 | 9873 | 8866 | 8559        | 4670        | 8463        | 9848        | 5343        | 2345        | 2354        | 6143        |
| 4570 | 8755 | 9987 | <u>4570</u> | 9865        | 2877        | <u>9553</u> | 4154        | 5513        | 4763        | 4766        |

Zeit ....7.2....

# Tempoübungen

## Tempoübung 1 *5 min* ✓

1. Nehmen Sie ein Buch Ihrer Wahl, möglichst leichten Lesestoff.
2. Lesen Sie 60 Sekunden lang um 100 Wörter pro Minute (WpM) schneller als normal.
3. Steigern Sie Ihr Tempo um weitere 100 WpM.
4. Steigern Sie Ihr Tempo noch dreimal um jeweils 100 WpM.
5. Versuchen Sie mit dieser Geschwindigkeit eine Minute lang auf Verständnis zu lesen.

*300 / 400 / 500 / 600 / 700 / 800*

## Tempoübung 2 *20 min* ✓ *Verständnis*

1. Nehmen Sie ein Buch Ihrer Wahl, möglichst leichten Lesestoff.
2. Lesen Sie mit einer visuellen Hilfe im Drei- oder variablen Zeilenschwung. *Satzstrich*
3. Versuchen Sie fünf Minuten lang mindestens mit einer Geschwindigkeit von 2000 WpM zu lesen und markieren Sie die erreichte Stelle.
4. Lesen Sie bis zur Markierung in vier Minuten.
5. Lesen Sie bis zur Markierung in drei Minuten.
6. Lesen Sie bis zur Markierung in zwei Minuten.
7. Lesen Sie ab der Markierung weitere fünf Minuten mit 2000 WpM.
8. Lesen Sie eine Minute lang mit normalem Verständnis weiter.

## 2. Tempoübung 3 *7 min*

1. Nehmen Sie ein Buch Ihrer Wahl, möglichst leichten Lesestoff.
2. Sehen Sie mit einer Lesehilfe eine Minute lang die Seiten durch, wobei Sie sich für eine Seite maximal vier Sekunden vornehmen.
3. Lesen Sie fünf Minuten lang mit einer Mindestgeschwindigkeit von 2000 WpM.
4. Wiederholen Sie diese Übung.
5. Versuchen Sie mit dieser Geschwindigkeit eine Minute lang auf Verständnis zu lesen.

## 4. Tempoübung 4 *6 min*

1. Trainieren Sie Ihre Augen, indem Sie die Seiten diagonal von oben links bis unten rechts und dann von oben rechts bis unten links überfliegen. *X*
2. Wiederholen Sie diese Übung jeden Tag und versuchen Sie dabei, immer schneller zu werden.
3. Versuchen Sie 100 Seiten mit einer Geschwindigkeit von zwei Sekunden pro Seite zu überfliegen. *3 min*
4. Wiederholen Sie diese Übung zweimal pro Tag.
5. Lesen Sie zwei Minuten lang, ohne auf das Verständnis zu achten. *2*
6. Lesen Sie eine Minute lang mit normalem Verständnis. *1*

# Lesetest drei

Nun können Sie anwenden, was Sie in diesem Kapitel gelernt haben. Lesen Sie mit so viel Schwung wie möglich. Bevor Sie jedoch mit dem eigentlichen Lesen beginnen, sollten Sie versuchen, jede Seite innerhalb von jeweils zwei Sekunden zu überfliegen.

## Rätsel Mount Everest

Das Rätsel um die Erstbesteigung des höchsten Berges der Welt wird möglicherweise doch noch gelöst: Ein US-Forscherteam unter der Leitung von Eric Simonson, der die Leiche des verschollenen britischen Bergsteigers George Mallory 1999 unter dem Gipfel des Mount Everest entdeckt hatte; fand jetzt in rund 8100 Meter Höhe einen Fäustling und eine Socke. Dies teilen die Forscher auf ihrer Internetseite mit.

Jetzt suchen sie vor allem nach einer Kamera mit Filmen, die möglicherweise belegen könnten, dass Mallory und sein Begleiter Andrew Irvine den Gipfel des 8848 Meter hohen Berges bereits 1924 erreichten. Bisher gilt der Neuseeländer Edmund Hillary mit seinem Aufstieg 1953 als erster Eroberer des Mount Everest. Aus den Fundstücken versuchen die Forscher nun zu rekonstruieren, wie weit Mallory und Irvine 1924 tatsächlich gelangten, bevor sie verschollen sind.

Hillary hatte noch vor zwei Jahren gesagt, der Fund von Mallorys Leiche sei aufregend, aber ohne ein Foto vom Gipfel werde die Welt nicht sicher wissen, wer den Berg zuerst erobert hat. Gemeinsam mit Tenzing Norgay vom Volk der Sherpa in Nepal ging er in die Geschichte des Bergsteigens ein. Zwischen 1920 und 1952 sollen sieben Expeditionen zum Everest-Gipfel fehlgeschlagen sein.

## Wolkenkratzer wird 70

Vor 70 Jahren gingen im berühmtesten Gebäude New Yorks per Fernbedienung die Lichter an. Präsident Herbert Hoover drückte in der Hauptstadt Washington aufs Knöpfchen – und das Empire State Building war offiziell eröffnet. Am 1. Mai 2001 wurde der Jahrestag mit einer Riesenparty gefeiert, mit vielen Rückblicken auf die Einweihung des – ohne Blitzableiter – 381 Meter hohen Wolkenkratzers. In New York sollte am 1. Mai 1931 ein fünfjähriger Junge den Weg in das seinerzeit höchste Gebäude der Welt frei machen. »Aber ich konnte das Band nicht zertrennen. Es war zu dick«, ärgert sich Arthur Smith, Enkelsohn des Präsidenten der Empire State Gesellschaft, noch heute ein wenig. Schließlich kam Opa Alfred E. Smith zu Hilfe. Der war als ehemaliger Präsident-

schaftskandidat und Ex-Gouverneur von New York schon lange eine Berühmtheit. Von 1929 an, mitten in der Depression, war er dann dafür verantwortlich, ein Gebäude zu errichten, das auf jeden Fall höher sein sollte als das Chrysler-Building, das etwa zeitgleich gebaut wurde. Denn Hauptinvestor für den Wolkenkratzer war der Gründer des Chrysler-Konkurrenten General Motors, John Jacob Raskob. Im März 1930 begannen die Bauarbeiten und 14 Monate später wurde das 41 Millionen Dollar teure »achte Weltwunder« eröffnet. Mit 102 Stockwerken lief es dem Chrysler-Building dann auch den Rang ab. Allerdings konnten damals zwei Drittel der Fläche nicht vermietet werden. »Für eine Weile war das Empire State ein Witz«, sagt Arthur Smith. Es bekam den Spitznamen »Empty State Building«, und der Großvater Alfred habe alle Hände voll zu tun gehabt, für positive Schlagzeilen zu sorgen und berühmte Besucher wie Queen Elizabeth auf die Aussichtsplattform zu locken. Auch sein Enkel blieb dem Gebäude ein Leben lang verbunden. In Highschool-Tagen machte er seine Hausaufgaben im Büro des Großvaters in der 34. Etage, und seinen ersten Ferienjob trat er im Empire State Building an: als Kartenabreißer.

Zu den tragischen Begebenheiten in der Geschichte des Gebäudes gehört, dass beim Bau 14 Arbeiter ihr Leben verloren. Mehr als 30 Menschen verübten bislang Selbstmord, indem sie in die Tiefe stürzten.

Für mehr als 150 Filme bot das Empire State Building die Kulisse. Tarzan und King Kong turnten die Fassade entlang, und Hollywood verlegte – wie im Film »Schlaflos in Seattle« – so manch romantische Begegnung in die luftigen Höhen des New Yorker Riesen. Im wirklichen Leben können sich Romantiker am Valentinstag dort trauen lassen. Sie haben dann das ganze Eheleben lang am Hochzeitstag freien Eintritt.

## Tunnel-Test des ADAC

Der ADAC hat bei einem Tunneltest jede vierte von insgesamt 16 überprüften Autoröhren als »bedenklich« oder »mangelhaft« eingestuft.

Wie der Automobilclub in München mitteilte, erhielten von den 16 getesteten Tunneln in sieben Ländern lediglich zwei die Bestnote »sehr gut«. Als Hauptmängel monierten die Prüfer, dass die Hälfte der getesteten Tunnel einröhrig war und viele keine Fluchtwege aufwiesen. Vorhandene Fluchtausgänge waren häufig zu weit voneinander entfernt.

Als am sichersten lobten die Experten den Farchant-Tunnel bei Garmisch-Partenkirchen, der Verlierer liegt in Spanien. Fünf der Bauwerke schnitten »gut« oder »sehr gut« ab, sieben erhielten die Note »ausreichend«, drei wurden als »bedenklich« und »mangelhaft« bewertet. Große Probleme hatte der ADAC mit italienischen Tunnelbetreibern. Bei sieben Tunnels verlangten sie eine Testerlaubnis, nur für den neuen Morgex-Tunnel wurde die Genehmigung erteilt.

Testsieger wurde mit 95,7 Prozent der möglichen Punktzahl der im Mai 2000 fertig gestellte deutsche Farchant-Tunnel. Nur knapp dahinter liegt der Tunnel Kaisermühlen in Wien. Der gerade mal vor einem halben Jahr eröffnete 24,5 Kilometer lange Laerdal-Tunnel landete dagegen mit 67,1 Prozent und dem Zusatz »bedenklich« auf dem drittletzten Platz. Mit »mangelhaft« fiel der Tunnel Monrepos im spanischen Saragossa glatt durch. Hier gibt es weder Pannenbuchten noch Standstreifen, keine Sicherheitselektronik und kaum Brandschutzeinrichtungen. Der ADAC forderte für die Sicherheit verbindliche Standards. Noch immer gelten in fast jedem EU-Land unterschiedliche nationale Richtlinien.

### **Diebe in Dianas Wohnung**

Der Skandal um die mysteriösen Diebstähle aus der Wohnung von Diana weitet sich aus. Mehr als 400 Gegenstände verschwanden angeblich in den

Wirren nach dem Unfalltod der Prinzessin.

Der Schaden soll sich auf umgerechnet 20 Millionen Mark belaufen. Und Scotland Yard verfolgt bereits eine heiße Spur: Gegen einen der dienstältesten Butler der königlichen Familie wurde jetzt Anklage erhoben.

Harold Brown muss sich wegen Verdachts auf Diebstahl vor Gericht verantworten. Der 48-Jährige arbeitet seit Jahrzehnten für die Royals und galt als absolut zuverlässig. Zuletzt war Brown in Diensten von Prinzessin Margaret.

Zuvor arbeitete der Junggeselle für Diana und teilte sich die Aufgaben mit Paul Burrell, der einer der engsten Vertrauten der Prinzessin war. In ihrem Testament bedachte sie ihren Lieblingsbediensteten sogar mit über 160 000 Mark. Auch Burrell, der von Diana als ihr »unerschütterlicher Fels« gelobt wurde, soll in den Skandal verwickelt sein. Scotland Yard hat ihn vor drei Monaten verhaftet und gegen Kaution auf freien Fuß gesetzt.

Offenbar wurde Dianas Wohnung in Kensington systematisch geplündert. Juwelen, Kleidung, Briefe, Bilder – was von Wert war, verschwand in den Tagen nach dem tödlichen Unfall im August 1997. Ein goldenes Schiffsmodell führte die Polizei auf die Spur. Die Dschunke im Wert von etwa 3,2 Millionen Mark wurde bei einem Londoner Juwelier sichergestellt, der gemeinsam mit einem Schmuckexper-

ten ebenfalls in den Raubzug verwickelt sein soll.

## Weniger Verkehrstote

Die Zahl der Verkehrstoten ist auf einem historischen Tiefstand gesunken. Seit Einführung der Statistik im Jahr 1953 war sie im Februar 2001 nach Angaben des Statistischen Bundesamts mit 444 am niedrigsten.

Den bisherigen Tiefstand hatte es den Angaben zufolge im Februar 1999 mit 463 Toten gegeben. 2001 starben in diesem Monat 24 Prozent weniger Menschen bei Verkehrsunfällen als im Vergleichszeitraum des Vorjahres. Dabei sei aber zu beachten, dass der Februar 2001 einen Tag weniger hatte als im Jahr 2000 und dass vor einem Jahr deutlich mehr Menschen bei Straßenverkehrsunfällen getötet (plus 27 Prozent) und verletzt (plus zehn Prozent) worden waren als im Februar 1999, erklärten die Statistiker.

Die Zahl der Verletzten sank im Februar 2001 um 15 Prozent auf 30 300.

Insgesamt registrierte die Polizei bundesweit rund 172 000 Verkehrsunfälle, was einem Minus von acht Prozent entspricht. Dabei ging die Zahl der Unfälle mit Verletzten gegenüber dem entsprechenden Vorjahresmonat um 16 Prozent zurück, die der Unfälle mit Blechschaden um sieben Prozent.

Die Zahlen geben nach Ansicht des Auto Clubs Europe (ACE) allerdings keinen Anlass für »euphorische Schlussfolgerungen«: Die für einen Wintermonat ungewöhnlich günstigen Witterungsbedingungen hätten möglicherweise einen größeren Anteil an der rückläufigen Zahl der Verletzten und Getöteten im Straßenverkehr als das Verhalten der Verkehrsteilnehmer. Der ACE forderte in Stuttgart die Bundesregierung auf, in ihrem Programm für mehr Sicherheit im Straßenverkehr eine Halbierung der Zahl tödlicher Unfälle als Ziel aufzunehmen.

**LESETEST: AUSWERTUNG**

Sie haben jetzt den Text gelesen, der 1276 Wörter umfasst. Bitte schreiben Sie hier Ihre Lesezeit nieder:

..... Sekunden

Ihre Lesegeschwindigkeit, gemessen in Wörtern pro Minute (WpM), halten Sie bitte hier fest:

$$\frac{1276 \text{ Wörter} \times 60}{\text{..... Sekunden}} = \text{..... WpM}$$

**LESETEST: FRAGEN**

Jetzt geht es darum, wie viel des gelesenen Textes Sie verstanden haben. Beantworten Sie dazu bitte folgende Fragen, ohne nochmaliges Nachblättern im Text.

1. In welcher Höhe des Mount Everest fand das Forscherteam einen Fäustling und eine Socke?
  - a) 8000 Meter
  - b) 8100 Meter
  - c) 8200 Meter
  - d) 8300 Meter
2. Wie viele Expeditionen zum Everest-Gipfel sollen zwischen 1920 und 1952 fehlgeschlagen sein?
  - a) sechs
  - b) sieben
  - c) acht
  - d) neun
3. Wer war US-Präsident, als das Empire State Building offiziell eingeweiht wurde?
  - a) Calvin Coolidge
  - b) Warren G. Harding
  - c) Herbert C. Hoover
  - d) Franklin D. Roosevelt
4. Mit welchem Ferienjob verdiente sich Arthur Smith, der Enkelsohn des Präsidenten der Empire State Gesellschaft, sein erstes Geld?
  - a) Kartenabreißer
  - b) Liftboy
  - c) Schuhputzer
  - d) Zeitungsverkäufer
5. Wie viele Arbeiter verloren beim Bau des Empire State Buildings das Leben?
  - a) 13
  - b) 14



- c) 15  
d) 16
6. Wie viele der 16 vom ADAC getesteten Tunnel erhielten die Note »ausreichend«?
- a) drei  
b) fünf  
c) sechs  
d) sieben
7. In welcher Stadt liegt der spanische Tunnel Monrepos?
- a) Barcelona  
b) Madrid  
c) Saragossa  
d) Sevilla
8. Bei welchem Mitglied der königlichen Familie war der des Diebstahls verdächtige Harold Brown zuletzt beschäftigt?
- a) Queen Mom  
b) Königin Elizabeth  
c) Prinzessin Margaret  
d) Prinz Charles
9. Was führte die Polizei auf die Spur der Diebe?
- a) Bild  
b) Juwelen  
c) Kleidung  
d) Schiffsmodell
10. Wie viele Verkehrsunfälle registrierte die Polizei im Februar 2001 bundesweit?
- a) 162 000  
b) 172 000  
c) 182 000  
d) 192 000

## LESETEST: ANTWORTEN

- |        |         |
|--------|---------|
| 1.: b) | 6.: d)  |
| 2.: b) | 7.: c)  |
| 3.: c) | 8.: c)  |
| 4.: a) | 9.: d)  |
| 5.: b) | 10.: b) |

Bitte geben Sie sich für jede richtige Antwort zehn Punkte (maximal sind 100 Punkte) erreichbar.

100–90 Punkte: ausgezeichnet

80–70 Punkte: gut

60–50 Punkte: befriedigend