

Вот несколько видов тренировок.

Из любого подкаста, небольшого текста или 5-ти минутного видео берите не более 3-5 слов. Все слова вы все равно не запомните сразу. Даже если сначала запомните, все равно не сможете натренировать их до автоматизма, потому что это займет уйму времени. И не надо ничего «зубрить», это неэффективно и скучно.

И лучше брать не отдельные слова, а словосочетания. В них больше смысла, чем в отдельном слове, поэтому они легче запоминаются. Запишите полностью предложения, в которых эти слова/словосочетания были использованы. Прочитайте их вслух, а затем попробуйте произнести, не глядя в текст.

Затем придумайте свои собственные предложения с этими словами и проговорите их несколько раз. Постарайтесь выделить еще 2-3 раза по пять минут в этот же день, чтобы повторить эти предложения. Именно предложения, а не отдельные слова.

Если слова, которые вы стараетесь запомнить, являются глаголами действия, представьте, что вы сейчас это действие производите и проговорите это вслух. Например, представьте, что вы вытираете пыль и скажите: **“I am dusting the furniture”**.

Выносите мусор – **I’m taking out the garbage**. Обсуждаете презентацию – **We are discussing the presentation**. И т.д.



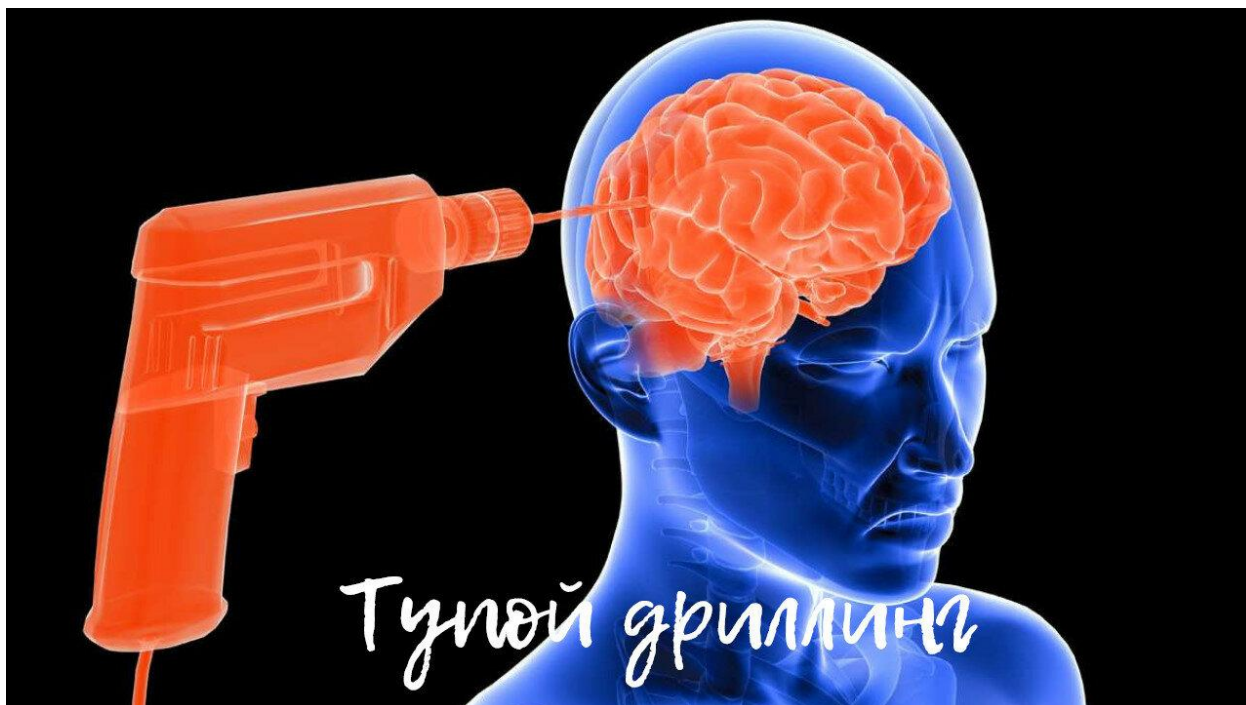
После этого представьте, что вы только что сделали все эти действия, т.е. поставьте их в перфектное настоящее: **I have just dusted the furniture. I have just taken out the garbage**. И т.д. Можно практиковать эти фразы в любых временах - прошедшем, настоящем, будущем. Если изучаемые слова связаны по смыслу, составьте из них историю. Причем, чем смешнее история, тем эффективнее запоминание.

Если вы смотрите 40 минутную серию из сериала, разбейте ее на части по 5 минут. И берите из каждой части не более 3-5 слов/словосочетаний. Таким образом, из одной серии вы сможете выучить 24 - 40 слов. Но не за один раз. Работайте с каждой пятиминутной частью так, как было рассказано выше.

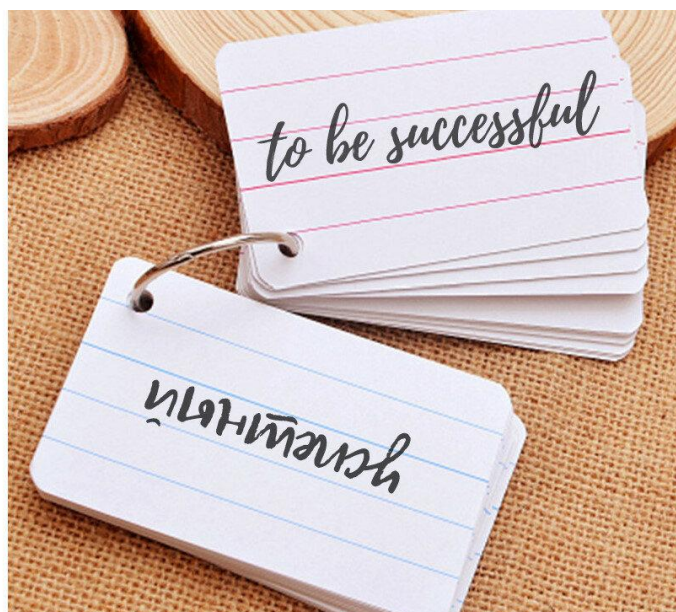
Лучше всего запоминать высокочастотные слова, т.е. самые распространенные слова, а не все слова подряд. Не надо запоминать слова, которые вам никогда не пригодятся в жизни. Вы просто потратите зря свое время. И потом, запоминание большого количества слов не приведет вас к говорению, вы просто будете знать большую кучу слов. Слова надо запоминать только вместе с грамматикой. Грамматика – это набор схем, так называемых моделей, с помощью которых соединяются все ваши слова в предложениях.

В этом смысле английский легче русского, потому что практически любое предложение можно построить по такой модели. Осталось только запомнить набор необходимых моделей. На начальном этапе вам потребуется 50- 60 моделей. А сколько надо знать слов, чтобы начать уверенно разговаривать? Ответ на этот вопрос вы найдете в моей статье [«Сколько слов надо знать, чтобы заговорить по-английски»](#)

Чтобы слова не забывались их надо отрабатывать на лексических тренажерах. Это называется «тупой дриллинг» от английского **drill** – натаскивать, тренировать, вдалбливать, а также слово дрель. А почему «тупой»? Ответ понятен из слова *дриллинг*. Потому что здесь не нужна работа мысли, но вдалбливает очень эффективно. То есть у вас появляется автоматизм в речи.



Некоторые любят работать с карточками. А почему бы и нет, если вам это нравится, и таким способом вы хорошо запоминаете. Лучше, если карточки сделаны из плотной бумаги или тонкого картона, а слова в них написаны от руки. Потому что, когда вы сами прописываете слова, у вас кроме обычной памяти работает еще и моторная память. Две памяти лучше, чем одна. Если карточки сцеплены колечком, их очень удобно перебирать. Это можно делать, если вы едете в транспорте (конечно, не за рулем), стоите в очереди и даже сидите перед телевизором во время рекламы. Но некоторые любят, чтобы карточки были отдельно и раскладывают их в разные карманы. В одном – те, которые уже хорошо запомнил, в другом – те, с которыми надо еще поработать.



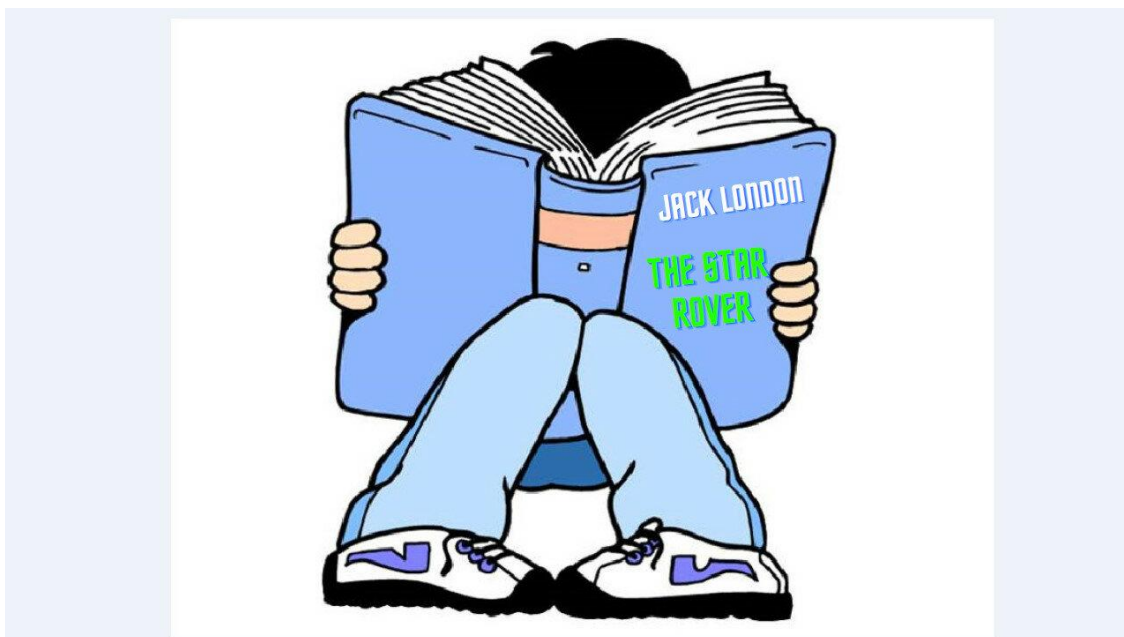
Любой метод хорош, если он работает лично для вас. Смотрите подкасты в интернете по темам. Не уроки в интернете, а именно тематические подборки, записанные носителями. Например, если вы изучаете тему дом, посмотрите программы, как иностранцы покупают дома, как они их выбирают, что говорят о самом доме и о мебели.



И один из самых эффективных методов набора полезной лексики – это книги. Сейчас мало кто читает. Их не приучили с детства, и они даже не представляют, какое огромное удовольствие может принести чтение, потому что никогда этого не испытывали. Но именно из книг можно получить такой огромный запас слов, который вы не получите ни с одним репетитором, ни на одних курсах. Посмотрите на полиглотов. Вот уж кому надо запоминать огромное количество слов. И, наверно вы удивитесь, узнав, что все они читают книги на изучаемом языке прямо на начальном этапе изучения.

Конечно, сначала это нелегко. Но, книги хороши тем, что в них есть повторяемость. Книгу писал один человек, а так как у каждого свой «любимый» запас слов, то слова и целые фразы

повторяются на протяжении всей книги. И незаметно для себя вы набираете приличный запас слов без зубрежки и без специальных усилий, потому что в процессе чтения вы начинаете получать удовольствие от книги, вам становится интересно. Вам хочется узнать, что же будет дальше.



Но начинать чтение нужно по уровням. Не берите сразу неадаптированные книги, вы можете «утонуть» в сложных оборотах и сленге, которые просто не сможете понять. Такое чтение превращается в муку. Но и не задерживайтесь долго на одном уровне, переходите на следующий, а затем, когда освоите базовую грамматику и наберете базовый запас лексики, переходите к неадаптированным книгам.

Как учит прилагательные? Все знают, что львиную долю в нашей речи занимает описание. Мы любим высказывать свое мнение о внешности, характере людей и давать оценки их поступкам. Это могут быть наши родственники, друзья и знакомые, но также и политики, президенты, актеры, певцы и т.п. Мы любим описывать вещи, которые купили или которые видели где-то. Поэтому тренироваться в описании предметов и людей очень полезно. Это очень пригодится в живом общении, т.к. поможет набрать большой запас необходимых прилагательных и наречий. Начать можно с описания предметов на столе. Можно сделать это не скучным образом.

Представьте, что, будучи за границей, вы пришли в огромный магазин, чтобы купить вещь, которая сейчас перед вами на столе. Вы забыли, как эта вещь называется по-английски и пытаетесь объяснить продавцу, что за вещь вы хотите. Вы начинаете ее описывать. Вы говорите, какого она цвета, размера, формы, есть ли у нее какие-нибудь детали. Далее говорите, для чего она используется и из какого материала сделана.

Таким образом, можно описать любые предметы на вашем столе, в вашей комнате и в вашей квартире. Конечно, вам придется заглянуть в словарь в поисках нужного слова. Чем больше предметов вы опишете, тем лучше закрепите эти слова в вашей памяти. Но не увлекайтесь слишком сильно, не надо описывать все вещи в вашей квартире. Выбирайте только те предметы, которыми вы пользуетесь практически ежедневно: телефон, компьютер, чашка, очки, ручка, клавиатура, холодильник, обувь, одежда, одеяло и т.п.

Например, вы хотите купить необычный холодильник. Вы говорите продавцу: «Я хочу купить один необычный предмет, но не помню его название. Он большой, белый и имеет обтекаемую форму. Он сделан из пластика. И мы используем его для хранения продуктов».



Продавец все «понял» и приносит вам ... белый пластиковый пакет обтекаемой формы.

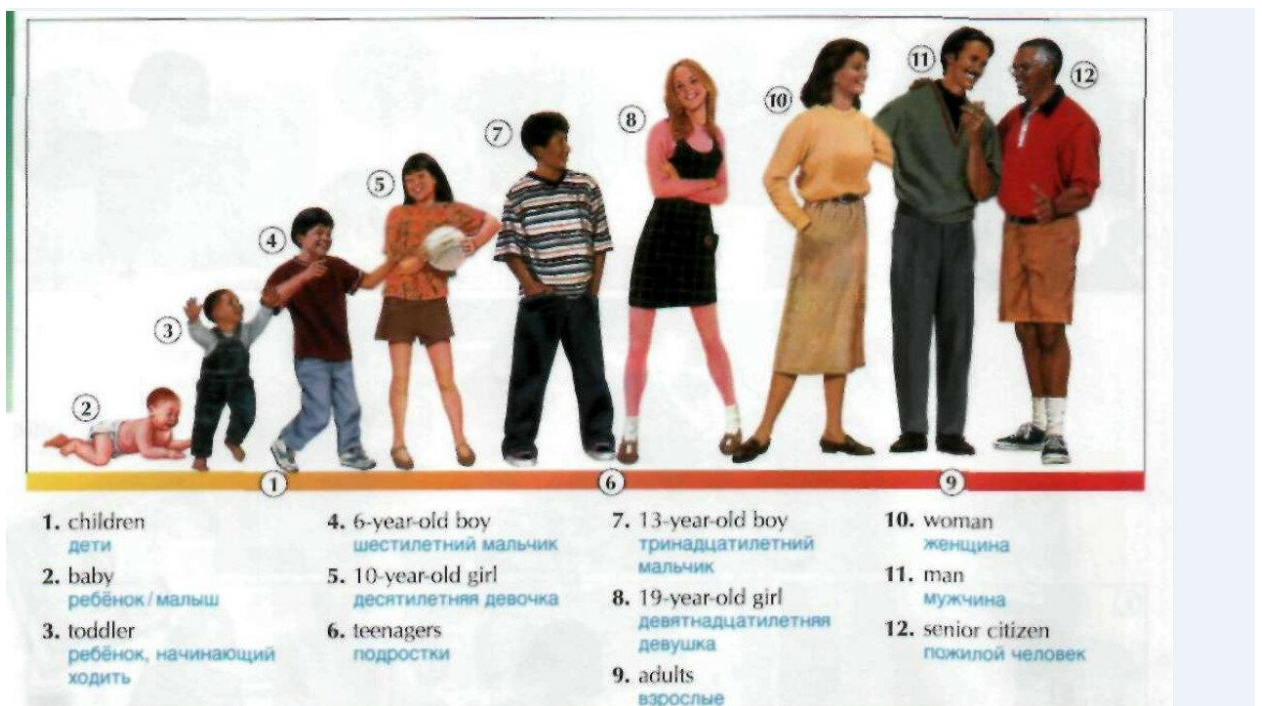
И вам придется давать новое описание, чтобы он вас понял.

Еще один совет. Если хотите учить слова более эффективно, при поиске нужного слова в словаре, возьмите и запишите себе его однокоренные слова. Например, нашли глагол **succeed** – преуспевать, добиться успеха. Запишите и существительное **success** – успех, прилагательное **successful** – успешный и наречие **successfully** – успешно. В хороших словарях есть еще и полезные примеры: **succeed in business/life** – добиться успеха в бизнесе/в жизни, **succeed in doing something** – добиться успеха в каком-то деле. Вы сразу запоминаете полезные фразы целиком. Таким образом, найдя одно слово, вы сразу получаете 6 «в одном флаконе». Поиграйте с ними, проговорите их в своих предложениях.

На самом-самом начальном этапе полезно учить слова с помощью словарей в картинках. Они очень удобно разбиты по темам: дом, внешность, продукты, готовка, в магазине, в аэропорту, развлечения и т.д. Вы видите картинку, и у вас, кроме основной памяти, работает еще и зрительная, а если слышите произношение слов, то еще и слуховая память работает.

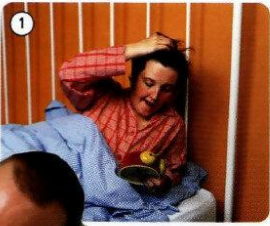


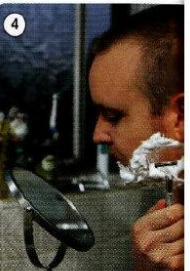



Удобно пользоваться словарем «Oxford Picture Dictionary En+Rus». Этот словарь дает слова с переводом на русский. Но, к сожалению, в нем нет аудио, чтобы услышать произношение слов, а это очень важно на начальном этапе.

Вот, пример страницы из этого словаря.

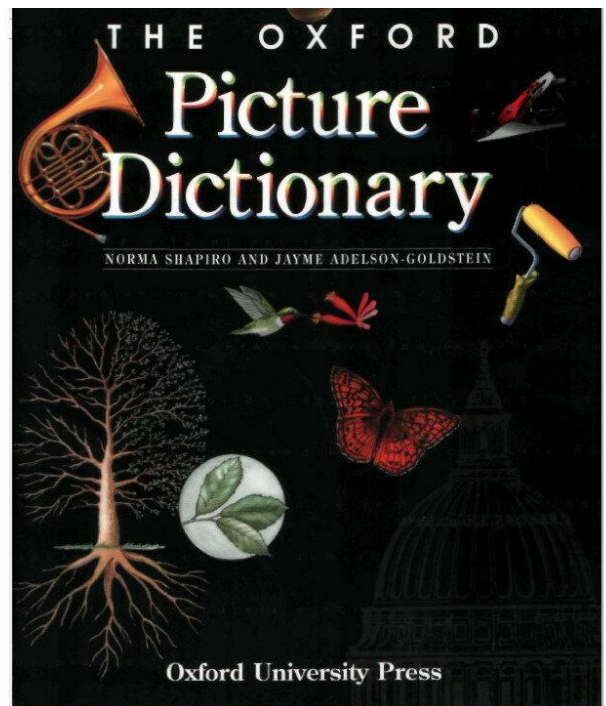
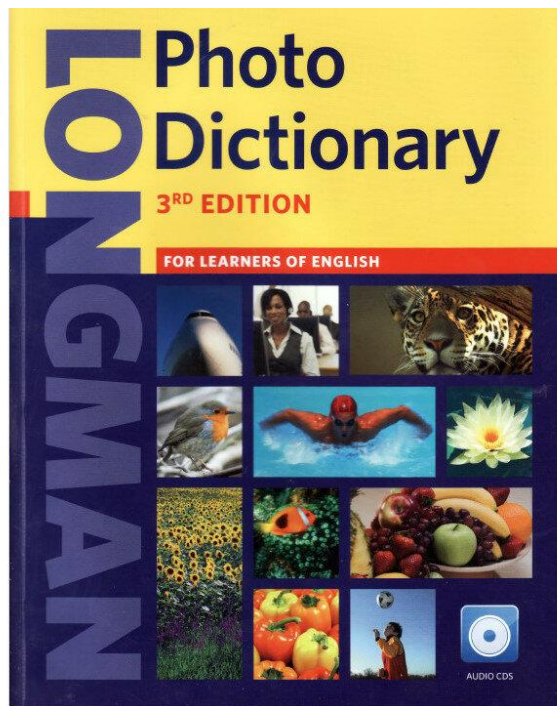


Есть отличный словарь с произношением слов (британский вариант), но, к сожалению, без перевода, но по картинкам все понятно. Он называется «Longman Photo Dictionary». Вот пример его страницы.

1.3 DAILY ROUTINE / HOME ACTIVITIES

1 wake up		2 get up		3 have a shower		4 shave	
5 dry yourself		6 brush your teeth		7 wash your face		8 rinse your face	
9 get dressed		10 comb your hair		11 put on make-up		12 have breakfast	
13 have a cup of coffee							

Оба словаря можно бесплатно скачать в интернете, но лучше купить бумажную версию книги, а аудио скачать.



Если вы открываете одну страницу несколько раз в день, вы сразу видите все слова по теме, и запоминание происходит быстрее, чем по тематическим карточкам, потому что визуальная картинка вам помогает. А если вы сразу еще и предложения придумаете с этими словами и повторите их в течение дня, то запомните еще лучше. Пролыстывая этот словарь в течение нескольких дней, вы закрепите все нужные слова на долгую память.

Из всего вышесказанного вывод: не надо учить слова «пачками». Лучше меньше, да лучше, т.е. качественнее. И второе: нужно правильно организовать многократное повторение, задействуя при этом все виды памяти.