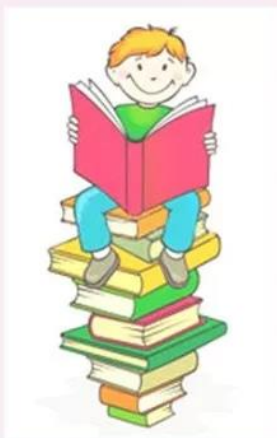


8 причин

Почему книги читать полезно

1. Чтение книг увеличивает словарный запас



Когда вы читаете произведения разных жанров, то сталкиваетесь со словами, которые обычно не используются в повседневной речи.

2. Чтение помогает общаться с людьми

За счет чтения повышается не только грамотность, но и ваши речевые навыки.

3. Чтение добавляет уверенности

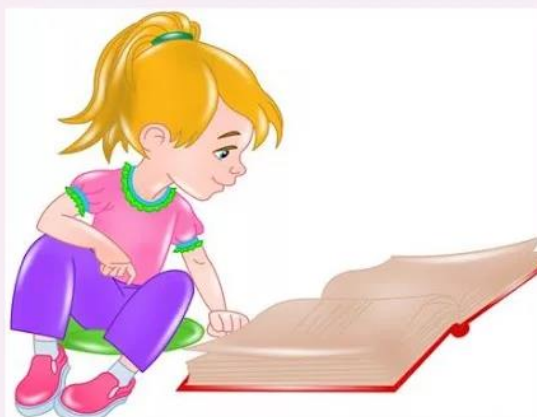
Когда в разговоре мы демонстрируем высокую эрудицию и глубокое знание того или иного предмета, то невольно ведем себя более уверенно и собрано.

4. Чтение снижает стресс

Ритмика книжного текста имеет свойство успокаивать психику и освобождать организм от стресса.

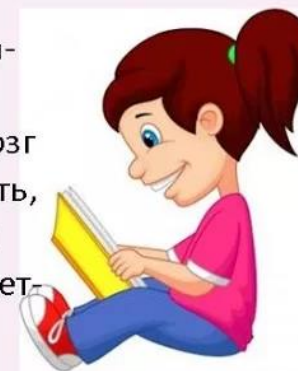
5. Чтение делает нас более творческими

Читая произведение, вы можете почерпнуть оттуда массу идей, которые впоследствии воплотить в жизнь.



6. Чтение делает нас моложе

Давно доказано, что организм человека стареет быстрее, когда стареет мозг. Чтение заставляет ваш мозг постоянно работать, в результате ваша старость отодвигается.



7. Чтение расширяет кругозор

Читатель может выглянуть за рамки своего мирка и расширить свой кругозор.

8. Чтение улучшает сон

Если вы систематически будете читать перед сном, то вскоре организм привыкнет к этому, и тогда чтение станет своеобразным сигналом для организма, который говорит о скором отходе ко сну.