



UNEX Mejorar la Práctica Lectora



Título: Lectura Rápida



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

This project has been funded with support from the European Commission. This publication [communication] reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein. Project N°.: 2019-1-BG01-KA201-062549

Título: Lectura rápida

Palabras claves: #lectura rápida, # visión periférica

Duración: De 4 a 6 minutos para el ejercicio principal, estaría bien usarlo en combinación con otros.

Descripción:

La velocidad de la lectura depende principalmente de 5 factores.

1. **Articulación**– son movimientos de labios, lengua y en ocasiones de la mandíbula. En adición a los signos exteriores se asocia un monólogo interior a la pronunciación de las palabras. El inicio está en cómo todos aprendimos a leer en voz alta: al principio sílabas y luego palabras.
2. **La regresión** o los movimientos en la dirección opuesta de los ojos cuando se está leyendo. Se refiere a una acción inconsciente de alguna gente que vuelve a leer las mismas palabras o fragmentos varias veces.
3. **Visión periférica** o punto pequeño de visión clara. El campo de visión periférica es relativamente pequeño sin hacer ejercicios especiales y ve 8-12 caracteres. Después de la realización de ejercicios especiales se amplía de 2 a 3 veces y al mismo tiempo se perciben los caracteres inmediatamente.
4. **Periodo de atención pequeño** - Esa es la cuestión: ¿es el periodo de atención reducido la causa de lectura lenta o viceversa? Es una de las razones por las que es inherentemente natural para una persona de percibir información y en consecuencia leer rápido. El cerebro trabaja mucho más rápido que como un ser humano lee. El problema con el cerebro es que no se le puede “pausar”. Si el cerebro entiende la información que le llega a través de los ojos, el cerebro necesita hacer algo para que siempre esté funcionando y en este momento se puede concentrar.
5. **5. Falta del plan de lectura** - De hecho, este motivo es mucho más amplio. Primero es la falta de un plan de lectura, segundo objetivos claros y tercero métodos diferentes de memorizar. Lo más importante son estrategias diferentes de lectura. Está claro que leer un libro histórico o geográfico es diferente de leer ficción.

Objetivos:

1. Mejorar la velocidad de lectura.
2. Mejorar la memoria visual.
3. Desarrollar la visión periférica.

Actividad(es) (Fases):

Calentamiento: Motivación y concentración son muy importantes, se puede usar cualquier ejercicio, por ejemplo el “**Arcoíris verbal**”, dibujar con dos manos o gimnastica asimétrica para calentar ambas mitades del cerebro.

Como se ha mencionado previamente, la visión periférica es el segundo factor más importante del que depende la velocidad de la lectura. Cuanto más grande el punto de visión clara es, más rápido es la velocidad de la lectura. El cerebro tiene mucha más capacidad que la visión puede poner a disposición. La expansión del punto le dará más información al cerebro que puede procesarse y recordarse.

Las tablas de números pueden ser de dos tipos – **horizontales o verticales**. El punto debería extenderse en ambos ejes. Hay ejemplos para ambos tipos de tablas en los anexos. En el centro siguiendo el eje horizontal o vertical se encuentran los números 1 a 14 y a la izquierda o derecha respectivamente arriba y abajo se encuentran números escritos. El objetivo de este ejercicio es mover los ojos siguiendo la línea central diciendo los números de la izquierda y derecha (de arriba hacia abajo) sin mover el ojo. Si el alumno hace un error vuelve dos líneas atrás (izquierda). El tiempo de duración es de 1 minuto, se recomienda intentar con una tabla horizontal y vertical. Los datos se apuntan en un diario. Números de más de un dígito se pueden usar para ejercicios más difíciles.

Feedback de alumnos (5 minutos). Velocidad, ¿qué dificultades se han presentado?

Consejos para formadores

Encienda el metrónomo a 60 o más. Es importante que los ojos no se mueven – se puede usar un espejo translúcido, sobre todo al inicio para ayudar a los alumnos de dominar la técnica correctamente. Animen a los alumnos de hacer un diario. Es una buena idea de hacer los ejercicios para aumentar la velocidad y ampliar el campo de la visión periférica poco a poco en ordenes diferentes. Es importante que los alumnos apuntan los resultados honestamente.

Lista de recursos, materiales, etc.

Las tablas horizontales y verticales (ejemplos en el anexo). También pueden estar preparados por el profesor. Metrónomo. Cronómetro. Cuaderno diario.

Evaluación/Feedback

Después de cada ejercicio.