

Coordinación de Bibliotecas
Unidad de Servicios Bibliotecarios



Lectura Dinámica



Índice

Sesión 1	4
<i>Técnica 1: Leer utilizando el dedo</i>	7
<i>Técnica 2: Leer contando</i>	9
<i>Técnica 3: Leer con números</i>	10
Sesión 2	17
<i>Técnica 4: Apretar el paladar con la lengua</i>	17
<i>Técnica 5: Fotografía con la vista</i>	18
<i>Técnica 6: Visión periférica</i>	22
<i>Técnica 7: Ampliando el campo visual</i>	24
Sesión 3	33
<i>Técnica 8: El salto visual</i>	33
<i>Técnica 9: Enfoque profundo</i>	34
<i>Técnica 10: Concentración usando susurradores</i>	35
Sesión 4	49
<i>Fotografía con la vista</i>	49
<i>Ampliando el campo visual</i>	50
Literatura consultada	59



PRÓLOGO

La OCDE define la competencia lectora como *“la capacidad de comprender, utilizar y analizar textos escritos para alcanzar los objetivos del lector, desarrollar sus conocimientos y posibilidades y participar en la sociedad”*¹, es decir, se trata de una serie de conocimientos, habilidades y estrategias que van más allá de la mera descodificación de símbolos y que se van construyendo y perfeccionando a lo largo del tiempo.

La competencia lectora juega un papel fundamental no solo en la vida estudiantil o académica de las personas, es determinante también para la vida laboral, para el ejercicio de la ciudadanía y para el aprendizaje a lo largo de la vida.

La comprensión de un texto requiere de los siguientes elementos:

- Obtención de la información
- Comprensión general
- Elaboración de una interpretación
- Reflexión y valoración del contenido de un texto
- Reflexión y valoración de la forma de un texto

¿Los estudiantes mexicanos están preparados para conducirse eficazmente en la llamada sociedad de la información, son capaces de razonar, analizar y comunicar sus ideas apropiadamente?

En la evaluación de 2009 de la prueba PISA, nuestro país obtuvo un desempeño por debajo del promedio de los países participantes. Los resultados de la prueba ENLACE confirman esta situación de deficiencia lectora.

Es por eso que la Coordinación de Bibliotecas asume una de las funciones que las unidades de información deben prestar: el fomento y la mejora permanente de la competencia lectora de sus usuarios. El presente taller es una de las estrategias diseñadas para lograr este objetivo.

Ana Gricelda Morán Guzmán
Unidad de Servicios Bibliotecarios

¹ OECD. (2010). *PISA 2009 results: what students know and can do*. Vol. 1



Lectura Dinámica

Una de las principales herramientas de cualquier estudiante es la lectura. Gracias a ella conoce, aprende, explora, investiga y se forma como profesionalista.

Leer rápidamente no solo significa emplear tu tiempo de la mejor manera, sino también, satisfacer tus necesidades de comprensión del material. Por tanto, si quieres obtener todos los beneficios posibles de tu tiempo de lectura, debes aprender a leer de manera más inteligente, y no sólo más rápida.

En las páginas siguientes descubrirás ejercicios que bien ejecutados te auxiliaran en el proceso de eficientar tu capacidad lectora. Es importante que sepas que éste manual se complementa con varios ejercicios que te serán entregados en las sesiones presenciales, así como la explicación en las mismas de cada práctica.

Antes de comenzar, es importante que conozcas a algunos de los enemigos de un buen proceso lector:

- Pronunciación sublingual
- Falta de concentración
- Falta de motivación

Estamos seguros de que sabrás sacarle provecho a cada página.

Fernando Villaseñor Ulloa
Instructor
fervillasenor@hotmail.com



Sesión 1

La primera sesión contempla necesariamente la explicación de lo que es la lectura, para ello, adoptamos la definición que provee la Real Academia de la Lengua Española:

- *Pasar la vista por lo escrito o impreso comprendiendo la significación de los caracteres empleados¹.*

Diagnóstico

Al momento de tener el primer contacto con los grupos se realiza una prueba de diagnóstico que mide dos parámetros: la velocidad de lectura y el nivel de comprensión del alumno.

Para ésta prueba se solicita que se observe lo siguiente:

- Leer en silencio.
- Cronometrar su tiempo de lectura.
- Se realizará una prueba de comprensión de lo leído.

La velocidad de lectura se obtiene en éste caso, proporcionando un texto procedente de la novela Ivanhoe de Walter Scott con 550 palabras, a partir del tiempo total de lectura se realiza el siguiente cálculo:

$$\frac{\text{Total de palabras}}{\text{Tiempo}}$$

El nivel de comprensión se obtiene aplicando una serie de reactivos de opción múltiple, relacionados con la lectura.

Se utilizan ambas posibilidades de medición atendiendo al programa de “Técnicas de Lectura” del Fondo Social Europeo², que ha demostrado tener un nivel de éxito notable a nivel internacional.

¹ http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?TIPO_BUS=3&LEMA=lectura

² <http://www.aeg.es/lectura/>



En el documento: “Manual de procedimientos para el fomento y la valoración de la competencia lectora en el aula”, la SEP concede que el total de palabras por minuto que debe ser capaz de leer un joven al entrar en la preparatoria es de 160, y no se compromete en establecer un parámetro en el cual se debe evolucionar durante el bachillerato, sin embargo, el Fondo Social Europeo, establece que lo ideal es leer en la etapa de la educación media superior como mínimo 450 palabras por minuto.

Por qué leemos lento y comprendemos poco

Varios son los motivos por los cuales, nuestro nivel de comprensión y nuestra velocidad de lectura no se encuentran cerca de los niveles que las autoridades educativas de otros países consideran como ideales, en México leemos lento por:

- Por temor a no comprender.
- Regresiones sobre el mismo texto.
- Pronunciación sublingual.
- Falta de concentración.
- Lectura silábica.
- Falta de motivación.

Y comprendemos poco por:

- Falta de interés.
- Escasa concentración.
- Lectura ineficiente.

Etapas de la lectura lenta

La lectura lenta se debe a la conjugación de varios factores, presentes casi en la totalidad de los estudiantes de nivel medio superior, la interacción entre ellos ocasiona esa poca capacidad para leer de forma eficiente.

Sus etapas son las siguientes:

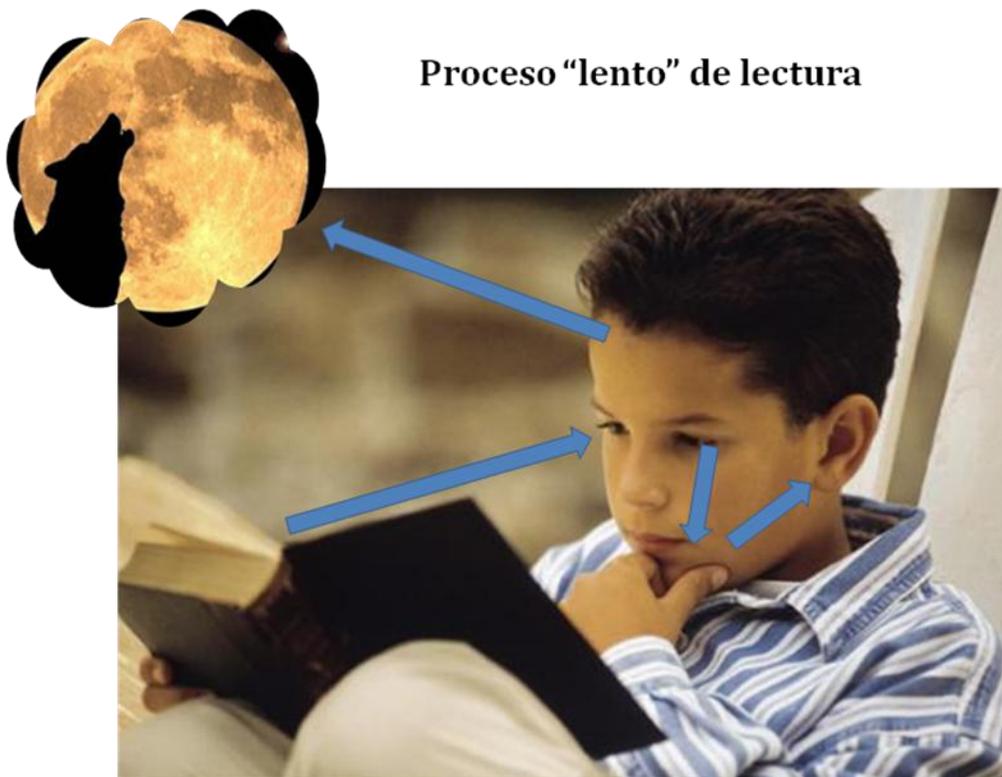
A-Visualización. Recepción visual de la información por sílabas o palabras sueltas.



B-Fonación. La información pasa de la vista al habla (articulación oral consciente o inconsciente). Implica tiempo desperdiciado por la vocalización y subvocalización.

C-Audición. La información llega al oído (sonorización introauditiva, generalmente inconsciente). Es otro paso innecesario que frena la velocidad de la lectura.

D-Cerebración. *Oído-cerebro:* integración de los elementos que van llegando separados. Tardía culminación del proceso comprensivo en el modo de lectura común lenta.



Etapas de la lectura Eficiente y Dinámica

La lectura eficiente parte del principio de ahorrarse pasos que son innecesarios en el proceso de lecto-comprensión, de tal forma, que al eliminarlos se pase de la lectura a la comprensión de forma directa.

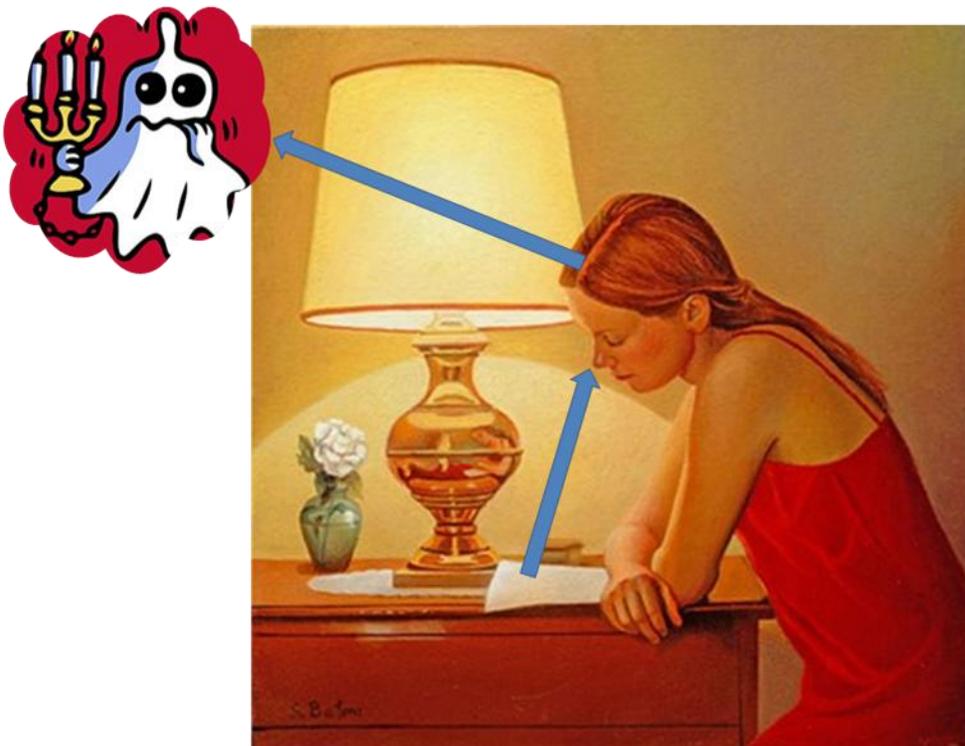
La lectura eficiente posee solamente una etapa:

Visualización global -varias palabras o frases enteras- y su integración cerebral totalizadora -sin solución de continuidad- que permiten una mayor concentración y una vía de lectura más rápida y comprensiva.



Precisamente, el curso de “Lectura Dinámica” está dirigido a la eliminación de esos pasos innecesarios, y a convertir en hábito las buenas prácticas, como base para un proceso correcto de lectura.

Proceso “ideal” de lectura



Técnica 1: Leer utilizando el dedo

Durante nuestra educación primaria se nos enseñó a leer conociendo el nombre de las letras, posteriormente armamos sílabas y después palabras.

Una vez que fuimos capaces de conjuntar y comprender el significado de las palabras, nos enseñaron a integrar oraciones, las cuales, para no extraviarnos al momento de la lectura, seguíamos utilizando el dedo índice.

El uso del dedo nos confería seguridad, ya que impedía que nos perdiéramos y nos “ayudaba a pronunciar” de forma correcta.

Sin embargo, en un momento determinado, la mayoría de las veces en el segundo grado, se nos decía que utilizar el dedo para acompañar o guiar la lectura era incorrecto y se desterró esa práctica de nuestras vidas.



No obstante, en más de alguna ocasión, hemos utilizado nuestro dedo como auxiliar en alguna búsqueda informativa (consultando el directorio telefónico o el índice de un libro), y es importante hacer notar que ese uso ocasional del dedo nos confiere seguridad.

Después de haber realizado la prueba de diagnóstico, los alumnos necesariamente habrán medido su velocidad y tendrán registrado su tiempo en la hoja proporcionada para el efecto.

Se les explicará el mecanismo de uso del dedo como auxiliar en la concentración para la comprensión y velocidad lectora.

Les será proporcionado otro texto distinto a los asistentes, con la misma extensión que el diagnóstico (550 palabras), pero ahora, deberán guiar su lectura con el dedo índice o con un bolígrafo, atendiendo a las siguientes instrucciones:

- Leer en silencio.
- Mover el dedo siempre al mismo ritmo.
- No regresar sobre palabras mal comprendidas.
- No detenerse hasta haber terminado la lectura.

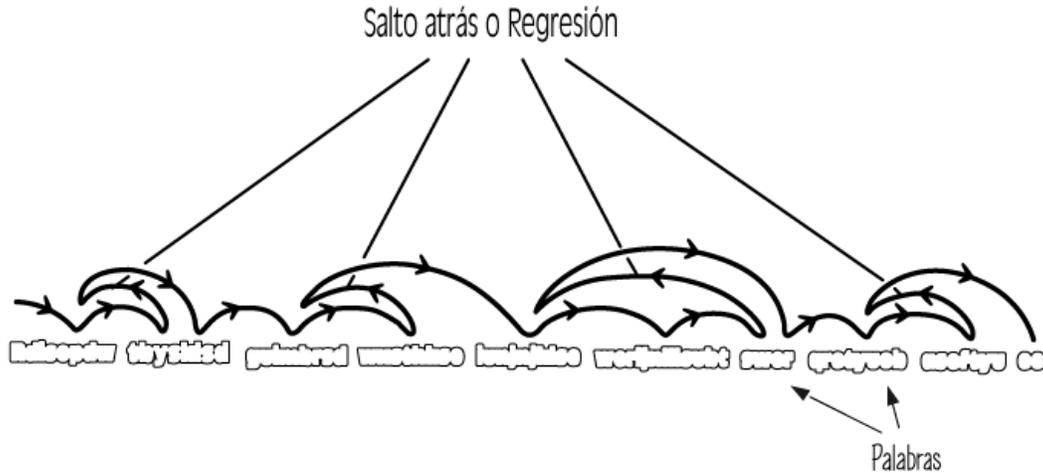
Si el alumno ha observado rigurosamente las indicaciones, mejorará su tiempo de lectura entre un 20 y 30%, en la primera oportunidad, siendo posible una mejora aún mayor con la práctica constante.

Esa mejora obedece a la seguridad que el uso del dedo nos confiere, así como, en la adquisición de un ritmo de lectura, que necesariamente mejorará según se presente la oportunidad de practicar.

Nota

La forma en que la mayoría de los mexicanos leemos implica regresiones sobre el mismo texto, que leer utilizando el dedo puede evitar, esto se ve así:





Técnica 2: Leer contando

Otro de los grandes problemas, que llevan a una lectura deficiente, además de la falta de ritmo, es la pronunciación sublingual o fonación.

La velocidad de lectura en voz alta de cualquier cultura occidental oscila entre las 140 y 160 palabras por minuto. Cuando pronunciamos mientras leemos en silencio, amarramos necesariamente nuestra velocidad de lectura, a nuestra velocidad de pronunciación, además, de que si una palabra no es fácilmente pronunciable, detenemos nuestra lectura en tanto no somos capaces de realizar la fonación.

Para eliminar ese problema, además de socializarlo con los alumnos, y de hacerlo notar en las dos primeras prácticas de la sesión, se recurre al siguiente ejercicio:

Se selecciona un texto de aproximadamente 900 palabras, el cual se debe leer mientras en voz alta se pronuncian los números 1, 2, 3, 4.

Necesariamente éste ejercicio se acompaña con la técnica de “leer utilizando el dedo”.

En un principio se puede generar desconcierto entre los alumnos, ya que sienten la necesidad por pronunciar para entender, sin embargo, después de los primeros 30 segundos, se darán cuenta de que hacer dos procesos mentales al mismo tiempo genera en ellos un mayor rango de concentración y comprensión.

La primera vez en que se realiza el ejercicio, no necesariamente se gana velocidad en la lectura, pero sí, se obtiene mayor comprensión y concentración.



El ritmo del conteo debe ser uniforme y si se trabaja con un grupo, es bueno contar “a coro”.

En la misma sesión, se utilizará de nuevo ésta técnica, pero, en la siguiente oportunidad, se habrán de utilizar los números 1, 3, 5, 7, 9.

Técnica 3: Leer con números

Ésta técnica, tiene por objeto mejorar la concentración de los estudiantes por medio del cambio de caracteres “normales”.

Se proporciona para el efecto una hoja con un cuento, el cual, en lugar de poseer letras, contiene números que las han remplazado.

Se solicita observar lo siguiente:

- Leer en silencio.
- Trabajar con la técnica de leer utilizando el dedo.

El ejercicio tiene solamente 100 palabras, pero, debido al grado de dificultad se les pide a los alumnos que lo lean en un tiempo máximo de un minuto.

Si el alumno es capaz de leer la primera palabra sin titubear, el ejercicio será realizado de forma muy sencilla. Si por el contrario titubea, se enfrentará a un ejercicio complejo.

En ésta fase, el alumno debe haber sido invitado a hacer la reflexión del porqué de la importancia de un proceso lector adecuado.

De igual forma, se le muestran los contenidos del manual y se le invita a que lo explore de forma libre, y que de tener la inquietud, intente realizar los ejercicios en él contenidos, independientemente de si se ha realizado o no la práctica correspondiente.

Tarea de la sesión 1

El éxito de éste curso depende del compromiso del participante, el cual se debe demostrar con la práctica de lo analizado en la sesión presencial.

Por ello, después de ésta primera sesión se pide:



- Practicar 10 minutos diarios la técnica de leer utilizando el dedo, con cualquier material que se tenga en casa, puede ser un libro, revista o hasta una enciclopedia.
- Practicar 5 minutos diarios la técnica de leer contando, haciendo uso, al igual que en el inciso anterior, de cualquier material a su disposición.

Ejercicios del manual a realizar durante la sesión 1:

Lee rápidamente, tiempo máximo 1 minuto.

seco rechazo: un día de sol: una mujer extraordinaria: belleza poco común: relativo a la vejez: locutor deportivo: comienzo a dudar: trabajo otoñal del campesino: experimento peligroso: pescador furtivo: esquiador experimentado: emirato árabe: testimonio que quemar: novela negra sin solución: respiración afanosa: negocios viento en popa: filósofo árabe: aterrizaie en el agua: atmósfera navideña: ciclo pascal: el hueso del perro: un baile de post-guerra: una convalecencia difícil: un artista fracasado: una madre ejemplar: un perro agresivo: un arquitecto refinado: tejido de lana escocesa: el director Carlos Saura: los cuatro cantones suizos: la dulce lengua de Francia: el famoso actor Laurence Olivier: la cosecha de las castañas: la diosa griega de la discordia: tiene una gran disposición para el buen humor: le enseñará a hablar correctamente: es un árbol cargado de años: hay cosas que no pueden decirse: el silencio es oro: quien siembra vientos recoge tempestades: quien tiene un amigo tiene un tesoro: tanto va el cántaro a la fuente que al final se rompe: no alargues el brazo más que la manga: controla tus nervios o perderás todo lo que has conseguido hasta ahora: hay modos y modos de reñir a un empleado: trata de aplicarte más verás cómo mejora tu memoria: quien fuma te envenena también a ti dile que no lo haga: si el jugador hubiese pasado la mano: por un puñado de dólares



Sin volver a mirar las frases que acabamos de leer responde:

- a) ¿Cuántos eran los refranes citados?
- b) ¿Cuáles eran las frases dedicadas al perro?

Lee rápidamente, tiempo máximo 1 minuto.

En Francia, por su considerable extensión y su compleja historia, presenta formas de folklore muy variadas: las meridionales, afines a las de otros países mediterráneos, y las continentales, ligadas más bien a tradiciones de origen germánico o, en todo caso, nórdico. Las particularidades locales permanecieron muy vivas a finales del siglo pasado, aunque la historia francesa se ha visto dominada siempre por la idea de la unificación y por una praxis centralizadora. Incluso los caracteres somáticos de los habitantes de las distintas zonas aparecen notablemente diversificados. La vida moderna, no obstante, ha provocado una nivelación que en pocas décadas borró hasta las costumbres más arraigadas, dejando sólo algunos rastros de ellas.

Pocos usos tradicionales se alejan de los de los demás países europeos. En las clases altas y medias, el nacimiento de un niño es anunciado con una gran ceremonia: todos los parientes se reúnen para el bautizo, según el rito católico estricto. En Bretaña existe todavía una fuente sagrada, convertida en tal porque la frecuentaba un antiguo eremita: las madres que pueden hacerlo bañan en ese manantial a los recién nacidos para preservarlos de las enfermedades y transmitirles la buena suerte.

Se hallan algunas costumbres particulares relativas a la boda, que en general se desarrolla con ceremonias elaboradas y lujosas. Los invitados son numerosos, los banquetes se celebran preferiblemente al aire libre y el novio hace regalos con generosidad. Entre los usos que distinguen a los campesinos bretones, destaca el de llevar el pelo largo, que se pierde en la noche de los tiempos.



El siguiente ejercicio comprende una serie de grupos de palabras, cada uno encabezado por una palabra clave. Trata de localizar esa palabra clave dentro de cada grupo con la mayor rapidez posible. Hazlo simplemente deslizando la vista, pero también puedes ayudarte con el dedo o siguiendo las líneas con un lápiz. No es necesario “leer” cada una de las palabras restantes. Cuando “descubras” la palabra clave, golpéala con la parte de atrás de un lápiz o lapicera, con el fin de crear una respuesta motriz ante un estímulo visual. Pon a funcionar el cronómetro, para ver el tiempo que empleas, y aumenta progresivamente la velocidad hasta que logre realizarlo en un minuto y medio.

abstracción

vascular, topología, radical, abstracción, oclusivo, binario, ambiguo, bígamo, calibrar, casuística, abstracción, categoría, ojiva, óptima, ungulado, réplica.

ambiguo

querencia, raciocinio, recíproco, sociedad, semántico, ambiguo, abstracción, acromático, agente, ambiguo, burocracia, agregado, vernáculo, unilateral, volición, visceral.

acromático

abstracción, biauricular, binocular, casual, heterogeneidad, acromático, empírico, facilitar, genética, decremento, ideología, jeroglífico, laberinto, acromático, maleable, nativo.

antecedente

aferente, antropomórfico, burocracia, binario, antecedente, oblicuo, paliativo, casuística, diferenciar, endógeno, fiduciario, gradación, hierático, antecedente, implícito, lábil.

afectivo

jurisprudencia, leucocito, masticación, neologismo, oclusivo, palpable, afectivo, categoría, dinámico, epítome, fluorescente, gradiente, afectivo, homogéneo, inhibir, laminado.

antítesis

antítesis, rarefacción, secuencia, tangible, unilateral, vernáculo, xenofobia, visceral, utilitario, topología, antítesis, medio, nosología, ojiva, paradigma, retroacción.



avocación

agente, agregado, causal, discontinuo, avocación, equilibrio, fraccionar, hexámetro, insidioso, latencia, metamorfosis, nulo, avocación, olfativo, paradoja, cenestesia.

biauricular

oferente, antropomórfico, binario, cognición, doctrinario, ergotista, hidrato, biauricular, intrínseco, monótono, ostensible, pirómetro, complementario, dúctil, extrapolar, biauricular.

bígamo

abstracción, ambiguo, agente, bígamo, binario, concomitante, unilateral, réplica, secuencia, trapezoide, bígamo, rarefacción, síndrome, terapia, sanción, sucinto.

burocracia

oferente, ambiguo, biauricular, burocracia, agente, antítesis, interpolar, cognición, doctrinario, ergotista, fraccionar, genética, hexámetro, insidioso, jeroglífico, burocracia.

binario

afectivo, antecedente, vernáculo, unilateral, trapezoide, binario, terapia, tangible, vascular, visceral, xenofobia, binario, ubicuo, quiróptero, querencia, recíproco.

causal

casuística, cinética, antropomórfico, burocracia, causal, agregado, avocación, concomitante, decremento, doctrinario, equilibrio, dúctil, dinámico, causal, epítome, medio.

corolario

inhibir, gradación, gradiente, lábil, corolario, lineal, modular, ojiva, raciocinio, semántico, topología, utilitario, vascular, quiróptero, recurrente, corolario.



A continuación lee el siguiente texto, mientras cuentas en voz alta 1, 2, 3, 4.

El flechador del cielo
(Fernando Villaseñor Ulloa)

La verdad es que este cuento sucedió una noche y no durante el día como se acostumbra. Esa noche en cuestión el viento soplaba muy, muy fuerte, todo se movía y parecía que nada podía quedarse en su lugar.

Todos en el pueblo de Chapala, niños y grandes corrieron a sus casas, y quienes no tenían, se escondieron en las grutas que había en algunos cerros, nunca pensaron que ese viento fuera tan fuerte como para tumbar algo increíble, luminoso y sensacional.

A media noche se oyó un gran golpe, mucho más grande que cuando se cae una piedra o cuando se parte un árbol, incluso en otros pueblos, al otro lado de la laguna, alcanzó a escucharse el estruendo y se sintió un leve temblor de tierra.

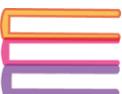
Después del ruido desgarrador, el viento cesó de golpe, la gente estaba asustada, y luego de unos minutos, los más valientes salieron a la calle. Todo era extraño, algo faltaba. De pronto los ancianos que habían reunido valor, se juntaron en el malecón, y buscando con sus añosos ojos, concluyeron que la Luna ya no estaba, como había estado hace unas horas iluminando el cielo. El más viejo de ellos, llamado el Cuy, con su gran cara llena de arrugas, hablando grave dictaminó, que aquel estruendo de hace minutos no era otra cosa, sino el impacto de la Luna al caer.

Los más pequeños, asustados, no podían dormir y se aferraban a sus madres con ojos de sueño.

Los hombres maduros tomaron botes y canoas, otros, ensillaron sus caballos y fueron en busca de lo que hacía falta en el cielo.

Después de un rato llegó un muchacho llamado Pepe, diciendo a gritos que en una isla, a la que llaman la de Mezcala, estaba la Luna atorada entre las ramas de los árboles.

Sería ya muy pasada media noche cuando en canoas, botes y lanchas se reunió la mayoría de la población en el lugar preciso para asistir a aquél raro espectáculo, además de gentes de otros lados, dicen que venían de tan lejos, que la tierra cambia de nombre y se llama Michoacán.



Con sogas y machetes se liberó a la Luna de su cautiverio entre las ramas, no fue necesario, encender fuego o llevar linternas, la luz que había en ella era muy fuerte.

Manuel Rodríguez, hombre valiente, llegó hasta el sitio con su famosa resortera, la cargo con la Luna, apuntó y disparo al cielo, logrando sólo gran confusión, gritos y vivas entre la gente, que pronto se desanimó, al ver la esfera más empolvada cayendo cerca de un lodazal, quedando todos desesperados, por que el asunto se veía mal.

El presidente municipal, con su gran panza y su traje negro, llegó seguido de sus soldados, que en varias barcas movilizaban la catapulta, la cual se usa para espantar lobos y coyotes, que mucho asustan durante las noches, la cual cargaron y dispararon teniendo de nuevo mal resultado.

Don Lino Sánchez, maestro del pueblo, llevó unos globos llenos de helio, cargó el objeto sin dilación, pero otra vez todo fue malo, por qué los globos se reventaban, o ya cargados se desataban, dejando todo igual de mal.

Todos los niños ya más tranquilos, se habían dormido entre los brazos de sus mamás, mientras veían todas las fallas, excepto uno de nombre Axa que se mostraba desesperado.

Cuando ya nadie supo qué hacer, Axa llegó con los grandes jefes, saco su arco, puso una flecha y le ató una soga, y pidió permiso de que lo dejaran intentar a él. Todos sonrieron, más como nada podían perder, le abrieron paso y le dejaron hacer la prueba.

Ató a la Luna del otro extremo de la soga en que estaba atada a la flecha, caminó hasta la orilla de la laguna donde mojó sus pies, después, puso la rodilla en la tierra, tensó su arco, apuntó con mucho cuidado y cuando se sintió seguro, disparó.

Nadie podía creerlo, su lanzamiento dio resultado, y aquella flecha tan poderosa en una estrella se fue a atorar.

La Luna, un poco más empolvada que antes, regreso a su lugar, y desde entonces al niño Axa se le conoce como: “el flechador del cielo”.

Por eso es que la Luna en el mes de octubre brilla más fuerte y es más hermosa, ya que se acuerda de su caída, y cada año lo celebra brillando fuerte en su aniversario.

Total de palabras: 742



Sesión 2

La segunda sesión debe comenzar con una retroalimentación de lo ocurrido durante la semana transcurrida después de la primera sesión³, es importante escuchar las experiencias que los alumnos acumularon, así como las dudas, se propone una lluvia de ideas para explicar “entre todos” los diversos fenómenos suscitados.

Técnica 4: Apretar el paladar con la lengua

Durante la primera sesión se hizo énfasis de la importancia por eliminar la pronunciación sublingual, para ello se empleo la técnica de “leer contando”, sin embargo, es necesario que ésta sea la primera de las técnicas que debe superarse, es decir, necesariamente habrá que cambiar por otra que nos brinde un mejor resultado después de haber dominado la primera.

Se reparte entre los alumnos una lectura preparada para el ejercicio, de preferencia con un contenido cercano a las 550 palabras y se pide atender a las siguientes instrucciones:

- Apoyar la lengua en el paladar, de tal forma que se inmovilice el movimiento de la primera, con la intención de no pronunciar ninguna de las palabras leídas.
- Leer en silencio.
- Trabajar con la técnica de leer utilizando el dedo.

A diferencia de la técnica de leer contando, que crea un ambiente ruidoso y que tarda en ser dominada por el alumno, ésta se adapta a una lectura con mayor velocidad.

Si bien la concentración debe dividirse entre leer y dominar el movimiento de la lengua, el silencio y la quietud ocasiona un mejor desempeño en la velocidad lectora.

³ Se planea que entre cada sesión exista una semana de por medio, con la finalidad de que el alumno pueda ver de forma más clara su evolución, aunque la tarea debe ser realizada todos los días, es importante recalcar la importancia de realizar las actividades planeadas en casa, sólo así podrá verse un avance real en su capacidad de comprensión y su velocidad de lectura.



Para demostrarlo, se debe cronometrar por parte del instructor (en ésta ocasión será el instructor el único tomador de tiempo) el desempeño de los alumnos, pidiendo que una vez terminen la lectura levanten la mano para informarles el tiempo realizado.

Se promoverá con esto, además de mayor atención en la lectura, el sentido de competencia entre los alumnos.

Necesariamente habrá que solicitar a los alumnos que conserven en su manual el registro de los tiempos realizados en cada sesión.

Una vez realizado el ejercicio, se comparará el tiempo con el realizado la sesión anterior, cuando se utilizó por primera ocasión la técnica de leer utilizando el dedo.

Si el alumno ha aplicado de forma correcta la técnica, el tiempo habrá de mejorar y disminuir entre un 10 y 20%⁴.

Técnica 5: Fotografía con la vista

Cada vez que tenemos ante nosotros una imagen la leemos, es decir la interpretamos, a éste fenómeno lo conocemos como significado y significante. El hombre está familiarizado a pensar en imágenes, y al escuchar o leer un sustantivo casi siempre lo convertimos precisamente en la imagen que nuestro caudal cognoscitivo tiene almacenada.

Significado: El significado es el concepto o idea que evoca en la mente una palabra o sonido (el significante).

Significante: El significante es el conjunto de los elementos fónicos que lo forman, por ejemplo, por ejemplo, el significante de la palabra niño sería n+i+ñ+o, o el dibujo o fotografía de un niño.

⁴ Se pretende que los tiempos al irse sumando, habrán mejorado de la primera sesión, entre un 20 a un 30% de lo que fue su velocidad medida por medio del diagnóstico. Entre los alumnos que realizan las actividades encargadas como tarea, será evidente una mejora mayor, del 50% de aumento o más.



Significante

Significado

Leer



El ojo humano tiene la capacidad de captar cientos de detalles en una imagen, así como, cientos de imágenes en un minuto.

Para ésta técnica se explica al alumno sobre su capacidad de percepción visual y se le informa que habrán de exponerse frente a él en 40 segundos una serie de imágenes, atendiendo a la siguiente instrucción:

- Observar las imágenes y contar cuantas son.
- Clasificar cuantas poseían: plantas, animales, mensajes escritos o seres humanos como personaje principal.
- Anotar los mensajes escritos que recuerde.
- De las diapositivas que tenían como personaje central a un ser humano, cuantas eran pinturas y cuantas fotografías.
- Finalmente se realiza una lluvia de ideas y se vuelven a exponer las diapositivas ahora con tiempo suficiente para que el alumno se evalúe.

Imágenes:



Imagen 1



Imagen 2





Imagen 3



Imagen 4



Imagen 5



Imagen 6



Imagen 7

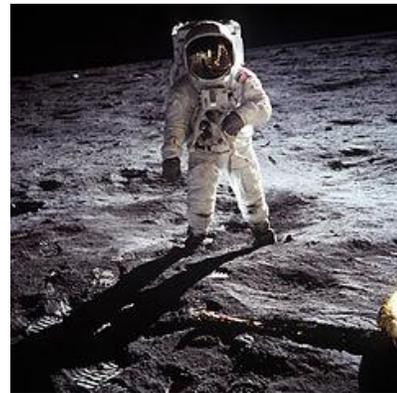


Imagen 8



Imagen 9



Imagen 10



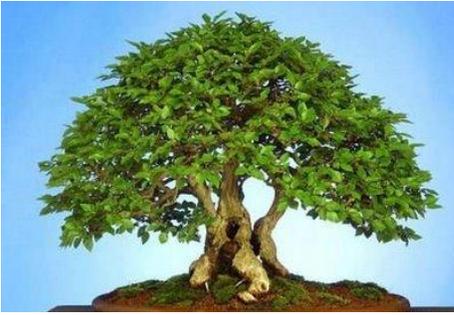


Imagen 11



Imagen 12



Imagen 13



Imagen 14



Imagen 15



Imagen 16



Imagen 17



Imagen 18





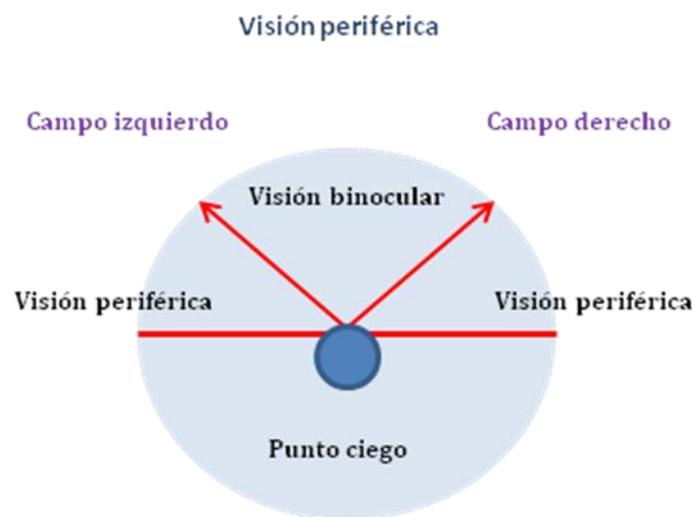
Imagen 19



Imagen 20

Técnica 6: Visión periférica

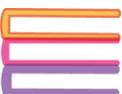
La visión periférica es la habilidad de localizar, reconocer y responder a la información en las distintas áreas del campo visual alrededor del objeto sobre el cual se fija la atención (Quevedo, 2007).



Cada individuo tiene desarrollada hasta ciertos límites la visión de ésta naturaleza, y necesariamente se muestran diferencias entre unos y otros.

Ésta técnica se divide en dos partes:

- Medición de la visión periférica.
- Ejercicios para el aumento de capacidad de la misma.



Medición:

Es importante conocer individualmente de donde parte cada participante, por ello se solicita que se atienda a la siguiente instrucción:

- Colocar frente a la cara la mano derecha estirada en su totalidad, de tal forma que podamos ver la uña del pulgar.
- Con la vista al frente seguiremos el desplazamiento hacia la izquierda de la mano hasta que seamos incapaces de distinguirla.
- Se procede a hacer lo mismo para medir la capacidad visual del lado derecho, solo que ahora se cambiará la mano a seguir por la izquierda.

Ejercicio 1:

Para lograr desarrollar mayor amplitud en la visión periférica es importante realizar ejercicios que permiten aumentar de forma gradual la capacidad de la misma, por ello se debe atender la siguiente instrucción:

- Sujetar con la mano derecha un lápiz y mirarlo fijamente.
- Describir círculos de la mayor amplitud posible con el brazo extendido y sin voltear la cabeza, solo con la mirada, intentar seguir la trayectoria del lápiz.
- Mover ahora el lápiz de arriba abajo buscando no perder contacto visual.
- Voltear la cabeza a la derecha, depositar el lápiz en la mano izquierda y realizar movimientos erráticos, tratando en todo momento de no perder el contacto visual.
- Ahora voltear la cabeza a la izquierda y repetir la indicación anterior.
- El ejercicio debe durar un aproximado de 5 minutos.
- En caso de mareo colocar el dedo índice de cualquier mano de forma vertical en la nariz.
-

Ejercicio 2:

Para éste ejercicio se trabajará en parejas, una vez establecidas las mismas se procede a lo siguiente:



- Uno de los alumnos establece hasta donde puede ser capaz de ver usando su visión periférica a su derecha.
- El otro coloca a partir de ahí el manual en la última lectura denominada “lectura crítica” y espera a que su compañero lea en voz alta, cuidando que no volteé la cabeza.
- Quien sostiene el manual debe ajustar alejando o acercando el mismo, a fin de que exista un buen enfoque.
- Terminando de leer cambian los alumnos cambian el lugar, quien sostenía el manual lee, y quien leía sostiene el manual.
- Posteriormente se intercambian nuevamente de lugar, ubican la penúltima lectura denominada “Salteo”, pero ahora se realiza el ejercicio por el lado izquierdo siguiendo las mismas indicaciones.

Técnica 7: Ampliando el campo visual

Como vimos anteriormente, nuestro campo visual es distinto en cada individuo, para poder leer con mayor eficiencia, es indispensable aumentar la capacidad de nuestro campo visual, debido a que, es indispensable dejar de leer de forma silábica, lo cual como hemos visto, retrasa nuestra lectura y comprensión.

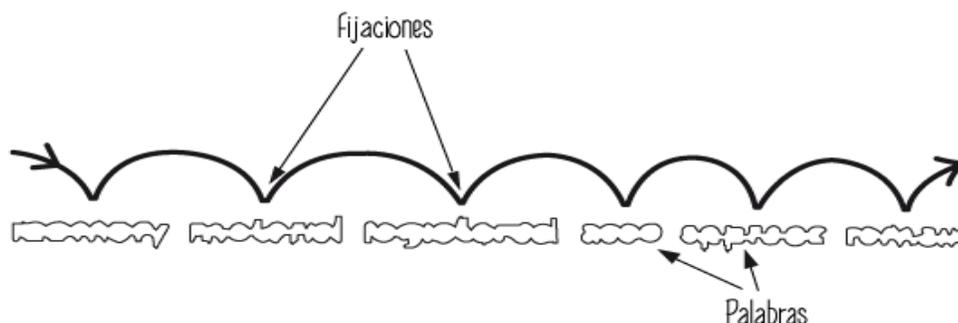
Para ello habremos de utilizar el material que contiene puntos sobre una palabra o grupos de palabras, ejemplo:

• cilindro	• permiten	• reprimen
• acumulan	• revocado	• temporal
• castillos	• tráficos	• comedia
• corporal	• triplican	• retocaba

Se pretende que el alumno sea capaz de leer dando saltos de un punto a otro, y que en lugar de atorarse en cada sílaba, lea cada palabra, como si fuera una imagen.



El manejo de nuestro campo visual en la lectura debe manifestarse de la siguiente forma:



Tarea de la sesión 2

Nuevamente habrá que enfatizar sobre la importancia de realizar las actividades extra clase, ya que en ellas se basa el óptimo aprovechamiento por parte del alumno.

Para ésta sesión se pide:

- Practicar 20 minutos diarios en dos sesiones de 10, la técnica de leer utilizando el dedo, con cualquier material que se tenga en casa, puede ser un libro, revista o hasta una enciclopedia, aunque ahora, habrá de utilizar al mismo tiempo la técnica de apretar el paladar con la lengua.
- Practicar 5 minutos diarios la técnica de leer contando, haciendo uso, al igual que en el inciso anterior, de cualquier material a su disposición. A pesar de ser la técnica que hemos abandonado en clase, nos sirve para tener un mayor grado de concentración, por lo que habrá que trabajar con ella en la tarea.
- Realizar 3 veces al día el ejercicio 1 de visión periférica, sabiendo que, si está dentro de las posibilidades del alumno, hacerlo en más ocasiones, será mucho mejor.

Ejercicios del manual a realizar durante la sesión 2:



Salteo

Al descremar la leche, se saca la parte más rica (la crema) y sustanciosa. Al leer sucede lo mismo. Saltear así mismo, significa sacar la parte más rica del texto, las ideas y detalles más importantes, y dejar lo demás.

Saltear es no leer todo, sino sólo lo suficiente como para poder captar la idea central de lo que se está diciendo. Hay que ser selectivo cuando se saltea, eligiendo lo que se lee y lo que se saltea. Algunos materiales son tan complejos o ricos que no es posible saltearlos. Otros, son tan largos y redundantes que sería una pérdida de tiempo si no se los salteara. Cuando se decide saltear, la regla de oro está en leer el párrafo introductorio y el párrafo final y lo suficiente de los otros párrafos como para tener la idea general y los detalles importantes. Captar el mensaje del autor es el principal motivo de la lectura.

Si un párrafo simplemente resume el anterior o si sólo contiene detalles que explican algo que ya se sabe, se lo saltea.

El salteo es un método que ayuda a concentrarse. Aprender a saltear ayudará a que su lectura se vuelva eficaz.

Tiempo de lectura: _____

Questionario de Comprensión

Subraya la respuesta correcta:

1. *La lectura en general nos dice:*

- a. Cómo leer eficazmente.
- b. Qué es el salteo y cómo saltear.
- c. Cómo saltear material interesante.

2. *Salteo es:*

- a. Obtener la esencia de la lectura sin leer todo.
- b. Leer todo muy rápidamente.
- c. Abarcar muchas palabras a la vez.

3. *Cuando saltea debería mirar:*

- a. Las respuestas a las preguntas del test.
- b. La idea principal y detalles significativos.
- c. El significado oculto de cada palabra.

4. *Cuando está salteando y ve que el párrafo repite información, debe:*

- a. Seguir leyendo en busca de algo inesperado.
- b. Releer el párrafo.
- c. Salteárselo.



Lectura Crítica

La lectura crítica va más allá de la comprensión de lo que el autor está diciendo. El lector crítico también busca las razones del autor. Cada autor tiene un motivo que lo lleva a escribir. Cada autor trata de convencer al lector de que lo que está diciendo es correcto y debe ser aceptado como verdad: el lector crítico considera en su lectura el propósito del autor.

Se trata de detectar también el punto de vista del autor o sus prejuicios. El lector crítico evalúa cuidadosamente el argumento que el autor le presenta. Y se hace cuestionamientos tales como: ¿Es o son estos argumentos válidos? ¿Son los datos precisos? ¿Las conclusiones a las que llega, son razonables? Estas y otras preguntas a su vez mantienen el nivel de atención y concentración del lector, que encuentra allí la motivación para seguir leyendo.

En resumen, el lector crítico es escéptico. El no acepta automáticamente lo que aparece en la página como verdadero y exacto. El lector crítico lee con una mente cuestionadora.

Tiempo de lectura: _____

Cuestionario de Comprensión

Subraya la respuesta correcta:

1. *El propósito principal de este texto es:*

- a. Preguntar y responder preguntas sobre la lectura.
- b. El lector crítico lee con mente cuestionadora.
- c. Explicar cuán engañosos pueden ser autores desconocidos.

2. *El lector crítico:*

- a. Se preocupa sólo por la velocidad.
- b. Se preocupa sólo por la comprensión.
- c. Se preocupa por conocer el propósito del autor.

3. *El lector crítico es consciente:*

- a. Del punto de vista del autor.
- b. De la apariencia del autor.
- c. De los talentos del autor.

4. *El lector crítico:*

- a. Acepta el argumento del autor.
- b. Rehusa el argumento del autor.
- c. Analiza cuidadosamente la validez del argumento del autor.



Ejercicio de enfoque 1: Enfoca la mirada en la parte media superior de cada palabra leerás enfocando tus ojos en el punto negro que se encuentra encima de cada una.

• cilindro	• permiten	• reprimen
• acumulan	• revocado	• temporal
• castillos	• tráficos	• comedia
• corporal	• triplican	• retocaba
• retozaba	• remolino	• elefante
• conocido	• cruzando	• reversos
• caramelo	• retomará	• bártulos
• cortador	• pantalón	• camiseta
• cascarón	• cangrejo	• cisternas
• cornadas	• destapar	• desorden
• contagio	• bastardo	• crispado
• dorado	• hornero	• carnero
• capricho	• probado	• cosaco
• sabiendas	• hilandera	• intuición
• hechicero	• aterrizar	• sanatorio



Ejercicio de enfoque 2: Enfoca la mirada en la parte media superior de cada palabra leerás enfocando tus ojos en el punto negro que se encuentra encima de cada una.

•
morboso

•
algunos

•
poetisa

•
mensaje

•
dominio

•
rabioso

•
palpable

•
mirador

•
gauchesco

•
palmera

•
perfección

•
universo

•
premisa

•
acuático

•
cordones

•
trepidante

•
desagravio

•
continente

•
divergente

•
detergente

•
lavandina

•
periscopio

•
epidermis

•
deberes

•
provincia

•
gusano

•
fanático

•
desarrollo

•
industria

•
pioneros

•
clavija

•
maestría

•
orador

•
domingo

•
pasado

•
camino

•
payaso

•
almanaque

•
parabrisa

•
silencio

•
desánimo

•
distracción

•
potente

•
biología

•
cantante

•
organizar

•
desarrollar

•
memorizar

•
jinete

•
arroyo

•
lustrado



Debes leer las dos palabras colocando la vista en el punto.

•
acontecerá mañana

•
palabra muda

•
terrible daño

•
definición pobre

•
soledad solcito

•
película mudas

•
crepúsculo adicional

•
epístola calcada

•
libros ajenos

•
canción sorda

•
palabra honrada

•
hermana sangre

•
tentadora mansión

•
frenesí soledad

•
pobreza ansiosa

•
grabaciones cultas

•
perdidamente solo

•
contralor malogrado

•
contexto claro

•
madera podrida

•
tremendo desgaste

•
amanecer normal

•
tontos redomados

•
conejo anormal

•
prestando oídos

•
alameda tonta

•
texto tremendo

•
somero análisis

•
gotita fecunda

•
pimentero saliente

•
demanda saliente

•
antecedentes pobres

•
adiós entereza

•
salidera mortal

•
pontífice abierto

•
puerta gomosa

•
pertenecer acaso

•
tormentosa pasión

•
malísima textual

•
corriendo gansos

•
tormenta corta

•
teclado previo

•
pérdida ahorra

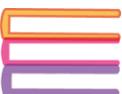
•
heladera tronador

•
necesidad seria

•
semental acorde

•
genérica salsa

•
memorias gloriosas



Debes leer las dos palabras colocando la vista en el punto.

inodoro despiadado	sentimental agónico	jauja demasía
palabras sesudas	granadina ornamental	síntoma gordo
alamedas antojadizas	santurrones astutos	naderías increíbles
montesino cuaderno	textos yacarés	gatuno arrebatador
pensadores solitario	diplomático terco	ornitorrinco cojo
fermentación agónica	nimiedades seriales	continuidades alegres
prebendas insolentes	claraboyas anormales	tonterías martillos
palabrerío insulso	detestables ratones	chacinados incluidos
apalabrado anterior	naranjas exprimidores	sobrepuestos crueles
supervivencia fatales	japoneses solícitos	famélicos animales
habladores demasía	cortapisas juncales	santamaría huérfanos
negruras insondables	gentuza inexplicable	ferretería cósmica
sillones mancomunados	cortedades lamentables	latinoamérica juntada
estremecedor vuelvo	generalmente orquídeas	escuchadores profesión
vuelco centímetro	pertenencias nubladas	aficionados amigos
calcados falsificadores	amputaciones sesudas	soledades oquedades



Sesión 3

La tercera sesión tiene la intención de hacer más sólidas las habilidades adquiridas con el trabajo en casa.

Es importante recordar que al igual que en las sesiones anteriores se debe realizar una medición de tiempo con una lectura que el alumno conoce hasta ese momento, por lo mismo no se incluye en el manual.

Para ésta sesión, al igual que en la anterior el tomador de tiempo será el instructor, quien pedirá se siga la siguiente dinámica:

- Apoyar la lengua en el paladar, de tal forma que se inmovilice el movimiento de la primera, con la intención de no pronunciar ninguna de las palabras leídas.
- Leer en silencio.
- Trabajar con la técnica de leer utilizando el dedo.
- Levantar la mano en cuanto se termine la lectura.
- Registrar el tiempo.

Técnica 8: El salto visual

En la sesión anterior se trabajó en ampliar el campo visual, y al respecto se revisaron algunos ejercicios en el manual, sin embargo, la mejor forma de aprovechar la mejora del campo es a través del salto visual.

Para ello, mediremos primero nuestra capacidad visual con una “prueba de amplitud periférica” incluida en el manual, y que consta de una “pirámide grande de letras” con 23 renglones, cada uno de los cuales contiene una cantidad de letras que va en aumento progresivo.

Para realizar la prueba se solicita atender a lo siguiente:

- Fijar el dedo índice en el inicio de la línea que atraviesa el texto triangular.
- Bajar el dedo por la línea y leer siguiendo con la vista el dedo guía en forma vertical hasta que no se pueda captar la oración entera en un golpe de vista.
- Registrar la cantidad de letras captadas. Esa cantidad representa la amplitud de visión periférica.



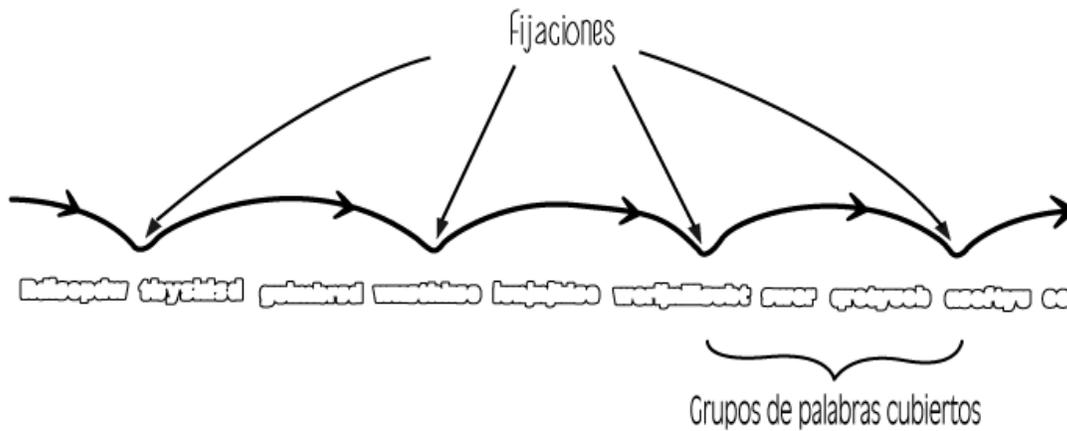
Posteriormente habrá de localizarse en el manual el ejercicio, donde aparecen grupos de palabras en renglón doble, coronadas por un punto, ejemplo:

<p>•</p> <p>inodoro despiadado</p> <p>dormidos calcáreos</p> <p>•</p> <p>palabras sesudas</p> <p>golondrina eficaz</p>	<p>•</p> <p>sentimental agónico</p> <p>aborrecer salitre</p> <p>•</p> <p>granadina ornamental</p> <p>clemencia artífice</p>	<p>•</p> <p>jauja demasía</p> <p>claves demasiado</p> <p>•</p> <p>síntoma gordo</p> <p>sonidista acontecer</p>
--	---	--

Para que sea posible realizar el ejercicio de forma rápida, se pide seguir la siguiente instrucción:

- Tomar el manual con ambas manos y ponerlo a la distancia a la cual se puedan visualizar renglones y puntos sin tener que hacer un gran esfuerzo, es decir, enfocar el texto.
- Leer en silencio los grupos de palabras sin utilizar el dedo.

La lectura, al ser de más de una palabra debe seguir éste ritmo:



Técnica 9: Enfoque profundo

Cómo se trató en la sesión 2, los seres humanos tenemos una gran capacidad para captar información, la lectura de imágenes lo demuestra, sin embargo, al enfrentarnos a un grupo de letras, esa capacidad se trastoca por nuestro malos hábitos lectores y titubeamos ante ellas.

El enfoque profundo consiste en ver a una palabra o grupo de palabras como si fueran una fotografía y transformarlas en nuestra mente en un significado.



Ésta técnica es una de las más complicadas, pero, si hemos realizado los ejercicios dejados como tarea se logrará el objetivo sin problema.

Para comenzar a trabajar habrán de localizarse los ejercicios que asemejan “pirámides de letras”, ejemplo:

<p>•</p> <p>gel</p> <p>salas</p> <p>completo</p> <p>intentos varios</p>	<p>•</p> <p>doy</p> <p>cuna</p> <p>moreno</p> <p>entendido</p>	<p>•</p> <p>don</p> <p>solas</p> <p>cantante</p> <p>modelado</p>
<p>•</p> <p>frente a las casas de</p> <p>cómo voy a saber que</p> <p>podría ser que después</p> <p>claro que mañana iré a los</p>	<p>•</p> <p>motivado por</p> <p>se entiende que</p> <p>hasta la mañana no</p> <p>murieron todos los que</p>	<p>•</p> <p>contraponer a</p> <p>son todos los que</p> <p>hermenéutica parecida</p> <p>cuáles quieren que salgan</p>

Instrucciones:

- Tomar el manual con ambas manos y ponerlo a la distancia a la cual se puedan visualizar renglones y puntos sin tener que hacer un gran esfuerzo, es decir, enfocar el texto.
- Leer los cuatro renglones escritos bajo el punto sin mover los ojos del mismo.
- Leer en silencio los grupos de palabras sin utilizar el dedo.

Técnica 10: Concentración usando susurraores

Un elemento fundamental para poder comprender lo que se lee es tener la capacidad para estar concentrado.

Cada uno de nosotros tiene una forma distinta de lograr concentrarse, para algunos el silencio sepulcral es indispensable, habrá quién requiere de música o cantidades abundantes de ruido, pero, no siempre podremos controlar las condiciones físicas que nos rodean y por ende, no es posible que nuestra concentración dependa de “condiciones controladas”.

Una forma de lograr tener un mejor control sobre nuestras condiciones de concentración, es establecer niveles de tolerancia a la perturbación, para ello se



trabajaré con la técnica del susurrador, por lo cual se trabajará en parejas; una vez establecidas las mismas se procede a lo siguiente:

- Fabricar un susurrador enrollando como tubo una hoja de papel.
- Utilizar el manual en el texto “el lector ineficiente”, uno de los miembros de la pareja lo leerá en silencio, mientras el otro integrante, utilizando el susurrador, le leerá al oído la lectura “el lector eficiente”.
- Una vez terminada la lectura, se venen contestar los reactivos contenidos en la misma, sin que el compañero deje de “susurrar” al oído.
- Cuando ambas partes del proceso se han cumplido se invierten los papeles.

Tarea de la sesión 3

Es imprescindible que se realice la tarea de una sesión a otra, ya que, solo así, puede verse una mejora continua en el alumno.

Después de ésta sesión habrá que:

- Practicar 20 minutos diarios en dos sesiones de 10, la técnica de leer utilizando el dedo, con cualquier material que se tenga en casa, puede ser un libro, revista o hasta una enciclopedia, aunque ahora, habrá de utilizar al mismo tiempo la técnica de apretar el paladar con la lengua.
- Practicar 5 minutos diarios la técnica de leer contando, haciendo uso, al igual que en el inciso anterior, de cualquier material a su disposición. A pesar de ser la técnica que hemos abandonado en clase, nos sirve para tener un mayor grado de concentración, por lo que habrá que trabajar con ella en la tarea.
- Realizar 3 veces al día el ejercicio 1 de visión periférica, sabiendo que, si está dentro de las posibilidades del alumno, hacerlo en más ocasiones, será mucho mejor.
- Realizar los ejercicios de “enfoco profundo” que vienen en el manual.
- Leer escuchando música o ruido que nos resulte desagradable.



Ejercicios del manual a realizar durante la sesión 3:

Este ejercicio se realiza de la misma manera que el anterior. La diferencia radica en que las palabras reunidas en cada grupo son muy parecidas entre sí, lo cual aumenta la dificultad de la búsqueda. **Percepción “precisa”** quiere decir percepción exacta y clara, de manera de no confundir nunca una palabra con otra, aunque sean muy semejantes por su escritura. Aumenta progresivamente la velocidad hasta realizarlo en minuto y medio.

abajo

abandonado, abanico, abajo, abarca, abajo, abarrotar, abadía, abacial, alud, abeto, abismo, abajo, abogado, abonos, abordar, aborrecible, aborto.

abastecedor

abrazaba, abría, abruptos, abastecedor, absoluto, absorto, abuelo, abastecedor, abundancia, abuso, abyecto, abastecedor, abultada, acaba, accidente, acción, acerbo, acidez.

abierta

acogen, acometí, abierta, acompañado, acordándome, acordé, acosaban, acostumbraban, abierta, acritud, actitud, abierta, activa, actriz, acuática, acuérdate, Adán, además.

adiéstrase

abolengo, adivinar, adjetivo, admiración, adobes, adiéstrase, adquirí, adquisición, adiéstrase, advenimiento, adverbio, adversidades, adversos, advertido, advierto, adyacente, adiéstrase.

abreviar

afán, afeaban, afección, abreviar, aficionáronse, afición, aflige, afligidísimo, afligieron, agárrele, agenda, abreviar, agente, agigantar, ágil, agitaban, agitación, agobiar.

absolver

agonía, absolver, agotaréis, agradecer, agravado, agravio, agresiva, aguadísimo, aguardar, agüeros, absolver, águila, agujero, ahijado, ahínco, ahogaba, ahogado, ahondándose, absolver.



acceder

ahora, ahorcados, ahorcasen, ahorran, aislándola, acceder, ajeno, ajetreo, acceder, alabanzas, alba, albahaca, albanés, albañil, albergue, acceder, alborada, alborotase.

acepción

acepción, álbum, Alcalá, alcahuete, alcancé, alcoba, aldabón, aleccionadora, alegría, acepción, Alejandro, alélies, alemán, alevosos, acepción, alfabético, alféizar, alférez, acepción.

acreditó

algarabías, acreditó, algarrobos, álgebra, algodón, alguacil, algún, alhajas, acreditó, alharaca, aligérame, aliviar, aljibe, almacén, acreditó, almohada, altavoz, alternación, alternativo.

acusación

altísimas, altivez, alud, Alvaro, acusación, alzaban, alzará, alzó, alzóse, allá, allí, acusación, amabilidad, ámbar, ambición, ambiciosos, ambiente, ambigüedad, acusación, ámbito, ambos.

adherentes

adherentes, amenazaba, América, amontonaba, analfabetos, adherentes, anarquía, anatómicas, andaba, Andes, Andrés, anduvieron, anduvimos, anexo, adherentes, anfibio, ángeles, angina.

adscripción

ángulo, anhelando, anhelantes, anhelo, Aníbal, ánimo, aniquiló, anís, adscripción, aniversario, antevió, antipatía, adscripción, antiquísimo, antropólogos, anunciaba, anverso, apareció.



Prueba de amplitud de visión periférica

Pasos:

- a. Fija tu dedo índice en el inicio de la línea que atraviesa el texto triangular.
- b. Baja el dedo por la línea y lee siguiendo con tu vista el dedo guía en forma vertical hasta que no puedas captar la oración entera en un golpe de vista.
- c. Registra la cantidad de letras que captas en un golpe de vista (es el número que se encuentra en el margen izquierdo). Esa cantidad representa la amplitud de tu visión periférica.

(2)	el
(4)	casa
(6)	bastón
(8)	mecánica
(10)	para otros
(12)	varias cosas
(14)	estaba sentado
(16)	emplearemos aquí
(18)	creo que era breve
(20)	sus cuotas son bajas
(22)	fue de ciencia-ficción
(24)	exponen el gran problema
(26)	no necesitará estar parado
(28)	asociaciones internacionales
(30)	el teatro tenía gran capacidad
(32)	con el gran desarrollo provocado
(34)	el no participaba en aquel partido
(36)	la humanidad llegaría a su evolución
(38)	la multipropiedad hoy se puede comprar
(40)	el obstáculo fue la falta de información
(42)	tenía el espíritu de la edad contemporánea
(44)	la sensibilidad desempeñó su papel principal
(46)	fue el más significativo de todos sus escritos



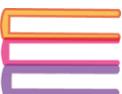
Debes leer las dos palabras colocando la vista en el punto.

• tortuosa arcada	• malignidades texto	• perfumadas orientales
• nasal acomodados	• basura esperanto	• manila designios
• sobreprecio ortodoxo	• caminante adecuados	• sobriamente despedido
• calcados hermosuras	• contrincante sepultado	• hermosamente traidor
• caras apesadumbradas	• armadas trebejos	• reloj descontrolado
• pedestre quejumbroso	• maduramente hostilidad	• kilométrico polvaredas
• palabrerío deshonesto	• cornetas deseadamente	• potreros inconsolables
• ornamental desconsuelo	• sabiamente atrocidad	• marcadamente sobriedad
• tornasolado apestados	• pensadores sensualmente	• andadurías extrañas
• monopatín destruido	• completo desasosiego	• salados escondidos
• placards marcadamente	• carpas mancomunadas	• controladamente textuales
• himnos salutíferos	• antigüedades despistadas	• cancioneros despertados
• sombrosos acústicos	• excentricidades demasía	• sonidos estruendosamente
• cortinas tremebundas	• carteros desopilantes	• pertenecer liberalmente
• salados impuestos	• carmín jacarandá	• clorofila arterial
• cuchillada pontifical	• ponchos ajenamente	• clonados insípidos



Debes leer las dos palabras colocando la vista en el punto.

•	•	•
alardear síncope	centígrado penetrante	quesería desierta
•	•	•
pantalla deshuesada	desastre colegiales	genética impasible
•	•	•
palabra armónica	contexto salpicados	montañas destierros
•	•	•
africana sillones	tratados orientales	mansilla retornado
•	•	•
concomitante denuedo	programa silente	portafolios desligados
•	•	•
jubiloso animalesco	tormenta eléctrica	meretriz ahuesada
•	•	•
intimidar apuestos	tenebroso pasadizo	heladería cósmica
•	•	•
atuendos desequilibrados	vocabulario provocación	solsticio invernáculo
•	•	•
sonsonete episódico	música celestiales	traviesas atravesadas
•	•	•
órganos instrumentales	dentellada caliente	increíble inherentes
•	•	•
colindante trivial	antojadizas posiciones	dicotomías peripatéticas
•	•	•
pescadería académica	beneficiosamente añil	descomunal rítmico
•	•	•
troncalmente salidos	fenecidos pútridos	contaduría criaturas
•	•	•
sonidos acalambrados	terribles idiosincracias	extenuantes teorías
•	•	•
secuencialmente tímido	malignas malformaciones	elucubraciones impropias
•	•	•
después venideras	santiguarse además	falacias cómicamente



Debes leer las dos líneas colocando la vista en el punto.

inodoro despiadado dormidos calcáreos	sentimental agónico aborrecer salitre	jauja demasía claves demasiado
palabras sesudas golondrina eficaz	granadina ornamental clemencia artífice	síntoma gordo sonidista acontecer
alamedas antojadizas fósforo deslíz	santurrones astutos cuatrerros insípidos	naderías increíbles deletéreo pertinaz
montesino cuaderno torreón apocado	textos yacarés temblor deseante	gatuno arrebatador arrebatar galera
pensadores solitario falaz saturnino	diplomático terco goloso eficaz	ornitorrinco cojo demás asilado
fermentación agónica temblor maravilla	nimiedades seriales dulces sueños	continuidades alegres acordes drenaje
prebendas insolentes prenda corola	claraboyas anormales glamour secuaz	tonterías martillos damisela apartado
palabrerío insulso sociales sequoyas	detestables ratones claves deletéreos	chacinados incluidos continuos chances
apalabrado anterior pajarito sacudido	naranjas exprimidores salmón acordeón	sobrepuestos crueles drástico pertenecer
supervivencia fatales frontales delgado	japoneses solícitos francamente duros	famélicos animales santurrón doloso
habladores demasía gomería joyero	cortapisas juncales camión tornado	santamaría huérfanos abogacía doméstico
negruras insondables entereza demasiado	gentuza inexplicable soltero acompasado	ferretería cósmica claroscuro feroz
sillones mancomunados simples mentes	cortedades lamentables génesis solcito	latinoamérica juntada afinado celestial
estremecedor vuelvo reinos rosados	generalmente orquídeas pantalla pantera	escuchadores profesión colocados redondos
vuelco centímetro rítmico atinado	pertenencias nubladas deseantes perfumes	aficionados amigos cómodos plantas



Debes leer las palabras colocando la vista en el punto. Al enfocar cada uno de ellos, intentarás reconocer los cuatro renglones que están debajo.

•
gil
noble
medidos
sin embargo

•
dos
caras
entiendo
resentidos

•
cal
meras
tentados
dejar salir

•
todos toman algo
será de Dios que ven
no entiendo nada de lo
un día de éstos será lo que

•
atentamente dos
quién podrá venir
milagros curiosamente
dame por cualquier cosa

•
rosado pálido
estar de pie hoy
incluso tempestivamente
ahora vamos para el norte

•
veo
celos
entiendo
rejuntados

•
dos
sillón
maderas
los servicios

•
cal
faro
entonces
claroscuros

•
incluso es débil
automáticamente nulo
defendiendo todos ellos
permitiendo todos los tipos

•
perdidamente solas
estaremos todos antes
quién podrá entenderlos
esperemos que salga todo

•
quién dijo que
somos todos los
entender quizá pueda
ahora debemos esperar a

•
qué
caso
modelo
implicados

•
soy
latas
medidas
contrariado

•
hez
caras
soneto
alquilado

•
solamente actos
cruels abominaciones
sensiblemente modelos
anteriormente se dijo que

•
embebido en
mantener vivo el
qué puedo decir de
aunque mañana venga yo

•
ocho coroneles
tomemos todos los
contrario a toda chance
evidencias que indican que

•
gel
salas
completo
intentos varios

•
doy
cuna
moreno
entendido

•
don
solas
cantante
modelado

•
frente a las casas de
cómo voy a saber que
podría ser que después
claro que mañana iré a los

•
motivado por
se entiende que
hasta la mañana no
murieron todos los que

•
contraponer a
son todos los que
hermenéutica parecida
cuáles quieren que salgan



•
des
cuenta
tramados
felicidades

•
solo salpicados
contando con las
sabiendo que podría ser
te dirán que trates probar

•
roma
arteros
sometidos
medidamente

•
con todas las flechas
saliendo de las fichas
tener que pedir por algo
modelos únicos que son el

•
ola
hasta
cantos
motivado

•
perteneciendo
comentar todo lo que
mentiremos todo lo que
saliendo por cualquier lado

•
voy
acaso
someros
quién fue a

•
modelando a todo
soltar las amarras que
plantear curiosos dones
tremendo alarde de faltas

•
hoy
feroz
plantío
entendiendo

•
no tienen que
cuán caro a ellos
entenderás que mañana
cualquiera que pudiera ser

•
ala
sentir
mordida
alardear con

•
tontamente solo
a pedido de los que
federales que guerrear
muy apenado por los que



Debes leer las palabras colocando la vista en el punto. Al enfocar cada uno de ellos, intentarás reconocer los cuatro renglones que están debajo.

•
mil
roble
senderos
por supuesto

•
tos
ceras
entiendas
a facultades

•
sal
veraz
tensados
dejar partir

•
todos sacan algo
para qué vienen si no
calcados de la realidad
poniendo en riesgo a los

•
plenamente dado
entender de todo menos
amigo curiosamente solo
manivela que al ponerse en

•
osado y corto
soledad entendida
molestar a cuanto ser
con todo lo que vamos a

•
leo
pelos
entienda
implicados

•
amo
melón
praderas
sonsonetes

•
mal
aros
entender
moderado

•
perdidos en la
modernamente par
aconteció que todos los
por todos los caminos que

•
qué vienen a ver
te diré lo que vamos
hoy no viene nadie por
traeremos un armario que

•
ser uno solo
molestar a quien
hoy veremos otra cosa
saliendo para el país que

•
ola
paso
tierras
naderías

•
doy
metas
ardidos
detenidos

•
pez
coros
someta
iluminado

•
entendidos que
saltamontes alocados
me dirán que no se pudo
el auto chocó contra el ala

•
qué bueno que
dócilmente bajó por
se detuvo antes de que
contrariamente a lo previsto

•
teniendo por
saliendo por la
qué bueno que puedas
evidencias que indican que

•
des
solas
contento
anteponer

•
voy
cuña
salidas
estirados

•
son
todos
cantera
inmolado

•
solicitar por
sólo voy a tener
se introducirá en un
entiendo que todos los

•
carcomido por
voy a pedir que
no entiendo por qué
alcanzados por la onda

•
componer un
debajo de la calera
qué te pudo haber pasado
saliendo por el camino dos



•
esa
tuerto
motivos
arrancado

•
ala
fiesta
someros
entendidos

•
doy
serán
enteros
partiendo

•
entrecruzan con
tomar todos los tipos
dejar que la buena cocina
cuando aparecen son como

•
curiosear por
desalentar todo tipo
sólo que cuando dijo que
estoy por venir a ver lo que

•
por qué no me
qué pudo haber pasado
soy todo oídos para que me
por cualquier motivo que no

•
mar
ardieron
enredados
completamente

•
col
acceso
salteados
tomando por

•
ola
mentir
morcilla
alarmados por

•
dan todos los pasos
perdidamente amoroso
tener que salir por detrás
modelo rebelde que durmió

•
dejando que las
multado por bebe en
un camino que deja mucho
todos los pozos fueron hoy

•
qué prontamente
pudieron desmentir
se pusieron a su servicio
dominados por un demente



El Lector Ineficiente

El lector ineficiente lee palabra por palabra. Focaliza sus ojos en cada palabra porque tiene miedo de que si no absorbe todas y cada una de las palabras se va a perder algo. El lector ineficiente es por naturaleza muy detallista en todo lo que hace y siente que leyendo palabra por palabra va a sacar el máximo beneficio de lo que lee. Cree que leer despacio aumentará la comprensión y la concentración. Desafortunadamente no es así. Su concentración se debilita pronto y se pierde interés por lo que se está leyendo. Este tipo de lectura se convierte en algo aburrido y tedioso y los libros pasan a ser su mayor enemigo.

El lector ineficiente se concentra tanto en cada palabra que pierde las ideas y conceptos importantes que el autor busca transmitir. Se podría decir que falla en 'ver el bosque' porque está muy ocupado en mirar 'los árboles'.

Los ejercicios de lectura veloz y búsqueda de ideas centrales ayudarán al lector ineficiente a cambiar de hábitos y desarrollar mayores habilidades para la lectura. Aprenderá rápidamente a buscar ideas importantes y detalles significativos, en vez de concentrarse en palabras individuales. Se divertirá leyendo y logrará sus metas con eficiencia.

Tiempo de lectura: _____

Cuestionario de Comprensión

Subraya la respuesta correcta:

1. *El propósito principal del párrafo es:*

- a. Discutir los distintos tipos de lectura.
- b. Descubrir los hábitos de lectura del lector ineficiente.
- c. Probar lo aburrido y tedioso que puede ser leer palabra por palabra.

2. *De acuerdo con el autor, el lector ineficiente:*

- a. Lee palabra por palabra.
- b. Es frecuentemente descuidado y vago.
- c. Lee de derecha a izquierda.

3. *El lector ineficiente:*

- a. Lee para encontrar la idea central de cada párrafo.
- b. Teme que si no lee cada palabra se va a perder algo.
- c. Lee sólo para entretenerse.

4. *La referencia de no ver el bosque por ver los árboles sugiere que:*

- a. El lector ineficiente está tan ocupado en encontrar las ideas que pierde las palabras.
- b. El lector ineficiente debe ser más cuidadoso en el bosque.
- c. El lector ineficiente está tan preocupado por cada palabra que pierde la idea.



El Lector Eficiente

El lector eficiente siempre lee con un propósito en mente y ajusta su velocidad de lectura a su propósito. Si está leyendo para obtener una idea de los acontecimientos importantes del día, lo lee rápidamente. Busca lo más trascendente y se saltea los detalles menores. Por otra parte, si está leyendo un manual técnico para aprender cómo manejar una computadora, disminuye la velocidad de lectura e incluso se va a detener para comprobar lo que acaba de leer. Si bien el lector eficiente cambia su ritmo de lectura al cambiar de material, hay algo que nunca cambia: el buscar las ideas que le permitan alcanzar su propósito.

El lector eficiente no se concentra en palabras sueltas, en cambio, lee grupos de palabras. Prioriza la comprensión y 'ataca' el material con un vigor que incrementa su concentración.

Si el texto es extenso, el lector eficiente divide el material de lectura y programa el tiempo. De esta manera concentra el esfuerzo y se automotiva para alcanzar una doble meta: leer durante un tiempo y la cantidad necesarios. Para el lector eficiente leer no es cansador, es una actividad que se realiza con un objetivo variable que finalmente alcanza con el éxito.

Tiempo de lectura: _____

Questionario de Comprensión

Subraya la respuesta correcta:

1. *La idea principal de este párrafo es:*

- a. El lector eficiente lee todo a la misma velocidad.
- b. El lector eficiente no saltea ninguna palabra.
- c. El lector eficiente lee con un propósito.

2. *El lector eficiente:*

- a. Lee buscando ideas.
- b. Hojea todo lo que lee.
- c. Odia los manuales de computación.

3. *El lector eficiente:*

- a. Entiende ciento por ciento lo que lee.
- b. No encuentra cansadora la lectura.
- c. Nunca lee detalles.

4. *El párrafo sugiere que el lector eficiente no lee palabra por palabra porque:*

- a. Está muy concentrado buscando ideas.
- b. El necesita leer todo.
- c. El quiere acordarse de todo.



Sesión 4

Ésta última sesión contempla la aplicación de una evaluación final, se hizo referencia al inicio del curso, y es importante recalcar al inicio de la misma, que se llevará a cabo al termino de la sesión.

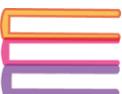
En ésta ocasión no se trabaja en el conocimiento de ninguna técnica nueva, solamente se recalca la importancia por apropiarse y trabajar sobre las 10 técnicas de que consta el curso.

Sin embargo, se trabajará con las técnicas que previamente se habían conocido, para ésta sesión se inicia con la técnica denominada:

Fotografía con la vista cuya mecánica es:

Se explica al alumno sobre su capacidad de percepción visual y se le informa que habrán de exponerse frente a él en 40 segundos una serie de imágenes, atendiendo a la siguiente instrucción:

- Observar las imágenes y contar cuantas son.
- Clasificar cuantas poseían: plantas, animales, mensajes escritos o seres humanos como personaje principal.
- Anotar los mensajes escritos que recuerde.
- De las diapositivas que tenían como personaje central a un ser humano, cuantas eran pinturas y cuantas fotografías.
- Finalmente se realiza una lluvia de ideas y se vuelven a exponer las diapositivas ahora con tiempo suficiente para que el alumno se evalúe.



Posteriormente se trabaja en ejercicios con la técnica denominada:

Ampliando el campo visual cuya mecánica es:

- Se pretende que el alumno sea capaz de leer dando saltos de un punto a otro, y que en lugar de atorarse en cada sílaba, lea cada palabra, como si fuera una imagen.

Finalmente, después de trabajar con las actividades programadas para ésta sesión se realizará la evaluación final con la siguiente mecánica:

- Leer en silencio.
- Cronometrar su tiempo de lectura.
- Se realizará una prueba de comprensión de lo leído.

La velocidad de lectura se obtiene en éste caso, proporcionando un texto denominado Chapalicum mare, de Fernando Villaseñor con 900 palabras, a partir del tiempo total de lectura se realiza el siguiente cálculo:

$$\frac{\text{Total de palabras}}{\text{Tiempo}}$$

El nivel de comprensión se obtiene aplicando una serie de reactivos de opción múltiple, relacionados con la lectura.

Ejercicios del manual a realizar durante la sesión 4:



Lee fijando la vista en el medio de la frase, de izquierda a derecha:

se trata de un	tratamiento médico
de dos tallas en	de meticulosos controles
hacer milagros para	gimnasio equipado con
muy sensibles	tejido cutáneo que luego
una aversión a la	ciclópica empresa
trabajo muscular	bienestar físico
resultados excelentes	tonifica los tejidos
elimina algunas pecas	el intercambio hídrico
mejoras muy grandes	cursos avanzados
enorme alivio de los	en mi método son
las manos contribuyen	conocimiento anatómico
circulación sanguínea	la justa presión
gozar de una buena	dieta blanda
limpia y tonifica los	sustancias químicas
explicación sencilla	autonombramiento
eliminación de las	toxinas en exceso
una gran cantidad	recuperar un equilibrio
una figura esbelta	una línea envidiable
poco gasto	nada de fatiga o renuncias
diez sesiones	media hora por sesión
pago a plazos	aplazado para
invitación a prueba	quedará contento



El siguiente ejercicio comprende una serie de grupos de palabras, cada uno encabezado por una palabra clave. **Trata de localizar esa palabra clave dentro de cada grupo con la mayor rapidez posible.** Hazlo simplemente deslizando la vista, pero también puedes ayudarte con el dedo o siguiendo las líneas con un lápiz. No es necesario “leer” cada una de las palabras restantes. Cuando “descubras” la palabra clave, golpéala con la parte de atrás de un lápiz o lapicera, con el fin de crear una respuesta motriz ante un estímulo visual. Pon a funcionar el cronómetro, para ver el tiempo que empleas, y aumenta progresivamente la velocidad hasta que logre realizarlo en un minuto y medio.

cenestesia

agente, atrofia, binocular, binario, cenestesia, discrepante, dinámico, empírico, facilitar, hierático, hortatorio, soporífero, ubicuo, sincronizar, toxicidad, cenestesia.

concepto

verídico, rarefacción, somático, táctil, concepto, abstracción, agregado, biauricular, causal, concomitante, decremento, reincidente, sinuoso, concepto, querencia, síndrome.

categoría

oferente, ambiguo, binocular, categoría, neologismo, oclusivo, ontogenético, postulado, presuntivo, réplica, categoría, sincronizar, sucinto, volición, terapia, síndrome.

cognición

cinética, concomitante, cognición, oferente, atrofia, integración, casuística, diferenciar, dinámica, cognición, hidrato, hipótesis, genética, hierático, invariable, inverso.

cinética

antropomórfico, agregado, fluorescente, ideología, intrínseco, cinética, motivo, réplica, sinuoso, lábil, homogéneo, laminado, nosología, cinética, medio, modular.

decremento

calibrar, concomitante, casuística, agente, decremento, agregado, binocular, vascular, vernáculo, tangible, dúctil, decremento, terapia, secuencia, réplica, quiróptero.



discontinuo

contigüidad, cinética, discreto, endógeno, lineal, terapia, volición, xenofobia, discontinuo, leucocito, lábil, nulo, discontinuo, motivo, neologismo.

doctrinario

discrepante, abstracción, oferente, nativo, doctrinario, táctil, toxicidad, ubicuo, unilateral, xenofobia, vernáculo, doctrinario, unglado, radical, réplica, dinámico.

diferenciar

discrepante, nosología, neologismo, oblicuo, olfativo, diferenciar, putativo, ojiva, paradigma, pronóstico, querencia, situación, síndrome, diferenciar, utilitario, verídico.

discrepante

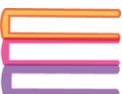
epítome, atrofia, avocación, binario, casuística, equívoco, discrepante, funcional, genética, hexámetro, hipótesis, ideología, dúctil, nulo, discrepante, oclusivo.

dinámico

maleable, visceral, hidrato, nulo, presuntivo, paliativo, dinámico, sinuoso, volición, vernáculo, terapia, somático, secuencia, antropomórfico, dinámico, atrofia.

discreto

invariable, masticación, nosología, ojiva, discreto, ontogenético, óptimo, pragmatismo, periférico, verídico, volición, discreto, jurisprudencia, laminado, modular, causal.



Lee centrado la atención entre la primera y segunda línea, tratando de leer con visión periférica el resto de los renglones.

estoy en la ciudad
rincones extraños
todos los habitantes
veladas insomnes
estimula la fantasía
como un instante

una sensación confusa
gotas húmedas y pálidas
quizá sollozante
asustados y tristes
sorda al viento
acaso cree realmente

todo aquello era quizá
como se atormentaban
lejos de los confines
palacio sumergido
ciudad eterna y sola
nunca ha conocido

inagotable alegría
malicia la gente
caminado a menudo
sido un sueño
poción venenosa
la existencia se llena

la visión se hace borrosa
no recuerdo nada
vino la separación

artífice de vida
un original
un soñador
un príncipe chino
hace bien algunos
en el sentido más estricto

no entristecerme
en esa hora tardía
el corazón me latía
fulgores de un baile
se desencadenaba
veloz la máscara

tímidos como adolescentes
balcón oculto por el
murmurando estoy
afanosos tormentos
el inquilino no se
preparado en la habitación

seductores espectros
al teatro con él
me dirigí al
sonido de la música
venido cada vez más
escuche me dijo

me olvidaron en
la ropa blanca
si nos casáramos



Debes detectar cada una de las palabras del grupo superior, buscando su ubicación en las dos columnas que se encuentran debajo. Utiliza el cronómetro para conocer tu tiempo. Registrarás el tiempo empleado, y cuando vuelvas a hacer este ejercicio, otro día, cotejarás los resultados para ver si has progresado en tu rapidez de percepción visual.

caracola paisano pira tentados postulado talco puestos coro
payaso luces veleros vicio tina timbre grutas quina engrudado
mate trinca miedo ronc cosquilla termadas espina reposa
profesión velamen tamarindo postigones duraznero étnico vinos

fábrica ebrio
facilidad col
tío fertiliza
profesión tez
tema caracola
tren cacerola
cortinado lío
tamarindo nos
pera paraísos
paisano techo
teja catálogo
cenicero pira
puré carnadas
estilos platea
papa batatero
albañil sodas
pozo tentados
palizas camas
coca cargados
postulado tul
crema gastado
pincuyo talco
tormentas sor
toro terneras
quintal parte
vinos tontita
viñedos costa
costo puestos
crencha mirlo
duraznero bol
coro mercados
carozos terma
tero pescados
payaso remate
tentativa gol

trota talento
guitarras rol
luces pitaron
veleros ratón
vela triunfos
velamen vicio
testar oficio
tina costuras
testamento pi
tiniebias ras
timbre bardos
locomotora re
sol cascotean
timbal grutas
quina grumosa
tres engrudos
res engrudado
postigones mi
aburrido coma
pan panaderos
mate material
miel masticar
moldes trinca
restaurante y
miedo pasmosa
llaves étnico
roncos evitar
cosquilla mal
bien boquilla
dientes pasto
gong termadas
espina puñado
cuñado reposa
riilo castillo
gerente jefes



Debes leer las dos palabras colocando la vista en el punto que se encuentra encima de ellas.

•
acontecerá mañana

•
contralor malgrado

•
salidera mortal

•
tremendo desgaste

•
definición pobre

•
amanecer normal

•
malísima textual

•
epístola calcada

•
tontos redomados

•
crepúsculo adicional

•
pérdida ahorra

•
pimentero saliente

•
palabra honrada

•
grabaciones cultas

•
genérica salsa



Debes leer las dos palabras colocando la vista en el punto que se encuentra encima de ellas.

•
contrariamente acaso

•
dejar a merced

•
con curioso acento

•
un dolor agudo

•
qué puedo pedir

•
dos locos sueltos

•
tener que venir a

•
adiós mundo cruel

•
todo lo que pueda

•
todas las motos

•
soy todo oídos

•
ayer me fui a

•
dejar todo por

•
entender que

•
estar de pie para

•
claro que cuando



Lee lo más rápidamente que puedas (pero estando atento al hecho de que has captado bien los significados) cada par de palabras de las columnas siguientes (puedes hacerlo una primera vez en sentido horizontal, y luego en sentido vertical). La dificultad de este ejercicio de agilización de la percepción estriba en que el par de palabras tienen cierta similitud. Usa el cronómetro y registra el tiempo empleado, cotejándolo después de unos días, al realizar por segunda vez el ejercicio.

meche leche	caso paso	Rita Pita	China mina
mesa masa	trazo abrazo	bien quien	leo creo
misa moza	pelo palo	tuna una	pino tino
mal tal	cala pala	sita cita	mira tira
honda onda	lazo cazo	cosa rosa	pino tino
pelo palo	suero cuero	muero duro	río tío
amor roma	silla milla	japón jabón	saldar baldar
lecho techo	tira tire	cola loca	sol dado
tere rete	cama hamaca	Luis Ruiz	mala tala
sapo capo	maíz trais	plato pato	manco rengo
junco tunco	rienda tienda	meta tema	todo codo
modo domo	rema lema	queta quita	cota taco
dime mide	lila tila	dura ruta	sima cima
coma toma	perla lerma	memma Timma	chunche chinche
concha choncha	nimia minina	ente diente	cura cara
ala lala	buena bueno	casa tasa	dime rime
era are	fino tino	gata rata	hola ola
ite verte	junta yunta	kilo kimo	lame sita
miles viles	no yo	flor hedor	olor color
pero mero	quien bien	muro puro	pan can
café cenefa	pude sude	burro curro	mora nora
apto acto	alto salto	coche noche	sota nota
soldar soldar	huevo nuevo	pelo celo	boca loca
mecha mucha	triste viste	sol col	vibra cabra
gracia grecia	diástole sístole,	penoso canoso	mira tira
valla talla	humo zumo	viste chiste	grillo gritillo
calle valle	tacón talón	chino china	musgo juzgo
son ron	porra borra	año baño	abuelo abuela
cien bien	ca en roen	ten den	cara rama
luto tul	tico taco	gema gemela	marro carro
mono tono	larga amarga	carga targa	quieto quiero
pilla milla	pito tipo	piel miel	tila pila
ada cada	grillo anillo	coca caco	loco loca
calle talle	lola cola	club salud	tírala dime]a
cañón avión	caería cedería	uva eva	amor roma



Debes detectar cada una de las palabras de la columna de la izquierda, buscando su ubicación en los grupos que se encuentran a su derecha. Utilizarás el cronómetro, iniciándolo cuando comienzas el ejercicio y deteniéndolo cuando has encontrado todas las palabras. Registrarás este tiempo empleado, y cuando vuelvas a hacer este ejercicio, otro día, cotejarás los resultados para ver si has progresado en tu rapidez de percepción visual.

contribuir	españoles esbeltos humanos padrinos desdoblado agregados
mensualidad	recuerdos argentinos estimados escandalosos estacionados
pamperos	interjecciones moribundos sensacionales precedencia gato
dorado	yerbatal exteriores desmentida artísticas análisis actos
plaza	
moribundos	diferencia vistas automóviles confortables desobedientes
costos	médicos colocados anotados mañana independiente tallados
comedores	destinatario contribuir orígenes mueble derecho leyendas
franelas	trabajadores calidad aporte teléfonos recuerdo talleres
teléfonos	
yerbatal	combinación derecha vidas delicias algunos minutos vetos
sacar	corazones gente sonar corriendo sentado hablar izquierda
minutas	niño puerta mensualidad cama perro accidente jarroncitos
abogados	encendidos concursos terrorífico desmontes espalda dolor
recuerdos	
cantos	
agregados	abogados bailarines cigarreros tinteros jornaleros toruno
exponentes	caseros dentistas lectores científicos méritos entonados
hablar	viajante sonoros camineros revisteros fotógrafos tocinos
mayordomo	laneros camperos pamperos productores ovinos directores
delegar	
accidente	cereales mercados términos mercurial magnífico camarillas
tapiales	paralelos sociedades contras costos cotizaciones balance
sonoros	preposiciones educacionales sociedad anterior sostenidos
derecho	aviones corrales oficinas propiedad galanes campos pisos
botellas	
destinatario	personales secretarías talleres revisar maraña pavorosos
presta	corporaciones agrupadas estancieros entonar plaza moroso
estimados	hipotecas mayordomo cocinera cortina centrales bancarios
mañana	horarios cigarrillo serio diccionario importante minutas
sábanas	
escándalo	goma cafetales lecherías sacar cables encendido carpetas
encargar	elefante selváticos comederos casita mesa sábanas pasaje
fotógrafos	galería discos créditos callejeros tapiales alumnos vida
balance	tonterías platillo escribe teclados exponentes tapadores
izquierda	
viajante	
galería	abajo peluqueros vinos comedores comandantes cuevas delta
cigarrillo	sinceros felicidad escuelitas encargar delegar capacidad
gato	libretos confección trotamundos aprovechados crucigrama
exponen	machete doradas mantas hijastro simplezas acueducto tiro
alumnos	
paralelos	
ovinos	extraños cantos cuadrados metales triplicados resultante
sociedad	ejercicio escándalo sillón resolvieron botellas conejera
diccionario	territorios episodios telegramas asistido presta exponen
	contables franelas plásticos madera números dorado ratas



Literatura consultada

- Aristizabal, A. (2009). *Cómo leer mejor*. Bogotá: Ecoe Ediciones.
- Buzan, T. (1998). *El libro de la lectura rápida*. Barcelona: Urano.
- OECD. (2010). *PISA 2009 results: what students know and can do*. Vol.1.
- Quevedo, L. (2007). *Visión periférica: propuesta de entrenamiento*. Apuntis: educación física y deportes, 88(2), 75-80.
- Real Academia Española de la Lengua. (5 de junio de 2012). *Diccionario de la Lengua Española*. Recuperado de: http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?TIPO_BUS=3&LEMA=lectura
- Rhó, E. (2000). *Lectura eficiente: base de la productividad*. Guadalajara: Ágata.
- SEP/DGEP. (6 de junio de 2012.). *Manual de procedimientos para el fomento y la valoración de la competencia lectora en el aula*. Recuperado de: <http://www.dgep.sep.gob.mx/lnKDgep/>
- Scott, W. (2004). *Ivanhoe*. México: Grijalbo.
- Spiner, E. (2009). *Taller de lectura en el aula: cómo crear lectores autónomos*. Buenos Aires: Centro de Publicaciones Educativas y Material Didáctico.
- Villaseñor-Ulloa, F. (2010). Chapalicum mare. *Meretrices*, 4(3), 15-16.
- Villaseñor-Ulloa, F. (2005). Renacimiento. *Antología de cuento breve: premio acento 2005* (pp. 17-19). Guadalajara: Plenilunio.
- Villaseñor-Ulloa, F. (2008). El flechador del cielo. *Meretrices*, 2(24), 11-12.
-

