

**UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS  
FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS DE LA  
EDUCACIÓN CARRERA CIENCIA DE LA EDUCACIÓN**

TRABAJO DIRIGIDO



TÍTULO

EJERCICIOS VISUALES PARA FORTALECER LA VELOCIDAD LECTORA A TRAVÉS DE LA UTILIZACIÓN DE LOS VISORES. (TRABAJO CON ADULTOS DE PSICOVELEC CON LAS EDADES DE 35 Y 60 AÑOS)

(Trabajo dirigido para optar al grado de Licenciatura en Ciencias de la Educación)

POSTULANTE: Univ. Olga Rosa Sarco Chambi

TUTOR: Juan Eduardo García Duchén PhD

La Paz – Bolivia

# ÍNDICE GENERAL

Resumen	
Agradecimiento	
Dedicatoria	
Introducción	

1.	Justificación.....	1
----	--------------------	---

## CAPITULO I REQUERIMIENTO INSTITUCIONAL

1.1.	Requerimiento de la Institución.....	2
1.2.	Objetivos del Trabajo.....	3
1.2.1.	Objetivo General.....	3
1.2.2.	Objetivos Específicos .....	3

## CAPITULO II SUSTENTO TEÓRICO DEL TRABAJO

2.	Sustento Teórico.....	4
2.1.	Resumen Histórico de la Institución.....	4
2.2.	Misión y Visión .....	5
2.2.1.	Misión.....	5
2.2.2.	Visión .....	5
2.3.	Objetivos de la Institución .....	6
2.4.	Contexto .....	6
2.5.	Descripción de la Institución .....	6
2.5.1.	Descripción del Aula Psicovelec .....	6
2.5.2.	Para que trabajamos .....	6
2.5.3.	Como trabajamos .....	7
2.5.4.	Inscripciones .....	7

2.5.5.	Asistencia .....	7
2.5.6.	Diagnostico .....	7
2.5.6.1.	Intervención .....	8
2.5.6.2.	Estudiantes .....	8
2.6.	La lectura .....	10
2.6.1.	Etapas de la lectura .....	11
2.6.1.1.	Fases de Pre-lectura .....	11
2.6.1.2.	Fase de Lectura .....	12
2.6.1.3.	Post-lectura .....	14
2.6.1.4.	Importancias de la lectura .....	14
2.7.	Factores que intervienen en la lectura .....	15
2.7.1.	Acción visual .....	15
2.7.2.	La iluminación .....	16
2.7.3.	Comodidad corporal .....	16
2.7.4.	Descansos oportunos .....	16
2.7.5.	Saber distribuir el tiempo .....	16
2.7.6.	Motivación .....	16
2.8.	Que es la velocidad lectora .....	17
2.8.1.	Características de la velocidad lectora .....	17
2.8.1.1.	Fragmentación .....	17
2.8.1.2.	Guía meta .....	18
2.8.1.3.	Ojear .....	18
2.8.1.4.	Eliminaciones de subvocalización .....	18
2.9.	Factores que intervienen en la velocidad lectora .....	18
2.10.	Inicio de la velocidad lectora .....	22
2.10.1.	Silabeo .....	24
2.10.2.	Ralentización por exceso de fijación .....	24
2.10.3.	Vocalización .....	25
2.10.4.	Subvocalizacion .....	25
2.10.5.	Como corregir la subvocalizacion .....	25
2.10.5.1.	Regresión .....	25
2.10.5.2.	Cambios de líneas .....	25

2.10.5.3. Movimientos de cabeza .....	25
2.11. Actividades para mejorar la velocidad lectora .....	26
2.12. Velocidad en los adultos .....	28
2.12.1. Lectura silenciosa .....	28
2.12.2. Lecturas en voz alta .....	29
2.12.3. Lectura en español .....	29
2.13. Factores que obstaculizan la lectura .....	30
2.13.1. La vista .....	30
2.13.2. Movimientos innecesarios .....	30
2.13.3. Ergonomía .....	31
2.13.4. Ambiente .....	31
2.13.5. Emociones .....	33
2.14. Taquistoscopio (visor) .....	33
2.14.1. Taquistoscopio como instrumento de la lectura veloz .....	34
2.15. Cerebro y lectura .....	34

### CAPITULO III

#### PROCEDIMIENTO DE INVERSIÓN Y EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES CON LOS ADULTOS DE PSICOVELEC

3. Procedimiento de inversión y ejecución de actividades .....	37
3.1. Diagnóstico inicial .....	37
3.2. Interpretación de los resultados del diagnóstico .....	38
3.3. Inicio de la intervención y conclusión .....	40
3.4. Sesiones de intervención psicopedagógicas con el uso del visor .....	42

### CAPITULO IV

#### PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES PARA FORTALECER LA VELOCIDAD LECTORA CON EL USO DEL VISOR

4. Planificación de actividades .....	44
4.1. Programa para el desarrollo del trabajo dirigido .....	44

4.2.	Estrategia de intervención .....	49
4.3.	Creación de visores 1, 2 y 3 para el fortalecimiento de la velocidad lectora	63

## CAPITULO V

### RESULTADOS OBTENIDOS DEL TRABAJO DIRIGIDO

5.	Resultados obtenidos .....	66
5.1.	Resultados por objetivos .....	67
5.2.	Objetivo general .....	67
5.3.	Objetivos específicos .....	67
5.4.	Interpretación de los resultados de la incidencia del uso del visor .....	69
5.5.	Conclusiones .....	71
5.6.	Recomendaciones .....	72
	Bibliografía .....	73
	Anexos .....	75

## RESUMEN

Ejercicios visuales para fortalecer la velocidad lectora a través de la utilización de los visores (con adultos de 35 a 60 años en el aula de psicovelec). Se realizó en la ciudad de El Alto, donde está ubicada el Distrito Municipal N° ..... en la institución Psicovelec, la cual atiende en los turnos mañana, tarde y noche.

Este trabajo dirigido tuvo el objetivo de fortalecer la velocidad lectora a través del uso de los visores con actividades del punteo y el deslizamiento, con adultos y adultas que necesitaban apoyo en la lectura que se encontraban en el instituto Psicovelec.

El problema evidenciado es que los adultos inscritos en la institución buscan mejorar su lectura y la comprensión, por consiguiente, el trabajo dirigido planteó fortalecer la velocidad lectora mediante el uso de la utilización de visores para mejorar y aumentar la velocidad lectora.

Los procedimientos aplicados fueron en las clases que presta servicios la institución por los tres turnos, por lo cual cada estudiante contaba su correspondiente material de Lectura.

De ahí que se diseñó una aplicación con la denominativa velocidad lectora implementando la utilización de lectores (visor 1 y visor 2) velocidad y fluidez lectora, a través de la implementación del programa se obtuvo los siguientes resultados: el 85% de los adultos de la institución psicovelec alcanzaron a mejorar de manera satisfactoria y mejorar la velocidad y fluidez lectora con el uso de los distintos visores.

De esta manera se pudo concluir con la implementación del trabajo dirigido, ejercicios visuales para fortalecer la velocidad lectora a través de la utilización de los visores (con adultos de psicovelec de 35 a 60 años).

## **AGRADECIMIENTOS**

Quiero agradecer con todo mi corazón a Dios y a la vida por darme esta oportunidad de concluir una etapa más de mi vida, por guiarme y darme la posibilidad de realizar mi trabajo dirigido.

A mi querida hija por brindarme el apoyo y las palabras de aliento que en todo tiempo fue determinante para seguir en la culminación de mis estudios.

A mi familia por el apoyo constante, especialmente a mi padres que me brindaron su confianza y me supieron dar la fuerza necesaria.

A mi querida madre por ser la principal promotora de mis sueños y apoyarme hasta sus últimos días.

A mi tutor Dr. Juan Eduardo García Duchén por guiarme en el proceso y desarrollo del trabajo dirigido.

A la institución PSICOVELEC por acogerme y darme la posibilidad de desarrollar el proyecto de trabajo dirigido, a todos los hombres y mujeres que fueron parte de mi propuesta.

## **DEDICATORIA**

Mi trabajo dirigido lo dedico a mi Dios por darme la oportunidad y las fuerzas suficientes para concluir un sueño añorado.

A mi querida madre Paula Chambi que se encuentra al lado de mi Dios y sé que desde lo alto guiara mis pasos y será testigo de todos los proyectos que emprenda a lo largo de mi vida.

A mi querida hija por brindarme el apoyo y la comprensión incondicional.

A la Universidad Mayor de San Andrés por la formación profesional y ético moral que me brindó.

A mi prestigiosa Carrera Ciencias de la Educación, a mis docentes por el aporte y el conocimiento educativo brindado.

A la institución PSICOVELEC por la confianza que me brindó.

A todos aquellos quienes me brindaron y compartieron sus conocimientos educativos durante este tiempo.

**¡GRACIAS!**



## INTRODUCCIÓN

El presente trabajo tuvo la finalidad de fortalecer la lectura veloz en adultos del programa Psicovelec con adultos, los usuarios que asisten al programa son profesionales, universitarios y estudiantes.

Este programa trata de mejorar la lectura y la velocidad lectora, ya que es muy importante y mucho más cuando uno tiene el hábito hacia la lectura. En vista de ello, surge la necesidad de mejorar dicho programa, por lo cual se desarrolló métodos para reforzar dicho servicio que se brinda a la sociedad.

En la primera etapa se tomó un diagnóstico en la lectura veloz, con el objetivo de medir su velocidad y cuantas palabras lee por minuto.

Una vez identificado la cantidad de palabras por minuto, se empleó y creo una serie de ejercicios visuales a fin de fortalecer para poder leer en tiempos y periodos determinados. No obstante, la característica principal es que se utilizó visores como instrumento para fortalecer la velocidad lectora.

Finalmente a través de la ejecución de la propuesta, se buscó determinar la incidencia de los ejercicios visuales, para poder fortalecer la velocidad lectora y así determinar que estén realizando los ejercicios y estimulando la visión, con actividades que les ayude a leer mejor y rápido, creando el hábito hacia la lectura y tener una velocidad según a la edad correspondiente, evitando de esta manera problemas mentales o relacionados con la memoria a corto y largo plazo, como ser el alzhéimer o amnesia.



## 1. JUSTIFICACIÓN.

El presente trabajo tiene la finalidad de apoyar y motivar al hábito hacia la lectura, fundamentalmente mejorar la velocidad en la lectura, consiguiendo viendo la demanda de la institución de Psicovelec, la población que asiste son estudiantes de secundaria, universitarios y personas profesionales, por lo que se considero crear un instrumento como es el visor, el cual tiene el objetivo de ejercitar y estimular la vista para que pueda tener una agilidad visual adecuada para la una lectura veloz, lo que permitirá realizar ejercicios visuales cada vez más avanzadas según el avance de las prácticas, es necesario intervenir de manera inmediata para poder mejorar en la lectura veloz.

Es por ello la importancia de la implementación de este instrumento didáctico practico como es el visor, con la finalidad de realizar los ejercicios visuales que consiste en el deslizamiento, el punteo fortalecerá la lectura veloz en los adultos de la edad de 35 a 40 años; puesto que la lectura veloz nos ayuda obtener más concentración y atención de la lectura realizada.

De este modo se presenta el informe encaminada con los ejercicios visuales para el fortalecimiento de la velocidad lectora y el desarrollo de los hábitos hacia la lectura, contemplando las características individuales culturales sociales de los adultos, para poder mejorar los servicios a la sociedad y ayudar a jóvenes, adultos, universitarios y profesionales, poniendo a disposición el material a los tutores de la institución.

## **1.1. Requerimiento de la Institución.**

La institución Psicovelec se encuentra ubicado en la ciudad de El Alto en la zona Villa Dolores, Plaza Juana Azurduy de Padilla; las aulas de apoyo brindan en la lectura veloz .los usuarios que asisten a Psicovelec son inscritos de manera voluntaria y para mejorar su velocidad en la lectura y otros presentan problemas de lectura y dificultades en la lectura es por eso que estudiantes en el nivel secundario, educación superior y nivel universitario demandan la asistencia y ayuda pedagógica y así poder adquirir los hábitos hacia la lectura y mejorar en la lectura.

Si bien se ayuda en la velocidad lectora en los ambientes de Psicovelec, a niños con problemas de aprendizaje y apoyo escolar, en vista de ello surge la necesidad de fortalecer la velocidad lectora con ejercicios visuales utilizando para esto, el visor como instrumento para la mejora de la velocidad lectora en los adultos de 35 a 60 años ya que tener una buena velocidad lectora según a la edad es muy importante, no obstante a ello lo que requiere Psicovelec es fortalecer el programa para los adultos con instrumentos didácticos y materiales, ya que la lectura rápida es la habilidad de leer y comprender textos en poco tiempo y aumentar la comprensión, alcanzado una alta capacidad de concentración para leer, por lo que existe la necesidad de realizar ejercicios e implementar un material como es el visor, dichos ejercicios consisten en el deslizamiento siguiendo el punto indicado.

La población beneficiada es de 10 adultos que asisten al programa de Psicovelec en el turno de la noche.

## **1.2. Objetivos del trabajo.**

La presente propuesta busco alcanzar los siguientes objetivos.

### **1.2.1. Objetivo general**

Fortalecer e implementar instrumentos didácticos como el visor para mejorar con ejercicios la lectura veloz.

### **1.2.2. Objetivos específicos**

- ✓ Identificar el nivel de velocidad lectora en los usuarios adultos de Psicovelec.
- ✓ Diseñar un visor para los ejercicios visuales.
- ✓ Implementar los ejercicios visuales utilizando un instrumento como el visor en los adultos de 30 a 60 años.
- ✓ Determinar la incidencia de los ejercicios visuales en los adultos de 30 a 60 años de edad.

## **2. SUSTENTO TEÓRICO.**

### **2.1. Resumen histórico de la institución.**

La institución Psicovelec coadyuva la calidad educativa, inclusive brindando diferentes servicios que permitan optimizar el trabajo que desarrolla esta Institución.

Entre los servicios a la sociedad encontramos distintas categorías de problemas psicopedagógicas, como dislexia, digrafía, discalculia, disortografía, problemas intelectuales y problemas de atención, problemas sensoriales y psicomotoras. La institución presta sus servicios a las comunidades educativas en los horarios de lunes a sábados durante 7 años.

Los beneficiados que quieren ser inscritos deben presentar como requisitos, certificado de nacimiento, libreta escolar, fotocopia de Cédula de Identidad de los padres, en la entrevista hacia los padres se realiza una anamnesis para obtener los datos de sus hijos.

En cuanto a adultos mayores la institución cuenta con un programa de lectura veloz y comprensión. Puesto que los usuarios en este caso adultos de 35 a 60 años necesitan leer más rápido y comprender en la primera lectura por que sufren de algunos problemas de visión como por ejemplo visión cansada o visión borrosa, etc. Por eso los interesados buscan leer más en un corto tiempo las personas que acceden a este programa son profesionales las cuales desean seguir desarrollando sus acciones cotidianas y tomando cursos de actualización pero por los problemas antes mencionados se sienten frustradas o se siente limitadas por que perdieron la facilidad de leer por más tiempo.

La inscripción es inmediata presentando los documentos o requisitos necesarios, previo diagnostico de la lectura y comprensión. Postrior a ello pueden escoger sus horarios de clases que son flexibles a la dispocion de cada

usuario que trabaja, también deben llenar una planilla de asistencia que es contralada por el área de administración.

## ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

- Las fichas académicas, copias de contratos y pruebas tomadas a cada usuario, deben estar en el momento de la inscripción
- El asesor debe pedir en la primera clase la prueba que se tomó al usuario cuando se inscribió.

Horarios: Son a elección de los mismos usuarios, de 9 a.m. a 12 p.m. en las mañanas, por las tardes de 15:00 p.m. a 18:00 p.m. y por las noches de 18:00 p.m. a 21:00 p.m.

## **2.2. Misión y Visión.**

### **2.2.1. Misión.**

La misión del Instituto Psicovelec es crear centros pedagógicos similares para responder a las demandas educativas que se presentan en niños jóvenes y adultos.

### **2.2.2. Visión.**

La visión es fortalecer conocimientos destrezas actitudes de la lectura, resolver problemas de aprendizajes así mejorar la calidad de aprendizaje integral de nuestros usuarios.

## **2.3. Objetivos de la institucional.**

Brindar un apoyo pedagógico, mejorar la lectura escritura y comprensión, que respondan a las necesidades de aprendizaje de la población en el municipio de La Paz de la ciudad de El Alto.

## **2.4. Contexto.**

La institución Psicovelec está ubicada en la ciudad de La Paz, en la zona Miraflores cerca al stadium Hernando Siles, también cuentan con una sucursal en la ciudad de El Alto en la zona Villa Dolores, frente a la Plaza Juana Azurduy de Padilla en el edificio Condor.

## **2.5. Descripción de la Institución.**

El instituto cumple la función de brindar un apoyo pedagógico, resolviendo distintos problemas de aprendizajes fortaleciendo la lectura comprensiva, de esta manera brinda una oportunidad al estudiante a nivelarse y continuar en el sistema educativo; en la lectura veloz fortalece y brinda una oportunidad al joven y al adulto profesional seguir con sus metas y demandas laborales.

### **2.5.1. Descripción del aula Psicovelec.**

El aula psicovelec es un espacio de atención diferenciada a niños jóvenes y adultos que presentan dificultades de aprendizaje, en las áreas de escritura, problemas de aprendizaje como ser dislexia, discalculia, atención dispersa, quienes necesitan un apoyo específico y personalizado de un maestro como también de un psicopedagogo.

### **2.5.2. Para que trabajamos.**

El trabajo que se lleva adelante tiene la finalidad de mejorar y apoyar en los problemas de aprendizaje y la velocidad de la lectura, comprensión para tener un buen rendimiento escolar y lograr el desarrollo de competencias personales.

### **2.5.3. Como trabajamos.**

Nuestra atención es personalizada, lo que nos permite trabajar individualmente y de acuerdo al avance de cada usuario. Dentro del aula se genera un ambiente de empatía donde todos los que trabajan tienen diferentes ritmos de aprendizaje.



En las aulas de Psicovelec se organizan por grupos de trabajo de acuerdo a la edad y de acuerdo a las siguientes indicaciones:

- ❖ Los problemas de aprendizaje como ser dislexia, discalculia y atención dispersa.
- ❖ Autismo leve y moderado.
- ❖ Lectura y comprensión

#### **2.5.4. Inscripciones.**

La inscripción a la institución Psicovelec, se realiza de lunes a sábado de Hrs. 09:00 am. a 12:00 pm. y de 15:00 pm. a 20:00 pm.

#### **2.5.5. Asistencia.**

Los niños(a) y jóvenes asisten al aula Psicovelec en el turno contrario a su escuela o su colegio, en las personas adultas después del trabajo a partir de las 18:00 hasta las 21:00. Cada usuario debe cumplir cinco horas a la semana en su asistencia a la institución por lo tanto asisten dos o tres días a la semana.

#### **2.5.6. Diagnostico.**

El diagnostico en niños y jóvenes se realizan en 2 áreas:

- ❖ Lectura y escritura.
- ❖ Problemas de aprendizaje

### **2.5.6.1. Intervención.**

La intervención se realiza aplicando diferentes estrategias y metodologías en el área pedagógica, tomando en cuenta las necesidades de cada usuario priorizando los siguientes indicadores:

- ❖ Atención individual y personalizada.
- ❖ Seguimiento en el avance de cada usuario.
- ❖ Proporcionar material que necesite para el buen desarrollo de la intervención.

### **2.5.6.2. Estudiantes.**

Leer influye de muchas formas en tu mente y en tu vida. Sin importar la edad que se tenga, la lectura es un buen hábito, más aún para las personas de la tercera edad.

El ejercicio de leer cobra mayor sentido si cabe, al final de nuestras vidas. Neurólogos y psicólogos así lo confirman, recomendando la lectura como método preventivo del alzhéimer u otras enfermedades neurodegenerativas. Se ha demostrado que quienes leen activamente son capaces de incrementar la conectividad de sus neuronas. Los profesionales aseguran incluso, que quienes se mantienen mentalmente en forma a lo largo de su vida, corren menos riesgo de padecer párkinson, alzhéimer o enfermedades cardiovasculares.

En ocasiones las personas mayores reconocen no saber que hacer con su tiempo libre o que las actividades que desarrollan no terminan de llenarles. Sin embargo, encuentran en la lectura una compañía muy provechosa e incluso adictiva que les ayuda a fomentar la imaginación a la vez que fortalece y mejora su memoria.

La literatura es una cura para la soledad. Cuando el libro es interesante, atrae toda nuestra atención y la soledad simplemente desaparece porque el libro se va convirtiendo en una agradable compañía.

Lo cierto es que, agradable pasatiempo para muchos, obligación para otros, leer es un beneficioso ejercicio mental.

En las personas de mayor edad es conveniente que para leer aprovechen las horas de la mañana, las de más luz, que busquen libros con letra más bien grande para no cansar demasiado la vista y lo hagan en un lugar cómodo y tranquilo.

Algunos factores más importantes de los beneficios de la lectura en la tercera edad:

La lectura ayuda a mejorar algunas habilidades sociales como la empatía. Se ha demostrado que leer géneros literarios incrementa la capacidad humana para ponerse en la piel del otro y poder sentir mayor comprensión por los demás. Está probado que las personas que consumen novelas son más empáticas respecto a los lectores de libros especializados o los no lectores.

Ejercitar la mente mediante la lectura favorece la concentración. Leer potencia la capacidad de observación y atención. Nos ayuda también a relajarnos y abordar nuestros problemas desde un punto de vista más objetivo y con más tranquilidad.

Gran entretenimiento ya que con la lectura se consigue mantener la mente ocupada y fuera de otras preocupaciones, convirtiéndose en una excelente y fiel compañera. El adulto mayor suele llevar una vida con menos estímulos externos y quehaceres diarios, lo que va produciendo cierta percepción de que las preocupaciones personales son mayores. La lectura aporta estímulos nuevos, al dejar que la persona se introduzca en otras vidas y problemáticas, fomentando la imaginación.

La lectura aporta emociones y estas asientan muchísimo mejor los recuerdos, haciendo que sea un modo fabuloso de mejorar la memoria. Leer diariamente además de ejercitar las capacidades cognitivas hará que se disponga de un cúmulo de historias, personajes, expresiones y vocabulario nuevo que además de enriquecer enormemente, hará que mejore notablemente la memoria.

Leyendo se reduce el nivel de cortisol y se crea una gran sensación de bienestar. Una buena historia puede hacerse sanamente adictiva, provocando la liberación de tensiones o haciendo que se relativicen problemas. Al relajarnos

podemos además enfrentarnos a nuestros problemas con más tranquilidad y objetividad.

No hay nada mejor para conciliar el sueño por las noches que leer al menos unas páginas. Nos sume en un estado de relax tan absoluto, que nuestros músculos se destensan y el cerebro queda Libre de tensiones y estrés. Una calma idónea para conciliar el descanso.

En la gestión 2019 de acuerdo al registro de inscripción y conforme a los tres turnos se atendieron un total de 117 en general. Estos estudiantes a un estrato socio económico medio en la mayoría, en algunos casos tienen y otros son de recursos bajos. Los que acceden a este servicio en general buscan un apoyo para el buen rendimiento escolar y atención en la lectura y escritura que con el apoyo adecuado mejoran y pueden seguir con el sistema educativo, en las personas adultas tener un buen rendimiento.

## **2.6. La lectura.**

La lectura asimismo, está relacionada con el habla, en la práctica el idioma existe a través del habla, es decir, de la forma propia e individual en que usa el idioma una persona o individuo.

El lenguaje extraordinario es el resultado de la evolución humana, coincide con ser una de las primeras propiedades y capacidades del hombre para pensar; El conjunto de sonidos articulados con los que el hombre expresa su conocimiento sensorial y racional es producto, precisamente, de este largo proceso evolutivo que hoy nos coloca como seres pensantes y llenos de ideas para transformar el Mundo. Carbajal Lizardo (2017).

## **2.6.1. Etapas de la lectura**

### **2.6.1.1. Fase: pre – lectura.**

En esta fase es en la cual se crean expectativas y se prepara la comprensión del texto. Durante esta fase se lee superficialmente el texto, tratando de captar los elementos más importantes.

Una primera lectura rápida para enterarnos de qué trata el texto. Con ella conseguiremos:

- ✓ Un conocimiento rápido de del tema.
- ✓ Comenzar el estudio de una manera suave de manera que vayamos entrando en materia con más facilidad.
- ✓ Puede servirte también para echar un vistazo a tus apuntes antes de ir a clase y así:
- ✓ Conectar antes con la explicación del profesor, costándote menos atender y enterándote del tema.
- ✓ Ponerte de manifiesto tus dudas y tomar los apuntes con más facilidad.

La prelectura es la preparación que un lector lleva a cabo antes de empezar a leer un texto detalladamente. Gracias a ella puede obtener más provecho de la información que el texto le ofrece y asimismo ve facilitada su comprensión del mismo.

La lectura es un proceso cognitivo que atañe a la comprensión de un texto escrito, proceso que tradicionalmente se ha considerado como una actividad de decodificación, de naturaleza predominantemente pasiva. Según afirman estudios recientes, no obstante, la lectura es un proceso de búsqueda de significado y los lectores eficaces son activos; parte de su actividad consiste en llevar a cabo una prelectura.

La prelectura consiste en efectuar una preparación preliminar, activando conocimientos previos, determinando las propias expectativas sobre el contenido del texto, generando interrogantes y conjeturando respuestas a ellos; también, en tomar conciencia del objetivo de la lectura y realizar una lectura rápida con el fin de hacerse una idea general sobre el contenido del texto y tomar nota de la estructura global del texto y de su vocabulario.

#### **2.6.1.1. Fase: Lectura.**

El siguiente paso es la lectura, en este momento se da la decodificación; es decir los ojos se fijan en los signos lingüísticos y grafías, se evoca su significado. El lector al tener un léxico más amplio, tendrá menos problemas para decodificar o interpretar los mensajes. El lector establece la estructura del texto y tiene una idea general de su contenido, puede determinar si la función del propósito que le impulsa a leer, si se lleva a cabo una lectura rápida o una lectura.

El nivel de comprensión que se alcance dependerá en gran medida de la importancia que se dé a las destrezas de esta etapa. Este es el momento para poner énfasis en la visualización global de las palabras, frases y oraciones evitando los problemas de lectura silábica, así como los de la lectura en voz alta.

Texto es informativa, recreativa, de estudio o de trabajo, y decidir de acuerdo con detallada del mismo. Independientemente del tipo de lectura que se elija, es en esta fase en donde se lleva a cabo la verdadera lectura.

La lectura rápida permite valorar la importancia del texto, buscar información precisa y obtener lo que nos interesa en poco. Para ello se requiere: buena percepción visual de la palabras y sintagmas, dominio del léxico, familiaridad con el tema, y sobre todo, experiencia para no pronunciar las palabras, ni siquiera mentalmente y ahorrar tiempo. Esto es que todos los textos deben leerse a la misma velocidad, ya que esta Puede aumentar o disminuir en

función del tipo y texto y del objetivo del lector, que consiste en expresarse por escrito con exactitud, para decir sólo lo que se pretende comunicar, con claridad, para evitar interpretaciones erróneas; con concisión, sin rodeos ni palabras superfluas y con originalidad, para dar a los escritos un carácter personal, este tipo de lectura nos permite comprender mejor la intención del autor, valorar las ideas contenidas en el texto y la forma de exponerlas; para llevar a cabo esta lectura, es muy conveniente hacer una división del texto en unidades de lectura que desarrollen una idea completa, es decir, que contenga información importante la cual debe ser analizada cuidadosamente, realizando una lectura muy detenida, utilizando así también las técnicas de subrayado, tomando notas, destacar ideas principales, secundarias que faciliten la comprensión y recordarlas en los momentos precisos.

Esta definición describe muy bien la actividad que procesa un niño cuando se inicia en la lectura. Zuñiga Arturo (2014)

#### **Lectura comprensiva:**

Modalidad o actividad de lectura que persigue la comprensión general del texto. Normalmente se articula a través de una serie de actividades que guían al alumno y le ayudan a reflexionar sobre el texto que ha leído para posteriormente facilitarle su comprensión. Se recomienda organizar la lectura comprensiva en tres etapas o fases principales: ejercicios de pre-lectura, tareas a realizar durante la lectura, y actividades para después de la lectura. Los ejercicios de pre-lectura sirven para recrear el contexto y preparar al alumno sobre lo que va a leer. En este sentido, es conveniente plantearle preguntas sobre el propio título del texto o comprobar su grado de conocimiento sobre el tema que se va a tratar, así como cuestiones que se pueden anticipar de las ilustraciones que acompañan al texto en caso de existir. Las actividades a realizar durante la lectura suelen consistir en responder a simples preguntas de comprensión, establecer correspondencias entre determinados epígrafes o subtítulos con extractos del texto, ordenar ideas relacionadas con lo leído, contestar verdadero o falso a una serie de afirmaciones en torno al texto, etc. Finalmente, las tareas para después de la lectura sirven para consolidar las destrezas practicadas anteriormente, reforzar vocabulario e integrar la propia

destreza de comprensión escrita con las demás destrezas lingüísticas, es decir, la escritura y la comprensión y expresión oral.

### **2.6.1.3. Post lectura.**

El proceso de la pos lectura en la cual es necesario revisar los subrayados y apuntes que se hayan realizado durante la lectura, para comprobar que tiene sentido y organizarlos mediante resúmenes, diagramas, fichas y esquemas, cuyo estudio permitirá la síntesis y comprensión global del texto, que son fundamentales para preparar los trabajos escritos y exposiciones orales. Ramos María S.A.I.A (2014).

Una poslectura es en la cual podemos ver si hemos comprendido el texto que hemos leído, si se hizo una buena reducción, un buen resumen. La poslectura es una de las tres fases del proceso de lectura profunda, siendo las otras dos la prelectura y la lectura comprensiva. Por otro lado, durante la poslectura se busca trabajar en las tres habilidades más importantes para comprender al máximo los textos: la lectura textual, la contextual y la crítica. La poslectura es la etapa que te permite conocer cuánto comprendió el lector, lo cual te ayudará a desarrollar las siguientes actividades como: Resumir la información mediante organizadores gráficos, Plantear juicios, Verificar las predicciones realizadas durante la prelectura.

### **2.6.1.4. Importancia de la lectura.**

Por otro lado, la importancia de la lectura también reside en el hecho de que es a través suyo que el ser humano puede comenzar a recibir conocimientos de manera formal e insertarse así en el proceso tan complejo pero útil conocido como educación.

La lectura supone siempre atención, concentración, compromiso, reflexión, todos elementos que hacen a un mejor desempeño y a mejores. Obviamente, la lectura puede realizarse de muchas maneras y con muchos objetivos. Así,



no es lo mismo la lectura por placer que aquella que se realiza por obligación para cumplir determinado objetivo educativo o laboral. (Por su parte explica Mortimer J. Adler) “Dudo de que cualquier persona que no sepa leer bien sea capaz de escribir bien” y bien vistas las cosas, con frecuencia, nos encontramos con personas que no saben escribir porque no saben leer, o con más propiedad: personas que no *saben* escribir porque nunca leen.

Se estima que el promedio de lectura es entre 150 y 250 palabras por minuto (ppm). Si se emplean técnicas de lectura rápida, la velocidad puede incrementarse y se puede llegar a leer entre 400 y 700 palabras por minuto. La diferencia es notable, pero lo importante es que la velocidad de lectura también signifique comprensión de lo leído.

La lectura rápida reporta múltiples beneficios, además de emplear menos tiempo, se consigue mayor concentración en la lectura, conocer más información, aprender a reconocer términos e ideas clave. A través de la lectura rápida también se mejora la capacidad de asociación de conocimientos que ya tenemos con conceptos nuevos.

Nuestra velocidad lectora nos ayuda a leer una novela o los periódicos en menor tiempo, pero sobre todo ayuda a la hora de estudiar y de analizar cualquier tipo de documentación.

## **2.7. Factores que intervienen en la lectura.**

### **2.7.1. Acción visual.**

La vista debe fijarse en toda la frase completa, no debe mirarse solamente una palabra porque esto originaría a que no se comprenda lo que se lee. La lectura continua produce una especie de tensión, es decir cansancio en las vistas; por eso es recomendable mirar objetos que estén a diferente distancia, tratar de mirar la oscuridad.

### **2.7.2. La iluminación.**

Para lograr una buena concentración en la lectura es recomendable disponer de buena iluminación, evitándose las demasiadas vivas y resplandecientes. A falta de luz natural, la iluminación eléctrica es la más cómoda. Se debe cuidar que la luz no produzca sombras al momento de trabajar.

### **2.7.3. Comodidad corporal.**

En el momento de leer se debe adoptar una posición correcta y adecuada. Pero para que esto sea posible se debe sentar sobre algo cómodo y blando. El libro debe colocarse en un atril sobre la zona horizontal, en un ángulo de 30 a 60 grados, no es recomendable leer acostado pues origina que uno se quede dormido.

### **2.7.4. Descansos oportunos.**

Incluso uno adoptando la posición correcta al leer, el cuerpo de todas maneras sufrirá cansancio, por eso es recomendable pararse de vez en cuando para así evitar enfriamiento en nuestro cuerpo, como el de las extremidades y la congestión de la cabeza.

### **2.7.5. Saber distribuir el tiempo.**

Pocos son los alumnos que llegan a adquirir un sentido real de la importancia del tiempo y son menos los que han desarrollado la facultad de organizar y usar su tiempo eficientemente. Sin embargo, de este hábito depende el éxito o fracaso del alumno.

### **2.7.6. Motivación.**

Muchas personas no leen porque les guste, sino por el simple hecho de pasar el tiempo. La motivación es un factor importante porque permite una total

comprensión de lo que se lee; para esto debe empezarse por lecturas sencillas como por ejemplo periódicos, revistas, novelas Ausubel (1983).

### **2.7.7. Colocación del texto.**

La **distancia** de lectura adecuada para evitar enfermedades de superficie ocular **debe** ser de al menos 35-40 centímetros entre nuestros ojos y el **libro**, tablet o teléfono, y como mínimo de 50 cm cuando trabajamos con un ordenador o portátil.

### **2.8. Qué es la velocidad lectora.**

La velocidad lectora es la cantidad de palabras que una persona lee por minuto con la finalidad de comprender el contenido del texto. Por ese motivo, practicar técnicas y estrategias específicas para acelerar la velocidad lectora es uno de los objetivos de la comprensión lectora.

#### **2.8.1. Características de la velocidad lectora.**

##### **2.8.1.1. Fragmentación.**

Los lectores veloces atienden a leer el texto en trozos de varias palabras a la vez en lugar de palabra por palabra. La fragmentación rompe el material de lectura en secciones digeribles y evita la lectura a palabras. La lectura de palabras individuales pueden reducir la comprensión porque el lector se centra en una sola palabra y no en el sentido de la frase entera. Los estudios han demostrado que la fragmentación mejora la comprensión de la mayoría de los lectores especialmente los lectores con baja capacidad lectora) 1870.

### **2.8.1.2. Guía meta.**

La guía meta es usar un objeto para ayudar a los ojos para escanear el texto más rápidamente. Puede ser utilizado los dedos, un lápiz o un pedazo de cartulina o papel colocándolo en la página y movimiento constantemente hacia abajo. El ojo es atraído por el movimiento y el uso de un objeto de ayuda a que el ojo se mueva de un bloque de palabras a la siguiente, esto a su vez amplía la duración de la velocidad de lectura visual.

### **2.8.1.3. Ojear.**

Ojear implica buscar visualmente las oraciones de una página para los puntos principales, esto es algo natural para algunas personas y es muy útil cuando la lectura necesita buscar información. Ojear te permite cubrir una gran cantidad de texto en un corto periodo de tiempo.

### **2.8.1.4 Eliminaciones de subvocalización.**

La subvocalización es mover los labios mientras se lee o escucha las palabras en la cabeza. Esto ralentiza el cerebro a la velocidad de la voz. Sin embargo, uno es capaz de absorber información escrita mucho más rápido de lo que son capaces de información escrita, mucho más rápido de lo que son capaces de hablarles. Las operaciones de fragmentaciones y de guía meta obligaran a eliminar subvocalizacion, lo que automáticamente aumentara la velocidad de lectura. Jackson (2018).

## **2.9. Factores que intervienen en la velocidad lectora.**

Son muchos los factores que influyen en la velocidad lectura de las personas, de éstos, el primero que vamos a contemplar es la vista, determinante puramente fisiológico. Durante la lectura, los ojos no se desplazan de forma continua por los renglones, sino que van dando «saltos», en cada uno de los cuales abarcan un determinado número de palabras; a cada uno de estos

saltos se les da el nombre de "fijación"; así, una fijación es el número de palabras que cada persona abarca en un golpe de vista, número que varía de unas personas a otras. En cada fijación los ojos permanecen quietos, porque es necesario para poder leer, operación en la que invierten un cuarto de segundo aproximadamente. Por tanto, la velocidad lectura dependerá de una parte, de la velocidad de la vista y de otra, del número de palabras que se captan en cada fijación. Si una persona realiza ocho fijaciones por línea, empleará el doble de tiempo en leer el mismo texto que una persona que realice cuatro fijaciones por línea. Cuanto menor el número de fijaciones por renglón, mayor será la velocidad y mejor la comprensión.

La lectura es posible gracias a un doble proceso: el perceptivo y el comprensivo. El perceptivo consiste en captar una información y mandarla al cerebro, operación que se hace a través de 1ra. vista (exceptuando los casos de ceguera, que se hace a través de las manos, lo cual sigue constituyendo un proceso perceptivo). En el cerebro se produce el segundo proceso, el comprensivo que consiste en decodificar un sistema de señales e interpretar unos símbolos abstractos. Si no se domina dicho sistema, la lectura será lenta y con un nivel de comprensión muy reducido, en el supuesto de que llegue a producirse.

La siguiente figura ilustra la interacción entre ambo procesos.

Imagen N° 1

El perceptivo en captar una información y mandar al cerebro



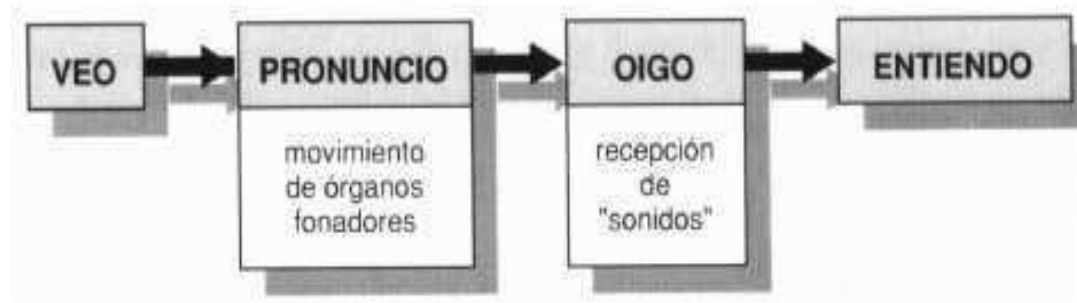
Fuente: <http://thakum.galeon.com/deterveloc.htm>

La velocidad depende de la interacción entre el proceso perceptivo y el proceso comprensivo, de tal manera que, a mayor velocidad se producirá una mejor comprensión, lo que, a su vez permite ir más rápido. Quizá convenga recordar que no es mejor lector el que lo lee todo muy rápido, sino el que (como se ha dicho anteriormente) adapta su velocidad a las necesidades de cada momento; dentro de éstas es donde tiene sentido la afirmación anterior.

Son muchas las personas que entre ambos procesos incluyen dos pasos completamente innecesarios para la velocidad y que perjudican notablemente la comprensión, como se representa en la figura que sigue:

Imagen N° 2

Pasos que perjudican en la comprensión



Fuente: <http://thakum.galeon.com/deterveloc.htm>

Ya hemos visto que para leer sólo se precisa percibir y entender, cosa que no ocurre en este caso, porque el lector, después de percibir, pronuncia y se escucha, tras lo cual entiende, con lo que la comprensión no se produce de forma directa mediante la visión, sino de forma, o sea, a través del oído; a este hábito se le llama vocalización. El mantenimiento de las vocalizaciones en la lectura impide que la velocidad pueda aumentarse, pues queda constreñida a los estrechos límites que impone esta secuencia.

La subvocalización consiste en repetirse mentalmente lo que se va leyendo, como si el lector se estuviese leyendo a sí mismo, manteniendo un lenguaje interior que interfiere en la interacción percepción comprensión. No resulta fácil

conocer si una persona realiza subvocalizaciones, salvo por sus consecuencias, pues la velocidad no supera las doscientas cincuenta palabras por minuto. Personalmente se puede intentar saber si uno está realizando subvocalizaciones durante la lectura poniéndose las yemas de los dedos en la parte exterior de la laringe, si se detectan los movimientos producidos por los órganos fonadores es señal inequívoca de que sí se realiza la subvocalización.

Otro determinante de la velocidad es la regresión consiste en volver a leer una palabra ya leída, que se entiende, que forma parte del vocabulario habitual del lector y de su propio idioma, las regresiones son voluntarias y refieren a un solo renglón; cuando la palabra es desconocida o pertenece a otro idioma, volver a leerla puede ser necesario para que la percepción sea buena y posibilitar la comprensión; relacionado con las regresiones está el vocabulario del lector. Cuanto más amplio sea éste, más rápidamente se producirá la lectura. Normalmente las regresiones son completamente innecesarias e inútiles, dificultan la comprensión y disminuyen la velocidad.

Conviene no confundir las regresiones con los retrocesos; por retroceso se entiende cuando se vuelve a leer un párrafo ya leído, lo que con frecuencia resulta necesario para entender lo que en él se dice; hay que evitar los retrocesos innecesarios, puesto que si está entendido lo que se ha leído, no aportan ningún beneficio a la comprensión y suponen una pérdida de tiempo considerable.

La velocidad lectora también se encuentra determinada por la práctica diaria. Una persona que lea todos los días dispondrá de buenos hábitos de lectura. Podrá realizar el proceso perceptivo con mayor eficacia, en la medida en que el reconocimiento de los símbolos y las señales se mejora con el ejercicio, y con ello mejorará el proceso comprensivo. De igual manera habrá suprimido los movimientos corporales que pueden observarse en personas carentes de esta práctica (movimientos de la cabeza en el sentido de la lectura, guiarse con el dedo...) y que dificultan la lectura. Para leer sólo es necesario mover los ojos, la cabeza, así como el resto del cuerpo, ha de permanecer quieta, lo cual no

debe entenderse como que para leer haya que estar corporalmente rígido, pues tendrán que moverse, por ejemplo: brazos y manos para pasar las páginas, sino que se han de eliminar todos los movimientos innecesarios y centrarse exclusivamente en los contenidos.

También se han de tener en cuenta las condiciones ambientales y personales, tal y como se ha ido señalando en capítulos precedentes, que constituyen otro importante grupo de determinantes, tanto de la velocidad como de la comprensión. (Determinantes de la velocidad)

## **2.10. Inicio de la velocidad lectora.**

Los buenos lectores ejecutan lo que se suele denominar fijaciones oculares amplias, es decir que en cada fijación captan con claridad cuatro o cinco letras y alguna palabra, deducen las otras palabras y partes de las frases; su cerebro reconoce y capta palabras aunque no las lean literalmente. En definitiva, se trata de conseguir que el ojo capte en una sola fijación el mayor número posible de palabras.

“La velocidad a la que una persona puede leer depende de varios factores, tales como sus propias habilidades de lectura, el género del texto y su grado de dificultad, el objetivo con que va a leer y el nivel de comprensión requerido”  
“Practicar técnicas y aprender estrategias para acelerar la velocidad lectora forma una parte importante de los objetivos de la enseñanza de la comprensión lectora...”

“La explotación y el desarrollo de técnicas de lectura en el aula tiene una doble justificación: por un lado, se apoya en razones relacionadas con el aprendizaje de la lengua (...), ya que la lectura aumenta en general el dominio de la lengua, por otro lado, en las necesidades de los aprendientes, pues la lectura se revela hoy como una habilidad necesaria, imprescindible para desenvolverse de manera efectiva en la vida cotidiana”

“Además se ha demostrado que los aprendientes que leen muy despacio se desalientan fácilmente, abandonan la lectura y se distraen cuando encuentran palabras extrañas o desconocidas y no consiguen captar la idea general de un



párrafo (Grellet, 1981). Así pues, leer con excesiva lentitud dificulta la comprensión...”

“Las técnicas y estrategias específicas para conseguir una lectura rápida son útiles e imprescindibles, siempre que se tenga en cuenta el objetivo de la lectura en general y ese, básicamente, es la comprensión”

“Para conseguir una lectura veloz y eficaz se recomienda la lectura extensiva fuera del aula y la enseñanza de estrategias específicas de lectura dentro del aula como, entre otras (...): leer en cada fijación ocular grupos de palabras, es decir captar con claridad unas letras y palabras y deducir las demás.”

Imagen Nº 3

Vector de símbolos redondos

<b>Palabras x minuto</b>	<b>Velocidad</b>
<b>350 ó más</b>	<b>Muy buena</b>
<b>350-300</b>	<b>Buena</b>
<b>300-250</b>	<b>Normal</b>
<b>250-200</b>	<b>Baja</b>
<b>Menos de 200</b>	<b>Muy baja</b>

*Fuente: Zentraploge.gg*

Las personas no leen a la misma velocidad, ni lo leen todo siempre a igual ritmo, varía según sean los intereses, necesidades y hábitos. Lee mal quien carece de estrategias adecuadas, quien lo lee todo con el mismo ritmo. Lee bien quien sabe adaptar la velocidad a sus necesidades de comprensión (dificultad del texto, conocimientos sobre el tema), al contenido (novela, poesía, cuento, ensayo, tebeos, prensa...), a sus objetivos (aprender, entretenerse, fantasear, relajarse) y al ritmo que imponga el autor. La velocidad óptima será la que se acomode al lector y al texto en cada momento.

**Intenciones:**

Al contrario de lo que suele creerse, leer lentamente no implica comprender mejor. Al contrario, quien lee palabra por palabra tiene más dificultades para entender las frases completas. Queremos ofrecer la posibilidad de que todos puedan incrementar su velocidad lectora. El programa tiene como meta el aumento del campo visual para abarcar más palabras en un solo golpe de vista. Al leer, los ojos no se mueven en un continuo por los renglones, sino que saltan abarcando varias palabras. Cada salto es una fijación, o sea el número de palabras que abarcamos en cada intervalo de lectura (número variable de unas personas a otras). Los ojos se detienen (algo imprescindible para poder leer) en cada fijación aproximadamente un cuarto de segundo. La velocidad depende, pues, de la celeridad de la vista y del número de palabras captadas en cada fijación. A menor número de fijaciones, mayor será la velocidad y mejor la comprensión. También deseamos ayudar con este programa a subsanar los siguientes errores de lectura:

**2.10.1. Silabeo.**

Leer sílaba a sílaba; este error produce una lectura fragmentada de las palabras, lo que conlleva una intermitencia monocorde sin fluidez y una arritmia en la estructuración de la frase. Un excesivo número de fijaciones oculares provoca que no se abarquen, de un solo golpe de vista, más sílabas o la palabra completa.

**2.10.2. Ralentización por exceso de fijaciones.**

Cuantas más fijaciones se realicen en cada renglón, menor será la velocidad lectora; los lectores inexpertos suelen realizar una fijación ocular por cada palabra, de modo que se detienen a leer tantas veces como palabras contenga el renglón.

### **2.10.3. Vocalización.**

Es la repetición verbal de las palabras a medida que se va leyendo.

### **2.10.4. Subvocalización.**

Es la pronunciación mental de las palabras que se leen.

### **2.10.5. Cómo corregir la subvocalización.**

#### **2.10.5.1. Regresión.**

Relectura de palabras y frases debido a los errores cometidos en la primera lectura o a pérdidas de la fijación ocular.

#### **2.10.5.2. Cambios de líneas.**

Perderse entre renglones por problemas del dominio visual.

#### **2.10.5.3. Movimientos de cabeza.**

Desplazar la cabeza hacia la derecha a medida que se va leyendo, en lugar de mover sólo los ojos. Leer despacio no supone un cerebro lento. Los que no van lo bastante rápidos son los ojos. Si no los hemos entrenado pueden caer en alguno de los errores señalados: barren el texto sin querer, se estancan (ralentización), saltan a lo largo de las líneas de una palabra a otra, releen palabras o frases anteriores (regresiones), se detienen en una palabra, el cerebro la decodifica y la pronuncia mentalmente (subvocalización), los ojos continúan su barrido decodificando 200 palabras/minuto cuando es capaz de leer más de 400 (las regresiones pueden hacer perder un 35% de la velocidad potencial). Para mejorar la velocidad, la técnica consiste en aumentar el ritmo de los ojos hasta que éste se acerque al del cerebro.

Se sabe sobradamente que no hay que confundir comprensión con velocidad lectora. Pero si leemos palabra a palabra un texto el acceso al significado se desarticula con mucha facilidad y de ahí que al final de la lectura se comprenda poco o nada. Una buena velocidad para textos narrativos (novelas, cuentos, leyendas, mitos) oscila entre 250 y 400 palabras por minuto, y como acabamos de decir, se puede leer a mayor velocidad, comprendiéndolo todo, en la medida que el lector realice el entrenamiento visual que le permitirá hacer fijaciones que abarquen más de una palabra al mismo tiempo. Esto facilitará que en vez de percibir palabras aisladas (cuyos significados siempre están en un contexto), puedan percibir en una sola fijación uno o más sintagmas (unidades mínimas que transmiten ideas) con lo que el acceso al significado y la construcción se realiza asociando esas ideas (o sintagmas). En contra de lo que muchos creen, leer más rápido es también el mejor medio para comprender mejor lo que se lee: si el cerebro espera las palabras, deja venir otros pensamientos; nos perdemos y al final de un párrafo, no recuerdas lo que leíste. Leer más rápidamente es leer mejor. Buscamos mejorar la ortografía apoyándonos en la memoria visual y no en las reglas, favoreciendo la ampliación del lexicón visual. Pretendemos facilitar a la comunidad educativa una herramienta que sea útil para el desarrollo de las Competencias Lectoras.

## **2.11. Actividades para mejorar la velocidad lectora.**

**Ejercicios de rastreo visual:** Son ejercicios para localizar palabras de entre un grupo de palabras. En el enlace Palabras repetidas éstas aparecen en movimiento.

**Ejercicios de localización de palabras:** Son ejercicios donde el estudiante debe localizar la mayor cantidad de palabras que se les pide. Podemos mencionar alguna de estas a continuación:

- ✓ Encontrar palabras de un texto.
- ✓ Encontrar grupos de palabras de un texto.
- ✓ Encontrar información de un texto.
- ✓ Localizar distintas palabras de una lista.

**Pulgares a los lados:** Estira tus brazos hacia los lados. Sin girar la cabeza, mira tus pulgares derecho e izquierdo y repite este mismo ejercicio tan rápido como puedas durante un minuto. Descansa tres minutos y vuelve a hacerlo. Practica esta rutina antes de dormir, porque puede dolerte la cabeza y necesitarás descansar, pero no te preocupes; este puede ser un indicador de que estimulaste tu córnea para tener una buena lectura veloz.

**Escribe invisiblemente con los ojos:** No es raro. No estás ni estamos locos. Es una técnica para entrenar tus ojos en la lectura veloz y realmente funciona. Solo tienes que hacer esto:

- Identifica cuál es la pared más lejana que estás viendo en este momento. Imagina que tus ojos son un lápiz y, escribe tu nombre en letras mayúsculas, luego en letras minúsculas y descansa.
- Asegúrate de que estás empezando al inicio de la pared y de que terminas al final de la pared; de lo contrario, no estarás ejercitándote para una lectura veloz.

Haz este ejercicio cuando puedas. Es divertido hacerlo con palabras que quieres recordar, incluso de otros idiomas. Si lo haces así, además estarás ejercitando tu cerebro y lograrás ser más inteligente.

**Apaga tus ojos:** Si mediocieras tus ojos los relajarás. Haz este ejercicio dos o tres veces al día, especialmente cuando estés cansado para relajarte y además para estimular tu córnea. Sigue estos pasos que te permitirán tener una mejor técnica para la lectura veloz.

- Cierra tus ojos hasta la mitad y concéntrate en disminuir el nivel de temblor que este esfuerzo te generará. Así podrás relajar tus párpados.
- Todavía con los ojos entreabiertos, mira un objeto que esté bien lejos de ti. Trata de enfocarlo para lograr estabilizar tu mirada.

**Inhalas y exhalas:** Abre y cierra tus ojos, pero hazlo fuerte, tan fuerte que sientas que los músculos de alrededor de tus ojos se están estirando. Esto te permitirá tener más flexibilidad, flujo de sangre y, por consiguiente oxígeno. No olvides hacerlo al mismo ritmo que inhalas y exhalas aire.

**Ejercicio del campo visual:** este ejercicio se basa en desplazar la vista de un lado a otro siguiendo los números correlativos pero no debemos mover la cabeza y tampoco pensar ni pronunciar lo que se está leyendo debemos hacerlo comenzando desde el número 1,2,3,4 y así sucesivamente hasta llegar al final. Es así como agilizamos los músculos oculares, realizando este ejercicio podemos aumentar una gran cantidad de palabras por minuto, también podemos realizar este ejercicio con un cronometro para medir la duración de la actividad.

41	1	2	42
43	3	4	44
45	5	6	46
47	7	8	48
49	9	10	50
51	11	12	52
53	13	14	54
55	15	16	56
57	17	18	58
59	19	20	60
61	21	22	62
63	23	24	64
65	25	26	66
67	27	28	68
69	29	30	70
71	31	32	72
73	33	34	74
75	35	36	76
77	37	38	78
79	39	40	80

## 2.12. Velocidad en los adultos.

Según. Marc Brysbaert.

### 2.12.1. Lectura silenciosa.

Basándose en 190 estudios, en los que participaron 17,877 adultos calcula que la velocidad media en la lectura silenciosa del inglés es 238 palabras por minuto (PPM) en textos de no-ficción. En estos textos, la mayoría de los adultos leerían entre 175 y 300 PPM. En textos de ficción, la velocidad media parece ser de 260 PPM, con un rango entre 200 y 320 PPM. No se encontraron diferencias

en la velocidad de lectura de textos según su longitud (cortos o largos), aunque en los textos cortos la variabilidad de los resultados sí que fue mayor.

### **2.12.2. Lectura en voz alta.**

En esta ocasión, la velocidad se calculó a partir de 77 estudios, con 5965 participantes y fue, como media, de 183 PPM.

### **2.12.3. Lectura en español.**

Brysbaert ofrece una tabla con resultados de velocidad de lectura en español, en ella encuentra seis estudios que miden la lectura silenciosa y que indican una velocidad de 278 PPM y otros seis estudios que miden la lectura en voz alta, con una velocidad media de 191 PPM. Brysbaert llama a esto el índice de expansión/contracción y calcula que entre el inglés y el español, el índice de expansión es 1025, es decir, que cuando introduce un texto de 1000 palabras en inglés en el traductor de Google, la traducción al español tiene 1025 palabras. Por tanto, la velocidad media de lectura del español, medida en palabras por minuto, sería ligeramente más alta que la del inglés. Obviamente, el índice de expansión/contracción puede variar según o los textos que se empleen para calcularlo, pero Brysbaert, que utilizó una selección de textos fáciles y difíciles, encuentra una correlación de 0,77 entre las estimaciones realizadas con este índice y los datos existentes sobre velocidad lectora en distintos idiomas. La correlación es mayor para la lectura en voz alta que para la lectura silenciosa.

- Se suele considerar que los adultos leen alrededor de 300 palabras por minuto. Sin embargo, esta idea parece estar sustentada en datos seleccionados y existen bastantes indicios de que la velocidad de lectura es menor.
- Se puede hablar de velocidad de audición; en este caso, normalmente no podemos determinar a qué velocidad escuchamos el habla, pero sí se

puede intentar saber cuál es la máxima velocidad a la que se puede escuchar sin que se vea afectada la comprensión.

- Una variable clave en la velocidad lectora es la longitud de las palabras. Los textos de no-ficción tienen palabras más largas que los textos de ficción y eso se relaciona con las diferencias en la velocidad con que se leen unos y otros.

## **2.13. Factores que obstaculizan la velocidad lectora.**

### **2.13.1. La vista.**

Según: *José R. Fortuño Candela.*

Cualquier problema visual podría estar afectando negativamente, nuestra capacidad de leer, muchas veces, estos problemas son dejados de lado por la prisa, la desidia e incluso la preocupación por la apariencia. No es raro que un estudiante de este curso se percate en el transcurso del mismo, de ciertas deficiencias en su vista. Es importante que, si se tiene cualquier duda al respecto, se acuda a un profesional de la vista, un optómetra u oftalmólogo y se haga un examen.

### **2.13.2. Movimientos innecesarios.**

El más frecuente el movimiento innecesario de la cabeza durante la lectura, mientras más se mueve la cabeza en la lectura, más coordinación hay que hacer entre los ojos, la cabeza y el libro, es mejor tratar de no mover la cabeza o moverla sólo muy levemente. La lectura es con los ojos y son éstos lo que deben moverse. Tampoco deben moverse los pies, las manos, el resto del cuerpo, pues esto causa distracción.



### **2.13.3. Ergonomía.**

Una posición correcta del cuerpo y los elementos circunstanciales de la lectura permitirá una mayor concentración, leer por más tiempo y a mayor velocidad. La posición ideal es leer sentado, en una silla cómoda, con el libro apoyado en un atril, a 45° de inclinación y a una distancia que nos permita enfocar adecuadamente, la iluminación debe ser abundante y clara. Leer en sillones muy cómodos propicia el sueño y hacerlo en la cama o acostados en un sofá, mucho más aún; la lógica será entonces, “cómodo, pero lo tanto”; las posiciones incómodas y la más usual es sentarse en una mesa, con el libro sobre la misma y la cabeza inclinada sobre el libro, van a causar molestia en la espalda, interrupción de la iluminación y cansancio prematuro. Es conveniente, también cada cierto tiempo interrumpir la lectura y caminar un poco o hacer algún ejercicio, así evitamos el cansancio y entumecimiento del cuerpo, los lapsos en el trabajo ayudan a mejorar nuestra comprensión de lo leído. Cuando se lee de una pantalla, es más importante aún prestar atención a la iluminación, pues los reflejos causan molestia y cansancio adicional, la posición de la pantalla debe adaptarse a la mayor comodidad del usuario.

### **2.13.4. Ambiente.**

Para leer, es conveniente buscar o crear el ambiente adecuado, el lugar, el clima, los ruidos, la hora y otras actividades alrededor nuestro pueden impedir o favorecer nuestra lectura.

Se debe escoger un lugar, ya sea en la casa, oficina, facultad o biblioteca, donde se pueda leer sin interrupción; muchas personas se disponen a leer precisamente donde y cuando más interrupciones hay a su alrededor. Por ejemplo, tratan de leer en la casa, mientras a la vez, tienen el televisor prendido o hay varias personas en el área conversando, otros intentan leer en lugares con mucho movimiento, como cafeterías o pasillos muy concurridos como en el caso de las universidades; mientras más actividades y estímulos visuales y auditivos haya a tu alrededor, más se dividirá la atención entre todas ellas, la lectura quedará relegada a un segundo plano. En el hogar, es importante

establecer el espacio donde se va a leer, y si es necesario, obtener la cooperación de las otras personas que conviven con nosotros para que respeten nuestro espacio y tiempo de lectura; leer no es “algo que se hace cuando no hay nada más entretenido”, como a veces parecen pensar muchas personas; leer es una actividad muy importante para el desarrollo personal y debe ser respetado por todos. Si se lee en el trabajo, es mejor de asegurarse de impedir las interrupciones. Establece periodos de lectura de 30 o 60 minutos y no recibas llamadas ni visitas en ese tiempo. De no hacerlo, ya te verás llevándote el material de lectura para tu casa, con el consecuente sacrificio de tus horas de descanso. En la universidad o escuela, es mejor no tratar de leer en lugares muy concurridos, como la cafetería o los pasillos, a menos que se esté leyendo el periódico o alguna revista. Para leer los textos de los estudios, es conveniente ir a la biblioteca y preferiblemente ubicarse en algún cubículo apartado donde nadie te moleste.

Escuchar música, si es del tipo que no te exige atenderla y entenderla, puede ayudar a crear un ambiente relajado favorable para la lectura; si la música, por su letra o por su estilo, hace que esté pendiente de la misma, no te conviene usarla. La televisión especialmente, debe evitarse mientras se lee, los productores de televisión y en especial los publicistas, invierten mucho dinero y muchas horas de esfuerzo en un propósito muy particular: que no despeguemos la vista del televisor para que no cambiemos el canal y veamos sus anuncios y programas; ningún libro, por interesante que sea, puede competir razonablemente contra eso, el resultado de tratar de leer mientras se mantiene el televisor prendido será que se tomará una cantidad de tiempo excesiva en la lectura y la comprensión será mínima. Tampoco se puede leer concentradamente si se está tratando de hacer varias cosas a la misma vez, es muy común hoy día, ver a personas “leyendo” mientras a la vez, tienen varias páginas de internet abiertas; no es posible leer concentrado y conversar al mismo tiempo con varias personas en un chat, estar pendiente de los mensajes, etc., es preferible que se alterne el tiempo de esas actividades. Por ejemplo, leer durante 15 ó 20 minutos y hacer una interrupción de 5 ó 10 minutos para ver los mensajes, actualizarnos en las redes, etc.

Otro distractor muy común para la lectura lo representa el teléfono, establece el tiempo en que se va leer y es lo más conveniente apagar el teléfono (la mejor manera), o deja que reciba el mensaje; si es importante la llamada, trata de que sea corta y regresa a tu lectura, no dejes que cualquier persona interrumpa tu lectura solo porque quiere hablar ahora.

La hora para leer debe ser escogida de acuerdo a la realidad de cada cual, lo que incluye desde la disposición natural, hay personas “nocturnas” o “diurnas”, hasta las rutinas del trabajo, los estudios y los compromisos personales nos imponen.

#### **2.13.5. Emociones.**

Las preocupaciones y el estrés son enemigos naturales de una actividad que requiere concentración como lo es la lectura. Un método de reducir el impacto de estos factores negativos es el considerar la lectura como una tarea específica, con hora de inicio y terminación; mientras se lea se estará cumpliendo con una tarea propuesta, sea por el trabajo, estudios o por el propio desarrollo personal y como tal se sabrá que durante ese tiempo de la lectura, no se puede ocupar de otros asuntos. Practicar ejercicios de relajamiento y respiración frecuentemente antes de comenzar la lectura, pues los mismos ayudarán a crear un estado óptimo, hay diversos cursos y libros para este propósito.

#### **2.14 Taquistoscopio (visor).**

Los taquistoscopios se utilizaron a fines de la década de 1960 en las escuelas públicas como ayuda para aumentar la comprensión de lectura para la lectura rápida; había dos tipos: el estudiante miraba a través de una lente similar a un visor de avistamiento de aviones y leía letras, palabras y frases utilizando una película de diapositivas manualmente avanzada; el segundo tipo proyecta

palabras y frases en una pantalla en secuencia; ambos tipos fueron seguidos con pruebas de comprensión y vocabulario.

Aparato que sirve para presentar visualmente letras, números o figuras en una fracción de segundo o de forma muy breve, la persona que observa debe decir luego lo que ha visto, se usa en experimentos que estudian la percepción: originariamente se utilizó el taquistoscopio para ver los efectos de la publicidad subliminal, en la que se presentan mensajes tan brevemente que el observador no es consciente de haberlos visto; no hay estudios concluyentes de que esta presentación subliminal sea efectiva.

#### **2.14.1. Taquistoscopio (visor) como instrumento de la lectura veloz.**

- Acelera la velocidad al entrenar, no importa que no comprendas el 100%, lo importante es acostumbrarse a identificar las palabras tan rápido como puedas.
- Centrarse en las estrategias, en lugar de ejercicios específicos, los ejercicios específicos son solo ejercicios que lo apoyan hasta que las estrategias se convierten en su segunda naturaleza.
- Comprender los principios, si por alguna razón, tu velocidad de lectura descende, puede aumentarla rápidamente replanteándose y hacer los ejercicios correctamente.
- Usa la comunidad para apoyar el entrenamiento, otros proporcionarán motivación para leer más y ser mejor.

#### **2.15. Cerebro y Lectura.**

*Según: Natalie Phillips.*

El estudio comprobó que la lectura crítica y la lectura por placer ofrecen diferentes tipos de entrenamientos neurológicos, cuando una persona está leyendo, la sangre fluye a regiones del cerebro que se encuentran relacionadas

con el desarrollo de la concentración, el estudio también demostró que la lectura crítica requiere cierto tipo de función cognitiva que no se suele emplear normalmente; los dos estilos de lectura, la lectura crítica y la lectura por placer, permiten que la función cognitiva se desarrolle más y de manera más eficiente. Además, se encontró que al pedirles a los lectores que modificaran su método de lectura, de lectura de placer a lectura crítica, los patrones de actividad neuronal y el flujo sanguíneo en el cerebro cambiaron drásticamente. Por lo pronto el estudio confirmó que la lectura es buena para el cerebro pero también podría tener implicaciones en la forma en la que la lectura afecta al órgano y cómo dicha actividad tiene la capacidad de desarrollar algunas características, como la concentración y la comprensión.

La lectura de toda clase de escritos permite desarrollar nuestra imaginación. Leer nos permite crear imágenes mentales de caras, situaciones, paisajes, espacios, etc. Es aquí donde empiezan los beneficios de que leer tiene para nuestro cerebro.

La lectura es una actividad que nos permite desconectar y relajarnos. Además, esta acción permite activar muchas de las regiones cerebrales que activan nuestros sentidos.

Lectura y cerebro son dos conceptos que están muy relacionados. La lectura facilita la decodificación del lenguaje y el pensamiento simbólico. Hasta ahora se pensaba que la lectura afectaba únicamente al hemisferio izquierdo. La producción del lenguaje sí afecta a esta zona, pero gran parte de su comprensión, se produce en el hemisferio derecho.

La acción de leer es capaz de generar imágenes mentales a partir de las descripciones. Este hecho favorece el acceso al contenido inconsciente de nuestro cerebro, reorganizando las estructuras cerebrales y las redes neuronales.

Diferentes estudios muestran como los movimientos que realizan los personajes de la novela, activan diferentes áreas cerebrales. Estas áreas activadas son las mismas que se hubieran activado si los lectores hubieran

realizado estos movimientos. Este hecho es muy importante para desarrollar las sensaciones del cuerpo y a la empatía.

### ***La sombra de actividad***

Otra de las conexiones fascinantes entre la lectura y nuestro cerebro, es la llamada 'sombra de actividad.

Después de haber terminado una novela, ésta deja una huella neuronal en nuestro cerebro. La conexión con la novela, perdura varios días después de haberla terminado. Si el libro ha sido de nuestro agrado, esta huella puede mantenerse más tiempo.

La magia de los libros se puede explicar gracias a esta 'sombra de actividad. La lectura permite sumergirnos en un mundo con personajes e historias de todo tipo. Además tienen la capacidad de que estos permanezcan con nosotros tras haber finalizado la lectura de la historia.

### 3. PROCEDIMIENTO DE INTERVENCIÓN Y DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES.

#### 3.1. Diagnóstico inicial.

En el aula de Psicovelec cuenta con la variedad de hojas de lectura, se debe diagnosticar la velocidad lectora a cada usuario que ingresa, se evalúa su velocidad y su comprensión lectora; una vez diagnosticado se le explica la cantidad de palabras que debe llegar según su edad. En la velocidad lectora se evalúa con una hoja de lectura con el título “UNA FLOR AL DÍA” que tiene 2333 (PPM) la cual se controló con el instrumento que es el cronometro y cada uno fue vigilado de manera individual, por un minuto se distribuyeron a cada uno de los participantes, una vez diagnosticado cada usuario presentó un resultado diferente de otro, los usuarios participaron de manera colaborativa en cada actividad realizada.

A continuación, los usuarios (adultos) que fueron parte del diagnóstico.

CUADRO No 1

NOMBRE	EDAD	HOMBRES	MUJER
Cintia Quispe	38		✓
Martha Mamani	58		✓
Luis Fernández	58	✓	
Erika Huanca	44		✓
Sofía Cuentas	50		✓
Rudy Mamani	50	✓	
Esmeralda Montaña	60		✓
Elena Rioja	40		✓
Fredy Castro	53		✓
Regina Poma	35		✓

*Fuente: Elaboración propia*

CUADRO No: 2

**PSICOVELEC**  
**DIAGNOSTICO**

NOMBRE: .....

LECTURA: .....

VELOCIDAD: .....

COMPRESIÓN: .....

TUTORA: .....

MODULO: .....

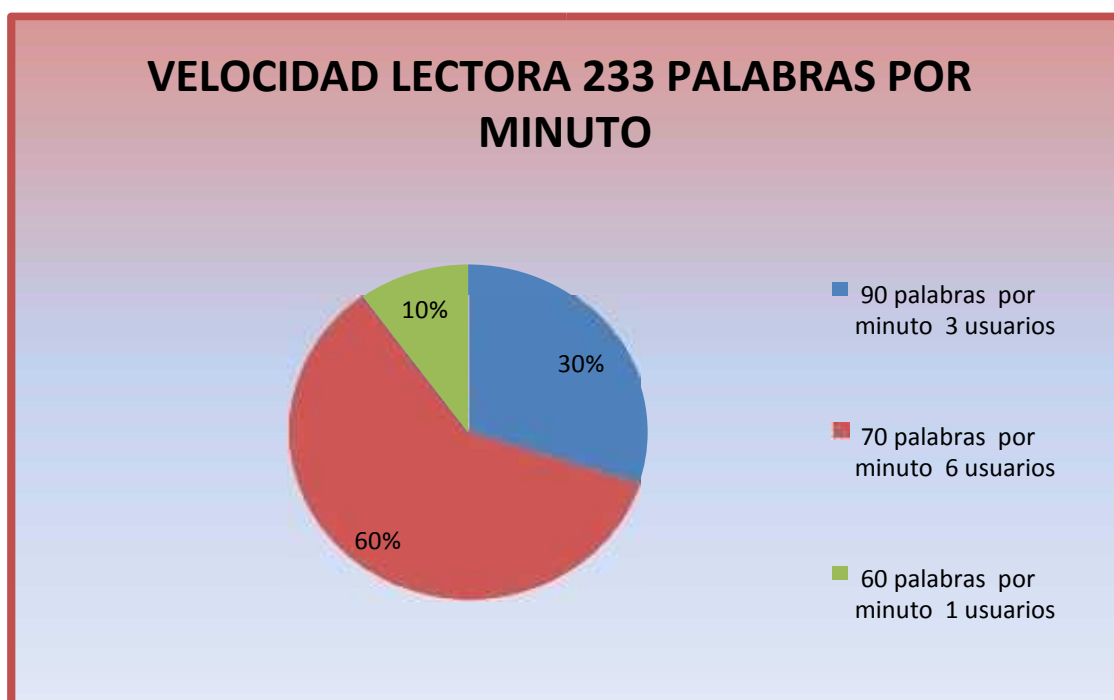
*Fuente: PSICOVELEC*

Ficha para poder evaluar la velocidad lectora del usuario, al inicio se considera los datos básicos para así registrar en el formulario.

### 3.2. Interpretación de los resultados del diagnóstico.

Se identifica la velocidad lectora en los adultos con diferentes edades 35-40, 40-50 y 50-60, con la lectura con el título “UNA FLOR AL DIA” que tiene 233 (PPM).

Gráfico: 1



*Fuente: Elaboración propia*



Los resultados obtenidos del diagnóstico en la velocidad lectora en las edades de 35 a 40, del 100% que equivale a 10 usuarios adultos, el 30% (equivale a 3 usuarios) llegaron a la velocidad de 90 palabras por minuto, posterior a ello las edades 40-50, el 60%(equivale a 6 usuarios) leen 70 palabras por minuto y las edades 50-60, el 10% (equivale a 1 usuario) leen 60 palabras por minuto.

### 3.3. Inicio de la intervención y conclusión.

NOMBRE DE USUARIOS	DIAGNOSTICO INICIO (PPM)	LECTURA (233)	JULIO AGOSTO	LECTURA	SEPTIEMBRE OCTUBRE	LECTURA	NOVIEMBRE DICIEMBRE	LECTURA	CONCLUSIÓN (PPM)
Cintia Quispe	90 ppm	Una flor al día	180 ppm	El gorila (245)	360 ppm	La princesa (365)	720 ppm	El secreto de sherezade (737)	754 ppm
Martha Mamani	90 ppm	Una flor al día	170 ppm	El gorila (245)	340 ppm	La séptima carrera (347)	680 ppm	El secreto de sherezade (737)	700 ppm
Luis Fernández	90 ppm	Una flor al día	160 ppm	El deseo (258)	320 ppm	La séptima carrera (347)	640 ppm	El secreto de sherezade (737)	680 ppm
Erika Huanca	70 ppm	Una flor al día	140 ppm	El deseo (258)	280 ppm	El pingüino y el canguro (290)	560 ppm	El secreto de sherezade (737)	610 ppm
Sofía Cuentas	70 ppm	Una flor al día	140 ppm	El gorila (245)	280 ppm	Elevando el autoestima (291)	430 ppm	La muy mala suerte (431)	500 ppm

*Fuente: Elaboración propia*

Rudy Mamani	70 ppm	Una flor al día	140 ppm	El deseo (258)	280 ppm	El pingüino (290)	410 ppm	Gotita de agua (410)	480 ppm
Esmeralda Montaña	70 ppm	Una flor al día	138 ppm	El gorila (245)	260 ppm	La reflexión del árbol (262)	340 ppm	La séptima carrera (347)	479 ppm
Elena Rioja	70 ppm	Una flor al día	135 ppm	El deseo (258)	250 ppm	La reflexión del árbol (262)	332 ppm	La séptima carrera (347)	463 ppm
Fredy Castro	70 ppm	Una flor al día	128 ppm	El gorila (245)	248 ppm	El deseo (258)	330ppm	La princesa (365)	460 ppm
Regina Poma	60 ppm	Una flor al día	121 ppm	El deseo (258)	242 ppm	La reflexión del árbol (262)	328 ppm	La séptima carrera (347)	457 ppm

### 3.4. Sesiones de intervención psicopedagógicas con el uso del visor.

Tabla: 1

ACTIVIDAD	OBJETIVO
Caminos visuales	Desarrollan el globo ocular de izquierdo derecha
Líneas invisibles y visibles	Aumentar la velocidad en la secuencia en el camino invisible.
Flexibilidad ocular	Ejercitar el campo visual
Estrella central	Expandir de arriba a abajo
Deslizamiento vertical	Ejercitar la visión los dos hemisferios
Deslizamiento en zic zac	Desarrollo del campo visual
Fijación ocular de arriba hacia abajo	Ejercicios visuales
Deslizamiento en forma horizontal y vertical en zic- zac	Desarrolla el globo ocular
Caminos visuales	Ejercicios de atención para desarrollar la atención
Caminos visuales II	Aumenta la velocidad el rastreo

Visor I	Instrumento para la realización de los distintos ejercicios visuales
Visor II	Aplicación y la técnica del punteo
Visor III	Técnica del deslizamiento
Visor IV	Búsqueda de palabras
Visor V	Sub vocalización

*Fuente: Elaboración propia*

#### 4. PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES.

Área: Velocidad lectora.

##### 4.1. Programa para el desarrollo del trabajo dirigido.

Nº de sesiones	Área de conocimiento	Objetivo	Actividades	Fecha	Materiales	Tiempo	Procedimiento
Sesión: 1	Velocidad lectora	Identificar el nivel de velocidad	Ejercicios visuales	01-04-19	Visores Hoja de lectura	45 min.	Al iniciar la sesión con los usuarios se dará a conocer los ejercicios y el instrumento que se utilizará como el visor y explicar el uso adecuado de el instrumento.

*Fuente: Elaboración propia*

Nº de sesiones	Área de conocimiento	Objetivo	Actividades	Fecha	Materiales	Tiempo	Procedimiento
Sesión: 2	Velocidad lectora	Aprender de manera didáctica	Rastreo visual	02-04-19	Hoja con imágenes	30 min.	El usuario de Psicovelec en la segunda sesión deberá realizar los ejercicios visuales con la utilización de los visuales las cuales se entregara a cada uno los ejercicios son de arriba y abajo con la técnica del deslizamiento con el crono.

*Fuente: Elaboración propia*

Nº de sesiones	Área de conocimiento	Objetivo	Actividades	Fecha	Materiales	Tiempo	Procedimiento
Sesión: 3	Velocidad lectora	Fortalecer el campo visual	deslizamiento	03-04-19	Lecturas en zic zac	30 min.	El usuario que es parte del programa de lectura veloz debe de realizar los ejercicios de deslizamiento que se encuentran en las hojas de lectura deslizado encontrando distintas con la ayuda del visor posteriormente se pedirá al usuario reproducir las palabras observadas.

*Fuente: Elaboración propia*



Nº de sesiones	Área de conocimiento	Objetivo	Actividades	Fecha	Materiales	Tiempo	Procedimiento
Sesión: 4	Velocidad lectora	Fortalecer la memoria visual	Buscando palabras	05-04-19	Hola de lectura	30 min.	El usuario antes de comenzar a trabajar deberá realizar los ejercicios visuales correspondientes de cada sesión posteriormente tenemos la hoja con las palabras y frases las cuales deben de buscar cada una de ellas y Mentalmente acordarse de cada palabra.

*Fuente: Elaboración propia*

Nº de sesiones	Área de conocimiento	Objetivo	Actividades	Fecha	Materiales	Tiempo	Procedimiento
Sesión: 5	Velocidad lectora	Eliminar el silabeo	Técnica de punteo.	05-04-19	Hoja de lectura con el título los sueños de la granjera.	30 min.	En esta sesión el usuario debe realizar los ejercicios visuales antes de empezar con la práctica. Posteriormente se facilitará una hoja de lectura la cual aplicará la técnica del punteo, para poder leer frases de manera más rápida.

*Fuente: Elaboración propia*

## 4.2. Estrategia de intervención.

Se trabajó durante 6 meses, 20 clases por mes y 3 horas por clase. Los estudiantes debían trabajar con las cartillas de ejercicios visuales que se desarrolló viendo la necesidad de la problemática de lectura de la población adulta.

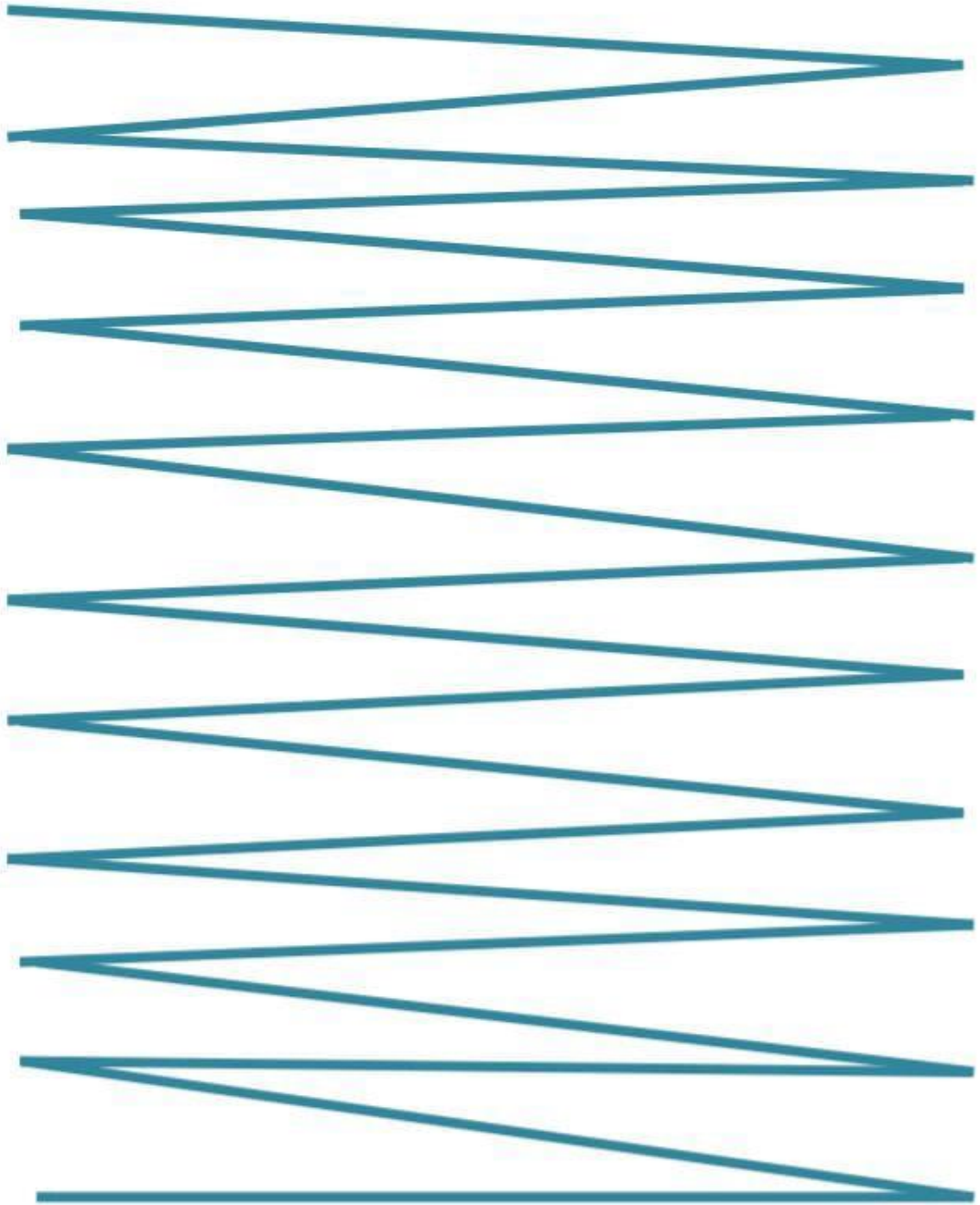
Esto les permitió fortalecer los músculos del globo ocular y tener una mejor fijación en cada golpe de lectura, la duración de cada ejercicio o de cada cartilla es de 5 minutos y fueron 10 ejercicios por sesión los cuales se deben realizar cada inicio de clase.

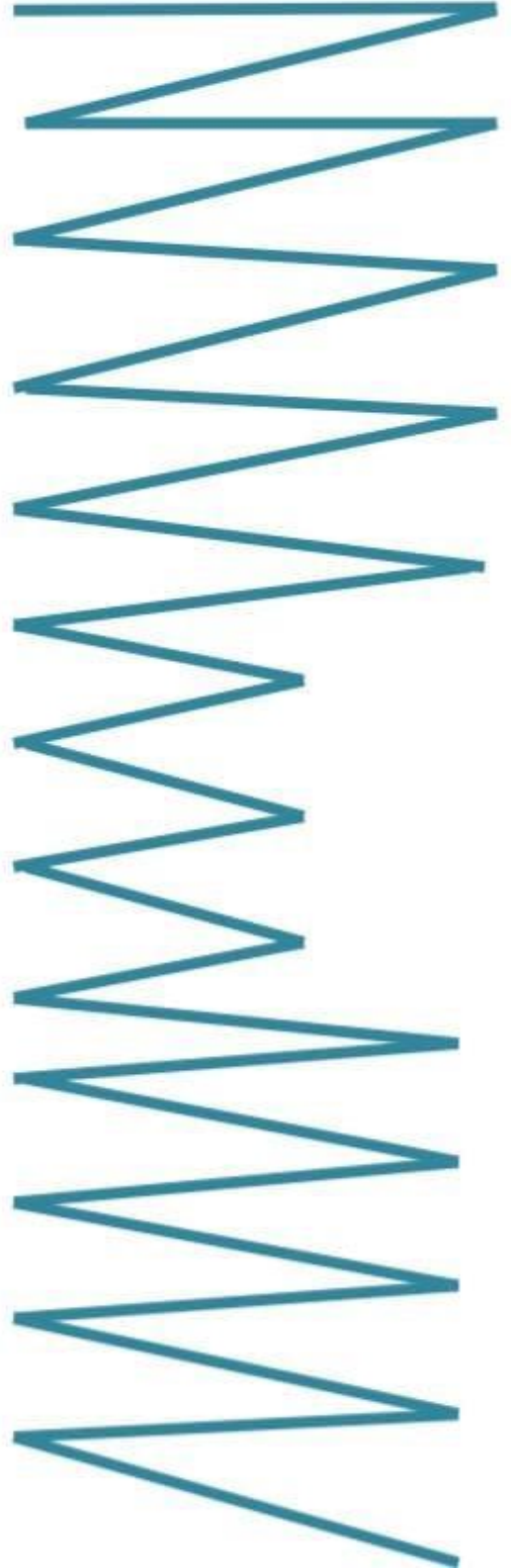
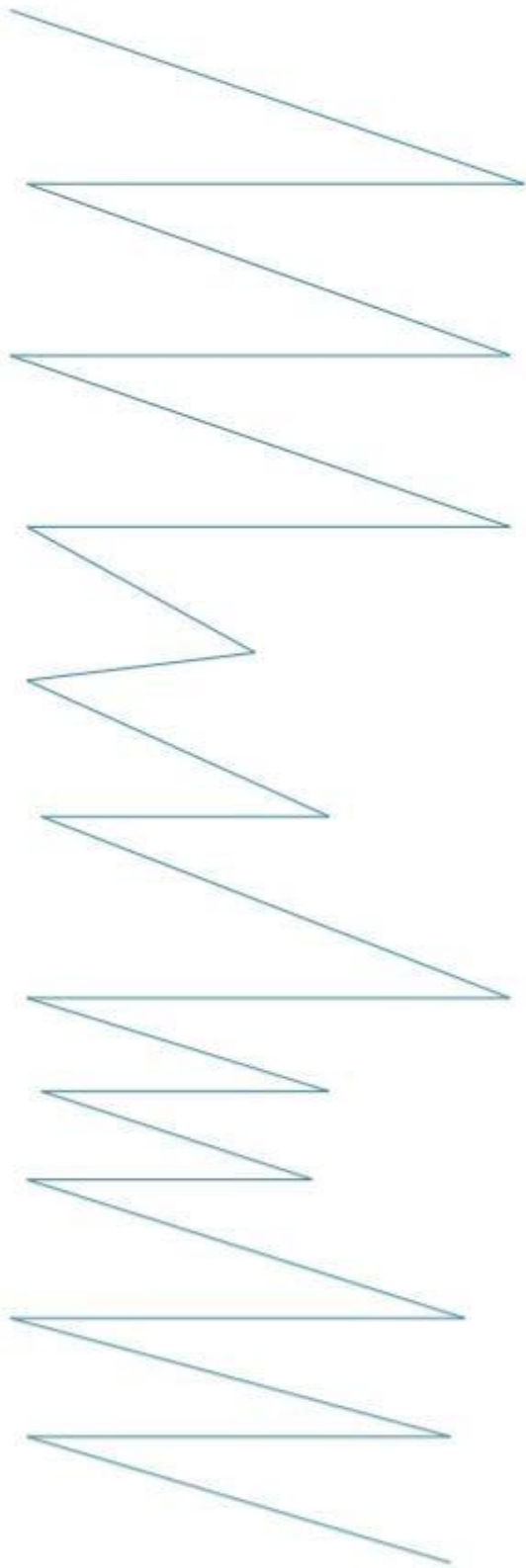
Estos ejercicios tienen la finalidad de acelerar la lectura en los estudiantes, se trabaja utilizando distintas líneas diagonales y verticales siguiendo la secuencia de cada ejercicio. El dedo índice nos sirve como guía para deslizar por todos los caminos visuales y al mismo tiempo la vista debe seguirla al mismo ritmo y es importante que la cabeza este firme y erguida para tener buenos resultados los ejercicios se realizan alternando por cada uno se utiliza la mano derecha y la mano izquierda así trabajando el hemisferio derecho y el hemisferio izquierdo. Después de 5 sesiones se utiliza el primer visor con la misma finalidad, con este visor mejoramos cada ejercicio incrementando la rapidez motriz y ocular.

Estos ejercicios también te ayudan a superar el estrés y a oxigenar toda tu cara. Se realiza con la mayor gesticulación posible de toda la cara y cuello. Estírate lo que más puedas. Será una técnica que fortalecerá tus músculos faciales para que no te canses al practicar la lectura veloz, además será particularmente importante cuando leas, porque tus músculos se estiran durante el ejercicio y estarán relajados mientras lees; esto te ayudará a ser más rápido.

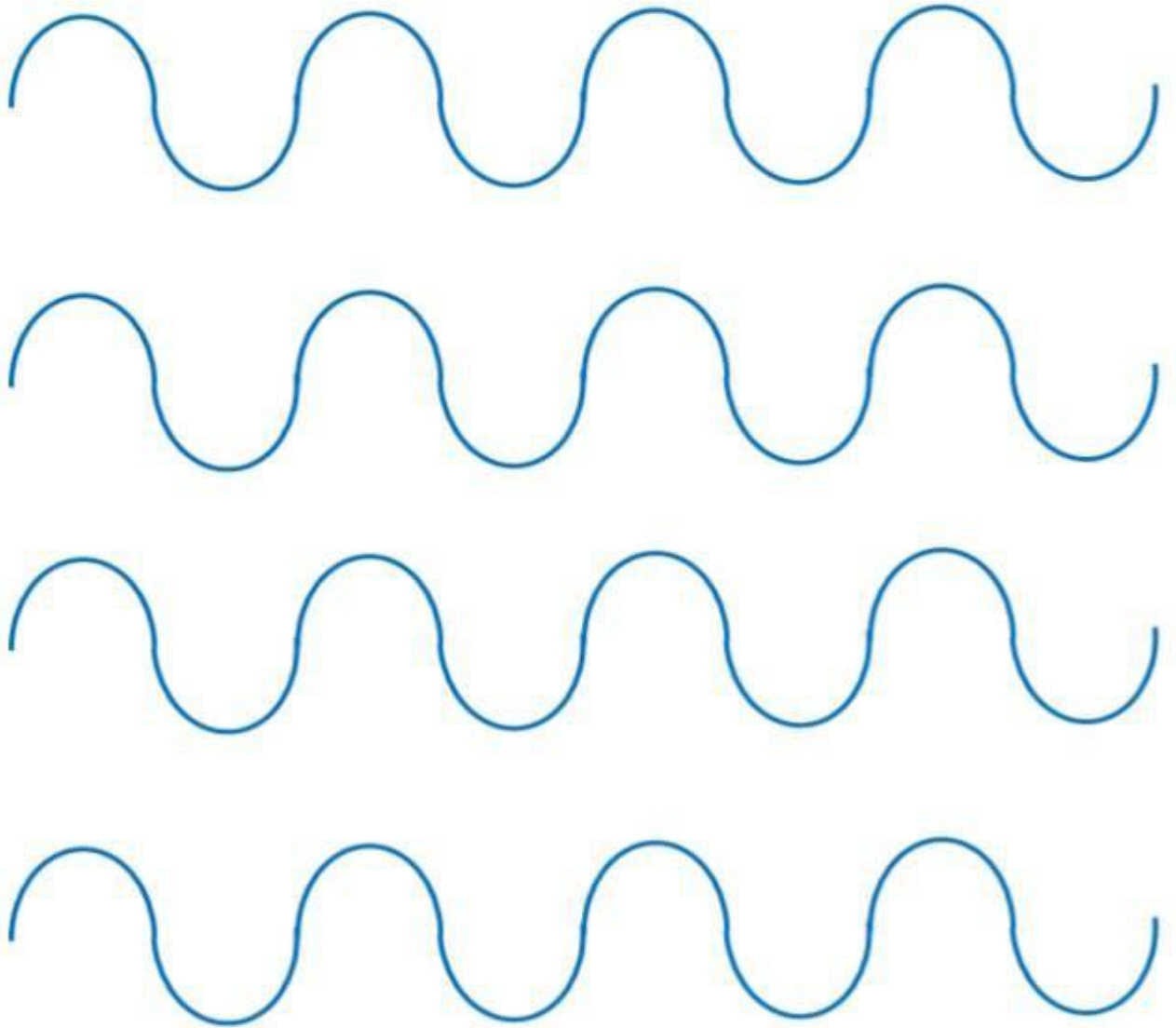
A continuación veamos los ejercicios visuales:

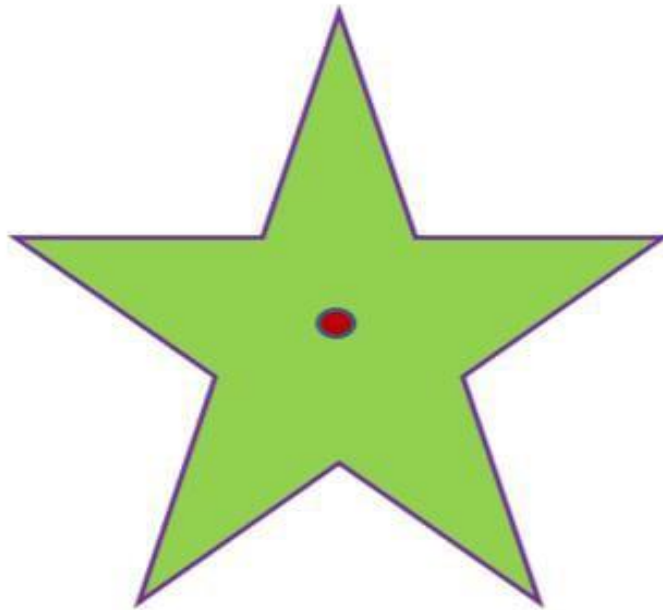
## CAMINOS VISUALES





## FLEXIBILIDAD OCULAR



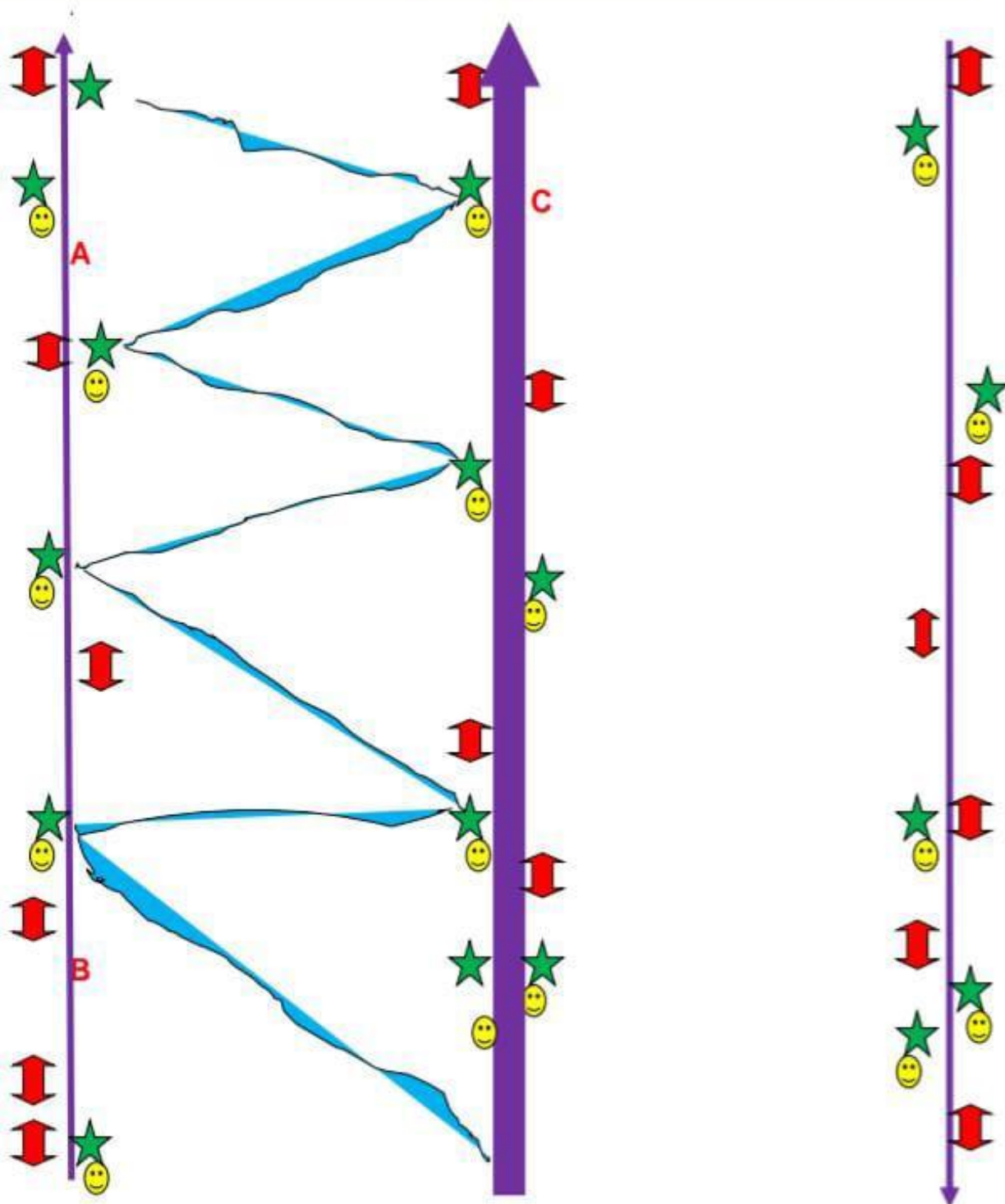






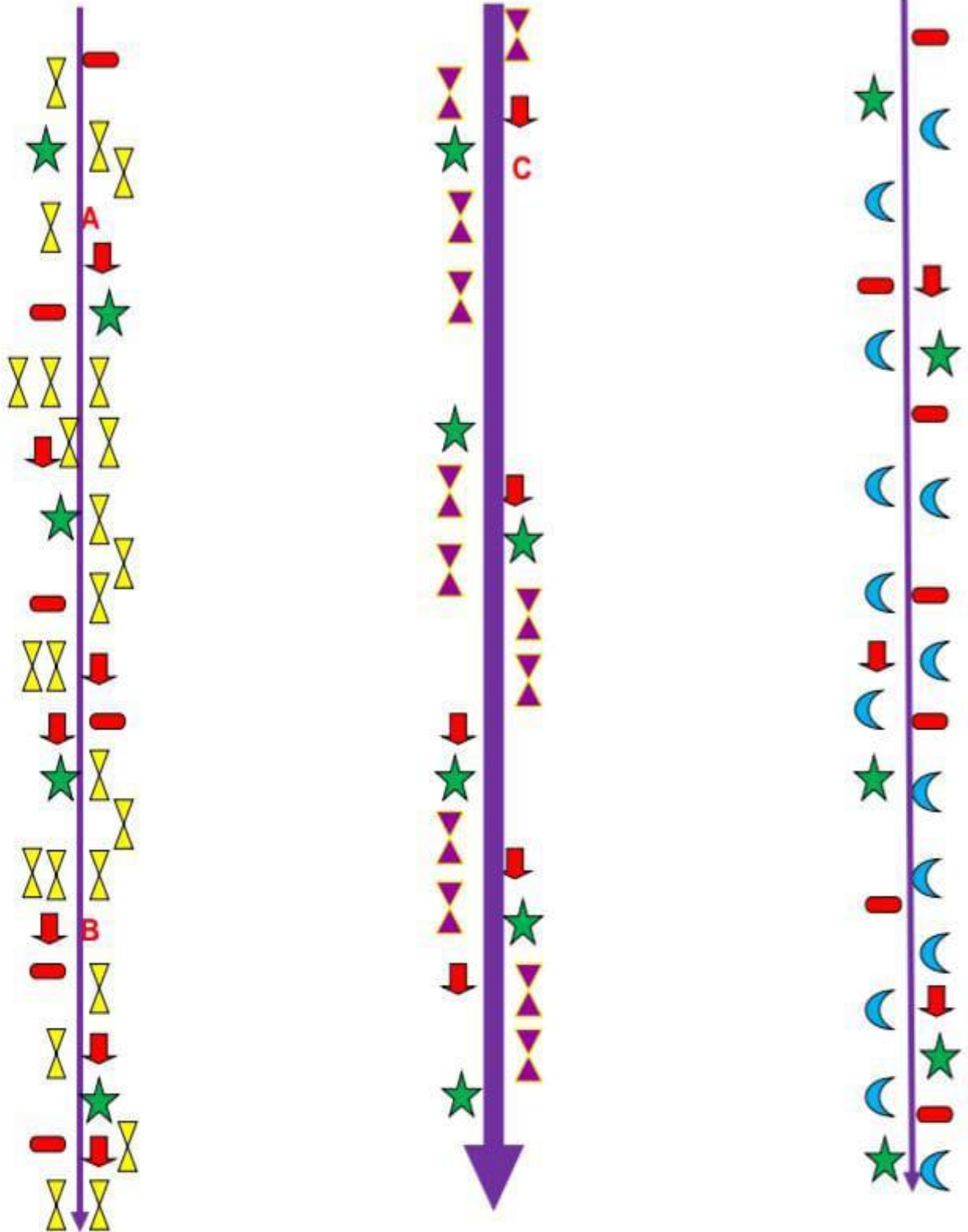
**E.P.O. 2**

Realice este ejercicio, deslizando verticalmente el visor N°1 de arriba hacia abajo, fije su vista en el punto central y siga las instrucciones de su asesor académico



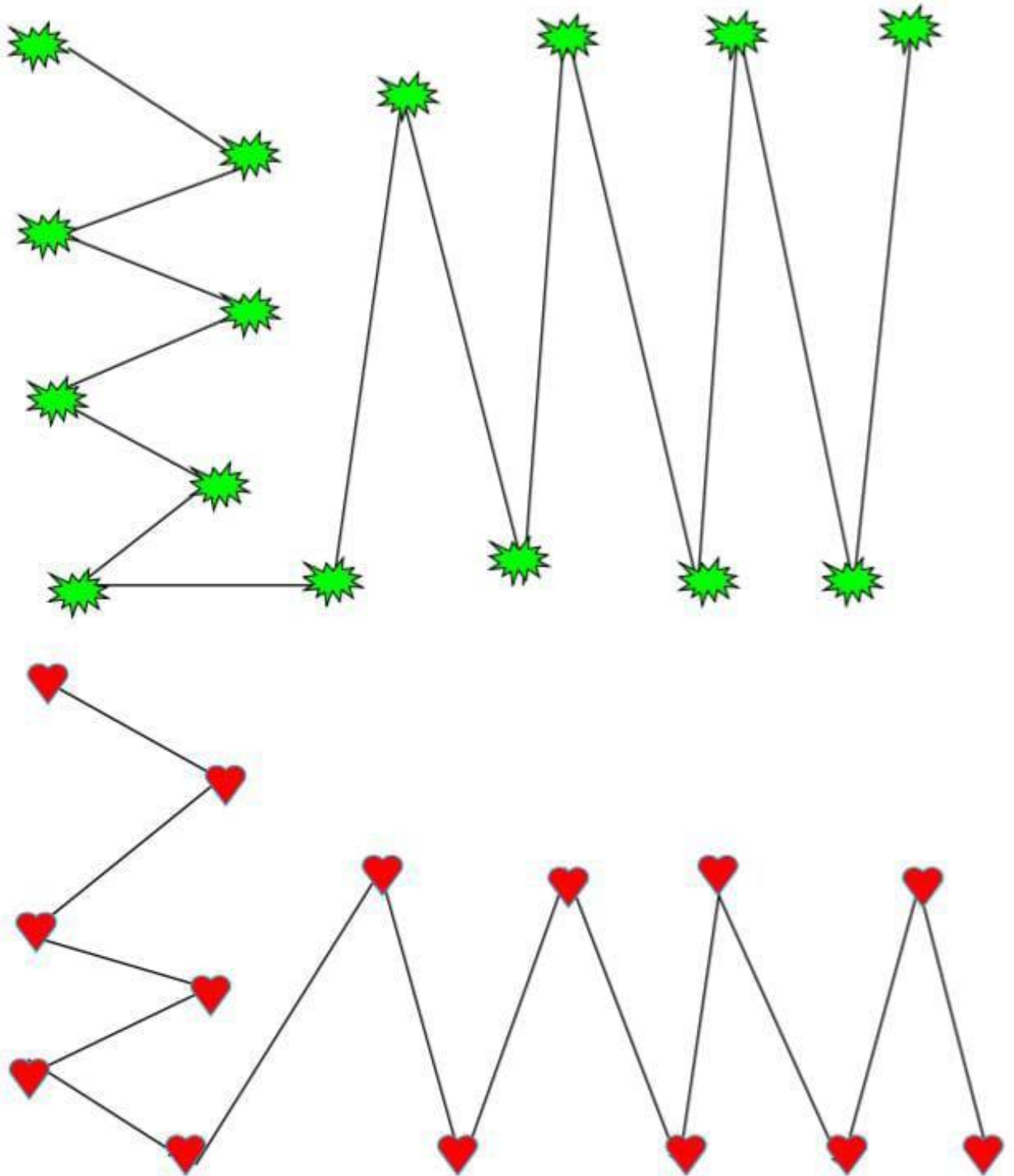
E.P.O. 3

Realice este ejercicio, deslizando verticalmente el visor N°1 de arriba hacia abajo, fije su vista en el punto central y siga las instrucciones de su asesor académico.



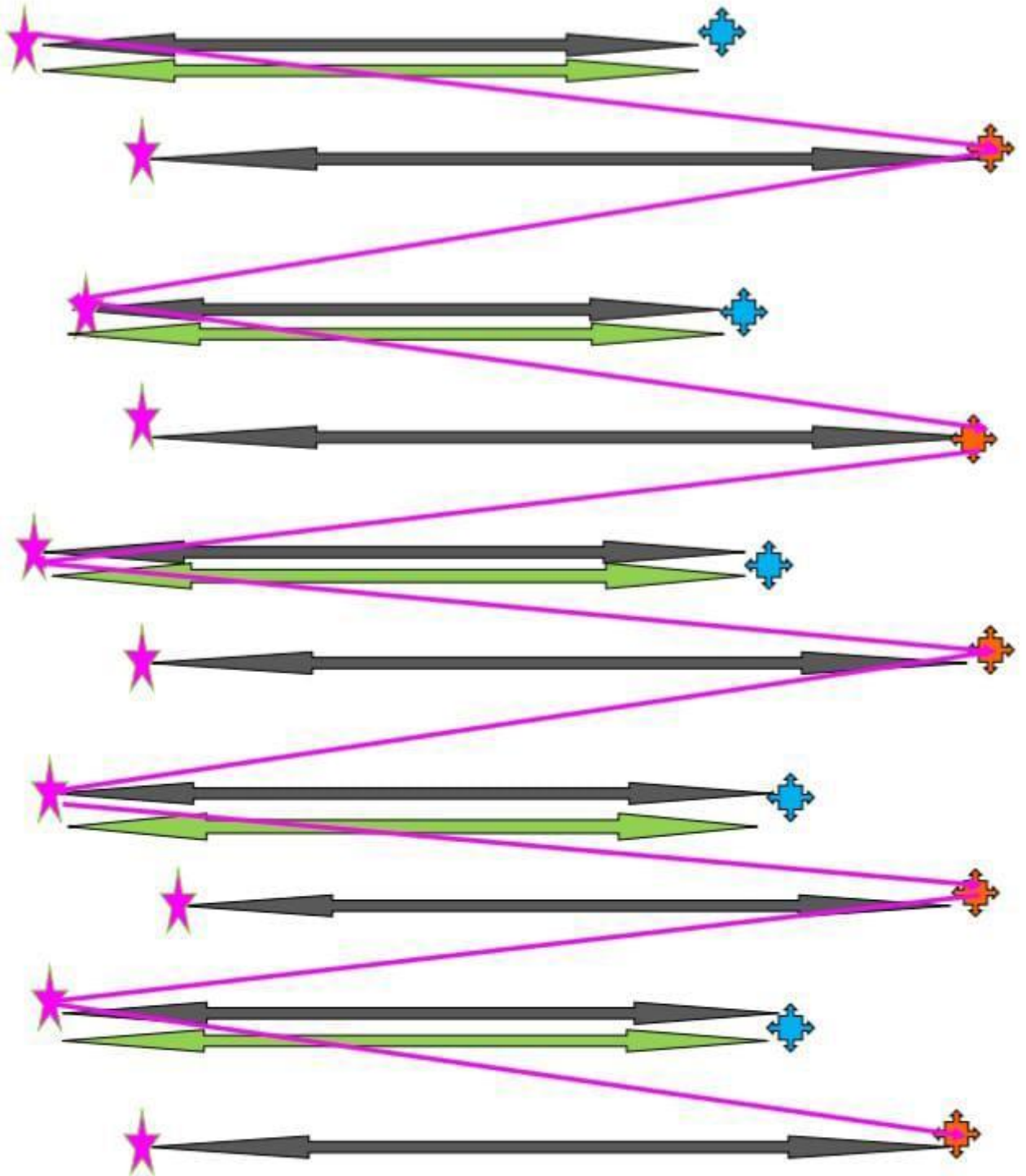
**E.P.O. 4**

Realice este ejercicio, deslizando el visor N° 1, fije su vista en el punto central y siga las instrucciones de su asesor académico



**E.P.O. 5**

Realice este ejercicio, deslizando horizontalmente con la vista, siga las instrucciones de su asesor académico



E.P.O. 6

Realice este ejercicio, deslizando verticalmente el visor N° 1 de arriba hacia abajo y viceversa, fije su vista en el punto central y siga las instrucciones de su asesor académico



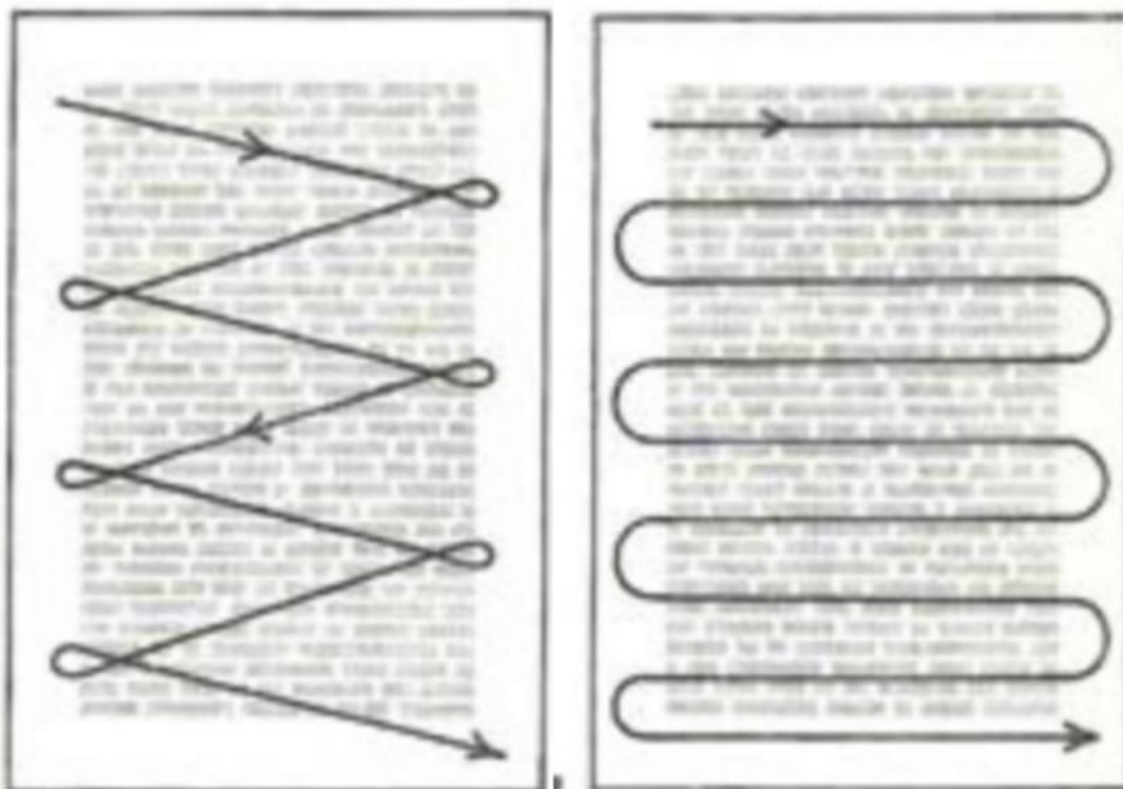
Estos ejercicios se realizaron para tener una mejor lectura y aumentar nuestras palabras por minuto, se trabajó con dos técnicas de lectura: la técnica del punteo y la técnica del deslizamiento.

**TECNICA DEL PUNTEO:** En la técnica del punteo se utilizó el Visor número 2 para marcar la cantidad de palabras que se van a leer de un solo golpe. El estudiante tomo al principio 3 a 4 palabras en la lectura una vez dominado este reto seguimos aumentando las palabras de 6 a 8 hasta llegar a la cantidad de 18 a 20 palabras en la lectura del punteo de un solo golpe. Este visor sirvió como guía señalando una cantidad designadas de palabras cada sesión, el objetivo de esta técnica es agarrar cada vez más cantidad de palabras en la lectura para ello se exige una gran concentración del estudiante y se eliminó cualquier distracción. También se omitió la vocalización y balbuceo de palabras porque esto nos limitaba leer con más rapidez en esta técnica se utiliza una lectura en pirámide que es la apropiada para llegar a nuestra meta original.

### Lectura en pirámide

Hubo  
una vez  
un califa  
en Bagdad  
que deseaba  
sobre todas las  
cosas ser un  
soberano justo.  
Indagó entre los  
cortesanos y sus  
súbditos y todos  
aseguraron que no existía  
califa más justo que él. -¿Se  
expresarán así por temor? -se  
preguntó el califa. Entonces  
se dedicó a recorrer las ciudades  
disfrazado de pastor y jamás escuchó  
una murmuración contra él. Y sucedió  
que también el califa de Ranchipur sentía  
los mismos temores y realizó las mismas  
averiguaciones, sin encontrar a nadie que  
criticase su justicia. -Puede que me alaben por  
temor -se dijo-. Tendré que indagar lejos de mi  
reino. Quiso el destino que los lujosos carruajes de  
ambos califas fueran a encontrarse en un estrecho  
camino. -¡Paso al califa de Bagdad! -pidió el visir de  
éste. -¡Paso al califa de Ranchipur! -exigió el del  
segundo. Como ninguno quisiera ceder, los visires de los  
dos soberanos trataron de encontrar una fórmula para salir  
del paso. -Demos preferencia al de más edad -acordaron. Pero  
los califas tenían los mismos años, igual amplitud de posesiones  
e idénticos ejércitos. Para zanjar la cuestión, el visir preguntó al  
otro: -¿Cómo es de justo tu amo? -Con los buenos es bondadoso  
-replicó el visir de Ranchipur-, justo con los que aman la justicia e  
inflexible con los duros de corazón. -Pues mi amo es suave con los  
inflexibles, bondadoso con los malos, con los injustos es justo, y con los  
buenos aún más bondadoso -replicó el otro visir. Oyendo esto el califa de  
Ranchipur, ordenó a su cochero apartarse humildemente, porque el de  
Bagdad era más digno de cruzar el primero, especialmente por la lección que le  
había dado de lo que era la verdadera justicia.

**TECNICA DEL DESLIZAMIENTO:** El estudiante debe subrayar la hoja de lectura de izquierda a derecha utilizando un lápiz y una regla la línea puede ser por encima de las palabras, por el medio de las palabras o por debajo de las palabras. En este caso el visor numero 3 sirve como impulsador cubriendo casi inmediatamente después de pasar la vista una sola vez para que pueda estimular al globo ocular en acelerar la lectura. También contamos con lecturas con líneas en zic-zac como podemos observar a continuación:



*Movimientos avanzados de guía visual: “la S” “el Zig-Zag”*

## **ROL DE LA TUTORA:**

El trabajo que tuve que realizar fue el papel de asesora académica la cual consistía en explicar cada actividad al estudiante (usuario) también disipar las dudas que se presentaban en las tareas. Fue muy interesante porque no todos llevaban el mismo ritmo de avance entonces había que acomodarse al ritmo de cada uno de ellos, a lo largo del tiempo se convirtió en una educación individual y personalizada. Las sesiones fueron para mi persona muy complicadas e incluso estresantes porque había que recalcar las consignas cada vez que fuera necesario. También tuve que tomar pruebas del avance cada 2 meses para verificar el incremento de palabras por minuto y así establecer un control más claro como influía positivamente la intervención de mi instrumento didáctico.

En resumen mi papel fue el de brindarles orientación, apoyo profesional y guía a los estudiantes de Psicovelec con gran responsabilidad y dedicación.

## **ROL DEL ESTUDIANTE**

Los estudiantes que llegaron a la institución eran personas que buscaban leer más rápido para cumplir con las actividades que desempeñaban en sus fuentes de trabajo como se tenía conocimiento eran personas adultas que presentaban algunos problemas de visión o vista cansada. Desde el primer momento fueron estudiantes muy responsables y dedicados en todas las actividades ellos cumplían al pie de la letra cada consigna que mi persona les señalaba, realizaban con gran dedicación sus ejercicios visuales cada uno cronometrando por minutos las tareas designadas, buscaban siempre saber más del tema y deseaban quedarse más horas en clases, en cada evaluación ponían interés y aportaban con sus experiencias y anécdotas en el aspecto de la lectura para encontrar soluciones.



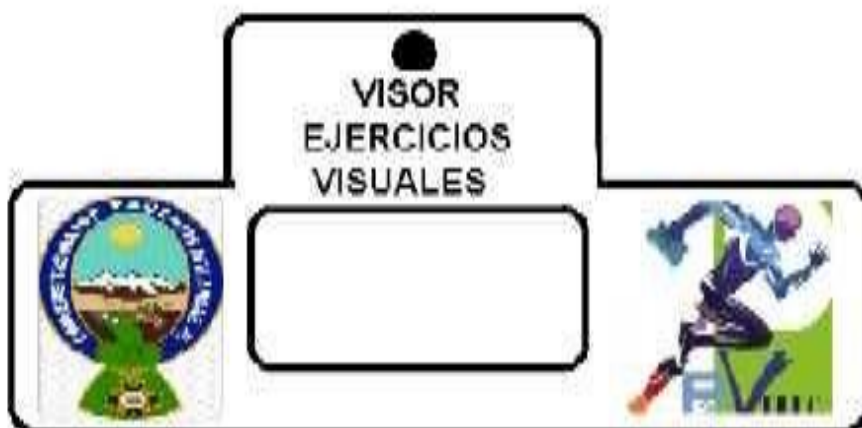
#### 4.3. Creación de visores 1, 2 y 3 para el fortalecimiento de la velocidad lectora.

La lectura asimismo está relacionada con el habla, en la práctica el idioma existe a través del habla, es decir de la forma propia e individual en que usa el idioma una persona o individuo.

Es por lo cual que leer de manera rápida y la cantidad de palabras con una velocidad acorde a nuestra edad, es mejor para la conclusión de terminar lecturas de mayor cantidad utilizando estrategias, actividades con materiales para mejorar la velocidad lectora.

##### Creación de visores como un instrumento didáctico

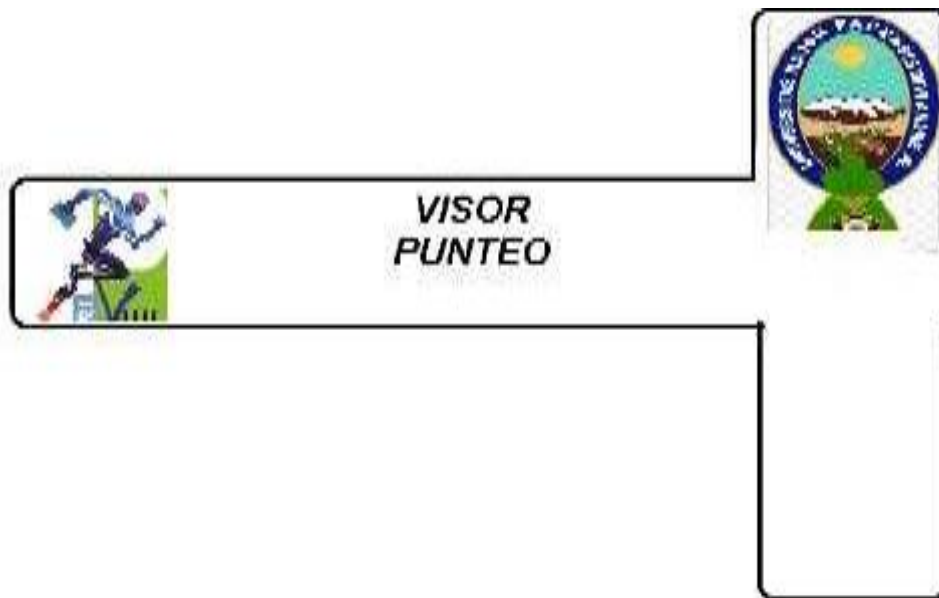
###### VISOR 1



Este visor fue creado con la finalidad de acelerar el globo ocular con distintos tipos de ejercicios visuales, este visor fue creado en base a un taquistoscopio la cual fue utilizada en su inicio en las guerras para figurar un blanco u objetivo, posteriormente se utilizó para desarrollar destrezas de lectura o una técnica de lectura, entonces nació la idea de utilizar esta figura con una abertura en el centro por la cual mostramos distintas figuras al usuario la cual observen y la memoricen para que posteriormente la reproduzcan.

También es importante mencionar el punto superior que tiene el visor con el objetivo de deslizarse por las líneas verticales y horizontales en curvas etc., los usuarios debe realizar los ejercicios con la mano izquierda y derecha simultáneamente.

### VISOR 2 PUNTEO



Este visor tiene la finalidad de acelerar a la lectura tomando de un solo golpe de vista de 6 a 8 palabras, en la lectura posteriormente se busca tomar de 13 a 14 palabras; este visor nos señala la cantidad de palabras que tomamos en la lectura, tratando siempre incrementar más palabras y a conseguir una lectura veloz.

### VISOR 3 DESLIZAMIENTO



Este visor tiene el objetivo de hacer un barrido en la lectura deslizando izquierda a derecha el visor y así acelerar la velocidad, a medida que el usuario fija su vista en las palabras inmediatamente con la mano izquierda va cubriendo las palabras ya leídas, esta técnica se debe exigir cada vez más rápida, para aumentar su lectura contando las palabras leídas por minuto este es un parámetro que utilizamos para medir si acelera su lectura.

## **5. RESULTADOS OBTENIDOS.**

Luego de haber realizado el trabajo dirigido se obtuvo los siguientes resultados:

Al iniciar las actividades de lectura veloz en la institución Psicovelec con adultos entre las edades de 35 a 60 años, se logró despertar el interés de los usuarios en la participación del programa desarrollado para mejorar la velocidad de lectura; la población aproximadamente fue de 10 usuarios entre hombres y mujeres, de los cuales contamos con la participación de 7 mujeres y 3 varones, se observó al inicio del diagnóstico las falencias de la lectura y los problemas que presentaban los usuarios como ser cansancio visual, frecuentes en esta etapa de la vida ya que son mayores, para esto se desarrolló ciertos ejercicios visuales adecuados a la población, posterior a ello las técnicas del punteo y las técnicas de deslizamiento para que nuestro usuario pueda elegir con que técnica se siente cómodo para poder o tener los logros esperados.

También debemos considerar que nuestros participantes presentan fatigas y cansancio de la vista, para esto desarrollamos ejercicios implementando los tres visores como instrumento. En esta segunda fase con la aplicación de las técnicas de punteo y la técnica del deslizamiento se logró aumentar la cantidad de palabras por minuto de tres a cuatro veces más de lo inicial.

En la tercera fase, es la etapa que comprende de lecturas con un contenido más largo y son lecturas con distintas modalidades; la aceptación fue evidente puesto que los usuarios tenían inquietudes y exigencias para seguir

aumentando su velocidad en la lectura, permitiendo así grandes y exitosos resultados para su vida personal o de trabajo.

## **5.1. Resultados por objetivos.**

### **5.1.1. Objetivo general.**

Se fortaleció la lectura veloz en adultos de 35 a 60 años de la misma manera obteniendo como resultado un aumento de palabras por minuto aproximadamente de 200 ppm, a 250 palabras por cada usuario.

También se implementó los visores 1, 2 y 3 como instrumentos didácticos a fin de mejorar la lectura veloz con los ejercicios visuales. De la misma manera se utilizó en todas las lecturas cada visor de acuerdo a la técnica utilizada como ser la técnica del punteo y la técnica del deslizamiento.

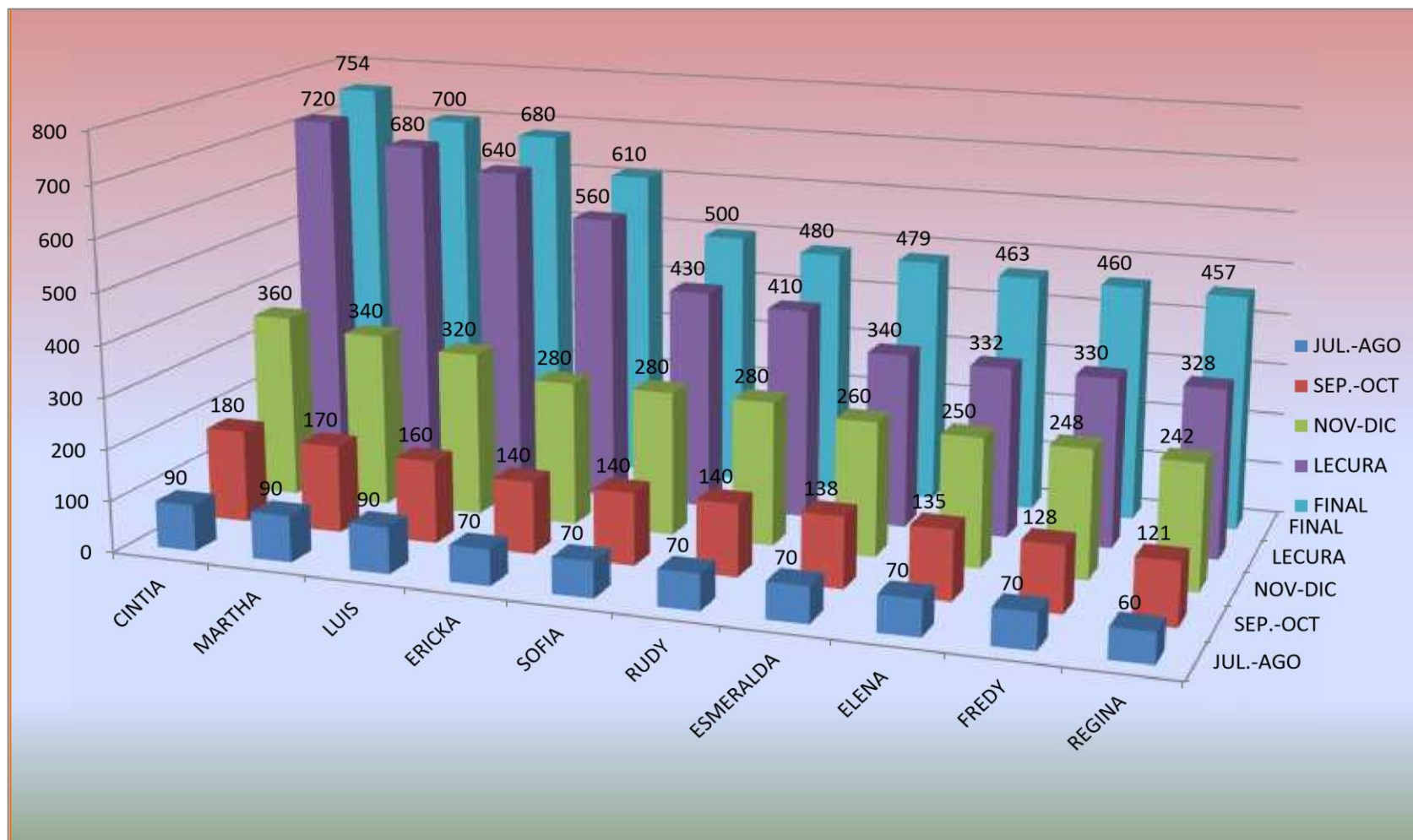
### **5.1.2. Objetivo específico.**

- En un formulario de diagnóstico se pudo identificar la velocidad de cada usuario al inicio de este programa así tener una idea clara cuantas palabras por minuto se pudo aumentar con la implementación de los instrumentos en la lectura veloz
- Se diseñó tres visores los cuales se creó para trabajar y cumplir las necesidades de lectura en las distintas técnicas.
- Implemente satisfactoriamente y trabaje óptimamente con usuarios adultos de 35 a 60 años, llegando positivamente al objetivo planteado inicialmente en este trabajo dirigido.

- Se determinó en todo el proceso de intervención como afecto la utilización de los distintos visores en la lectura veloz arrojando en cada evaluación el aumento de las palabras por minuto.

En la primera fase se identificó los niveles de velocidad de lectura, posteriormente se diseñó los distintos visores con los cuales desarrollamos la visión, estos visores fueron diseñados especialmente para adultos de 35 a 60 años de edad, puesto que presentan y desarrollan una visión cansada y borrosa; en la siguiente sesión se logró mejorar y apoyar a los adultos en su lectura, alcanzando niveles aún más de lo esperado.

## 5.2. Interpretación de los resultados de la incidencia del uso del visor.



Fuente: Elaboración propia

En los resultados de cada usuario registrado en la tabla el avance que obtuvieron durante el proceso de intervención, se pudo observar lo siguiente: La usuaria Cinthia empezó el diagnóstico con una velocidad lectora de **90 ppm**, con la intervención de las actividades mejoró a **754 ppm**, posterior a ello la usuaria Martha inició con la velocidad lectora de **90 ppm**, con las actividades de intervención mejoró a **700 ppm**, el usuario Luis empezó con **90 ppm** y concluyó con **680 ppm**, la usuaria Erika al momento de su inscripción inició con **70 ppm**, con las actividades y lecturas realizadas mejoró su velocidad a **610 ppm**, seguido a ello la usuaria Sofía inició con la velocidad de **70 ppm**, finalizando con **500 ppm** y el usuario Rudy al momento de su intervención inició la actividad utilizando los visores, durante el proceso mejoró a **480 ppm**, Esmeralda empezó con la velocidad lectora de **70 ppm**, concluyendo de manera satisfactorio con **479 ppm**, Elena inició con **70 ppm**, finalizo con **463 ppm**, mejorando tres veces más de lo que inicio Fredy, al momento de su inscripción empezó con **70 ppm**, concluyendo satisfactoriamente y mejorando su lectura a **460 ppm**, la usuario inicio con **60 ppm** finalizando y mejorando su velocidad lectora a **457 ppm**.

Cabe mencionar que cada actividad fue para fortalecer la velocidad lectora de cada usuario, a fin de que cada usuario lea y tenga el hábito hacia la lectura, también se busca que el usuario pueda comprender lo que está leyendo y de esta manera poder enriquecerse de cada contenido del libro, historieta, periódico, novelas etc.

Los resultados más sobresalientes que pudimos obtener en cuanto a nuestra población fue ayudarles en gran manera a cumplir con sus actividades laborales puesto que todos trabajan de alguna u otra manera en base a la lectura. Lo que leían en 5 horas podían hacerlo en 1 hora entonces la satisfacción de haberles brindado una solución al problema de la lectura que presentaban cada uno de ellos. Cuando llegamos a la edad adulta nuestra vista tiende a nublarse o cansarse y darles nuevas técnicas de lectura fue un alivio para que ellos puedan leer más en poco tiempo.



### **5.3. Conclusiones.**

El propósito de trabajo dirigido fue aumentar la velocidad lectora implementando los distintos visores y estrategias didácticas, con adultos de 35 a 60 años de edad del instituto Psicovelec.

En cuanto al objetivo general se alcanzó satisfactoriamente con las metas trazadas y aún más de lo esperado.

En una primera sesión se evaluó con un test de lectura y comprensión que la institución Psicovelec cuenta para clasificar sus palabras por minuto; posteriormente se trabajó con nuestra población indicada anteriormente, para esta intervención se diseñó los distintos visores para llevar adelante el programa de lectura veloz; se entrega a cada usuario los ejercicios visuales y los distintos visores para que cada día puedan practicar cada ejercicio con un tiempo predeterminado (1 minuto), los ejercicios tienen el único objetivo de incrementar su campo visual; cuando los usuarios alcanzaron el nivel de velocidad exigido con los ejercicios visuales, quiere decir que se practicó las siguientes técnicas de lectura: Técnica del punteo y técnica del deslizamiento, las dos herramientas que nos ayudan a mejorar y alcanzar una velocidad esperada.

Se logró identificar el nivel de velocidad de usuarios adultos que comprenden de 35 a 60 años y también superar los objetivos y las metas esperadas.

Diseñamos tres visores para los ejercicios visuales los cuales trabajamos en cada clase y ejercicio de deslizamiento y punteo.

La incidencia fue evidente en el fortalecimiento de la lectura veloz aportando de gran manera en adultos con problemas de visión.

La institución Psicovelec queda muy satisfecha por el trabajo de intervención en la clase de adultos, apoyando alcanzar los objetivos trazados al inicio de este trabajo dirigido.

#### **5.4. Recomendaciones.**

- ✓ Innovar constantemente con estrategias nuevas para la población adulta que le interesa leer y así tener una mejor velocidad lectora como la técnica del punteo y el deslizamiento.
- ✓ Realizar un seguimiento individual, para comprender sus falencias como psicopedagogos, realizando en un determinado tiempo una evaluación del avance.
- ✓ Adaptar el diseño curricular desde las matrices de la Educación para tener una generación lectora.
- ✓ Prevenir a las nuevas generaciones del problema visual por el uso de las nuevas tecnologías, concientizando el uso adecuado sobre estas herramientas tecnológicas.
- ✓ Animar a nuestra comunidad adulta a que no deje abandone la lectura a pesar de los problemas de visión que pueda presentar puesto que con la lectura veloz podemos acortar el tiempo de lectura y aumentar el ranking lector, es decir más palabras en poco tiempo.

## BIBLIOGRAFÍA

- Carbajal Lizardo (2017) LuaBooks
- <http://www.carflor.com/blog/beneficios-de-la-lectura-en-la-tercera-edad/>
- Zuñiga Arturo (2014). Etapas del proceso de la lectura.
- Ramos María (2017). Definición e importancia de la lectura disponible.
- [https://www.shisdehare.net/leonardo Rodríguez 19. /definición-y etapas – de –la-lectura.](https://www.shisdehare.net/leonardo%20Rodr%C3%ADguez%2019%20definici%C3%B3n-y%20etapas%20de%20la%20lectura)
- [https://cvc.cervantes.es/ensenanza/biblioteca\\_ele/diccio\\_ele/diccionario/prelectura.htm](https://cvc.cervantes.es/ensenanza/biblioteca_ele/diccio_ele/diccionario/prelectura.htm)
- Mortimer J. Adier (1999). La lectura.
- Sheina Lee Leoni Handel, 2012. "La Importancia De La Lectura En Una Sociedad Tecnológica ", Contribuciones a las Ciencias Sociales , Servicios Académicos Intercontinentales SL, edición 2012-05, mayo
- Ausubel (1983). Factores afectivos sociales Consultado 10 de febrero 2018 disponible <https://es.shideshare.net/omairn/factores-en-aprendizaje6815239>.
- Jackson (20189 (Determinantes de la velocidad lectora) Consultado 11 de febrero de 2018 disponible <http://7thakum.galeon.com/deterveloc.htm>.
- factores que obstaculizan la velocidad lectora José R. Fortuño Candela de 2012 de marzo.
- Natalie Phillips cerebro y la lectura consultado 12 de julio de 2019.

- ¿qué es la prelectura la lectura y pos lectura? <https://aleph.org.mx>
- Como desarrollar la comprensión y la fluidez lectora <https://educayaprende.com>
- (Determinantes de la velocidad lectora) Consultado 11 de febrero de 2018 disponible <http://7thakum.galeon.com/deterveloc.htm>.
- [www.altonivel.com.mx](http://www.altonivel.com.mx) técnicas-de-lectura-rápida
- <https://es.wikipedia.org/> Taquistoscopio
- [educaweb.com](http://educaweb.com) Beneficios y técnicas de la lectura veloz.
- Problemas oculares más frecuentes en personas adultas <https://excimerlaserpalma.com>
- (Velocidad lectora) España Lector editorial casals s.a. desde1870casp79, 0803.10 de febrero de 2018 disponible <http://www.banbuamerica.com/es/velocidad-lectora-nl>

# ANEXOS

## REALIZANDO LAS ACTIVIDADES CON EL VISOR 1



## USUARIA PRÁCTICA CON EL VISOR 2



## REALIZANDO LAS ACTIVIDADES CON EL VISOR 1



## FORTALECIENDO LA LECTURA VELOZ CON LAS ACTIVIDADES



**DESLIZAMIENTO**



## MANEJO DEL VISOR 2

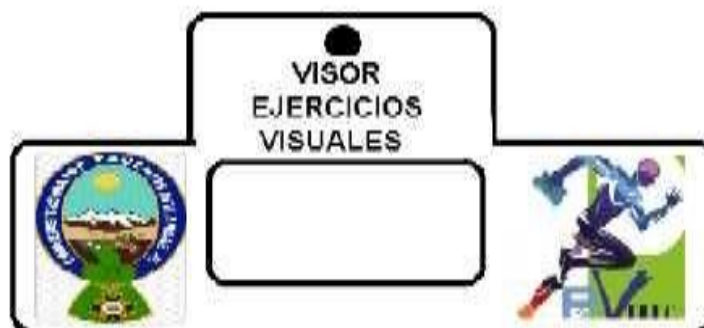




## MANEJO DE VISORES CORRECTAMENTE CON LECTURAS



### VISOR 1



### VISOR 2 PUNTEO



### VISOR 3 DESLIZAMIENTO

