

¿CÓMO MEJORAR LA LECTURA?

“Ante todo es preciso que enseñéis a los niños a leer con facilidad absoluta, de modo que no puedan ya olvidarlo en toda su vida y que, en cualquier libro, el ojo no se detenga ante ningún obstáculo... ¡Saber leer de verdad, sin vacilaciones, es la llave de todo”

Jean Jaurés (1888)

TIPOS DE LECTURA

1.- Lectura mecánica.

Se limita a identificar palabras prescindiendo del significado de las mismas. Prácticamente no hay comprensión.

2.- Lectura literal.

Comprensión superficial del contenido.

3.- Lectura oral.

Se produce cuando leemos en voz alta.

4.- Lectura silenciosa.

Se capta mentalmente el mensaje escrito sin pronunciar palabras. El lector puede captar ideas principales.

5.- Lectura reflexiva.

Máximo nivel de comprensión. Se vuelve una y otra vez sobre los contenidos, tratando de interpretarlos. Es la más lenta.

6.- Lectura rápida.

Sigue la técnica del “salteo”, que consiste en leer a saltos fijándose en lo más relevante. Es una lectura selectiva.

CAUSAS DE UNA LECTURA LENTA. HÁBITOS Y FACTORES NEGATIVOS.

1.- La regresión.

Consiste en volver atrás sobre lo leído, antes de terminar el párrafo. Muchas veces, se hace de forma inconsciente. La regresión provoca un efecto negativo sobre la lectura y la comprensión de lo leído, porque se divide el pensamiento, se pierde la idea general. Todavía hay muchos lectores que creen que con este medio se reafirma la comprensión de lo leído.

Una solución: Completar siempre la lectura del párrafo. Entonces podremos volver sobre algún punto oscuro que hayamos identificado.

2.- La vocalización.

Cuando la lectura se acompaña con movimientos labiales, aunque no emita sonidos. Constituye un gran impedimento para la buena lectura porque el lector tiene que estar pendiente de cada palabra y de vocalizarla. Así se distrae la atención de lo fundamental.

Una solución: Probad a introducir un lápiz o algo similar entre los labios.

3.- La subvocalización.

Consiste en ir pronunciando mentalmente las palabras que leemos, aunque no hagamos ningún movimiento con los labios. Es un freno a la agilidad del pensamiento. Es considerado como uno de los malos hábitos más difíciles de erradicar.

Una solución: Máxima concentración para que la subvocalización se convierta en actividad mental que capte directamente las ideas del autor.

4.- Movimientos corporales.

La lectura es una actividad mental y todo movimiento físico es innecesario, salvo el de los ojos. Algunos lectores se balancean, se sirven del dedo para recorrer las líneas, adoptan malas posturas, cuando el cuerpo debería estar relajado.

Una solución: La mejor forma de erradicar estos malos hábitos es tomar conciencia de ellos.

5.- Vocabulario deficiente.

El buen lector tiene a mano y consulta con frecuencia el diccionario. Si el vocabulario es escaso habrá textos en los que descartemos gran cantidad de palabras y expresiones que harán que nuestra lectura sea lenta y poco comprensiva.

Es un círculo cerrado: hasta que no se empieza a usar con regularidad el diccionario no se ampliará el vocabulario y la lectura no será todo lo eficaz que debiera.

Una solución: Leer, leer y leer. Quien más lea más ampliará su vocabulario. Y más querrá seguir leyendo.

6.- Exceso de fijaciones.

Si leemos palabra por palabra tardaremos más y entenderemos menos. El lector eficaz aprovecha al máximo toda la capacidad de visión que tienen los ojos. En una sola fijación se pueden abarcar tres y cuatro palabras.

Una solución: Para ampliar el campo visual se puede probar a leer columnas de palabras y no líneas. Se dirige la vista hacia el centro de cada renglón.

7.- Varios.

Los ruidos, las luces inadecuadas, la incomodidad e incluso el exceso de comodidad son factores que aumentan la **distracción**. Y la distracción es uno de los vicios lectores al que más nos debemos enfrentar. Está en el origen de cada uno de los malos hábitos analizados anteriormente.

Problemas en la visión, dislexia...

¿QUÉ ES UN LECTOR EFICAZ?

Un lector eficaz es un lector que

- lee rápidamente,
- comprende lo que lee,
- adapta la velocidad y la comprensión lectoras al tipo de texto que lee y a la intención o proyecto con que lo lee,
- y recuerda bien lo leído.

Relación entre velocidad y comprensión según las diferentes clases de lectura:

Tipo de lectura	Utilizable en	Velocidad	Comprensión
De entretenimiento: - por afición; - por gusto.	Revistas. Periódicos Novelas	Lectura rápida, de atención difusa. En novelas y noticias, 300-350 pal./min. En artículos de divulgación, 250 pal./min.	Comprender el 70% del contenido. Si se comprende más, se lee despacio: aumentar la velocidad.
De consulta y repaso: - Ampliar. - Repasar. - Buscar un dato o la idea principal.	Libro de consulta. Diccionario. Archivos. Visión global de un tema.	Velocidad máxima para tener una visión global de la situación. Máxima fijeza para detenerse en el dato que interesa. Unas 500 pal./min.	Comprender el 50% y aún menos. Si se comprende más, aumentar velocidad.
De estudio: - Reflexionar. - Sintetizar. - Asimilar.	Apuntes de clases. Material a asimilar. Problemas. Demostraciones.	Equilibrio entre velocidad y comprensión. Lectura atenta. Unas 200 pal./min. En los procesos (problemas, demostraciones...), lectura más lenta.	Comprender entre el 90-100% de lo leído. Utilizar para ello la Técnica de Trabajo Intelectual adecuada.
De análisis de un texto: - Dominar datos. - Analizar. - Comparar críticamente.	Principios. Definiciones. Listas.	Velocidad mínima, que permita la asimilación y comprensión total.	Comprender el 100% del contenido. Exigible en números, símbolos, tablas... Lentitud, repetición, concentración máxima.

- **Datos referidos a lectura silenciosa (verdadera lectura)**

ENTRENAMIENTO PARA LA LECTURA

NIVELES	ASPECTOS QUE SE TRABAJAN	MEDIOS / TÉCNICAS
1. Motricidad	Movimientos de los ojos, pausas, detenciones.	Ordenador. Juegos de lectura.
2. Percepción	Fijaciones, pausas, detenciones.	Ordenador. Juegos de lectura.
3. Comprensión	<p>Visión directa</p> <p>Visión indirecta. Pre-requisitos de lectura:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vocabulario, • Ortografía, • Gramática, • Sintaxis. <p>Anticipación del sentido.</p> <p>Construcción del sentido a partir del contexto.</p> <p>Transformación directa del signo en sentido.</p> <p>Defonetización de la lectura.</p>	<p>Ordenador.</p> <p>Juegos de lectura. Textos.</p> <p>Ordenador. Juegos de lectura.</p>
4. Memorización	Memoria inmediata. Memoria a medio plazo. Memoria a largo plazo.	Ordenador. Juegos de lectura. Ejercicios de memoria.

TÉCNICAS PARA MEJORAR LA LECTURA

- 1.- Corregir los malos hábitos lectores mencionados anteriormente.
- 2.- Prestar atención a la mitad superior de las grafías (letras). Contiene mayor información que la parte inferior.
- 3.- Aumentar el campo visual. En una sola fijación se pueden abarcar hasta tres y cuatro palabras.
- 4.- De igual modo que con las fijaciones, intentar reducir al máximo los espacios en blanco. Imaginar un margen lateral dentro del texto. Así, la vista se posará unos centímetros más a la derecha del comienzo de cada renglón. Y pasará a la siguiente línea sin necesidad de llegar al final.
- 5.- En todo texto hay palabras-señales que nos indican el ritmo de lectura. Servirse de ellas para aumentar la velocidad.
- 6.- Sin motivación no hay comprensión.
- 7.- Incrementar la velocidad no significa comprender menos.
- 8.- Crear hábito lector.
- 9.- Realizar ejercicios para mejorar la lectura: (ejercicios típicos que se aplican en el método de Lectura Eficaz que trabajan en el colegio)
 - Ejercicios de Cronolectura.
 - Ejercicios de identificación rápida.
 - Ejercicios de rastreo visual.
 - Ejercicios de visión periférica.
 - Ejercicios de reconocimiento previo.
 - Ejercicios de integración visual.

EVALUACIÓN DE LA LECTURA EN EL COLEGIO

- Comprensión y Velocidad van unidas. Ambas son importantes y necesarias.
- Pruebas de Lectura Eficaz.
- Observación directa.
- Fichas de lectura creadas por el profesor
- ...

¿QUÉ HACER EN CASA?

- Hábito lector.
- Trabajo de materiales especializados para la mejora de la lectura. (Necesitan la corrección y supervisión de la familia)
- Ejercicios en la red (Internet) que trabajen la Velocidad y la Comprensión. Existen programas de autocorrección que no necesitan de la supervisión del adulto y son más amenos.