



UNEX Mejorar la Práctica Lectora



Título: Lectura Rápida, Tablas de Schulte

Título: Tablas de Schulte

Palabras Claves: #lectura rápida, # visión periférica

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

Descripción:

La velocidad de la lectura depende principalmente de 5 factores.

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

Objetivos:

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

Actividad(es) (Fases):

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

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

La tabla es de 3x3, 5x5 y más tablas con cuadrados en los cuales se escriben los números 1 a 9, 1-25 en un orden aleatorio. En adición a estos números se pueden usar letras pero entonces hay un límite dependiendo del alfabeto que se usa. El alumno debería concentrar su visión en el centro del cuadrado y buscar con la visión periférica una secuencia (ascendiendo o descendiendo) de números o letras. La distancia a la tabla debería ser 3-4 veces la longitud del lado del cuadrado. En el proceso de la práctica, el movimiento del ojo disminuirá y con el tiempo el punto de visión clara se ampliará. El uso de un espejo translúcido ayudará controlar los movimientos del ojo y crear los hábitos correctos para el alumno. Esto aumentará con el tiempo el punto de la visión clara.

Las tablas de color de Schulte pueden ser un reto adicional para los alumnos, por ello es que se incluyó el ejercicio del arcoíris en los calentamientos. En este ejercicio se escriben los nombres de diferentes colores en un folio en líneas. Durante el ejercicio se debe decir el color que se ha escrito, no el color con el que se ha escrito la palabra (ejemplos en los anexos).

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

Consejos para formadores

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

Lista de recursos, materiales, etc.

Tablas de Schulte en diferentes tamaños (complejidad) (ejemplos en anexos), pero pueden estar preparados por el profesor. Metrónomo. Cronómetro. Diario. Espejo translúcido.

Evaluación/Feedback

Después de cada ejercicio.