

# MEJOREMOS LA VELOCIDAD LECTORA

Cuando leemos, el ojo no se desplaza en línea recta, sino que va dando saltitos a través de la línea que estás leyendo. Para leer más rápido hay que intentar que nuestros ojos den los saltos cada vez más amplios y recojan cada vez más palabras de una vez. Esto se llama ampliar el campo visual.

Ahora vas a hacer una actividad para aumentar tu campo visual:

Fija tus ojos en la estrella central y lee la frase completa sin mover los ojos:

El

\*

niño

\*

corre con

\*

la bici verde

Y ahora esta otra:

Ayer salí

\*

con mis amigos

\*

de paseo

## VAMOS A PRACTICAR

Lee este listado de palabras monosílabas de arriba abajo y de izquierda a derecha. Procura no mover la cabeza y que sean los ojos los que se desplacen cuando lean:

yo	mi	el	la
sol	dos	fin	sal
pan	los	tul	lis
al	tu	por	mar
pie	son	pin	nos
mi	mis	col	flan
la	es	más	ven
tu	por	por	con
tras	no	tren	ya

Ahora lee el siguiente listado de palabras de arriba abajo y de izquierda a derecha. Procura no silabear y no cortarte en medio de ninguna palabra. En caso de un solo error tienes que volver a empezar:

Cosa	bolso	banco
leche	gato	pelo
perro	mesa	coco
padre	lila	saco
dedo	mono	rata
pelo	pato	rima
mano	carta	haya

Si quieres mejorar tu campo visual para poder leer más rápido, puedes usar el periódico de la siguiente manera:

Elige una columna que no sea demasiado ancha. Traza una línea vertical en mitad de la columna y trata de leer deslizando la vista por esa línea, no hacia los lados.

Intenta leer el mayor número posible de palabras de cada línea.

**Ejemplo:**

Las mujeres de los países industrializados viven entre cuatro y diez años más que los hombres. Esta sutil diferencia puede deberse a la biología y al particular comportamiento de ambos sexos. Los jóvenes varones son más propensos a la violencia, homicidios y accidentes. Y cuando llegan a la edad adulta pasan el resto de su vida preocupados por su corazón.