

CURSO LECTURA RÁPIDA



Tabla de contenido

Historia	3
Hitos importantes en la historia de la lectura rápida	3
Importancia lectura en la actualidad	5
Hábitos incorrectos en la lectura	6
Parte Práctica	9
Lectura 1	9
Ejercicio 1. Rápida percepción	14
Ejercicio 2. Discriminación de palabras	19
Ejercicio 3. Sinónimos.....	20
Ejercicio 4. Vocabulario	21
Ejercicio 5. Lectura	23
La importancia de la atención y la concentración en el estudio	23

Lección 1

Historia

La lectura rápida tiene una gran importancia en el mundo actual debido a la gran cantidad de información que enfrentamos a diario. Mejorar nuestra velocidad de lectura nos permite procesar más contenido en menos tiempo, lo que nos brinda varias ventajas tanto en el ámbito educativo como profesional.

En el ámbito educativo, la lectura rápida puede ayudar a los estudiantes a manejar la gran cantidad de material de estudio que deben revisar. Les permite leer más rápido y con mayor eficiencia, lo que les da más tiempo para comprender y analizar la información. Además, la lectura rápida puede ayudarles a mejorar su retención y comprensión, lo que es crucial en la preparación para exámenes y en el aprendizaje en general.

En el ámbito profesional, la lectura rápida es una habilidad valiosa para quienes deben procesar y analizar una gran cantidad de documentos, informes y correos electrónicos en su trabajo diario. Les permite estar al día con las últimas novedades y tendencias en su campo, lo que contribuye a la toma de decisiones informadas y oportunas. Además, la lectura rápida mejora la productividad, ya que se pueden completar tareas más rápidamente y gestionar mejor el tiempo.

En resumen, la lectura rápida es una habilidad que nos brinda una ventaja en el mundo actual, donde la información se genera de forma rápida y constante. Mejorar nuestra velocidad de lectura nos ayuda a manejar la sobrecarga de información, ahorrar tiempo, mejorar la comprensión y tener un rendimiento más eficiente tanto en el ámbito educativo como profesional.

Hitos importantes en la historia de la lectura rápida

Aspectos para considerar:

Siglo XIX: Surgimiento de los primeros métodos de lectura rápida. Durante este período, se realizaron investigaciones iniciales sobre la velocidad de lectura y se exploraron técnicas para mejorar la eficiencia de lectura.

1. William James y sus primeras investigaciones sobre la velocidad de lectura: William James, reconocido como uno de los pioneros en la investigación de la velocidad de lectura, realizó estudios en la década de 1890 para comprender cómo el cerebro procesa la información durante la lectura. Sus investigaciones sentaron las bases para futuros desarrollos en el campo de la lectura rápida.

2. Década de 1950: Revolución de **Evelyn Wood**. Evelyn Wood fue una pionera en el campo de la lectura rápida. Desarrolló un enfoque que se centraba en **eliminar los malos hábitos de lectura**, mejorar la **concentración y la atención**, y utilizar técnicas de **escaneo visual** para aumentar la **velocidad de lectura**. Su enfoque tuvo un gran impacto y abrió nuevas posibilidades en el campo de la lectura rápida.

3. Años 70 y 80: Desarrollo de programas y cursos de lectura rápida. Durante esta época, surgieron programas y cursos diseñados para enseñar a las personas cómo leer más rápido y mejorar su comprensión. Estos programas se basaban en diferentes enfoques y técnicas, y buscaban adaptarse a las necesidades individuales de los estudiantes.

4. Años 90 y 2000: Avances tecnológicos en la lectura rápida. Con la llegada de la tecnología digital, surgieron programas y aplicaciones informáticas que ayudaban a entrenar y mejorar la velocidad de lectura. Estas herramientas utilizaban técnicas de seguimiento visual, resaltado de texto y ejercicios interactivos para optimizar la velocidad y la comprensión.

La influencia de otros expertos, como Tony Buzan y Paul Scheele, en el desarrollo de técnicas de lectura y aprendizaje acelerados: Tony Buzan y Paul Scheele son reconocidos expertos en el campo del aprendizaje acelerado y la lectura rápida. **Buzan** ha desarrollado técnicas basadas en **mapas mentales, visualización** y desarrollo de **habilidades cognitivas** para mejorar la velocidad y comprensión lectora. **Scheele**, por su parte, ha utilizado métodos basados en la neurociencia para ayudar a las personas a desbloquear su potencial de lectura rápida y mejorar su comprensión.

4. La evolución de la lectura rápida con el avance de la tecnología y la aparición de programas y aplicaciones informáticas para su entrenamiento: Con el avance de la tecnología, se han desarrollado programas y aplicaciones informáticas que ayudan a entrenar y mejorar la velocidad de lectura. Estas herramientas utilizan técnicas como el seguimiento visual, el resaltado de texto y ejercicios interactivos para optimizar la velocidad y la comprensión lectora. La evolución tecnológica ha brindado nuevas oportunidades para el entrenamiento y desarrollo de la lectura rápida, adaptándose a las necesidades de las personas en la era digital.

La investigación y el desarrollo en el campo de la lectura rápida continúan en la actualidad. Se están explorando nuevas técnicas, como el entrenamiento de fijación ocular y el uso de dispositivos electrónicos especializados, para mejorar aún más la velocidad y la comprensión lectora.

Estos puntos clave resaltan la importancia de los pioneros en el campo de la lectura rápida, así como la influencia de expertos posteriores y la evolución de la lectura rápida en respuesta al avance de la tecnología.

Importancia lectura en la actualidad

La importancia de la lectura en la actualidad es innegable. En un mundo cada vez más **globalizado** y **digitalizado**, donde la información fluye constantemente, la habilidad de leer se ha convertido en una necesidad fundamental. A continuación, exploraremos ampliamente este tema y destacaremos las ventajas clave de la lectura en la sociedad contemporánea.

1. Adquisición de conocimiento: La lectura nos brinda acceso a una **amplia gama de conocimientos y perspectivas**. A través de libros, revistas, artículos, blogs y otras fuentes de lectura, podemos aprender sobre diversas disciplinas, explorar diferentes culturas, expandir nuestro horizonte y desarrollar una comprensión más profunda del mundo que nos rodea. La lectura nos permite mantenernos actualizados en áreas de interés y seguir aprendiendo a lo largo de la vida.

2. Mejora de las habilidades de comunicación: La lectura amplía nuestro vocabulario, mejora nuestra gramática y nos expone a diferentes estilos de escritura. Estas habilidades lingüísticas mejoradas tienen un impacto positivo en nuestra capacidad de comunicarnos de manera efectiva tanto en el ámbito personal como profesional. Una buena comprensión lectora nos permite expresarnos con **claridad y precisión**, lo que es fundamental en la comunicación escrita y oral.

3. Desarrollo del pensamiento crítico: La lectura nos desafía a **reflexionar y analizar** información de manera crítica. Al interactuar con diferentes puntos de vista y argumentos presentados en textos, podemos desarrollar **habilidades de pensamiento crítico** y aprender a evaluar información de manera objetiva. Esto nos ayuda a formar opiniones fundamentadas y tomar decisiones informadas en diversas situaciones.

4. Estimulación de la imaginación y la creatividad: La lectura de obras literarias, como novelas y poesía, estimula nuestra imaginación y creatividad. A través de la descripción detallada, la narrativa cautivadora y los personajes fascinantes, la lectura nos transporta a mundos imaginarios y nos permite experimentar diferentes emociones. Además, al leer sobre las experiencias y perspectivas de otros, podemos desarrollar empatía y comprensión hacia diferentes realidades y culturas.

5. Reducción del estrés y la ansiedad: La lectura también tiene un impacto positivo en nuestro bienestar emocional. Sumergirse en un buen libro puede ayudarnos a desconectar del estrés diario, relajarnos y reducir la ansiedad. Leer es una forma

efectiva de escapar de la rutina, encontrar entretenimiento y disfrutar de momentos de tranquilidad y paz mental.

6. Desarrollo de la empatía y la inteligencia emocional: Al leer historias que retratan diferentes vidas y experiencias humanas, desarrollamos una mayor empatía y comprensión hacia los demás. La lectura nos permite explorar las emociones, los desafíos y las alegrías de los personajes, lo que a su vez fortalece nuestra inteligencia emocional y nuestra capacidad de relacionarnos y conectarnos con los demás en un nivel más profundo.

En conclusión, la lectura desempeña un papel crucial en la sociedad actual. Además de ser una fuente invaluable de conocimiento, la lectura mejora nuestras habilidades de comunicación, fomenta el pensamiento crítico, estimula la imaginación y la creatividad.

Hábitos incorrectos en la lectura

La lectura es una habilidad fundamental que utilizamos a diario en diversas áreas de nuestra vida. Sin embargo, a veces podemos desarrollar hábitos incorrectos que afectan nuestra eficiencia y comprensión al leer. En este documento, exploraremos dos páginas con algunos de los hábitos más comunes de lectura incorrectos y ofreceremos consejos prácticos sobre cómo corregirlos.

Hábito incorrecto #1: Subvocalización excesiva

Uno de los errores más comunes al leer es subvocalizar cada palabra en nuestra mente mientras leemos. Esto implica pronunciar cada palabra mentalmente, lo que ralentiza significativamente nuestra velocidad de lectura. La subvocalización excesiva puede limitar nuestra capacidad para leer rápidamente y dificultar la comprensión de textos complejos.

Corrección:

Para corregir este hábito, es importante concientizarnos de nuestra tendencia a subvocalizar. Una técnica útil es utilizar un lápiz o el dedo para seguir visualmente las palabras mientras leemos. Esto nos ayuda a enfocarnos en el movimiento del texto en lugar de pronunciar cada palabra en nuestra mente. También podemos practicar lectura a mayor velocidad, forzándonos a eliminar la subvocalización. Con la práctica constante, podemos reducir gradualmente este hábito y aumentar nuestra velocidad de lectura sin comprometer la comprensión.

Hábito incorrecto #2: Regresiones constantes

Las regresiones son cuando volvemos atrás en el texto para releer palabras o frases que ya hemos pasado. Este hábito puede ser perjudicial para nuestra eficiencia de lectura y puede interrumpir el flujo de comprensión. Las regresiones constantes pueden indicar falta de concentración o inseguridad en la comprensión de lo leído.

Corrección:

Para superar este hábito, es esencial desarrollar una mayor concentración y confianza en nuestra capacidad de comprensión. Es importante recordar que no es necesario entender cada palabra o frase a la perfección en el primer intento. Podemos utilizar técnicas como el subrayado o la toma de notas breves mientras leemos, lo cual nos permite capturar los puntos clave y mantener el flujo de lectura. Además, alentarse a uno mismo a seguir adelante sin regresar constantemente al texto puede ayudar a desarrollar una lectura más fluida y eficiente.

3. Hábito incorrecto #3: Subvocalización mental:

La subvocalización mental es el hábito de pronunciar cada palabra en nuestra mente mientras leemos. Esto ralentiza significativamente nuestra velocidad de lectura y limita nuestra capacidad de procesar información rápidamente. Además, nos impide mantener un flujo constante de lectura y comprensión.

Corrección:

Para superar la subvocalización, es importante tomar conciencia de este hábito y practicar técnicas de lectura silenciosa. Podemos utilizar el método del lápiz o el dedo para guiar nuestros ojos a través del texto, ayudándonos a enfocarnos en el movimiento de los ojos en lugar de pronunciar cada palabra mentalmente. Otra técnica útil es utilizar palabras clave o frases para captar la idea principal de cada párrafo y evitar la tentación de subvocalizar cada palabra. La práctica regular de estas técnicas nos ayudará a eliminar gradualmente la subvocalización y a mejorar nuestra velocidad de lectura y comprensión.

4. Hábito incorrecto #4: Movimientos de cabeza:

Algunas personas tienen el hábito de mover la cabeza de izquierda a derecha mientras leen, lo que puede distraer y afectar negativamente su concentración y comprensión. Este movimiento de cabeza puede ser inconsciente y dificulta mantener un enfoque constante en el texto.

Corrección:

La corrección de este hábito requiere conciencia y práctica. Podemos comenzar por colocar nuestra cabeza en una posición neutral y evitar movimientos innecesarios mientras leemos. Enfocarnos en mantener una postura erguida y relajada, y dirigir nuestra atención hacia el texto sin movimientos excesivos de la cabeza, nos permitirá concentrarnos mejor en lo que estamos leyendo y mejorar nuestra comprensión.

5. Hábito incorrecto #5: Distracciones:

Las distracciones son una de las principales barreras para una lectura efectiva. En un mundo lleno de dispositivos electrónicos, notificaciones constantes y ruido ambiente, es fácil perder la concentración y distraerse mientras leemos. Esto afecta negativamente nuestra comprensión y nos impide aprovechar al máximo nuestro tiempo de lectura.

Corrección:

Para superar las distracciones, es esencial crear un entorno propicio para la lectura. Podemos encontrar un lugar tranquilo y libre de distracciones, apagar o silenciar nuestros dispositivos electrónicos y establecer un tiempo dedicado exclusivamente a la lectura. También es útil practicar técnicas de concentración, como la respiración profunda y la visualización, para enfocar nuestra atención en el texto y bloquear las distracciones externas. Además, establecer metas de lectura y realizar pausas regulares nos ayuda a mantenernos comprometidos y concentrados durante más tiempo.

En resumen, corregir hábitos incorrectos en la lectura, como la subvocalización mental, regresiones, los movimientos de cabeza y las distracciones, requiere conciencia y práctica. Con la implementación de técnicas adecuadas, como la lectura silenciosa, la postura adecuada y la creación de un entorno propicio, podemos mejorar nuestra eficiencia y comprensión al leer. Recuerda que la lectura es una habilidad en constante desarrollo, y la práctica constante y la atención consciente nos permitirán convertirnos en lectores más hábiles y efectivos.

Parte Práctica

Lectura 1

La inteligencia artificial (IA) es un campo de estudio que se centra en el desarrollo de sistemas y programas capaces de realizar tareas que requieren inteligencia humana. Estos sistemas utilizan algoritmos y modelos matemáticos complejos para procesar grandes cantidades de datos, aprender de ellos y tomar decisiones basadas en patrones y reglas establecidas.

La IA ha experimentado un rápido avance en las últimas décadas, gracias al desarrollo de tecnologías y al aumento de la potencia de cómputo. Hoy en día, la inteligencia artificial se utiliza en una amplia gama de aplicaciones, desde asistentes virtuales en nuestros teléfonos inteligentes hasta sistemas de recomendación en plataformas en línea.

Uno de los aspectos más emocionantes de la IA es su capacidad para aprender de forma autónoma. Los sistemas de IA utilizan técnicas de aprendizaje automático, como el aprendizaje supervisado y el aprendizaje profundo, para analizar datos y mejorar su desempeño con el tiempo. Esto ha llevado a avances significativos en áreas como el reconocimiento de voz, la visión por computadora y la traducción automática.

Sin embargo, la inteligencia artificial también plantea desafíos y preocupaciones. Uno de ellos es el impacto en el empleo. A medida que la IA se vuelve más sofisticada, algunas tareas que antes eran realizadas por seres humanos pueden ser automatizadas, lo que plantea preguntas sobre el futuro del trabajo y la necesidad de adaptación y reentrenamiento.

Además, la IA también plantea cuestiones éticas y de privacidad. El uso de grandes cantidades de datos personales para alimentar los algoritmos de IA puede plantear riesgos en términos de seguridad y protección de la privacidad. También existe la preocupación de que los sistemas de IA puedan tomar decisiones sesgadas o injustas debido a los datos con los que han sido entrenados.

A pesar de estos desafíos, la inteligencia artificial ofrece enormes ventajas en el mundo actual. Desde la mejora de la eficiencia en los procesos empresariales hasta el avance en la medicina y la atención médica, la IA está transformando la forma en que vivimos y trabajamos. La capacidad de procesar grandes cantidades de datos en tiempo real y tomar decisiones basadas en patrones complejos brinda oportunidades sin precedentes para la innovación y el progreso.

Cuestionario de selección única:

1. La inteligencia artificial se centra en el desarrollo de sistemas capaces de realizar tareas que requieren:

- a) Inteligencia humana
- b) Fuerza física

2. Los sistemas de inteligencia artificial utilizan algoritmos y modelos matemáticos para procesar:

- a) Pequeñas cantidades de datos
- b) Grandes cantidades de datos

3. La inteligencia artificial se utiliza en aplicaciones como:

- a) Sistemas de riego automático
- b) Asistentes virtuales en teléfonos inteligentes

4. Los sistemas de inteligencia artificial pueden aprender de forma:

- a) Manual y supervisada
- b) Autónoma y automática

5. Uno de los desafíos de la inteligencia artificial es su impacto en:

- a) El empleo
- b) La industria musical

6. El uso de grandes cantidades de datos personales en la IA plantea cuestiones sobre:

- a) Seguridad y privacidad
- b) Estética y diseño

7. Existe la preocupación de que los sistemas de IA puedan tomar decisiones:

- a) Basadas en patrones complejos
- b) Sesgadas o injustas

8. La inteligencia artificial mejora la eficiencia en:

- a) Procesos empresariales
- b) Actividades recreativas

9. La capacidad de procesar grandes cantidades de datos brinda oportunidades para:

- a) Innovación y progreso
- b) Conservación y estabilidad

10. La inteligencia artificial está transformando la forma en que:

- a) Vivimos y trabajamos
- b) Dormimos y descansamos

Cantidad palabras 365. 21900

R/1-a, 2-b, 3-b, 4-b, 5-a

6-a, 7-b, 8-a, 9-a, 10-a

Velocidad inicial _____

Cantidad p.p.m _____

Comprensión _____

Cuestionario de análisis:

1. ¿Cuál es el objetivo principal de la inteligencia artificial?
 - a) Replicar la inteligencia humana.
 - b) Sustituir a los seres humanos en todos los trabajos.
 - c) Controlar el mundo a través de robots.

2. ¿Qué utilizan los sistemas de IA para procesar datos y tomar decisiones?
 - a) Algoritmos y modelos matemáticos.
 - b) Intuición y experiencia humana.
 - c) Aleatoriedad y casualidad.

3. ¿Cuál es uno de los aspectos más emocionantes de la IA?
 - a) Su capacidad para aprender de forma autónoma.
 - b) Su capacidad para reemplazar a los seres humanos en todas las tareas.
 - c) Su capacidad para predecir el futuro.

4. ¿Qué tipo de aprendizaje utiliza la IA para mejorar su desempeño?
 - a) Aprendizaje supervisado y aprendizaje profundo.
 - b) Aprendizaje escolar y aprendizaje autónomo.
 - c) Aprendizaje físico y aprendizaje emocional.

5. ¿Cuál es uno de los desafíos de la IA en términos de empleo?
 - a) Automatización de tareas que antes realizaban los seres humanos.
 - b) Falta de disponibilidad de datos para entrenar a los sistemas de IA.
 - c) Limitaciones en la capacidad de aprendizaje de las máquinas.

6. ¿Qué cuestiones éticas plantea la IA?
- a) Seguridad y protección de datos personales.
 - b) Discriminación y sesgos en las decisiones de la IA.
 - c) Todas las opciones anteriores.
7. ¿Qué ventajas ofrece la IA en el mundo actual?
- a) Mejora de la eficiencia y avance en diversos campos.
 - b) Control total de los seres humanos por parte de las máquinas.
 - c) Creación de inteligencia artificial superior a la humana.
8. ¿Qué puede hacer la IA en el campo de la medicina?
- a) Ayudar en el diagnóstico y tratamiento de enfermedades.
 - b) Realizar cirugías de forma autónoma.
 - c) Reemplazar a los médicos por completo.
9. ¿Cuál es uno de los riesgos asociados al uso de grandes cantidades de datos en la IA?
- a) Riesgo de seguridad y protección de la privacidad.
 - b) Riesgo de que los sistemas de IA se vuelvan demasiado inteligentes.
 - c) Riesgo de sobrecarga de información.
10. ¿Cómo está transformando la IA la forma en que vivimos y trabajamos?
- a) Mejorando la eficiencia y generando oportunidades de innovación.
 - b) Creando dependencia excesiva de la tecnología.
 - c) Limitando las oportunidades de empleo para los seres humanos.

Parte Práctica

Ejercicio 1. Rápida percepción

Abrir	Acto	Abuelo	Aparo	Abrasar
Amar	Acelga	Argón	Aplauso	Absurdo
Amor	Agua	Alzar	Apoyo	Abuja
Ancho	Adán	Audaz	Aprender	Acabar
Andar	Aspa	Avestruz	Apto	Acabo
Anillo	Acné	Átomo	Aqua	Acaso
Arena	Aviso	Alquilar	Aquí	Aceite
Asar	Abuelo	Acceso	Arar	Acerca
Asno	Ápice	Ávido	Arte	Acero
Atrás	Acero	Ajo	Asar	Acertar
Atún	Acta	Abuso	Asno	Achique
Azul	Arpa	Añil	Astro	Ácido
Año	Abrigo	Arrullo	Ataúd	Acimut
Apego	Ancla	Aviso	Aula	Acopio
Árbol	Aprender	Anidar	Aura	Acoso
Arroz	Azote	Ateo	Auto	Acuoso
Atar	Abrazo	Arrimo	Ayer	Adagio
Aula	Ávido	Arribo	Azul	Adarga
Auto	Apresto	Áspero	Azar	Adela
Azar	Aterrar	Agudo	Azote	Adelga
Ávido	Ayuda	Anidar	Aéreo	Adiós
Añil	Adverso	Allí	Árbol	Adobar
Aire	Abrasar	Azar	Árido	Adorno
Alga	Ánfora	Abrojo	Ávido	Adular
Alas	Ágape	Amén	Añil	Adulce
Alto	Alce	Atraso	Añorar	Adulto
Alza	Apice	Adobo	Añadir	Adusto
Alma	Agape	Ágil	Apero	Afeite
Aseo	Atril	Alicaído	Apio	Afinar
Asno	Ánade	Alza	Apto	Aflora
Anca	Ábaco	Amar	Aquel	África
Ataúd	Aporia	Amor	Abrazo	Africo
Apego	Amén	Ángel	Aburro	Afán
Adiós	Aviar	Anillo	Aburre	Afín
Adobo	Antral	Anual	Abuso	Agar
Átomo	Audaz	Ancho	Abismo	Agua
Aforo	Aorta	Andar	Abrigo	Aire

Ajo	Bardo	Botón	Bicho	Barro
Alba	Belga	Balsa	Balsa	Balsa
Albo	Bicho	Barro	Breve	Buho
Alce	Bisel	Banda	Bicho	Balda
Alga	Boca	Baño	Bisel	Bongo
Almo	Boga	Brote	Bóveda	Balsa
Alto	Bolsa	Balda	Bulto	Barro
Alud	Bombo	Balsa	Bomba	Bache
Amén	Bono	Bardo	Banco	Buho
Amor	Bota	Barro	Bañar	Bardo
Anca	Bravo	Baile	Balsa	Buho
Ano	Breve	Bisel	Bardo	Brote
Ante	Brío	Bola	Bache	Balsa
Apego	Brote	Boca	Buho	Bicho
Arca	Bufo	Breve	Boca	Bardo
Alba	Bugle	Brota	Bicho	Boca
Aldo	Buque	Buzo	Bravo	Bravo
Ana	Burro	Buzo	Brote	Bote
Amor	Buzo	Brote	Balsa	Balsa
Baja	Barón	Bolo	Bongo	Bisel
Barco	Bitácora	Bardo	Barco	Bardo
Barra	Brújula	Bufo	Bizco	Bache
Bello	Busca	Botar	Balsa	Balsa
Bebé	Buque	Botón	Bote	Barro
Bicho	Bureo	Bordo	Bóveda	Bicho
Bicicleta	Blando	Brasa	Bravo	Buho
Boda	Bizco	Balsa	Balsa	Buzo
Bote	Bulto	Bardo	Bulto	Bravo
Broma	Buey	Barco	Bolso	Bola
Bruma	Borra	Bicho	Bola	Bulto
Buena	Bando	Bardo	Brota	Brote
Bula	Bombo	Bisel	Blanda	Bongo
Balsa	Bebé	Bulto	Barba	Balsa
Balsa	Bicho	Brote	Buho	Boca
Bando	Barba	Brote	Buho	Bravo
Banco	Bravo	Barro	Balsa	Bardo
Barba	Brote	Balsa	Bardo	Bulto
Barda	Breve	Blando	Bicho	Bisel
Barro	Bufo	Barba	Bulto	Bicho
Baño	Bolsa	Bufo	Boca	Balsa
Barco	Borda	Buho	Bicho	Barba

Balsa	Bravo	Blando	Barro	Bardo
Balsa	Breve	Bizco	Baño	Barco
Bando	Brio	Bulto	Barco	Bicho
Banco	Brote	Bicho	Bicicleta	Bardo
Barba	Bufo	Bardo	Boda	Bisel
Barda	Bugle	Belga	Bote	Bulto
Barro	Buque	Bicho	Broma	Brote
Baño	Bello	Bisel	Bando	Brote
Barco	Barra	Boca	Banco	Barro
Bardo	Bugle	Boga	Barba	Balsa
Baja	Buque	Bolsa	Barda	Blando
Barco	Burro	Bombo	Barro	Barba
Barra	Buzo	Bono	Baño	Bufo
Bello	Barón	Bota	Barco	Buho
Bebé	Bitácora	Bravo	Botón	Bicho
Bicho	Brújula	Breve	Balsa	Balsa
Bicicleta	Busca	Buey	Barro	Breve
Boda	Buque	Borra	Banda	Bicho
Bote	Bureo	Bando	Baño	Bisel
Broma	Blando	Bombo	Brote	Bóveda
Bruma	Bizco	Bebé	Balda	Bulto
Buena	Bulto	Bicho	Balsa	Bomba
Bula	Buey	Barba	Bardo	Banco
Balsa	Borra	Bravo	Barro	Bañar
Bando	Bando	Brote	Baile	Balsa
Banco	Bombo	Breve	Bisel	Bardo
Barba	Bebé	Bufo	Bola	Bache
Barda	Bicho	Bolsa	Boca	Buho
Barro	Barba	Borda	Breve	Boca
Baño	Bebé	Bruma	Brota	Bicho
Barco	Brío	Buena	Buzo	Bravo
Bardo	Brote	Bula	Buzo	Brote
Belga	Bufo	Balsa	Brote	Balsa
Bicho	Burro	Bruma	Bolo	Bongo
Bisel	Buzo	Buena	Bardo	Barco
Boca	Barón	Bula	Bufo	Bizco
Boga	Bitácora	Balsa	Botar	Balsa
Bolsa	Brújula	Bando	Botón	Bote
Bombo	Busca	Banco	Bordo	Bóveda
Bono	Buque	Barba	Brasa	Bravo
Bota	Bureo	Barda	Balsa	Balsa

Bulto	Boca	Buho	Brisa	Banco
Bolso	Breve	Boca	Bueno	Banda
Bola	Brota	Bicho	Buda	Bardo
Brota	Buzo	Bravo	Balsa	Barra
Blanda	Buzo	Brote	Bando	Barro
Barba	Brote	Balsa	Banco	Base
Buho	Bolo	Bongo	Barba	Basilio
Buho	Bardo	Barco	Bardo	Bata
Balsa	Bufo	Bizco	Barro	Batalla
Bardo	Botar	Balsa	Bata	Bate
Bicho	Botón	Bote	Bella	Batido
Bulto	Bordo	Bóveda	Bicho	Bazar
Boca	Brasa	Bravo	Bide	Bebé
Bicho	Balsa	Balsa	Bola	Bebida
Barro	Bardo	Bulto	Bolsa	Bebo
Balsa	Barco	Bolso	Bongo	Beca
Belga	Bicho	Bola	Borde	Becer
Bicho	Bardo	Brota	Bote	Bello
Bisel	Bisel	Blanda	Bravo	Bermuda
Boca	Bulto	Barba	Breve	Besada
Baja	Brote	Buho	Brisa	Besito
Barco	Brote	Buho	Brote	Bestia
Bravo	Barro	Balsa	Bufo	Biciclo
Brote	Balsa	Bardo	Bulto	Bici
Breve	Blando	Bicho	Bureo	Bicoca
Bufo	Barba	Bulto	Buzo	Bienes
Bolsa	Bufo	Boca	Babas	Bífaz
Borda	Buho	Bicho	Bacalao	Bigote
Botón	Bicho	Barro	Bache	Bikini
Balsa	Balsa	Balsa	Bafle	Bingo
Barro	Breve	Baja	Bagre	Biombo
Banda	Bicho	Banco	Baila	Bip
Baño	Bisel	Barco	Bailar	Bis
Brote	Bóveda	Bella	Bajada	Bisnieto
Balda	Bulto	Beso	Bajar	Bisonte
Balsa	Bomba	Bicho	Balada	Bit
Bardo	Banco	Bicicleta	Balde	Bitácora
Barro	Bañar	Boca	Balón	Blanca
Baile	Balsa	Bolsa	Balsa	Blanco
Bisel	Bardo	Bomba	Bambo	Blasón
Bola	Bache	Borde	Banca	Bling

Bloque	Brinco	Byung	Abolengo	Abochorna
Blusa	Brio	Aba	Aboveda	Abollado
Bobo	Brisa	Abaco	Aborrega	Abofetear
Boca	Broche	Abada	Abucheo	Abochorna
Bocado	Broma	Abadejo	Abejorro	Abro
Bocata	Bromear	Abadía	Abismo	Abultar
Bodega	Brote	Abarca	Abordar	Abofetear
Bola	Broza	Abate	Abrir	Abundo
Bolero	Brozo	Abdomen	Abrazo	Abundante
Bolillo	Bruja	Abeto	Abrasa	Abofetear
Bolita	Bruma	Ablanda	Abrasa	Abochorna
Bollo	Brusca	Ablar	Abro	Abusa
Bolso	Bruto	Abofetear	Abuso	Abultar
Bomba	Buceo	Abolir	Abstemio	Abuso
Bombín	Bueno	Abono	Abuela	Abucheo
Bonito	Buey	Aborta	Abyecto	Abucheo
Bono	Bufanda	Abra	Abundante	Abultar
Bordado	Bufo	Abrazar	Abuchea	Abucheo
Bordo	Buga	Abrigo	Abuchea	Abultar
Borla	Buharda	Abrir	Abeja	Abunda
Borrado	Buho	Absceso	Abuela	Abundante
Bote	Buhonero	Absenta	Abucheadada	Abochorna
Botea	Bulbo	Absorbe	Abarata	Abucheo
Botella	Bulda	Abuela	Abuchear	Abofetear
Botica	Bulto	Abulón	Abofetear	Abochorna
Botijo	Bungee	Abuso	Abucheo	Abeja
Botín	Buque	Abuelo	Abeja	Abejorro
Boto	Burdo	Abuso	Abuchear	Abofetear
Botón	Burguesa	Abunda	Abofetear	Abeja
Bra	Burra	Abuso	Abucheo	Abullonar
Braza	Burrada	Abyecto	Abejorro	Abultar
Brazo	Burro	Abismo	Abochorna	Abullonar
Brea	Bus	Abofetear	Abofetear	Abultar
Brecha	Busca	Abocado	Abochorna	Abofetear
Breve	Busto	Abogado	Abochorna	Abofetear
Brezo	Butaca	Abollo	Abofetear	Abundante
Briago	Butano	Aboveda	Abordo	Abucheo
Bribe	Buzo	Abuchea	Abofetear	Abucheo
Brick	Bye	Abeja	Abono	Abejorro
Brida	Byron	Abofetear	Abofetear	Abochorna
Brillo	Bytes	Abollado	Abochorna	Abro

Ejercicio 2. Discriminación de palabras

Acecho	Asar
Arma	Alma
Aya	Haya
Bota	Vota
Cabal	Cavil
Cabo	Cavo
Callar	Cayar
Casería	Cazaría
Cava	Caba
Cayado	Callado
Ceda	Seda
Celebro	Selebro
Cerro	Sero
Cien	Sien
Cima	Sima
Circo	Sirco
Cola	Sola
Coser	Cocer
Coyote	Coyote
Cubre	Cubre
Cuna	Cuna
Debido	Devito
Dedo	Dedo
Día	Día
Ducha	Ducha
Ejercito	Ejército
Ella	Ella
Enojo	Enojo
Esté	Este
Estar	Estar
Eve	Ebe
Expedición	Expedicion
Hasta	Asta
Helar	Elar
Hora	Ora
Iba	Iva
Igual	Iqual
Isa	Isa
Justo	Justo
Lámina	Lamina

Latas	Lataz
Le	Le
Llana	Llana
Lugar	Lugar
Más	Mas
Mata	Mata
Me	Me
Mesa	Mesa
Mi	Mi
Mora	Mora
Nacer	Nasen
No	No
Nudo	Nudo
Oca	Oca
Oh	On
Onda	Onda
Os	Os
Paleta	Paleda
Papa	Papa
Pe	Pe
Peña	Peña
Perder	Perder
Pesas	Pesaz
Peso	Peso
Pie	Pie
Piña	Piña
Pisa	Pisa
Piso	Piso
Pollo	Pollo
Rama	Rama
Redes	Redez
Relojos	Reloxes
Risa	Risa
Rodar	Rodar
Romano	Romano
Sabia	Sabía
Saco	Saco
San	San
Se	Sé
Sed	Sed

Ejercicio 3. Sinónimos

Amable	Flaco
Aplaudir	Expresar
Brillo	Confiar
Cansado	Adecuado
Comenzar	Feliz
Contento	Fatigado
Correcto	Resplandor
Creer	Ovacionar
. Decir	Bondadoso
Delgado	Iniciar
Deseo	Equivocarse
Dormir	Ocultar
Elegir	Anhelo
Encantador	Atractivo
Errar	Enorme
Esconder	Descansar
Generoso	Arribar
Grande	Engañar
Llegar	Escoger
Mentir	Dadivoso

Ejercicio 4. Vocabulario cambiarlo y que las palabras queden en la misma

Motivación, autoaceptación autoestima, crecimiento personal, autoconciencia, pasión, inspiración, emprendimiento, optimismo, liderazgo, autocontrol, autodesarrollo, persistencia, autodisciplina, superación, empoderamiento, autoconfianza, determinación, metas y resiliencia.

_____ La fuerza interna que impulsa a una persona a tomar acción, perseguir metas y superar desafíos.

_____ La valoración, confianza y aprecio que una persona tiene hacia sí misma.

_____ La capacidad de adaptarse y recuperarse frente a situaciones adversas, manteniendo una actitud positiva y encontrando soluciones.

_____ Objetivos claros y específicos que una persona se propone alcanzar, brindando dirección y enfoque a sus acciones.

_____ La firmeza y perseverancia para continuar esforzándose hacia el logro de metas, a pesar de los obstáculos y dificultades.

_____ La creencia en las propias habilidades, capacidades y juicio, lo cual impulsa a una persona a tomar decisiones y enfrentar desafíos con seguridad.

_____ El proceso continuo de desarrollo y aprendizaje que busca potenciar las fortalezas, adquirir nuevas habilidades y superar limitaciones.

_____ La acción de otorgar poder y autonomía a uno mismo o a otros, promoviendo la confianza, la toma de decisiones y el liderazgo personal.

_____ La capacidad de reconocer y comprender los propios pensamientos, emociones, fortalezas y áreas de mejora.

_____ El acto de ir más allá de las propias limitaciones, desafiando las expectativas y logrando resultados.

_____ Un intenso entusiasmo y dedicación hacia una actividad o causa, que impulsa a una persona a dar lo mejor de sí misma y perseverar a pesar de los obstáculos.

_____ La capacidad de mantener el autocontrol y seguir una rutina o plan establecido.

_____ El acto de despertar sentimientos de entusiasmo, motivación y admiración en uno mismo o en otros, a través de ejemplos, ideas o logros.

_____ La capacidad de mantenerse firme y continuar esforzándose a pesar de los fracasos, rechazos o dificultades, con el objetivo de alcanzar el éxito.

_____ La actitud mental positiva y esperanzadora, que permite enfrentar los desafíos con confianza y buscar oportunidades incluso en momentos difíciles.

_____ El proceso continuo de crecimiento personal y profesional, a través de la adquisición de nuevos conocimientos, habilidades y experiencias.

_____ La acción de iniciar y desarrollar un proyecto, negocio o iniciativa, con la capacidad de asumir riesgos y buscar oportunidades.

_____ La acción de iniciar y desarrollar un proyecto, negocio o iniciativa, con la capacidad de asumir riesgos y buscar oportunidades.

_____ Es la capacidad de una persona para regular y gestionar sus propias emociones, pensamientos y comportamientos.

_____ La capacidad de influir, motivar y guiar a otros hacia el logro de metas comunes, fomentando el crecimiento y el desarrollo personal.

_____ Proceso de reconocer, valorar y aceptar plenamente quiénes somos, incluyendo nuestras fortalezas, debilidades, limitaciones y peculiaridades.

Ejercicio 5. Lectura 2

La importancia de la atención y la concentración en el estudio

La atención y la concentración son habilidades fundamentales para el éxito académico y el aprendizaje efectivo. En el contexto del estudio, la atención se refiere a la capacidad de dirigir y mantener el enfoque en una tarea específica, ignorando las distracciones externas e internas. Por otro lado, la concentración implica la capacidad de mantener el nivel de atención de manera constante y sostenida a lo largo del tiempo.

La atención y la concentración son esenciales en el estudio por varias razones. En primer lugar, permiten un procesamiento más profundo y significativo de la información. Cuando nos enfocamos plenamente en el material de estudio, somos capaces de captar los detalles importantes, hacer conexiones relevantes y comprender conceptos de manera más clara. Esto facilita la retención y el recuerdo de la información a largo plazo.

Además, la atención y la concentración ayudan a maximizar el tiempo de estudio. Cuando somos capaces de concentrarnos en una tarea sin distracciones, podemos aprovechar al máximo cada minuto dedicado al estudio. Esto significa que podemos completar más trabajo en menos tiempo y tener una mayor eficiencia en nuestra labor académica.

La atención y la concentración también influyen en la calidad del trabajo realizado. Cuando estamos completamente enfocados, nuestra mente está menos propensa a cometer errores y más capaz de realizar un análisis crítico y creativo. Esto es especialmente importante en tareas que requieren un razonamiento complejo, como la resolución de problemas matemáticos o la escritura de ensayos.

Para desarrollar y mejorar la atención y la concentración en el estudio, es importante implementar estrategias efectivas. Algunas técnicas incluyen crear un ambiente de estudio tranquilo y libre de distracciones, establecer metas claras y realistas, practicar la meditación o la relajación para entrenar la mente en el enfoque, y utilizar técnicas de manejo del tiempo, como la técnica Pomodoro.

Cuestionario de selección única:

1. ¿Qué es la atención en el estudio?

- a) La capacidad de recordar información.
- b) La capacidad de enfocarse y mantener el enfoque en una tarea específica.

2. ¿Por qué es importante la atención en el estudio?

- a) Porque permite completar más trabajo en menos tiempo.
- b) Porque facilita la retención y el recuerdo de la información.

3. ¿Qué es la concentración en el estudio?

- a) La capacidad de mantener el nivel de atención constante y sostenida.
- b) La capacidad de realizar un análisis crítico y creativo.

4. ¿Cómo influye la atención y la concentración en la calidad del trabajo?

- a) Ayuda a evitar errores y mejorar el razonamiento crítico.
- b) Ayuda a recordar información de manera más eficiente.

5. ¿Qué estrategia puede ayudar a mejorar la atención en el estudio?

- a) Establecer metas claras y realistas.
- b) Realizar pausas frecuentes durante el estudio.

6. ¿Qué técnica puede ayudar a entrenar la mente en el enfoque?

- a) La meditación.
- b) La lectura rápida.

7. ¿Cuál es una estrategia efectiva para manejar el tiempo de estudio?

- a) Establecer un horario fijo de estudio.
- b) Estudiar en diferentes lugares cada vez

8. ¿Qué ambiente de estudio es más propicio para la atención y la concentración?

- a) Un lugar con ruido y distracciones.
- b) Un lugar tranquilo y libre de distracciones.

9. ¿Qué beneficio se obtiene al desarrollar la atención y la concentración en el estudio?

a) Mejorar la calidad del trabajo realizado.

b) Aumentar la cantidad de horas dedicadas al estudio.

10. ¿Cuál es una técnica de manejo del tiempo que se puede utilizar en el estudio?

a) La técnica Pomodoro.

b) La técnica de estudio grupal.

Cantidad de palabras: 311
18660

R/1-b, 2-b, 3-a, 4-b, 5b
6-a, 7-a, 8-b, 9-a, 10-a

Velocidad inicial _____
Cantidad p.p.m _____
Comprensión _____