

COM PRACTICAR LA LECTURA

Per començar hem de dir que la **lectura** és la **base de l'estudi**, per tant, si llegeixes malament és difícil que estudiïs correctament les matèries. Encara que ningú t'obligui és molt important practicar la lectura, sempre hi haurà algun llibre que et pugui interessar:

- **Reserva una estona al dia per a la lectura.** Un moment ideal pot ser una mica abans d'anar a dormir, ja que t'ajudarà a relaxar-te i gaudir.
- **Cerca lectures adequades.** Les lectures que triïs han de ser adequades a la teva edat i als teus gustos. Pots demanar amb confiança a algun dels teus professors si el llibre que vols llegir és adequat per a tu: un llibre massa dens et pot desmotivar i un massa simple t'avorrirà.

Quan estudiam, com hem dit, necessitam llegir. Però, **com puc millorar la meva lectura a l'estudi?** A continuació et presentem una sèrie d'idees que et seran molt útils i que t'ajudaran a estudiar millor:

- Mentre llegeixis pots fer **dues lectures**: una *prelectura* (una lectura global per identificar els apartats i les idees més importants) i una *lectura comprensiva* (més centrada a entendre tot el que posa).
- **Troba la idea principal i la lògica del text.** Hem de saber distingir entre el que és la idea principal d'un text i les idees secundàries o detalls.
- **Tingues sempre un bolígraf o llapis a mà.** Si l'has d'anar a cercar, segurament decidiràs (per peresa), que no hi ha res important per anotar o subratllar.
- **Fes anotacions als marges o al quadern.** Per apuntar dubtes, conclusions, comentaris... que després podràs consultar amb el diccionari o el professor. A més, això t'obliga a concentrar-te i te n'adones del grau de comprensió del text que llegeixes.

- **Tingues un diccionari a mà.** És necessari, com és lògic, cercar aquelles paraules que no entenem.
- **Quan trobis una paraula semblant a una altra que ja coneixes** intenta esbrinar exactament les diferències entre ambdues. Això també t'ajudarà a ampliar el teu vocabulari.
- **Intenta relacionar el que llegeixes amb el que ja saps.** Si quan estàs llegint, el text et suggereix alguna cosa que ja has estudiat, pots fer immediatament una anotació del tipus "veure tal cosa".
- **Si no entens quasi res del que llegeixes d'un text,** no et serà molt útil seguir llegint. Torna enrere i tracta d'entendre el que diu des del principi: t'anirà bé demanar ajuda o utilitzar el diccionari.
- **Estigues atent als signes de puntuació i paraules en negreta.**

A més a més, la **velocitat lectora** també és molt important a l'hora de realitzar una lectura amb èxit:

- **La lectura ha de ser ràpida però no tant com per no entendre el text.** Hi ha d'haver un equilibri entre velocitat i comprensió. Hem de llegir a la màxima velocitat que puguem sense deixar d'entendre les coses. Necessitam per fer-ho una gran atenció i concentració.
- **La velocitat ha d'adaptar-se** en tot moment a la dificultat del text.
- **Evita les regressions,** és a dir, tornar enrere per llegir el que ja s'ha llegit. És millor anar més a poc a poc i augmentar la concentració. Això ens passa amb més freqüència quan estam cansats o quan tenim son.
- **Evita vocalitzar.** No hem de llegir en veu alta ni moure els llavis. Has de llegir idees, no paraules (pot ajudar-te posar-te un llapis entre les dents). Sabem que molta gent quan estudia "necessita" llegir en veu alta: si elimines aquest costum aniràs més de pressa.

- **Evita recórrer la línia amb el dit.** Ni tan sols amb el bolígraf. No et preocupis, no et perdràs.
- Està demostrat que si adquireixes el costum de **llegir més aviat**, per regla general, es millora també la **comprensió del text**, ja que la concentració és major.