

CUESTIONARIO DE HÁBITOS E TÉCNICAS DE ESTUDIO SI/NON

1.- ¿Tés claras as razóns polas que estudas?	
2.- ¿Adoitas cambiar a miúdo o lugar onde estudas ?	
3.- ¿Procuras estudar naquelas horas nas que o teu organismo está nas mellores condicións para estudar ?	
4.- ¿Tes reparado no número de actividades que realizas cada día e o tempo que lle adicas a cada unha delas?	
5.- ¿ Soes mirar o índice e os apartados máis importantes dun tema antes de comezar a estudar?	
6.- ¿Tomas apuntes das explicacións do profesor?	
7.- ¿Les con detemento os enunciados das preguntas?	
8.- ¿Consideras o estudo como unha ocasión para aprender?	
9.- ¿ O teu lugar de estudo está alonxado de ruídos e outras cousas que che impidan concentrarte?	
10.- Antes de comezar un traballo ¿Fas un esquema dos aspectos máis importantes que vas a desenvolver?	
11.- ¿Dormes oito horas como mínimo	
12.- ¿Tes unha idea xeral do que vas a estudar ao longo do curso en cada materia?	
13.- Antes de estudar un tema con detalle ¿realizas unha lectura rápida do mesmo para ter unha idea xeral?	
14.- Antes de escribir a resposta ¿pensas detidamente que vas a contestar e como o vas a facer?	
15.- Cando comezas a estudar ¿tardas algún tempo en concentrarte?	
16.- No lugar que estudas ¿hai persoas ou cousas que che distraian?	

17.- Cando tomas apunte ¿acostumas a copiar ao pé da letra o que di o profesor?	
18.-¿ Soes durmir mal? ¿De mañá sénteste canso?	
19.- ¿Tes elaborado o teu plan de traballo en función do tempo de que dispós e das asignaturas que tes?	
20.- Cando tes que facer un traballo ¿comentas co teu profesor o esquema e desenvolvemento do mesmo?	
21.- Despois dunha primeira lectura do tema ¿fas unha lectura lenta na procura das ideas máis importantes?	
22.- Cando faltas a clase ¿infórmaste do que se realizou nas aulas e do que se vai a realizar?	
23.- Nun exame ou exercicio ¿repartes o tempo para cada pregunta?	
24.-¿Cando non entendes algo o anotas para consultalo logo?	
25.- ¿Tes luz dabondo para estudar sen forzar a vista?	
26.- ¿Alternas o tempo que adicas ao estudo co tempo de lecer?	
27.- ¿Adicas a cada asignatura o tempo necesario que poida asegurarche un bo resultado?	
28.- ¿Usas o subliñado nos textos para destacar as ideas máis importantes?	
29.- ¿Aireas o teu lugar de estudo antes ou despois dunha sesión de traballo?	
30.- No caso de necesitar información para facer un traballo ¿sabes como atopala?	

31.- ¿Procuras que a túa expresión escrita sexa clara , ordenada e comprensiva?	
32.- ¿Tratas de estudar só o indispensable para unha proba ou control?	
33.- ¿Tes notado se un exceso de actividades extraescolares e de diversión inflúen negativamente nos teus estudos?	
34.- ¿Segues o plan de traballo que te tiñas proposto desde o comezo de curso?	
35.- No teu lugar de estudo ¿dispós de suficiente espacio para ter organizado e de man todo o material que necesitas?	
36.- Antes de comezar a estudar ¿pensas que vas facer e como vas a distribuír o tempo?	
37.- ¿Resumes o máis importante de cada un dos apartados do tema para elaborar despois unha síntese xeral?	
38.- ¿Cábeche na túa mesa todo o que necesitas para o estudo?	
39.- Cando recabas información nun libro para facer un traballo ¿limitáste a copiar ó pé da letra o que les?	
40.- ¿Acostumas interromper as túas sesións de estudo na casa?	
41.- ¿Teste familiarizado coas diferentes formas de presentar un resume ,esquema , cadros , gráficos?	
42.- ¿Intentas sobrepoñerte , con interese , con ,animo ante un baixón nas cualificacións escolares?	
43.- ¿A túa cadeira de estudo fáltalle o respaldo?	
44.-¿Tes organizado todo o material que se ten traballado en cada materia?	

45.-¿A altura da túa cadeira de estudo permíteche apoiar ben os pés no chan?	
46.-Cando rematas a túa sesión de estudo persoal ¿adoitas acabar as tarefas que te tiñas propostas?	
47.-¿A altura da mesa estache proporcionada coa da cadeira?	
48.- ¿Preparas os exames con pouca antelación?	
49.-¿Relacionas o tema estudado co aprendido anteriormente?	
50.-¿Descoidas a redacción e presentación dos traballos?	
51.-¿Acostumas a memorizar as ideas máis importantes que resumiras nun tema ou lección ?	
52.-¿Pos da túa parte todo o que podes para asegurar uns bos resultados na túa tarefa escolar?	
53.-¿Cando estudas aproximaste o libro excesivamente?	
54.-¿Aproveitas algún momento do fin de semana para repasar aqueles temas que che quedaron máis frouxos?	
55.-Se che sobra tempo ¿entregas o exame inmediatamente sen repasar de novo as respostas?	
56.- ¿Soes indicar o nome dos materiais que empregas nos teus traballos?	

FIN DO CUESTIONARIO