

## CUESTIONARIO DE HABITOS DE ESTUDIO



NOMBRE:

CURSO:

FECHA

**Instrucciones:** este cuestionario te ayudará a valorar tu estudio. Consta de 40 preguntas. Contestá con la verdad. Leé cuidadosamente cada pregunta, medita su contenido y poné una cruz en el casillero que corresponda. No te apures en contestar.

	<b>PREGUNTAS</b>	<b>SIEMPRE (3)</b>	<b>A VECES (2)</b>	<b>NUNCA (1)</b>
1	¿Dormís diariamente al menos 8 horas durante la noche?			
2	¿Tenés un lugar fijo para estudiar?			
3	¿Seguís un horario para controlar tu estudio y demás actividades?			
4	¿Leés rápidamente cualquier tema y lo entendés de inmediato?			
5	¿Hacés ejercicio físico todos los días? ¿Aunque sea un poco?			
6	¿Disponés de una mesa, escritorio o equivalente para estudiar?			
7	¿Empezás a estudiar todos los días a una hora fija?			
8	Cuando estudías ¿Podés concentrarte evitando distracciones?			
9	¿Alternás tus horas de estudio con breves descansos?			
10	En tu casa ¿colaboran con vos, no interrumpiéndote mientras estudiás?			
11	¿Estudiás de una a dos horas diariamente?			
12	¿Consultás a los profesores cuando no entendés algo en clase?			
13	¿Desayunás todos los días antes de venir a la escuela?			
14	¿Contás con un cuarto de estudio para estudiar?			
15	En tiempos de exámenes ¿estudiás más tiempo que en los días normales?			
16	Cuando querés aprender de memoria ¿necesitás pocos repasos?			
17	¿Comés todos los días a la misma hora?			
18	¿Contás con todos los materiales y libros para estudiar?			

## CUESTIONARIO DE HABITOS DE ESTUDIO



19	¿Estudiás diariamente las asignaturas del día siguiente?			
20	Al llegar a la escuela ¿sabes que estarás preparada en todas las materias?			
21	¿Descansás domingos y días festivos?			
22	El cuarto o lugar de estudio ¿tiene buena ventilación y luz?			
23	¿Leés primero el contenido general del tema a estudiar?			
24	Cuando estudiás ¿lo hacés para aprender y estudiar?			
25	Cuando tenés exámenes ¿dormís igual que otros días?			
26	¿Preferís estudiar de día antes que de noche?			
27	¿Consultás el diccionario cuando encontrás palabras que no entendés?			
28	Después de estudiar ¿hacés un resumen de lo leído?			
29	En vacaciones ¿aprovechás el tiempo tratando de aprender algo?			
30	¿Tus padres te ayudan, dándote lo que necesitás?			
31	¿Escuchás con atención a tus compañeros en clase?			
32	Al estudiar ¿aprendés lo más importante?			
33	¿Intentás no comer mientras estudiás?			
34	Donde estudiás ¿Estás lejos del ruido?			
35	¿Tenés notas y ejercicios al día y en orden?			
36	¿No interrumpís tu estudio para hacer otra cosa?			
37	Cuando tenés exámenes ¿te alimentás mejor?			
38	Cuando vas a estudiar ¿tenés de antemano todos los materiales dispuestos?			
39	En tiempo de exámenes ¿dedicás más tiempo a ciertas materias?			
40	Cuando no entendés la clase ¿preguntás?			