

# TUTORÍA HÁBITOS DE ESTUDIO



Curso 2016-17

Orientador: Pedro J. Sáiz Puente

<b>OBJETIVO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar las áreas en las que el alumno ha de mejorar</li> </ul>
<b>RECURSO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cuestionario de Hábitos de Estudio .</li> </ul>

## TEXTO INTRODUCTORIO DE LA ACTIVIDAD.

Esta sencilla prueba pretende hacerte reflexionar acerca de tus **hábitos de estudio**. No es ningún examen. Es necesaria tu sinceridad en las contestaciones. Se muestran diversas preguntas referidas al LUGAR DE ESTUDIO, la PLANIFICACIÓN, la ATENCIÓN, el MÉTODO, los APUNTES, el REALISMO, los ESQUEMAS , y los EJERCICIOS. Las preguntas donde has marcado “NO” constituyen pistas para mejorar. Si precisas más información sobre las TÉCNICAS DE ESTUDIO, en [www.colegiomontessori.com](http://www.colegiomontessori.com) / Servicios Educativos / Departamento de Orientación / Manual Completo de Técnicas de Estudio, puedes obtener interesantes sugerencias para mejorar.

La idea es que es cuestionario que cumplimentéis en CASA, de este modo podrás saber cuáles son las áreas concretas:

- que debes mejorar (y que corresponderán a los ítems en los que has marcado un “NO” como respuesta), o
- que debes mantener (y que corresponderán a los ítems en los que has marcado un “SI” como respuesta).

## CUESTIONARIO de HÁBITOS DE ESTUDIO

<b>Lugar</b>	1. ¿Tienes un lugar fijo para estudiar?	SI	NO	Número de SI's marcados 6-7: ADECUADO 4-5: MEJORABLE 0-3: INADECUADO
	2. ¿Estudias en un lugar alejado de ruidos (coches, TV, radio, teléfonos, impresoras, etc.)?	SI	NO	
	3. ¿Hay suficiente espacio en tu mesa de estudio?	SI	NO	
	4. ¿La mesa de estudio está ordenada?	SI	NO	
	5. ¿La mesa está sin objetos que te pueden distraer?	SI	NO	
	6. ¿Hay luz suficiente para estudiar sin forzar la vista?	SI	NO	
	7. Cuando estudias, ¿tienes a mano (sin levantarte) todo lo que vas a necesitar?	SI	NO	
<b>Planificación</b>	1. ¿Tienes un horario establecido de reposo, estudio, tiempo libre, actividades en familia, etc.?	SI	NO	Número de SI's marcados 5: ADECUADO 4: MEJORABLE 0-3: INADECUADO
	2. ¿Has programado el tiempo que dedicas al estudio diariamente?	SI	NO	
	3. ¿Divides el tiempo entre las asignaturas a estudiar, ejercicios, cuadernillos o pruebas de evaluación?	SI	NO	
	4. ¿Tienes programado (distribuido en el tiempo) el repaso de temas estudiados?	SI	NO	
	5. ¿Incluyes períodos de descanso en tu plan de estudio?	SI	NO	

<b>Atención</b>	1. Cuando te sientas a estudiar, ¿te pones rápidamente a estudiar?	SI	NO	Nº de SI's marcados 3: ADEC. 2: MEJOR. 0-1: INADEC
	2. ¿Estudias intensamente?	SI	NO	
	3. Al estudiar, ¿formulas preguntas a las que intentas responder?	SI	NO	
<b>Método</b>	1. ¿Miras previamente la organización del libro, y la manera del autor de presentar los conceptos, antes de estudiarlo a fondo?	SI	NO	Número de SI's marcados 6-7: ADECUADO 4-5: MEJORABLE 0-3: INADECUADO
	2. ¿Lees previamente la lección antes de estudiarla a fondo?	SI	NO	
	3. ¿Consultas el diccionario cuando dudas del significado, la ortografía o la pronunciación de una palabra?	SI	NO	
	4. Al estudiar, ¿intentas resumir mentalmente?	SI	NO	
	5. ¿Empleas algún procedimiento eficaz para recordar datos, nombres, fechas, etc.?	SI	NO	
	6. Después de aprenderlas, ¿repasas mentalmente las lecciones?	SI	NO	
	7. Tratas de relacionar lo aprendido en una asignatura con lo de otras?	SI	NO	
<b>Apuntes</b>	1. ¿Tomas apuntes de las explicaciones de los profesores-tutores?	SI	NO	Número de SI's marcados 5: ADECUADO 4: MEJORABLE 0-3: INADECU.
	2. ¿Anotas o señalas las palabras difíciles, las tareas especiales, lo que no entiendes bien, etc.?	SI	NO	
	3. ¿Revisas y completas los apuntes?	SI	NO	
	4. ¿Subrayas el vocabulario y los datos importantes?	SI	NO	
	5. ¿Escribes los datos difíciles de recordar?	SI	NO	
<b>Realismo</b>	1. Llevas el estudio y las materias al día?	SI	NO	Número de SI's marcados 7-8: ADECUADO 4-6: MEJORABLE 0-3: INADECUADO
	2. Al estudiar, ¿te señalas una tarea y la terminas?	SI	NO	
	3. ¿Sabes utilizar todos los medios de comunicación con los profesores?	SI	NO	
	4. ¿Has empezado a estudiar día a día, y no cuentas con un esfuerzo de última hora en víspera de los exámenes?	SI	NO	
	5. Para ti, ¿revisar significa haber estudiado y haberse ejercitado previamente en lo que se va a revisar?	SI	NO	
	6. ¿Realizas los trabajos y los ejercicios recomendados?	SI	NO	
	7. ¿Conoces los criterios y orientaciones de evaluación de las asignaturas?	SI	NO	
	8. ¿Sabes cuánto tiempo de estudio planificado tienes antes del examen?	SI	NO	
<b>Esquemas</b>	1. ¿Haces Esquemas, resúmenes, etc. de cada tema?	SI	NO	Nº de SI's marcados 5: ADECUA. 4: MEJUBL. 0-3: INADEC.
	2. En los esquemas, ¿incluyes la materia del libro y los apuntes de clase?	SI	NO	
	3. Cuando una lección te es difícil, ¿procuras organizarla a través de esquemas o guiones?	SI	NO	
	4. ¿Tus esquemas destacan las ideas principales?	SI	NO	
	5. ¿Empleas el menor número de palabras al hacer esquemas?	SI	NO	
<b>Ejercicios</b>	1. ¿Te aseguras de haber entendido bien antes de ponerte a trabajar?	SI	NO	Nº de SI's marcados 3: ADEC. 2: MEJORABLE. 0-1: INADEC
	2. ¿Consultas y sabes encontrar otros recursos que el libro de texto?	SI	NO	
	3. ¿Haces guiones / esquemas para apoyarte cuando realizas los ejercicios?	SI	NO	