



TEST 1
TÉCNICAS DE ESTUDIO
(Técnicas de estudio)

1. Gústache estudar? (*¿Te gusta estudiar?*)
2. Estudas cada día á mesma hora? (*¿Estudias cada día a la misma hora?*)
3. Sénteste cansado/a a esa hora? (*¿Te sientes cansado/a a esa hora?*)
4. Dedicas cada día un tempo mínimo a estudar? (*¿Dedicas cada día un tiempo mínimo a estudiar?*)
5. Estudas sempre no mesmo lugar? (*¿Estudias siempre en el mismo lugar?*)
6. Son cómodas a mesa e a cadeira que usas? (*¿Son cómodas la mesa y la silla que usas?*)
7. Sentas nunha postura hixiénica? (*¿Te sientas en una postura higiénica?*)
8. Tes luz abonda para estudar? (*¿Tienes luz suficiente para estudiar?*)
9. Estudas en silencio, sen música e sen ruído? (*¿Estudias en silencio, sin música y sin ruido?*)
10. Dormes polo menos oito horas cada noite? (*¿Duermes por lo menos ocho horas cada noche?*)
11. Estudas sempre só/soa? (*¿Estudias siempre solo/a?*)
12. Procuras afastar da túa mente as preocupacións antes de estudar?
(*Intentas alejar de tu mente las preocupaciones antes de estudiar?*)
13. Estudas con entusiasmo? (*¿Estudias con entusiasmo?*)
14. Pos boa vontade no estudo? (*¿Pones buena voluntad en el estudio?*)
15. Tes sempre gañas de estudar? (*¿Tienes siempre ganas de estudiar?*)



TEST 1
TÉCNICAS DE ESTUDIO
(Técnicas de estudio)

Si = 1 punto

NON = 0 puntos

Se tes **menos de 5 puntos**: estudas **MAL** e podes ter problemas
(Si tienes menos de 5 puntos: estudias **MAL** y puedes tener problemas)

Se tes **6 ou 7 puntos**: estudas **REGULAR**, só para saír do paso, e podes levar algunha sorpresa desagradable
(Si tienes 6 o 7 puntos: estudias **REGULAR**, sólo para salir del paso, y puedes llevar alguna sorpresa desagradable)

Se tes **de 8 a 10 puntos**: estudas **BIEN**, pero aínda podes facelo mellor
(Si tienes de 8 a 10 puntos: estudias **BIEN**, pero aún podrías hacerlo mejor)

Se tes **de 11 a 13 puntos**: estudas **BASTANTE BIEN**; vas polo bo camiño
(Si tienes de 11 a 13 puntos: estudias **BASTANTE BIEN**; vas por el buen camino)

Se tes **14 ou 15 puntos**: estudas **MOI BIEN**; Parabén (se é que non te pasaches de listo/a)
(Si tienes 14 o 15 puntos: estudias **MUY BIEN**; Felicitaciones (si es que no te has pasado de listo/a))