

CURSO DE ORIENTACIÓN Y NIVELACIÓN AL ESTUDIO UNIVERSITARIO EN CIENCIAS DE LA SALUD - 2025

PROPUESTA DE AUTOEVALUACIÓN
DIAGNÓSTICA CIU 2025

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CATAMARCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

EJERCICIO DE AUTOEVALUACIÓN: Responde con un SI o con un NO al siguiente cuestionario que indaga sobre una de tus habilidades de estudio:

LA ORGANIZACIÓN

SI NO

1	¿Sueles dejar para el último momento la preparación de tus trabajos?		
2	¿Crees que el sueño o el cansancio te impiden estudiar eficazmente en muchas ocasiones?		
3	¿Es frecuente que no termines tus tareas escolares a tiempo?		
4	¿Tiendes a emplear tiempo en leer revistas, ver televisión o charlar cuando deberías dedicarlos a estudiar?		
5	¿Tus actividades sociales o deportivas te llevan a descuidar, a menudo, tus tareas escolares?		
6	¿Sueles dejar pasar un día o más antes de repasar los apuntes tomados en clase?		
7	¿Sueles dedicar tu tiempo libre, entre 8 de la mañana y 4 de la tarde, a otras actividades, que no sea estudiar?		
8	¿Descubres algunas veces, de pronto, que debes entregar una tarea antes de lo que creías?		
9	¿Te retrasas, con frecuencia, en una materia debido a que tienes que estudiar otra?		
10	¿Te parece que tu rendimiento es muy bajo, en relación con el tiempo que dedicas al estudio?		
11	¿Está situado tu escritorio directamente frente a una ventana, puerta u otra fuente de distracción?		
12	¿Sueles tener fotografías, trofeos o recuerdos sobre tu mesa de escritorio?		
13	¿Sueles estudiar recostado en la cama o sentado en un asiento cómodo?		
14	¿Produce resplandor la lámpara que utilizas al estudiar?		
15	¿Tu mesa de estudio, está tan desordenada y llena de objetos que no dispones de sitio suficiente para estudiar con eficacia?		
16	¿Suelen interrumpir tu estudio, personas que vienen a visitarte?		
17	¿Estudias con frecuencia, mientras tienes puesta la televisión, la radio o el equipo de música?		
18	En el Lugar donde estudias, ¿se pueden ver con facilidad revistas, fotos o materiales pertenecientes a tu afición?		
19	¿Con frecuencia, interrumpen tu estudio, actividades o ruidos que provienen del exterior?		
20	¿Suele hacerse lento tu estudio debido a que no tienes a mano los libros y los materiales necesarios?		

TOTAL DE RESPUESTAS NO

TOTAL DE RESPUESTAS SÍ

PUNTO 2 INVESTIGO CÓMO APRENDO *: QUÉ ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE UTILIZO

EJERCICIO DE AUTOEVALUACIÓN: Responde con un SI o con un NO al siguiente cuestionario que indaga sobre otra de tus habilidades de estudio:

LAS ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

SI NO

1.	¿Tienes a comenzar la lectura de un libro de texto sin hojear previamente los subtítulos y las ilustraciones?		
2.	¿Te saltas, por lo general, las figuras, gráficas y tablas cuando estudias un tema?		
3.	¿Suele serte difícil seleccionar los puntos más importantes de los temas de estudio?		
4.	¿Te sorprendes con cierta frecuencia, pensando en algo que no tiene nada que ver con lo que estudias?		
5.	¿Sueles tener dificultad en entender tus apuntes de clase cuando tratas de repasarlos, después de cierto tiempo?		
6.	Al tomar notas ¿te sueles quedar atrás con frecuencia debido a que no puedes escribir con suficiente rapidez?		
7.	Poco después de comenzar un curso, ¿sueles encontrarte con que tus apuntes forman un "revoltijo"?		
8.	¿Tomas normalmente tus apuntes tratando de escribir las palabras exactas del profesor?		
9.	Cuando tomas notas de un libro, ¿tienes la costumbre de copiar el material necesario, palabra por palabra?		
10.	¿Te es difícil, en general seleccionar un tema apropiado para preparar un informe?		
11.	¿Sueles tener problemas para organizar el contenido de un informe?		
12.	¿Sueles preparar el esquema de un informe o trabajo escrito, después de haberlo redactado?		
13.	¿Te preparas a veces para un examen memorizando fórmulas, definiciones o reglas que no entiendes con claridad?		
14.	¿Te resulta difícil decidir qué estudiar y cómo estudiarlo, cuando preparas un examen?		
15.	¿Sueles tener dificultades para organizar, en un orden lógico, las materias que debes estudiar por unidades?		
16.	Al preparar exámenes, ¿sueles estudiar toda la asignatura, en el último momento?		
17.	¿Sueles entregar tus exámenes sin revisarlos detenidamente, para ver si tienen algún error cometido por descuido?		
18.	¿Te es imposible con frecuencia terminar un examen de exposición de un tema en el tiempo prescripto?		
19.	¿Sueles perder puntos en exámenes debido a que no lees las preguntas detenidamente?		
20.	¿Empleas normalmente mucho tiempo en contestar la primera mitad de la prueba y tienes que apresurarte en la segunda?		

TOTAL DE RESPUESTAS NO

TOTAL DE RESPUESTAS SÍ

EJERCICIO DE AUTOEVALUACIÓN: Responde con un SI o con un NO al siguiente cuestionario que indaga sobre otra de tus habilidades de estudio:

LA MOTIVACIÓN PARA EL ESTUDIO

		SI	NO
1.	Después de los primeros días o semanas del curso, ¿tiendes a perder interés por el estudio?		
2.	¿Crees que, en general, basta estudiar lo necesario para obtener un "aprobado" en las asignaturas?		
3.	¿Te sientes frecuentemente confuso e indeciso, sobre cuáles deben ser tus metas formativas y profesionales?		
4.	¿Sueles pensar que no vale la pena el tiempo y el esfuerzo que son necesarios para lograr una educación universitaria?		
5.	¿Crees que es más importante divertirse y disfrutar de la vida que estudiar?		
6.	¿Sueles pasar el tiempo de clase en divagaciones, o soñando despierto en lugar de atender al profesor?		
7.	¿Te sientes habitualmente incapaz de concentrarte en tus estudios debido a que estás inquieto, aburrido o de mal humor?		
8.	¿Piensas con frecuencia que las materias que estudias tienen poco valor práctico para ti?		
9.	¿Sientes frecuentes deseos de abandonar los estudios y conseguir un trabajo?		
10.	¿Sueles tener la sensación de que lo que se enseña en los centros docentes no te prepara para afrontar los problemas de la vida adulta?		
11.	¿Sueles dedicarte a estudiar de modo casual, según el estado de ánimo en que te encuentres?		
12.	¿Te horroriza estudiar libros de texto porque son insípidos y aburridos?		
13.	¿Esperas normalmente a que se te fije la fecha de un examen para comenzar a estudiar los libros de texto o a repasar tus apuntes de clase?		
14.	¿Sueles pensar que los exámenes son pruebas penosas de las que no se puede escapar y respecto a las cuales lo que debe hacerse es sobrevivir, del modo que sea?		
15.	¿Sientes con frecuencia que tus profesores no comprenden las necesidades e intereses de los estudiantes?		
16.	¿Tienes normalmente la sensación de que tus profesores exigen demasiadas horas de estudio fuera de clase?		
17.	¿Dudas, por lo general, en pedir ayuda a tus profesores en tareas que te son difíciles?		
18.	¿Sueles pensar que tus profesores no tienen contacto con los temas y sucesos de actualidad?		
19.	¿Te sientes reacio, por lo general a hablar con tus profesores de tus proyectos futuros, de estudio o profesionales?		
20.	¿Consideras sin demasiada importancia el cumplimiento de los horarios de clase previamente establecidos?		

TOTAL DE RESPUESTAS NO

TOTAL DE RESPUESTAS SÍ

PUNTO 4 DIAGNOSTICO CÓMO APRENDO

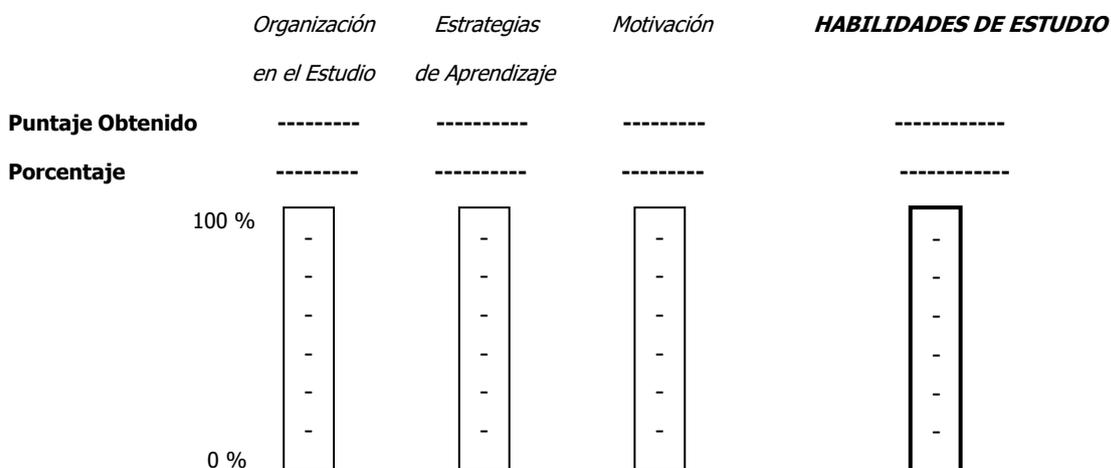
INTERPRETO LOS RESULTADOS OBTENIDOS

- Traslada el puntaje de **NO** obtenido en cada cuestionario respondido, a los lugares asignados a tal fin, en el apartado INTERPRETACIÓN GRÁFICA que se encuentran al pie de esta página
- Para interpretar los puntajes obtenidos, recurre a la **Tabla de Comparación para Estudiantes Universitarios del Primer Año**:
 - Encierra con un círculo el puntaje obtenido en cada habilidad analizada
 - Calcula el puntaje total obtenido en tus habilidades de estudio
 - Identifica el porcentaje de cada puntaje alcanzado y su correspondiente interpretación
 - Transcribe el porcentaje obtenido en los lugares indicados y ubícalos en cada barra diseñada. Sombrea toda la superficie por debajo de la marca.

TABLA DE COMPARACIÓN PARA ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL PRIMER AÑO

Puntaje en Organización del Estudio	Puntaje en Estrategias de Aprendizaje	Puntaje en Motivación para El Estudio	Puntaje Total en Habilidades	Porcentaje	Interpretación
20	20	20	57-60	95	Muy Alto
19	18-19	19	52-56	90	Alto
18	17	18	50-51	80	Por encima del promedio
16-17	16	17	48-49	67	Promedio Alto
14-15	14-15	16	43-47	50	Promedio
12-13	13	15	39-42	33	Promedio bajo
11	12	13-14	37-38	20	Por debajo del promedio
10	11	12	34-36	10	Bajo
0-9	0-10	0-11	0-33	5	Muy Bajo

INTERPRETACIÓN GRÁFICA



En la página anterior lograste realizar el **DIAGNÓSTICO** de tus actuales **HABILIDADES PARA ESTUDIAR**

¿QUÉ HACER CON LOS RESULTADOS OBTENIDOS?



- ✓ **REFORZAR LOS HÁBITOS CORRECTOS SÍ OBTUVISTE UN BUEN PUNTAJE**
- ✓ **COMENZAR A CORREGIR LAS DEFICIENCIAS IDENTIFICADAS**

Para ello deberás:

- Releer todas las preguntas de la Encuesta contestada con un **SI** y preguntarte acerca de cada una: ¿Qué tan serio es el problema? ¿Qué lo causa? ¿Qué puedo hacer para corregirlo?
- Practicar permanentemente las estrategias de aprendizaje que te proponemos en este curso de iniciación universitaria.

¡¡¡ADELANTE Y MUCHOS ÉXITOS!!!

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD- UNCa
CURSO DE ORIENTACIÓN Y NIVELACIÓN AL ESTUDIO
UNIVERSITARIO 2025

ÁREA: COMPRENSIÓN DE TEXTOS

* Adaptado de UNCa. Sec. Académica, *Curso a Distancia sobre Técnicas de Trabajo Intelectual, 1986*. Material del documento de apoyo Programa Estratégico de Articulación entre el Nivel Polimodal y el Primer Año de la Universidad. Producción enmarcada en las actividades derivadas del Proyecto de Investigación "Hacia la búsqueda de un modelo de articulación entre el Nivel Polimodal y la Universidad desde las prácticas pedagógicas a las implicancias en el desempeño académico de los alumnos". María Elena García- Bracamonte Alejandro. Facultad de Ciencias de la Salud; SEDECYT- UNCa. Catamarca 2010