**INSTRUMENTO – SEU Estilo de Aprendizagem**

Este instrumento possibilitara identificar suas preferências de aprendizagem a partir dos aspectos que você mais valoriza.

Leia as frases e assinale a coluna que representa o quanto a frase é verdadeira sobre você.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Não | Raramente | Me identifico | Me identifico **muito**. |
| 1 | Você é bom ouvinte. |  |  |  |  |
| 2 | Você lê tudo o que você tem na frente, desde jornais a caixas de cereais. |  |  |  |  |
| 3 | Você é cheio de energia, fisicamente ativo (pratica atividades físicas regularmente). |  |  |  |  |
| 4 | Você cantarola ou canta em voz alta frequência. |  |  |  |  |
| 5 | Você possui um vocabulário amplo. |  |  |  |  |
| 6 | Muitas vezes, você rabisca quando tem caneta e papel à mão. |  |  |  |  |
| 7 | Você aprecia realizar atividades em grupo, como jogos de tabuleiro. |  |  |  |  |
| 8 | Você usa exemplos específicos quando expõe seus pontos de vista. |  |  |  |  |
| 9 | Você tem um bom senso de direção quando viaja. |  |  |  |  |
| 10 | Você é um bom comunicador. |  |  |  |  |
| 11 | Você consegue facilmente expressar o que está pensando. |  |  |  |  |
| 12 | Você organiza suas atividades usando listas de tarefas pendentes. |  |  |  |  |
| 13 | Você usa as mãos para falar. |  |  |  |  |
| 14 | Você gosta de estar sozinho quando se dedica a algum hobby. |  |  |  |  |
| 15 | Você fica animado ao realizar orçamentos e metas financeiras. |  |  |  |  |
| 16 | Você tem ciência de seus pontos fortes e fracos. |  |  |  |  |
| 17 | Você costuma associar memórias com música. |  |  |  |  |
| 18 | Você se sente revigorado quando tem um tempo sozinho. |  |  |  |  |
| 19 | Você gosta de atividades físicas, tais como jardinagem ou construção. |  |  |  |  |
| 20 | Você entende melhor as coisas com imagens ou diagramas. |  |  |  |  |
| 21 | Você ouve música enquanto cozinha ou estuda. |  |  |  |  |

**1) Visual:** Os estudantes com o estilo de aprendizagem visual não são bons com textos escritos mas podem assimilar bem imagens, gráficos, diagramas, vídeos e outros materiais de aprendizagem desse estilo. Os estudantes visuais também têm a tendência de desenhar o seu modo de pensamento como uma maneira de comunicar as suas ideias tanto a si mesmos como a dos outros.  
**Dicas:** As aulas online ou vídeos são uma boa maneira de começar a estudar em casa. Use imagens para te ajudar a lembrar de certas ideias ou conceitos. Usar [Mapas Mentais](https://www.examtime.com/pt-BR/mapas-mentais/) pode ser uma forma intuitiva para representar um fluxo de pensamento e o uso de [Flashcards](https://www.examtime.com/pt-BR/flashcards/) com imagens pode ser muito útil no estudo e memorização.

### 2) Auditiva: Este estudantes aprendem melhor quando ouvem seja uma vídeo aula ou quando [escutam músicas para estudar](https://www.examtime.com/pt-BR/blog/musicas-para-estudar/). Esse tipo de aprendizagem também favorece a fixação do conteúdo na sala de aula ou o aprendizado através de vídeo-aulas. Estes estudantes são geralmente mais lentos a ler do que os estudantes de outros estilos de aprendizagem; muitas vezes preferem ouvir em vez de tomar notas. Dica: De todas os estilos talvez seja a que mais se ajusta ao modelo tradicional de estudo na sala de aula. E para render ainda mais em seus estudos fora de sala de aula esses alunos podem gravar as aulas para rever o conteúdo posteriormente ou complementar os estudos com vídeos disponíveis na internet. Uma dica também é incluir vídeos ou arquivos de voz as suas anotações.

### 3) Leitura/Escrita: Estes estudantes aprendem melhor lendo ou escrevendo pois se sentem extremamente confortáveis com informações que são apresentadas num formato textual tais como listas, livros ou manuais. Eles costumam tomar notas palavra-por-palavra e aprendem melhor com professores que incluem muita informação nas frases que pronunciam. Quando apresentados com as informações visuais, eles beneficiam transferindo a informação em texto, especialmente em listas. Dica: Além de tomar notas na aula, a quantidade de recursos online disponíveis para aqueles que estão dispostos a ler/escrever é impressionante. Para deixar as suas anotações mais interessantes você pode incluir vídeos, links e imagens e deixá-las mais completas. Ler e reler as anotações notas dá uma vantagem significativa por que ajuda com a recordação de conteúdo mais rápido.

### 4) Cinestésico: Esse tipo de aprendizagem exige prática e movimento. Este tipo de estudante precisa de estimulo externo, caso contrário, pode perder interesse. O pensamento normalmente é amplo, fazem anotações de acordo com seu raciocínio e não normalmente o que o professor diz em sala de aula. Dica: Sempre que seja possível, procure organizar as informações nem que seja a sua maneira, procure também exercitar o conhecimento, fazer exercícios faz com haja maior interesse pela matéria. Para estudar bem, deve-se criar um ambiente imersivo se for possível.

Fonte: <https://www.goconqr.com/pt-BR/examtime/blog/estilos-de-aprendizagem/>

**Análise do Estilo de Aprendizagem PREDOMINANTE**

As pessoas aprendem de maneiras diferentes. Alguns gostam de aprender sozinhos, outros preferem aprender em grupos. Alguns gostam de ouvir as novas informações, enquanto outros preferem lê-la. Não há estilo de aprendizagem "certo" ou "errado" e todos os estilos de aprendizagem podem ser utilizados de forma eficaz no processo de aprendizagem.

**Orientações:**  
- Na tabela abaixo, marque com “X” o número das frases que classificou como “**Me identifico MUITO**” e “**Me identifico**”;  
- Faça a contagem de ‘X” e totalize cada linha da tabela. Ex: Se na linha AUDITIVO você marcou “X” nas frases de número 1, 17 e 21, o total será 3.  
- Considere a linha de maior pontuação como seu estilo de aprendizagem predominante e as demais – em ordem decrescente - como estilo secundário, terciário...

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Análise do Estilo de Aprendizagem PREDOMINANTE** | | | | | | | **TOTAL** |
| AUDITVO | 1 | 4 | 10 | 17 | 21 |  |  |
| LEITURA E ESCRITA | 2 | 5 | 6 | 8 | 11 |  |  |
| CINESTÉSICO | 3 | 13 | 14 | 16 | 19 |  |  |
| VISUAL | 7 | 9 | 12 | 15 | 18 | 20 |  |

Nome: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_