

Autorregulación del aprendizaje

"Es el control que el sujeto realiza sobre sus pensamientos, acciones, emociones y motivación a través de estrategias personales para alcanzar los objetivos que se ha establecido" (Zimmerman, 2000, p.14)



UNIMINUTO
Corporación Universitaria Minuto de Dios
Educación de calidad al alcance de todos
Vigilada MinEducación

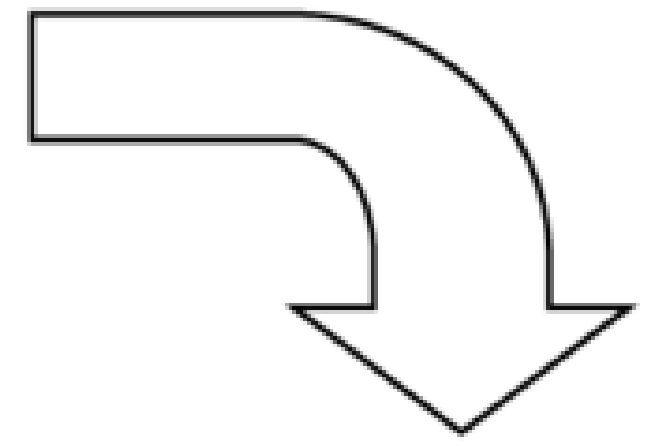
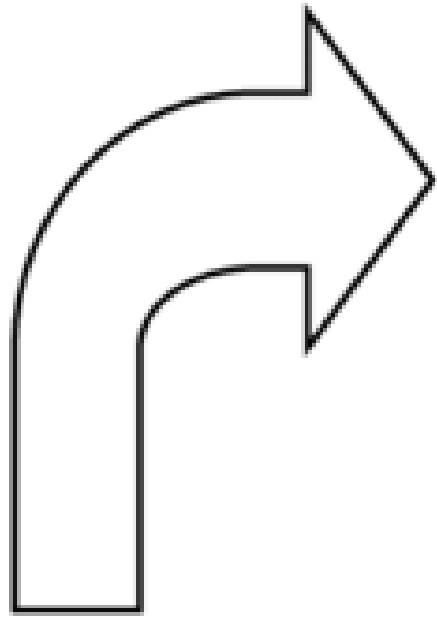
Fase de ejecución

Auto-control

Estrategias específicas de la tarea, auto-instrucciones, creación de imágenes, gestión del tiempo, control del entorno de trabajo, búsqueda de ayuda, incentivar el interés, auto-consecuencias.

Auto-observación

Monitorización metacognitiva y auto-registro



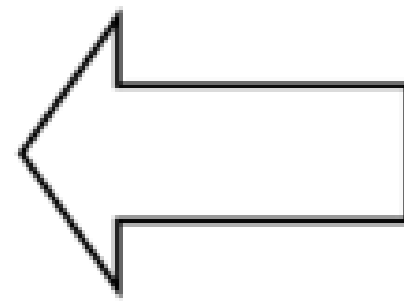
Fase de planificación

Análisis de la tarea

Establecimiento de objetivos
Planificación estratégica

Creencias auto-motivadoras

Auto-eficacia
Expectativas de resultado
Interés/ Valor de la tarea
Orientación a metas



Fase de auto-reflexión

Auto-juicio

Autoevaluación
Atribución causal

Auto-reacción

Auto-satisfacción/afecto
Inferencia adaptativa /defensiva



Tips para mejorar la autorregulación de nuestros estudiantes



Crear un ambiente positivo: El aula debe sentirse como un espacio seguro donde se pone el énfasis en las fortalezas.

Aclarar las expectativas:

Los horarios, los procedimientos y una rutina establecida ayudan a los estudiantes a comprender qué esperar y a crear un entorno estructurado y seguro



Desarrollo de habilidades:

organizar sus materiales, administrar su tiempo, concentrarse en las tareas, leer con comprensión y retener y practicar lo aprendido para usarlo posteriormente.



Crear espacios de discusión y reflexión: Reflexionar ayuda a los estudiantes a ser más conscientes.

Asimismo, pueden aprender a administrar mejor sus emociones.



Diseñar estrategias 'para lograr un comportamiento adecuado: Si los estudiantes no muestran un comportamiento productivo, los profesores puede mostrarles la forma de hacerlo diseñando o moldeando actividades como los juegos de rol

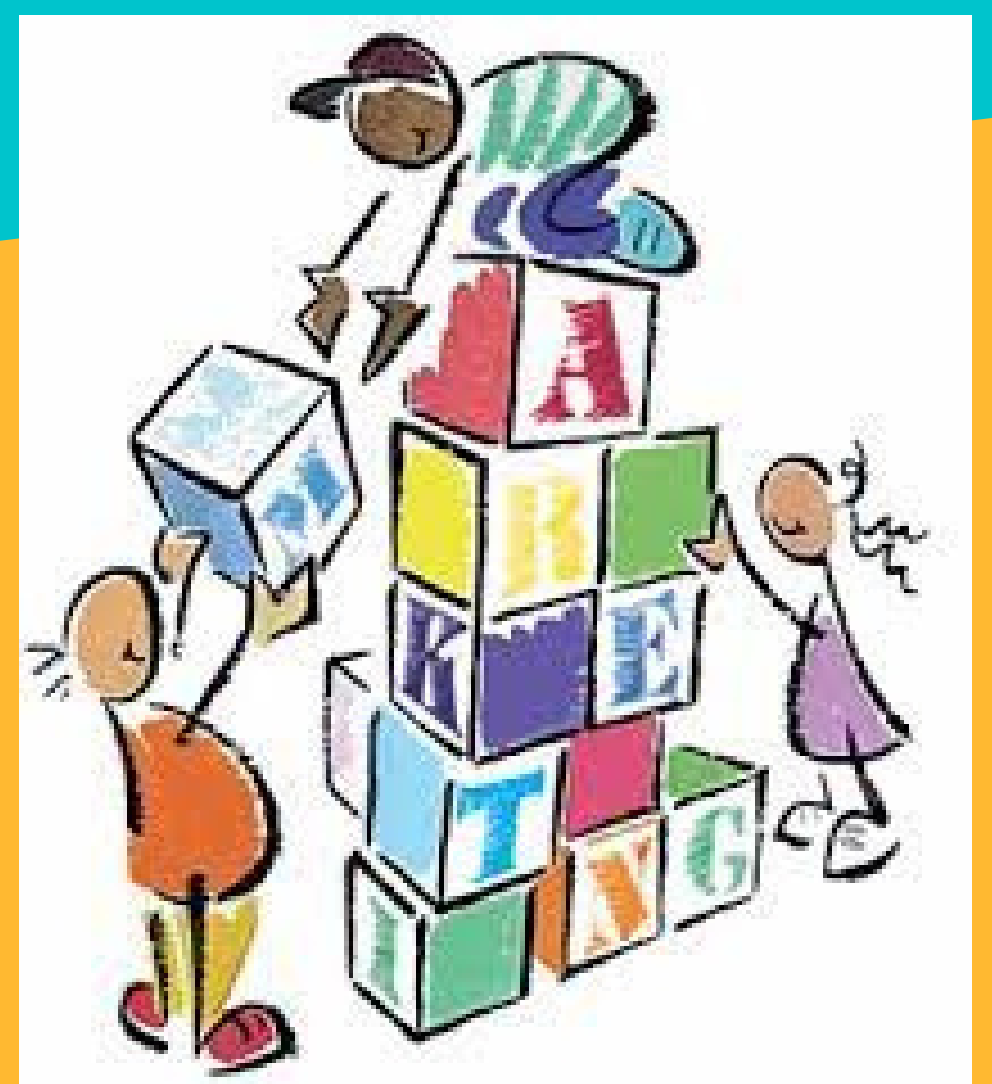


Estrategias para enseñar a autorregular el aprendizaje de los estudiantes



- Enseñar habilidades de metacognición, cognitivas y comportamentales.

- Enseñar a través del andamiaje: consiste en dividir el aprendizaje en fragmentos y luego proporcionar una estrategia o una estructura para facilitar que los estudiantes logren cada parte del aprendizaje.



- **Modelado:** Los seres humanos somos capaces de adquirir conductas, actitudes y destrezas por medio de la imitación.



- **Practicar las estrategias de autorregulación.** En principio, de forma guiada y, poco a poco, de forma independiente.

Flipped Classroom



Antes de la clase



Durante la clase

- **Implementar estrategias como: "Flipped classroom":**
Este tipo de aprendizaje pretende utilizar dos estrategias, la presencial y la virtual tomando en cada momento lo mejor de ellas