3.4.1. ¿Qué es el aprendizaje autorregulado?.

El aprendizaje autorregulado hace referencia al **proceso mediante el cual los estudiantes establecen metas para su comportamiento y trabajan de manera sistemática para alcanzarlas.** Se trata de un proceso consciente, impulsado por la motivación intrínseca y en el cual los estudiantes se involucran en un proceso de auto observación constante.

Es un proceso **participativo, significativo, estratégico y autodirigido**. Los alumnos asumen responsabilidad por planificar previamente los objetivos y alcanzarlos.

Dentro del marco legislativo LOMLOE, esta competencia juega un papel crucial para el desarrollo tanto de la “Competencia Digital”, como de la “Competencia personal, social y de aprender a aprender”, dos de las competencias claves que vienen en la Recomendación relativa a competencias clave para el aprendizaje permanente.

La autorregulación se produce cuando el alumnado pone en marcha estrategias de aprendizaje para alcanzar los objetivos o metas que se hayan planteado y lo hace de manera independiente. Actualmente está demostrado que los alumnos y alumnas que son capaces de autorregular obtienen mejores resultados sea cual sea su ciclo educativo. Si queremos que nuestro alumnado aprenda a aprender, es necesario enseñarles a autorregular su aprendizaje, a través de las estrategias oportunas.

Revision #2
Created 2023-01-23 12:42:07 CET by Marta Ciprés García
Updated 2023-01-30 18:30:34 CET by Marta Ciprés García

Copyright 2026