

# Introducción.

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 23 January 2023 12:41:56 by Marta Ciprés García

Updated 7 February 2023 09:54:40 by Marta Ciprés García