Tecnologías digitales en el aprendizaje autorregulado

Son varios los estudios realizados que confirman que las TTDD favorecen el aprendizaje autorregulado, si son entendidas como **instrumentos mediadores de los procesos psicológicos** desplegados en los contextos de enseñanza aprendizaje.

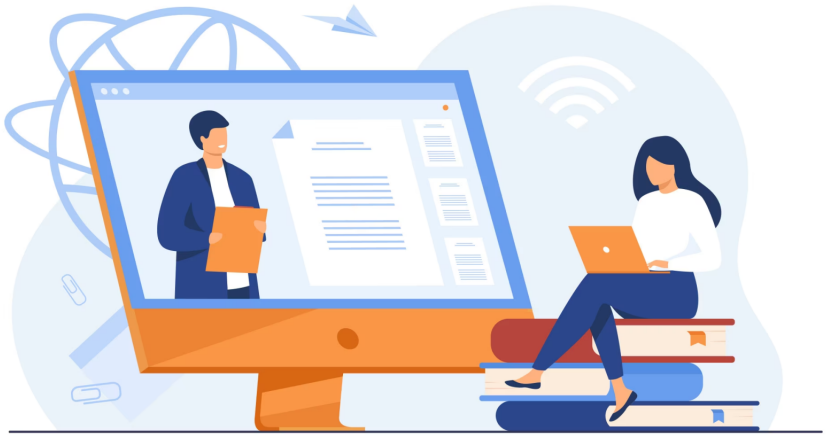


Imagen de pch.vector en Freepik

> Algunas de estas **conclusiones** son:
>
> - La utilización de herramientas de discusión **mejora los procesos de construcción de conocimiento individual y colectivo** y favorece el rendimiento académico (Naranjo, Onrubia y Segues, 2012; Onrubia y Engels, 2012).
> - El uso de plataformas y recursos digitales son **beneficiosas para profesores y estudiantes** (Carter et el. 2017).

Copyright 2026

- Cuando se estudia con medios digitales **aumenta la frecuencia del uso de estrategias de autorregulación** y ello mejora la calidad de los aprendizajes (Daumiller y Drese).

- El uso de entornos virtuales que permiten la **consulta de los contenidos a posteriori,** promueve que los alumnos puedan dirigir por sí mismos el proceso de aprendizaje (sobre todo en la universidad) y favorece la eliminación de tensiones tanto a nivel individual como colectivo (Anthonysami et al. 2020, Jonson y Davies 2014).

- Pueden constituirse como "*un recurso importante para **optimizar el aprendizaje autorregulado** en los estudiantes en ambiente virtuales o presenciales por la forma como los docentes diseñan las tareas y articulan el uso de las Tic a ese diseño*" (Azevedo, 2007; Azevedo y Hadwin, 2005; Caicedo y Rojas, 2014; Caicedo et al., 2013; Coll, 2005; McMahon y Oliver, 2001).

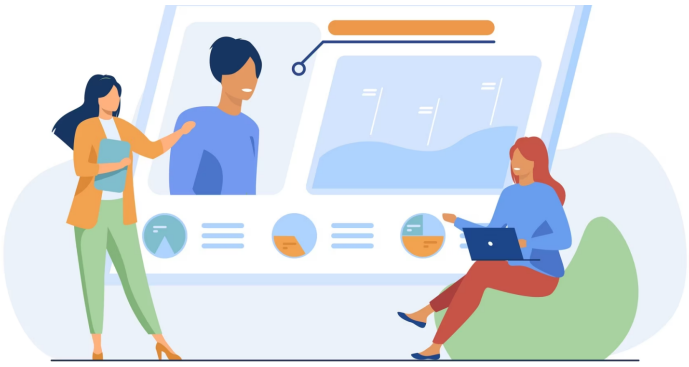
- **Favorecen la evaluación** del proceso como del resultado, aportando retroalimentación al alumnado sobre cómo está resultando su aprendizaje.

- Por último hay estudios que confirman que *"cuando los profesores articulan herramientas tecnológicas (portafolios virtuales o cuestionarios de autoevaluación con estrategias, como la retroalimentación y la elaboración de discusiones reflexivas) se favorecen en los estudiantes ciertas habilidades de autorregulación como el **monitoreo, el control y la planificación** (Jãrvelã et al., 2015; Jenson, 2011; Nicol, 2009)."*

Herramientas

Algunas herramientas digitales que pueden ayudar a fomentar el aprendizaje autorregulado incluyen:

Copyright 2026



- **Aplicaciones de seguimiento de metas**: permiten a los estudiantes establecer metas académicas y rastrear su progreso hacia alcanzarlas.
- **Tableros de tareas y calendarios**: ayudan a los estudiantes a planificar y organizar sus tareas y proyectos, y a mantenerse enfocados en sus objetivos.
- **Herramientas de retroalimentación automatizadas**: brindan a los estudiantes información instantánea sobre su desempeño en las tareas y les permiten ajustar su enfoque de estudio.
- **Plataformas de aprendizaje en línea:** ofrecen recursos educativos y actividades diseñadas para fomentar el aprendizaje autorregulado.

Las herramientas digitales con las que contamos para gestionar tanto nuestro trabajo como docente, como el del alumnado podrían ser:

E-portfolio o portafolio electrónico y diarios de aprendizaje en línea	Son herramientas que nos permiten almacenar notas, documentos, imágenes, vídeos, audios que recopilan las actividades, trabajos y reflexiones que el alumnado ha realizado durante su proceso de aprendizaje.	**Blog:** su uso es sencillo, se puede crear a través de la web o empleando aplicaciones dedicadas, la información aparece ordenada cronológicamente y aunque en origen los blogs se crearon como una forma de expresión pública, se podría restringir su acceso. Los más utilizados serían WordPress y Blogger, por ejemplo.

Copyright 2026

		Páginas web: creadas con aplicaciones como Google Sites o Wix, que permiten recoger y almacenar aquellos contenidos que van creando nuestro alumnado.
Agendas digitales	Son aplicaciones que funcionan como una agenda tradicional, pero con la ventaja de que si están alojadas en la nube se pueden consultar desde cualquier dispositivo, en cualquier momento y que nos permiten incluso compartir eventos con otros usuarios.	El entorno de Google nos ofrece Google Calendar como calendario, Google Keep como herramienta de organización a través de notas.
		Microsoft a su vez, también dispone de agenda y de la aplicación Microsoft To Do para crear y sincronizar listas de tareas.
		Evernote, Todoist, Any.do, Remember the Milk, Asana.
Gestores bibliográficos	Para organizar gestionar y compartir referencias bibliográficas y documentos de investigación.	Mendeley EndNote Zotero
Entornos virtuales de aprendizaje (EVA)	Son un conjunto de herramientas basadas en la nube, que permiten crear tanto aulas virtuales como sistemas de gestión de aprendizaje. Estas plataformas funcionan como un aula en la que el alumnado puede consultar los contenidos que se van trabajando, puede realizar las actividades que se le proponen e incluso en un nivel más avanzado ir construyendo sus propios aprendizajes. Todo ello en un entorno colaborativo tanto con el profesorado como con el alumnado y de manera presencial o a distancia.	Aeducar
		Google Workspace for education
		Microsoft Teams

Copyright 2026

Cuestionarios interactivos	Para que obtengan retroalimentaciones automatizadas instantáneas de su trabajo.	Liveworksheet Kahoot! Quizizz Socrative Gnowledge

□□□□□□□ Ideas de uso □□□□□□□

- Utilizar las **aplicaciones de seguimiento de metas** para establecer metas diarias o semanales para el estudio y el trabajo en proyectos.

- Utilizar **tableros de tareas y calendarios** para planificar y organizar el tiempo de estudio y de trabajo en proyectos.

- Utilizar **herramientas de retroalimentación automatizadas** para recibir retroalimentación instantánea sobre el desempeño y ajustar el enfoque de estudio.

- Utilizar **plataformas de aprendizaje en línea** para acceder a recursos educativos y actividades diseñadas para fomentar el aprendizaje autorregulado.

Revision #1
Created 2023-05-31 12:19:06 CEST by Chefo Cariñena
Updated 2023-06-02 09:45:03 CEST by Chefo Cariñena

Copyright 2026