1.2. Estrategias para trabajar el aprendizaje autorregulado

Diversos estudios han destacado algunas características del alumnado que regula el aprendizaje. A continuación, mencionamos algunas (Torrano y González, 2004, p.3):

- **Conocer, identificar y utilizar estrategias cognitivas** que les permitan entender, procesar, organizar, elaborar y recuperar la información.
- **Desarrollan habilidades metacognitivas** para saber cómo planificar el trabajo que van a realizar. Es decir, encaminan los diversos procesos mentales necesarios para la consecución de la meta planteada.
- **Desarrollan, modifican y controlan aquellas emociones** que son positivas para el aprendizaje. Generalmente, ligadas al aspecto motivacional de la tarea. Por ejemplo, entusiasmo, gusto y satisfacción, entre otras.
- **Planifican adecuadamente la tarea.** Es decir, prevén el tiempo de ejecución, considerando un entorno favorable para el aprendizaje (lugar) y acuden en ayuda de sus profesores o compañeros cuando lo necesitan.
- **Apoyan un clima motivacional de clase adecuada** . Se involucran en las tareas, planificación y organización.
- **Se esfuerzan por mantener la atención en la tarea,** impidiendo aquellos estímulos distractores.

> En otras palabras, estos estudiantes son conscientes de la importancia de asumir un rol activo en su aprendizaje. Y ajustan sus procesos cognitivos y emocionales para desenvolverse adecuadamente, para poder responder a la tarea, alcanzar las metas planteadas y tener un rendimiento positivo.

Copyright 2026

https://view.genial.ly/6434172d8337a60010c6e65f

Copyright 2026

Aquí tienes el enlace al artículo completo **Aprendizaje autorregulado: estado de la cuestión y desafíos psicopedagógicos** de Torrano, Fuentes y Soria (2017), si quieres profundizar en el tema.

Revision #9
Created 2023-04-09 14:09:24 CEST by Isabel Catalán Sancho
Updated 2023-09-19 15:55:52 CEST by Isabel Catalán Sancho

Copyright 2026