3.4.1. ¿Qué es el aprendizaje autorregulado?

Barry Zimmerman define el aprendizaje autorregulado como "*un proceso desarrollado por los estudiantes cuando estos tienen conciencia de sus propios procesos cognitivos, socioafectivos y motivacionales. En este contexto, se debería orientar al estudiante para que se cuestione, revise, planifique, controle y evalúe sus propias acciones de aprendizaje.”*

La autorregulación se produce cuando el alumnado pone en marcha estrategias de aprendizaje para alcanzar los objetivos o metas que se haya 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 #6
Created 2022-10-18 07:51:14 CEST by Javier
Updated 2022-11-15 10:44:41 CET by Miguel Cortés

Copyright 2026