UNIVERSIDAD DE CHILE

Departamento de Pregrado
Vicerrectoría de Asuntos Académicos
Universidad de Chile

CeACS
Centro de Aprendizaje Campus Sur
Universidad de Chile

APRENDER Y ESTUDIAR EN LA UNIVERSIDAD

LA AUTORREGULACIÓN DEL ESTUDIO

Es la capacidad que tienes como estudiante para fijarte objetivos y metas de aprendizaje; intentando moritorear, regular y controlar los factores internos y externos que intervienen en el aprendizaje académico.

LA AUTORREGULACIÓN DEL ESTUDIO, SE COMPONE DE 3 FASES Y SUS RESPECTIVAS ETAPAS:

1. PLANIFICACIÓN

- 1.1 Analizar la tarea
- 1.2 Automotivación

2. EJECUCIÓN

- 2.1 Observación
- 2.2 Autocontrol

3. REFLEXIÓN

- 3.1 Juzgar ejecuciones
- 3.2 Reaccionar

Recuerda que como estudiante eres un buscador activo y procesador de información que selecciona y presta atención a las características que ocurren en el medio, transformando y repasando la información, relacionando la nueva con los conocimientos previos y organizando estos conocimientos para darle sentido.