

**CICLO DE TALLERES PARA FOMENTAR EL APRENDIZAJE
AUTORREGULADO EN LOS ESTUDIANTES DEL POLITÉCNICO
COLOMBIANO JAIME ISAZA CADAVID: APRENDER, UN ASUNTO DE
TODOS.**

ALEJANDRA MILÁN RESTREPO

UNIVERSIDAD CES

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

ESPECIALIZACIÓN EN NEURODESARROLLO Y APRENDIZAJE

MEDELLÍN

2017

Contenido

PROBLEMA	2
INTRODUCCIÓN	3
JUSTIFICACIÓN	4
OBJETIVO GENERAL	7
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	7
MARCO DE REFERENCIA	7
Bajo rendimiento académico.....	7
Aprendizaje en la adolescencia.	10
Aprendizaje Autorregulado.	12
Metacognición.	16
Estrategias Cognitivas.....	18
Estrategias Motivacionales.....	18
POBLACIÓN OBJETO	20
UBICACIÓN Y COBERTURA.....	20
ORGANIZACIÓN, FUNCIONAMIENTO, ACTIVIDADES	20
RECURSOS	30
CRONOGRAMA	31
PRESUPUESTO.....	31
MECANISMO DE EVALUACIÓN.....	32
ASPECTOS ÉTICOS.....	33
ANEXOS.....	35
REFERENCIAS	43

PROBLEMA

La meta central de la educación superior es que los estudiantes que ingresan a los diferentes programas terminen su formación, obtengan un título y empiecen a aplicar los conocimientos adquiridos en su vida laboral para que esto finalmente contribuya al desarrollo del país. Sin embargo, la consecución de este objetivo se ha encontrado con una gran problemática: Es cada vez más común que los estudiantes deserten de la educación superior. Este fenómeno ha sido estudiado por diversos autores, quienes coinciden en que uno de los factores que influyen en la deserción es el bajo rendimiento académico (Albarracín, A.P. & Montoya, D.A., 2015)

La problemática de la deserción en el Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid fue estudiada analizando las causas por las cuales los estudiantes salían de la institución en el periodo 2009-1 hasta 2011-1 .Lo que se encontró en este estudio fue que 36% de la totalidad de los estudiantes se retiró por causas académicas y además para el 81%, de esos estudiantes la causa del retiro fue el bajo rendimiento académico (Guerra, 2012). Aunque no se cuenta con un trabajo de investigación más reciente, al acceder a la base de datos de la institución se encuentra que en el periodo 2016-1 y 2016-2 1142 estudiantes fueron retirados de la institución por bajo rendimiento académico y para el 2017-1 660 de estudiantes se encuentran cursando por tercera vez una asignatura y por tanto están en riesgo de ser retirados de la institución por no alcanzar los logros académicos propuestos.

Esta problemática se complejiza pues muchos de estos estudiantes no desean detener sus estudios, pero el reglamento de la institución les imposibilita seguir si han reprobado por tres veces una materia o si el promedio acumulado es menor 3.0. Esto genera

que personas quienes tienen interés por conseguir un título profesional sean retirados de la institución. Por otro lado, muchos de los estudiantes que desertan por retiro académico reingresan para encontrarse con las mismas barreras y problemáticas que los llevó a salir de la institución en primer lugar, quedando nuevamente como población en riesgo de deserción.

Esta situación se convierte en un problema pues estos estudiantes que ya han pasado por un retiro académico no están recibiendo ningún acompañamiento que les permita adquirir estrategias diferentes para poder alcanzar sus metas a nivel académico lo cual les puede significar repetir la experiencia de fracaso. Toda esta situación se traduce en un impacto desfavorable para los alumnos, la institución y el país.

INTRODUCCIÓN

Estrategia grupal de atención a los estudiantes que se encuentran repitiendo por tercera vez una asignatura y por tanto en riesgo de retiro académico, convirtiéndose en una población en riesgo por la alta probabilidad de deserción que representan para la institución, factor que genera pérdidas personales, institucionales y tiene como consecuencia mayor desigualdad social (OECD, 2016)

La estrategia grupal se enmarca en el programa de "Estrategias de Aprendizaje de Bienestar Institucional". Para tal efecto se planea realizar un ciclo de talleres en donde se trabaje principalmente el aprendizaje autorregulado y la metacognición, pues tal como plantea Osses & Jaramillo (2008) el poder potenciar la conciencia sobre los propios procesos cognitivos y la autorregulación podría llevar a los estudiantes a autodirigir su aprendizaje y así tener más herramientas que los conduzcan al éxito académico. Así pues, se busca que los estudiantes en riesgo empiecen a revisar su propio proceso de estudio,

identifiquen las posibles fallas y planteen soluciones para que empiecen a ser estudiantes con mayores estrategias de autorregulación y puedan cambiar su resultado académico.

JUSTIFICACIÓN

Para analizar el fenómeno del bajo rendimiento académico en el Politécnico Jaime Isaza Cadavid se tomara como referencia los retiros académicos, los cuales, como plantea el Reglamento estudiantil en su artículo 18 se dan cuando los estudiantes que no alcanzan “un promedio crédito ponderado mínimo de tres punto cero (3.0) o promedio acumulado mínimo de tres punto cero (3.0)” son retirados de la institución y no podrán pedir reingreso hasta un semestre académico después de la suspensión. Los retiros académicos también se pueden dar, según el artículo 21, cuando un estudiante pierde por tercera vez una asignatura. Esto quiere decir que la institución, para garantizar un buen nivel académico en sus estudiantes, retira a aquellos que no cumplen los logros de su plan de estudios. Durante el periodo 2016-1 y 2016-2 fueron retirados de la institución, en la sede Poblado, por razones académicas un total de 1142 estudiantes, lo cual corresponde a un 4.4% de los estudiantes matriculados para ese periodo.

Para el 2017-1 la base de datos de estudiantes que se encuentran terciando alguna materia y por tanto en riesgo de retiro académico reporta un total de 660 estudiantes que corresponde a un 5.14 % de estudiantes en riesgo.

Para indagar más a fondo la concepción del problema del rendimiento académico se realizaron grupos focales con 150 estudiantes que se encuentran en riesgo de retiro académico del Politécnico Jaime Isaza Cadavid. Para tal efecto se dividieron los estudiantes según la materia que se encontraban repitiendo; con cada grupo se realizó un encuentro en donde se les pedía a los estudiantes que pensarán en las causas que los habían llevado a estar en situación de riesgo y luego las clasificaran según las categorías: Problemas en atención y memoria, planeación y organización, falta de interés en la materia, dificultades emocionales, dificultades con el docente, razones laborales y otras.

Lo que se encontró es que muchos de ellos refieren no tener un método de estudio y lo relacionaban con la falta de organización, planeación, dedicación y motivación. Además, quienes referían tener problemas en atención y memoria lo relacionaban con dificultad para poner atención en clase y para evocar lo visto en clase durante los exámenes, varios de ellos relacionaban este aspecto con el "nerviosismo" que les producía el tener que dar cuenta de lo aprendido.

En la categoría de "otros" los alumnos destacan tener vacíos teóricos que les impiden comprender los temas de las asignaturas que cursan, además otro factor es que son estudiantes trabajadores y no logran tener el tiempo suficiente para estudiar. Además, también se destaca que muchos de ellos refieren tener vacíos teóricos que vienen desde el colegio o por periodos largos en los que se alejaron de la universidad y por tanto de los temas relacionados a las ciencias básicas.

Aunque los estudiante lograban dar cuenta de las razones que los llevaban a el fracaso en las diferentes materias y muchos de ellos lo relacionaban con la metodología de

estudio, durante los encuentros con ellos y los diferentes docentes, se generó un interrogante sobre la problemática de los estudiantes y se cree que la dificultad empieza desde la capacidad de autorregulación y la pregunta por el propio proceso de aprendizaje, pues los estudiantes refieren tener problemas para organizar su tiempo, no tener métodos de estudio, tener problemas para concentrarse pero no usan ninguna estrategia para mejorar su proceso y no cambian las estrategias que han usado hasta el momento, situación que los lleva a repetir los mismos errores y obtener el mismo resultado negativo. Desde este punto de vista se puede plantear un trabajo que involucre la metacognición y que tenga como objetivo que los estudiantes empiecen a ser más autorregulados en su proceso de aprendizaje, habilidad que tal como plantea Zambrano (2016), citando a Zimmerman (2001), conlleva la capacidad del sujeto para ser más autónomo y desenvolverse exitosamente en el contexto no solo académico sino laboral pues lleva al estudiante a cuestionarse por sus habilidades, vacíos y desde allí empiece revisar, planificar, controlar y evaluar su propia acción para así cumplir los objetivos que se plantea.

Finalmente, se ve la pertinencia de una intervención pues de los 150 estudiantes 107 se inscribieron y se mostraron interesados en participar en actividades que tengan como objetivo brindar apoyos para mejorar su proceso de aprendizaje, Además el reglamento estudiantil contempla que aquellos estudiantes quienes se encuentren repitiendo por tercera vez una asignatura deben asistir a psico orientación. Esto crea la posibilidad de generar estrategias orientadas a acompañar el proceso de aprendizaje de los estudiantes, que, en este caso, serán orientadas a fomentar habilidades que tienen que ver con el aprendizaje autorregulado (planeación, planteamiento de objetivos, evaluación del propio proceso, manejo del tiempo, motivación y atribuciones causales) pues tal como plantea Zimmerman

(2002) citado por Daura (2013), estas habilidades pueden ser desarrolladas por cualquier estudiante y la meta de los procesos educativos debería ir orientado a que el estudiante pueda autorregular su proceso pues así podrá utilizar este conocimiento no solo en el contexto universitario sino en todos los ámbitos de su vida que requieran aprender o resolver problemas.

OBJETIVO GENERAL

Diseñar un ciclo de talleres para los estudiantes que se encuentran en riesgo de retiro académico del Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid sede Poblado con el fin de fomentar el aprendizaje autorregulado.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Realizar una Revisión teórica sobre las causas del bajo rendimiento académico.
- Identificar las causas repitencia que se pretenden intervenir con los talleres.
- Planear temática, metodología, actividades de los talleres.

MARCO DE REFERENCIA

Bajo rendimiento académico

El bajo rendimiento académico en universitarios se entiende como la inhabilidad de un estudiante para demostrar los conocimientos o capacidades necesarias para aprobar un

plan de estudios situación que representa un factor de riesgo frente a la deserción de la educación superior que a su vez es considerada por el Ministerio de Educación (2015) como una problemática que debe ser tratada como prioridad en las agendas de las instituciones educativas pues genera pérdidas económicas, institucionales, sociales, y personales (Albarracín & Montoya, 2016)

Como se nombró anteriormente el bajo rendimiento académico es una de las principales causas de deserción, y esto se convierte una problemática pues según el Sistema para la Prevención de la Deserción en Educación Superior (SPADIES) para el 2014 la tasa de deserción para la formación tecnológica es del 20% anual, 55 % por cohorte y para la formación profesional 10.1% anual y 45.3% por cohorte (MEN, 2015) , este es un porcentaje de deserción considerado como alto y que implica, como lo señala la OCDE (2013), que en Colombia no se satisfacen las necesidades de mano de obra cualificada lo cual se convierte en una problemática social y económica. En respuesta a estas cifras el Gobierno de Colombia, en el Plan Nacional de Desarrollo 2014-2018 "Todos Por Un Nuevo País" plantea como meta disminuir la deserción en un 8% en formación universitaria y 15 % en técnico profesional y tecnológico (MEN, 2015) y para lograrlo sugiere que se creen programas orientados a impactar aquellas variables implicadas en la deserción.

Los factores que influyen en el bajo rendimiento académico son diversos, algunos de ellos, tal como expone Albarracín & Montoya (2016) se ubican en el área personal y son, entre otros, el aspecto cognitivo, la falta de métodos de estudio y estrategias de aprendizaje. Además, el Ministerio de Educación (2015) en su Guía Para Para La Implementación De La Permanencia En Educación Superior refuerza la idea anterior señalando que entre los factores académicos que influyen la deserción se encuentra el

desconocimiento del propio estilo de aprendizaje y plantea que las instituciones de educación superior deben implementar programas que tengan como objetivo ayudar al estudiante a conocer su proceso de aprendizaje y adquirir métodos de estudio. Garbanzo (2007) refuerza lo anterior y plantean que entre los aspectos personales que afectan el rendimiento académico esta la competencia cognitiva, la cual define como la autoevaluación de las capacidades del individuo que le permite tener una percepción sobre sus propias habilidades, información que puede usar para regular su conducta, trazar objetivos, plantear planes de acción y evaluar el proceso para así llegar a cumplir con lo que se planteó. Lo citado anteriormente resalta la importancia de la función ejecutiva y metacognición en los procesos de aprendizaje y es apoyado por autores como Osses & Jaramillo (2008) quienes plantean que una de las metas de la educación moderna es fomentar la metacognición con el fin de que los sujetos puedan autorregular su aprendizaje y más que aprender contenido teórico puedan aprender sobre su propio proceso, limitaciones, fortalezas y utilicen esta información en todos los contextos de su vida para aprender y resolver problemas.

Cerezo, et al. (2011) plantean la importancia del aprendizaje autorregulado en los resultados académicos, señalando que aquellos estudiantes con mejores habilidades autorregulatorias, expresan mayor satisfacción académica y aprenden con menos esfuerzo que aquellos con falencias en este proceso, por esto plantean la importancia de fomentar habilidades metacognitivas y auto regulatorias lo cual generaría que se incremente el rendimiento académico y que los estudiantes puedan gestionar su propio aprendizaje en todas las áreas de su vida.

Aprendizaje en la adolescencia.

La adolescencia es un periodo fundamental para el desarrollo del cerebro y por tanto para el aprendizaje humano pues en esta etapa se dan cambios fundamentales que le permitirán al adolescente interactuar de manera diferente con el mundo y el conocimiento que lo rodea. (Organisation for Economic Co-operation and Development, 2010)

El principal cambio en el cerebro que afecta el aprendizaje adolescente es que en esta época se termina la maduración de las partes dorso laterales de los lóbulos frontales, lo cual implica que en la adolescencia se consolidan procesos cognitivos como: la memoria de trabajo, la asignación de la atención, inhibición de respuesta, orientación a metas, la flexibilidad cognitiva, la monitorización, el uso de retroalimentación, la resolución de problemas, la formulación de conceptos abstractos, el autocontrol y la autoconciencia. Lo cual implica que concretamente en la adolescencia se consolidan habilidades de razonamiento hipotético, metacognición y planificación. Durante la adolescencia también se termina la maduración de la corteza prefrontal ventromedial y la amígdala (K. Evans & C. Gerlach, 2007) estructuras encargadas del control emocional. Todo lo anterior guarda gran relación con el proceso de aprendizaje y con la capacidad de empezar a autorregular los procesos cognitivos, capacidades que, como plantean Osses & Jaramillo (2008) están empezando a tener mucha fuerza pues se busca que la meta de la educación actual sea que los estudiantes aprendan a aprender, es decir que puedan construir un aprendizaje que sea aplicable a todas las áreas de su vida, basados en estrategias de aprendizaje cognitivas (autoaprendizaje y metacognición).

En consecuencia, a todo lo mencionado anteriormente, la adolescencia es un periodo vital para el desarrollo del cerebro y la consolidación de nuevas capacidades, consideradas como necesarias para desenvolverse en el mundo actual; además este proceso depende directamente de las experiencias que los adolescentes tengan y hayan tenido a lo largo de su vida, pues es desde allí donde se construye una relación con el mundo del conocimiento y lo que este significa para el sujeto.

Función Ejecutiva

Son muchos los autores que definen la función ejecutiva por lo que se cuenta con diversos modelos explicativos y se le atribuyen diferentes funciones, sin embargo, pese a la diversidad y como veremos a continuación diversos autores le atribuyen básicamente funciones de planeación, control, evaluación, regulación y planteamiento de objetivos para tener una conducta que se ajuste a las exigencias del medio en el que se desenvuelve el sujeto. Luria (1979) fue el primero en darle una definición y al respecto dice que es la forma ordenada y planeada en que la que el hombre responde a la información que recibe que además puede inspeccionar y regular para que la conducta se adecue a los objetivos que el sujeto se plantea y finalmente le son útiles para revisar su actividad consiente con el fin de corregir algún posible error (Martínez, Lewis, & Mayilín Moreno, 2006)

Martínez et al. (2006) definen la función ejecutiva como una serie de procesos que tienen como objetivo permitirle al sujeto la adaptación a situaciones nuevas creando patrones de funcionamiento gracias a diversos procesos cognitivos que se activan principalmente para generar planes de acción, seleccionar y programar secuencias de respuesta.

Trujillo & Pineda (2008) la definen como el conjunto de habilidades cognitivas, emocionales y motivaciones que dependen en funcionamiento de estructuras prefrontales que participan en procesos de autorregulación del comportamiento, interpretación de escenarios de acción, toma de decisiones, adquisición/uso de la teoría de la mente. Además, la región dorso lateral de los lóbulos frontales participan en actividades como la anticipación, establecimiento de metas, diseño de planes y programas, inicio y monitorización de las tareas, selección de comportamientos, flexibilidad y organización del tiempo para obtener los resultados deseados.

García & Bechara (2010) las definen como habilidades implicadas en la generación, regulación ejecución efectiva y reajuste de conductas dirigidas a objetivos pues permiten proyectar cogniciones y emociones desde el pasado hacia el futuro para con esta información resolver situaciones que se puedan presentar. Estos mismos autores plantean que los objetivos abordados por las funciones ejecutivas pueden ser cognitivos o socioemocionales, características que permiten ajustar la conducta no solo a exigencias intelectuales sino del contexto social en el que se mueve el sujeto.

En general, las funciones más estudiadas son: planeación, inhibición, memoria de trabajo, flexibilidad, fluidez, toma de decisiones, abstracción, productividad, metacognición.

Aprendizaje Autorregulado.

El aprendizaje autorregulado es definido por Valencia, Duarte & Caicedo (2013) como el despliegue activo y deliberado que hace un estudiante de sus capacidades tanto

cognitivas como metacognitivas, con el objetivo de aprender algo, resolver alguna tarea o problema.

Tal como plantea Winne y Hadwin (1998) citados por Valencia, Duarte y Caicedo (2013) el proceso de autorregulación comienza con la identificación y activación de condiciones internas como el conocimiento previo que tiene el estudiante de los contenidos a aprender, de su repertorio de estrategias para abordarlo, de las metas que se propone durante la tarea y de la evaluación de condiciones externas en las que se presenta y pretende ejecutar la tarea.

Montes, Ayala, & Atencio (2010) describen que un estudiante autorregulado se conoce pues poseen las siguientes características: trazan objetivos, elaboran un plan teniendo en cuenta la definición de las condiciones internas y externas de la tarea, flexibilizan el plan cuando la supervisión lo indica, usan estrategias de organización, evaluación de desempeño global y aprendizajes adquiridos en la realización de la tarea.

Osses & Jaramillo (2008) refieren que un aprendiz autorregulado es un participante activo e intencional en el proceso de aprendizaje, capaz de iniciar y dirigir su propio proceso guiándose por los siguientes tres elementos:

- a. Conocimiento de la persona: se refiere al conocimiento que el sujeto tiene de sus potencialidades y limitaciones que pueden afectar la ejecución de la tarea.
- b. Conocimiento de la tarea: se debe tener conocimiento de la tarea que se va a desarrollar, para esto es importante definir los objetivos y los procedimientos.
- c. Conocimiento de las estrategias: estrategias o alternativas que pueden ser más efectivas según la tarea y la meta que se quiere conseguir.

Las mismas autoras resaltan la importancia del uso de las estrategias metacognitivas para los estudiantes autorregulados, pues estas implican que el sujeto conoce sus propias operaciones mentales y que sabe utilizarlas y readaptarlas cuando la meta lo requiera. Además, utiliza esta capacidad para planificar, supervisar y evaluar el uso de las estrategias cognitivas.

Siguiendo con esta idea Zimmerman (2002) citado por Cerezo, et al., (2011) plantean que las competencias que los alumnos necesitan, más que teóricas, son aquellas que les permite ser autónomos a la hora de enfrentarse a nuevos aprendizajes, desde este punto de vista el ser autónomo significa la capacidad de regular el propio proceso de construcción de aprendizaje. Este autor plantea que los estudiantes autorregulados se implican en procesos como: establecimiento de metas, auto observación, autoevaluación, gestión del tiempo, organización de la información y además regulan sus creencias auto motivacionales con respecto a la tarea. Zimmerman distingue tres fases en el proceso:

- a. Fase previa: en esta fase se establecen las metas, objetivos y se planifica la estrategia. También interviene la percepción de autoeficacia y el valor atribuido a la tarea.
- b. Fase realización: procesos que ayudan a focalizar la atención en la tarea y las estrategias que van dirigidas al cumplimiento de los objetivos. Implica procesos de autocontrol, uso de estrategias y el proceso de auto observación que es la monitorización sobre el proceso, mediante este puede ir evaluando si la estrategia elegida está funcionando o necesita ser replanteada.

- c. Fase autorreflexión: evaluación de resultados para realizar cambios y modificaciones a futuras experiencias de aprendizaje similares.

Por otro lado, Pintrich & De Groot (1990) refiere que un aprendiz autorregulado es un sujeto quien tiene la capacidad de resolver aspectos concretos de su propio aprendizaje y para esto se debe orientar al estudiante para que se cuestione, revise, planifique, controle y evalúe su propio proceso para que así empiece a tener conciencia sobre su propio pensamiento y conozca la forma en que el mismo aprende.

Zambrano, (2016) citando a Rosario (2004) define el aprendizaje autorregulado como un proceso donde el estudiante es un agente activo, por ende, establece objetivos que guían su aprendizaje e intenta monitorizar, regular y controlar su cognición, motivación y comportamiento para alcanzar la meta. Además, el poder revisar este proceso le permite ajustar sus acciones y metas según vaya cambiando el contexto, la motivación o la exigencia. Por lo tanto, según esta autora, se espera que un estudiante autorregulado pueda:

- a. Planificar: establecer metas y actividades que lleven al cumplimiento de la tarea.
- b. Monitorear: comprender como se está realizando la tarea y redireccionar de ser necesario.
- c. Evaluar: que tanto el esfuerzo realizado se corresponde con los resultados.

Lamas (2008) refiere que el aprendizaje autorregulado guarda una relación estrecha con la motivación y el rendimiento académico, al respecto destaca la importancia de que el estudiante conozca y use estrategias metacognitivas y cognitivas. Sin embargo, el autor destaca que el estudiante puede contar con esas herramientas, pero si no se encuentra

motivado no las pondrá en marcha y no regulará su cognición y esfuerzo. A continuación, se conceptualiza cada uno de estos componentes del aprendizaje autorregulado.

Metacognición.

La metacognición es definida por gran cantidad de autores y aun no se cuenta con un consenso frente a qué es y que habilidades engloba. Lanz (2006) la define como la capacidad de conocer y regular nuestra propia actividad cognitiva lo cual nos permite pensar sobre el cómo percibimos, comprendemos, aprendemos, recordamos y pensamos. Además, la misma autora cita a Brown (1987) quien define la metacognición como el control deliberado y consiente de la propia actividad cognitiva y distingue dos fenómenos: conocimiento de la cognición con el cual el sujeto sabe lo que sabe y la regulación de la cognición la cual se refiere a capacidad de reflexionar sobre el proceso de pensamiento.

Osses & Jaramillo (2008) citando Carreto (2001) define la metacognición como el conocimiento que las personas construyen respecto del propio funcionamiento cognitivo, además dice que la conforman procesos de supervisión y regulación que son usadas cuando nos enfrentamos a una tarea determinada. Carreto (2001) también hace una distinción entre conocimiento metacognitivo y control metacognitivo.

- Conocimiento metacognitivo: se refiere al saber qué, es el conocimiento que tenemos de nosotros, nuestras potencialidades, limitaciones y como esto afecta nuestro desempeño en las diferentes actividades. También se trata de conocer la tarea que deseamos desempeñar, los recursos y estrategias que podemos usar para resolverla y el grado de dificultad percibido.

- Control metacognitivo: ¿saber cómo?. Habla de la capacidad del sujeto para ser activo, iniciar con intención una tarea, controlar la tarea y dirigir su aprendizaje a una meta determinada para así ser un estudiante autorregulado.

Por otro lado, Glaser (1994) destaca que gracias a las investigaciones en el área de la metacognición se han construido nuevas formas de pensar el aprendizaje en donde la conciencia que tiene el sujeto sobre su capacidad de regular su propio aprendizaje ocupa un lugar central (Osses & Jaramillo, 2008). Esta idea es reforzada por Zimmerman (1990) quien plantea que los estudiantes pueden mejorar conscientemente su capacidad de aprender usando intencionalmente estrategias tanto motivacionales como metacognitivas que le permitan abordar desde diferentes maneras la forma en la que se acerca al aprendizaje.

Osses & Jaramillo (2008) definen las estrategias metacognitivas como aquellas estrategias que se utilizan para conocer los propios procesos mentales y saber cómo utilizarlos, evaluarlos y/o cambiarlos según lo demande el contexto. Las estrategias cognitivas por su parte hacen referencia a aquellos planes de acción que utiliza los procesos básicos para solucionar un problema y conseguir una meta determinada. Estas se relacionan estrechamente pues las estrategias metacognitivas permiten regular las cognitivas y así alcanzar satisfactoriamente los objetivos propuestos.

Según Macias, Mazzitelly & Maturano(2009) la metacognición permite que el sujeto realice acciones, formule objetivos, evalúe los resultados y así con el tiempo pueda convertirse en un aprendiz autorregulado quien planifica, evalúa y regula su proceso a través de estrategias metacognitivas.

Estrategias Cognitivas

Pintrich & Garcia (1993) definen las estrategias cognitivas como tácticas que los estudiantes usan para estudiar el material que necesitan para cada curso. Estos autores refieren el uso de tres estrategias principalmente:

- **Repaso:** el cual se trata de la repetición de las temáticas a estudiar. Esta estrategia conduce a un aprendizaje superficial pues no llevan a construir conexiones internas, no buscan relacionar el contenido a aprender y por tanto no llevan a la integración del conocimiento.
- **Elaboración:** esta estrategia incluye el parafrasear o resumir el material a aprender. Esto implica un procesamiento y organización más profunda del material lo cual llevara a mayor comprensión y elaboración.
- **Organización:** incluye el subrayar, hacer mapas conceptuales, mapas sinópticos, gráficos, infografías o estructural el contenido de alguna forma visual.
- **Análisis crítico:** se trata de cuestionar el material, elaborar conclusiones, metáforas, explicaciones sobre el material trabajado. Este es el nivel más profundo de aprendizaje.

Estrategias Motivacionales.

Pintrich & Garcia (1993) hace diferencia entre los procesos de motivación intrínseca y extrínseca. El primero de estos términos se refiere a las acciones que se realizan por el interés que genera la actividad en sí misma; por lo que la actividad es el fin y no el medio para conseguir algo. En el ámbito educativo, la motivación intrínseca, se referiría a

el deseo del estudiante de acercarse al conocimiento que ofrecen los diferentes cursos en términos de manejar y aprender el tema presentado. Por otro lado, la motivación extrínseca es aquella que lleva al sujeto a realizar una actividad para satisfacer motivos que no están relacionados con la actividad, puede ser por el obtener buenas notas, evitar el fracaso, ganar reconocimiento, entre otras.

Según Alonso Tapia (1997) citado por Lamas (2008) el estudiante con una motivación intrínseca tiene más posibilidades y estará más dispuesto a dedicar mayor tiempo y esfuerzo mental a la tarea que realiza, por lo que usará estrategias más elaboradas y profundas. Los estudiantes con motivación extrínseca son más dados a optar por tareas fáciles que les aseguren la obtención de la recompensa que desean.

Cetin (2015) habla de la automotivación la cual, según este autor, es de gran importancia para que los sujetos dispongan sus habilidades para aprender. Además, refiere que la automotivación nace de las creencias que los sujeto tienen sobre el aprendizaje, su capacidad de aprender y expectativas frente a las materias que cursan.

Pekrun (2002) citado por Cetin (2015) destaca la importancia de las emociones en los procesos motivacionales. Al respecto refiere que cuando los estudiantes se encuentran con tareas que les representan dificultad pueden despertarse emociones negativas que les dificultaría mantener la motivación en la tarea.

Lamas (2008) relaciona la motivación con el grado de control que los estudiantes creen que tienen sobre su propio aprendizaje (teoría atribuciones causales). Al respecto el autor usa el concepto de Locus de control (Rotter,1996), el cual se divide en dos. El primero de ellos es el locus de control interno el cual se caracteriza porque los sujetos creen que los resultados que obtiene con una tarea dependen de ellos mismos. Según Cetin (2015)

los sujetos con este tipo de Locus de control suelen tener mejor rendimiento académico pues piensan que sus resultados positivos o negativos dependen directamente de la cantidad de esfuerzo y capacidades personales. Por otro lado, las personas con locus de control externo ubican el control de la situación fuera de ellos, esto se traduce, en el ámbito académico, que los resultados son atribuidos a la suerte o al profesor.

POBLACIÓN OBJETO

DIRECTAS: Estudiantes de pregrado del Politécnico Jaime Isaza Cadavid que se encuentran en situación de semestre especial.

INDIRECTAS: Institución, profesores, padres de familia.

UBICACIÓN Y COBERTURA

LOCALIZACIÓN FÍSICA: Aulas del Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid sede Poblado.

LOCALIZACIÓN TERRITORIAL: Medellín- Colombia.

ORGANIZACIÓN, FUNCIONAMIENTO, ACTIVIDADES

Se realizarán 4 talleres con metodología constructivista pues se buscará que sean los estudiantes los protagonistas de los espacios y los gestores del conocimiento que de allí salga, es por esto que no abra una instrucción formal, por el contrario, se buscaran actividades y desarrollaran posteriormente plenarias que fomenten la reflexión y construcción grupal.

La duración será 1 hora en donde se planteará una actividad central y luego una plenaria entorno a esa actividad. El objetivo de cada taller girara entorno a construir con los

participantes habilidades que caracterizan a un estudiante autorregulado (metacognición, planeación, manejo de tiempo, planteamiento de objetivos)

Para la convocatoria se enviarán invitaciones por correo electrónico a los estudiantes que se encuentran en riesgo y son remitidos por las diferentes facultades. Para esto se utilizará la base de datos creada a partir de los formatos de interconsulta académico FBI 30; para la participación del taller se necesitará confirmar asistencia pues el cupo máximo será de 15 estudiantes por sesión.

La temática y actividades de los talleres se detalla a continuación:

Taller 1.

Taller 2.

Nombre de la actividad		TALLER 1: ¡La brújula.		
Objetivo General		Llevar a los estudiantes a pensar sobre las motivaciones académicas que tienen.		
Descripción		La actividad busca que los participantes piensen en las metas académicas que desean lograr y a que planteen un plan para alcanzar esas metas que los motivan. El taller se dividirá en 3 momentos. El primero será una actividad para que identifiquen sus metas a futuro y las relacionen con motivación y emoción que les genera. Luego se realizará una plenaria y finalmente se dará un espacio para pensar en un plan acorde a las metas y motivación personal.		
Momento	Objetivo	Descripción metodología	Recursos	Duración
Presentación	Conocer a los participantes y establecer el encuadre inicial explicando la metodología del taller.	La presentación depende del facilitador. En el encuadre debe quedar claro que es una actividad de construcción en donde los participantes son los protagonistas y gestores del conocimiento. Establecer los acuerdos del trabajo grupal.	-	5 minutos
Línea de vida.	Realizar una línea de vida pasada y futura para identificar motivaciones.	Se les pedirá a los participantes que realicen una línea de vida desde su nacimiento hasta el momento actual y plasmen en ella sus momentos más felices, más tristes, los mayores logros de su vida, que los motive para alcanzarlos y las emociones que ese momento despertó. Posterior a esto se les pedirá que tracen una línea futura y pongan metas a alcanzar.	20 hojas, marcadores de colores y lápiz	20 minutos
Plenaria	Construir en torno al tema.	Se toma como punto de inicio la actividad anterior. Se preguntará por el significado de motivación y para que creen que sirve. Además, se preguntará sobre la relación entre los logros obtenidos y las motivaciones detrás de esos logros. Se hablará de las metas a futuro y las motivaciones detrás de esas metas. El facilitador debe dejar en claro la relación entre las metas, la motivación, las emociones y como todo eso puede afectar el proceso académico.	Diapositivas, video beam, pc, televisor, cables.	15 minutos
Plan de acción	Plantear objetivos acordes a las metas académicas.	Espacio para que generen un plan de acción acorde a sus metas académicas. Además, se les pedirá que ubiquen sus distractores y las herramientas que creen que tienen para cumplir su objetivo académico.	Anexo "mapa pirata"	10 minutos
Cierre	Realizar el cierre, devoluciones y retroalimentación del grupo.	Se pide retroalimentación de la actividad y se completa la evaluación.	Evaluación de satisfacción Bienestar Institucional	5 minutos

Nombre de la actividad		Taller 2: Paro, pienso, sigo...		
Objetivo General		Promover la metacognición sobre el proceso académico que han llevado los participantes hasta el momento.		
Descripción		El taller busca que los estudiantes se empiencen a preguntar por la importancia de evaluar su propio proceso de aprendizaje en la universidad, se pregunten por las metas académicas que se han planteado hasta el momento, evalúen las estrategias que han usado para alcanzar esos objetivos y si hasta el momento esto les está dando los resultados esperados. Además, se darán algunas estrategias que pueden empezar a usar si desean mejorar su proceso.		
Momento	Objetivo	Descripción metodológica	Recursos	Duración
Presentación.	Conocer a los participantes y establecer el encuadre inicial explicando la metodología del taller.	La presentación depende del facilitador. En el encuadre debe quedar claro que es una actividad de construcción en donde los participantes son los protagonistas y gestores del conocimiento. Establecer los acuerdos del trabajo grupal.	-	10 minutos.
El problema.	Hacer que los participantes resuelvan un problema que les implique pensar y ejecutar una estrategia.	Se divide los participantes en grupos de 3 personas, se les entrega los materiales y se les explica que el objetivo de la actividad es que saquen un corcho de una botella, sin dañar el corcho ni quebrar la botella. En los minutos 5-10 se les pedirá que suelten todos los materiales y piensen en el proceso que han llevado y replanteen sus estrategias de ser necesario.	3 botellas con corchos por dentro, 3 bolsas, 3 pitillos, 3 monedas, 3 palillos, 3 lapiceros, 3 hojas, televisor, video beam, diapositivas.	15 minutos.
Plenaria.	Construir entorno a lo que pasó en la actividad anterior y relacionarlo con que es una estrategia y para qué sirve.	Se les pedirá a los participantes que escriban el proceso con el cual resolvieron el problema anterior, luego se inicia la plenaria en donde se habla sobre la forma en como resolvieron el problema y se hace énfasis en la importancia del auto monitoreo, el poder pensar en la estrategia que se está usando e ir la ajustando para poder llegar a cumplir el objetivo planteado.	Televisor, diapositivas, video beam.	15 minutos.
Autoevaluación.	Completar un autoregistro , donde los estudiantes puedan pensar en su proceso de aprendizaje, las estrategias que han usado y si estas les	Se les pasa un auto registro para que ellos, con la hablado anteriormente, hagan autoevaluación de su proceso. Se realiza devolución de la importancia de evaluar el proceso y de plantearse nuevas estrategias si las que están usando hasta el momento no les están ayudando a cumplir sus objetivos.	Autoregistro, lápiz.	5 minutos.

	están siendo útiles o no.			
Presentación estrategias. "La gente anda diciendo"	Hablar sobre ciertos mitos del aprendizaje y desde allí construir estrategias que les pueden ser útiles. Permitir que los estudiantes se planteen nuevas estrategias que pueden usar.	Se presenta una frase, se discute con el grupo sobre ella y se anota en el tablero una posible estrategia en base a lo discutido.	Marcador, tablero.	10 minutos
Registro de nuevas estrategias.		Completar el Anexo 2.2	Anexo 2.2	5 minutos.
Cierre.	Realizar el cierre, devoluciones y retroalimentación del grupo.	Se pide retroalimentación de la actividad y se completa la evaluación.	Encuesta de satisfacción Bienestar Institucional	5 minutos.

Taller 3.

Nombre de la actividad		Taller 3: Tic, etc....	
Objetivo General		Construir entorno a la importancia de tener en cuenta el factor tiempo para planear actividades y cumplir objetivos académicos.	
Descripción		El taller busca que los estudiantes piensen en la importancia que tiene administrar el tiempo para cumplir objetivos académicos. El taller se divide en tres partes, una actividad inicial donde se trabajara con límite de tiempo, una plenaria y un momento para pensar en cómo se está manejando el tiempo y que estrategias se podrían utilizar para optimizar el uso del mismo.	
Momento	Objetivo	Descripción metodología	Recursos
Presentación.	Conocer a los participantes y establecer el encuadre inicial explicando la metodología del taller.	La presentación depende del facilitador. En el encuadre debe quedar claro que es una actividad de construcción en donde los participantes son los protagonistas y gestores del conocimiento. Establecer los acuerdos del trabajo grupal.	5 minutos.
Actividad	Realizar una actividad grupal con tiempos restringidos que lleve a los estudiantes a pensar en la forma como trabajan teniendo en cuenta el tiempo.	Se divide el grupo en 3 subgrupos de 5 personas, a cada grupo se le pasa una hoja con la instrucción de la actividad grupal a realizar. A uno de los grupos, en la hoja, se le dirá que tiene 15 minutos para realizar la actividad, a otro grupo se le dice que el tiempo es limitado y deben terminar cuando suene la alarma y al otro grupo no se le dice nada referente al tiempo. 18 minutos para hacerlo. La torre más alta que se sostenga gana. El masmelo debo la punta.	78 espaguetti, 3 hilos, 3 cintas, 3 masmelos. 20 minutos.
Plenaria.	Construir entorno a lo que paso en la actividad anterior teniendo como tema central el manejo que el grupo le dio al tiempo.	Se guiará la plenaria con preguntas sobre el manejo del tiempo, la perspectiva de cada grupo, como trabajaron con esta variable, si fue importante o no. Se construirá a partir de lo que digan los participantes.	Televisor, diapositivas, video beam. 15 minutos.
Autoevaluación.	Completar un Autoregistro donde los estudiantes puedan pensar en la	Se les pide, en diferentes momentos que completen las tablas de manejo de tiempo y prioridades.	Autoregistro, algo para escribir. 5 minutos.

	forma en como están administrando su tiempo.		
Presentación estrategias.	<p>Presentar algunas estrategias que pueden ser usadas para manejar el tiempo.</p> <p>Permitir que los estudiantes se planteen nuevas estrategias que pueden usar.</p>	<p>La idea es ir presentando ideas e ir las hablando con los estudiantes para que ellos también aporten en la construcción de su propia estrategia.</p>	10 minutos
Registro de nuevas estrategias.	<p>Permitir que los estudiantes se planteen nuevas estrategias que pueden usar.</p>	<p>Completar el cuadro de "para poner en práctica". La idea es que planteen que estrategias van a empezar a usar.</p>	<p>Anexo "nuevas estrategias"</p> <p>5 minutos.</p>
Cierre.	<p>Realizar el cierre, devoluciones y retroalimentación del grupo.</p>	<p>Se pide retroalimentación de la actividad y se completa la evaluación.</p>	<p>Evaluación de satisfacción Bienestar Institucional</p> <p>5 minutos.</p>

Taller 4.

Nombre de la actividad		Taller 4: 1,2,3... un pasito a la vez.		
Objetivo General		Reflexionar sobre la importancia de planear y seguir pasos para la consecución de un objetivo		
Descripción		La actividad busca que los participantes se pregunten por la importancia de planear y seguir pasos. Se realizará un actividad con origami y se procederá a una plenaria. Además, al final se tendrá un espacio para que los participantes puedan pensar en sus estrategias de planeación frente a sus compromisos académicos.		
Momento	Objetivo	Descripción metodología	Recursos	Duración
Presentación	Conocer a los participantes y establecer el encuadre inicial explicando la metodología del taller.	La presentación depende del facilitador. En el encuadre debe quedar claro que es una actividad de construcción en donde los participantes son los protagonistas y gestores del conocimiento. Establecer los acuerdos del trabajo grupal.	-	5 minutos
Actividad origami	Realizar una actividad que permita evidenciar la importancia de planear y seguir un orden.	Esta actividad se divide en tres momentos. 1. Se entrega les entrega a todos un papel y se les pide que construyan una figura en origami. 2. Después se les pide que hagan una gruya (no se les da instrucciones de cómo) 3. Se entrega un papel con los pasos para hacer la gruya, enumerados y con ejemplos.	60 hojas cuadradas. 15 hojas con instrucciones.	10 minutos
Plenaria	Construir en torno al tema basados en la actividad previa.	Se hablará con el grupo sobre lo que paso en cada momento de la actividad pasada, del proceso que siguieron con cada una de las instrucciones. Además se relacionara esto con la importancia de conocer que es lo que se quiere lograr y plantear pasos en orden para tal propósito.	Diapositivas, video beam, pc, televisor, cables.	15 minutos
Video "la tesis"	Mostrar un caso con el que los estudiantes se pueden identificar.	Se pone el video y la idea es conversar un poco sobre lo que pasa en el para darle pie a la actividad siguiente.	Diapositivas, video beam, pc, televisor, cables.	10 minutos

Metacognición	Permitirles un espacio para que piensen en las estrategias que han usado de planeación hasta el momento y si estas han sido efectivas o no.	Se les entrega un formato de Autoregistro para que les sirva de guía.	Autoregistro en diapositivas. (anexo 3.2)	5 minutos
Presentación de algunas estrategias	Presentar estrategias que pueden empezar a ensayar.	Se les recuerda a los estudiantes que la idea es que ellos conozcan su proceso y empiecen a darse cuenta que les sirve y como. Para esto se les presenta algunas estrategias o formatos que pueden usar para organizar sus actividades.	Diapositivas, video beam, pc, televisor, cables. Planificador, check list .	10 minutos
Cierre				5 minutos

RECURSOS

Humanos	Físicos
<ul style="list-style-type: none"> • Psicólogo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aula de clase • Sillas • Mesas de trabajo • Televisor • Sonido • Tablero • Video beam • Computador • Cables de conexión • Marcadores • Marcadores de tablero • Formatos de autoevaluación • Encuesta satisfacción • Masmelos • Espagueti • Hilo • Cinta • Hojas • Lápiz • Palillos

CRONOGRAMA

CRONOGRAMA GENERAL												
ACTIVIDAD	CALENDARIO											
	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Planeación del tema	■	■										
Rastreo bibliográfico		■	■									
Identificación de causas de bajo rendimiento a intervenir			■	■								
Planeación de los talleres				■	■							
Ejecución de los talleres								■	■	■	■	
Evaluación												■

PRESUPUESTO

RECURSOS	VALOR HORA	VALOR UNIDAD		CANTIDAD	TOTAL
Psicologo	80.000	-		36	2.880.000
Computador		1.000.000		1	1.000.000
Aula equipada	50.000	-		18	900.00
HDMI		20.000		1	20.000
Sonido		300.000		1	300.000

Cajas de palillos		1000		10	10.000
Hojas origami		3000		10	30.000
Impresiones		100		300	3.000
Lápiz		2000		100	20.000
Marcador de tablero		5000		3	15.000
Botella de vino vacía		15000		10	150.000
Bolsas		2000		10	20.000
Palo de chuzo		2000		5	10.000
Cinta		2000		20	40.000
Espagueti		2000		10 paquetes	20.000
Pitillos		5000		2 paquetes	10.000
TOTAL					5.519.000

MECANISMO DE EVALUACIÓN

- Encuesta de satisfacción de actividades del componente psicosocial de Bienestar Institucional e Interacción social.
- Al final del semestre se enviará una encuesta al mail de los estudiantes para saber si lograron aprobar la materia en la que presentaban dificultad y su percepción del ciclo de talleres.

- Documento de los talleres que especifique las actividades a realizar y objetivos a alcanzar.

ASPECTOS ÉTICOS

La ejecución del ciclo de talleres propuestos en este trabajo encuentra sustento en varias leyes que tienen como objetivo el garantizar el acceso a la educación superior, mejorar la calidad de la misma y prevenir la deserción en la formación profesional.

Según la ley 30 de diciembre 28 de 1992 por el cual se organiza el servicio público de la Educación Superior en su artículo 4 refiere que uno de los objetivos de la educación superior es "despertar en los educandos un espíritu reflexivo, orientado al logro de la autonomía personal, en un marco de libertad de pensamiento y de pluralismo ideológico que tenga en cuenta la universalidad de los saberes y la particularidad de las formas culturales existentes en el país. Por ello, la Educación Superior se desarrollará en un marco de libertades de enseñanza, de aprendizaje, de investigación y de cátedra". En el Capítulo II, donde se plantean los objetivos, en el enunciado "C" propone que son objetivos de la educación superior y de sus instituciones el "Prestar a la comunidad un servicio con calidad, el cual hace referencia a los resultados académicos, a los medios y procesos empleados, a la infraestructura institucional, a las dimensiones cualitativas y cuantitativas del mismo y a las condiciones en que se desarrolla cada institución."

Por otro lado, en el acuerdo 03 de 1995 por el cual se establecen las políticas de Bienestar Universitario, programa desde el cual se ejecutaran los talleres, refiere que "el bienestar universitario apunta al desarrollo humano de cada uno de los miembros de la comunidad, al mejoramiento de la calidad de vida de cada persona, del grupo institucional como un todo y, por lo tanto, de la Educación Superior en Colombia; que el bienestar universitario, además de referirse al "estar bien" de la persona, debe ser concebido como un aporte al proceso educativo mediante acciones intencionalmente formativas que permitan el desarrollo de las diferentes dimensiones (cultural, social, moral, intelectual, psicoafectivo y físico) del ser humano.

En la Política de Bienestar Universitario del Politécnico Jaime Isaza Cadavid (Acuerdo No. 33, 25 de noviembre 2008) en el Capítulo IV Objetivos del Bienestar Universitario se establece en el enunciado "A" que uno de los objetivos es "contribuir con el proceso académico, aportando los programas necesarios para el rendimiento y permanencia en la institución" y en el enunciado "D" contribuir a la disminución de la deserción estudiantil.

El sistema nacional de acreditación (SNA) en los lineamientos para la acreditación institucional en los "factores, características y aspectos a evaluar" en el enunciado 10.4 Factores procesos académicos refiere "Una institución de alta calidad se reconoce porque en todo su ámbito de influencia sitúa al estudiante en el centro de su labor y logra potenciar al máximo sus conocimientos, capacidades y habilidades durante su proceso de formación que debe ser abordado de manera integral, flexible, actualizada e interdisciplinar, acorde con una visión localmente pertinente y globalmente relevante."

La participación de los talleres es voluntaria, a los estudiantes se les plantean ciertas actividades y discusiones que no son invasivos y no representan riesgo para ellos, además, no se tratan temas sensitivos de su conducta, por esto se clasifica como un proyecto de desarrollo sin riesgo.

A los participantes se les informara sobre el objetivo del ciclo de talleres, las actividades y formatos a completar. Además, se les explica el posible alcance del taller y se solucionaran las dudas que se presenten frente a la participación.

El ciclo de talleres hace parte de la línea de estrategias de aprendizaje de Bienestar Institucional del Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid, por lo que el costo total de la planeación y ejecución es asumido por esta dependencia y no por los estudiantes.

Este proyecto de intervención no genera ningún riesgo potencial para los participantes, pero se espera que ellos obtengan beneficios a partir de la participación de los talleres.

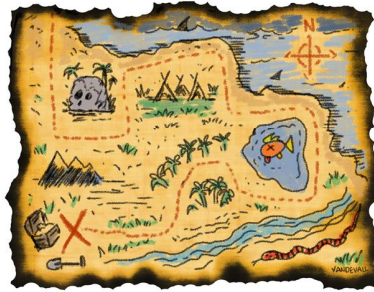
ANEXOS

Anexos Taller 1.

Diapositivas.

Mapa del tesoro

POLITÉCNICO COLOMBIANO
JAI ME ISAZA CADAVIEZ



TESORO

POLITÉCNICO COLOMBIANO
JAI ME ISAZA CADAVIEZ



- ¿Cual es mi meta académica?
- ¿Qué me motiva a llegar al tesoro?

Anexo "mapa pirata"



Anexos Taller 2.

Formato Autoevaluación.

<h2>Autoevaluación</h2>	
Cual es mi objetivo en mi proceso de aprendizaje.	
Que estrategias uso para lograrlo?	1. 2. 3.
Que resultado he obtenido con esas estrategias?	1. 2. 3.
Estoy cumpliendo mi objetivo?	

Formato Nuevas estrategias.

PARA PONER EN PRÁCTICA

1.

2.

3.

4.

5.



Anexo Diapositivas Taller 2



ACTIVIDAD



- Objetivo: Sacar el corcho de la botella.
- Tiempo: 15 minutos.
- Reglas:
- El corcho no se puede dañar.
- No se puede quebrar la botella.
- Todos deben participar.



AHORA...



- Piensa en los pasos que usaste para resolver el problema y escríbelos.
- ¿En algún momento cambiaron el "plan"?
- ¿Cómo lo lograron?
- ¿Qué paso en los momentos que pudieron parar y replantear la estrategia?
- ¿Qué es una estrategia?

Anexo Taller 3.

Descripción de la actividad grupal:

TORRE DE ESPAGUETI

Con los materiales que se les entrega deben construir una torre que cumpla con lo siguiente:

- Se debe sostener sola
- Deben usar todos los materiales
- El masmero debe ir en la punta

. *Deberán parar cuando suene la alarma.

Se premiará la torre más alta.

TORRE DE ESPAGUETI

Con los materiales que se les entrega deben construir una torre que cumpla con lo siguiente:

- Se debe sostener sola
- Deben usar todos los materiales
- El masmero debe ir en la punta

*El tiempo para la construcción es de 18 minutos.

Se premiará la torre más alta.

TORRE DE ESPAGUETI

Con los materiales que se les entrega deben construir una torre que cumpla con lo siguiente:

- Se debe sostener sola *
- Deben usar todos los materiales
- El masmero debe ir en la punta

Se premiará la torre más alta.

Diapositivas:



ACTIVIDAD





2. ORDENA TUS PRIORIDADES.

PRIORIDAD	INDICE	TIEMPO DE EJECUCION.
Invertir en cada materia tiempo adicional.	1.maxima	
Estudiar para parciales 2 semanas antes	2.media	
Salir con mis amigas una vez a la semana	3. poca	

En el formato, establece tus prioridades para el semestre.



CONÓCETE	ENTRENA	LIMITA
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuánto tiempo puedes estudiar sin cansarte? 	<ul style="list-style-type: none"> • Empieza por ciclos de 10 minutos y ve aumentando. • Compite con un cronometro. • Ponte metas (voy a terminar de leer en 1 hora). 	<ul style="list-style-type: none"> • MAXIMO Una hora y media realizando la misma actividad sin periodos de descanso • DESCANSA....

Autoregistro

Como administro mi tiempo	SI	NO
Con frecuencia llego tarde a clases y citas.		
Siempre estoy corriendo para llegar a mis compromisos.		
Dejo mis trabajos para el día antes.		
Olvido citas y tengo que volver a programarlas .		
Al final del día, no se a donde se fue el tiempo.		
Cuando tengo muchas tareas, prefiero ocuparme en algo diferente, luego tendré tiempo para mis deberes.		
TOTAL		

Si obtienes mas de 3 "SI" significa que tu aprendizaje se beneficiaria si empiezas a usar estrategias que te permitan administrar tu tiempo.



Para poner en práctica.

PARA PONER EN PRÁCTICA	
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

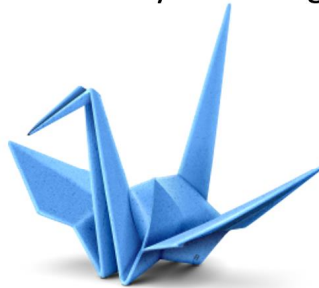
Anexo Taller 4.

Diapositivas.

Haz una rana de origami.



Sigue las instrucciones y haz una grulla de origami



<https://www.youtube.com/watch?v=qUJhP1JRa4E>



JERARQUIZA

Organizar tus actividades te ayudará a tener un plan de acción claro y así puedas distribuir tu atención y tiempo en todos tus deberes.

ACTIVIDAD	OBJETIVO	TIEMPO DE EJECUCIÓN	



Usa la tabla para organizar tus actividades.

Anexo Autoregistro.

MI ORDEN	SI	NO
1. Sé para que día tengo parciales, entrega de trabajos, quiz y finales.		
2. Uso la información que tengo sobre fechas importantes para organizar mis tiempos.		
3. Uso la información que tengo sobre fechas importantes para planear como conseguiré lograr lo propuesto para cada fecha.		
4. Nunca me ha pasado que llego al salón y me informan de un trabajo a actividad de la que yo no sabía por lo que no estoy preparado.		
5. Hago listas de trabajo en donde pueda priorizar actividades, saber que me tomara mas tiempo y así tener una estrategia para lograr mis objetivos.		
TOTAL		

*Si tienes algún NO, la información que continua te puede ayudar a ordenar tus actividades.

REFERENCIAS

- Albarracín, Á. P., & Montoya, D. A. (2016). Programa de intervención para estudiantes universitarios con bajo rendimiento académico. *Informes Psicológicos*, 13-34.
- Cerezo, R., Nuñez, J. C., Fernández, E., Suarez, N., & Tuero, E. (2011). Programas de intervención para la mejora de las competencias de aprendizaje autorregulado en educación superior. *Perspectiva Educacional*, 1-30.
- Cetin, B. (2015). Academic Motivation And Self-Regulated Learning In Predicting Academic Achievement In College. *Journal of International Education Reserch*, 11, 5-106.
- Daura, F. T. (2013). El contexto como factor del aprendizaje autorregulado en la educación superior / Context as a Factor of Self-Regulated Learning in Higher Education / O contexto como fator da aprendizagem autorregulada na educação superior. *Educación y Educadores*, 109-125.
- Garbanzo, G. M. (2007). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública. *Revista Educación*, 43-63.
- Garcia, A. V., & Bechara, A. (05 de 2010). Neuropsicología de las funciones ejecutivas. *Psicothema*, 22(2), 227-235. Recuperado el 14 de 3 de 2017, de <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=asn&AN=50283611&site=eds-live>
- Guerra, J. I. (2012). *Causas de deserción de los estudiantes de los programas de pregrado del Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid en el periodo 2009-1, 2011-2*. Medellín.
- Lamas, H. (2008). Aprendizaje autorregulado, motivación y rendimiento académico. *liber*, 14(14), 15-20. Recuperado el 10 de 4 de 2017, de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1729-48272008000100003&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Lanz, M. Z. (2006). APRENDIZAJE AUTORREGULADO: EL LUGAR DE LA COGNICIÓN, LA METACOGNICIÓN Y LA MOTIVACIÓN self-regulated

- learning: the place of cognition, metacognition and motivation. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*(2), 121-132. doi:10.4067/S0718-07052006000200007
- Macías, A., Mazzitelli, C., & Maturano, C. (009). Las Estrategias Metacognitivas y se Relación con le Contexto Educativo.
- Martínez, E., Lewis, S., & Mayilín Moreno. (December de 2006). Funciones Ejecutivas En Estudiantes Universitarios Que Presentan Bajo Y Alto Rendimiento Académico. *Psicología desde el Caribe*, 109-138. Obtenido de <http://bdigital.ces.edu.co:2048/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=25539158&lang=es&site=eds-live&scope=site>
- Montes, J. A., Ayala, I., & Atencio, D. (31 de 08 de 2005). Preparación para exámenes y aprendizaje autorregulado con estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 1(6), 57-71. Recuperado el 2 de 5 de 2017, de <http://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/pensamientopsicologico/article/view/20>
- Nacional, M. d. (2015). Guía para la implementación del modelo de gestion de permanencia y graduación estudiantil en instituciones de educación superior. En M. d. Nacional, *Guía para la implementación del modelo de gestion de permanencia y graduación estudiantil en instituciones de educación superior*. Bogota: Imprenta Nacional De Colombia.
- OECD. (2016). Education in Colombia. En OECD, *Education in Colombia* (págs. 285-288). París: OECD.
- Organisation for Economic Co-operation and Development. (2010). La comprensión del cerebro. En Evans, & Gerlach, *La comprensión del cerebro*. Santiago de Chile: Universidad Catolica Cardenal Raul Sil.
- Organisation for Economic Co-operation and Development. (2010). *La comprensión del cerebro: El nacimiento de una ciencia del aprendizaje*. Santiago de Chile: Universidad Catolica Cardenal Raul Silva Henriquez, Chile.
- Osses, S., & Jaramillo, S. (2008). Metacognición: Un camino para aprender a aprender. *Estudios Pedagógicos*, 187-197.
- Pintrich, P., & De Groot, E. (1990). Motivational and Self-Regulated Learning Components of Classroom Academic Performance. *Journal of Educational psychology*, 82, 33-40. Recuperado el 1 de 4 de 2017, de <http://rhartshorne.com/fall-2012/eme6507-rh/cdisturco/eme6507-eportfolio/documents/pintrich%20and%20degroodt%201990.pdf>

- Pintrich, P., & Garcia, T. (1993). Intraindividual Differences in Students' Motivation and Self-Regulated Learning.
- Trujillo, N., & Pineda, D. A. (04 de 2008). Función Ejecutiva en la Investigación de los Trastornos del Comportamiento del Niño y del Adolescente. *Revista Neuropsicología, Neuropsiquiatría y Neurociencias*, 8, 77-94. Recuperado el 14 de 05 de 2017, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3987502>
- Valencia, M., Duarte, J., & Caicedo, A. M. (06 de 07 de 2013). Aprendizaje autorregulador metas académicas y rendimiento en evaluaciones de estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 11(2), 53-70. Recuperado el 15 de 04 de 2017, de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1657-89612013000200004&lng=en&nrm=iso&tlng=es
- Zambrano, C. (2016). Autoeficacia, Prácticas de Aprendizaje Autorregulado y Docencia para fomentar el Aprendizaje Autorregulado en un Curso de Ingeniería de Software / Self-efficacy, Practices of Self-Regulated Learning and Teaching Practices to promotion Self-Regulated Learn. *Formación universitaria.*, 51-60.
- Zimmerman, B. (1 de 1 de 1990). Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview. *Educational Psychologist*, 25(1), 3-17. Recuperado el 5 de 4 de 2017