



Metacognición

La metacognición se refiere al conocimiento que se tiene acerca de los procesos y productos cognitivos. Involucra el conocimiento de nuestra propia actividad cognitiva y el control que tenemos sobre ella.*

Generalmente se expresa en términos de "aprender a aprender", es decir, aprendemos, pero además nos detenemos a pensar, reflexionar y evaluar el proceso de aprendizaje, para llegar a comprender cómo, o de qué manera aprendemos y cuán efectiva es esta manera de aprender.

Los dos aspectos centrales de la metacognición son el **conocimiento** (saber qué) y la **autorregulación** (saber cómo) de nuestra actividad cognitiva.**

El conocimiento involucra:

- ◆ Darse cuenta de la manera cómo aprendo y lo que me ocurre en el proceso de aprendizaje.
- ◆ Conciencia de los procesos cognitivos que uso en el proceso de aprendizaje.
- ◆ Conciencia de los motivos y las intenciones que son la base de las estrategias usadas en el proceso de aprendizaje.

La autorregulación involucra:

- ◆ Identificación y selección de estrategias adecuadas en el proceso de aprendizaje.
- ◆ Poner atención y estar consciente de lo que se está haciendo y el resultado que se está obteniendo.
- ◆ Reflexionar y evaluar el proceso y producto del aprendizaje a la luz de los motivos y las intenciones.

La siguiente tabla contiene los **indicadores** que forman parte de las distintas dimensiones de la Metacognición. Estos indicadores pueden usarse para diseñar actividades que ejerciten elementos específicos de ella, ya que menciona la operación que debe realizarse para que ello ocurra.

(*) Flavell, 1979; Bluer, 1995, Mateos, 2001

(**) Emily R. Lay. Metacognition: A Literature Review.

Research Report. April 2011. Pearson's Research Report)

<http://images.pearsonassessments.com/images/tmrs/>

Metacognition_Literature_Review_Final.pdf

Para poder ejercitar la Metacognición se requiere que los estudiantes posean los siguientes **componentes**:



CONOCIMIENTOS

Que les permitan comprender los procedimientos de aprendizaje que mejor se adecúan a sus características.

CONCEPTUAL

- ▲ Conocimiento y comprensión de la manera que más se adecúa a su forma de aprender.
- ▲ Conocimiento de las fortalezas y debilidades de las habilidades y cualidades que posee.
- ▲ Conocimiento de las oportunidades que existen para educarse y formarse.
- ▲ Comprensión de que las decisiones que toma durante su proceso de aprendizaje pueden conducir a diferentes oportunidades profesionales, laborales, etc.



HABILIDADES

Para gestionar de manera efectiva su propio aprendizaje.

PROCEDIMENTAL

- ▲ Auto-gestiona de manera efectiva su aprendizaje y futuro profesional.
- ▲ Dedicar tiempo, actúa con autonomía, disciplina y perseverancia. Maneja información durante las actividades.
- ▲ Es capaz de concentrarse por períodos cortos y largos de tiempo.
- ▲ Reflexiona acerca del propósito del aprendizaje.
- ▲ Usa técnicas adecuadas de expresión oral (entonación, gestos, imitación, etc.) para comunicar mensajes.
- ▲ Produce diversos tipos de mensajes multimedia (presentaciones, videos, música, etc.).



ACTITUD

Actitud **positiva** hacia el aprendizaje, que permita el desarrollo de nuevas habilidades.

ACTITUDINAL

- ▲ Posee un concepto de sí mismo que le permite realizar cambios y desarrollar nuevas habilidades.
- ▲ Muestra motivación y confianza en sus capacidades para tener buenos resultados.
- ▲ Reconoce que el aprendizaje es una actividad enriquecedora en la vida y muestra iniciativa para aprender.
- ▲ Se adapta a nuevas situaciones y es flexible para enfrentar diferentes contextos.
- ▲ Reconoce cuáles son sus preferencias.



SUGERENCIA PARA EJERCITAR METACOGNICIÓN

PRIMERO

Elija un Objetivo de Aprendizaje (OA) de las Bases Curriculares para trabajar con sus alumnos. Ej.

“Observar, describir y valorar sus características, habilidades y fortalezas (en lo familiar, afectivo, académico y social, entre otros) y proponerse acciones concretas para los aspectos que requiera superar.” *

SEGUNDO

Para cada dimensión de la tabla, seleccione alguno(s) de los indicadores de la Creatividad e Innovación que le sirvan para desarrollarla y cumplir/ejercitar el OA elegido.

TERCERO

Diseñe o adapte una actividad pedagógica (puede ser suya o de los Programas de Estudio) que incluya los indicadores escogidos.

Actividad sugerida en el Programa de Estudios 2012, asignatura de Orientación para este OA**

- ① Los estudiantes observan imágenes de objetos o traen objetos diferentes.
- ② Forman grupos y se ubican en círculo.
- ③ Reciben imágenes u objetos para que cada alumno elija con cuál se identifica y explican por qué.

ACTIVIDAD ADAPTADA

1 EL PROFESOR INICIA LA CLASE ENFATIZANDO LO IMPORTANTE QUE ES CONOCERSE A UNO MISMO: NUESTROS GUSTOS, LAS EMOCIONES QUE NOS ACOMPAÑAN COTIDIANAMENTE, LAS FORMAS DE APRENDER, DE RELACIONARSE, ETC. Luego de eso los invita a ver el video “Saltando” (corto animado de Pixar) <https://youtu.be/kIK6f6YCr-M>. Luego de ver el video invita a los estudiantes a comentarlo a través de las siguientes preguntas:

- a. ¿Con qué animal del cortometraje te sientes identificado?
- b. ¿Cómo era la oveja del cortometraje antes de que trasquilaran su lana?
- c. ¿Cómo se comportaban los demás animales al principio de la historia con la oveja?
- d. ¿Cómo se sentía la oveja después de ser trasquilada? ¿Los demás animales la apoyaron o no?
- e. ¿Qué consejos le dio el conejo a la oveja?
- f. ¿Te has sentido alguna vez como la oveja después de ser trasquilada? ¿Cómo lo has superado?
- g. A la oveja la hacía feliz saltar y bailar ¿Qué te hace sentir felicidad?
- h. ¿Qué aprendiste con este video?

2 ACTIVIDAD: ¿CÓMO ME PERCIBO A MÍ MISMO(A)? Los alumnos reciben una hoja de block donde cada uno dibuja como se siente hoy plasmando su percepción de sí mismo. Alrededor del dibujo escriben 2 cualidades y 2 aspectos que quisieran mejorar.

3 ACTIVIDAD: ¿CÓMO ME PERCIBEN LOS DEMÁS? El docente tiene en una caja o bolsa el nombre de cada alumno del curso. Cada estudiante sacará un papel y una tarjeta en blanco como en el juego del “Amigo secreto” y escribirá la tarjeta para la persona que le tocó, describiendo en ella una cualidad del compañero (a) y elogios a su persona. El profesor debe enfatizar que sólo deben escribir elogios y cualidades. Una vez terminadas las tarjetas el profesor invita a que se las entreguen a quien corresponda y le den un abrazo al compañero (a). Luego el profesor invita a reflexionar: ¿Cómo me veo a mí mismo? ¿Cómo me ven los demás? ¿Qué aspectos de mí persona debería desarrollar que no sabía que tenía? etc...

(*) OA 1 de Cuarto Año Básico de las Bases Curriculares 2013 Asignatura de Orientación (pág. 119).

(**) Actividad 1, pág. 67.



4

PARA TERMINAR LA ACTIVIDAD, EL PROFESOR VUELVE A ORGANIZAR AL CURSO EN UN CÍRCULO Y FORMULA LAS SIGUIENTES PREGUNTAS A MODO DE REFLEXIÓN: ¿Qué aprendí de mí mismo con esta actividad?, ¿Qué propósito tiene esta actividad?, ¿Qué aspectos de mis compañeros me llamaron la atención?

COMPONENTES DE LA METACOGNICIÓN INVOLUCRADOS EN LA ACTIVIDAD



DIMENSIÓN CONCEPTUAL

▮ Conocimiento de las fortalezas y debilidades de sus propias habilidades y cualidades.

Por medio de la reflexión del video, comparando sus sentimientos y emociones con los del protagonista.

En este sentido preguntas como: ¿Te has sentido alguna vez como la oveja después de ser trasquilada? ¿Cómo lo has superado?, A la oveja la hacía feliz saltar y bailar ¿Qué te hace sentir felicidad?, ¿Qué aprendiste con este video? son cruciales para hacer esa reflexión.

Por otro lado, la forma en que los niños manifiestan su mundo interior es a través del dibujo.

Consecuentemente, el hecho de realizar un autorretrato refleja fielmente la percepción de sí mismos y de su estado de ánimo.



DIMENSIÓN PROCEDIMENTAL

▴ Auto-gestiona de manera efectiva su aprendizaje y futuro profesional.

Cuando el alumno recoge lo que le han escrito los compañeros en la tarjeta contrasta con su dibujo y su propia percepción de sí mismo, está auto-gestionando su propio autoconocimiento. Esto le permite enriquecer su propia autoestima y proyectarse hacia su futuro.

▮ Reflexiona acerca del propósito del aprendizaje.

Este indicador se evidencia en la parte final de la clase cuando el profesor formula preguntas de metacognición que permita que los niños piensen sobre el propósito de la actividad. En este punto es importante que sea en plenario, pues de este modo todos los alumnos tienen la posibilidad de ser conscientes del aprendizaje, si por sí mismos no han logrado hacer la reflexión, con seguridad algún compañero lo hará y esto permitirá el darse cuenta del propósito de la actividad, además de la colaboración.



DIMENSIÓN ACTITUDINAL

▮ Reconoce cuáles son sus preferencias.

En el momento en que los niños tienen la opción de elegir un objeto de su gusto están reconociendo preferencias.