

# DUA y la internalización del aprendizaje: estrategias metacognitivas

## Reflexión metacognitiva: diario de aprendizaje

**Gestión de Estrategias Metacognitivas**

En esta lección aprenderás...

- Estrategias metacognitivas
- Diario de Aprendizaje
- Diario de Aprendizaje Digital



Aula Desigual ([CC BY-NC-ND](#))



ACCEDE AL VÍDEO AQUÍ



**Reflexión metacognitiva:  
Diario de Aprendizaje**

Internalización del aprendizaje



Aula Desigual ([CC BY-NC-ND](#))

## 1. Introducción

---



### ¿Qué sabes de sobre la metacognición?

El Diseño Universal para el Aprendizaje se caracteriza por ofrecer una serie de estrategias que ayudan a minimizar barreras para el aprendizaje y la participación. Para poder clasificar estas estrategias se inspira en las redes cerebrales y en su funcionamiento para aprender y propone tres **principios** fundamentales que parten de cada una de estas tres redes cerebrales.

La metacognición se refiere a dos realidades importantes:

- a) **Conocer nuestras operaciones o procesos mentales (conocer el qué).**
- b) **Saber utilizar estrategias para mejorar esas operaciones y procesos (conocer y practicar el cómo).**

Un alumno puede aprender eficazmente sin saber qué es la metacognición, pero no puede ser eficaz su aprendizaje si no trabaja metacognitivamente: viendo la diferencia entre saber y no saber, entre memorizar mecánicamente y comprender, entre un examen que está bien hecho y otro que no lo está...



Rudzhan - Freepik.com ([CC BY-NC-ND](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/))

Esto nos lleva a diferenciar entre dos planos de la metacognición: el conocimiento metacognitivo, relativo al saber qué; y el control metacognitivo, referido al saber cómo.

La metacognición, por tanto, ayuda al alumno a auto-regular su propia conducta de aprendizaje al hacer conscientes todas las funciones ejecutivas y procesos cognitivos que tiene que desplegar para realizar la tarea.

Héctor Ruiz (2020) nos dice que cualquier tarea de aprendizaje puede descomponerse en varias etapas en función de los procesos metacognitivos que intervienen en ellas. Estos procesos serían los siguientes:

- Evaluación de la comprensión de los objetivos de aprendizaje.
- Estimación de las propias debilidades y fortalezas con respecto al objetivo de aprendizaje.
- Planificación de la tarea de aprendizaje.
- Selección de estrategias para alcanzar los objetivos de aprendizaje.
- Ejecución del plan y monitorización de su desarrollo y resultados.
- Reflexión sobre la idoneidad del plan elegido y realización de ajustes.

Siguiendo este modelo, vamos a abordar estas habilidades metacognitivas desde tres fases diferentes: **previa a la realización de la tarea, durante la propia resolución de la tarea, y al final de la tarea.**

### ¿Trabajamos explícitamente esta competencia?

Las estrategias metacognitivas son fundamentales para el aprendizaje del alumnado. Márquez, 2023 reflexiona en estos términos sobre ello: "Este segundo grupo de procesos metacognitivos puede ser, quizás, uno de los factores más olvidados en el sistema educativo ya que no son frecuentes los tiempos y las actividades explícitas destinadas a que el alumnado tenga la capacidad de regular su propio aprendizaje para convertirse en un aprendiz más autónomo, sin embargo, son esenciales para que los aprendizajes sean profundos y duraderos".

Es frecuente que en las aulas tengamos alumnos y alumnas que son meros ejecutores de las estrategias cognitivas que les hemos enseñado, pero no se paran a reflexionar sobre ellas y por eso no saben aplicarlas en otros contextos o situaciones problemáticas donde la solución pasaría por el uso de la misma estrategia. Es la frase típica del docente: "típica del docente: **pero si ya te expliqué cómo se resuelve**".

La gran cuestión, al igual que lo que nos planteábamos con las estrategias cognitivas, es la siguiente:

### ¿Enseñas estas estrategias metacognitivas de forma explícita a tu alumnado?

### ¿Tendemos, en ocasiones, a pensar que son estrategias que ya deberían saber hacer?

No todos tenemos las mismas experiencias previas de aprendizaje, ni a todos y todas se nos han presentado las mismas posibilidades para aplicarlas de forma reiteradas hasta asimilarlas. Pero tampoco todos y todas tenemos las mismas capacidades para el aprendizaje.

Nunca deberíamos dar por sentado que un alumno o alumna sabe reflexionar sobre las estrategias que conoce. Todos estos procesos hay que enseñarlos y readaptarlos a nuevas situaciones más complejas a medida que van pasando a ciclos o etapas superiores.



## ¿Qué vamos a aprender?

Esta lección tiene un objetivo doble:

1. Conocer las principales estrategias y recursos de apoyo que nos propone el punto de verificación 9.3 del DUA: "Desarrollar la autoevaluación y la reflexión" para incorporarlas en nuestras aulas.
2. Hacer explícita la enseñanza de estrategias metacognitivas necesarias para realizar un aprendizaje profundo.

Estos objetivos de aprendizaje nos permitirán ir descubriendo tanto las barreras que podemos generar como las respuestas que podemos darle, siempre entendiendo que estamos en una fase del diseño didáctico en la que buscamos que el alumnado interiorice y haga suyo el aprendizaje.

Para ello te proporcionaremos estrategias y recursos prácticos y la forma de llevarlos al aula.

## 2. Estrategias metacognitivas



### Metacognición y aprender a aprender

Como ya vimos en lecciones anteriores relativas a las estrategias cognitivas, el Proyecto REA DUA Andalucía publica un marco propio para trabajar la Competencia para Aprender a Aprender que propone el trabajo de tres áreas: cognitivas, metacognitivas y socioemocionales.

REA Andalucía  
 Marcos de competencias clave  
**Aprender a aprender**

Área	Dimensión	Descriptor	Básico	Intermedio	Avanzado	Especializado
	A.1.1. Conocer, dominar y emplear recursos y estrategias que permitan planificar, desarrollar y culminar una tarea estratégicamente (planificación).	1.1.1 Conoce, domina y emplea técnicas y estrategias para planificar una tarea o actividad, tales como la secuencia de pasos a desarrollar, el control del tiempo, anticipar las metas a alcanzar, o delimitar objetivos.	Conoce, técnicas y estrategias para para planificar una tarea o actividad, tales como la secuencia de pasos a desarrollar o delimitar objetivos mediante esquemas básicos.	Conoce y domina técnicas y estrategias para para planificar una tarea o actividad, tales como la secuencia de pasos a desarrollar, determinar el tiempo de ejecución así como delimitar objetivos a través de esquemas o mapas conceptuales.	Conoce, domina y emplea técnicas y estrategias para para planificar una tarea o actividad, como la secuencia de pasos a para resolver la tarea, el control del tiempo, anticipar o delimitar objetivos mediante esquemas, mapas conceptuales, infografías...	Conoce, domina, emplea y comunica técnicas y estrategias para para planificar una tarea o actividad, como la secuencia de pasos para resolver la tarea, el control del tiempo, anticipar o delimitar objetivos mediante esquemas, mapas conceptuales, infografías u otras.
		1.1.2 Planifica, gestiona y utiliza las propias capacidades relativas a incorporar estrategias para memorizar la información, habilidades requeridas para responder a las demandas, demandar ayuda cuando lo necesite, seguir el orden necesario, aplicar técnicas de estudio como subrayado, elaboración de esquemas, mapas mentales, uso de organizadores gráficos u otros.	Conoce las capacidades propias relacionadas con la planificación de estrategias y técnicas de memorización y estudio.	Planifica y gestiona capacidades propias para memorizar, demandar y seleccionar información y ayuda durante el proceso utilizando técnicas de estudio como esquemas y mapas conceptuales.	Planifica, gestiona y utiliza capacidades para incorporar estrategias de memorización de la información, habilidades para responder a las demandas, demandar ayuda, seguir el orden en la tarea y aplicar técnicas de estudio como subrayado, elaboración de esquemas, mapas mentales, uso de organizadores gráficos u otros.	Planifica, gestiona y utiliza las capacidades para incorporar estrategias de memorización de la información, habilidades para responder a las demandas, demandar ayuda, seguir el orden en la tarea y aplicar técnicas de estudio como subrayado, elaboración de esquemas, mapas mentales, uso de organizadores gráficos u otros, comunicando finalmente el resultado de todo el proceso.

En su guía docente, el Proyecto REA DUA Andalucía propone lo siguiente:

## MARCO DE LA COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER DEL PROYECTO REA DUA ANDALUCÍA

El Marco de la [Competencia para Aprender a Aprender](#), diseñado para este Proyecto REA Andalucía, ofrece tres áreas principales:

- **A.1. Área cognitiva.** Estrategias para aprender. Habilidades básicas que permiten obtener y procesar nuevos conocimientos.
- **A.2. Área metacognitiva.** Habilidades tanto para reflexionar y conocer, como para regular los propios procesos de aprendizaje.
- **A.3. Área afectiva, emocional y social.** Habilidades vinculadas a la autoconciencia y regulación emocional, la motivación y el aprendizaje social.

*"Cada una de las áreas principales de este Marco de CAAP se ha segmentado en dimensiones que proponen el desarrollo de habilidades, estrategias y destrezas que presentan características comunes dentro del proceso de aprendizaje. Para poder planificar el trabajo en las aulas, cada dimensión ha sido parcelada en distintos descriptores que la concretan, que nos permitirán aplicarla de forma clara en las actividades del aula."*

Como ya hemos indicado, en esta lección nos vamos a centrar en el área Metacognitiva. El área metacognitiva se divide en cinco dimensiones, y cada una de ella lleva asociados unos descriptores. Estos descriptores nos marcan el camino para diseñar actividades que integren estas estrategias, pero lo hace una forma sistemática y organizada. Conozcamos esos descriptores:

### Conciencia de finalidad

La primera dimensión que nos propone este marco se refiere al conocimiento y uso de habilidades para comprender, valorar y reflexionar sobre los objetivos implícitos en la actividad o tarea. Se trata de la llamada "**conciencia de finalidad**". Se trata de la dimensión A.2.1 del marco, que propone el siguiente descriptor:

#### 1<sup>er</sup> Descriptor

*2.1.1 Conocer e interpretar correctamente lo que debe realizar en la tarea o actividad planteada y reflexionar sobre las habilidades que debe poner en juego para resolverla.*

## Conciencia de uno mismo como aprendiz

La segunda dimensión hace referencia a estrategias para conocer, reflexionar y ser conscientes de las propias posibilidades y limitaciones a la hora de resolver tareas. Es la llamada "conciencia de uno mismo como aprendiz". Sus descriptores son los siguientes.

### 1<sup>er</sup> Descriptor

*2.2.1. Identifica las propias habilidades, recursos y experiencias vinculadas a las posibilidades y limitaciones respecto a una o varias tareas.*

### 2<sup>do</sup> Descriptor

*2.2.2. Reflexiona y valora las propias habilidades, recursos y experiencias vinculadas a las posibilidades y limitaciones respecto a una o varias tareas.*

## Conciencia de estrategias

Esta tercera dimensión busca que el reflexione sobre las estrategias o alternativas aplicadas para resolver la tarea con éxito. Es la denominada "conciencia de estrategias". Sus descriptores son los siguientes:

### 1<sup>er</sup> Descriptor

*2.3.1. Identifica los procedimientos, estrategias y recursos empleados en una o varias tareas, y reflexiona sobre las dificultades encontradas*

### 2<sup>do</sup> Descriptor

*2.3.2 Reflexiona sobre la naturaleza de los procedimientos y recursos más adecuados o eficientes y es capaz de seleccionarlos para resolver, con éxito y empleando eficazmente el tiempo, una o varias tareas.*

## Conciencia de la necesidad de monitoreo

En la cuarta dimensión se trata de abordar las estrategias que lleven al alumnado a supervisar, guiar y readaptar las propias operaciones y procesos mentales para seguir desarrollando el potencial propio de aprendizaje. Es la llamada "conciencia de la necesidad de monitoreo". Los descriptores son:

### 1<sup>er</sup> Descriptor

*2.4.1. Conoce y comprende la necesidad de monitoreo y de regulación metacognitiva.*

## 2<sup>do</sup> Descriptor

2.4.2. *Supervisa conscientemente, de forma activa y adecuada las propias operaciones y procesos mentales.*

## 3<sup>er</sup> Descriptor

2.4.3. *Guía y readapta eficazmente las propias operaciones y procesos mentales.*

### Conciencia como aprendiz

En la última dimensión se el alumno sea consciente de lo que ha aprendido y de para qué sirve lo que ha aprendido. Es la llamada "conciencia como aprendiz". Los descriptores que propone son los siguientes:

## 1<sup>er</sup> Descriptor

A.2.5.1. *Es consciente de los aprendizajes que ha adquirido durante la realización de tareas, reconociendo los elementos más destacados o relevantes y conectándolos con aprendizajes anteriores.*

## 2<sup>do</sup> Descriptor

2.5.2. *Reflexiona sobre la funcionalidad o utilidad de los aprendizajes que ha realizado, siendo capaz de reconocer situaciones de la vida real en los que podría llevarlos a la práctica.*

## UN RECURSO PARA TENER A MANO

Te dejamos un documento en el que podrás tener acceso a todos los descriptores del área Metacognitiva de la Competencia para Aprender a Aprender del Proyecto REA DUA Andalucía.

**¡Nunca se sabe cuándo la puedes necesitar!**



### Marco de la Competencia para Aprender a Aprender

PROYECTO REA DUA ANDALUCÍA:

<https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portals/delegate/content/c58aa799-c9ad-46b4-9ee1-cc757ef5ba2d?a=true>

Proyecto REA DUA Andalucía (CC BY-NC-ND)

Haz clic aquí [para descargar el pdf](#)



## Tipos de procesos metacognitivos

Las tres fases descritas en la página anterior nos llevan a preguntarnos en qué momentos se manifiestan las habilidades metacognitivas dentro de una determinada secuencia didáctica. Podríamos situarlas de la siguiente forma:

### a) Previo.

Antes de realizar la tarea el alumnado puede tratar de hacerse una reflexión que traiga a su plano consciente aspectos relativos a la misma, tales como la predicción de los resultados que alcanzará, qué pasos tendrá que dar y qué estrategias pondrá en práctica para abordarla.

### b) Durante.

En el momento en el que el alumnado está ejecutando la tarea, también deben entrar en juego la traída al plano consciente de las habilidades que necesitará para ir regulando y controlando la propia tarea, para poder incluir o modificar las estrategias necesarias.

### c) Después.

En este momento final, el alumnado hará un ejercicio de reflexión sobre todo el proceso que ha seguido, las estrategias que ha utilizado, la eficacia de las mismas para resolver la tarea y los posibles cambios para futuras situaciones en las que tenga que poner en juego sus habilidades para resolver tareas similares (transferencia y/o generalización).

Estas reflexiones conscientes sobre sus propias habilidades cognitivas (**pensar sobre el pensamiento**) son necesarias para realizar un progreso personal en la forma de aprender de cada alumno o alumna. Pero en ocasiones **las habilidades metacognitivas no afloran por dos aspectos fundamentales**: bien porque no se trabajan de forma sistemática y planificada en los modelos educativos; bien porque existan dificultades cognitivas que puedan dificultar la manera natural en la que puedan traerse al plano consciente.

Si las actividades que planteamos en el aula, no ofrecen ningún tipo de alternativas para que los procesos metacognitivos sean aplicados, estaremos trabajando solo en el plano de la ejecución repetitiva, instruccional, sin que el alumnado tenga consciencia plena de por qué o para qué deben poner en juego esas habilidades cognitivas. Esto lleva a que el alumnado, y especialmente el que presenta dificultades cognitivas, tenga serias dificultades para generalizar estas habilidades en otros contextos naturales externos al proceso artificial donde se generó el aprendizaje.

En base a esto, y para tratar de minimizar las barreras que pueda presentar una actividad sin apoyos para traer al plano consciente las habilidades cognitivas, vamos a definir tres tipos de ayudas metacognitivas que se reparten entre los tres momentos vistos anteriormente:

## METACOGNICIÓN PLANIFICADORA



1- ¿Qué tengo que saber?



2- ¿Qué información es relevante?



3- ¿Qué información descarto?



4- ¿Qué conozco sobre esto?



5- ¿Necesito más información?



@blasgarcia



José Blas García (CC BY-NC-SA)

El alumno o alumna podrá responderse a estas preguntas:

- ¿Qué tengo que saber?
- ¿Qué información es relevante?
- ¿Qué información descarto?
- ¿Qué conozco sobre esto?
- ¿Necesito más información?

De esta forma conseguimos que el alumnado se haga consciente de qué tiene que hacer con la información que le hemos aportado.

## METACOGNICIÓN OPERATIVA



1- ¿Qué necesito para poder hacer el trabajo?



2- ¿He hecho ya alguna tarea similar?



3- ¿Cómo la hice?



4- ¿Busqué ayuda?



5- ¿Qué tipo de ayuda?



5- ¿Dónde puedo encontrarla?



6- ¿Cuánto tiempo tengo para hacerlo?



7- ¿Seguí todos los pasos?



@jblasgarcia



José Blas García (CC BY-NC-SA)

El alumno o alumna podrá responderse a estas preguntas:

- ¿Qué necesito para poder hacer el trabajo?
- ¿He hecho ya alguna tarea similar? ¿Cómo lo hice? (Monitoreo)
- ¿Necesitaré ayuda? ¿De qué tipo? ¿Dónde puedo encontrarla?
- ¿Cuánto tiempo tengo para hacerlo?
- ¿He seguido todos los pasos?

# METACOGNICIÓN REGULADORA



1- ¿Qué he aprendido?



2- ¿Qué estrategia he usado para resolver la tarea?



3- ¿Qué es lo más trabajo me ha costado?



4- ¿Cómo lo mejoraré la próxima vez?



@blasgarcia



José Blas García ([CC BY-NC-SA](#))

El alumno o alumna podrá responderse a estas preguntas:

- ¿Qué he aprendido?
- ¿Qué estrategias he usado para resolver las tareas? (Monitoreo)
- ¿Qué es lo que más trabajo me ha costado?
- ¿Cómo lo mejoraré la próxima vez?

Estas preguntas son trascendentales para transferir y generalizar aprendizajes.



A continuación, te vamos a pedir que nos hagas un proceso de reflexión metacognitiva reguladora para analizar los aprendizajes que has adquirido hasta el momento, lo que más te ha costado entender y el uso futuro que podrías darle en tus aulas.

Para ello te proponemos un Diario de Aprendizaje Digital (del que hablaremos en la última parte de esta lección) en el que tendrás que responder a las preguntas formuladas en una escalera de la metacognición.

Solo tienes que clicar en el símbolo + que aparece debajo de cada pregunta.

Por cierto, puedes valorar las aportaciones de tus compañeros/as dándole a "me gusta" o dejando un comentario: [ACCEDE AQUÍ](#)

### 3. Diario de Aprendizaje

---



#### ¿Qué es un Diario de Aprendizaje?

El Diario de Aprendizaje es un formato de trabajo en el que el alumnado va a poder trabajar activamente la competencia para Aprender a Aprender, y más concretamente, el área que nos ocupa, los procesos metacognitivos. Se trata de hacer reflexionar al alumnado sobre el uso de las estrategias cognitivas que irá poniendo en práctica a lo largo de su trabajo en cada actividad para que, de este modo, sea consciente de cuándo las necesita, cómo las pone en práctica para resolver tareas solicitadas y el monitoreo sobre la eficacia de las mismas en su aplicación.

El objetivo fundamental de este Diario de Aprendizaje es que el alumnado sea capaz de internalizar las estrategias cognitivas, poder comprenderlas para así, tener la capacidad de aplicarlas en nuevas situaciones o contextos, logrando generar los procesos de transferencia y generalización, que son necesarios para afrontar nuevos aprendizajes.

Márquez (2023) lo define en estos términos:

*el diario de aprendizaje es una técnica que se apoya en un documento físico o virtual y que consiste en que el alumnado realice, de forma consciente, el proceso de reflexión sobre aquello que está aprendiendo. Se trata de que, ante una determinada actividad o tarea que se le proponga, sea capaz de pararse a pensar en el tipo de estrategia que tendrá que poner en juego para resolver la tarea con éxito.*

Márquez, A. (2023)

---

#### OBJETIVOS DE UN DIARIO DE APRENDIZAJE

El Diario de Aprendizaje tiene dos objetivos fundamentales:

- 1. Conectar el trabajo directo del alumnado con las diferentes estrategias que va realizando en el desarrollo de las actividades y/o ejercicios planteados.** Se trata de convertir este documento físico o virtual en algo vivo, que se vaya trabajando sobre la base de las mismas actividades que se van proponiendo en el aula y con las que el alumnado tendrá que poner en juego numerosas estrategias cognitivas para resolver actividades. Es una forma de que el alumnado asuma que los procesos de reflexión sobre el aprendizaje debe convertirse en una práctica habitual cada vez que realice cualquier aprendizaje.
- 2. Hacer reflexionar al alumnado sobre la puesta en práctica de una estrategia cognitiva concreta.** Hacer que el alumnado no solo conozca una estrategia cognitiva, sino que interiorice que tendrá que reflexionar y ser consciente de su uso, finalidad y eficacia en la resolución de las actividades.

## Pasos del Diario de Aprendizaje

El Diario de Aprendizaje se va a trabajar en tres momentos fundamentales siguiendo este esquema:



Aula Desigual ([CC BY-NC-ND](#))

Haz clic aquí [para descargar el pdf](#)

Vamos a analizar cada una de las fases:



### Paso 1

En esta primera parte del diario de aprendizaje, se trata de poner al alumno/a en un proceso de anticipación de las estrategias cognitivas que necesitará poner en práctica para resolver el reto. Se trata de un proceso de metacognición planificadora. Es un paso muy adecuado para trabajar en las fases iniciales de la Situación de Aprendizaje (activar o explorar). Aunque se puede proponer en cualquier fase al inicio de la misma. Este mismo icono de pasos se puede poner junto a la actividad en la que se le va a pedir al alumnado que pare para reflexionar sobre lo que le está pidiendo la actividad que haga. Cuando identifique la actividad que se le pide tendrá que reflexionar sobre si lo hizo ya antes y, de ser así, cómo lo hizo entonces.

En el Proyecto REA DUA Andalucía proponen un Diario de Aprendizaje para trabajar en el aula. También proponen el trabajo por pasos de un modo similar al que os estamos contando. Este paso lo podemos ver de esta forma:



## Paso 1: ¿Sé lo que tengo que hacer?



Cuando tu maestro o tu maestra te pida hacer algo tienes que saber terminar esta frase:

“Mi maestro o maestra me ha pedido que...”

Para saber cómo termina la frase, puedo hacer estas cosas:

1. paro un momento vuelvo a escuchar o leer bien la actividad
2. Me pregunto ¿qué es lo que tengo que hacer?
3. Marco con X la respuesta
4. Si no lo sé preguntaré a mi maestro o maestra.

### LO QUE TENGO QUE HACER

En Lengua	En Mates	En Inglés
Leer un texto <input type="checkbox"/>	Resolver un problema <input type="checkbox"/>	Jugar en inglés <input type="checkbox"/>
Responder a preguntas <input type="checkbox"/>	Hacer cuentas <input type="checkbox"/>	Responder a preguntas <input type="checkbox"/>
Hablar en grupo <input type="checkbox"/>	Contar números <input type="checkbox"/>	Hablar en grupo <input type="checkbox"/>
Contar una historia <input type="checkbox"/>	Calcular mentalmente <input type="checkbox"/>	Aprender frases <input type="checkbox"/>
Escribir algo <input type="checkbox"/>	Medir algo <input type="checkbox"/>	Escribir algo <input type="checkbox"/>
Describir algo <input type="checkbox"/>	Usar dinero <input type="checkbox"/>	Escuchar algo <input type="checkbox"/>
Conocer algún autor <input type="checkbox"/>	Pintar figuras y formas <input type="checkbox"/>	Conocer vocabulario <input type="checkbox"/>
Otra: _____	Otra: _____	Otra: _____

Proyecto REA DUA Andalucía (CC BY-NC-ND)



## Paso 2

En el segundo paso, el alumnado debe realizar una reflexión sobre sus propias posibilidades y limitaciones para hacer ese tipo de tarea. El paso 1 y 2 cobran mayor coherencia y empaque si se trabajan en una misma actividad: el paso 1, antes de comenzar a responder; el paso 2, durante la ejecución de la respuesta, solicitando al alumnado una parada para la reflexión. En este caso lo que le pediremos al alumnado es reflexionar sobre qué es lo que más le está costando hacer, ¿qué parte está siendo más difícil? Esto le llevará a tomar consciencia de la necesidad de buscar o solicitar ayuda. También servirá para que el alumnado se analice en busca de las cualidades o potencialidades que le pueden llevar a resolver con éxito la tarea.

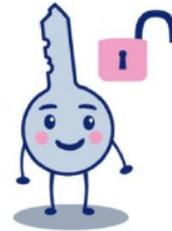
Así lo presentan en el Diario de Aprendizaje del Primer Ciclo de Primaria en el Proyecto REA DUA Andalucía:



## Paso 2: ¿Seré capaz de hacerlo?



¿Es muy difícil lo que te ha pedido tu maestro o maestra? Si aprendes a darte cuenta cuándo algo te parece difícil, podrás buscar ayuda antes de sentirte mal.



Piensa ahora, otra vez, en lo que te ha pedido tu maestra o maestro...  
¿Qué parte me está siendo más difícil?

### Lo que más me cuesta

En Lengua	En Mates	En Inglés
<input type="checkbox"/> No entiendo algunas palabras	<input type="checkbox"/> Organizar los datos	<input type="checkbox"/> No entiendo algunas palabras
<input type="checkbox"/> Las preguntas que me hacen	<input type="checkbox"/> No sé lo que me piden	<input type="checkbox"/> Cuando me hablan en inglés
<input type="checkbox"/> Entender lo que pone	<input type="checkbox"/> Contar con números	<input type="checkbox"/> Entender lo que pone
<input type="checkbox"/> Escribir la respuesta	<input type="checkbox"/> Hacer los cálculos	<input type="checkbox"/> Escribir en inglés
<input type="checkbox"/> Explicar con mis palabras	<input type="checkbox"/> Explicar el resultado	<input type="checkbox"/> Recordar frases o palabras
<input type="checkbox"/> Contestar hablando	<input type="checkbox"/> Seguir los pasos para resolver	<input type="checkbox"/> Responder de forma oral
<input type="checkbox"/> Comprender lo que hablan	<input type="checkbox"/> Tomar las medidas	<input type="checkbox"/> Hacer preguntas
Otras: _____	Otras: _____	Otras: _____

Sí, ahora lo veo, esto me resulta difícil, ¿dónde se me ocurre buscar ayuda?

<input type="checkbox"/> Preguntar al profe	<input type="checkbox"/> Pulsar el botón de ayuda
<input type="checkbox"/> Preguntar a mis compañeros/as	<input type="checkbox"/> Preguntar en casa
<input type="checkbox"/> Recordar algo parecido	<input type="checkbox"/> Pedir más tiempo
<input type="checkbox"/> Pedirte que me lo repitan	<input type="checkbox"/> Que me den un ejemplo

Marca la asignatura en la que lo hiciste..

- En Lengua
- En Mates
- En Inglés

Proyecto REA DUA Andalucía (CC BY-NC-ND)



## Paso 3

En este último paso, llevará al alumnado a realizar una reflexión reguladora sobre aquello que ha aprendido a lo largo de la Situación de Aprendizaje y el uso que podría darle a esos aprendizajes en tareas futuras. Muy apropiado trabajarlo en las fases finales de aplicación o conclusión de la SdA, aunque también se puede trabajar al final de alguna actividad en concreto. En muchos casos se presenta como "Escalera de la Metacognición".

En la lección de este curso que trataba la Autoevaluación, José Luis Herrador nos presentaba la escalera de la metacognición en estos términos:

La escalera de la metacognición (Aprendizaje Basado en el Pensamiento, Robert J. Swartz) marca 4 momentos en el proceso de autorreflexión:

1. **¿Qué he aprendido?** - Consciencia del tipo de pensamiento realizado.
2. **¿Cómo lo has aprendido?** - Descripción de la estrategia empleada.
3. **¿Qué ha resultado más fácil, más difícil, más novedoso?** - Evaluación de la eficacia de la estrategia antes, durante y tras la realización de la tarea.
4. **¿Para qué me ha servido? ¿Cómo puedo mejorar? ¿En qué otras situaciones lo puedo utilizar lo aprendido?** - Planificación de futuras actividades.



José Luis Herrador - Aula Desigual ([CC BY-NC-ND](#))

Haz clic aquí para [descargar el pdf](#)

## Ejemplo

Una vez más, tomaremos como referencia los trabajos del Proyecto REA DUA Andalucía para proponerte un ejemplo de uso de los dos primeros pasos del Diario de Aprendizaje, correspondientes a la **metacognición planificadora y operativa**, donde podemos apreciar cómo y cuándo se van proponiendo las paradas reflexivas y el trabajo.

Tomamos como ejemplo la SdA llamada "Código de honor", perteneciente al área de Lengua para el 1º Ciclo de Educación Primaria.

En la fase de exploración, denominada "Las imágenes hablan", se plantea una actividad que lleva por título 1. ¿Qué nos dicen estas imágenes?

En ella se insta al alumnado a que visualice unas imágenes y, a partir de ellas, realicen tres actividades para localizar o emplazar las acciones descritas en las imágenes en lugares del centro.



## 1. ¿Qué nos dicen estas imágenes?



Paso 1

Mirad este vídeo y fijaos en las imágenes:



Una vez que lo hayáis visto, abrid las siguientes actividades para saber qué nos dicen las imágenes:

+ **Actividad 1**

+ **Actividad 2**

Comentad en grupo en qué sitios del colegio podéis encontrar las imágenes que habéis visto. ¿Sabrías explicar qué significan?

+ **Actividad 3**



¿Sabes cómo usar la rutina de pensamiento 2 veces 10? Aquí te lo explican muy bien.

Cuando el alumnado ya ha leído la actividad y se dispone a ejecutarla es cuando el docente realiza la parada para la reflexión y emplaza al alumnado a localizar el icono de "pasos" que le llevará al Diario de Aprendizaje:



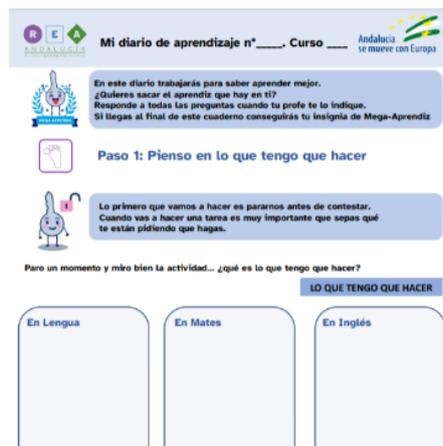
## 2. Identifico lo que tengo que hacer



Ya conoces qué reto te proponemos alcanzar y te acabamos de plantear una actividad que te acercará a la meta. Pero para tener éxito en tu camino, necesitarás algunas estrategias que te servirán para esta y otras tareas parecidas. Las irás descubriendo en un diario que llamamos tu Diario de aprendizaje.

En esta ocasión te proponemos que lo abras y completes el **PASO 1** del **Diario de aprendizaje** antes de empezar la actividad.

Haz clic [aquí](#) para descargar tu Diario de aprendizaje.



### Recuerda:

Pregunta a tu profesor o profesora si rellenarás la ficha en papel o en el ordenador. Si la rellenas en el ordenador, ¡no te olvides de guardarla en tu ordenador cuando la termines!

¡Ánimo, que lo harás genial!

Proyecto REA DUA Andalucía ([CC BY-NC-ND](#))

Cuando el alumnado clica en el enlace, éste le lleva a la descarga del pdf Diario de Aprendizaje de 1º Ciclo de Primaria, y deberá rellenar el "Paso 1: ¿Sé lo que tengo que hacer?" Estaríamos trabajando la metacognición planificadora:



## Paso 1: ¿Sé lo que tengo que hacer?



Cuando tu maestro o tu maestra te pida hacer algo tienes que saber terminar esta frase:

“Mi maestro o maestra me ha pedido que...”

Para saber cómo termina la frase, puedo hacer estas cosas:

1. paro un momento vuelvo a escuchar o leer bien la actividad
2. Me pregunto ¿qué es lo que tengo que hacer?
3. Marco con X la respuesta
4. Si no lo sé preguntaré a mi maestro o maestra.

### LO QUE TENGO QUE HACER

#### En Lengua



Leer un texto



Responder a preguntas



Hablar en grupo



Contar una historia



Escribir algo



Describir algo



Conocer algún autor

Otra: \_\_\_\_\_

#### En Mates



Resolver un problema



Hacer cuentas



Contar números



Calcular mentalmente



Medir algo



Usar dinero



Pintar figuras y formas



Leer un mapa



Organizar datos

Otra: \_\_\_\_\_

#### En Inglés



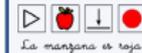
Jugar en inglés



Responder a preguntas



Hablar en grupo



La manzana es roja

Aprender frases



Escribir algo



Escuchar algo



Conocer vocabulario

Otra: \_\_\_\_\_



### Paso 2

Una vez que el alumnado ya ha cumplimentado el paso 1 del Diario de Aprendizaje, éste deberá comenzar a responder a la actividad planteada. En este momento, el docente deberá dejar un tiempo adecuado hasta que vuelva a parar nuevamente al alumnado para dirigirlos al Diario de Aprendizaje de nuevo para responder, en este caso, a la segunda cuestión que se le plantea en el paso 2: "¿Seré capaz de hacerlo?". Estaríamos aplicando la metacognición operativa:



## 3. ¿Seré capaz de hacer esa actividad?



¡Ya has empezado la actividad "¿Qué nos dicen estas imágenes?"! Los comienzos pueden crearte miedos e inseguridades a la hora de realizarla.

Si completas el **PASO 2** del **Diario de aprendizaje** (¿Seré capaz de hacerlo?) podrás ver que tus sentimientos son habituales cuando empezamos una tarea y reflexionar sobre ello te ayudará a que en las próximas actividades esa inseguridad sea cada vez menor.

Recuerda:

- Pregunta a tu profesor o profesora si rellenarás la ficha en papel o en el ordenador.
- Si la rellenas en el ordenador, ¡no te olvides de guardarla en tu ordenador cuando la termines!

¡Ánimo, que lo harás genial!

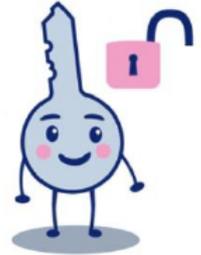
Proyecto REA DUA Andalucía ([CC BY-NC-ND](#))

En este caso el alumno debe dirigirse al paso 2 de su Diario de Aprendizaje y contestar a estas preguntas referidas a las dificultades y potencialidades de las que dispone para resolver la actividad:



## Paso 2: ¿Seré capaz de hacerlo?

¡Claro que sí! No todo son dificultades. También tienes muchas habilidades. Y cuando empiezas una actividad es muy importante recordarlas. Te invito a que pienses en ellas.



Cuando intento hacer esto que me pide la maestra o el maestro, lo que más fácil me resulta es...

### En esto soy genial

#### En Lengua

Soy megaestratega para:

- Comprender una lectura 
- Hacer un dibujo sobre el texto 
- Leer libros 
- Inventarme historias 
- Hacer preguntas 
- Memorizar palabras 
- Hacer rimas 
- Hablar en público 
- Buscar en internet 

Otras:

#### En Mates

Soy megaestratega para:

- Contar números 
- Hacer cálculos mentales 
- Usar la calculadora 
- Dibujar figuras 
- Hacer preguntas 
- Resolver cuentas 
- Encontrar diferencias 
- Comparar cosas 
- Resolver problemas 
- Buscar en internet 

Otras:

#### En Inglés

Soy megaestratega para:

- Repetir palabras en inglés 
- Recordar vocabulario 
- Cantar en inglés 
- Traducir lo que oigo 
- Hacer preguntas 
- Hablar en inglés 
- Pronunciar bien 
- Jugar en inglés 
- Buscar en internet 

Otras:

Aula Desigual ([CC BY-NC-ND](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/))

## PERO... ¿ESTO EN TODAS LAS ACTIVIDADES?

Seguro que te asaltan dudas sobre si este proceso reflexivo lo tengo que trabajar en todas las actividades de la Situación de Aprendizaje.

La respuesta a esa duda es que no. El Diario de Aprendizaje tiene una finalidad clara en el alumnado: **¿hacerle reflexionar sobre las estrategias que usa para aprender?**

Nuestro propósito debería ser que nos planifiquemos de tal forma para que en cada SdA invitásemos a nuestro alumnado a reflexionar sobre **al menos una estrategia cognitiva**. Si durante el curso trabajamos seis, siete u ocho Situaciones de Aprendizaje, al finalizar el mismo, el alumnado habrá realizado una reflexión explícita de unas seis o siete estrategias cognitivas **diferentes** que incorporará a su repertorio de "**Mis estrategias de aprendizaje**".

Para ello podemos emplazarlo a que cada vez que realice este proceso con una nueva estrategia, le ponga un nombre y la guarde en su Diario de Aprendizaje, construyendo así su propio repositorio de estrategias cognitivas.

En el Proyecto REA se le propone al alumnado de la siguiente forma:

**Mis mega-actividades**

**Entonces en el futuro, cuando mi maestro o maestra me pida esto mismo lo que haré es...**

		
<b>En Lengua</b>	<b>En Mates</b>	<b>En Inglés</b>

Proyecto REA DUA Andalucía (CC BY-NC-ND)

Como podéis apreciar, se le pide que le ponga nombre a la estrategia que ha trabajado en alguna de las áreas en las que puede hacer uso de su Diario de Aprendizaje, en este caso del Proyecto REA serían las de Lengua, Mates e Inglés. Esto se hace para que el alumnado perciba que una estrategia metacognitiva de pensar en qué es lo que se le pide que haga se puede transferir a cualquier área y a cualquier actividad. Pararse a pensar sobre la actividad no es exclusivo de ningún área o materia.

## 4. Diario de Aprendizaje



### Dos ideas para digitalizar el Diario

El Diario de Aprendizaje puede realizarse, como hemos visto, teniendo preparada una ficha imprimible y rellenable por el alumnado. También puede hacerse en una libreta física donde vayan contestando a las cuestiones planteadas.

Es cierto que la tecnología hace que todas estas actividades metacognitivas se puedan realizar con un entorno más estimulante para el alumnado y con mayores opciones para la expresión de su aprendizaje en diferentes formatos.

Además, la opción digital favorece la generación de Diarios de Aprendizaje colectivos, donde el alumnado puede aprender el uno del otro sobre las estrategias empleadas, las dificultades encontradas o las soluciones propuestas.

Nosotros os vamos a plantear dos herramientas digitales para realizar un Diario de Aprendizaje en tu aula. No obstante, estas dos opciones solo pretenden ponernos en el camino del uso que podemos darle a las diferentes aplicaciones que podrían permitir generar interacción para crear un Diario de Aprendizaje.

- **Diario de Aprendizaje en Padlet**

Padlet es una herramienta muy potente para generar interacción entre el aula. Además, permite que las respuestas de tus alumnos y alumnas puedan presentarse en formatos variados, respetando así el Principio de Acción y Expresión del DUA. Os dejamos un vídeo tutorial de su funcionamiento.



Aula Desigual ([CC BY-NC-ND](#))

[Accede al vídeo aquí](#)

Padlet debe ser configurado para que el alumnado pueda participar sin tener que registrarse en la herramienta. Esto se configura en "compartir", y dentro de esta opción marcar Privacidad de los enlaces con la opción "Público".

## • Diario de Aprendizaje en Blogger

El uso de un blog educativo es una herramienta muy generalizada en nuestras aulas. Nosotros os vamos a presentar Blogger, que es uno de los generadores de blogs educativos más usados.

El uso del Blog Educativo como Diario de Aprendizaje, aunque puede ser útil para generar interacción, limita las posibilidades de expresión que hemos visto en padlet. Pero entre sus beneficios cuenta con la posibilidad de que el alumnado pueda realizar comentarios directos a los diferentes post que planteemos en clase; o, también, porque pueden realizar sus propias entradas aportando, en este caso, sus reflexiones cognitivas. Esto va a depender del grado de competencia digital discente que tenga nuestro grupo clase.

En el caso de comentarios, solo accediendo al enlace y clicando en la entrada pueden responder a las preguntas que el o la docente les formule. En el caso de crear una entrada, podrían hacer uso de múltiples recursos generados para crear su respuesta: audios, vídeos, textos, documentos, enlaces...

Os dejamos un vídeo tutorial de su uso.



Aula Desigual ([CC BY-NC-ND](#))

[Accede al vídeo aquí](#)



## Competencias Digitales Docentes

En la presente lección se han ido abordando diferentes elementos que responden a los indicadores de logro presentes en el [Marco de Referencia de la Competencia Digital Docente](#) publicado por el Intef.

### COMPETENCIA DIGITAL DOCENTE

Cuando usas la tecnología digital para ofrecer opciones que ayuden en la internalización del aprendizaje, concretamente, en este caso para proponer estrategias cognitivas que faciliten la expresión del aprendizaje, estará desempeñando una serie de habilidades recogidas en la Competencia Digital Docente. Concretamente, y para este caso concreto, estaría desarrollando las siguientes:

---

#### Área 3: Enseñanza y Aprendizaje.

##### 3.1. Enseñanza:

*3.1.A2.1. Integra de forma selectiva (adecuación a los objetivos, aprendizajes, alumnado, etc.) los recursos digitales disponibles en el centro en la programación didáctica con ayuda de otros docentes, siguiendo el modelo pedagógico recogido en el proyecto educativo.*

*3.2.A2.2. Configura y emplea, con el asesoramiento de otros docentes, las tecnologías digitales proporcionadas por la A. E. o por los titulares del centro para recibir información sobre el aprendizaje del alumnado durante el proceso.*

##### 3.4.A2.2.

*Incorpora, con asesoramiento, actividades en las que se aplican estrategias de aprendizaje autorregulado mediante tecnologías digitales en las sesiones lectivas.*

---

#### Área 5. Empoderamiento del alumnado.

##### 5.1. Accesibilidad e inclusión:

*5.1.B2.2. Adapta soluciones tecnológicas para la inclusión en cualquier contexto educativo y situación de enseñanza y aprendizaje, permitiendo la participación y progreso de todo el alumnado en un mismo proceso didáctico.*

*5.2.B2.1. Configura las tecnologías digitales disponibles en el centro y utiliza nuevas funcionalidades para mejorar la respuesta a las necesidades personales de su alumnado adecuándolas a la consecución de nuevos objetivos y situaciones de aprendizaje.*

*5.2.B2.1. Configura las tecnologías digitales disponibles en el centro y utiliza nuevas funcionalidades para mejorar la respuesta a las necesidades personales de su alumnado adecuándolas a la consecución de nuevos objetivos y situaciones de aprendizaje.*

*5.3.B1.3. Emplea, de forma autónoma, los recursos digitales proporcionados por la A. E. o los titulares del centro que estimulan la motivación y el compromiso con el aprendizaje del alumnado que tiene a su cargo.*



## Actividad digital

Una vez vistas las posibilidades que nos brinda la tecnología digital para elaborar un Diario de Aprendizaje, os vamos a pedir que elaboréis vuestro propio Diario de Aprendizaje Digital usando algunas de las herramientas planteadas (si conocéis otras, pues en otro formato) y la compartáis con nosotros en este repositorio de Diarios de Aprendizaje Digitales.

Vamos a usar la herramienta Padlet para que nos compartáis vuestros productos.



Escuelas Inclusivas S.L. B-19671981 C/. Osa Mayor, 34 18680 Salobreña • 2me

COMPARTIR

### Compartimos nuestro Diario de Aprendizaje Digital

¿Te has atrevido ya con la tecnología? Comparte tu Diario de Aprendizaje Digital. Puedes compartirlo completo, que se pueda clonar, puedes hacer una grabación de tu pantalla y compartir tu trabajo. Puedes contarnos en un podcast o vídeo el proceso que has seguido... Te damos multitud de opciones para que todos aprendamos de todos.

Aula Desigual (CC BY-NC-ND)

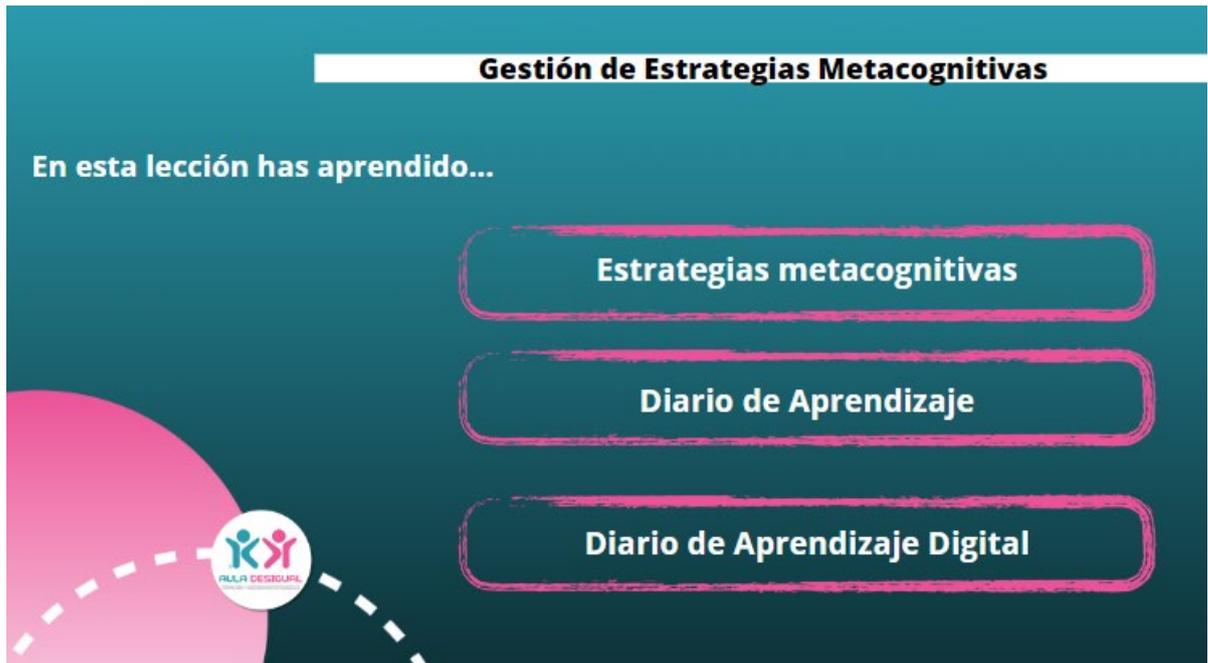
[Accede al aquí](#)

## 5. Conclusión



### Síntesis

Para tener una visión completa de todo lo que hemos aprendido en esta lección os dejamos este genial.ly a modo de síntesis: ([pincha aquí](#))



Aula Desigual ([CC BY-NC-ND](#))



### Si quieres conocer más...

- "[Directrices UDL](#)". Web del CAST donde se explican los diferentes principios y pautas del DUA. El enlace habla de las FFEE.
- "[Aprendices autónomos y aprender a aprender](#)". Post del blog "Si es por el maestro" de Antonio Márquez en el que reflexiona sobre esta competencia.
- "[Guía didáctica de la competencia aprender a aprender. Primaria](#)." Proyecto REA DUA Andalucía.
- "[Guía didáctica de la competencia aprender a aprender \(Secundaria\)](#)". Proyecto REA DUA Andalucía.
- "[Diarios de aprendizaje Proyecto REA](#)". Aparecen los diferentes Diarios de aprendizaje elaborados para el primer ciclo de primaria, 2º y 3º ciclo de primaria, y para ESO. También tienes disponibles los editables para poder modificarlos y usarlos en tu aula.



## Bibliografía

- Ruíz, H. (2020): "¿Cómo aprendemos?" Graó. Barcelona.
- Morales, M. y Fernández, J. (2022): "Evaluación formativa". SM. Madrid.
- Rivas Navarro, M. (2008): "Procesos cognitivos y aprendizaje significativo." Comunidad de Madrid.
- Márquez, A. (2023): "Situaciones de Aprendizaje sin barreras". Enviado para su revisión a Graó. Barcelona.



derivada 4.0

Obra publicada con Licencia Creative Commons Reconocimiento No comercial Sin obra