



Periodo Academico 1/20 A -M...

Página de Inicio

Calificaciones

Personas

Anuncios

Foros de discusión

Conferencias

Trabajo Práctico 1 [TP1]

Comenzado: 25 de mar en 22:51

Instrucciones del examen

TP Trabajo práctico

01 Objetivo de la actividad

El proceso de autorregulación del aprendizaje es indispensable para lograr un adecuado rendimiento académico. Además, se asocia a mayores niveles de satisfacción con el estudio.

La autorregulación no hace referencia a una variable establecida, por el contrario, es importante que el propio estudiante aprenda a reconocer fallas en el proceso de autorregulación y estrategias para resolverlas. Por este motivo el presente práctico apunta a que el estudiante pueda reconocer las diferentes variables y posibles dificultades que pueden surgir en el proceso de autorregulación. Asimismo, se espera que el estudiante pueda reconocer acciones o estrategias para resolver dichas dificultades, y mejorar continuamente su proceso de autorregulación.

02 Enunciado de la actividad

Lee con atención el siguiente caso teniendo presente cada uno de los contenidos que hemos desarrollado en el módulo. Una vez leído, tendrás que resolver **preguntas cerradas en base al mismo**. Haz clic sobre el siguiente enlace para **descargar el enunciado**:

[Clic aquí](#)

03 Preguntas

A continuación, te presentamos un conjunto de preguntas para que puedas evaluar el avance de tu aprendizaje. Ten en cuenta que la nota del Trabajo Práctico es uno de los requisitos necesarios para la regularidad de la materia. Podrás encontrar distintos tipos de preguntas

Selección múltiple

Una sola de las opciones es correcta. Las alternativas están indicadas con círculos. Debes seleccionar la alternativa correcta marcando el círculo precedente.

Respuesta múltiple

Hay más de una respuesta correcta. Las alternativas están indicadas con cuadrados. Seleccione todas las alternativas que considere correctas, tildando en el cuadrado precedente. Se le otorgará un puntaje parcial en caso de no marcar todas las correspondientes.

Coincidente

Vincule dos categorías seleccionando en la primera columna el concepto que se corresponde con la categoría de la segunda columna.

VF Verdadero - Falso

Debe indicar si la proposición puede considerarse verdadera o falsa. Tenga en cuenta que si un solo elemento de la proposición es falso, debe considerarla falsa en su conjunto.

Preguntas

- ✓ Pregunta 1
- ✓ Pregunta 2
- ✓ Pregunta 3
- ✓ Pregunta 4
- ✓ Pregunta 5
- ✓ Pregunta 6
- ✓ Pregunta 7
- ✓ Pregunta 8

Tiempo transcurrido: [Ocultar](#)Intento vencido: 18 de mayo en 23:59
13 horas, 40 minutos, 6 segundos



Pregunta 1

5 pts

Después de haber estudiado, Carlos comienza a analizar y reflexionar sobre las acciones que realizó para alcanzar sus metas. ¿Cómo se denomina esta fase de la autorregulación del aprendizaje?

- ☐ Ejecución, porque en esta fase se cumplen las metas.
- ☐ Procrastinación, porque en esta fase se cumple la agenda.
- ☐ Planificación, porque en esta fase se analiza las acciones que realizaste.
- ☐ Aprendizaje Activo, porque en esta fase se activa la agenda.
- ☒ Monitoreo, porque en esta fase se reflexiona sobre las acciones que ejecutaste.



Pregunta 2

5 pts

Mariana no llega a estudiar los contenidos a tiempo ya que no logra compatibilizar sus responsabilidades académicas con su vida fuera de la universidad. ¿Sobre qué fase de la autorregulación debería trabajar?

- ☐ Trabajar en el Monitoreo, pidiendo apoyo práctico.
- ☐ Trabajar en la Ejecución, mejorando sus hábitos.
- ☐ Trabajar en la Ejecución, disminuyendo su procrastinación.
- ☒ Trabajar en la fase de Planificación, revisando sus metas y agenda.
- ☐ Trabajar en la Ejecución, mejorando sus estrategias de estudio.



Pregunta 3

5 pts

Carlos está estableciendo sus metas y agenda de estudio. ¿Cómo se denomina esta fase del proceso de autorregulación?

- ☐ Ejecución, porque en esta fase se establecen metas y agenda de estudio.
- ☒ Planificación, porque en esta fase se inicia la autorregulación.
- ☐ Monitoreo, porque en esta fase se inicia la autorregulación.
- ☐ Aprendizaje Activo, porque en esta fase se activa el aprendizaje.
- ☐ Procrastinación, porque en esta fase se cumple con la agenda.



Pregunta 4

5 pts

Carlos comenzó a establecer metas centras en acciones, pero su profesor le sugirió que además estipulara una fecha de inicio y una fecha de finalización. ¿Cómo se denomina esta característica?

- ☐ Medible, porque es imposible de evaluar.
- ☐ Factible, porque es puede concretarse.
- ☐ Centrada en acciones, porque considera una fecha de inicio.
- ☐ Claridad, porque no se comprende.
- ☒ Temporal, porque considera una fecha de inicio y otra de finalización.



Pregunta 5

5 pts

Después de establecer su agenda Carlos ha comenzado a estudiar poniendo en práctica sus estrategias de estudio. ¿Cómo se denomina esta fase del proceso de autorregulación?

- ☒ Ejecución, porque en esta fase se estudian los contenidos siguiendo la agenda establecida.
- ☐ Monitoreo, porque en esta fase se culmina la autorregulación.
- ☐ Aprendizaje Activo, porque en esta fase se activa el aprendizaje
- ☐ Procrastinación, porque en esta fase se cumple la agenda establecida de estudio.
- ☐ Planificación, porque en esta fase se inicia la autorregulación.



Pregunta 6

5 pts

Mariana ha establecido una agenda de trabajo con metas factibles, pero tiene muchas dificultades para sentarse a cumplir las metas que se había establecido. ¿Sobre qué fase de la autorregulación debería trabajar?

- ☐ Trabajar en la Ejecución, disminuyendo su procrastinación.
- ☐ Trabajar en la fase de Planificación, revisando sus metas y agenda.
- ☐ Trabajar en el Monitoreo, pidiendo apoyo socioemocional.
- ☐ Trabajar en la Ejecución, mejorando sus hábitos.
- ☒ Trabajar en la Ejecución, mejorando sus estrategias de estudio.



Pregunta 7

5 pts

Mariana tiene muchas obligaciones en su casa y no le queda tiempo para estudiar. ¿Qué tipo de apoyo estaría necesitando?

- ☐ Apoyo incondicional, porque todos deberían ayudarte.
- ☐ Apoyo socioemocional, porque es el apoyo que da tu familia para que estudies.
- ☐ Apoyo informativo, porque es el apoyo que deben darte los docentes para que estudies.
- ☐ No requiere apoyo debe solucionarlo sola, porque debe autorregularse.
- ☒ Apoyo práctico, porque es el apoyo que te permite afrontar demandas no académicas.



Pregunta 8

5 pts

Carlos se propuso como meta: "ser excelente estudiante". ¿Con qué características de las metas claras no está cumpliendo?

- ☐ Temporal, porque tiene fechas.
- ☐ Medible, porque es imposible de medir.
- ☒ Centrada en acciones, porque no considera las acciones implicadas para el logro de la meta.
- ☐ Claridad, porque no se entiende lo que quiere.
- ☐ Factible, porque es imposible de cumplir.



Pregunta 9

5 pts

Antes de leer el texto, Mariana comienza a establecerse preguntas sobre lo que cree que encontrará en el mismo. ¿Cómo se denomina esta técnica de estudio?

- ☐ Esquema, porque lee el texto y hace dibujos.
- ☒ Diagrama, porque hace dibujos y luego lee el texto.

- ☐ Resumir, porque lee el texto.
- ☐ Cuadro comparativo, porque compara ideas.
- ☐ Lectura comprensiva, porque analiza el texto en función de preguntas previas.



Pregunta 10

5 pts

Mariana tiene miedo de desaprobado el examen. Entonces piensa: "será mejor que espere al próximo turno, en el futuro estaré mejor preparada para rendir". ¿Cómo se denomina este comportamiento?

- ☐ Estudio superficial, porque no estudio adecuadamente.
- ☐ Irresponsabilidad, porque no quiere rendir.
- ☐ Procrastinación hedonista, porque pospone algo desagradable.
- ☐ Falta de confianza, porque no tiene autoestima.
- ☒ Procrastinación ansiosa, porque evade una situación que considera amenazante.



Pregunta 11

5 pts

Carlos tiene problemas para organizar su agenda. ¿Qué puede estar generando este tipo de dificultad?

- ☒ Ausencia de Metas Claras, porque sin metas claras no es posible establecer una agenda
- ☐ Falta de Disciplina, porque si estuviera comprometido no tendría problemas para organizarse.
- ☐ Falta de Inteligencia, porque las personas inteligentes si se organizan.
- ☐ Falta de Responsabilidad, porque si fuera responsable no tendría problemas para organizarse.
- ☐ Exceso de Procrastinación, porque no cumple lo que planificó.



Pregunta 12

5 pts

La siguiente creencia de Mariana: "si hago esta carrera en el futuro voy a disfrutar mucho mi trabajo", se denomina:

- ☐ Autoeficacia, porque se vincula a su autoestima.
- ☒ Expectativas intrínsecas, porque son consecuencias relacionadas con su autodesarrollo.
- ☐ Expectativas extrínsecas, porque son consecuencias externas a su persona.
- ☐ Expectativas positivas, porque refiere a consecuencias agradables.
- ☐ Expectativas negativas, porque refiere a consecuencias desagradables.



Pregunta 13

5 pts

Cada vez que Mariana debe sentarse a estudiar comienza a poner excusas para posponer el estudio. ¿Cómo se denomina este comportamiento?

- ☐ Ejecución, porque reflexiona sobre lo que planificó.
- ☐ Falta de confianza, porque evade la situación.
- ☐ Irresponsabilidad, porque no quiere estudiar.
- ☐ Falta de capacidad, porque no es inteligente.
- ☒ Procrastinación, porque pospone algo que le parece poco agradable.



Pregunta 14

5 pts

Carlos posee altas creencias de autoeficacia. ¿Cómo va a reaccionar si no aprueba el examen?

- ☐ Va a pensar que es culpa del profesor.
- ☐ Va a pensar que el examen fue injusto.
- ☐ Va a pensar que no sirve para nada.
- ☐ Va a seguir todo igual.
- ☒ Va a pensar solo debe estudiar más la próxima vez para aprobar.



Pregunta 15

5 pts

Mariana señala que eligió estudiar en la universidad porque esto le permitirá obtener un mejor trabajo en el futuro. ¿Cómo se denomina este tipo de creencias?

- ☐ Metas, porque esa creencia le indica que debe hacer.
- ☐ Pensamientos Permisivos, porque ese pensamiento le permite crecer Motivación, porque ese pensamiento lo motiva.
- ☐ Pensamientos Permisivos, porque ese pensamiento le permite crecer.
- ☐ Autoeficacia, porque esa creencia refiere a la confianza en sus propias capacidades.
- ☒ Expectativas, porque refiere a creencias sobre consecuencias futuras.



Pregunta 16

5 pts

Luego de empezar a dominar el proceso de autorregulación, Mariana comienza a experimentar más emociones positivas. ¿En qué aspectos de su comportamiento pueden impactar?

- ☐ Menor compromiso, porque si disfrutamos somos poco responsables.
- ☒ Menores niveles de estrés, porque a mayor emociones positivas menor estrés.
- ☒ Mayor rendimiento, porque cuando disfrutamos mejoramos nuestro desempeño.
- ☐ Menor rendimiento, porque el si disfrutamos nos distraemos.
- ☐ Mayores niveles de compromiso, porque cuando disfrutamos persistimos más.



Pregunta 17

5 pts

Carlos se siente muy ansioso y frustrado. ¿Qué tipo de apoyo estaría necesitando?

- ☐ No requiere apoyo debe solucionarlo solo, porque debe autorregularse.
- ☒ Apoyo socioemocional, porque es el tipo de ayuda que brindan personas cercanas para contenernos.
- ☐ Apoyo incondicional, porque un docente debe apoyarte en todo.
- ☐ Apoyo práctico, porque es el apoyo que brindan los docentes cuando estamos estresados.
- ☐ Apoyo informativo, porque es el apoyo que brindan los docentes para calmarnos.



Pregunta 18

5 pts

Mariana tiene muchas dudas en relación a los contenidos que está leyendo. ¿Qué tipo de apoyo estaría necesitando?



- ☐ Apoyo socioemocional, porque el docente debe calmarla.
- ☐ Apoyo incondicional, porque los docentes deben ayudarte siempre.
- ☐ Apoyo práctico, porque es el apoyo que brindan los docentes para hacer actividades prácticas.
- ☒ Apoyo informativo, porque es el apoyo que brindan los docentes para entender los contenidos.
- ☐ No requiere apoyo debe solucionarlo solo, porque debe autorregularse.



Pregunta 19

5 pts

Mariana siente que no le alcanza el tiempo. "Se me pasa el día y siento que no avancé nada". ¿Qué acciones podría desarrollar para gestionar mejor su energía y darle foco a su comportamiento?

- ☐ Pensar en expectativas que puedan aumentar su motivación.
- ☐ Buscar contención mediante el apoyo socioemocional.
- ☒ Seleccionar los momentos más productivos del día y eliminar las actividades distractivas.
- ☐ Ver videos para aumentar su motivación.
- ☐ No sentarte a estudiar hasta que hayas terminado tus otras actividades.



Pregunta 20

5 pts

Para que Carlos logre una gestión del tiempo eficiente que le permita anticipar las actividades que debe hacer, ¿qué debe tener antes de establecer su agenda?

- ☐ Inteligencia, porque las personas inteligentes sí se organizan.
- ☐ Responsabilidad, porque las personas que son responsable no tienen problema para organizarse.
- ☐ Procrastinación, porque no cumple lo que planifica.
- ☒ Metas Claras, porque sin metas claras no es posible establecer una agenda.
- ☐ Autoeficacia, porque la organización es un problema de confianza.



Examen guardado en 12:31

Entregar examen