

Trabajo Práctico 1 [TP1]

Comenzado: 23 de mar en 12:20

Instrucciones del examen



01 Objetivo de la actividad

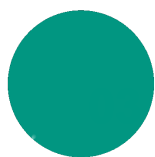
El proceso de autorregulación del aprendizaje es indispensable para lograr un adecuado rendimiento académico. Además, se asocia a mayores niveles de satisfacción con el estudio.

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](#) 



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.

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.

Pregunta 1

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 el Monitoreo, pidiendo apoyo socioemocional.
- ☒ Trabajar en la Ejecución, disminuyendo su procrastinación.
- ☐ Trabajar en la Ejecución, mejorando sus estrategias de estudio.

- ☐ Trabajar en la Ejecución, mejorando sus hábitos.
- ☐ Trabajar en la fase de Planificación, revisando sus metas y agenda.

Pregunta 2**5 pts**

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

- ☐ Apoyo incondicional, porque los docentes deben ayudarte siempre.
- ☐ Apoyo socioemocional, porque el docente debe calmarla.
- ☐ 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 3**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?

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

Pregunta 4**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 fase de Planificación, revisando sus metas y agenda.
- ☐ Trabajar en la Ejecución, disminuyendo su procrastinación.
- ☐ Trabajar en la Ejecución, mejorando sus estrategias de estudio.

Pregunta 5

5 pts

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

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

Pregunta 6

5 pts

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

- ☐ Exceso de Procrastinación, porque no cumple lo que planificó.
- ☐ Falta de Responsabilidad, porque si fuera responsable no tendría problemas para organizarse.
- ☒ 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.

Pregunta 7**5 pts**

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

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

Pregunta 8**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?

- ☐ Diagrama, porque hace dibujos y luego lee el texto.
- ☐ Resumir, porque lee el texto.
- ☐ Esquema, porque lee el texto y hace dibujos.
- ☒ Lectura comprensiva, porque analiza el texto en función de preguntas previas.
- ☐ Cuadro comparativo, porque compara ideas.

Pregunta 9**5 pts**

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

- ☐ No requiere apoyo debe solucionarlo sola, porque debe autorregularse.
- ☐ 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.
- ☒ Apoyo práctico, porque es el apoyo que te permite afrontar demandas no académicas.

Pregunta 10

5 pts

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

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

Pregunta 11

5 pts

Carlos tiene dificultades para gestionar adecuadamente su tiempo de estudio. ¿En qué fase del proceso de autorregulación del aprendizaje está teniendo dificultades?

- ☐ Clarificar Metas, porque es una actividad que se hace al final,
- ☐ Ejecución, porque no cumple lo que ha planificado.
- ☐ Monitoreo, porque no pide ayuda.

- ☒ Planificación, porque no ha establecido sus metas y agenda de estudio.
- ☐ Establecer Agenda, porque es una actividad que se hace al final.

Pregunta 12**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?

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

Pregunta 13**5 pts**

A pesar de estar muchas horas estudiando Mariana percibe que no logra aprender adecuadamente los contenidos. ¿Sobre qué fase de la autorregulación debería trabajar?

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

Pregunta 14**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?

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

Pregunta 15

5 pts

Al comenzar a leer un texto, Mariana comienza a identificar las ideas principales y transcribirlas. ¿Cómo se denomina esta actividad de estudio?

- ☐ Lectura comprensiva, porque analiza y reflexiona sobre ideas principales.
- ☐ Cuadro comparativo, porque compara ideas principales.
- ☒ Resumir, porque identifica las ideas principales y las transcribe.
- ☐ Diagrama, porque hace un dibujo con lo que dice el texto.
- ☐ Esquema, porque hace un esquema con las ideas principales.

Pregunta 16

5 pts

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

- ☐ Va a pensar que no sirve para nada.
- ☐ Va a seguir todo igual.

- ☐ Va a pensar que el examen fue injusto.
- ☒ Va a pensar solo debe estudiar más la próxima vez para aprobar.
- ☐ Va a pensar que es culpa del profesor.

Pregunta 17**5 pts**

Mariana está por leer un texto nuevo. ¿Cuál de las siguientes acciones es importante que realice para lograr una lectura comprensiva?

- ☐ Armar un esquema.
- ☐ Identificar las ideas más importantes del texto.
- ☒ Hacerse preguntas antes de leer el texto.
- ☐ Hacer un cuadro comparativo.
- ☐ Hacer diagrama.

Pregunta 18**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?

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

Pregunta 19**5 pts**

En una conversación con sus compañeros, Carlos dice que: "siento que tengo la capacidad para resolver los problemas que se me presenten a lo largo de la carrera". ¿Cómo se denomina este tipo de creencias?

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

Pregunta 20

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?

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

Examen guardado en 12:42

Entregar examen

