

¿Tus estudiantes dejan de estudiar porque creen que ya manejan bien los contenidos?



La **metacognición** y la **recuperación** de conocimientos son dos procesos clave para el aprendizaje. Ambos confluyen para que los estudiantes puedan realizar mejores juicios sobre lo que saben (y lo que no).

Metacognición

En términos simples, es la capacidad de ser conscientes de nuestros propios pensamientos y conocimientos, y de evaluarlos en el contexto de contenidos específicos.



Ilusión de confianza

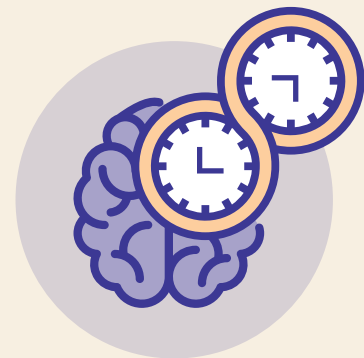
Las personas tendemos a sobrestimar lo que sabemos, sentimos mucha confianza en que rendiremos bien en una prueba y terminamos dedicando poco tiempo a seguir preparándonos.

Contar con estrategias metacognitivas puede ayudar.



Aprendizaje que incorpora la recuperación

Es un enfoque de enseñanza que busca desarrollar aprendizajes a largo plazo, y que se basa en el hallazgo de las ciencias cognitivas de que al esforzarnos por extraer conocimientos de nuestra memoria la retención y el aprendizaje son mayores.



¿Sabías que practicar la **recuperación de conocimientos** incentiva mejores **juicios sobre el aprendizaje**?

“Los estudiantes debieran **monitorear** su aprendizaje en momentos en que las **respuestas no estén disponibles**”



Pedagoga y científica cognitiva Pooja Agarwal, autora del libro “Enseñanza Efectiva”

¿La práctica de recuperación es aplicable para los más pequeños?

La recuperación ha demostrado que es efectiva para mejorar aprendizajes en todas las edades, incluyendo la **enseñanza básica** y **preescolar** (¡e incluso en bebés!).

