



**METACOGNICIÓN Y APRENDIZAJE AUTÓNOMO EN LA
EDUCACIÓN PRIMARIA**

**METACOGNITION AND AUTONOMOUS LEARNING IN PRIMARY
EDUCATION**

**Trabajo de Investigación para optar al Grado Académico de Bachiller en
Educación**

Autora

Veronica Yamaly Becerra Camacho
<https://orcid.org/0009-0000-7831-6062>

Asesor

Martha Amparo Cuzcano Huarcaya
<https://orcid.org/0000-0001-8699-7726>

Lima, febrero, 2026

3 Monografía_Becerra_12Nov al 12 mayo_ (1)

8% Textos sospechosos

5% Similitudes
0 % similitudes entre comillas
< 1 % entre las fuentes mencionadas

4% Idiomas no reconocidos

35% Textos potencialmente generados por la IA (ignorado)

Nombre del documento: 3 Monografía_Becerra_12Nov al 12 mayo_ (1).docx	Depositante: Martha Amparo CUZCANO HUARCAYA	Número de palabras: 10.262
ID del documento: d9870df463c1b5b73e5aeb190dc7044b9a7f5502	Fecha de depósito: 11/2/2026	Número de caracteres: 75.129
Tamaño del documento original: 61,7 kB	Tipo de carga: interface	
	fecha de fin de análisis: 11/2/2026	

Ubicación de las similitudes en el documento:



Fuentes de similitudes

Fuentes principales detectadas

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	doi.org Empowering Students' Autonomous Learning through Self-regulation, M... https://doi.org/10.601/01/ja.2024.5.1.4065	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (54 palabras)
2	Documento de otro usuario #35a17s Viene de de otro grupo 2 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (55 palabras)
3	Documento de otro usuario #7s47H Viene de de otro grupo 3 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (63 palabras)
4	3 Monografía 5 enero 26 Si Fuentes, Salas Sigueñas 26 dic (1) (1).docx ... #0d1502 Viene de de mi grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (53 palabras)
5	ojsenlatina.org https://ojsenlatina.org/index.php/ojsenlatina/article/view/11030	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (42 palabras)

DEDICATORIA

Gracias a Dios por guiarme y darme la fuerza para concluir esta etapa educativa. A mi pareja, quien ha estado a mi lado incondicionalmente, por creer en mí y ser mi soporte en los momentos más difíciles.

Verónica Yamaly Becerra Camacho

RESUMEN

La presente monografía tiene como objetivo explicar cómo el desarrollo de la metacognición contribuye al fortalecimiento del aprendizaje autónomo en estudiantes de educación primaria a partir de un análisis teórico-documental de ambos constructos y su relación dentro del proceso educativo. Esto debido a que, en un contexto caracterizado por cambios constantes y demandas crecientes de aprendizaje, resulta necesario promover en los estudiantes la capacidad de aprender de manera consciente, reflexionar y gestionar de forma autónoma su aprendizaje desde las primeras etapas de la escolaridad. Para ello, se abordan conceptos como la metacognición, entendida como la conciencia y regulación de los propios procesos cognitivos, y el aprendizaje autónomo, concebido como un proceso activo en el que el estudiante planifica, ejecuta y evalúa su aprendizaje de manera intencional. Asimismo, se analiza el modelo cíclico de la autorregulación propuesto por Zimmerman, el cual explica las fases de planificación, ejecución y autorreflexión como elementos clave para el desarrollo de la autonomía. Además, se evidencia que la metacognición cumple un rol central en el aprendizaje autónomo, porque permite que los alumnos comprendan cómo aprenden, seleccionen estrategias, monitoreen su desempeño y ajusten sus acciones en función de los resultados. Igualmente, se destaca la importancia del rol docente como mediador, encargado de promover estrategias metacognitivas y generar ambientes educativos que favorezcan la reflexión, la autorregulación y la participación activa. Finalmente, se concluye que el fortalecimiento de la metacognición en la educación primaria contribuye significativamente a la formación de estudiantes autónomos, responsables y comprometidos con su aprendizaje.

Palabras clave: conocimiento metacognitivo; regulación metacognitiva; autorreflexión; planificación; estrategias metacognitivas.

ABSTRACT

This monograph aims to explain how the development of metacognition contributes to strengthening autonomous learning in primary school students, based on a theoretical and documentary analysis of both constructs and their relationship within the educational process. This is because, in a context characterized by constant change and increasing learning demands, it is necessary to promote students' ability to learn consciously, reflect, and autonomously manage their learning from the earliest stages of schooling. To this end, concepts such as metacognition, understood as the awareness and regulation of one's own cognitive processes, and autonomous learning, conceived as an active process in which the student intentionally plans, executes, and evaluates their learning, are addressed. Likewise, Zimmerman's cyclical model of self-regulation is analyzed, which explains the phases of planning, execution, and self-reflection as key elements for the development of autonomy. Furthermore, it is evident that metacognition plays a central role in autonomous learning, enabling students to understand how they learn, select strategies, monitor their performance, and adjust their actions based on the results. The importance of the teacher's role as a mediator is also highlighted, as they are responsible for promoting metacognitive strategies and creating learning environments that foster reflection, self-regulation, and active participation. Finally, it is concluded that strengthening metacognition in primary education significantly contributes to the development of autonomous, responsible students who are committed to their learning.

Keywords: metacognitive knowledge; metacognitive regulation; self-reflection; planning; metacognitive strategies.

ÍNDICE

DEDICATORIA	iii
RESUMEN.....	iv
ABSTRACT	v
INTRODUCCIÓN	7
CAPÍTULO I: LA METACOGNICIÓN Y SU IMPORTANCIA EN EL APRENDIZAJE	10
1.1. Definición de la metacognición.....	10
1.2. Importancia de la metacognición	11
1.3. Estrategias de la metacognición	13
CAPÍTULO II: EL APRENDIZAJE AUTÓNOMO Y EL MODELO CÍCLICO.....	17
2.1. Definición del aprendizaje autónomo	17
2.2. Importancia del aprendizaje autónomo	18
2.3. Características del aprendizaje autónomo	19
2.4. El modelo cíclico del aprendizaje autónomo	20
2.4.1. Fase de planificación.....	20
2.4.2. Fase de ejecución	21
2.4.3. Fase de autorreflexión.....	23
CAPÍTULO III: LA METACOGNICIÓN Y EL APRENDIZAJE AUTÓNOMO	26
CONCLUSIONES	32
REFERENCIAS	34

INTRODUCCIÓN

En los últimos años, el conocimiento ha dado un giro dinámico y complejo, ya que la escuela no puede ofrecer un conocimiento que es invariable y permanente como se ejecutaba hace muchos años atrás. Dicho dinamismo demuestra la necesidad actual de que las prácticas pedagógicas fortalezcan la autonomía del alumnado para enfrentar diversos contextos y situaciones (Reales Cervantes y Ortíz Ocaña, 2020).

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, a través del informe de Delors et al. (1996), enfatizó que la escuela debe priorizar el arte de aprender, que es potenciado gracias al desarrollo de los cuatro pilares fundamentales del aprendizaje: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a convivir y aprender a ser. En particular, aprender a conocer (aprender a aprender) se asocia con el aprendizaje autónomo, entendido como la capacidad de desarrollar la curiosidad intelectual y organizar de forma independiente el propio aprendizaje.

Debido al auge en el uso de entornos didácticos “informales”, que por su naturaleza demandan el desarrollo de habilidades de autorregulación, surge la necesidad de que el alumnado se convierta en un ser autónomo, capaz de comprender sus procesos cognitivos y de gestionar su aprendizaje (Beishuizen y Steffens, 2011; Torrano et al., 2017). En este sentido, es fundamental que los estudiantes adopten estrategias metacognitivas desde edades tempranas, para que reconozcan que el aprendizaje es un proceso para la vida y no solo para aprobar exámenes (Sandia Rondel, 2004).

Los alumnos autorregulados gestionan tanto sus recursos motivacionales como cognitivos y poseen las competencias necesarias para planificar y ejecutar acciones que respondan a sus necesidades (Valle Arias et al., 2010). En suma, el aprendizaje autorregulado se ha convertido en un tópico importante en los últimos años, ya que se ha descubierto que aquellos estudiantes que tienen la capacidad de regular su propio conocimiento tienen como resultado una mejora notable en su aprendizaje (Beishuizen y Steffens, 2011).

En vista de lo mencionado anteriormente, es imprescindible conocer la definición de dichos conceptos. En primer lugar, la metacognición es considerada como la reflexión del propio pensamiento, que engloba el entendimiento de los propios procesos y productos cognitivos; a su vez del monitoreo y regulación con miras al logro de objetivos (Flavell, 1979). En segundo lugar, el aprendizaje autónomo (autorregulado) es considerado como un proceso activo donde los propios alumnos tienen la capacidad de establecer objetivos que guían su aprendizaje, y que, al mismo tiempo, se caracteriza por la gestión de la motivación, el pensamiento y el comportamiento para su logro (Bravo-Cedeño et al., 2017; Núñez et al., 2024). Dichas definiciones permiten entender la relación entre ambos constructos, donde la metacognición facilita la planificación, el control y la evaluación del aprendizaje, lo que fortalece la capacidad del alumnado para aprender de manera autónoma.

Por consiguiente, se reconoce el aporte de la capacidad metacognitiva en el aprendizaje y éxito de los estudiantes, debido a que este concepto se fundamenta en el proceso de pensamiento de estos, lo que los faculta para establecer de manera autónoma sus estrategias, gestionar sus propios estilos de aprendizaje y controlar su conciencia emocional. Además, esta capacidad permite que planifiquen sus tareas, monitoreen su desempeño, encuentren soluciones y se autoevalúen (Rulland Mrantika, 2021). En la misma línea, es importante señalar que en la sociedad actual, donde se exige un aprendizaje continuo y autónomo, el desarrollo de estrategias metacognitivas es clave para el éxito en el aprendizaje (Kamaliasari, 2023).

En la presente monografía se establece como premisa central que el desarrollo de la metacognición contribuye al fortalecimiento del aprendizaje autónomo en los estudiantes, la cual lleva al planteamiento de la pregunta: ¿Cómo la metacognición promueve el desarrollo del aprendizaje autónomo? El objetivo general es explicar cómo el desarrollo de la metacognición promueve el aprendizaje autónomo. Los objetivos específicos son: describir la metacognición y su importancia en el aprendizaje, describir al aprendizaje autónomo y el modelo cíclico, y explicar la relación entre la metacognición y el aprendizaje autónomo. A partir de esta relación, se busca comprender, explicar y ampliar el conocimiento existente sobre ambos conceptos, destacando su importancia dentro del proceso educativo y su impacto en la formación integral del estudiante.

Este trabajo se caracteriza por su enfoque teórico-documental, orientado a analizar la metacognición a partir de sus principales dimensiones: el conocimiento metacognitivo y la regulación metacognitiva, y su relación con los procesos del aprendizaje autónomo, tales como la planificación, la ejecución y la autorreflexión del aprendizaje, delimitado a nivel de educación primaria, sin pretender abordar otros niveles educativos ni realizar intervenciones prácticas, sino profundizar en el análisis conceptual y teórico del tema.

Esta investigación surge de la necesidad de comprender la importancia de la metacognición como herramienta pedagógica para promover el aprendizaje autónomo en los estudiantes de educación primaria. Esto debido a que, en la práctica docente, se observa que muchos alumnos presentan dificultades para organizar su aprendizaje, reflexionar sobre sus errores y asumir un rol activo en su proceso educativo, lo que evidencia la necesidad de profundizar en enfoques que favorezcan el desarrollo de estas competencias desde los primeros años de escolaridad.

La relevancia de este estudio radica en su aporte teórico y pedagógico, ya que permite sistematizar conceptos, enfoques y aportes de diversos autores sobre la metacognición y el aprendizaje autónomo, lo que contribuye a una mejor comprensión de la relación existente entre ambos constructos. Asimismo, los resultados pueden servir como referencia para docentes y futuros profesionales de la educación, ya que pueden brindar fundamentos teóricos que orienten el diseño de estrategias pedagógicas orientadas al desarrollo de estudiantes más reflexivos, responsables y autónomos en su aprendizaje.

Dicho esto, la motivación para investigar la metacognición y el aprendizaje autónomo en los alumnos surge a partir de la convicción de que cada niño posee un potencial ilimitado para aprender. Del mismo modo, se observa con entusiasmo cómo estos se enfrentan al mundo con curiosidad innata, lo que impulsa la idea de que se les puede empoderar aún más, brindándoles las herramientas para que se conviertan en aprendices activos y dueños de su propio proceso educativo. Al comprender cómo los niños piensan sobre su propio pensamiento (metacognición) y cómo pueden gestionar su aprendizaje de manera autónoma, se pueden implementar nuevas formas de desarrollar su curiosidad, fomentar su resiliencia y prepararlos para que se conviertan en aprendices de por vida, puesto que, en un mundo de constante cambio, la capacidad de aprender de forma autónoma y reflexiva no es solo una habilidad académica: es una competencia esencial.

CAPÍTULO I:

LA METACOGNICIÓN Y SU IMPORTANCIA EN EL APRENDIZAJE

1.1. Definición de la metacognición

Flavell (1979), considerado el padre del término “metacognición”, la definió como el conocimiento que una persona tiene sobre sí misma, los demás, las tareas, las acciones o las estrategias implicadas, y sobre cómo estos elementos interactúan para influir en los resultados. Además, describió a las experiencias metacognitivas como aquellas experiencias cognitivas o afectivas conscientes que ocurren durante el proceso de pensamiento y que se relacionan con cualquier aspecto de este, especialmente en qué tan bien se realiza una tarea.

Así también, Sandia Rondel (2004) definió la metacognición como un proceso cognoscitivo que involucra la conciencia de los propios procesos cognitivos, así como el conocimiento general de estos y su capacidad para controlarlos y gestionarlos. Asimismo, la autora señaló que la metacognición está integrada por dos subprocesos: la meta-atención, que es la conciencia sobre los estímulos y las tácticas que se emplean para atender el entorno, y la meta-memoria, que es el conocimiento que el individuo tiene sobre sus propios procesos y contenidos. A su vez, destacó que la metacognición está relacionada con la capacidad de reconocer las propias limitaciones y saber dónde y cómo obtener la información necesaria para resolver problemas. Igualmente, indicó que la metacognición se enriquece cuando está acompañada de la mediación consciente de otra persona, que implica tanto operaciones internas como comportamientos observables que reflejan esa toma de conciencia.

De la misma manera, Hurtado Velit (2017) coincidió en que la metacognición forma parte de los procesos cognitivos que facilitan la toma de conciencia sobre cómo se realiza y se resuelve una tarea concreta; además, permite conocer las propias estrategias para superar dificultades y reconocer las limitaciones que se tienen frente a una actividad. Sumado a ello, mencionó que este proceso ocurre a cualquier edad: la toma de conciencia no es de uso exclusivo de jóvenes o adultos, sino que también es una habilidad que pueden desarrollar los niños. Por ello, es fundamental que estos aprendan a comprender cómo han abordado la resolución de un ejercicio, a identificar sus limitaciones y a analizar las estrategias empleadas.

En la misma línea, Gutiérrez de Blume et al. (2024) definieron la metacognición como la conciencia y comprensión de los propios procesos de pensamiento, ya que es una capacidad que le permite a las personas ser conscientes de su conocimiento y experiencias de aprendizaje, así como de regular y controlar sus procesos cognitivos para la resolución de problemas y toma de decisiones. Además, mencionaron que la metacognición involucra dos componentes principales: el conocimiento metacognitivo (sobre qué y cómo se aprende) y la regulación metacognitiva (el control y la supervisión del proceso de aprendizaje).

En síntesis, la metacognición puede entenderse como la capacidad de las personas para tener conciencia, comprensión y control sobre sus propios procesos mentales, tanto en el aprendizaje como en la resolución de problemas. Los autores citados han coincidido en que esta habilidad implica no solo conocer qué estrategias se utilizan y cómo se piensa, sino también autorregular dichas estrategias y reconocer las propias limitaciones. Por ello, la metacognición se compone de elementos como el conocimiento sobre los propios procesos cognitivos y la regulación o control consciente de estos, lo que facilita un aprendizaje y actuar más efectivas. Además, se resalta que esta capacidad no solo es interna, sino que también puede manifestarse en comportamientos observables y en la mediación con otros, lo que favorece un aprendizaje más consciente y autónomo.

1.2. Importancia de la metacognición

Pedone (2014) destacó que la metacognición es clave para el desarrollo del aprendizaje autónomo y la regulación del proceso, especialmente en estudiantes de primaria, dado que, según su análisis, su desarrollo puede empezar antes de lo previsto y es más susceptible a intervenciones educativas que las capacidades cognitivas tradicionales. La autora subrayó que la metacognición permite a los alumnos organizar, dirigir y controlar sus procesos mentales, adaptar las estrategias a las demandas de cada tarea, reconocer la dificultad, gestionar el tiempo, evaluar la pertinencia de las estrategias empleadas y reflexionar sobre lo aprendido para decidir su relevancia y adecuación. De igual forma, propone que la metacognición se puede enseñar y fortalecer en este nivel mediante estrategias o uso intencional de herramientas como los mapas conceptuales, las rúbricas de autoevaluación y el método de “pensar en voz alta”, lo que según su estudio promueve el aprendizaje autorregulado.

Del mismo modo, Gandini (2018) señaló que la importancia de la metacognición radica en su rol para el aprendizaje efectivo y la resolución de problemas en el ámbito escolar, destacando que la conciencia de los propios procesos cognitivos facilita la autorregulación y control de la actividad mental. A su vez, explicó que el conocimiento metacognitivo (autoconocimiento de capacidades) y la regulación metacognitiva (planificar, supervisar y evaluar) son fundamentales para que los estudiantes aprendan de manera más autónoma, reflexiva y participativa. A su vez, mencionó que el desarrollo de estas habilidades no se realiza de manera automática, sino de manera progresiva a través de la experiencia. El fomento de la educación contribuye a formar estudiantes más conscientes, críticos y capaces de gestionar sus propios procesos de aprendizaje.

En la misma línea, en el estudio de Gutiérrez de Blume et al. (2024), donde se utilizó una versión del Inventario de Conciencia Metacognitiva [MAI] en estudiantes de sexto a octavo grado, se reconoció que la metacognición es una habilidad clave en el aprendizaje, sobre todo en esta etapa. Se identificaron dos componentes principales: la conciencia metacognitiva y la regulación metacognitiva, lo que explica que un mayor nivel de conciencia metacognitiva se asocia con mejores resultados académicos, ya que facilita saber cuándo cambiar de estrategia y cómo enfrentar tareas desafiantes, para así optimizar el uso de recursos cognitivos.

Finalmente, Molina Jara (2024) mencionó que la metacognición es un elemento esencial para mejorar los procesos de aprendizaje y el desarrollo de competencias, porque permite a los estudiantes ser conscientes de sus conocimientos, habilidades y limitaciones, lo que favorece la autoevaluación y la reflexión crítica. Asimismo, afirmó que la metacognición es clave para la autorregulación del aprendizaje, ya que esta facilita que los alumnos puedan planificar sus actividades, establecer metas, seleccionar estrategias apropiadas, monitorear su progreso y evaluar sus resultados. Dicho control consciente del aprendizaje se traduce en mayor compromiso y motivación, ya que los estudiantes se vuelven más activos en su formación. De este modo, la metacognición ayuda a identificar dificultades y áreas de mejora, y promueve una actitud de aprendizaje autónomo y responsable.

1.3. Estrategias de la metacognición

Según Hurtado Velit (2017), una estrategia metacognitiva se define como una forma de trabajo mental orientada a mejorar el rendimiento del aprendizaje. Esta es considerada como un conjunto de pasos que permiten al individuo acceder, procesar e interiorizar sus conocimientos de manera consciente, con la finalidad de facilitar y optimizar el aprendizaje. El autor señaló que el aprendizaje puede desarrollarse de manera inconsciente cuando se incorporan acciones como la clasificación de la información, la elaboración de apuntes sobre los temas más relevantes y el uso de mapas conceptuales y esquemas. Esto favorece la asociación entre los nuevos conocimientos y los saberes previos, lo que contribuye a una mejor comprensión, retención y permanencia de la información.

Asimismo, Hurtado Velit (2017) clasificó las estrategias metacognitivas de acuerdo con los momentos de regulación metacognitiva: planificación, supervisión y evaluación. En la etapa de planificación, se encuentran los organizadores previos que permiten realizar una revisión anticipada del material a estudiar. En la supervisión, se incluyen la atención dirigida, que posibilita identificar de manera general una tarea ignorando detalles específicos; la atención selectiva, orientada a reconocer aspectos puntuales de una actividad; y la autoadministración, que permite identificar condiciones favorables para el aprendizaje. Finalmente, en la evaluación, se considera a la autoevaluación, ya que permite verificar el logro de una tarea según parámetros propios.

En la misma línea, Pedone (2014) identificó diversas estrategias metacognitivas relevantes. En primer lugar, los mapas conceptuales, ya que permiten a los estudiantes organizar y estructurar su conocimiento de forma independiente, visualizando las relaciones entre los distintos conceptos y favoreciendo un aprendizaje significativo. Asimismo, ayudan a identificar conceptos clave en materiales escritos y orales, lo que promueve la reflexión metacognitiva y el control del propio proceso de aprendizaje, y cumple la función de organizar el currículo y facilitar la comprensión profunda de los contenidos. Además, su uso en distintos niveles educativos favorece el aprendizaje significativo, al presentar los conceptos como parte de una red interconectada y no como contenidos aislados. Esta estrategia promueve la participación activa, el análisis de relaciones conceptuales y la interacción entre estudiantes y docentes, lo que fortalece las habilidades cognitivas y metacognitivas, teniendo en cuenta que el proceso de construcción de los mapas requiere

seleccionar conceptos, establecer relaciones jerárquicas y explicar conexiones mediante palabras de enlace, lo cual refleja de manera explícita la comprensión y el pensamiento estratégico del alumno.

En segundo lugar, las rúbricas de autoevaluación actúan como herramientas que orientan a los estudiantes en su proceso de autorregulación, ya que permiten comprender con claridad los criterios de la tarea, los niveles de logro y las expectativas de desempeño, lo que favorece la planificación, supervisión y evaluación del propio trabajo. El uso de rúbricas también ayuda a los alumnos a reconocer sus fortalezas y dificultades, lo que promueve la reflexión, la personalización de estrategias y el establecimiento de metas claras. Por ello, se deben incluir criterios de evaluación, niveles de logro e indicadores de rendimiento que faciliten la autoevaluación y la evaluación entre pares. Además, se recomienda su aplicación desde el nivel primario, a través de un lenguaje sencillo y adaptado a la edad del alumno, y su uso de manera continua durante todo el proceso de aprendizaje, no solo como herramienta de evaluación final.

En tercer lugar, el método *thinking aloud* o pensamiento en voz alta consiste en que los estudiantes verbalicen de forma explícita sus procesos mentales mientras realizan una tarea o resuelven un problema. Dicha técnica permite hacer visible los pensamientos, decisiones, dudas y estrategias, para facilitar la reflexión consciente. La verbalización ayuda a identificar las estrategias utilizadas y los puntos críticos del aprendizaje; además, permite que los docentes y sus pares brinden orientación y apoyo oportuno. La autora recomendó incorporar el *thinking aloud* de manera gradual en actividades como la resolución de problemas, la comprensión lectora o la planificación de proyectos, y adaptarlo a la edad y habilidades de los alumnos. Asimismo, destacó la importancia de que el docente modele esta práctica y genere un ambiente de confianza donde los niños puedan expresar sus ideas sin temor a equivocarse.

Por su parte, Jaramillo Naranjo y Simbaña Gallardo (2014) identificaron algunas estrategias metacognitivas imprescindibles. En primer lugar, el uso de cuestionarios o entrevistas permite a los estudiantes reflexionar sobre su aprendizaje mediante preguntas orientadoras que promuevan la autoobservación, el autoconocimiento y la planificación futura: ¿Qué aprendiste hoy?, ¿cuál fue el mayor desafío?, ¿qué estrategias usaste para resolverlo?, ¿qué te gustaría mejorar?, entre otras.

En segunda instancia, los portafolios educativos son colecciones personalizadas de trabajos, evidencias y reflexiones de un estudiante sobre su aprendizaje. Aquí el niño recopila ejercicios, proyectos, ensayos, grabaciones o cualquier otra evidencia del aprendizaje. Esta incluye reflexiones sobre qué aprendió, qué se le hizo difícil y qué estrategias empleó para superar dificultades. Además, este material se revisa periódicamente para evaluar avances y establecer metas claras, lo que favorece la autoevaluación continua y la identificación de fortalezas y debilidades.

En tercer lugar, los resúmenes son textos sintetizados donde el alumno selecciona y expresa con sus propias palabras las ideas principales de un contenido. Además, elimina detalles secundarios y agrega esquemas, mapas conceptuales o elementos visuales variados, con el propósito de fortalecer la comprensión y la asimilación del contenido, desarrollar habilidades para identificar información esencial y monitorear que el estudiante entienda lo que lee.

Por último, las técnicas de lectura como READS (*read, examine, ask, deliberate y summarize*) se refieren a la revisión de títulos, imágenes y palabras clave antes de la lectura en sí misma, para después leer atentamente el texto y aclarar conceptos o dudas. Luego, se divide el texto en partes para resumir cada una y concluir así con la autoevaluación respectiva.

Así también, CAPS (*comprehension, ask, predict y summarize*) involucra la formulación de preguntas sobre el texto leído, busca apoyo con palabras clave o contexto, anticipa lo que vendrá en el contenido, resume y entiende los puntos clave. En general, dichas técnicas promueven la lectura activa y reflexiva, y permiten a los estudiantes anticipar, formular preguntas, aclarar dudas, organizar la información y evaluar su comprensión de manera constante.

Por lo mencionado anteriormente, se vuelve imprescindible mencionar que las estrategias metacognitivas constituyen pasos sistemáticos que favorecen la comprensión y organización de la información, porque ayudan a los estudiantes a “aprender a aprender”, reconocer sus propias limitaciones y seleccionar las acciones más adecuadas para mejorar su rendimiento cognitivo.

Entre sus principales beneficios se destacan la focalización de la atención, la vinculación de conocimientos, el fortalecimiento de la memoria y la mejora en la resolución de problemas, lo que promueve la autonomía y el autoconocimiento. Por ello, se enfatiza la necesidad de integrar y fortalecer las estrategias metacognitivas en los procesos de enseñanza, con el fin de lograr un aprendizaje más efectivo, autónomo y adaptado a las necesidades y estilos de aprendizaje de cada alumno (Hurtado Velit, 2017).

Finalmente, el estudio realizado por Huaman-Luyo (2021), en una institución pública de la región Lima, evidenció que el uso de estrategias metacognitivas en estudiantes de quinto y sexto grado de primaria se encontraba en un nivel regular. Se concluyó que es necesario incentivar y fortalecer estas estrategias para mejorar el aprendizaje, promover la autoevaluación y desarrollar una actitud autocrítica en los estudiantes. Asimismo, se enfatizó el rol del docente en la implementación de metodologías que fomenten la reflexión, el pensamiento crítico, la planificación y la autorregulación, así como el uso de recursos didácticos innovadores.

CAPÍTULO II: EL APRENDIZAJE AUTÓNOMO Y EL MODELO CÍCLICO

2.1. Definición del aprendizaje autónomo

El aprendizaje autónomo, también conocido como aprendizaje autorregulado, es considerado como un proceso activo, consciente y constructivo por el cual el estudiante establece metas de aprendizaje, planifica estrategias, supervisa su desempeño y evalúa los resultados obtenidos, a través de la regulación intencionada de su motivación, cognición y conducta (Zimmerman, 2000).

Esto quiere decir que el alumno asume un rol protagónico y responsable en la construcción de su conocimiento, pues participa de forma reflexiva antes, durante y después de la tarea académica. Además, se vuelve imprescindible mencionar que la relevancia de este aprendizaje radica en que promueve el desarrollo de habilidades metacognitivas, la toma de decisiones, la autoevaluación y la capacidad de aprender de manera permanente, siendo estas competencias esenciales para el rendimiento académico y la formación integral de las y los estudiantes.

Los autores del proyecto FORMAR han explicado que la autorregulación del aprendizaje no es una capacidad innata, sino una habilidad susceptible de ser enseñada y fortalecida mediante contextos educativos que fomenten la reflexión, la participación activa y el control consciente del propio proceso de aprendizaje. Así, se convierte en un eje clave para mejorar la calidad educativa y la autonomía intelectual (Panadero y Alonso-Tapia, 2014).

En la misma línea, el aprendizaje autónomo es definido como un conjunto de procesos sistemáticos y coordinados que permiten al estudiante actuar como agente activo de su propio aprendizaje, orientando de manera consciente sus pensamientos, emociones, motivaciones y conductas hacia la consecución de objetivos académicos en contextos específicos. Dicho fenómeno no se reduce a una habilidad cognitiva aislada, sino que constituye una actividad sobre sí mismo, mediante el que el alumno modula sus respuestas y ajusta sus estados internos en función de estándares y metas previamente establecidos (Trías y Huertas, 2020).

Desde esta perspectiva, la autorregulación implica la activación, el mantenimiento y la adaptación estratégica de cogniciones, afectos y conductas para responder eficazmente a las demandas del contexto educativo, por lo que se configura como una forma de aprendizaje activo, flexible y orientado a metas.

Es importante señalar que la autorregulación del aprendizaje se estructura en un modelo cíclico compuesto por tres fases interrelacionadas: planificación, ejecución o monitorización, y autorreflexión. El profesorado desempeña un papel fundamental como modelo y mediador del aprendizaje, porque proporciona el andamiaje adecuado y enseña de manera explícita estrategias de autorregulación, tales como el uso de autoinstrucciones, preguntas guiadas y una adecuada gestión del tiempo. Estas prácticas son relevantes en la educación primaria, dado que su incorporación sistemática a situaciones cotidianas de enseñanza favorece un aprendizaje profundo, significativo y transferible (Zimmerman, 2000; Zimmerman y Moylan, 2009).

2.2. Importancia del aprendizaje autónomo

La importancia del aprendizaje autónomo radica en su contribución al desarrollo integral del estudiante y en la formación de personas capaces de gestionar su aprendizaje a lo largo de la vida. En el contexto de la educación primaria, la promoción de la autonomía resulta fundamental, ya que favorece la construcción de aprendizajes significativos, el desarrollo del pensamiento crítico y la asunción de responsabilidades, frente a las propias acciones académicas.

Asimismo, el aprendizaje autónomo permite que los alumnos desarrollen la competencia de “aprender a aprender”, considerada esencial para enfrentar los constantes cambios y exigencias de la sociedad actual, caracterizada por la transformación permanente del conocimiento (Bravo-Cedeño et al., 2017).

Desde una perspectiva pedagógica, fomentar el aprendizaje autónomo implica reconocer que el estudiante debe asumir un rol activo en su proceso de aprendizaje, tomando decisiones conscientes sobre sus metas, estrategias y formas de evaluación. Este enfoque promueve la participación activa, la reflexión constante y el compromiso con el propio aprendizaje, aspectos que resultan relevantes en las primeras etapas de escolaridad.

En este sentido, el aprendizaje autónomo no solo contribuye al rendimiento académico, sino que también fortalece habilidades personales indispensables para el desarrollo académico y personal del estudiante, como la responsabilidad, la perseverancia y la autoconfianza (Bravo-Cedeño et al., 2017).

Diversos estudios recientes han señalado que el desarrollo del aprendizaje autónomo no depende exclusivamente de las características individuales del estudiante, sino también de la creación de entornos educativos estructurados que favorezcan la autorregulación, la reflexión y la participación activa. En este proceso, el rol del docente adquiere un carácter mediador y orientador, al diseñar experiencias de aprendizaje que estimulen la toma de decisiones, el pensamiento reflexivo y el control progresivo del aprendizaje del alumno. De este modo, la organización pedagógica del aula y el acompañamiento docente se convierten en factores clave para el fortalecimiento del aprendizaje autónomo, específicamente en el contexto de la educación primaria (Paethrangsi et al., 2024).

2.3. Características del aprendizaje autónomo

El aprendizaje autónomo presenta un conjunto de características que permiten identificar a los estudiantes que regulan de manera efectiva su proceso de aprendizaje. Una de ellas es la capacidad de planificación, que implica establecer metas claras, organizar el tiempo y seleccionar estrategias adecuadas antes de iniciar una tarea. Esta planificación permite al estudiante anticipar las demandas del aprendizaje y actuar de manera intencional (Trías y Huertas, 2020).

Otra característica relevante es el monitoreo o seguimiento del propio desempeño durante la ejecución de las actividades, en la cual los alumnos autónomos son capaces de supervisar su comprensión, identificar dificultades y realizar ajustes oportunos, lo que se complementa con la autorreflexión. A través de ella, el estudiante evalúa los resultados obtenidos, reconoce sus logros y dificultades, y extrae conclusiones para mejorar su aprendizaje futuro (Flavell, 1979; Núñez et al., 2024).

En línea con lo mencionado, el aprendizaje autónomo se caracteriza por un alto grado de motivación y responsabilidad, ya que los estudiantes autónomos muestran interés por aprender, perseveran ante las dificultades y asumen la responsabilidad de su desempeño académico; además, poseen un adecuado nivel de autoconocimiento, que les permite

reconocer sus fortalezas y debilidades, así como tomar decisiones informadas sobre su proceso de aprendizaje. Dichas características resultan relevantes en la educación primaria, pues es la etapa donde se sientan las bases para el desarrollo de hábitos de estudio y actitudes positivas hacia el aprendizaje.

2.4. El modelo cíclico del aprendizaje autónomo

Cleary y Zimmerman (2004) conceptualizaron el modelo cíclico de la autorregulación del aprendizaje como una estructura explicativa que describe cómo los estudiantes gestionan de manera activa, consciente y sistemática sus pensamientos, emociones y conductas a lo largo del proceso de aprendizaje. Este modelo se fundamenta en la idea de que el aprendizaje autónomo no ocurre de forma espontánea ni automática, sino que se desarrolla a través de ciclos sucesivos, en los que el estudiante anticipa la tarea a realizar o planifica, regula su ejecución o realización, y reflexiona sobre los resultados producto de la evaluación.

2.4.1. Fase de planificación

Esta fase constituye el momento inicial del modelo cíclico y se caracteriza por la activación de procesos cognitivos, motivacionales y metacognitivos que anteceden a la ejecución de la tarea. Durante esta etapa, el estudiante realiza un análisis anticipado de las demandas académicas, define metas específicas y selecciona estrategias en función de sus conocimientos previos y de su percepción de competencia.

Zimmerman (2000) explicó que esta fase implica un proceso de previsión consciente que integra la formulación de objetivos, la planificación estratégica y la activación de creencias de autoeficacia, las cuales influyen de manera directa en la calidad del compromiso con la actividad. Desde esta perspectiva, el establecimiento de metas claras permite orientar la conducta hacia resultados concretos, para así favorecer la organización del esfuerzo cognitivo y la regulación del tiempo.

En la misma línea, Pintrich (2004) sostuvo que la planificación no solo involucra decisiones estratégicas, sino también juicios motivacionales relacionados con el valor de la tarea, las expectativas de éxito y la orientación hacia metas de aprendizaje. Estos son factores que determinan la persistencia del estudiante ante las dificultades que se puedan presentar.

Cabe resaltar que las creencias de autoeficacia desempeñan un papel central en esta fase, debido a que condicionan la percepción que el estudiante posee sobre su capacidad para aprender y resolver problemas. Se debe tener en cuenta que los alumnos con alta autoeficacia tienden a asumir retos académicos con mayor confianza, emplean estrategias más profundas de procesamiento de la información y muestran mayor resiliencia frente al error (Bandura et al., 1997).

Desde el enfoque del aprendizaje autónomo, la planificación también implica activar conocimientos metacognitivos sobre cuándo, cómo y por qué utilizar determinadas estrategias, lo que permite al estudiante anticipar obstáculos y ajustar su comportamiento de manera intencional (Boekaerts y Corno, 2005). Incluso, en el contexto de la educación primaria, esta fase es fundamental porque los estudiantes se encuentran en un proceso de construcción progresiva de su autonomía cognitiva y requieren experiencias guiadas que les permitan aprender a establecer metas realistas, organizar sus recursos y reflexionar sobre la mejor manera de abordar una tarea.

En consecuencia, la planificación no constituye un acto espontáneo, sino una competencia que puede desarrollarse a partir de la mediación pedagógica, la modelación docente y la enseñanza explícita de estrategias de aprendizaje. Estos elementos favorecen la formación de aprendices estratégicos capaces de iniciar sus actividades académicas con claridad de propósito, control cognitivo y disposición motivacional favorable.

2.4.2. Fase de ejecución

Esta fase representa el momento operativo del modelo cíclico, en el cual el estudiante implementa las estrategias previamente planificadas y mantiene un control consciente sobre su desempeño mientras realiza la tarea. Esta etapa se caracteriza por la activación de procesos de monitoreo metacognitivo, regulación cognitiva y control motivacional que permiten sostener la acción orientada a metas. En este contexto, Zimmerman (2000) señaló que, durante la ejecución, los alumnos ponen en práctica estrategias de autocontrol como la focalización de la atención, la autoinstrucción, la organización de la información y el uso deliberado de técnicas de estudio, junto con procesos de autoobservación que facilitan la evaluación continua del progreso. Dicho monitoreo implica comparar el desempeño actual con los objetivos establecidos, detectar errores, reconocer avances y realizar ajustes estratégicos en tiempo real.

Desde la perspectiva de Winne y Hadwin (1998), la ejecución del aprendizaje es un proceso dinámico en el que el estudiante genera retroalimentación interna constante a partir de la interacción entre la tarea, sus estrategias y los resultados obtenidos, lo que favorece decisiones adaptativas durante la actividad. En este sentido, la regulación cognitiva no se limita a la aplicación de estrategias, sino que implica la toma de decisiones consciente sobre cuándo modificarlas, intensificarlas o reemplazarlas.

Cabe señalar que, a nivel motivacional, la fase de ejecución exige la regulación del esfuerzo, la persistencia y el manejo de emociones asociadas al aprendizaje, especialmente frente a la frustración o la dificultad. Por ello, se sostiene que la percepción de autoeficacia actúa como un mecanismo regulador del comportamiento que influye en la capacidad del estudiante para sostener el compromiso con la tarea y reinterpretar los errores como oportunidades de mejora.

La autorregulación durante la ejecución implica procesos de automotivación que permiten mantener la orientación hacia metas, reforzar la confianza en las propias capacidades y evitar la deserción cognitiva. Asimismo, se subraya la importancia de la regulación del contexto, entendida como la capacidad del estudiante para gestionar su entorno de aprendizaje, organizar recursos y minimizar distracciones, aspectos que inciden directamente en la calidad del desempeño académico (Bandura et al., 1997; Pintrich, 2004; Schunk y Greene, 2018).

En la educación primaria, esta fase adquiere un valor formativo esencial, ya que los estudiantes se encuentran en un proceso de construcción progresiva de habilidades autorregulatorias. Hadwin et al. (2018) explicaron que la internalización de procesos de monitoreo y control se favorece mediante la mediación social, la modelación docente y la práctica guiada, lo que permite que los estudiantes aprendan a verbalizar sus procesos de pensamiento y a tomar conciencia de sus estrategias mientras actúan.

En consecuencia, la ejecución no constituye una etapa automática del aprendizaje, sino un espacio privilegiado para el desarrollo de la metacognición en acción, donde la reflexión durante la tarea fortalece la autonomía cognitiva. Así también, la supervisión guiada, la retroalimentación formativa y la enseñanza explícita de estrategias contribuyen a que los alumnos desarrollen control sobre su atención, su esfuerzo y sus decisiones

estratégicas, a fin de sentar las bases para un aprendizaje autónomo sostenido, flexible y orientado a la mejora continua.

2.4.3. Fase de autorreflexión

Esta fase es considerada el núcleo evaluativo y transformador del modelo cíclico, ya que constituye el momento en el que el estudiante examina de manera consciente su desempeño, interpreta los resultados obtenidos y genera juicios que influirán directamente en su conducta futura. Por tal motivo, para Zimmerman (2000), esta fase funciona como un sistema interno de retroalimentación que permite comparar el rendimiento real con estándares previamente establecidos, metas personales o criterios externos, activando procesos de autoevaluación que orientan la mejora continua.

Cleary y Zimmerman (2004) señalaron que esta evaluación no se limita a verificar si se alcanzó un resultado, sino que implica analizar la calidad de las estrategias utilizadas, la gestión del esfuerzo y la adecuación de las decisiones tomadas durante la ejecución. En este sentido, la autorreflexión transforma la experiencia académica en conocimiento útil para ciclos posteriores de aprendizaje, cerrando el circuito autorregulatorio y reactivándolo con mayor nivel de conciencia.

Winne y Hadwin (1998) explicaron que durante esta fase los estudiantes elaboran modelos cognitivos sobre cómo aprenden, identifican patrones de éxito o error y refinan su conocimiento metacognitivo acerca de tareas, estrategias y condiciones de rendimiento. Por ello, reflexionar no significa únicamente evaluar un producto final, sino comprender el proceso que condujo a ese resultado; de este modo, se fortalece la capacidad de transferencia del aprendizaje a nuevas situaciones.

En la misma línea, Schunk y Greene (2018) agregaron que la autorreflexión contribuye a la reestructuración de las creencias académicas del estudiante, lo que influye en su autoconcepto, su percepción de competencia y su sentido de agencia. Esto se debe a que, cuando los estudiantes interpretan sus resultados como consecuencia de acciones modificables, desarrollan una orientación hacia el aprendizaje que promueve la persistencia, la resiliencia y la adopción de estrategias más sofisticadas.

Según Bandura et al. (1997), las atribuciones causales realizadas tras una tarea académica influyen directamente en la autoeficacia y en la expectativa de éxito futuro; a su vez, atribuir el rendimiento al esfuerzo o al uso de estrategias controlables fortalece la percepción de dominio personal, mientras que atribuciones centradas en factores incontrolables pueden generar indefensión aprendida.

Por su parte, Hadwin et al. (2018) señalaron que la reflexión guiada favorece interpretaciones más adaptativas del desempeño, sobre todo cuando existe mediación docente que ayuda a reinterpretar errores como oportunidades de aprendizaje. En este sentido, la autorreflexión no solo cumple una función cognitiva, sino también emocional y motivacional, ya que regula la respuesta afectiva del estudiante frente al éxito o al fracaso.

En el contexto de la educación primaria, esta fase adquiere una relevancia pedagógica particular, debido a que los niños se encuentran en pleno desarrollo de su capacidad para evaluar objetivamente su desempeño y la mediación docente se convierte en un factor esencial para enseñar prácticas reflexivas explícitas, tales como diarios de aprendizaje, portafolios, autoevaluaciones guiadas, conversaciones metacognitivas y rutinas de pensamiento estructuradas.

Panadero y Alonso-Tapia (2014) mencionaron que cuando la autorreflexión se enseña de manera sistemática, los estudiantes desarrollan mayor conciencia sobre sus procesos cognitivos, incrementan su responsabilidad académica y fortalecen su autonomía. De igual forma, Zimmerman y Moylan (2009) subrayaron que la retroalimentación formativa durante esta fase permite transformar la evaluación en una herramienta de aprendizaje, lo que promueve ajustes estratégicos en lugar de simples juicios de rendimiento.

Desde una perspectiva integradora, la fase de autorreflexión actúa como el motor evolutivo del aprendizaje autónomo, donde cada ciclo reflexivo reorganiza la experiencia previa, reajusta metas futuras y redefine estrategias, lo que genera un proceso de mejora progresiva. En consecuencia, la autorreflexión no representa un cierre estático del proceso, sino una instancia generativa que alimenta el siguiente ciclo de planificación, la cual fortalece la metacognición, la autonomía y la eficacia del aprendizaje.

De esta forma, el estudiante se convierte gradualmente en un agente consciente de su desarrollo intelectual, capaz de dirigir su aprendizaje de manera estratégica y reflexiva a lo largo del tiempo.

Finalmente, se subraya que el valor explicativo del modelo cíclico radica en su capacidad para describir tanto el desarrollo de la autorregulación como sus deficiencias. Esto debido a que el modelo permite comprender por qué los estudiantes con altos niveles de autorregulación tienden a mostrar trayectorias de mejora sostenida, mientras que aquellos con dificultades autorregulatorias suelen repetir patrones ineficaces de aprendizaje. Además, los autores antes mencionados sostienen que este carácter cíclico hace posible la intervención educativa, ya que cada fase del modelo puede ser objeto de instrucción explícita, práctica guiada y retroalimentación sistemática. En este sentido, el modelo no solo tiene un valor descriptivo, sino también prescriptivo, al ofrecer un marco claro para el diseño de programas educativos orientados al fortalecimiento de la autonomía y la eficacia del aprendizaje.

CAPÍTULO III:

LA METACOGNICIÓN Y EL APRENDIZAJE AUTÓNOMO

La metacognición, se refiere a la capacidad que poseen los estudiantes para tomar conciencia de sus propios procesos cognitivos y ejercer control sobre ellos durante el aprendizaje; a su vez, comprende tanto el conocimiento metacognitivo, relacionado con la comprensión de cómo se aprende, como la regulación metacognitiva, que implica la planificación, supervisión y evaluación de las actividades de aprendizaje, y, en el ámbito educativo, se reconoce como un componente esencial del aprendizaje autónomo, ya que permite a los estudiantes dirigir de manera consciente, reflexiva y responsable su proceso de aprendizaje (Núñez et al., 2024; Trías y Huertas, 2020).

Cabe señalar, que el desarrollo de la metacognición contribuye de manera significativa al fortalecimiento del aprendizaje autónomo en la educación primaria, ya que proporciona a los estudiantes herramientas para comprender cómo aprenden y cómo pueden mejorar su desempeño académico. De hecho, cuando los estudiantes desarrollan habilidades metacognitivas, son capaces de establecer metas realistas, seleccionar estrategias adecuadas, monitorear su comprensión y evaluar los resultados obtenidos. Siendo este proceso favorecedor de la autorregulación del aprendizaje a la vez de que promueve una participación activa del estudiante en su formación académica (Núñez et al., 2024; Zimmerman, 2000).

Asimismo, la metacognición desempeña un papel clave en el desarrollo del autoconocimiento y la autorreflexión, aspectos fundamentales del aprendizaje autónomo. Esto debido a que, a través de la reflexión metacognitiva, los estudiantes identifican sus fortalezas y debilidades, reconocen las estrategias que les resultan más eficaces y ajustan su forma de aprender según las demandas de cada tarea. Es más, en la educación primaria, este proceso resulta especialmente relevante, ya que permite sentar las bases para la formación de estudiantes autónomos y autorregulados desde edades tempranas (Bravo-Cedeño et al., 2017; Trías y Huertas, 2020).

Es imprescindible mencionar, que diversos modelos teóricos de la autorregulación del aprendizaje explican que la metacognición cumple un rol central en la capacidad del estudiante para aprender de manera autónoma. En particular, el modelo cíclico de la autorregulación propuesto por Zimmerman sostiene que el aprendizaje se desarrolla a través de fases interrelacionadas de planificación, ejecución y autorreflexión.

En donde, el estudiante establece metas, selecciona estrategias, supervisa su desempeño y evalúa los resultados obtenidos, lo que le permite ajustar de manera consciente sus acciones de aprendizaje y mejorar progresivamente la eficacia de las estrategias empleadas (Cleary y Zimmerman, 2004; Zimmerman, 2000).

Desde el enfoque del aprendizaje autorregulado, la metacognición se constituye como un proceso fundamental que permite al estudiante planificar, supervisar y evaluar de manera consciente sus acciones de aprendizaje. De hecho, diversas investigaciones señalan que el desarrollo de habilidades metacognitivas favorece la autorregulación, en tanto posibilita que los estudiantes tomen decisiones informadas sobre el uso de estrategias cognitivas y ajusten su actuación en función de los resultados obtenidos.

En el contexto de la educación primaria, el fortalecimiento de la metacognición contribuye al desarrollo del aprendizaje autónomo, ya que promueve la reflexión sobre el propio aprendizaje, el control progresivo de los procesos cognitivos y la responsabilidad del estudiante frente a su desempeño académico (Flores González y Trujillo Rodríguez, 2024; Paethrangsi et al., 2024).

Desde esta perspectiva, el desarrollo de habilidades metacognitivas favorece que los estudiantes asuman un rol activo en su aprendizaje, al permitirles anticipar las demandas de las tareas, monitorear su comprensión durante la ejecución y reflexionar sobre los resultados alcanzados. Además, la autorreflexión metacognitiva contribuye a que los estudiantes identifiquen las causas de su desempeño, reconozcan la efectividad de las estrategias utilizadas y realicen ajustes orientados a la mejora continua, fortaleciendo así el aprendizaje autónomo (Cleary y Zimmerman, 2004; Núñez et al., 2024). En la misma línea, diversos estudios sobre el aprendizaje autorregulado coinciden en señalar que la metacognición y la autorregulación no actúan de forma aislada, sino que se integran funcionalmente durante el proceso de aprendizaje.

Desde este enfoque integrador, la metacognición permite al estudiante comprender cómo y por qué emplea determinadas estrategias, mientras que la autorregulación le posibilita ajustar dichas estrategias en función de los resultados obtenidos; teniendo en cuenta que esta articulación favorece un aprendizaje autónomo más consciente y flexible, orientado a la mejora continua del desempeño académico (Martínez Bernal, 2019; Panadero y Alonso-Tapia, 2014).

Desde una perspectiva sociocognitiva, la autorregulación del aprendizaje involucra procesos más amplios que la metacognición, ya que incluye también componentes motivacionales, conductuales y contextuales que influyen en la forma en que los estudiantes aprenden. Si bien la metacognición cumple un papel fundamental al permitir la planificación, el monitoreo y la evaluación del aprendizaje, esta debe articularse con la motivación, el control del esfuerzo y la gestión del entorno para favorecer un aprendizaje verdaderamente autónomo. En este sentido, la interacción entre estos procesos permite que los estudiantes asuman un mayor control sobre su aprendizaje y respondan de manera flexible a las demandas académicas, especialmente en el contexto de la educación primaria (Zimmerman, 2000).

En el contexto de la educación primaria, esta integración entre metacognición y autorregulación cobra especial relevancia, ya que requiere de un acompañamiento docente progresivo que guíe a los estudiantes en la planificación de sus tareas, el monitoreo de su aprendizaje y la reflexión sobre los resultados alcanzados. Cabe resaltar, que la mediación pedagógica orientada a la reflexión metacognitiva contribuye al desarrollo de la autonomía, la responsabilidad y el compromiso del estudiante con su propio aprendizaje, sentando las bases para una formación académica sólida desde las primeras etapas de la escolaridad (Bravo-Cedeño et al., 2017; Martínez Bernal, 2019).

Desde un enfoque pedagógico aplicado al contexto escolar, diversos materiales educativos orientados a la educación básica destacan que la metacognición puede desarrollarse de manera progresiva mediante estrategias didácticas intencionales. Entre estas estrategias se incluyen la formulación de preguntas metacognitivas, la implementación de rutinas de pensamiento y la generación de espacios de reflexión guiada que permitan a los estudiantes tomar conciencia de cómo aprenden, qué estrategias utilizan y cómo pueden mejorar su desempeño académico. Siendo estas acciones las que favorecen una participación

activa del estudiante y fortalecen el aprendizaje autónomo desde edades tempranas (Quigley et al., 2023).

Cabe señalar, que el desarrollo de la metacognición constituye un factor clave para el fortalecimiento del aprendizaje autónomo en estudiantes de educación primaria; esto debido a que, al promover la conciencia y regulación de los procesos cognitivos, la metacognición permite que los estudiantes planifiquen, supervisen y evalúen su aprendizaje de manera consciente y eficaz. Asimismo, la integración funcional entre metacognición y autorregulación, mediada por la acción docente, favorece la formación de estudiantes autónomos, reflexivos y responsables frente a su proceso de aprendizaje a lo largo de su trayectoria escolar (Martínez Bernal, 2019; Panadero y Alonso-Tapia, 2014; Zimmerman, 2000).

Sin duda, el desarrollo de la metacognición no solo influye en el rendimiento académico inmediato, sino que también impacta en la transferencia del aprendizaje a contextos nuevos. Los estudiantes que reflexionan sobre sus procesos cognitivos son capaces de aplicar estrategias previamente aprendidas en situaciones distintas, lo que evidencia un aprendizaje más profundo y flexible. Según Bransford et al. (2000), la transferencia del aprendizaje se fortalece cuando el estudiante comprende cómo aprende y puede explicar las estrategias que utiliza, ya que esta conciencia favorece la adaptación de conocimientos a problemas novedosos. En este sentido, la metacognición amplía el alcance del aprendizaje autónomo al convertirlo en una herramienta aplicable más allá del aula.

Desde una perspectiva del desarrollo cognitivo, diversos estudios indican que las habilidades metacognitivas pueden cultivarse progresivamente desde la infancia mediante experiencias educativas intencionales. Kuhn (2000) sostiene que la metacognición evoluciona a través de la práctica reflexiva y el diálogo guiado, procesos que permiten a los niños construir una comprensión cada vez más sofisticada de su propio pensamiento. En educación primaria, este desarrollo resulta especialmente relevante porque coincide con una etapa de formación de hábitos intelectuales y actitudes hacia el aprendizaje. Debido a esto, la incorporación sistemática de actividades que promuevan la reflexión favorece la construcción de estudiantes capaces de monitorear su comprensión y tomar decisiones estratégicas de manera autónoma.

Además, investigaciones recientes en el campo del aprendizaje autorregulado subrayan que la metacognición contribuye a la resiliencia académica, entendida como la capacidad del estudiante para persistir frente a la dificultad y reinterpretar el error como oportunidad de aprendizaje. Boekaerts y Corno (2005) explican que los estudiantes metacognitivamente competentes regulan no sólo sus procesos cognitivos, sino también sus respuestas emocionales ante el fracaso, lo que fortalece su compromiso con la tarea. Este factor emocional del aprendizaje autónomo demuestra que la metacognición no se limita al control intelectual, sino que integra aspectos afectivos que influyen en la motivación y la perseverancia escolar.

También, la evidencia educativa sugiere que la promoción de la metacognición requiere una cultura pedagógica que valore la reflexión como parte central del aprendizaje. Darling-Hammond et al. (2020) señalaron que los entornos escolares que priorizan el pensamiento reflexivo y la autoevaluación favorecen la formación de aprendices autónomos capaces de dirigir su desarrollo académico a largo plazo. En este marco, la metacognición se consolida como una competencia transversal que articula conocimiento, autorregulación y compromiso personal, configurándose como una condición indispensable para el aprendizaje autónomo en la educación contemporánea.

Huaman-Luyo (2021) sostiene que cuando los estudiantes desarrollan conciencia sobre sus procesos cognitivos, comienzan a percibirse como sujetos capaces de dirigir su aprendizaje, lo que impacta en su autoconcepto académico. Esta percepción de competencia no solo influye en el rendimiento escolar, sino que transforma la manera en que los estudiantes enfrentan desafíos intelectuales. En la educación primaria, este proceso resulta crucial, ya que la formación de una identidad como aprendiz estratégico favorece la disposición hacia el esfuerzo, la curiosidad y la perseverancia, elementos que sostienen el aprendizaje autónomo a lo largo del tiempo.

Asimismo, la investigación educativa ha demostrado que la enseñanza explícita de la metacognición mejora la comprensión lectora, la resolución de problemas y el aprendizaje significativo. Zimmerman (2000) explican que los estudiantes que reciben instrucción directa sobre cómo planificar, monitorear y evaluar su pensamiento desarrollan un repertorio estratégico más amplio, lo que incrementa su capacidad para enfrentar tareas académicas complejas.

Este hallazgo refuerza la idea de que la metacognición no debe asumirse como un proceso implícito, sino como un contenido enseñable que requiere modelado, práctica guiada y retroalimentación sistemática. En consecuencia, la integración de estrategias metacognitivas en el aula fortalece el aprendizaje autónomo al proporcionar herramientas concretas para la regulación del pensamiento.

Desde una mirada contemporánea, la metacognición también se vincula con la capacidad de los estudiantes para aprender en entornos cambiantes y digitalizados. Azevedo et al. (2004) explicaron que, en contextos de aprendizaje abiertos, como los entornos digitales, los estudiantes dependen en mayor medida de sus habilidades metacognitivas para organizar la información, monitorear su comprensión y evaluar la calidad de sus decisiones. Esta realidad evidencia que el aprendizaje autónomo en el siglo XXI requiere no solo conocimientos disciplinares, sino competencias de autorregulación que permitan gestionar información de manera crítica y reflexiva. En este sentido, el desarrollo de la metacognición en la educación primaria constituye una preparación esencial para enfrentar escenarios educativos cada vez más complejos.

En síntesis, el análisis teórico desarrollado permite afirmar que la metacognición constituye un eje articulador del aprendizaje autónomo en la educación primaria, al integrar procesos cognitivos, motivacionales y reflexivos que posibilitan al estudiante asumir un rol activo en la construcción de su conocimiento. La capacidad de planificar, monitorear y evaluar el propio aprendizaje no solo mejora el desempeño académico, sino que promueve la formación de aprendices conscientes, estratégicos y responsables de su trayectoria escolar. Asimismo, la evidencia revisada demuestra que la metacognición se fortalece mediante la mediación pedagógica intencional, el modelado docente y la incorporación de prácticas reflexivas sistémicas en el aula, lo que confirma que el aprendizaje autónomo no surge de manera espontánea, sino que se construye progresivamente a través de experiencias educativas guiadas. En este marco, el desarrollo metacognitivo en edades tempranas sienta las bases para un aprendizaje permanente, flexible y transferible, posicionándose como una competencia esencial para la formación integral de los estudiantes en contextos educativos contemporáneos.

CONCLUSIONES

1. El desarrollo de la metacognición promueve de manera significativa el fortalecimiento del aprendizaje autónomo en los estudiantes de educación primaria, ya que les permite tomar conciencia de sus propios procesos cognitivos y ejercer un control intencional sobre ellos. A lo largo del análisis teórico realizado, se evidenció que la metacognición facilita la planificación, supervisión y evaluación del aprendizaje, lo que posibilita que los alumnos asuman un rol activo, reflexivo y responsable en la construcción de su propio conocimiento, para así sentar las bases para un aprendizaje permanente y autónomo.
2. La metacognición es la capacidad del alumno para tomar conciencia de sus propios procesos cognitivos y ejercer control intencional sobre ellos mediante la planificación, supervisión y evaluación del aprendizaje, integrando tanto el conocimiento sobre cómo se aprende como la regulación consciente de las acciones cognitivas. Su importancia radica en que estructura el aprendizaje como un proceso reflexivo y deliberado, que permite al estudiante seleccionar estrategias adecuadas, reconocer sus fortalezas y limitaciones, y ajustar su desempeño de manera progresiva. Asimismo, la metacognición implica comprenderla como un sistema de autorreflexión que organiza el pensamiento, favorece la toma de decisiones estratégicas y fortalece la autorregulación académica. En consecuencia, este proceso no solo optimiza la comprensión y la resolución de tareas, sino que configura la base cognitiva que posibilita un aprendizaje consciente, flexible y orientado a la mejora continua.
3. El aprendizaje autónomo es un proceso consciente, activo y autorregulado en el que el estudiante organiza, dirige y evalúa su propio aprendizaje mediante el control intencional de sus cogniciones, motivaciones y conductas. Este proceso se estructura a través del modelo cíclico de la autorregulación, el cual describe el aprendizaje como una secuencia dinámica de fases interrelacionadas: planificación, ejecución y autorreflexión. En la fase de planificación, el estudiante establece metas y selecciona estrategias; en la ejecución, supervisa su desempeño y regula su actuación; y en la autorreflexión, evalúa los resultados y reajusta sus acciones futuras. De este modo, el modelo cíclico explica que el aprendizaje autónomo opera como un sistema continuo

de autorregulación que permite al alumno anticipar, controlar y reinterpretar su experiencia de aprendizaje de manera progresiva.

4. La relación entre la metacognición y el aprendizaje autónomo es directa y constitutiva, ya que la metacognición funciona como el sistema de conciencia y control que hace posible la autorregulación del aprendizaje. A través del conocimiento metacognitivo, el estudiante comprende cómo aprende y qué estrategias puede utilizar, mientras que mediante la regulación metacognitiva planifica, supervisa y evalúa sus acciones durante la tarea académica. Estos procesos permiten que el aprendizaje autónomo no sea una acción espontánea, sino una actividad intencional en la que el estudiante dirige de manera consciente sus pensamientos, decisiones y comportamientos. En consecuencia, la autonomía académica se construye sobre la base de procesos metacognitivos que transforman al estudiante en agente activo de su aprendizaje, capaz de anticipar demandas, ajustar estrategias y reinterpretar sus resultados de manera progresiva.
5. El desarrollo de la metacognición y del aprendizaje autónomo en la educación primaria requiere de una mediación pedagógica intencional y sistemática por parte del docente. La implementación de estrategias metacognitivas, como la reflexión guiada, las preguntas metacognitivas y la autoevaluación, contribuye al desarrollo progresivo de estudiantes más autónomos, responsables y comprometidos con su aprendizaje. En este sentido, fortalecer estas competencias desde edades tempranas resulta clave para la formación integral de los alumnos y para prepararlos como aprendices a lo largo de la vida.

REFERENCIAS

- Azevedo, R. y Cromley, J. (2004). Does Training on Self-Regulated Learning Facilitate Students' Learning With Hypermedia? *Journal of Educational Psychology*, 96(3), 523-535. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.96.3.523>
- Bandura, A., Freeman, W. y Lightsey, R. (1997). Self-Efficacy: The Exercise of Control. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 13(2), 158-166. <https://doi.org/10.1891/0889-8391.13.2.158>
- Beishuizen, J. y Steffens, K. (2011). A conceptual framework for research on self-regulated learning. En R. Carneiro, P. Lefrere, K. Steffens y J. Underwood (Eds), *Self-regulated Learning in Technology Enhanced Learning Environments* (pp. 3-19). SensePublishers. https://doi.org/10.1007/978-94-6091-654-0_1
- Boekaerts, M. y Corno, L. (2005). Self-Regulation in the Classroom: A Perspective on Assessment and Intervention. *Applied Psychology*, 54, 199-231. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2005.00205.x>
- Bransford, J., Brown, A. y Cocking, R. (2000). *How people learn: Brain, mind, experience, and school*. National Academy Press. <https://hdl.handle.net/20.500.12365/17408>
- Bravo-Cedeño, G., Loor-Rivadeneira, M. y Saldarriaga-Zambrano, P. (2017). Las bases psicológicas para el desarrollo del aprendizaje autónomo. *Dominio De Las Ciencias*, 3(1), 32-45. <https://doi.org/10.23857/dc.v3i1.368>
- Cleary, T. y Zimmerman, B. (2004). Self-Regulation Empowerment Program: A School-Based Program to Enhance Self-Regulated and Self-Motivated Cycles of Student Learning. *Psychology in the Schools*, 41(5), 537-550. <https://doi.org/10.1002/pits.10177>
- Darling-Hammond, L., Flook, L., Cook-Harvey, C., Barron, B. y Osher, D. (2020). Implications for educational practice of the science of learning and development. *Applied Developmental Science*, 24(2), 97-140. <https://doi.org/10.1080/10888691.2018.1537791>
- Delors, J., Mufti, I., Amagi, I., Carneiro, R., Chung, F., Geremek, B., Gorham, W., Kornhauser, A., Manley, M., Padrón, M., Savané, M., Singh, K., Stavenhagen, R., Won, M. y Nanzhao, Z. (1996). *La Educación encierra un tesoro, informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI (compendio)*. Unesco. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000109590_spa
- Flavell, J. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry. *American Psychologist*, 34(10), 906-911. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.906>

- Flores González, E. y Trujillo Rodríguez, A. (2024). Metacognición y autorregulación del aprendizaje. *Fedumar Pedagogía y Educación*, 11(1), 194-198. <https://doi.org/10.31948/fpe.v11i1.4299>
- Gandini, F. (2018). Metacognición y aprendizaje. En A. Palacios, M. A. Pedragosa y M. Querejeta (Coords.), *Encuentros en la encrucijada: Psicología, Cultura y Educación* (pp. 53-64). Editorial de la Universidad de La Plata. <https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/libros/pm.4860/pm.4860.pdf>
- Gutiérrez de Blume, A., Rodes, S. y Bryck, R. (2024). Metacognitive Awareness among Middle School Adolescents: Development and Validation of a Shortened Version of the MAI, Jr. *Psychologia - Avances de la Disciplina*, 18(2) 55-66. <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v18n2/1900-2386-psych-18-02-55.pdf>
- Hadwin, A., Järvelä, S. y Miller, M. (2018). Self-regulation, co-regulation, and shared regulation in collaborative learning environments. En D. Schunk y J. Greene (Eds.), *Handbook of self-regulation of learning and performance* (pp. 83-106). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315697048-6>
- Huaman-Luyo, S. (2021). Metacognitive strategies of primary school students. *Revista Iberoamericana de Educación*, 1. <https://doi.org/10.31876/ie.vi.143>
- Hurtado Velit, A. L. (2017). Los procesos cognitivos: metacognición como proceso de aprendizaje. *Educación*, 1(23), 19-24. <https://doi.org/10.33539/educacion.2017.n23.1165>
- Jaramillo Naranjo, L. y Simbaña Gallardo, V. (2014). La Metacognición y su Aplicación en Herramientas Virtuales desde la Práctica Docente. *Sophia*, 1(16), 299-313. <https://www.redalyc.org/pdf/4418/441846097014.pdf>
- Kamaliasari, S. (2023). Increasing Autonomous Learning through Metacognitive Awareness. *Akademika: Jurnal Keagamaan dan Pendidikan*, 19(1), 84-95. <https://ejournal.kampusmelayu.ac.id/index.php/akademika/article/view/373/375>
- Kuhn, D. (2000). Metacognitive development. *Current Directions in Psychological Science*, 9(5), 178-181. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00088>
- Martínez Bernal, J. (2019). Autorregulación y Metacognición en el Aprendizaje: Un Modelo de Integración Funcional. *Desarrollo profesoral universitario*, 7(1),17-36. <https://doi.org/10.26852/2357593X.188>
- Molina Jara, L. (2024). La Metacognición: Estrategia para el Desarrollo de Competencias Académicas. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 6124-6142. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.11030
- Núñez, J., Rodríguez, C. y Rosário, P. (2024). *Formar: aprendiendo a diseñar contextos para un aprendizaje autónomo*. Dykinson. <https://www.dykinson.com/libros/formar-aprendiendo-a-disenar-contextos-para-un-aprendizaje-autonomo/9788410704077/>

- Paethrangsi, N., Teekasap, S., Khiewpan, R. y Jandaboue, W. (2024). Empowering Students' Autonomous Learning through Self-regulation, Metacognitive Strategies, and Collaborative Learning Environments. *Journal of Liberal Arts RMUTT*, 5(1), 69-79. <https://doi.org/10.60101/jla.2024.5.1.4065>
- Panadero, E. y Alonso-Tapia, J. (2014). How do students self-regulate? Review of Zimmerman's cyclical model of self-regulated learning. *Anales de Psicología*, 30(2), 450-462. <https://doi.org/10.6018/analesps.30.2.167221>
- Pedone, F. (2014). How to Improve Metacognition in Primary School. En L. Gómez, A. López e I. Candel (Eds), *8th International Technology, Education and Development Conference* (pp. 1688-1698). IATED Academy. https://iris.unipa.it/retrieve/handle/10447/95020/121363/2014_INTED1375.pdf
- Pintrich, P. (2004). A Conceptual Framework for Assessing Motivation and Self-Regulated Learning in College Students. *Educational Psychology Review*, 16(4), 385-407. <https://doi.org/10.1007/s10648-004-0006-x>
- Quigley, A., Muijs, D. y Stringer, E. (2023). *Metacognición y aprendizaje autorregulado*. Fundación “La Caixa”. https://educaixa.org/documents/32359/57524/WEB_ES_GUIA_METACOGNICIO_N_EDUCAIXA.pdf
- Reales Cervantes, J. y Ortíz Ocaña, A. (2020). *Prácticas pedagógicas y metacognición en la educación infantil*. Ediciones Unimagdalena. <https://www.digitaliapublishing.com/a/102624>.
- Rulland Mrantika, J. (2021). Metacognitive ability and autonomous learning strategy in improving learning outcomes. *Journal Of Education And Learning*, 15(1), 88-96. <https://doi.org/10.11591/edulearn.v15i1.17392>
- Sandia Rondel, L. (2004). Metacognición en niños: una posibilidad a partir de la teoría Vygotskiana. *Acción Pedagógica*, 13(2), 128-135. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2970390>
- Schunk, D. y Greene, J. (2018). Historical, contemporary, and future perspectives on self-regulated learning and performance. En D. Schunk y J. Greene (Eds.), *Handbook of self-regulation of learning and performance* (pp. 1-15). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315697048-1>
- Torrano, F., Fuentes, J. y Soria, M. (2017). Aprendizaje autorregulado: estado de la cuestión y retos psicopedagógicos. *Perfiles educativos*, 39(156), 160-173. <https://www.scielo.org.mx/pdf/peredu/v39n156/0185-2698-peredu-39-156-00160.pdf>
- Trías, D. y Huertas, J. (2020). *Autorregulación en el aprendizaje: Manual para el asesoramiento psicoeducativo*. Universidad Autónoma de Madrid.

<https://doi.org/10.15366/9788483447499>

- Valle Arias, A., Rodríguez Martínez, S., Núñez Pérez, J., González Cabanach, R., González-Pianda García, J. A. (2010). Motivación y Aprendizaje Autorregulado. *Revista Interamericana de Psicología*, 44(1), 86-97. <https://www.redalyc.org/pdf/284/28420640010.pdf>
- Winne, P. y Hadwin, A. (1998). Studying as self-regulated learning. En D. Hacker, J. Dunlosky y A. Graesser (Eds.), *Metacognition in educational theory and practice* (pp. 277-304). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Zimmerman, B. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. En M. Boekaerts, P. Pintrich y M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13-39). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50031-7>
- Zimmerman, B. y Moylan, A. (2009). Self-regulation: Where metacognition and motivation intersect. En D. Hacker, J. Dunlosky y A. Graesser (Eds.), *Handbook of Metacognition in Education* (pp. 3-19). Routledge. <https://ssrlsig.org/wp-content/uploads/2017/11/routledgehandbooks-9780203876428-chapter16-zimmerman.pdf>