

## APRENDIENDO A APRENDER

**Objetivos generales:** Desarrollar en el estudiante capacidades para potenciar mecanismos de aprendizaje a través del desarrollo de actitudes positivas, cambios de hábitos, desarrollo de autoeficacia y autorregulación.

Integrar herramientas de aprendizaje que incluyen: establecimiento de metas, desarrollo de habilidades a través de análisis de diferentes asignaturas, solución de problemas, creatividad, reflexión y motivación.

**Objetivos específicos:**

Lograr que el estudiante comprenda las formas en las que aprende en forma más eficiente, explorando métodos y herramientas que le permitan desarrollar recursos y habilidades para maximizar el aprendizaje individual y colectivo, facilitando la transición y adaptación a la vida universitaria.

**Unidades temáticas:**

- ✓ Presentación del curso. Aplicación del inventario de aprendizaje para diagnóstico de motivación y estrategias de aprendizaje.
- ✓ Establecimiento de metas a corto y largo plazo. Metas de procesos y metas de resultados.
- ✓ Motivación externa e interna, expectativas y valor.
- ✓ Manejo de recursos externos e internos para facilitar y potenciar el aprendizaje.
- ✓ Memoria y atención.
- ✓ Conocimiento y metacognición.
- ✓ Pensamiento crítico y resolución de problemas.
- ✓ Cómo preparar exámenes y parciales. Explorar diferentes estrategias.