



Habilidades metacognitivas

Las habilidades metacognitivas se refieren a la capacidad de una persona para entender y controlar su propio pensamiento y aprendizaje. En términos más sencillos, es «pensar sobre el propio pensamiento». Esta habilidad fundamental nos permite reflexionar sobre cómo aprendemos, qué estrategias nos funcionan mejor y cómo podemos mejorar nuestro rendimiento cognitivo. No solo se trata de ser inteligente, sino de ser consciente y estratégico acerca de cómo usamos nuestra inteligencia.

HABILIDADES METACOGNITIVAS CLAVE

Las habilidades metacognitivas se pueden agrupar en dos componentes principales: el conocimiento metacognitivo y la regulación metacognitiva.

CONOCIMIENTO METACOGNITIVO

Se refiere a lo que sabemos sobre nuestro propio proceso de pensamiento y aprendizaje. Incluye:

CONOCIMIENTO DE LA PERSONA (O DE SÍ MISMO): Comprender nuestras propias fortalezas y debilidades como aprendices. Por ejemplo, saber si aprendemos mejor de forma visual, auditiva o kinestésica, o si nos distraemos fácilmente en ciertos entornos.

CONOCIMIENTO DE LA TAREA: Entender las demandas de una tarea específica y qué tipo de esfuerzo o estrategia requiere. Por ejemplo, saber que un examen de opción múltiple requiere una estrategia de estudio diferente a un ensayo.

CONOCIMIENTO DE LA ESTRATEGIA: Conocer una variedad de estrategias cognitivas y saber cuándo y cómo aplicarlas. Por ejemplo, saber que resumir un texto es útil para comprenderlo, o que repasar con tarjetas es efectivo para memorizar datos.

REGULACIÓN METACOGNITIVA

Esta es la parte activa de la metacognición, donde monitoreamos y ajustamos nuestro proceso de aprendizaje en tiempo real. Implica:

PLANIFICACIÓN: Antes de abordar una tarea, establecer metas, predecir el resultado y seleccionar las estrategias apropiadas. Por ejemplo, antes de leer un capítulo, decidir cuánto tiempo le dedicarás y qué secciones son más importantes.

MONITOREO: Durante la ejecución de la tarea, supervisar la comprensión y el progreso. Esto incluye hacerse preguntas como "¿Estoy entendiendo esto?", "¿Voy por buen camino?" o "¿Necesito cambiar mi enfoque?".

EVALUACIÓN: Después de completar la tarea, reflexionar sobre el proceso y los resultados para determinar qué funcionó y qué no.

Por ejemplo, después de un examen, analizar qué estrategias de estudio fueron efectivas y cuáles no, para mejorar en el futuro.

IMPORTANCIA DE LAS HABILIDADES METACOGNITIVAS

El desarrollo de las habilidades metacognitivas es crucial en diversos ámbitos:

RENDIMIENTO ACADÉMICO: Los estudiantes con fuertes habilidades metacognitivas suelen tener un mejor desempeño, ya que son más conscientes de cómo aprenden y pueden adaptar sus estrategias para mejorar.

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS: Permite abordar problemas de manera más efectiva, al planificar, monitorear el progreso y evaluar la solución.

APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA: Fomenta la autonomía en el aprendizaje, lo que es esencial en un mundo en constante cambio donde la capacidad de aprender y adaptarse es fundamental.

DESARROLLO PROFESIONAL: En cualquier profesión, la capacidad de reflexionar sobre el propio desempeño y buscar maneras de mejorar es una habilidad valiosa. ♦

(FUENTE: GEMINI)

CONTENIDO



LIBROS

NOAM CHOMSKY:
¿Qué clase de criaturas somos?
Página 2

POESÍA

XAVIER VILLAUURUTIA:
Suite y Nocturno
Página 3

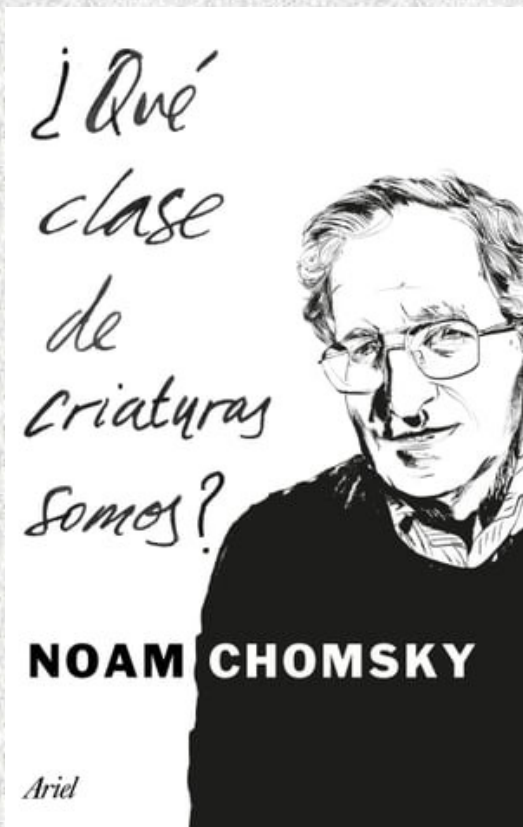
ARTÍCULOS / ANUNCIOS

ARTES PLÁSTICAS:
Maurits Cornelis Escher
Página 4

Libros Arte Ciencia Cultura Educación **Lingüística** Historia **Sociedad** Libros

¿Qué clase de criaturas somos?

Este libro aborda los aspectos fundamentales que definen nuestra condición humana: la exclusiva capacidad para el lenguaje, la naturaleza y los límites de la mente humana y las posibilidades del bien común en la sociedad y la política. Utilizando un lenguaje preciso y exento de tecnicismos, Chomsky examina en profundidad cincuenta años de desarrollo científico en el estudio del lenguaje, esbozando cómo su propia obra ha tenido repercusiones en la concepción de los orígenes de éste, la estrecha relación entre lenguaje y pensamiento y su eventual base biológica, pasando del ámbito del lenguaje y de la mente al de la sociedad y la política.



<https://www.gandhi.com.mx/que-clase-de-criaturas-somos-2/p>

NOAM CHOMSKY



AVRAM NOAM CHOMSKY (Filadelfia, Pensilvania, 7 de diciembre de 1928) es un lingüista, filósofo, politólogo, intelectual y activista estadounidense de origen judío. Profesor emérito de lingüística en el Instituto Tecnológico de Massachusetts (MIT), es una de las figuras más destacadas de la lingüística del siglo XX, gracias a sus trabajos en teoría lingüística y ciencia cognitiva. También es reconocido por su activismo político, caracterizado por una fuerte crítica del capitalismo contemporáneo y de la política exterior de los Estados Unidos. Se le considera de pensamiento socialista libertario. El New York Times lo ha señalado como «el más importante de los intelectuales contemporáneos».

LIBROS RECIENTES:

¿QUIÉN DOMINA EL MUNDO? (BARCELONA, EDICIONES B, 2016).

RÉQUIEM POR EL SUEÑO AMERICANO (MADRID, EDITORIAL SEXTO PISO, 2017).

MALESTAR GLOBAL. CONVERSACIONES CON DAVID BARSAMIAN SOBRE LAS CRECIENTES AMENAZAS A LA DEMOCRACIA (MADRID, SEXTO PISO, 2018)

FUENTE: https://es.wikipedia.org/wiki/Noam_Chomsky



CEA
CENTRO DE EDUCACIÓN ABIERTA

¿AÚN NO TIENES TU BACHILLERATO?

¡En CEA puedes estudiar sin complicaciones!

- ☑ Estudia a tu ritmo
- ☑ Horarios flexibles:
 - Sabatino
 - Entre semana
 - En línea
- ☑ Certificado oficial SEP

A Distancia

Estudia en línea desde cualquier lugar, a tu ritmo.

- ✓ Acceso a actividades y evaluaciones en plataforma virtual.
- ✓ Perfecto para quienes necesitan flexibilidad total.

→



**SUITE y
NOCTURNO**
**XAVIER
VILLAU RRUTIA**

SUITE DEL INSOMNIO

ECO

La noche juega con los ruidos
copiándolos en sus espejos
de sonidos.

SILBATOS

Lejanos, largos
—¿de qué trenes sonámbulos?—,
se persiguen como serpientes,
ondulando.

TRANVÍAS

Casas que corren locas
de incendio, huyendo
de sí mismas,
entre los esqueletos de las otras
inmóviles, quemadas ya.

ESPEJO

Ya nos dará la luz,
mañana, como siempre,
un rincón que copiar
exacto, eterno.

CUADRO

Qué temor, qué dolor
de envidia
hacer luz y encontrarte
—mujer despierta siempre—,
ahora que crees que no te veo,
dormida.

RELOJ

¿Qué corazón avaro
cuenta el metal
de los instantes?

AGUA

Tengo sed.
¿De qué agua?
¿Agua de sueño? No,
de amanecer.

ALBA

Lenta y morada
pone ojeras en los cristales
y en la mirada.

Xavier Villaurrutia González (Ciudad de México, 27 de marzo de 1903–Ciudad de México, 25 de diciembre de 1950) fue un escritor mexicano que cultivó los géneros de poesía, crítica literaria y dramaturgia. Fue miembro del grupo de los Contemporáneos junto con Salvador Novo, Jaime Torres Bodet, Gilberto Owen, Jorge Cuesta y otros.

Los Contemporáneos es el nombre de un grupo de jóvenes intelectuales mexicanos, agrupados en torno a la revista Contemporáneos cuya publicación comenzó en 1928. Se encargaron de difundir muchas de las innovaciones del arte y la cultura en la sociedad mexicana de la primera mitad del siglo XX.

Realmente no existió un programa definido o un manifiesto generacional, aunque sí era evidente que todos aquellos que publicaron en la revista compartían un afán por modernizar no sólo la literatura, sino una buena parte de los aspectos más significativos de la cultura.

Tuvieron muchas influencias extranjeras que se proyectaban en sus obras, sobre todo de la literatura europea y estadounidense. Se dedicaron también al teatro y a la promoción cultural.

FUENTE: Wikipedia

NOCTURNO DE LA ROSA

Yo también hablo de la rosa.
Pero mi rosa no es la rosa fría
ni la de piel de niño,
ni la rosa que gira
tan lentamente que su movimiento
es una misteriosa forma de la quietud.

No es la rosa sedienta,
ni la sangrante llaga,
ni la rosa coronada de espinas,
ni la rosa de la resurrección.

No es la rosa de pétalos desnudos,
ni la rosa encerada,
ni la llama de seda,
ni tampoco la rosa llamarada.

No es la rosa veleta,
ni la ulcera secreta,
ni la rosa puntual que da la hora,
ni la brújula rosa marinera.

No, no es la rosa rosa
sino la rosa increada,
la sumergida rosa,
la nocturna,
la rosa inmaterial,
la rosa hueca.

Es la rosa del tacto en las tinieblas,
es la rosa que avanza enardecida,
la rosa de rosadas uñas,
la rosa yema de los dedos ávidos,
la rosa digital
la rosa ciega.

Es la rosa moldura del oído,
la rosa oreja,
la espiral del ruido,
la rosa concha siempre abandonada
en la más alta espuma de la almohada.

Es la rosa encarnada de la boca,
la rosa que habla despierta
como si estuviera dormida.
Es la rosa entreabierta
de la que mana sombra,
la rosa entraña
que se pliega y expande
evocada, invocada, abocada,
es la rosa labial,
la rosa herida.

Es la rosa que abre los parpados,
la rosa vigilante, desvelada,
la rosa del insomnio desojada.

Es la rosa del humo,
la rosa de ceniza,
la negra rosa de carbón diamante
que silenciosa horada las tinieblas
y no ocupa lugar en el espacio.

FUENTE: <https://ciudadseva.com>



Artes Plásticas

MAURITS CORNELIS ESCHER Mano con esfera reflectante

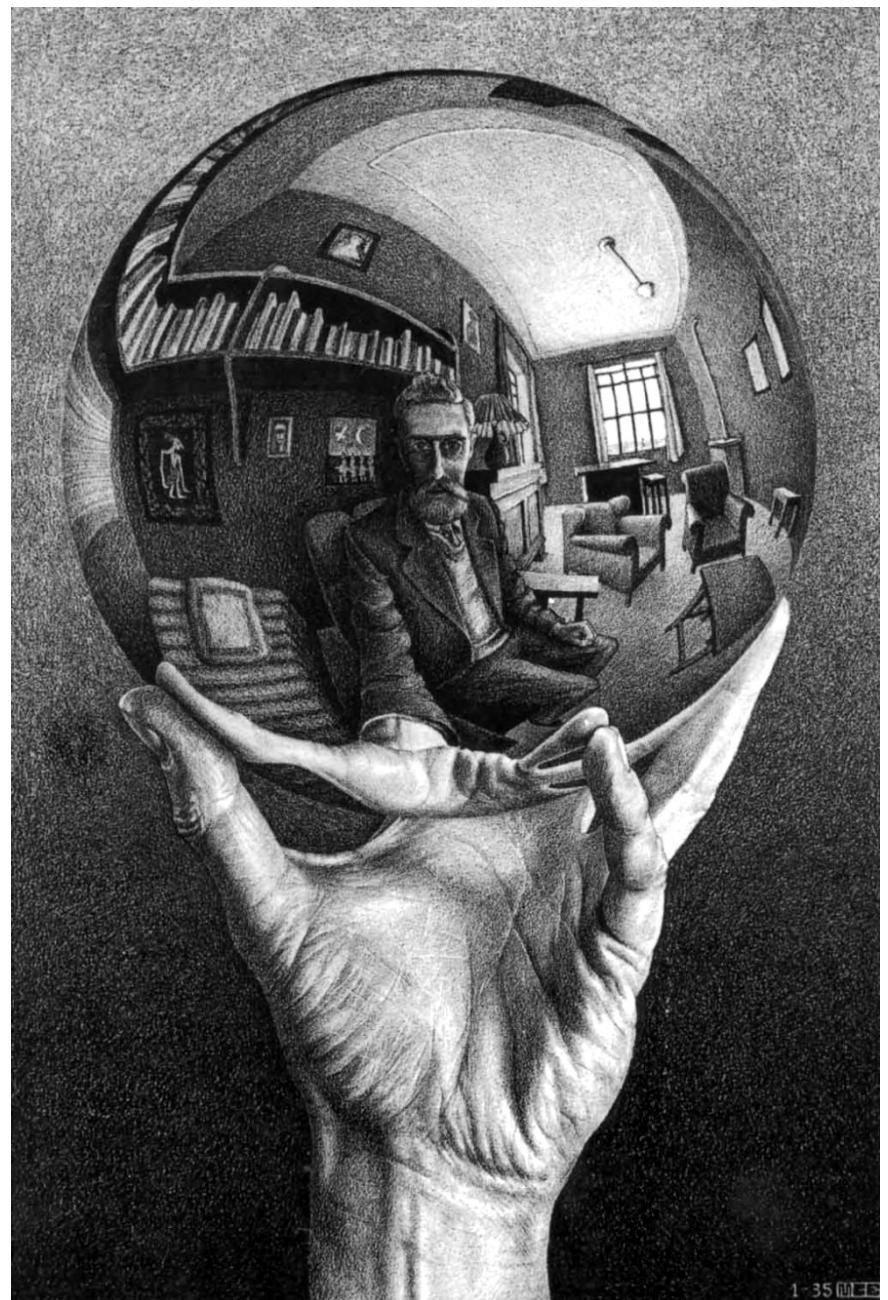
MANO CON ESFERA REFLECTANTE TAMBIÉN CONOCIDA como AUTORRETRATO EN ESPEJO ESFÉRICO es una litografía del artista holandés M. C. Escher, impresa por primera vez en enero de 1935. La pieza representa una mano que sostiene una esfera reflectante. En el reflejo, se puede ver la mayor parte de la habitación alrededor de Escher, y se revela que la mano que sujeta la esfera es la del mismo Escher.

Los autorretratos en superficies esféricas reflectantes, son comunes en el trabajo de Escher, y esta imagen es el ejemplo más prominente y famoso. En gran parte de los autorretratos de este tipo, Escher aparece en el acto de dibujar la esfera, mientras que en esta imagen está sentado y mirándola fijamente. En las paredes hay numerosos cuadros colgados, uno de los cuales parece un títere de sombras indonesio.

Maurits Cornelis Escher (Leeuwarden, 17 de junio de 1898-Hilversum, 27 de marzo de 1972) fue un artista neerlandés conocido por sus grabados xilográficos, sus grabados al mezzotinto y dibujos, que consisten en figuras imposibles, teselados y mundos imaginarios.

Sus obras experimentan con diversos métodos de representar espacios paradójicos en dibujos de dos o tres dimensiones que desafían a los modos habituales de representación.

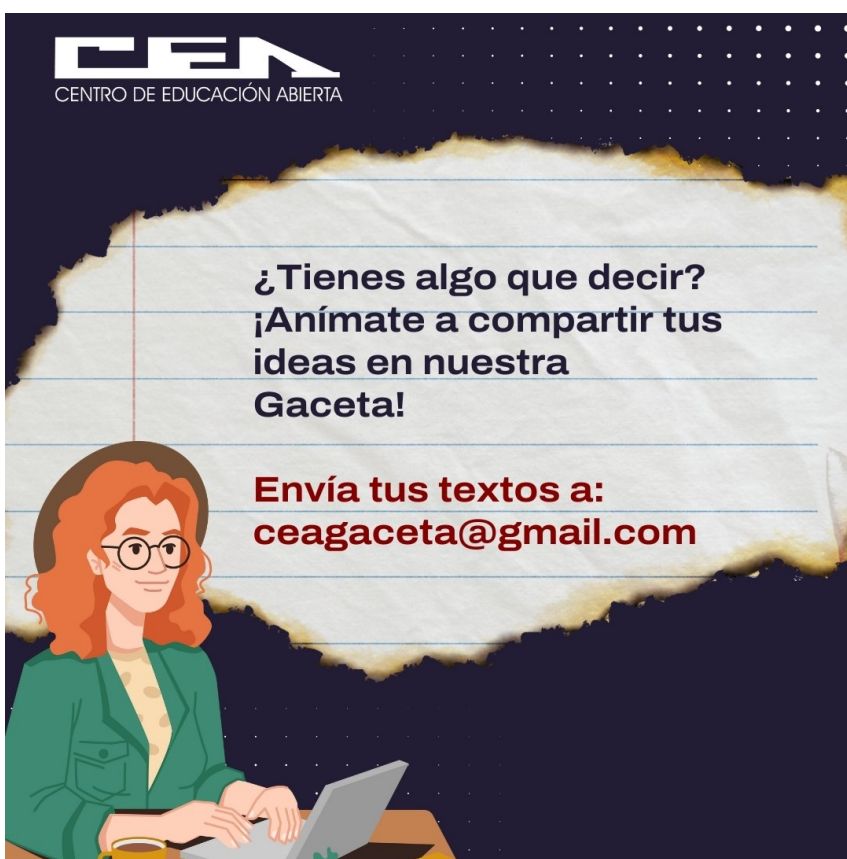
FUENTE: WIKIPEDIA



TÍTULO ORIGINAL: ZELFPORTRET IN BOLSPIEGEL

MUSEO: ESCHER COLLECTION KUNSTMUSEUM, LA HAYA (PAÍSES BAJOS)

TÉCNICA: GRABADO (31,1 x 21,3 cm)



GACETA MENSUAL PUBLICACIÓN GRATUITA

Centro de Educación Abierta

Director general
Octavio Nava Cruz

Diseño
Guillermo Serrano

Sitio Web
ceauniversidad.com