

# METACOGNICIÓ

## Inici del PROCÈS

Coneixement i regulació de les nostres propies cognicions i processos mentals

És la capacitat que tenim d'autoregulació del propi aprenentatge



1

Què sé del tema ?

2

Què vull aprendre ?

3

Què t'ha resultat Fàcil/Dificil ?

4

Com ho puc millorar ?

5

Per què em serveix ?

# AUTOAVALUACIÓ

QUÈ VULL  
APRENDRE ?

COM HO PUC  
MILLORAR ?

QUÈ SE DEL  
TEMA ?

QUÈ VAR  
RESULTAR  
FÀCIL/DIFÍCIL ?

PER A QUÈ  
SERVEIX ?