

Autoregulación

MI PLAN
Paso 1: _____
Paso 2: _____
Paso 3: _____
Paso 4: _____
MI OBJETIVO



Elaborar un plan

MI PLAN
Paso 1: _____
Paso 2: _____
Paso 3: ~~_____~~
Paso 4: _____
→ 5 _____
MI OBJETIVO



Supervisar un plan

Adaptar tu plan (si es necesario)

Reflexionar sobre lo que funcionó

