ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Técnicas de Autoexamen y Preguntas de Recuperación

6 ECTS | 150 horas | Online, a tu ritmo

Formación acreditada por
Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ



Acerca de ICUFOR

ICUFOR es un centro privado de formación online, Centro Acreditado y Autorizado por la Universidad EUNEIZ de Vitoria-Gasteiz. Diseñamos e impartimos Cursos de Formación Permanente universitarios, pensados para la actualización y la especialización de profesionales en activo.

Nuestros cursos se estudian a tu ritmo en un campus virtual propio y terminan con el diploma de la Universidad EUNEIZ y con certificados de ICUFOR verificables.

Centro acreditado
Universidad EUNEIZ

100 % online
Campus virtual propio

Equipo docente
Disponible todo el curso



Metodología de estudio

Campus virtual propio
Estudias desde cualquier lugar y dispositivo, sin horarios.

Aprendizaje autónomo, pero acompañado
Tú marcas el ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

Contenido del curso en PDF
El material principal, para estudiarlo a fondo, tema a tema.

Abstract de cada tema
Su síntesis, para situarte al empezar y repasar al final.

Presentación con los aspectos clave
Lo esencial de cada bloque, para jerarquizar y fijar.

Cuestionarios de evaluación
De respuesta múltiple, uno por tema.



Campus virtual

Mis cursos
Tu progreso y el siguiente tema por estudiar

Materiales
Contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave

Cuestionarios de evaluación
Tu nota y la revisión de tus respuestas

Equipo docente
Consulta por escrito, chat y asesor de IA a cualquier hora

Secretaría
Certificados en PDF con código de verificación

Pagos y facturas
Descarga de facturas en PDF



Presentación del programa



Amplía tu formación con este programa especializado que te permitirá dominar las estrategias más efectivas basadas en la ciencia del aprendizaje. En ICUFOR hemos diseñado esta formación para profesionales de la educación, formadores corporativos y cualquier persona interesada en optimizar los procesos de enseñanza y estudio. Comprender cómo funciona la memoria y aplicar técnicas validadas científicamente marca la diferencia entre un aprendizaje superficial y uno verdaderamente duradero.

A lo largo del programa, profundizarás en los fundamentos neurocognitivos de la memoria, el efecto de testeo y su evidencia empírica, así como en la elaboración de preguntas de recuperación eficaces según diferentes niveles cognitivos.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Comprender los fundamentos neurocognitivos del aprendizaje y la memoria, describiendo los procesos de codificación, almacenamiento y recuperación de la información.

Clasificar las técnicas de autoexamen, estableciendo criterios de selección y combinación según el tipo de contenido y los objetivos de aprendizaje.

Elaborar planes de estudio basados en la práctica distribuida, integrando estrategias de espaciado, intercalado y recuperación activa.

Fundamentar la autorregulación del aprendizaje mediante el autoexamen, identificando estrategias metacognitivas para mejorar la calibración y gestionar las variables afectivas asociadas.

Analizar la evidencia empírica del efecto de testeo, diferenciando los mecanismos teóricos explicativos y las condiciones que modulan su eficacia.

Diseñar preguntas de recuperación eficaces, aplicando taxonomías cognitivas y procedimientos de validación y mejora continua de ítems.

Desarrollar sistemas de retroalimentación adaptados al autoexamen, distinguiendo los tipos de retroalimentación y su impacto diferencial en la corrección de errores.

Implementar la práctica de recuperación en contextos educativos y profesionales, utilizando herramientas tecnológicas y adaptando las estrategias a diferentes entornos y perfiles formativos.

Temario

01 Fundamentos neurocognitivos del aprendizaje y la memoria

1.1. Bases neurobiológicas de los procesos de codificación, almacenamiento y recuperación de la información
1.2. Arquitectura funcional de la memoria humana: modelos teóricos y sistemas mnésicos
1.3. Procesos de consolidación y reconsolidación de la memoria
1.4. El olvido: teorías explicativas, mecanismos subyacentes y funciones adaptativas
1.5. El concepto de dificultades deseables y sus implicaciones para la renovación de las prácticas de aprendizaje

Temario

02 El efecto de testeo y la práctica de recuperación: fundamentos científicos y evidencia empírica

2.1. Origen histórico y evolución de la investigación sobre el efecto de testeo
2.2. Definición y delimitación conceptual de la práctica de recuperación como estrategia de aprendizaje
2.3. Evidencia empírica del efecto de testeo en diferentes contextos y poblaciones
2.4. Mecanismos teóricos explicativos del efecto de testeo
2.5. Condiciones y variables que modulan la eficacia de la práctica de recuperación
2.6. Análisis comparativo entre la práctica de recuperación y otras estrategias de aprendizaje
2.7. Límites, controversias y cuestiones abiertas en la investigación sobre el efecto de testeo

Temario

03 Técnicas de autoexamen: tipología, características y criterios de aplicación

3.1. Concepto y delimitación del autoexamen como estrategia de aprendizaje autónomo y autorregulado
3.2. Flashcards y tarjetas de estudio: principios de diseño y uso eficaz
3.3. Autoevaluación mediante preguntas de respuesta libre y evocación activa
3.4. Mapas conceptuales de recuperación y esquemas elaborados desde la memoria
3.5. Técnicas de autoexplicación y enseñanza simulada como formas indirectas de recuperación
3.6. Diarios de aprendizaje reflexivos y escritura de recuperación como herramientas de consolidación
3.7. Criterios de selección y combinación de técnicas según el tipo de contenido, la complejidad y los objetivos de aprendizaje

Temario

04 Diseño y elaboración de preguntas de recuperación eficaces

4.1. Principios fundamentales para la construcción de preguntas orientadas a la activación de procesos de recuperación
4.2. Taxonomías cognitivas aplicadas al diseño de preguntas de recuperación
4.3. Tipología de preguntas según formato y nivel de demanda cognitiva
4.4. Redacción de enunciados claros, precisos y libres de sesgos y pistas involuntarias
4.5. Diseño de distractores en preguntas de opción múltiple
4.6. Diseño de preguntas para la evaluación de niveles cognitivos superiores
4.7. Construcción y gestión de bancos de preguntas organizados por competencias, dominios temáticos y niveles de dificultad
4.8. Procesos de validación, revisión y mejora continua de las preguntas

Temario

05 Espaciado, intercalado y práctica distribuida integrados con la recuperación

5.1. El efecto de espaciado: fundamentos científicos y aplicaciones al diseño de sesiones de estudio
5.2. La práctica intercalada frente a la práctica masiva: evidencia comparativa y recomendaciones prácticas
5.3. Integración sinérgica del espaciado, el intercalado y la recuperación como sistema de aprendizaje potenciado
5.4. Diseño de calendarios y planes de estudio basados en la práctica distribuida combinada con el autoexamen
5.5. Planificación estratégica de secuencias de autoexamen sostenidas a medio y largo plazo

Temario

06 Retroalimentación en los procesos de autoexamen y práctica de recuperación

6.1. Fundamentos teóricos de la retroalimentación como componente esencial del aprendizaje
6.2. Tipos de retroalimentación y su eficacia diferencial en contextos de práctica de recuperación
6.3. El efecto de hipercorrección: mecanismos de aprendizaje potenciado a partir de errores cometidos con alta confianza
6.4. Diseño de sistemas de retroalimentación eficaces para el autoexamen individual
6.5. Retroalimentación entre iguales como estrategia complementaria del autoexamen individual

Temario

07 Metacognición, autorregulación y calibración del aprendizaje mediante el autoexamen

7.1. Fundamentos de la metacognición aplicados al aprendizaje autónomo y la práctica de recuperación
7.2. Juicios metacognitivos en el contexto de la práctica de recuperación y el autoexamen
7.3. Calibración metacognitiva: evaluación de la precisión del autoconocimiento y detección de discrepancias
7.4. Estrategias para mejorar la calibración y reducir las ilusiones de saber
7.5. Autorregulación del estudio: toma de decisiones informada basada en los resultados del autoexamen
7.6. Motivación, ansiedad ante la evaluación y variables afectivas en la práctica de recuperación

Temario

08 Implementación de la práctica de recuperación y el autoexamen en contextos educativos formales

8.1. Integración de las técnicas de recuperación en el diseño instruccional de asignaturas y módulos formativos
8.2. Estrategias de implementación en educación primaria y secundaria
8.3. Aplicaciones en educación superior y formación profesional
8.4. Formación del profesorado en técnicas de recuperación y autoexamen
8.5. Gestión de la resistencia al cambio metodológico en la comunidad educativa
8.6. Evaluación del impacto de la implementación de la práctica de recuperación en los resultados académicos

Temario

09 Herramientas tecnológicas para la práctica de recuperación y el autoexamen

9.1. Panorama actual de las tecnologías educativas aplicadas a la práctica de recuperación y el autoexamen
9.2. Sistemas de repetición espaciada digital: Anki, SuperMemo y alternativas destacadas
9.3. Plataformas de cuestionarios interactivos y evaluación en línea
9.4. Inteligencia artificial generativa aplicada a la creación automática de preguntas de recuperación
9.5. Analítica del aprendizaje y seguimiento del progreso del estudiante mediante datos derivados del autoexamen
9.6. Criterios de selección, evaluación y adopción de herramientas tecnológicas para la práctica de recuperación

10 Aplicaciones de la práctica de recuperación en la formación profesional, corporativa y el aprendizaje a lo largo de la vida

10.1. Especificidades de la práctica de recuperación y el autoexamen en la formación de personas adultas
10.2. Diseño de programas de formación corporativa fundamentados en la práctica de recuperación
10.3. Aplicaciones sectoriales de la práctica de recuperación y el autoexamen
10.4. El autoexamen como competencia transversal fundamental para el aprendizaje autónomo a lo largo de la vida

Titulación y certificados

Diploma de la Universidad EUNEIZ

Al aprobar todos los cuestionarios de evaluación recibes el **diploma en formato digital** de Curso de Formación Permanente, con sus 6 créditos ECTS y 150 horas.

Certificados de ICUFOR

Se descargan en PDF desde la Secretaría del campus, con un código único y QR para verificarlos.



Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

Proceso de matriculación

1 **Pulsa «Matricularme» en la ficha del curso**
Completa tus datos personales y de facturación.

2 **Elige la forma de pago**
Tarjeta, PayPal o transferencia bancaria.

3 **Entra en el campus y empieza**
Recibes por correo tus datos de acceso y, en cuanto se confirma el pago, tienes el temario completo. La matrícula está abierta todo el año.

Matricúlate | Más información



Métodos de pago

Pago único
El precio se abona una sola vez, sin cuotas ni renovaciones.

Seguridad
Pago online en la pasarela de Stripe o de PayPal.

Flexibilidad
Tarjeta de crédito o débito, PayPal o transferencia.

Acceso inmediato
Con tarjeta o PayPal, el campus se activa al momento.

Simplicidad
Matrícula y pago en dos pasos.

Facturación
Facturas en «Pagos y facturas» del campus.



¿Por qué elegir ICUFOR?

01

Formación accesible

Formación universitaria rigurosa y acreditada, íntegramente online y compatible con tu trabajo.

02

Calidad universitaria

Cada curso está acreditado por la Universidad EUNEIZ, con su memoria académica y sus créditos ECTS.

03

Impulso a tu carrera

Contenidos de utilidad práctica y una titulación que suma en méritos, concursos y bolsas de empleo.

04

Especialización

Cada curso trata una única temática a fondo: combínalos y construye tu propio itinerario.

05

Atención de calidad

Consultas al equipo docente por escrito o por chat, y un asesor de IA a cualquier hora.

¿Por qué elegir ICUFOR?

06
Contenidos actualizados
Los cursos se revisan periódicamente para incorporar las novedades de cada ámbito.

07
El curso, por escrito
Cada tema en tres formatos: contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave.

08
Autónomo, pero acompañado
Tú decides tu ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

09
Enseñanza adaptada
Sin horarios ni conexiones obligatorias: seis meses para terminar, ampliables si lo necesitas.

10
Estudio sencillo e intuitivo
Un campus virtual propio, sin instalar nada y accesible desde cualquier dispositivo.

¿Necesitas más información?

Te contamos cómo funciona el curso, los plazos y la titulación, sin compromiso.

www.icufor.com

info@icufor.com

+34 858 895 080

+34 746 044 519

Formación acreditada por Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

