AUTONOMÍA

Iniciativa personal

* Reconoce lo que puede hacer con ayuda y sin ayuda. Solicita ayuda cuando la necesita

Para la etapa preescolar, algunas de las actividades que los niños pueden hacer para fomentar su autonomía son las siguientes:

1. Ordenar sus cosas.

Incluyen cosas sencillas, como pedirles que recojan sus juguetes y coloquen los libros en su lugar después de usarlos.

1. Poner la ropa sucia en el cesto.

Enséñales que la ropa que ya usamos y está sucia o manchada, va en el cesto de la ropa sucia, para después ponerla en la lavadora. Si esto ya lo sabe hacer, puedes también enseñarle a separar la ropa blanca de la ropa de color.

1. Elegir su ropa y vestirse solos.

Desde los tres años podemos comenzar a permitirles participar en la toma de decisiones y una gran oportunidad de hacerlo, es dejándoles elegir la ropa que se pondrán. Más delante, alrededor de los cuatro o cinco años, ya podrán (y seguramente querrán) vestirse solos.

1. Ayudar a la hora de la comida.

Desde permitirles poner la mesa, hasta ser tu mini asistente mientras preparas la comida, invitar a los niños a la cocina es una buena manera de comenzar a involucrarlos en actividades que desarrollen su autonomía y además, de continuar estimulando su aprendizaje.

1. Asistir en la compra del súper.

No sólo es una gran oportunidad para pasar tiempo juntos, sino que también es una actividad que nos permitirá ayudarles a ser más autónomos. Permítele a tu hijo compartir ayudarte a elegir lo que llevarán, pidiéndole que busque algún producto o dejándole que te ayude a colocar la compra en la cinta del súper.

La idea es que los niños poco a poco se involucren en actividades diarias que les ayudarán a ser cada día un poco más independientes y también, que puedan conocer y aprender habilidades y responsabilidades que les servirán para la vida cotidiana.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Áreas de Desarrollo Personal y Social:**  Educación Socioemocional | **Organizador curricular 1:** | **Aprendizaje Esperado:** | |
| Autonomía |
| **Organizador curricular 2:** | *Reconoce lo que puede hacer con ayuda y sin ayuda. Solicita ayuda cuando la necesita* | |
| Iniciativa personal |
| **Actividad/consigna** | **Organización** | **Recursos** | **Día/Tiempo** |
| Inicio.  Observa las imágenes, reconoce y responde que actividades logra hacer solo y en cuales actividades necesita ayuda. | Individual | * Presentación con imágenes de diversas actividades * Lista de cotejo | Inicio: 15 minutos  Desarrollo: 25 minutos  Cierre: 15 minutos |
| Desarrollo.  Realiza una lista de actividades y comprueba si necesita ayuda o logra hacerlo por sí solo. |
| Cierre.  Registra sus resultados en la lista de cotejo marcando con una X la casilla correspondiente. |
| Observaciones. | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Consigna | No logra hacerlo | Requiere ayuda | Logra hacerlo por si solo |
| Vestirse por sí solo. |  |  |  |
| Subir y bajar cremalleras. |  |  |  |
| Abrocharse botones de prendas. |  |  |  |
| Ponerse calcetines y zapatos con velcro o con hebilla. |  |  |  |
| Poner la ropa del derecho y doblar algunas prendas simples. |  |  |  |
| Guardar y sacar las cosas de la mochila. |  |  |  |
| Ponerse la mochila. |  |  |  |
| Peinarse. |  |  |  |
| Lavarse la cara y las manos. |  |  |  |
| Cepillarse los dientes. |  |  |  |
| Ir al baño solo/a. |  |  |  |
| Limpiarse después de ir al baño. |  |  |  |
| Recoger sus juguetes u objetos de uso personal. |  |  |  |
| Ayudar en alguna tarea sencilla del hogar. |  |  |  |
| Usar la cuchara y el tenedor correctamente para comer. |  |  |  |