



Ser+

**DESARROLLO
SOCIOEMOCIONAL**

FICHA 2: Lo puedo lograr



1ro Primaria

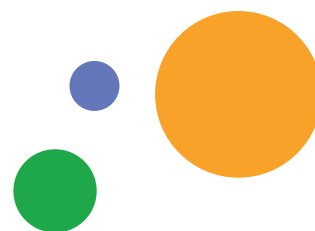
FICHA 2: Lo puedo lograr

Grado	Primero
Campo formativo	De lo humano y lo comunitario
Dimensión	Autonomía
Habilidad	Iniciativa personal
Indicador de logro	Reconoce responsabilidades y acciones que le ayudan a valerse por sí mismo.
Duración	30 minutos
Materiales	N/A
Resumen	<p>En la Actividad 1, las y los estudiantes reflexionan sobre las cosas que pueden hacer sin ayuda de algún adulto.</p> <p>En la Actividad 2, realizan un juego de mímica para representar acciones autónomas que sus compañeros deben adivinar.</p> <p>En la Actividad 3, comparten logros alcanzados y expresan lo que les gustaría aprender a hacer solos.</p>

FUNDAMENTO TEÓRICO

La iniciativa personal es la capacidad de reconocer nuestras responsabilidades y emprender acciones que nos ayudan a valernos por nosotros mismos. Está vinculada a la autonomía, la creatividad y la confianza para enfrentar desafíos cotidianos.

A esta edad, las y los estudiantes exploran el mundo con curiosidad, fortalecen su sentido de independencia y practican habilidades que les permiten realizar tareas sin la ayuda constante de adultos. La labor del docente es clave para promover estas habilidades, tanto dentro como fuera del aula.



Reflexiones para el desarrollo del docente

a) **¿Cuáles son sus emociones cuando ve a sus estudiantes tomar la iniciativa y actuar por sí mismos?** ¿Siente orgullo, sorpresa, incomodidad, preocupación?
Reconocer estas emociones puede ayudarle a acompañar mejor el proceso de autonomía de sus estudiantes.

b) **¿Cree que fomentar la iniciativa personal entra en conflicto con mantener la disciplina y el orden en el aula?** ¿Cómo puede equilibrar el desarrollo de la autonomía con la necesidad de establecer límites y rutinas claras?

c) **Piense en su propia rutina diaria:** ¿Hay decisiones que toma automáticamente sin cuestionarlas? ¿En qué momentos ha ejercido su propia iniciativa para mejorar su práctica docente o su bienestar personal?

ACTIVIDADES PARA LA CLASE

Introducción

[Todo el salón]

Actividad 1: ¡Mira todo lo que puedo hacer! (5 min)

Hoy vamos a pensar en las cosas que podemos hacer por nosotros mismos, sin ayuda de un adulto o de un amigo o amiga.

a) Mencione distintas acciones. Si el estudiante puede hacerla solo, se pone de pie. Si aún no puede, permanece sentado.

- Lavarse los dientes
- Hacer la cama
- Preparar el desayuno
- Limpiar su cuarto
- Hacer las compras
- Pintar una pared
- Manejar un coche
- Andar en bicicleta
- Usar una computadora

b) Pregunte: ¿Qué otras actividades pueden hacer solas y solos?

RECOMENDACIONES:

- Invite a los estudiantes a proponer acciones adicionales.
- Si el espacio es reducido, puede pedir que levanten la mano o hagan un gesto en lugar de ponerse de pie.



Desarrollo

[Parejas]

Actividad 2: Luces, cámaras, acción (20 min)

Todos los días aprendemos a hacer cosas nuevas por nuestra cuenta. Igual que aprendemos letra por letra antes de escribir palabras, también aprendemos paso a paso a hacer otras cosas difíciles.

- En parejas, cada estudiante piensa en algo que hizo solo el día anterior (por ejemplo, ordenar su cama o lavarse las manos antes de comer).
- Representa esa acción con mímica (sin hablar) y su pareja debe adivinarla.
- Seleccione algunas parejas para hacer la mímica frente a todo el grupo.
- El estudiante que representa la acción explica por qué es importante esa tarea y cómo le ayuda a valerse por sí mismo.

RECOMENDACIONES:

- **Si se les dificulta pensar en acciones, comparta ejemplos propios.** Por ejemplo, me despierto solo, me baño y me arreglo, hago mi desayuno, arreglo mi casa, etc.
- **Refuerce la idea de que no hay acciones pequeñas: todo logro cuenta.**

[Todo el salón]

Actividad 3: Mi desafío, mi responsabilidad (5 min)

Hay muchas cosas que podemos hacer por nosotros mismos sin la ayuda de los adultos y otras que estamos aprendiendo y lograremos hacer solos cuando seamos más grandes.

Pregunte:

- a) ¿Hay algo que vieron hoy que sus compañeros ya hacen solos y que a ustedes también les gustaría aprender? Ejemplos: “Quiero aprender a preparar mi desayuno” o “quiero organizar mi ropa”.
- b) ¿Cómo nos sentimos cuando logramos hacer algo sin ayuda? ¿Por qué creen que se siente bien hacer las cosas por uno mismo?

RECOMENDACIONES:

- Oriente la reflexión hacia emociones positivas como el orgullo, la alegría o la confianza.
- Si alguien expresa emociones negativas (frustración, tristeza), válidelas y refuerce que todos aprendemos a distinto ritmo.

Actividades cortas para continuar aprendiendo durante la semana

ACTIVIDAD 1: Cada estudiante dibuja algo que antes le costaba mucho y que ahora puede hacer bien..

ACTIVIDAD 2: Al iniciar la clase, mencionan una acción que ya hacen sin ayuda (guardar útiles, alistarse, recoger sus cosas).

ACTIVIDAD 3: Conversar sobre las responsabilidades que tienen ahora en casa y si las tenían cuando eran más pequeños.

ACTIVIDAD 4: Dialogar sobre tareas y responsabilidades del salón (cuidar los materiales, recoger la basura, llegar a tiempo).

ACTIVIDAD 5: Invítelos a cerrar los ojos e imaginarse con más responsabilidades al final de primaria. ¿Cómo se sienten al pensarlo?

Evaluación de la ficha

Nivel de logro: Reconoce responsabilidades y acciones que le ayudan a valerse por sí mismo.

Criterio	Nivel 1: Muy pocos lo hacen	Nivel 2: Lo hacen aproximadamente la mitad del salón	Nivel 3: Lo hacen la mayoría del salón
Identifican las responsabilidades y las acciones que les permiten valerse por sí mismo.			
Plantean nuevas acciones que les gustaría aprender o mejorar para ser más independientes.			
Aciertos en la implementación			
Recomendaciones para la próxima implementación			



COAHUILA

PA' DELANTE

