



Ser+

**DESARROLLO
SOCIOEMOCIONAL**

FICHA 1: Autonomía: Intereses, valores y principios



1ro Secundaria

FICHA 1: Autonomía: Intereses, valores y principios

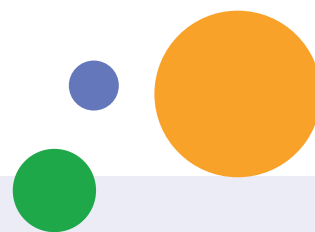
Grado	Primero de secundaria
Campo formativo	De lo humano a lo comunitario
Dimensión	Autonomía
Habilidad	Autonomía
Indicador de logro	Conoce qué es la autonomía
Duración	45 minutos
Materiales	Hojas de papel y plumones, marcadores o colores
Resumen	<p>En la Actividad 1, las y los estudiantes reflexionarán con base en una historia sobre ¿qué es la autonomía?</p> <p>En la Actividad 2, identificarán decisiones autónomas que han tomado</p> <p>En la Actividad 3, reflexionarán sobre los beneficios de la autonomía.</p>

FUNDAMENTO TEÓRICO

A lo largo de nuestra vida vamos aprendiendo a hacer más cosas por nosotros mismos: tomar decisiones, organizarnos, resolver problemas o elegir lo que es mejor para nosotros. A eso le llamamos autonomía. Ser autónomos no significa hacer todo solos, sino ser capaces de pensar, actuar y decidir con responsabilidad. Hoy vamos a reflexionar sobre qué tan autónomos somos y cómo podemos seguir desarrollando esta capacidad.

A esta edad, la autonomía se manifiesta como la capacidad de tomar decisiones personales, organizar sus actividades, expresar opiniones propias y asumir responsabilidades escolares y sociales

Esto les ayuda a conocerse mejor, ganar confianza en sí mismos y aprender de sus errores.



Reflexiones para el desarrollo del docente

IDENTIFIQUE y anote, durante una semana, las distintas decisiones que toma cada día, desde las más pequeñas hasta las más importantes.

Propongo:

Identifique 3 decisiones que haya tomado a lo largo de la semana: una de ellas simple, otra de dificultad moderada y por último, una compleja. ¿Qué hace que las decisiones sean difíciles de tomar? ¿Qué aprendió de usted al hacer esta revisión?

PREGÚNTESE: ¿Cuál fue mi motivación al tomar cada una de estas decisiones? ¿En qué medida las tomó por decisión propia o por hacer lo que se espera de usted? ¿Cree que cualquier otra persona hubiera hecho lo mismo? ¿Por qué??

Reflexione: ¿Qué consejo le hubiera servido escuchar como estudiante para ayudarlo a desarrollar autonomía?

ACTIVIDADES PARA LA CLASE

Introducción

[Todo el salón]

Actividad 1: Nuestras acciones (15 min)

a) Cuente la siguiente historia a las y los estudiantes:

“Marco tenía 12 años y acababa de entrar a primero de secundaria. Desde pequeño, le gustaba dibujar. Sus amigos jugaban fútbol en los recreos y, aunque a él no le gustaba tanto, siempre se unía para no quedarse solo.

Un día, la maestra de artes anunció un concurso de dibujo sobre la naturaleza. Marco sintió ganas de participar, pero tuvo miedo de que sus amigos se burlaran de él.

Marco dudó, pero recordó lo mucho que disfrutaba dibujar y que le gustaba atreverse a hacer cosas diferentes y ser creativo. Pensó en lo que realmente le hacía feliz y decidió inscribirse en el concurso. Durante varios días, trabajó en su dibujo, poniendo todo su esfuerzo y creatividad.

Cuando llegó el día de la presentación, sus amigos se sorprendieron. Algunos se rieron, pero otros lo felicitaron. Finalmente, Marco ganó el segundo lugar. Su familia estaba orgullosa y, lo más importante, él se sentía feliz de haber seguido su propio camino”.

b) Pregunte a las y los estudiantes y reciba algunas participaciones:

- ¿Qué impulsó a Marco a inscribirse al concurso de dibujo a pesar de lo que pensaban los demás?
- ¿Por qué Marco actuó con autonomía?

Marco tomó una decisión con autonomía. La autonomía es la capacidad de la persona para tomar decisiones y actuar de forma responsable, buscando el bien para sí mismo y para los demás. Marco tuvo que entrar en contacto con algunos de sus valores e intereses para tomar esta decisión. En la siguiente actividad seguiremos identificando decisiones guiadas por la autonomía.

RECOMENDACIONES:

- **Usted puede compartir ejemplos personales** en los que ha tomado decisiones con autonomía (al dar clases, seleccionar temas, planear, etc.), ejemplos de personas locales o de figuras contemporáneas que también han tomado decisiones valientes o desafiado cosas o creencias de un momento dado (deportistas, artistas o personas con las que las y los estudiantes se identifiquen). Esto hará que las y los estudiantes se identifiquen mejor con el concepto de autonomía y toma de decisiones responsables.

Desarrollo

[Parejas]

Actividad 2: Rueda de Autonomía (20 min)

Realicemos la siguiente actividad tomando en cuenta que la autonomía es la capacidad de la persona para tomar decisiones y actuar de forma independiente y responsable, buscando el bien para sí mismo y para los demás.

a) Pida a las y los estudiantes que abran su cuaderno o tomen una hoja y dibujen un círculo grande. Luego, que lo dividan en cuatro partes iguales. En cada parte deben escribir:

- Escuela
- Casa
- Amigos
- Tiempo libre

b) Indique a las y los estudiantes que, en cada una de las secciones, deberán escribir las respuestas a las siguientes preguntas:

- ¿Qué decisión puedo tomar con autonomía en esta área?
- ¿Cómo me siento al tomar esta decisión?

b) Invite a algunos voluntarios y voluntarias a compartir una idea de su rueda. Si no desean hacerlo en plenaria, pueden compartir en parejas o equipos pequeños.

RECOMENDACIONES:

- Recuerde a las y los estudiantes que sean sinceros, que no hay respuestas correctas o incorrectas.
- Pueden escribir con frases cortas o hacer dibujos si lo prefieren.

Cierre

[Individual]

Actividad 3: Reflexión grupal (10 min)

La autonomía significa que tú puedes tomar decisiones por ti mismo, pensando en lo que es mejor para ti y actuando con responsabilidad.

a) Pida a las y los estudiantes que llenen el siguiente “semáforo de la autonomía”

Acción	Rojo (todavía me cuesta trabajo)	Amarillo (voy mejorando)	Verde (ya lo hago)
Pedir ayuda cuando la necesito			
Tomar decisiones pensando en las consecuencias			
Cumplir con mis compromisos aunque no tenga muchas ganas			
Respetar acuerdos con otras personas			
Elegir con quien juntarme sin dejarme presionar			
Expresar mi opinión con respeto			

b) Abra un espacio para que, quien guste, pueda compartir sus descubrimientos.

Cuando practicas la autonomía, empiezas a sentir que tienes el control de tu vida, que eres capaz de lograr cosas por ti mismo (eso se llama autoeficacia) y poco a poco vas formando quién eres, tus gustos, tus valores y la persona en la que te quieres convertir. Durante las siguientes semanas estaremos platicando más sobre autonomía

RECOMENDACIONES:

- **Puede compartir algunas acciones que antes no podía hacer de manera autónoma pero que ahora realiza sin problemas** tratando de dar una perspectiva que incluya las responsabilidades que vienen con dicha acción. Por ejemplo: cuando tenía su edad moría de ganas de tener un coche y manejar a donde yo quisiera. Hoy puedo hacerlo, pero también tengo que hacerme responsable de todos los gastos que implica: gasolina, seguro, tenencia, servicio, etc.

Actividades cortas para continuar aprendiendo durante la semana

ACTIVIDAD 1: Asígneles algunos mini-retos de autonomía. La idea es que puedan dar respuestas rápidas y justificarlas.

Ejemplos:

- Tu mamá no te despertó por la mañana y estás a punto de llegar tarde a la escuela ¿qué haces?
- Entrando al salón de clases te das cuenta de que olvidaste la tarea ¿qué haces?
- Tienes que estudiar para un examen, pero no sabes por dónde empezar, ¿Qué haces?

ACTIVIDAD 2: En parejas, las y los estudiantes entrevistan a un compañero o compañera sobre sus intereses personales. Luego reflexionan sobre cómo conocerse a uno mismo y reconocer lo que les importa, les ayuda a tomar decisiones más conscientes y autónomas.

ACTIVIDAD 3: Pida a las y los estudiantes que dibujen o escriban un ejemplo de una situación en la que hayan tomado una decisión por sí mismos/as (por ejemplo,

decidir estudiar antes de jugar, pedir ayuda, resolver un conflicto). Luego, agregan al lado cómo se sintieron al hacerlo y qué beneficio obtuvieron. Esto les permite visualizar de forma clara qué es la autonomía y por qué es valiosa para su bienestar.

ACTIVIDAD 4: Las y los estudiantes eligen una causa que les interese (como salud mental, cuidado del medio ambiente o convivencia escolar) y piensan en una acción que podrían realizar por decisión propia para apoyar esa causa. Comparten sus ideas con el grupo y reflexionan sobre cómo esa decisión puede beneficiar su bienestar y el de otros.

ACTIVIDAD 5: Pida a las y los estudiantes que asuman la responsabilidad de una tarea del hogar durante una semana (puede ser sacar a pasear al animalito de compañía, lavar los trastes de la comida, barrer la sala y el comedor, etc.) y que tomen nota del efecto que tuvo en sus familiares.

Evaluación de la ficha

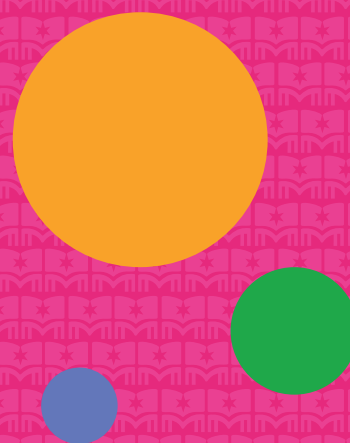
Nivel de logro: Conoce qué es la autonomía y cuáles son sus beneficios

Criterio	Nivel 1: Muy pocos lo hacen	Nivel 2: Lo hacen aproximadamente la mitad del salón	Nivel 3: Lo hacen la mayoría del salón
Explican con sus propias palabras qué significa tomar decisiones autónomas.			
Identifican qué acciones pueden desempeñar de manera autónoma y en cuáles tienen que seguir trabajando			
Aciertos en la implementación:			
Recomendaciones para la próxima implementación:			



COAHUILA

PA' DELANTE



IMPULSO
EDUCATIVO
COAHUILA


INSPIRA
COAHUILA

DIF
COAHUILA


SEDU
Secretaría de
Educación


DESARROLLO HUMANO
COAHUILA