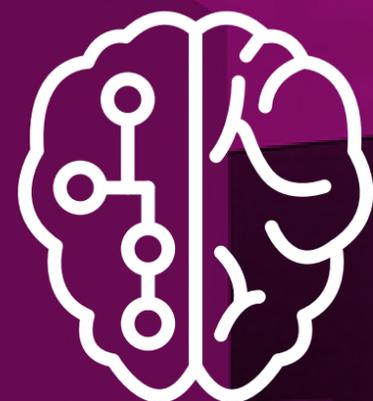


#YoMeQuedoEnCasa



COLEGIO  
CHAMPAGNAT  
HERMANOS MARISTAS

Departamento Psicopedagógico 2020  
Inicial-Primaria-Secundaria



### **Queridos padres de familia:**

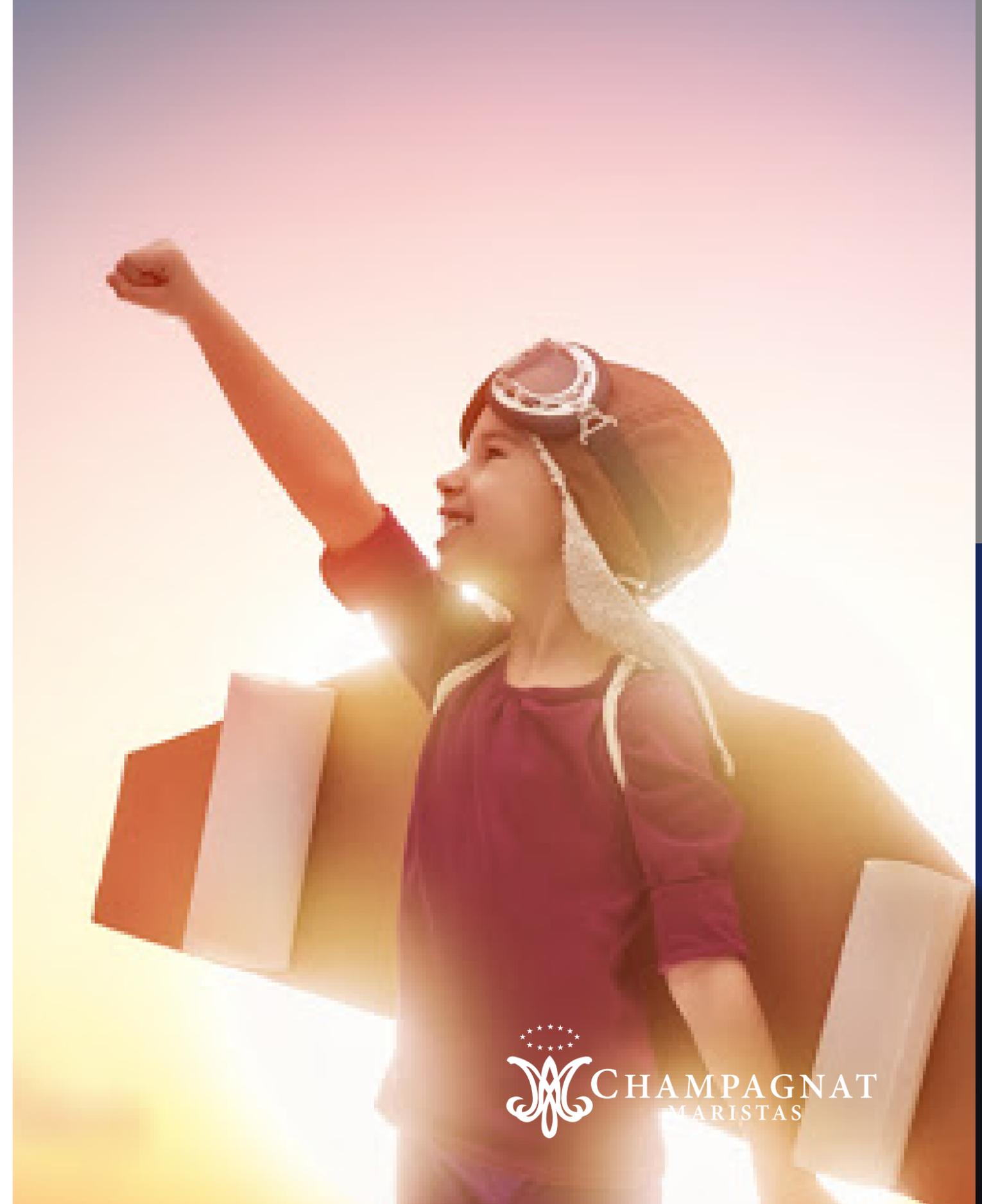
Como maristas, buscamos que nuestros estudiantes egresados sean capaces de expresar su opinión, tomar decisiones, asumir responsabilidades, ser emprendedores y tengan la capacidad de influir y dirigir el aprendizaje; para ello, es importante acompañar el desarrollo y la consolidación de las habilidades previas, entre ellas están: la autonomía, que permitirá al alumno ser independiente y proactivo. Como padre de familia, nos toca acompañar a nuestros hijos en este proceso, para que sientan nuestra presencia, se fortalezca el vínculo parental y a la vez, contribuya al desarrollo de la autoestima y seguridad.

## ¿Qué es la autonomía personal?

Es la capacidad de hacer las cosas por sí mismo, por propia iniciativa, sin necesidad de que otra persona esté continuamente ayudando a realizar determinadas acciones.

Que un niño sea autónomo significa que tiene que ir aprendiendo e interiorizando las consecuencias de sus propias acciones, saber cuidarse tanto a nivel físico como psicológico, manejarse ante situaciones negativas y superar poco a poco la frustración.

La autonomía se basa y requiere confianza en uno mismo. Cuando la autoestima, los pensamientos y los sentimientos del niño son estables, podrá llegar a ser una persona autónoma y generar la capacidad para no depender de los demás.





## Importancia de la autonomía en los niños

- Fomentar la autonomía en los niños les permite adquirir destrezas y herramientas para pasar las etapas de su desarrollo de forma positiva y saludable.
- Favorece la seguridad y la autoestima de los niños.
- Permite una mayor estabilidad emocional y afectiva.
- Ayuda a adaptarse a los cambios y asumir nuevos retos.
- Desarrollan las habilidades sociales para tener relaciones satisfactorias.
- Adquieren habilidades para solucionar problemas, creando diferentes alternativas y decisiones efectivas.

## Fomentar la autonomía en los niños

2-3 años	4-5 años	6-7 años	8-9 años	10-11 años	12 a + años
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Guardar juguetes en su caja</li> <li>● Amontonar libros en la estantería</li> <li>● Poner la ropa sucia en la cesta</li> <li>● Tirar cosas a la basura</li> <li>● Buscar pañales y toallitas</li> <li>● Pasar un trapito</li> <li>● Pasar un trapito para limpiar una superficie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Todas las anteriores</li> <li>● Dar de comer a la mascota</li> <li>● Limpiar un líquido derramado</li> <li>● Recoger juguetes</li> <li>● Hacer la cama</li> <li>● Ordenar su cuarto</li> <li>● Regar las plantas</li> <li>● Ayudar a poner y a recoger la mesa</li> <li>● Colocar cubiertos en su sitio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Todas las anteriores</li> <li>● Doblar las toallas</li> <li>● Llenar y vaciar el lavaplatos</li> <li>● Recoger hojas en el jardín</li> <li>● Ordenar sus libros y tareas del colegio</li> <li>● Preparar su mochila</li> <li>● Preparar su ropa para el día siguiente</li> <li>● Ordenar el baño después de bañarse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Todas las anteriores</li> <li>● Meter la ropa sucia en la lavadora</li> <li>● Poner su ropa en el armario</li> <li>● Pasar la aspiradora</li> <li>● Ayudar a ordenar la compra</li> <li>● Ayudar a cocinar</li> <li>● Hacer galletas o bizcochos</li> <li>● Limpiar la mesa después de recogerla</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Todas las anteriores</li> <li>● Limpiar el baño</li> <li>● Limpiar la cocina</li> <li>● Preparar menús sencillos</li> <li>● Cortar el césped</li> <li>● Barrer y limpiar el suelo</li> <li>● Ayudar a sus hermanos pequeños a hacer sus tareas</li> <li>● Sacar la basura</li> <li>● Ir a comprar el pan</li> <li>● Pasear al perro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Todas las anteriores</li> <li>● Cocinar</li> <li>● Realizar pequeños arreglos en casa</li> <li>● Limpiar las ventanas</li> <li>● Planchar ciertas prendas</li> </ul>

## Consejos para ayudar a los niños con su autonomía

- Permita que actúe solo y brinde su apoyo si es necesario y si se le solicita.
- Ayude a su hijo a establecer rutinas adecuadas.
- Enséñele que los errores son oportunidades para aprender.
- Enséñele a buscar soluciones: primero que piense una por sí mismo y después puedes ayudarle ofreciéndole más alternativas.
- Valore el esfuerzo antes que el resultado en el aprendizaje de los hábitos o tareas. El aprendizaje es un proceso y en muchas ocasiones no saldrá a la primera.
- Ayúdelo a aceptar sus errores o fallos animándole a conseguirlo la próxima vez.
- Dele su espacio para que pueda expresar sus gustos u opiniones ofreciendo opciones para elegir en algunos ámbitos.
- Hágalo participe de algunas decisiones familiares, dependiendo de la edad. Así, podrá sentir que su opinión también es importante.
- Fomente en el niño una imagen positiva, para que se valore y se respete.





**REFERENCIAS**

Celia Rodríguez Ruiz, (9 de enero 2019) Autonomía Infantil <https://educayaprende.com/autonomia-en-educacion-infantil>

Maite Vallet, (marzo 2017), Educar a Niños y Niñas de 0 a 6 años.