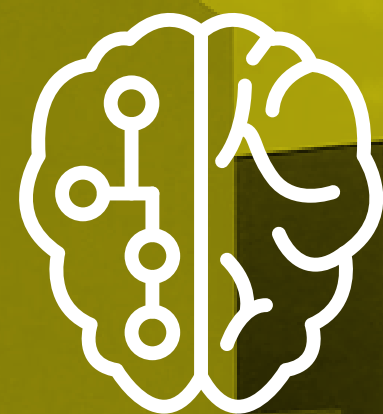


#YoMeQuedoEnCasa



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.

### **¿Por qué es importante el desarrollo de la autonomía en mi hijo?**

Es importante porque:

- Mejora la autoestima y la seguridad en sí mismo. La capacidad de hacer las cosas por uno mismo es fundamental para vencer inseguridades y para cuidar la autoestima.
- Favorece la capacidad de concentración, al ver que esto es su responsabilidad.
- Desarrolla la fuerza de voluntad y la capacidad de esfuerzo, imprescindible para lograr metas.
- Fomenta autodisciplina y control interno.
- Favorece la madurez y el desarrollo.
- Fomenta el aprendizaje de las normas y la comprensión de las mismas







Para que los niños puedan alcanzar la autonomía es importante tener en cuenta que:

- Los padres deben conocer las habilidades de sus hijos comprendiendo que son capaces de hacer de acuerdo con su etapa evolutiva.
- Los padres deben dar libertad a sus hijos, entendiendo que están en continuo proceso de aprendizaje.
- Para que un aprendizaje se vuelva automático requiere práctica y tiempo, por lo que es necesario darle tiempo suficiente para que aprenda.
- Al dar una instrucción, esta debe ser simple, clara, concisa y precisa, dejando poco espacio para los malos entendidos.
- Las consecuencias sobre la decisión que tome el niño deben establecerse al mismo tiempo que la instrucción.
- Los pequeños esfuerzos deben ser valorados, aunque no haya alcanzado el objetivo final. Es importante tener en cuenta el esfuerzo que han empleado los niños, la conducta se puede moldear hasta que consiga el objetivo planteado.
- Es importante modelar la conducta que deseamos que el niño aprenda, para que la pueda interiorizar correctamente y a partir de esto, hacer el seguimiento en el desarrollo de su autonomía.

## Autonomía por edades

| 2-3 años                                      | 4-5 años                      | 6-7 años                                     |
|-----------------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------|
| Comer solo                                    | Vestirse solo                 | Preparar mochila del colegio                 |
| Ordenar juguetes                              | Recoger su ropa               | Ordenar su cuarto                            |
| Llevar ropa sucia donde le indiquen           | Asearse                       | Colocar su ropa adecuadamente en los cajones |
| Colocar lo que le demos en la mesa            | Recoger y ordenar juguetes    | Cuidar de la mascota                         |
| Ayudar a vestirse                             | Ayudar a poner la mesa        | Poner y quitar la mesa                       |
| Amontonar libros en la estantería             | Ayudar en preparar la comida  | Ayudar en preparar la comida                 |
| Buscar pañales y toallitas                    | Dar de comer a la mascota.    | Ordenar sus libros y tareas del colegio.     |
| Pasar un trapito.                             | Limpiar un líquido derramado. | Doblar las toallas.                          |
| Pasar un trapito para limpiar una superficie. | Hacer la cama.                | Llenar y vaciar el lavaplatos.               |
| Tirar cosas a la basura.                      | Ordenar su cuarto.            | Preparar su ropa para el día siguiente.      |
|                                               | Regar las plantas.            | Ordenar el baño después de bañarse.          |

## Consejos para ayudar a los niños con su autonomía

- Brinda e incorpora poco a poco responsabilidades adecuadas para su edad (vestirse, arreglar y organizar las cosas de su cuarto, colaborar con las tareas de la casa, organizar y realizar sus tareas escolares).
- Involúcralo en la planificación y elaboración de tareas en eventos familiares (fiestas, paseos, salidas, compra, etc. )
- Establece horarios y rutinas así como reglas. Han de ser concisos, claros y consensuados. Si son pequeños, utiliza los apoyos visuales.
- Confía en sus capacidades y déjalo solo, aunque supervisa. Si le transmites que crees que es capaz, pero que a la vez implica un proceso con posibles errores, el niño lo creará y evitarás frustraciones.





- Deja que se equivoque, y habla con él, de lo que ha pasado y de cómo evitarlo. Haz que aprenda de sus equivocaciones.
- Estimula los logros con comentarios positivos. Deja los regalos para ocasiones especiales, que no se convierta en una motivación para ellos, ir aprendiendo la importancia de ser responsable, por los beneficios que le brinda y no porque vaya a recibir un regalo.
- Déjalo que haga las cosas solo, que sea autónomo y que tome sus decisiones. Supervísalo, pero desde la distancia.
- Enséñale a tomar decisiones, muéstrale cómo analizar y reflexionar las diferentes opciones.
- Explícale que cada acción tiene sus consecuencias. Tanto positivas como negativas, y que por lo tanto, él mismo es el responsable de sus actos.



**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.