



# La Autonomía, habilidad necesaria para el desarrollo integral del preescolar.

Autor(a): Medina García Alejandra Xóchitl  
Coordinación de Área L010, 15AOS2092W  
Tecámac  
25 de noviembre 2022



## **INTRODUCCIÓN.**

Como primer apartado, el siguiente trabajo parte de la reflexión que nos lleva, los diversos hechos históricos y socioculturales que van repercutiendo y transformando el escenario de la educación, identificando los retos y desafíos a los que enfrentaran nuestros alumnos; es por ello que el futuro estudiante se perfila como un individuo integral, que contribuya de una manera activa a su comunidad y pueda ser insertado en el ámbito laboral.

Ahora bien, como segundo apartado se presenta a la promoción de la salud desde la interacción educativa, que contribuye a fortalecer los factores para el desarrollo de un mejor bienestar tanto físico como emocional, el cual repercutirá en un mejor desempeño académico.

Por tal razón se retoma a Luna, S. (2015) rescatando el pilar aprender a ser donde se incluyen competencias sociales e interculturales, la iniciativa, autonomía y responsabilidad personal, las competencias de producción de sentido, las competencias meta -cognitivas, de pensamiento emprendedor entre otras; como se puede observar el autor propone como una de las habilidades importantes a desarrollar en las y los alumnos es la autonomía, por ello en este documento se dedica en el tercer apartado a abordar el concepto de autonomía y los elementos que la integran ( la autoestima, la confianza, la seguridad, el juego entre otros). A su vez, también se hace mención como es abordada la autonomía desde la Área de Educación socioemocional, presentada en los Planes de estudio del 2017.

En ese sentido se recupera el papel de orientador, guía, de acompañamiento y liderazgo que debe implementar en el aula la y el docente.

Considerando al Nivel educativo de Prescolar, como aquella primera base formal, donde se facilita el desarrollo de diversos aprendizajes, convivencia y por supuesto el desarrollo de habilidades como son la autonomía.

La presente guía tiene como propósito el diseñar una estrategia de intervención pedagógica que le permita fortalecer y practicar hábitos y rutinas hacia el desarrollo de una autonomía, los cuales le ayudaran a una mayor independencia, responsabilidad y

autoestima, así como la toma de decisiones.

Finalmente en el cuarto apartado se presenta la propuesta pedagógica que está integrada por 3 momentos: En el primer momento se trabaja el Área de desarrollo personal y social a través de la Educación socioemocional con la dimensión Autonomía y la habilidad iniciativa personal., en ella se motiva a la alumna y alumno a que a través de diversas actividades reflexionen y practique hábitos en relación a la higiene personal, durante dos sesiones, llevando un seguimiento a través de una línea del tiempo que los alumnos compartirán.

En el segundo momento se continúa trabajando con el Área de desarrollo personal y social a través de la Educación socioemocional con la dimensión Autonomía y la habilidad liderazgo y apertura. Se promueven actividades en relación a su autoestima, en esta ocasión la y el alumno hará una pequeña presentación por medio de un cartel, de sus fortalezas y cualidades y cumplirá un reto, que consistirá en identificar una habilidad o capacidad de acuerdo a su desarrollo y la compartirá con sus compañeros.

En el tercer momento se trabaja el Área de desarrollo personal y social a través de la Educación socioemocional con la dimensión Autonomía y la habilidad autoeficacia, en dicha intervención la y el alumno reflexionarán sobre las problemáticas ambientales (contaminación, exceso de basura, escasez de agua, abuso de la energía eléctrica etc.) que se presentan en el mundo y en su comunidad, dialogarán sobre qué acciones desde sus posibilidades y apoyados de un adulto pueden realizar, nuevamente se presenta un reto con un seguimiento de la actividad seleccionada por la y el alumno y también se compartirá su avance al grupo.

En todos los momentos se lleva a cabo una coevaluación, identificando las emociones que se presentaron en sus acciones y el esfuerzo al implementarlas

## **Desarrollo**

### **1. Los Retos de la Educación del Siglo XXI.**

Sabemos muy bien que todo hecho histórico también es trascendental en la educación y hoy en día que vivimos en una Sociedad Globalizada es de esperar que los principios estén encaminados hacia el desarrollo de una educación inclusiva, obligatoria, gratuita, integral e incluso tecnológica.

En favor de dicha propuesta el Artículo 5 de la Ley General de Educación indica lo siguiente:

Toda persona tiene derecho a la educación, el cual es un medio para adquirir, actualizar, completar y ampliar sus conocimientos, capacidades, habilidades y aptitudes que le permitan alcanzar su desarrollo personal y profesional; cómo consecuencia de ello contribuir a su bienestar, a la transformación y al mejoramiento de la sociedad de la que forma parte. (L.G.E. Artículo 5, p.2).

En este concepto rescatamos el aspecto filosófico, donde se habla de la educación para desarrollar a la persona y al profesional que, como consecuencia serían miembros activos y útiles para la sociedad.

Bajo esa misma línea el Derecho a la Educación previsto en el Artículo 28 de la Convención sobre los derechos del niño (1989), presenta:

Qué es responsabilidad del Estado definir políticas públicas que garanticen el acceso a la educación gratuita para todos los ciudadanos, un sujeto educado accede a reconocer e innovar sus derechos legales, fortaleciendo sus hábitos sociales que le permitan tomar decisiones responsables ante los diferentes factores que puedan poner en riesgo su vida. En este concepto se pone énfasis que la educación es un referente para que el individuo tome decisiones favorables a su bienestar. (p.9)

De igual importancia Vincezi y Freda (2009), mencionan:

La educación es una condición necesaria para promover la salud de los individuos y las comunidades. La educación debe favorecer el acceso a la información, el

desarrollo de las habilidades para la vida, la identificación de posibilidades de elección saludables y el empoderamiento de los individuos y la comunidad para actuar en defensa de su salud. La promoción de la salud desde la interacción educativa, se relaciona con el fortalecimiento de aquellos factores que mejoran la calidad de vida: los valores sociales (responsabilidad, solidaridad, cooperación, compromiso entre otros). La participación de los individuos en actividades comunitarias y su integración en actividades grupales positivas (deporte, lecturas, artes entre otras), la integración de la familia a la actividad escolar y el desarrollo personal de los individuos (autoestima, relaciones interpersonales, proyecto de vida, superación de obstáculos, derecho a y deberes entre otros). (p.2)

Cabe señalar que Sternberg y Subotnik (2006 citado en Luna, 2015) propone un plan de estudios basado en tres capacidades o las 3R: la primera es el razonamiento (pensamiento crítico y analítico y capacidades de resolución de problemas), la segunda es la resiliencia (competencias para la vida, flexibilidad, adaptabilidad y autonomía) y la tercera responsabilidad (solidaridad, creatividad, y el conocimiento en principio de un bien común).

Como hasta ahora hemos revisado, son complejas las propuestas sobre las competencias y habilidades que deberían de desarrollar los estudiantes del Siglo XXI; por tal razón retomaremos a Luna (2015), que propone el desarrollo de cuatro ámbitos temáticos indispensables para la vida moderna: concienciación al mundo, alfabetización o adquisición de conocimientos básicos sobre finanzas, economía, mundo de los negocios y emprendimiento, alfabetización o adquisición de conocimientos básicos sobre civismo y alfabetización o adquisición de conocimientos básicos sobre la salud, incluida la concienciación en materia de salud y bienestar. Dichos ámbitos son vinculados a los cuatro pilares de la educación como son aprender a conocer, aprender a hacer en el cual entran habilidades como el pensamiento crítico, la resolución de problemas, la comunicación y colaboración, la creatividad e innovación, la alfabetización de conocimientos básicos sobre información, medios de comunicación y tecnologías, por otro lado el pilar aprender a ser donde se incluyen competencias sociales e interculturales, la iniciativa, autonomía y responsabilidad personal, las competencias de producción de sentido, las competencias meta-cognitivas, de pensamiento

emprendedor. Y por último el pilar aprender a vivir juntos vinculado a las competencias buscar y valorar la diversidad, trabajo en equipo, ciudadanía cívica y digital, competencia global y competencia intercultural.

Es por ello que nuestro interés se centra en el pilar aprender a ser, en especial la competencia autonomía es por ello que para Herring (2012 citado en Luna, 2015), pone énfasis:

En la importancia de la interacción y del trabajo en equipo en las próximas décadas es esencial en el aprendizaje y en ello resalta que los estudiantes que son autónomos entienden su aprendizaje como una responsabilidad personal y están dispuestos a mejorar su competencia a lo largo de toda su carrera, y están intrínsecamente motivados, entienden que su pasión por aprender está íntimamente relacionada con su capacidad de tener éxito. (p.7)

Aunado a dicha información otro elemento sobresaliente es el fomentar en los estudiantes la agilidad mental, la curiosidad, por ello se dispone de una mirada a la tecnología digital, permitiéndoles en un futuro que compartan e intercambien conocimientos fácilmente y que las personas autodidactas sigan aprendiendo por sí mismas, ejercitando dicha competencia podría contribuir a la preparación del estudiante para el trabajo y la vida en el Siglo XXI.

En tal sentido en este documento nos enfocaremos a promover acciones dentro del aula, en favor del desarrollo de la autonomía que como hemos revisado es una competencia esencial para el aprendizaje y desenvolvimiento en el futuro estudiante, es por ello que se trabajara en acciones que el docente puede implementar en su intervención pedagógica desde etapas tempranas como es el nivel preescolar.

## **2. ¿Cómo acrecentar la confianza y seguridad en las alumnas y alumnos?**

En ocasiones asistimos a las aulas o alguna reunión donde se presentan niños y observamos que sin conocernos se acercan a interactuar con nosotros, de manera libre y espontánea, seguros y nos dan una opinión de la situación sin problema, ¿qué situaciones o acciones han experimentado para tener esas habilidades?

Para dar respuesta a la pregunta anterior Pozzi y Valdés (2007, p.8) concuerdan que el

desarrollo de una adecuada autoestima favorece la personalidad del alumno y le promueve de actitudes adecuadas para enfrentar los problemas, un niño con alta autoestima tiene más posibilidades de sentirse bien y alcanzar las metas que se propone.

La autoestima del niño se ve fortalecida cuando apoyamos a superar sus debilidades y resaltamos sus cualidades, cuando aceptamos a que el niño forma parte de un individuo independiente y diferente a nosotros.

Considerando dicha competencia, Pozzi y Valdés (2007, p.9) proponen algunas acciones en las que el Padre de familia como el docente puede fomentar para fortalecer su autoestima:

La alumna o alumno deben aprender a conocerse, a aceptarse, deben practicar la opinión de elegir sus gustos diferentes a nosotros.

Continuar con el desarrollo de la curiosidad infantil, alentar a través de la lectura, el juego y la exploración de mundo, creándose confianza en él y permitiéndolo tomar decisiones.

La libertad como respuesta a la toma de decisiones. El niño en su alrededor constantemente se enfrenta a realizar actividades y es importante que las realice solo, aunque en ocasiones las logre o no, lo que le permite que aumente su confianza en sí mismo.

Respecto a su ritmo de crecimiento es importante reconocer que exista la madurez física, psíquica y emocional necesaria para que el niño o niña pueda desarrollar sus habilidades, sin ser forzadas o dañadas.

Es importante la expresión de sus sentimientos en el que el observe y comparta la expresión de sus sentimientos.

Ante una conducta que consideramos mala, demostrar que nos molesta el acto, pero no el niño: identificando lo que nos molesta de la acción y ayudándolo a cambiar su comportamiento.

Demostrándole nuestro apoyo incondicional a través de palabra, mimos y abrazo

Así también Pozzi y Valdés, (2007) proponen:

Como elemento importante a trabajar en los niños es el Juego; para los autores, el juego desempeña un papel importante en la comunicación, interviene en el desarrollo de los sentidos, de la motricidad y de las emociones. Es la manera natural en el que el chico procesa las dificultades y angustias que inevitablemente ocupa aparte de su vida. Por tal razón es importante que el padre de familia y el docente genere espacios de juego necesarios y dándole la libertad necesaria para que desarrollen su juego. Por medio del juego el niño, resuelve situaciones difíciles, también puede jugar un papel de autoridad o poder y lo adecua o modifica según sus intereses., a través de la imaginación, la fantasía vive situaciones placenteras y las puede revivir las veces que quiera. (p.7)

Lo que supone que en las prácticas pedagógicas como en las actividades que realice el alumno en su entorno debe de predominar el juego para conocerse a sí mismo, conocer su entorno, sus pares y las reglas de convivencia.

Otro aspecto que hace mención los autores es la actividad física, como el medio para el desarrollo físico y mental del niño, y su interacción con los medios y con los pares, mejorando su estado de ánimo, aumentando su autoestima y favoreciendo su bienestar. (Pozzi y Valdés, 2007, p.16)

También contribuye desarrollando la creatividad al hacer uso de su cuerpo como un vehículo de expresión, fomentando el respeto hacia el otro cuerpo, generando confianza en uno mismo y en las propias posibilidades y aceptando que todos somos diferentes y por ende, tenemos diferentes niveles de destreza.

Y como último elemento Pozzi y Valdés (2007), propone:

La importancia de sentirse cuidado y valorado, cuando un niño confía en los demás, es porque se siente seguro y para sentirse seguro debemos crear confianza, la cual se logra cuando cumplimos con nuestra palabra, cuando sabemos a qué atenernos y que esperar del otro. Es decir conocer que sus necesidades y sentimientos nos importan. (p.32)



Es muy común que cuando vivimos algo placentero, le damos gran importancia a esas emociones, deseando que nuestros hijos tengan una mayor experiencia en relación a estas emociones (placer, alegría, tranquilidad, optimismo etc.). Pero en la vida no todo es satisfacción, también vivimos el dolor y el sufrimiento y es importante que cuando vivan una situación no placentera, estén presente los padres y lo acompañen en su dolor y aprendizaje.

Como podemos rescatar dichos elementos como el desarrollo de la autoestima, la creatividad, el sentirse valorado, el juego y la práctica de actividad física le permitirán desarrollar una confianza y seguridad en sí mismo.

### **3. La importancia del desarrollo de la autonomía en los alumnos de nivel Preescolar.**

Primeramente vamos a referirnos a algunos conceptos sobre Autonomía.

Entendemos por autonomía la capacidad que posee el individuo para enfrentarse al mundo que lo rodea, así como la valoración que hace y el concepto que tiene de sí mismo como persona con un pensamiento propio; que posee habilidades, conocimientos y aptitudes que lo hacen un ser seguro, emprendedor, positivo y con éxito en la vida. (Morales, 2006).

Mientras que para Sánchez (1987 citado en Morales, 2006), menciona que cuando el niño comienza a moverse, quiere explorar, investigar y hacer las cosas por el mismo, el niño comienza a desarrollar un sentido de independencia, es decir autonomía, aprende a controlar sus impulsos y a sentir orgullo de sus ejecuciones desarrolla un sentido de autocontrol y adecuación.

Así pues Piaget la define como el procedimiento de educación social que tiende, como todos los demás a enseñar a los individuos a salir de su egocentrismo para colaborar entre si y someterse a las reglas comunes. Lo que contribuye a desarrollar a la vez la personalidad del alumno y su espíritu de solidaridad. Respecto al plano intelectual la autonomía desarrolla cualidades paralelas en relación al respeto mutuo en el plano moral (la discusión objetiva, aquella que consiste en colocarse dentro del punto de vista ajeno para pensar en pro y en contra de las opiniones expuestas) también es esto, junto al enriquecimiento efectivo que resulta de la cooperación de los niños, desde el punto de

vista de esa moral de pensamiento, que son la lógica de lo verdadero (Mena, 2018).

Desde otra perspectiva, pero no menos importante se conceptualiza a la autonomía como una de las competencias emocionales que contribuye al desarrollo de habilidades de la empleabilidad en el mundo laboral. En vista de ello (Bisquerra y Pérez, 2007), propone una estructuración de las competencias emocionales y las abarca en cinco bloques:

1. Conciencia emocional.
2. Regulación emocional.
3. Autonomía personal.
4. Inteligencia interpersonal.
5. Habilidades de vida y bienestar.

Para nuestro interés retomaremos la competencia de la autonomía personal, en la cual Bisquerra (2007), incluye un conjunto de características como son la autoestima, la automotivación, la actitud positiva, responsabilidad, análisis crítico de normas sociales, búsqueda de ayuda y recursos y la autoeficacia emocional (p.13).

A continuación se presenta la integración de cada característica mencionada por el autor.

**Autoestima:** tener una imagen positiva de sí mismo, estar satisfecho de sí mismo, y mantener buenas relaciones consigo mismo.

**Automotivación:** capacidad de auto motivarse e implicarse emocionalmente en actividades de diversas de la vida personal, social, profesional, de tiempo libre etc.

**Actitud positiva:** sentido constructivo del yo (self) y de la sociedad, sentirse optimista y empoderado al afrontar retos diarios, intención de ser bueno, justo, caritativo y compasivo.

**Responsabilidad:** intención de implicarse en comportamientos seguros, saludables y éticos. Asumir la responsabilidad en la toma de decisiones.

**Análisis crítico de normas sociales:** capacidad para evaluar críticamente mensajes sociales, culturales y en las redes, relativos a normas sociales y

comportamientos personales.

**Buscar ayuda y recursos:** capacidad para identificar la necesidad de apoyo y asistencia, saber acceder a los recursos disponibles apropiados.

**Auto/eficacia emocional:** el individuo se ve así mismo, que se siente como se quiere sentir. Es decir, que uno acepta su propia experiencia emocional, tanto si es única y excéntrica como si es culturalmente convencional y está aceptando, está de acuerdo con sus creencias.

**Resiliencia:** para afrontar las situaciones adversas que la vida pueda deparar. (Bisquerra, 2007, p.10)

La autonomía por tanto, implica el gobierno de uno mismo y nos define como personas libres, capacitados para elegir y actuar de forma independiente, siendo consciente y responsable de las consecuencias de nuestras acciones, y para desarrollar un pensamiento crítico sobre la información recibida del entorno formando así nuestras propias ideas, pensamientos, valores y sentimientos que nos concretan como seres individuales. Foulquier (1968 citado en Mena, 2018).

Después de analizar las diferentes concepciones llegamos a la conclusión que la Autonomía es aquella capacidad que refleja el individuo, de independencia, individualidad, seguridad y confianza en sí mismo, que le permite actuar con certeza ante diversas problemáticas o circunstancias que le presenta la vida.

### **3.1. Factores que influyen en el desarrollo de la autonomía.**

El apego. Diversas investigaciones muestran que las relaciones que entabla el niño en el núcleo familiar: la forma y la naturaleza de su interacción con sus progenitores, que resulta del establecimiento del apego en los primeros años: será la base del desarrollo, posterior de la seguridad que experimente en el ambiente en que se encuentre inmerso y de la confianza en sí mismo que esto le demande y viceversa.

Por tanto el apego entre la madre e hijo permite la ampliación del conjunto de respuestas emocionales durante el desarrollo infantil: es por ello que las angustias frente a las separaciones y el alejamiento real entre ambos, y con extraños tiene un proceso, aceptando dichas reacciones y experimentándolas, podrá alcanzar el nivel de desapego sobreviviendo emocionalmente a nuevas situaciones (Morales, 2006).

También la autonomía con lleva a una interacción entre los alumnos y no solo la docente sino también con el resto de sus compañeros, quienes en múltiples ocasiones deben entablar acuerdos y ayudarse los unos a los otros, de forma que el enriquecimiento sea bidireccional, adquiriendo un grado de autonomía más en conjunto. Es importante que el docente ofrezca dichas prácticas ya que estas situaciones son un reflejo de la sociedad en la que estamos inmersos, en la que el contacto y trabajo colaborativo con otras personas es constante. Como refleja Mena (2018), la autonomía en la escuela se propone:

Dar a los alumnos una participación y colaboración activa en toda la vida de la escuela para desarrollar y afirmar la autonomía y la confianza de los alumnos entre sí, entre ellos y el maestro; por tanto cuando se habla de autonomía personal, se tiene siempre presente nuestro entorno y las personas que lo componen.(p.29)

Como otro factor importante a identificar se encuentra según Robison (2009 citado en Mena, 2018), en que el talento se debe de potencializar en el colegio desde las primeras edades a través de la creatividad, ya que esta permite descubrir las cualidades en las que cada uno destaca. También asegura que todos los niños tienen un talento excepcional y los adultos son quienes provocan la pérdida del mismo. Los niños no tienen miedo a equivocarse y tienen una imaginación deslumbrante de lo que se debe sacar mucho provecho, para que esta condición exista es fundamental, la labor de la persona docente como guía y facilitadora de materiales y orden de entornos propicios para el aprendizaje. El concepto de creatividad se relaciona con el de autonomía, ya que la creatividad está presente en el tema de decisiones, en la investigación, y exploración del entorno que nos rodea, así como la búsqueda de respuestas a las interrogantes que los alumnos se plantean.

Finalmente el desarrollo de la autonomía es un proceso largo y continuo que debe de fomentarse a lo largo de la vida, especialmente en la etapa educativa.

A continuación te presentamos algunas estrategias en favor del desarrollo de la autonomía.

- Una niña o niño es autónomo y responsable si...

- Ha adquirido hábitos personales (asearse, vestirse, atarse los zapatos y comer entre otros) en función de la edad que tenga.
- Puede razonar lo que debe hacer.
- Presenta fuerza de voluntad en la ejecución de las tareas.
- Se plantea nuevos retos y objetivos.
- No echa la culpa a los demás.
- Puede tomar decisiones distintas de las que otros toman en el grupo en el que sea mueve (amigos, pandilla, familia, etc.) que sean para él o ella adecuadas, aunque sean diferentes de la opinión de los demás.
- Respetar y reconocer los límites establecidos por los padres, aunque en ocasiones puedan discutir o incluso llegar a una negociación de acuerdo con la edad de la niña o el niño.
- Puede concentrar su atención en tareas complicadas (dependiendo de su edad) durante cierto tiempo, sin llegar a situaciones de frustración y abandono.
- Se conoce así mismo, intenta conocer y mantenerse en equilibrio emocional.

### **¿Cómo se fomenta la Autonomía?**

Se debe ofrecer a la niña o niño, alternativas en sus elecciones, para que tome decisiones y acepte sus consecuencias.

Presentar retos que supongan un incremento en la dificultad.

Valorar el esfuerzo que realiza la o el alumno.

Respetar su privacidad.

Estimular su razonamiento. No desanimarles.

Después de conocer los aspectos que favorecen al desarrollo integral del alumno al incorporarla autonomía en su desempeño, ahora vamos a visualizar como la habilidad de autonomía es abordada en la Educación básica.

El plan de estudios (2017) presenta en el Área de Desarrollo Personal y Social; el Área

de Educación socioemocional la cual en nivel preescolar plantea los siguientes propósitos:

- Desarrolla un sentido positivo de sí mismo y aprender a regular sus emociones.
- Trabajar en colaboración.
- Valorar sus logros individuales y colectivos.
- Resolver conflictos mediante el dialogo.
- Respetar reglas de convivencia en el aula, en la escuela y fuera de ella, actuando
- Con iniciativa, autonomía y disposición para aprender. (p.520)

Como podemos observar dentro de los propósitos que considera el Plan de estudios (2017, p.549) se encuentra como elemento importante el desarrollo de la autonomía en el estudiante; debido a que uno de los objetivos de la educación se centra en generar oportunidades de aprendizaje para que el estudiante se vuelva autónomo, como elementos para ejercitar la autonomía se propone el respeto, el dialogo y la colaboración. Proponiendo su desarrollo a través de cinco habilidades que a continuación se presentan:

Iniciativa personal. En esta habilidad se pretende que el alumno haga uso de sus capacidades y realice acciones que le ayuden a valerse por sí mismo.

Identificación de necesidades y búsqueda de soluciones. Implica una toma de perspectiva de las propias necesidades y las del otro, así como la capacidad de buscar soluciones éticas en función del bienestar colectivo.

Liderazgo y apertura. Es una capacidad de dialogo, y toma de perspectiva. Se pretende vincular con otros de manera colaborativa para mejorar su entorno, así como participar activamente en los asuntos que les afecte.

Toma de decisiones y compromiso. Se relaciona con la capacidad de tomar decisiones sobre sí mismo y actuar en función de lo que le beneficia y le perjudica a sí mismo y a los demás.

Autoeficacia. Valorar la capacidad para llevar a cabo acciones que permitan mejorarla propia realidad y la de los demás. Tomando en cuenta el acervo de experiencias previas que apoyen esa confianza personal. (p.249)

En tal sentido el Plan de estudio proponen un papel de mediador para el docente a través del uso del respeto y el dialogo, al valorar las opiniones de los estudiantes, plantean hipótesis o pueden reflexionar críticamente sobre algún fenómeno o hecho, al facilitar experiencias prácticas en las que tomen decisiones por sí mismos, las argumenten y asuman las consecuencias de las mismas (Plan de estudios,2017).

Por lo tanto Mena (2018), propone algunas actividades que contribuyen al desarrollo de la autonomía.

Una actividad interesante es la preparación de alimentos, donde siendo ellos quienes pelen, corten los alimentos, de esta manera se responsabilizan de su práctica diaria necesaria para vivir y son conscientes los alumnos del esfuerzo que se realiza. Haciendo uso responsable de los materiales, lo que se consigue es que no se les tenga temor, sino que se utilicen con cuidado. Se debe de llevar a cabo bajo un clima de seguridad y bajo una vigilancia atenta por parte de un adulto, pero otorgándole confianza a los alumnos y dándole indicaciones con paciencia.

Otra acción es la reflexión y la formulación de preguntas para hacer pensar a los alumnos., a través de cuentos en los que se puede preguntar que creen que es lo que va ocurrir antes de develar lo que está escrito, hablar sobre finales alternativos o proponer situaciones similares que pueden ocurrir en nuestros alumnos. (p.96).

Promover actividades en las que se mezclen diferentes grados (1° y 2° o 1° y 3°), donde se fomentará la responsabilidad de los mayores y va a otorgar la oportunidad de que cada alumna y alumno, se sitúe en donde más cómodo e encuentre dependiendo de su desarrollo en las diferentes competencias, propiciando el desarrollo de la inteligencia emocional y social.

Otra actividad es tratar a cada alumno de manera individual como persona única y diferente, porque cada persona tiene sus particularidades y con una mochila de experiencias y vivencias completamente distinta a la de sus compañeros.

En virtud de la información recabada, el docente o la docente tiene un gran reto, el promover acciones para mejorar la independencia de las y los estudiantes en el aula,

en los espacios de esparcimiento, lograr que los estudiantes puedan realizar sus responsabilidades solo sin necesidad de una constante repetición como es el manejo de sus materiales, su aseo y presentación personal, el manejo de emociones (la autorregulación y el autocuidado) la manera de resolver conflicto, la toma de decisiones y otros hábitos y rutinas que implemente continuamente. Ante tal situación surge la pregunta ¿qué acciones se pueden promover para que el alumno desarrolle una autonomía?

El objetivo es diseñar una estrategia de intervención pedagógica que le permita fortalecer y practicar hábitos y rutinas hacia el desarrollo de una autonomía, los cuales le ayudaran a una mayor independencia, responsabilidad y autoestima, así como la toma de decisiones.

#### 4. Propuesta pedagógica.

La propuesta está integrada por 3 momentos.

Nivel/ Preescolar. <b>PRIMER MOMENTO.</b> Campo de formación o Área de desarrollo personal y social:				
Tercer grado.		Educación Socioemocional.		
Dimensión /AUTONOMIA. Habilidad: Iniciativa personal.				
Indicador de logro: Reconoce lo que puede hacer con ayuda y sin ayuda.				
Fecha	tiempo	Actividades a realizar	Material	Observaciones
	2 sesiones  30-40 minutos	<p><b>Primera sesión.</b></p> <p>Primeramente se le preguntara a los alumnos comose encuentran, posteriormente realizaran unos ejercicios de estiramiento. Después se les presentara imágenes de niñas y niños de diferentes edades: el primero será un bebe y se les preguntara que necesita y que podrá realizar el solo, se escuchara los comentarios. Así se continuara presentando imágenes de un niño de meses, de un niño de 2 años, de un niño de 4 años, de un niño de 5 años y de un niño de 7.</p> <p>Después se les preguntara en cual imagen creen ustedes encontrarse, una vez seleccionada la imagen los alumnos dibujaran los hábitos que requiere tener en esa edad (de higiene, de alimentación, de seguridad, de orden etc.).</p> <p>Se les solicitara que durante 10 días observen las actividades que realizan y las vayan dibujando en un cuadro como el siguiente y cada día irán registrandolas actividades que van realizando y comentaran los cambios que han presentado. Ejemplo antes me tardaba</p>	<p>Imágenes o fotos de un bebe, un niño de un año, un niño de 3 años, un niño de 5 años.</p> <p>Hojas y crayones.</p>	



		<p>mucho en amarrar las agujetas, ahora ya me tardo menos, antes me bañaba mi mamá, ahora me baño yo solo, antes me ayudaba a vestir mi mamá ahora yo lo intento más veces. Etc.</p> <p>El reto es observar y elegir una actividad que realicen en casa y dibujar el avance que tienes al realizarla másseguido.</p>		
--	--	--	--	--

		<p><b>Segunda sesión.</b></p> <p>Dentro de 10 días traerás tu trabajo y comentaras a tuscompañeros que encontramos al observar la actividad y si existió mejoría al practicarla. Finalmente al pasar 10 días, el alumno con ayuda de su mamá o papá compartirá su experiencia, así como sus avances y las áreas de oportunidad.</p> <p>Evaluación: se llevara a través de la observación al exponer su trabajo y por medio de una lista de cotejo se hará un espacio para que los compañeros realicen una coevaluación de la actividad a través de las siguientes preguntas:  ¿Cómo se sintieron al elegir unaactividad?, ¿la actividad que eligieron la realizaban solos o con ayuda?, ¿quién les prestaba la ayuda? y ¿ quién cumplió el reto de realizar la actividad sin ayuda?, les gustaría empezar a practicar o aprender otra actividad.</p>		
--	--	--	--	--

Formato para la actividad.

Actividad	Día 1	Día 4	Día 5
-----------	-------	-------	-------

Formato de evaluación.

INDICADOR	Escala		
	La mayoría	Algunos	Ninguno
El alumno selecciono solo la actividad a practicar.			
El alumno llevo su línea del tiempo Cubriendo la mayoría de los días en que practico la actividad.			
El alumno expreso verbalmente seguridad y conocimiento de la actividad practicada.			
Los dibujos presentados se observan elaborados por el alumno presenta ayuda de un adulto			
El alumno expresa alguna emoción positiva al comentar sobre su trabajo.			

Nivel Preescolar		<b>SEGUNDO MOMENTO. Tercer grado.</b>		
Dimensión: Autonomía		Habilidad: liderazgo y apertura		
		Indicador de logro: Identifica y nombra sus fortalezas.		
Fecha	Tiempo	Actividad	Material	Obs.
	2 sesiones, cada sesión de 30-40 Minutos.	<p>Primeramente se les preguntara como se encuentran. Posteriormente se les pregunta si les gustan los cuentos y se les comenta que en esta ocasión les traen un cuento llamado Willy el campeón. Se les pregunta a los alumnos de que tratará, y ellos dan su versión. Después se les lee el cuento, haciendo pautas y preguntando a los alumnos. Finalmente se les pregunta ¿Quién era Willy? ¿Para que actividad era bueno Willy? ¿Qué actividades le gustaban a Willy? ¿Por qué le llamaban Willy el campeón? Sabes para que actividades ere bueno tú. Una vez que responden dichas preguntas se procede al reto. Se les comenta a los alumnos que sería interesante conocer las actividades para las que son buenos, llamadas también fortalezas. Todos tenemos fortalezas, algunos más que otros, pero si pensamos bien y observamos, podemos identificarlas. Salimos al patio y hacemos diversas actividades como saltar la cuerda, brincar por varios minutos, correr, ensartar unas cuentas, hacer gestos, cantar. Después comentamos como nos sentimos y que nos costó trabajo. La siguiente actividad consta que selecciones una fortaleza que tengas y la compartas con tus compañeros, a través de un dibujo o una fotografía realizando la actividad para la que eres bueno. (Pueden ser diversas como cantar, bailar., contar un chiste, dominar algún material como un balón, el aro, la bicicleta, los patines etc.) Tendrás un lapso de 5 minutos para hablar sobre ti, decir tu nombre, tu edad, tus gustos y nos darás a conocer tu fortaleza y podrás traer el material que quieras. <b>En la segunda sesión</b>, al exponer sus fortalezas, se motivara al grupo a que compartan cualidades positivas de la compañera o compañero expositor, se les felicitara por su esfuerzo realizado., colocando su trabajo en algún espacio del salón. Evaluación será a través de una lista de cotejo.</p>	Willy el campeón, <a href="https://youtube.com/watch?v=gtwkua6kf8a&amp;feature0share">https://youtube.com/watch?v=gtwkua6kf8a&amp;feature0share</a>	

Instrumento utilizado en la evaluación.

Indicador	Escala		
	La mayoría	Algunos	Ninguno
El alumno expreso adecuadamente sus intereses y fortalezas.			
Mostro evidencia de la fortaleza identificada			
Mostro seguridad al Expresarse			
Mostro seguridad al dar a conocer la fortaleza que tiene.			
El alumno fue empático al conocer las fortalezas de sus compañeros			
El alumno mostro emociones positivas al compartir su trabajo.			

Nivel/ Preescolar. <b>TERCER MOMENTO.</b> Tercer grado.				
Dimensión /AUTONOMIA. Habilidad: Autoeficacia.				
Indicador de logro: Elige los recursos que necesita para llevar a cabo las actividades que decide realizar.				
Fecha	tiempo	Actividades a realizar	Material	Observaciones
	2 sesiones  30-40 minutos	<p><b>Primera sesión.</b></p> <p><b>Segunda sesión.</b></p> <p>En esta ocasión se le presentará a los alumnos una presentación en power point sobre los daños que actualmente presenta el medio ambiente como: la escasez de agua, la tala de árboles, la contaminación del aire, el exceso de desechos inorgánicos e orgánicos. Posteriormente los alumnos reflexionaran sobre que pueden realizar para disminuir esos daños. El alumno elegirá una actividad en favor al medio ambiente, que puede llevar a cabo en su casa. El siguiente reto será elegir una actividad como: cuidar una planta, limpiar con ayuda de un adulto un área verde, ahorrar el agua, etc. Durante 5 días realizaran la actividad y presentaran un cartel con el cual compartirán su experiencia con sus compañeros de la actividad que seleccionaron, en un ambiente de respeto y empatía los alumnos harán comentarios para motivar a sus compañeros a continuar con sus actividades.</p> <p>Finalmente se les preguntara ¿qué les parecieron las actividades que realizaron? y ¿qué aprendieron cuando las realizaron?</p>	Imágenes o fotos de un bebe, un niño de un año, un niño de 3 años, un niño de 5 años. Hojas y crayones.	

Como podemos observar los tres momentos fueron encaminados al desarrollo de actividades en relación de la autonomía interviniendo elementos como la responsabilidad, la toma de decisiones, la expresión verbal y la expresión de sus emociones y la empatía. Por otra parte dichas acciones requieren de tiempo para organizarse y llevarse a la práctica, pero muchas de estas acciones pueden ser vinculadas con otras áreas.

## **Conclusiones.**

En definitiva podemos decir que en este mundo globalizado, donde se presentan día a día grandes avances tecnológicos, económicos y sociales, la educación se considera una herramienta que permita al futuro alumno o alumna poder aspirar a una mejor calidad de vida; para que pueda afrontar los desafíos a los que estará expuesto. Por tal razón considero que la intervención del docente es muy necesaria y debe de ir enfocada al desarrollo de las habilidades para la vida (colaboración, el pensamiento crítico, la resiliencia, la comunicación, la regulación de las emociones y la autonomía); por consiguiente si dichas capacidades se desarrollan desde etapas más tempranas como el preescolar se tendrá una perspectiva de logro mejor condicionada que en otros niveles de educación posteriores.

Es por ello que la etapa del preescolar es el espacio idóneo para que conozca, reflexione y aplique algunas estrategias, establezca un clima emocional el docente y contribuya para desarrollar la autonomía desde esta etapa inicial de aprendizaje de los alumnos.

Todo lo expuesto confirma que la habilidad de la autonomía es un elemento de suma importancia para poder generar alumnas y alumnos con competencias para la vida (interpersonales, intrapersonales, laborales, liderazgo, etc.) que les permita ser unos mejores ciudadanos, claro que es un proceso largo y continuo que debe fomentarse en toda su vida.

En este sentido se diseñó la propuesta de intervención a través de 3 momentos en el primer momento se pretende desarrollar habilidades como responsabilizarse de un área muy importante como es el autocuidado, en especial su higiene personal, su seguridad en sí mismo y la toma de decisiones, En el segundo momento se pretendió promover acciones en relación a las habilidades de autoestima, nuevamente seguridad en uno mismo, motivación de logro y la toma de decisiones. Y finalmente en el tercer momento se promueve las habilidades como son percepción del otro, entendiendo al otro como lo es el medio ambiente, la localidad, sus alrededores y las repercusiones que tiene tu actuar; también la empatía, la colaboración y la responsabilidad social.

Encontrando respuesta positiva y motivadora de parte de los alumnos al llevar a cabo las intervenciones pedagógicas, sin embargo se requiere de más tiempo para poder llevar un seguimiento idóneo, tal vez realizar un estudio comparativo para poder tener resultados más verídicos y no solo aplicarlo en un grado sino en toda la institución. Sería muy interesante llevar a cabo dicha propuesta a nivel primaria baja, ya que la mayoría de las actividades pueden ser acordes para ese nivel y dar continuidad de los demás grados, generando resultados positivos tanto en su desarrollo emocional como en su desempeño académico.

Finalmente este documento es el inicio de una inquietud docente, que puede dar pauta para para trabajar y diseñar otras intervenciones promoviendo una cultura de la salud mental, hoy en día tan necesaria para que las alumnas y alumnos aprendan a conocerse, expresarse y manejar sus propias emociones y mejoren su bienestar emocional

## Referencias

- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*. Vol.21. No.1. España.
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las Competencias emocionales. Educación XX1, vol.10. Recuperado de <https://acortar.link/upHVLU>
- Browne, A. (2017).Cuentos para niños sobre autoestima y confianza. *Willy el campeón*. [mp4]. Recuperado de <https://acortar.link/ATUFgy>
- Convención sobre los derechos del niño. (1989).Art.28.Junio de 2006. UNICEF.Ley General de Educación.2019. Art.5,30/09/2019.
- Luna, S. (2015). El Futuro del Aprendizaje 2. ¿Qué tipo de aprendizaje se necesita en el S.XXI? *Investigación y Prospectiva en Educación UNESCO*, París. vol.14.
- Mena, L. (2018). El Desarrollo de la autonomía en la infancia: Programa de aplicación en el aula. Tesis de doctorado. Universidad del país Vasco. España.
- Morales, N. (2006). El Desarrollo de la Autonomía en la Educación Preescolar: Una propuesta de trabajo dirigida a padres de familia. Tesis de licenciatura. UPN. México.
- Pozzi, E. y Valdés, R. (2007).Ayudemos al niño a crecer feliz.1.Colección Niños Contentos. Guía para el Desarrollo del niño de 6 a 12 años. UNICEF. Uruguay.
- Vincezi, A y Freda, T. (2009). La Educación como proceso de mejoramiento de la calidad de vida de los individuos y de la comunidad. *Revista Iberoamericana de Educación*, Vol.49. Recuperado en <https://acortar.link/ZkMdJS>