

Tutoría y Educación Socioemocional Secundaria. Grado 1º

Autonomía



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

AEF CUADRO **MÉXICO**
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

Presentación

Estimadas y estimados docentes y estudiantes:

La **Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México** (AEFCM) pone a su disposición una serie de fichas con materiales divertidos, actividades interesantes y recursos audiovisuales, con el fin de apoyar y acompañar el desarrollo de los aprendizajes de los educandos.

Las actividades propuestas les servirán a las y los docentes para reforzar los conocimientos de sus alumnas y alumnos, retroalimentar los estudios y garantizar la continuidad del aprendizaje escolar. Los invitamos a que realicen las actividades propuestas y las aprovechen al máximo porque fueron elaboradas especialmente pensando en ustedes.

**Sigamos adelante y
aprendiendo cada día.**

Educación Socioemocional

Autonomía



aprendizaje

Aprender a tomar decisiones actuando de forma responsable para ti mismo y los demás.

Comprender el sentido de autoeficacia, es decir, confianza en las capacidades personales, ser capaz de pensar y crear tus propias conclusiones para resolver cualquier problema y convivir de manera inteligente en tu entorno.



materiales

- Lápiz, pluma
- Cuaderno de apuntes
- Equipo electrónico con acceso a internet



manos a la obra

¿Sabías que lograr un nivel adecuado de autonomía, nos permite un mejor aprendizaje, así como, tolerar la ansiedad o estrés en tu entorno familiar y escolar?

Tomar decisiones y actuar de forma responsable, buscando el bien común nos permite desarrollar la capacidad de aprender a ser, aprender hacer y convivir de manera positiva ante situaciones que nos afectan.

En cada etapa de nuestra vida el aprender algo nuevo implica práctica y repetición, los errores nos ayuda a corregir y hacer un mejor esfuerzo, esto significa que todos tenemos la capacidad de ser mejores cada día.

Educación Socioemocional

Autonomía

para aprender más

videos

Full Perception. (2017). Inteligencia Emocional. Cómo Controlar las Emociones. Recuperado el 19 de abril de 2021, de:

<https://www.youtube.com/watch?v=se62UwCxUrl>

Committee for Children. (2017). Habilidades de autorregulación: ¿por qué son cruciales? Recuperado el 20 de abril de 2021, de:

<https://www.youtube.com/watch?v=O5-hFF3nri8>

a compartir

Comenta y comparte con tus compañeros lo que aprendiste en esta ficha y elaboren el cuadro del Anexo 2.

qué aprendí

Que es importante reconocer, generar y practicar nuestra autonomía, porque nos da identidad, lo que implica la aceptación de sí mismo, tomar decisiones para relacionarnos asertivamente con los demás. Así como, lograr el desarrollo neurológico, consolidar el pensamiento abstracto y percibir el entorno personal de forma multidimensional.

Puntos a desarrollar:

1. Importancia de la autonomía.
2. Elementos de la autonomía.
3. Cultivar y fortalecer la autonomía.
4. Liderazgo y apertura.
5. Toma de decisiones y compromiso.

Educación socioemocional

Atonomía

Anexo 1

Autonomía

La autonomía es la capacidad de toda persona para tomar decisiones, actuando de manera responsable consigo misma y con los demás. Implica tener un sentido de autoeficacia, es decir, de confianza en las capacidades personales para afrontar situaciones que nos afectan, capacidad para generar oportunidades de bienestar y éxito en la vida.

Elementos de la autonomía: a) Motivación, es un estado o proceso interno que acciona, conduce el logro de nuestras metas; b) Método, son las estrategias para desarrollar con éxito nuestra tarea; c) Tiempo, es la medida que nos permite visualizar el logro de nuestros objetivos; d) Comportamiento, positivo o negativo influirá en el logro de nuestra autonomía; e) Entorno social, influye en el desarrollo de habilidades para mantener o nutrir nuestra autonomía; f) Estrategias, autoevaluar la eficacia de lo que estamos desarrollando o aprendiendo en solitario o acompañados, nos permite aumentar la capacidad para desarrollar nuevas soluciones a nuevos problemas; la práctica de los elementos antes mencionados, nos facilitará aprender cualquier tema escolar, deportes, artes, etcétera.

Cultivar y fortalecer la autonomía de manera moral, es la capacidad de buscar el bien común; la autonomía intelectual es la capacidad del pensamiento para resolver problemas haciendo uso de su experiencia para actuar de manera positiva.

Al fortalecer nuestra autonomía generamos liderazgo, la cual nos permite lograr empatía hacia los demás a través del diálogo para resolver temas en común.

La toma de decisiones y compromiso consigo mismo, actuando de manera asertiva en cualquier entorno. Actuando con autoeficacia, generando oportunidades a través de experiencias previas para fortalecer su autoconfianza.

Educación Socioemocional

Autonomía

Anexo 2

A partir de tu experiencia y de lo que hasta ahora has escuchado en las noticias por radio o televisión, completa el siguiente cuadro y escribe las principales características de cada una de los elementos de la autonomía y ubica el contexto o medio donde se originan.

Tipos de elementos	Características	Contexto o medio donde lo aplicaste
1. Motivación		
2. Método		
3. Tiempo		
4. Comportamiento		
5. Entorno social		
6. Estrategias		
7. Diálogo		
8. Compromiso		

Educación socioemocional

Autonomía

Referencias

Adolescentes con valor. (2016). Cómo mejorar tu autoestima *ADOLESCENTES CON VALOR*. Recuperado el 20 de abril de 2021, de:

<https://www.youtube.com/watch?v=2Y8djs0oL4g>

Bautista, Y. (2005). La autonomía del alumno en el aprendizaje, Reto del nuevo modelo educativo del IPN. Publicado por Innovación Educativa, Volumen: 5. Páginas: 3 y 4. Recuperado el 20 de abril de 2021, de:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?idp=1&id=179421454005&cid=29116>

Committee for Children. (2017). Habilidades de autorregulación: ¿por qué son cruciales? Recuperado el 20 de abril de 2021, de:

<https://www.youtube.com/watch?v=O5-hFF3nri8>

Full Perception. (2017). Inteligencia Emocional. Cómo Controlar las Emociones. Recuperado el 19 de abril de 2021, de:

<https://www.youtube.com/watch?v=se62UwCxUrl>

Gómez, P. (2020). Cómo mejorar tu autoestima. Recuperado el 20 de abril de 2021, de: <https://www.youtube.com/watch?v=BxECTXY5G1w>

Pérez J. (2015). Definición de razonamiento abstracto. Recuperado el 20 de abril de 2021, de: <https://definicion.de/razonamiento-abstracto/#:~:text=La%20idea%20de%20razonamiento%20abstracto,y%20deducir%20consecuencias%20de%20%C3%A9sta>