

Estándares de Aprendizaje Social y Emocional Pre-escolar, Básica y Media

Meta 1 **Desarrollar conciencia de sí mismo y habilidades de autocontrol para lograr éxito en la escuela y en la vida.**

A

Identificar y manejar las emociones y el comportamiento propio.

B

Reconocer cualidades personales y apoyos externos.










C

Demostrar habilidades relacionadas con el logro de metas personales y académicas.

¿Por qué es importante esta meta?

Estas habilidades y actitudes proporcionan una base sólida para lograr el éxito en la vida y en el colegio. La primera de ellas implica conocer las propias emociones, gestionarlas y expresarlas de manera constructiva, lo que permite manejar el estrés, controlar impulsos y motivarse a superar obstáculos en el logro de metas.

Un set de habilidades relacionadas a estas implican: precisión en la evaluación de las capacidades e intereses personales, construcción de fortalezas y uso efectivo de la familia, la escuela y los recursos que ofrece la comunidad. Por último, es fundamental que los estudiantes sean capaces de establecer y supervisar el progreso hacia el logro de metas académicas y personales.

Estándar de aprendizaje	Indicador de Evaluación por Nivel Educativo Ajustado a Currículo de Chile 				
	Pre-kinder, Kinder, 1º, 2º y 3º básico	4º, 5º y 6º básico	7º y 8º básico	1º y 2º medio	3º y 4º medio
A Identificar y manejar las emociones y el comportamiento propio.	1A. 1a. Reconocer y etiquetar con precisión las emociones e identificar como se relacionan con el comportamiento.	1A. 2a. Describir una serie de emociones y las situaciones que las provocan.	1A. 3a. Analizar los factores que crean estrés o motivan el desempeño exitoso.	1A. 4a. Analizar cómo los pensamientos y las emociones afectan la toma de decisiones y el comportamiento responsable.	1A. 5a. Evaluar cómo expresar las propias emociones en diferentes situaciones afectan a los demás.
	1A. 1b. Demostrar control de comportamiento impulsivo.	1A. 2b. Describir y demostrar maneras socialmente aceptable para expresar las emociones.	1A. 3b. Aplicar estrategias para gestionar el estrés y motivar el desempeño exitoso.	1A. 4b. Generar formas para desarrollar una actitud más positiva.	1A. 5b. Evaluar de que manera, expresar una actitud más positiva, influye en los demás.
	 Conociendo a "MATEA" →  Control del estrés → Actitud positiva 				
B Reconocer cualidades personales y apoyos externos.	1B. 1a. Identificar los gustos, disgustos, necesidades, deseos, fortalezas y desafíos propios.	1B. 2a. Describir las habilidades personales e intereses que se quieren desarrollar.	1B. 3a. Analizar cualidades personales y como estas cualidades influyen en la toma de decisiones y éxitos.	1B. 4a. Establecer prioridades en la construcción de fortalezas e identificar áreas de mejora, FODA.	1B. 5a. Hacer un plan para desarrollar una fortaleza, satisfacer una necesidad o hacerle frente a un desafío.
	1B. 1b. Identificar fortalezas en la familia, compañeros, escuela y comunidad.	1B. 2b. Explicar cómo los miembros de la familia, compañeros, docentes, personal del colegio y miembros de la comunidad pueden apoyar el éxito escolar y el comportamiento responsable.	1B. 3b. Analizar cómo el uso de apoyos del colegio y de la comunidad pueden contribuir al éxito en la vida y en la escuela.	1B. 4b. Analizar los adultos que representan modelos positivos y diversos sistemas de apoyo, que contribuyen al éxito en la escuela y en la vida.	1B. 5b. Evaluar cómo el desarrollo de intereses, teniendo roles útiles, puede ayudar al éxito en la escuela y en la vida.
	 Fortalezas personales →  Fortalezas y oportunidades → Sigue tus pasiones 				
C Demostrar habilidades relacionadas con el logro de metas personales y académicas.	1C. 1a. Describir porque la escuela es importante para ayudar a los estudiantes a alcanzar objetivos personales.	1C. 2a. Describir los pasos para establecer metas y trabajar en función de ellas.	1C. 3a. Establecer un objetivo a corto plazo y diseñar un plan para lograrlo.	1C. 4a. Identificar estrategias para alcanzar metas, haciendo uso de diversos recursos y superando obstáculos.	1C. 5a. Establecer una meta con pasos de acción, marcos de tiempo y criterios para evaluar el resultado.
	1C. 1b. Identificar metas para el éxito académico y el buen comportamiento en el aula.	1C. 2b. Supervisar el progreso en la consecución de un objetivo personal a corto plazo.	1C. 3b. Analizar por qué se ha alcanzado o no una meta personal.	1C. 4b. Aplicar estrategias para superar obstáculos y lograr metas.	1C. 5b. Supervisar el progreso cuando se intenta lograr una meta y evaluar resultados según diversos criterios.
	 Logro de metas para el éxito →  Perseverancia y resiliencia para el logro de metas → Capacidad de planificación personal 