

## Módulo de habilidades para la vida: Habilidad Autorregulación

Habilidad	Indicador	Rasgos	Niveles de desempeño
Autorregulación	Gestiona de manera asertiva sus emociones	Reconoce sus emociones	Identifica las diferentes emociones
			Reconoce reacciones físicas y pensamientos que comúnmente se asocian a las diferentes emociones
			Asocia reacciones físicas y pensamientos a sus estados emocionales
		Regula su conducta de acuerdo sus emociones	Identifica detonantes de sus emociones y los impulsos conductuales asociados
			Reconoce estrategias asertivas para la gestión de sus emociones y el control de su propia conducta
			Utiliza estrategias asertivas para la gestión de sus emociones y el control de su conducta
	Desarrolla destrezas base para el aprendizaje	Adquiere, progresivamente, la capacidad de prestar mayor atención en las actividades cotidianas	Reacciona ante estímulos del entorno
			Fija la atención en los diferentes estímulos del entorno
			Mantiene períodos de atención sostenida en el desarrollo de diferentes actividades
		Ejecuta acciones por medio de la imitación	Observa las acciones que realizan personas a su alrededor
			Realiza intentos de imitación de las acciones de otras personas
			Imita acciones que otras personas ejecutan
		Ejecuta instrucciones simples y complejas	Acata instrucciones con consignas de sí y no
			Realiza lo que se le pide por medio de instrucciones simples
			Desarrolla acciones a partir de instrucciones complejas
		Permanece en una tarea o actividad	Se mantiene en una tarea o actividad con apoyos
			Continúa trabajando o en una actividad, aunque existan distracciones
			Realiza por completo la tarea o actividad asignada
	Desarrolla destrezas relacionadas con la anticipación	Anticipa eventos por medio de estímulos que percibe del entorno	Reacciona ante estímulos que percibe del entorno
			Anticipa situaciones cotidianas al recibir un estímulo dirigido y sistematizado (clave objeto, señas, palabras, canciones, gestos, pictogramas, entre otros)
Asocia los estímulos que percibe en forma natural del entorno, con actividades de la vida cotidiana. (ejemplo: asociar el olor de la comida con el momento de la alimentación)			
			Expresa la frustración de acuerdo a sus posibilidades en situaciones de la vida diaria que no salen como se espera o no logra hacer algo.

Desarrolla niveles de tolerancia que le permitan regular su comportamiento	Adquiere, progresivamente, la capacidad de gestionar la frustración en situaciones de la vida diaria que no salen como se espera o no logra hacer algo.	Demuestra manejo de la frustración en situaciones de la vida diaria que no salen como se espera.
		Acepta que hay situaciones de la vida diaria que no salen como se espera o no se logran realizar
	Desarrolla la capacidad de esperar su turno en las diferentes experiencias de la vida cotidiana	Identifica las situaciones en las que se debe esperar el turno
		Espera su turno en situaciones controladas y con los apoyos necesarios
		Espera que llegue su turno en las diferentes situaciones que se le presentan
	Trabaja con otras personas a su alrededor	Acepta compartir diferentes espacios con otras personas
		Permanece en sus actividades con personas su alrededor
		Acepta trabajar colaborativamente con otras personas
	Tolera cambios en la rutina diaria que surgen por imprevistos	Identifica cambios en la rutina diaria
		Asimila los cambios en la rutina diaria
		Ajusta su rutina diaria a partir de los cambios que surgen por imprevistos, con los apoyos que sean necesarios
	Desarrolla destrezas relacionadas con la organización	Organiza su espacio y los materiales.
Mantiene el material en el espacio correspondiente, con apoyo mínimo		
Mantiene el material en el espacio correspondiente, de forma independiente		
Organiza su tiempo libre		Reconoce sus tiempos de ocio para hacer uso adecuado del mismo
		Escoge una actividad para entretenerse de forma individual o grupal
		Hace uso efectivo de su tiempo libre
Practica medidas relacionadas con la seguridad personal	Utiliza estrategias para solicitar ayuda en situaciones que le afectan o representan un peligro	Reconoce que se encuentra en una situación que le afecta o es peligrosa y las personas a las que puede recurrir
		Busca personas que puedan apoyarle en una situación que le afecta o es peligrosa
		Recurre a estrategias para solicitar ayuda en una situación que le afecta o es peligrosa
	Sigue medidas de seguridad en diferentes entornos.	Reconoce señales y sonidos que indican peligro
		Reacciona ante señales y sonidos de peligro
		Acata las medidas de seguridad establecidas para diferentes situaciones de peligro y entornos