

De lo Humano y lo Comunitario

El mapa de mí mismo

formas de ser, pensar, actuar y relacionarse

1º · Trimestre 1 · Ciclo 2026-2027 · AS · Aula · Fase 6



Sesión 1 · ¿Quién soy? Empiezo mi mapa

Ficha 1 de 14

Nombre	Grupo	Fecha
--------	-------	-------

1. Pregunta detonante: ¿quién soy?

Escucha con atención la pregunta que abre todo el proyecto: «¿Quién eres?» No es una pregunta de examen y no tiene una sola respuesta; es una pregunta que vas a responder muchas veces en tu vida y que hoy empiezas a responder por escrito. Tómate un minuto en silencio, cierra los ojos si te ayuda, y piensa en tres pistas: cómo te llamas y cómo te gusta que te llamen, qué te gusta hacer cuando tienes tiempo libre y algo que se te dé bien hacer.

Ahora abre los ojos y escribe en tu cuaderno tres cosas que te definan: 1):

Si sientes que no sabes qué escribir, empieza por lo más sencillo: tu nombre, tu comida favorita o tu juego preferido; las respuestas grandes se construyen con respuestas pequeñas y ninguna es tonta. Cuando termines, voltea con tu compañero de al lado y comparte tus tres respuestas; escucha las suyas con la misma atención con la que quieres ser escuchado, sin burlas y sin comparaciones, porque cada quien se describe distinto. Después haz una pausa y verifica en silencio: ¿escribiste tres cosas aunque una te haya costado?, ¿alguna respuesta te sorprendió al escribirla? Eso ya es empezar a conocerte, porque conocerse es detenerse a mirarse con calma. Todo lo que escribiste hoy es la primera pieza del proyecto que empieza en esta misma sesión: el mapa de mí mismo, un autorretrato donde vas a juntar tus gustos, tus ideas, tus necesidades, tus posibilidades, tus intereses, tus deseos, tus experiencias y tus formas de relacionarte.

2. El proyecto: el mapa de mí mismo

Ahora vas a conocer el proyecto completo y a ponerle un lugar a todo lo que descubrirás. El producto final es el mapa de mí mismo: un autorretrato donde vas a presentar las partes que te forman y, al final, un compromiso personal y colectivo.

1. Escribe en tu cuaderno la definición y complétala: «El mapa de mí mismo es _____»:

Sesión 3 · Mis ideas y pensamientos

Ficha 3 de 14

Nombre		Grupo		Fecha	
--------	--	-------	--	-------	--

1. ¿Qué pienso?

Hoy vas a trabajar la segunda parte de tu mapa: tus ideas. Todos tenemos ideas, aunque a veces no nos detengamos a pensarlas: ideas sobre la escuela, sobre nuestra familia, sobre nuestros amigos, sobre el mundo.

1. Responde y anota en tu cuaderno: «Una idea que tengo sobre _____ es _____»:

Puedes elegir el tema que quieras: la escuela, la familia, los amigos, la música, el deporte, lo que sea que te dé curiosidad. Si sientes que no tienes ninguna idea, piensa en lo que te contaron en casa, en lo que viste en la calle o en lo que opinas de algo que pasó en la escuela; tus opiniones también son ideas. No hay ideas correctas ni incorrectas; hay ideas pensadas y eso es lo que importa. Cuando termines, comparte tu idea con tu compañero de al lado y escucha la suya con atención: no tienes que estar de acuerdo con él, solo escucharlo. Verifica que escribiste una idea que sea realmente tuya y que puedas explicar por qué la piensas. Si te cuesta, recuerda que una idea puede ser pequeña y aun así valiosa. Tus ideas, como tus gustos, forman parte de tu forma de ser y de pensar, y también van a aparecer en tu mapa de mí mismo. Antes de compartir, revisa que tu idea tenga una razón detrás: no hace falta que sea una razón grande, basta con que sepas por qué la piensas. Si alguien te preguntara «¿y por qué piensas eso?», ¿qué responderías? Si tienes respuesta, tu idea está pensada; si no, tómate un minuto más para encontrarla. Pensar no es tener la razón, es tener una razón, y tenerla hace que tu idea sea realmente tuya.

2. Mis ideas sobre el mundo

Ahora vas a escribir tres ideas sobre tres temas cercanos a tu vida.

Escribe en tu cuaderno:

Sobre la escuela pienso	
Sobre mi familia pienso	
Sobre mi futuro pienso	

Evaluación

Formativo, por proyecto y por proceso. Se evalúa la exploración, la comprensión, la participación y la comunicación de lo aprendido en la pieza del proyecto, no solo el resultado final.

Lista de cotejo del mapa

Se aplica con la ficha c1-t1-f1, incluida en los anexos.

Rúbrica de la presentación

Criterio	Logrado	En proceso	Requiere apoyo
Explica su mapa con claridad			
Habla de sí sin temor			
Responde preguntas con respeto			
Escucha y valora los mapas de los demás			

Autoevaluación

Se aplica con la ficha c1-t1-f2, incluida en los anexos.

Evidencias de portafolio

- ☐ Tabla: lo que reconozco de mí
- ☐ Mapa de mí mismo
- ☐ Compromiso personal y colectivo
- ☐ Autoevaluación del proyecto
- ☐ Cuadernillo del estudiante

Apoyo para la maestra

Tips

- Parta del autoconocimiento: todo el proyecto se construye sobre lo que el grupo ya sabe de sí mismo. Pregunte primero qué creen saber, valide sus respuestas y después proponga descubrir más; así el autoconocimiento es un proceso y no una lección.
- Cree un clima de confianza desde la primera sesión: sin burlas, todo lo que se comparte se respeta y se guarda en el grupo. Acuerden con el grupo las reglas de escucha: quien habla es