

Lo que aprendí

Evaluación final de los capítulos 1 al 10

11 – 12 años



Integra tu dignidad, resiliencia, conciencia social y proyecto de vida.

Nombre _____ Edad: _____ Fecha: _____
:

Antes de empezar, marca cómo llegas hoy.



En calma



Con
energía



Con dudas



Preocupado
/a

Lo que más ocupa mi mente ahora es...

Llegaste al cierre

Pida respuestas razonadas y acciones posibles. Registre si integra las herramientas de forma autónoma, con apoyo o si todavía está desarrollándolas.

Mi cuerpo merece respeto

SEXUALIDAD, AFECTO Y DIGNIDAD

1 Lee la situación y activa tu red de protección.

Una persona te pide guardar un secreto sobre algo que te hace sentir incómodo y te dice que no puedes contarlo.

RECONOZCO

La señal de alerta

PONGO LÍMITE

Lo que diría o haría

BUSCO AYUDA

Dos adultos seguros

PERSISTO

Qué hago si no me creen

2 Escribe una frase que afirme tu dignidad.

Aprendo y vuelvo a intentarlo

RESILIENCIA

1 Describe un reto real que no salió como esperabas.

2 Convierte la experiencia en una ruta de aprendizaje.

LO QUE PASÓ

Hechos, sin insultarme

LO QUE APRENDÍ

Una lección concreta

LO QUE CAMBIARÉ

Una estrategia distinta

MI NUEVO INTENTO

Cuándo y con qué apoyo

3 Escribe una frase de aliento creíble para tu próximo intento.

Estoy conectado sin perderme

CONCIENCIA SOCIAL Y DIGITAL

1 Elige una realidad del mundo que te importe.

Me importa...

2 Pasa de observar a actuar con conciencia.

COMPRENDO

¿A quién afecta y cómo?

CONECTO

¿Qué relación tiene conmigo?

ACTÚO

Una acción posible y respetuosa

3 Diseña un límite digital que proteja tu bienestar.

Cuando use pantallas, yo...

La huella que quiero construir

LEGADO Y PROYECTO DE VIDA

1 Conecta tu chispa con una contribución.

MI CHISPA

Algo que hago bien o me apasiona

UNA NECESIDAD

Algo que quiero mejorar

MI HUELLA

Cómo puedo aportar

2 Convierte la huella en una meta con camino.

META

PRIMER PASO

APOYO

FECHA

3 Completa la frase con una decisión que empieza hoy.

Hoy empiezo a construir mi historia cuando... _____

Evidencias de aprendizaje

RÚBRICA DE OBSERVACIÓN

Observe las respuestas, la justificación y el nivel de apoyo requerido. Ninguna emoción se califica como buena o mala.

Indicador	Lo logra solo	Con apoyo	En proceso
Afirma su dignidad corporal y reconoce señales de alerta.	☐	☐	☐
Expresa límites y activa una red de adultos seguros.	☐	☐	☐
Analiza un error sin desvalorizarse y extrae una lección.	☐	☐	☐
Planifica un nuevo intento con estrategia y apoyo.	☐	☐	☐
Relaciona una realidad social o ambiental con su propia vida.	☐	☐	☐
Propone una acción respetuosa y un límite digital saludable.	☐	☐	☐
Reconoce talentos e intereses que pueden beneficiar a otros.	☐	☐	☐
Define la huella o legado que desea construir.	☐	☐	☐
Formula una meta con primer paso, apoyo y fecha.	☐	☐	☐
Integra valores, decisiones y proyecto de vida en una acción actual.	☐	☐	☐

Síntesis del aprendizaje, fortalezas y próximo paso: