

**UNIFEOB
CENTRO UNIVERSITÁRIO DA FUNDAÇÃO DE ENSINO
OCTÁVIO BASTOS**

PEDAGOGIA ONLINE

**PROJETO INTEGRADO
EDUCAÇÃO E APRENDIZAGEM - CONHECENDO A
SI MESMO**

SÃO JOÃO DA BOA VISTA, SP
OUTUBRO, 2022



UNIFEOB
CENTRO UNIVERSITÁRIO DA FUNDAÇÃO DE ENSINO
OCTÁVIO BASTOS

PEDAGOGIA ONLINE

**EDUCAÇÃO E APRENDIZAGEM - CONHECENDO A
SI MESMO**

- Didática e Contextos de Ensino-Aprendizagem
- Psicologia da Aprendizagem
- Projeto Integrado -Didática e Psicologia

Estudantes:

Ana Claudia Maia da Silva, RA 1012022100877

Cynthia Alencar, RA 1012022200924

SÃO JOÃO DA BOA VISTA, SP
OUTUBRO, 2022



RELATÓRIO FINAL PI - ATIVIDADES DE EXTENSÃO

1. IDENTIDADE DA ATIVIDADE
RELATÓRIO: EDUCAÇÃO E APRENDIZAGEM - CONHECENDO A SI MESMO
CURSO: Pedagogia EaD
MÓDULO: Educação e Aprendizagem
PROFESSOR RESPONSÁVEL: Fátima Aparecida Medici
ESTUDANTE: Ana Claudia Maia da Silva, Cynthia Alencar.
PERÍODO DE REALIZAÇÃO: Agosto / Setembro / Outubro - 2022

2. DESENVOLVIMENTO
Contextualização: <p>O autoconhecimento nos permite compreender as razões que nos levam a fazer certas escolhas, nos torna conscientes de nossas posturas e responsáveis por nós mesmos.</p> <p>As pessoas que conhecem a si mesmas sabem aonde querem chegar e aquilo que precisa ser feito para se sentirem realizadas, o autoconhecimento pode ser considerado o fator mais importante nas relações interpessoais, pois conhecer a si mesmo possibilita lidar com situações que podem comprometer esses relacionamentos.</p> <p>Para conhecer a nós mesmos e nossas emoções, buscando perceber quais são nossos pontos positivos e aqueles que precisam ser melhorados, quando buscamos autoconhecimento buscamos maneiras de crescer profissionalmente e para alcançar nossos objetivos desenvolvemos uma série de competências, por meio de leituras, pesquisas, entre outras estratégias de Ensino aprendizagem.</p>

Desafio:

- Pesquisar e elaborar o relatório sobre auto conhecimento e a relação com o processo Ensino aprendizagem.
- Aumentar o vocabulário emocional com uma nova palavra a cada dia, durante dez dias.
- Colocar os sentimentos em palavras, praticar a auto-avaliação e reflexão a partir do registro em um diário acompanhando seu desempenho e progresso diário.

Cronograma das Ações:

- 25/08 a 01/09 - Levantamento e pesquisa sobre o tema.
- 02/09 a 12/09 - Dez dias de observação para construção do diário.
- 15/09 a 17/09 - Gravação e produção do vídeo.
- 18/09 a 19/09 - Finalização, revisão e envio do projeto.

Síntese das Ações

Estudar sobre autoconhecimento mostrou a importância de conhecer a si mesmo, saber quais são as próprias qualidades, ambições, limitações; e o processo de separar um tempo do dia dentro de uma rotina muitas vezes corrida pra se auto avaliar, anotar e nomear os sentimentos te traz autocontrole, faz com que você tenha mais facilidade para entender as suas próprias emoções, facilitando na hora de definir objetivos, tomar decisões, ou lidar com situações inesperadas.

Autoconhecimento é um processo de descobrimento lento. Faz parte dele um exercício de calma, em que cada resposta deve ser bem refletida antes de se levantar outras perguntas. Ao analisar o resultado, é possível entender algo sobre a própria consciência. Essa experiência foi incrível.

a. Aspectos Positivos:

- Por meio do autoconhecimento que se tornou possível entender as próprias preferências e valores, seja no âmbito pessoal ou profissional. Por isso, não surpreendentemente, também é graças a ele que pontos fortes e fracos de cada um podem ser compreendidos de uma maneira melhor.
- Entender melhor sobre a importância de saber nomear os próprios sentimentos

b. Dificuldades encontradas.

- Na hora de discutir sobre o assunto, pois sempre surge dúvida.
- Reconhecer e nomear os sentimentos diariamente durante o diário.
- Identificar novas palavras diferentes durante os dez dias

c. Resultados atingidos:

Estudar sobre autoconhecimento nos trouxe melhor entendimento dos sentimentos vivenciados no dia-a-dia, através do diário principalmente, onde dedicamos um tempo para analisarmos com mais atenção o que sentimos, identificando e nomeando cada um deles, descobrimos assim, palavras novas, reconhecemos sentimentos que na correria da rotina muitas vezes passavam despercebidos, enxergando também a importância do autoconhecimento na vida profissional.

Nos conhecer melhor facilitou também nosso processo de estudo e o desenvolvimento do nosso projeto.

d. Sugestões / outras observações:

Vivenciando o dia-a-dia no ensino infantil, podemos notar a importância do autoconhecimento, tanto do educador, quanto no processo de ensino aprendizagem e desenvolvimento pessoal dos alunos.

Pois o autoconhecimento é uma das atividades mais importantes presentes na área da educação infantil.

3. EQUIPE DOS ESTUDANTES NO PROJETO	
Nome	Ana Claudia Maia da Silva
Nome	Cynthia Helena Beraldo Alencar
Nome	
Nome	
Nome	