

**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:

Lilian Santos Marques, RA 1012022101026
Talita Rezende D. Bachiega, RA 1012022100486
Leila Aparecida dos Santos , RA 1012022100874
Hemily Carvalho Bensi, RA 10120222100672
Izabella Barreiro Stefani, RA 1012022100528

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: Lilian Santos Marques, Leila Aparecida dos Santos, Talita Rezende D. Bachiega, Hemily Carvalho Bensi, Izabella Barreiro Stefani |
| PERÍODO DE REALIZAÇÃO: Agosto / Setembro / Outubro - 2022 |

| |
|---|
| 2. DESENVOLVIMENTO |
| <p>Contextualização:</p> <p>O Autoconhecimento é a habilidade de conhecer nosso mundo interno, nossas emoções , pensamentos, desejos, medos, crenças, frustrações e assim por diante. Podemos dizer que o autoconhecimento ajuda a melhorar nossa relação com nós mesmos, mas também a nossa relação com o mundo.</p> <p>Existe uma diferença entre ter autoconhecimento e acreditar tê-lo.</p> <p>95% acreditam ter autoconhecimento, mas, na realidade , apenas 10 a 15% realmente possuem. Seu benefícios estão presentes na profissão, nos relacionamentos amorosos ou familiares, nas finanças e nos esportes.</p> <p>O autoconhecimento é indispensável no processo de ensino-aprendizagem, pois somente através dele, será possível nos conhecer a fundo, identificando nossas forças, fraquezas, gostos, bloqueios, medos, crenças, valores e buscas.</p> <p>Sendo assim, tendo uma noção maior do nosso mundo interno, seremos pessoas conscientes de onde queremos chegar, e também aprenderemos a enxergar o outro com todas as suas singularidades.</p> |

Desafio:1) Encontrar 10 palavras “ novas “ e colocá las nesses 10 dias de autoconhecimento
2) Fazer a auto avaliação , pois geralmente não paramos para nos analisar, agimos muitas vezes automaticamente, sem perceber nossas atitudes.

Cronograma das Ações:

10/08/2022 - 20/08/2022 - Escolhas das palavras e elaboração do diário

21/08/2022 - 01/09/2022 - Gravação do vídeo

02/09/2022 - 18/09/2022 - Relatório final

19/09/2022 - Entrega do Projeto Integrado

26/09/2022 - Apresentação do Projeto Integrado.

Síntese das Ações:

Nesse projeto foi abordado o processo de ensino e aprendizagem através da elaboração de um diário por 10 (dez) dias, e a definição de 10 (dez) "novas" palavras para uma evolução de autoconhecimento.

O objetivo desse diário foi buscar uma autoavaliação individual de cada integrante do grupo, com a intenção de apontar falhas, desafios, e progressos obtidos no decorrer desses dias.

Contudo, o intuito desse projeto integrado foi promover uma melhora significativa no processo de ensino e aprendizagem, com a finalidade de desenvolver um autoconhecimento, onde o indivíduo é capaz de manter uma auto confiança para melhorar na tomada de decisões, no planejamento futuro e na realização de seus objetivos e metas.

a. Aspectos Positivos:

Cada aluna do grupo conseguiu levantar pontos de melhoria;

- a procrastinar menos para resolver as demandas do dia a dia;
- a planejar mais, para agir mesmo quando os planos saem do esperado;
- a importância de sair da rotina, conseguir ser calma e se desafiar.

b. Dificuldades encontradas:

- Autocobrança;
- atenção a linguagem não verbal;
- escuta ativa
- sair da zona de conforto.

- c. Resultados atingidos:
Conhecer a si próprio.

Tomar decisões com mais segurança , ser confiante e fortalecer sua autoestima.

Controlar suas emoções, não agindo por impulso.

Dominar suas habilidades e suas fraquezas, percebendo seus pontos fracos e sua força interior.

Ter abertura para diálogos, ouvir com sabedoria (Praticar o feedback).

Saber se defender quando somos confrontados com opiniões diferentes, saber aceitar críticas sem ressentimentos.

A prática do autoconhecimento nos torna capazes de identificar nossos valores e nos motivar a seguir nossa caminhada de uma maneira mais leve e confiante, é um processo interminável que requer reflexão contínua e diária, assim nos transformando em pessoas mais felizes e prontas para enfrentarmos os desafios que virão por toda a nossa vida.

- d. Sugestões / outras observações:

Sugerimos que tanto para a vida pessoal como profissional, continuemos essa busca pelo autoconhecimento, que ela seja um processo constante de aprendizado em nossa caminhada, para que nos tornemos profissionais conscientes do nosso papel neste mundo.

Observação: Link do vídeo do nosso Projeto Integrado:

<https://youtu.be/8ldIPmNm2Mo>

3. EQUIPE DOS ESTUDANTES NO PROJETO

| | |
|------|------------------------------------|
| Nome | Lilian Santos Marques |
| Nome | Talita Rezende Dall’Agnol Bachiega |
| Nome | Hemily Carvalho Bensi |
| Nome | Leila Aparecida dos Santos |
| Nome | Izabella Barreiro Stefani |