



SILABO DE DESARROLLO PERSONAL I

I. INFORMACIÓN GENERAL

1.1. Programa Profesional	: Educación Física
1.2. Curso	: Desarrollo Personal I
1.3. Ciclo	I
1.4. Componente Curricular	: Formación General
1.5. Competencia del Perfil de Egreso	: 6, 9, 10
1.6. Extensión horaria	: 96 horas
1.7. Duración	: 16 semanas
1.8. Créditos	5
1.9. Semestre académico	: 2023-I
1.10. Horas semanales	: 6 (4 horas de teoría -2 horas práctica)
1.10.1. Fecha de Inicio	: 31 de marzo del 2023
1.10.2. Fecha de término	: 21 de Julio del 2023
1.11. Jefe de Unidad Académica	: Mg. José Elmer Sotomayor Rivera
1.12. Docente formador	: Prof. Eduardo Martín Espinoza Troncoso
1.13. Correo electrónico del formador	: edmaestro2009@hotmail.com
1.14. Celular	974615690

II. SUMILLA

Es un curso de naturaleza teórico - práctico correspondiente al ciclo I del programa de Educación Física, que promueve que el estudiante de FID se conozca a sí mismo, se valore como persona y desarrolle un sentido de pertenencia con su comunidad y con otros grupos a los que pertenece, bajo un enfoque de respeto de la diversidad, así como de su valoración. Desde una perspectiva que vincula estrechamente las dimensiones emocionales, cognitivas y sociales de la persona, el curso propone como punto de partida las propias vivencias del estudiante de FID a partir de las cuales pueda identificar sus fortalezas, limitaciones, pensamientos, valores y la autorregulación de emociones, considerando cómo influye todo ello en su comportamiento. También vincula la comprensión de sí mismo a la interacción con los otros, trabajando los lazos que construyen identidades y sentidos de pertenencia, y desarrollando un conjunto de experiencias que le ayudarán a reelaborar las maneras en que se percibe así mismo y a los demás.

En ese sentido, la formación del estudiante de FID se orientará de acuerdo a la misión, visión y valores institucionales, enmarcado en el desarrollo del pensamiento crítico y reflexivo como un aspecto transversal en el desarrollo del curso, considerando los principios pedagógicos y los enfoques en relación con el perfil del egreso según el programa de Educación física.

Desempeños específicos:

- Describe sus propias emociones, pensamientos y valores, explicando el modo en que influyen en su comportamiento, considerando su rol como estudiante de FID.
- Argumenta por qué es importante la autorregulación emocional o la comprensión de que sus acciones eventualmente involucran a otros, en especial en interacciones con estudiantes de educación básica.
- Explica cómo los estereotipos se reproducen cuando las personas se relacionan en una



sociedad desigual y reflexiona sobre la necesidad de cuestionarlos desde el ámbito educativo

III. VINCULACIÓN CON EL PROYECTO INTEGRADOR

El curso contribuye al Proyecto Integrador **“Interactuamos a través de nuestras vivencias recogiendo información y saberes relevantes en los procesos de Inmersión y ayudantía en la institución educativa”**

Intencionalidad del Proyecto Integrador Anual	Durante el primer año de formación el estudiante de Formación Inicial Docente, debe integrar lo aprendido en las interacciones con los miembros de la comunidad educativa, de tal manera que puedan explicar las formas en que se dieron estas interacciones, las vivencias y el diálogo de saberes, reconociendo la importancia frente al tipo de relaciones que se establecen dentro del contexto educativo a partir de diversas estrategias y herramientas que le permitan fortalecer sus competencias comunicativas.
---	--

IV. TRATAMIENTO DE LOS ENFOQUES TRANSVERSALES A NIVEL DEL CURSO

Con el propósito de orientar el trabajo pedagógico y lograr el aprendizaje en las estudiantes de Educación Física en el curso de **Desarrollo Personal I**, y tomando en cuenta los desempeños y los enfoques transversales al momento de desarrollar el curso, se requiere la contextualización de los aprendizajes así como la articulación de cursos, talleres y módulos del programa, a fin de desarrollar las capacidades de acuerdo a los enfoques seleccionados que garanticen el logro de las competencias.

En este contexto, en el trabajo pedagógico se tomarán en cuenta los siguientes valores y actitudes descritas en el cuadro adjunto:

ENFOQUE	Acciones concretas de los docentes formadores	Acciones de los estudiantes de la FID
Intercultural	<p>Promueve espacio de intercambio cultural y propicia el trabajo colaborativo entre todos los estudiantes, sin excluir a nadie considerando las diferentes perspectivas culturales de la cosmovisión de los pueblos originarios de nuestra región, así como la de estudiantes de otras regiones del Perú y de otras culturas extranjeras.</p> <p>Se brindará las oportunidades para que todos los estudiantes, sin exclusión, compartan sus ideas, como interlocutores válidos.</p>	<ul style="list-style-type: none">➤ Valora las diversas identidades culturales y relaciones de pertenencia de los estudiantes.➤ Propicia un diálogo continuo entre diversas perspectivas culturales, instaurando compromisos para generar el dialogo de saberes, el trabajo colaborativo y los mejores canales de comunicación.



Ambiental	<p>Planifica y desarrolla acciones pedagógicas a favor de la preservación de la flora y fauna local, promoviendo la conservación de la diversidad biológica nacional, a través de micro proyectos de ornamentación institucional.</p> <p>Promueve campañas de sensibilización y ejecución del mantenimiento óptimo de las aulas y áreas comunes, vistos como espacios educativos que benefician la salud y el bienestar común.</p>	<ul style="list-style-type: none">➤ Participa activamente con el bienestar y la calidad de la naturaleza, asumiendo el cuidado del planeta, a partir del cuidado y la preservación de las áreas verdes a su cargo.➤ Protege el medio ambiente a través del manejo de residuos, implementando y practicando las tres R (reducir, reusar y reciclar)➤ Organiza equipos de limpieza y mantenimiento de los diferentes espacios donde gestiona sus aprendizajes.
Búsqueda de la Excelencia	<p>Acompaña al estudiante FID en su proceso de aprendizaje a fin de que este desarrolle el máximo de sus potencialidades inherentes a su carrera.</p> <p>Retroalimenta efectiva y oportunamente al estudiante sobre su progreso y formas de mejorar a través de propuestas de su interés.</p>	<ul style="list-style-type: none">➤ Adquiere nuevas cualidades para mejorar el propio desempeño. (arte, música, danza, teatro).➤ Implementa sus potencialidades referidas al manejo de actividades lúdicas, desarrollo de la comunicación oral (oratoria) y manejo de auditorio con público objetivo.



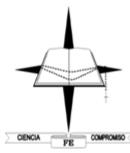
V. MATRIZ DE PLANIFICACIÓN Y EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES

DOMINIO 3: *Participación en la gestión de la escuela articulada a la comunidad*

COMPETENCIA 6: Participa activamente, con actitud democrática, crítica y colaborativa, en la gestión de la escuela, contribuyendo a la construcción y mejora continua del Proyecto Educativo Institucional y así este pueda generar aprendizajes de calidad.

ESTÁNDAR: Comprende que la gestión institucional es una tarea colectiva que se orienta al logro de aprendizajes de calidad. Asimismo, **reconoce** que para este logro es importante revisar el quehacer institucional e implementar ciertas mejoras o innovaciones, las cuales deben ser propuestas en forma sistemática y con la colaboración de diferentes miembros de la comunidad educativa. A partir de sus experiencias en la institución y del análisis crítico de las mismas, explica por qué la profesión docente no puede concebirse como una labor aislada y desarrolla una perspectiva sobre el sentido e importancia de la construcción de una visión compartida. En los diferentes ámbitos en los que se desenvuelve, **establece relaciones respetuosas con las personas con las que interactúa.**

CAPACIDADES	DESEMPEÑOS ESPECÍFICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EVIDENCIA DE PROCESO / INSTRUMENTO	FUENTE
Construye relaciones interpersonales con sus pares y otros miembros de la institución y comunidad educativa, basadas en el respeto y reconocimiento de sus derechos.	<ul style="list-style-type: none"> Describe sus propias emociones, pensamientos y valores personales y culturales, y cómo influyen en su comportamiento. Reflexiona sobre sus emociones y comportamiento desde su rol como estudiante de FID. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Expresa de forma oral y escrita sus emociones y pensamientos como estudiante FID desde su contexto cultural. ✓ Reflexiona sobre las consecuencias que generan sus emociones y pensamientos frente a su comportamiento. ✓ Analiza sobre su rol como estudiante FID. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Presenta un discurso de manera oral y escrito sobre sus emociones desde su contexto cultural. ❖ Argumenta su opinión sobre su comportamiento frente a situaciones concretas. ❖ Explica su rol como estudiante de FID y asume compromisos de manera individual y colectivamente. <p>Instrumento: Escala de apreciación Escala de actitud</p>	Auto evaluación Coevaluación Heteroevaluación



DOMINIO 4: Desarrollo personal y de la profesionalidad e identidad docente

COMPETENCIA 9: Ejerce su profesión desde una ética de respeto de los derechos fundamentales de las personas, demostrando honestidad, justicia, responsabilidad y compromiso con su función social.

ESTÁNDAR: Comprende que la práctica docente y las interacciones que conlleva presentan siempre una dimensión moral que exige conducirse y tomar decisiones teniendo como criterio fundamental el bienestar de los estudiantes y la protección de sus derechos. **Reconoce** que para garantizar el derecho de los mismos a la educación debe ser autónomo y responsable en el cumplimiento de sus funciones y entiende que su práctica es compleja y requiere afrontar reflexivamente diversos tipos de dilemas. **Cumple** con sus responsabilidades como estudiante de docencia y, cuando interactúa con estudiantes de Educación Básica, respeta sus derechos sin restricciones

CAPACIDADES	DESEMPEÑOS ESPECÍFICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EVIDENCIA DE PROCESO / INSTRUMENTO	FUENTE
<p>9.2. Resuelve reflexivamente dilemas morales que se le presentan como parte de la vida académica como estudiante de FID.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Argumenta la importancia de la autorregulación emocional y la comprensión de que sus acciones eventualmente involucran a otros, en especial en interacciones con sus pares y con otros de su entorno. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Explica el proceso de autorregulación emocional en el desarrollo de la persona. ✓ Escribe situaciones que le han implicado autorregular sus emociones en contextos socioculturales. ✓ Argumenta su accionar frente a las situaciones descritas. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Participa activamente de un conversatorio sobre “Autorregulación Emocional en contextos diversos” y emite su opinión sobre hechos reales. ❖ Explica la importancia de la Autorregulación Emocional en su proceso de Formación Inicial Docente – FID. <p>Instrumento: Guía de Observación Ficha de Apreciación de Resultados.</p>	Coevaluación Auto evaluación Heteroevaluación

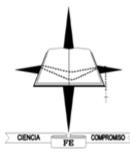


DOMINIO 4: *Desarrollo personal y de la profesionalidad e identidad docente*

COMPETENCIA 10: Gestiona su desarrollo personal demostrando autoconocimiento y autorregulación de emociones, interactuando asertiva y empáticamente para desarrollar vínculos positivos y trabajar colaborativamente en contextos caracterizados por la diversidad

ESTÁNDAR: Identifica sus fortalezas y limitaciones, reconociendo que las primeras son rasgos importantes de su identidad y que puede apoyarse en ellas para superar sus limitaciones. Asimismo, comprende cuáles son los principales valores y motivaciones que determinan sus acciones y cómo estos se vinculan con su decisión de ser docente. Comprende que todos los individuos son responsables por sus acciones y por las consecuencias de las mismas. Asimismo, comprende que las emociones son parte constitutiva de la experiencia humana, pero que requieren ser reguladas para relacionarse positivamente con otras personas y alcanzar metas. En ese sentido, identifica con precisión sus propias emociones, así como las de los demás, y reconoce el porqué de las mismas en una variedad de situaciones cotidianas. Reconoce que una interacción respetuosa se basa en la asertividad y la empatía, así como en manifestar sus perspectivas y necesidades sin desestimar las posturas de sus interlocutores. Del mismo modo, explica que los estereotipos y prejuicios están a la base de las relaciones que establecemos con las personas, y explora cómo algunos de ellos se evidencian en sus interacciones cotidianas.

CAPACIDADES	DESEMPEÑOS ESPECÍFICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EVIDENCIA DE PROCESO / INSTRUMENTO	FUENTE
<p>Comprende sus fortalezas y limitaciones para establecer metas de mejora personal.</p> <p>Interactúa de forma asertiva y empática con personas en contextos caracterizados por la diversidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Explica cómo los estereotipos se reproducen cuando las personas interactúan en una sociedad desigual y reflexiona sobre cómo se dan en el ámbito educativo. Explica su sentido de pertenencia con su cultura, su ser estudiante de FID, y con otros grupos a los que pertenece, bajo un enfoque de respeto de la diversidad. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Identifica los diversos estereotipos que obstaculizan su crecimiento personal – académico, argumentando el cómo superarlos para lograr sus metas. ✓ Reflexiona sobre su sentido de pertenencia, dando a conocer sus raíces culturales. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Sustenta en qué se basan los estereotipos identificados a nivel personal y académico y cómo influye en el logro de sus metas personales. ❖ Participa de actividades propias del proyecto “Cultura Viva” dando a conocer su sentido de pertenencia en espacios de intercambio cultural de manera individual y colectivamente. <p>Instrumento: Guía de observación Escala de actitud.</p>	<p>Autoevaluación</p> <p>Coevaluación</p> <p>Heteroevaluación</p>



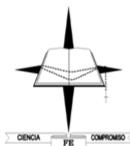
EVIDENCIA FINAL DEL CURSO/INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN

Los estudiantes demuestran su capacidad de relacionarse con los demás de manera empática y asertiva, su capacidad reflexiva y de superación personal, su sentido de pertenencia cultural y su responsabilidad como estudiante de FID, a través de su participación activa en el **Proyecto “Cultura Viva”**, espacios culturales que les permita exponer sus habilidades para expresarse de manera escrita y oralmente en diversos contextos haciendo uso de las diversas técnicas de estudio apropiadas en el Proyecto Integrador Anual.

Heteroevaluación
 Autoevaluación
 Coevaluación

VI. ORGANIZACIÓN DE UNIDADES DE APRENDIZAJE

NOMBRE DE LA UNIDAD	DURACIÓN	DESEMPEÑOS ESPECÍFICOS	CONOCIMIENTOS	EVIDENCIAS DE PROCESO	EVIDENCIA FINAL
<p>Situación auténtica <i>“Gestiono mi desarrollo personal interactuando con los demás”</i></p> <p>Unidad 1 Aspectos fundamentales que involucran el desarrollo personal del estudiante FID.</p>	5 semanas	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce y describe los elementos del sílabo. • Describe sus propias emociones, pensamientos y valores personales y culturales, y cómo influyen en su comportamiento. • Reflexiona sobre sus emociones y comportamiento desde su rol como estudiante de FID. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Las emociones, pensamientos ✓ Los valores en contextos culturales ✓ El comportamiento humano en contextos diversos. ✓ El rol del estudiante FID según el Perfil de Egreso 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Presenta un discurso de manera oral y escrito sobre sus emociones desde su contexto cultural. ❖ Argumenta su opinión sobre su comportamiento frente a situaciones concretas. ❖ Explica su rol como estudiante de FID y asume compromisos de manera individual y colectivamente. <p>Instrumento: Escala de apreciación Escala de actitud</p>	<p>Identifica las emociones, los valores y el comportamiento humano en diversos contextos.</p> <p>Presenta un discurso de manera oral y escrito sobre sus emociones y su rol como estudiante FID, evidenciando las técnicas de estudio trabajadas desde el PIA.</p>
<p>Situación auténtica <i>“Autorregulo mis emociones para</i></p>		<ul style="list-style-type: none"> • Argumenta la importancia de la autorregulación emocional y la comprensión de que sus 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ La autorregulación emocional. <ul style="list-style-type: none"> ○ Autoconocimiento ○ Emociones 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Participa activamente de un conversatorio sobre “Autorregulación Emocional en contextos diversos” y 	<p>Socializa en espacios de interaprendizaje su FODA personal y argumenta las</p>



<p><i>asumir mi ser estudiante de FID”</i></p> <p>Unidad 2 Aspectos relacionados a la autorregulación emocional en las relaciones interpersonales.</p>	<p>5 semanas</p>	<p>acciones eventualmente involucran a otros, en especial en interacciones con sus pares y con otros de su entorno.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Pensamientos ○ Comportamiento ✓ La autorregulación emocional y su impacto en las relaciones interpersonales. 	<p>emite su opinión sobre hechos reales.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Explica la importancia de la Autorregulación Emocional en su proceso de Formación Inicial Docente – FID. <p>Instrumento: Guía de Observación Ficha de Apreciación de Resultados.</p>	<p>oportunidades que tienen como parte de su superación personal.</p> <p>Actúa demostrando Autorregulación Emocional en su proceso de Formación Inicial Docente PIA.</p>
<p>Situación auténtica <i>“Los estereotipos afectan mi sentido de pertenencia cultural”</i></p> <p>Unidad 3 Los estereotipos y el sentido de pertenencia cultural desde la FID.</p>	<p>6 semanas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Explica cómo los estereotipos se reproducen cuando las personas interactúan en una sociedad desigual y reflexiona sobre cómo se dan en el ámbito educativo. • Explica su sentido de pertenencia con su cultura, como estudiante de FID, y con otros grupos a los que pertenece, bajo un enfoque de respeto de la diversidad. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Los estereotipos: <ul style="list-style-type: none"> ○ Sociales ○ Educativos ○ De identidad cultural ○ Personales ✓ El sentido de pertenencia: <ul style="list-style-type: none"> ○ Factores que determinan el sentido de pertenencia. ○ Sentido de Pertenencia como una Necesidad Humana. ○ Importancia del sentido de pertenencia como conservación cultural. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Sustenta en qué se basan los estereotipos identificados a nivel personal y académico y cómo influye en el logro de sus metas personales. ❖ Participa de actividades propias del proyecto “Cultura Viva” dando a conocer su sentido de pertenencia en espacios de intercambio cultural de manera individual y colectivamente. <p>Instrumento: Guía de observación Escala de actitud.</p>	<p>Exposición de los diversos estereotipos identificados en su vida personal y cómo influyen en el logro de sus metas y en su sentido de pertenencia.</p> <p>Emplea sus conocimientos sobre los diversos estereotipos identificados en su Inmersión para lograr sus metas. PIA.</p>



VII. METODOLOGÍA

El formador de docentes orienta los aprendizajes, organizando las experiencias, recursos y condiciones óptimas para que los estudiantes alcancen el nivel del logro esperado en el curso. Favorece el desarrollo de las competencias a través de una retroalimentación permanente, oportuna e individualizada. También propone a los estudiantes espacios para reflexionar sobre su propio proceso de aprendizaje, introduciendo actividades y recursos para apoyar procesos metacognitivos al final de cada unidad.

VIII. RECURSOS Y MATERIALES

Son aquellos que favorecen el desarrollo de las competencias, capacidades y desempeños del estudiante en condición de favorecer los aprendizajes.

- Plataforma EVA 365 A1/Google Meet/WhatsApp
- Proyector/TV: Material audiovisual,
- Medios didácticos informáticos: tutoriales, software de aprendizaje, repositorios
- Soportes físicos: rotafolio, maquetas, guía de aprendizaje
- Técnicas grupales: lluvia de ideas, panel de discusión, phillips 66, exposición, estudio de casos,..
- Guías de normas APA 7ma Ed.
- Reglamentos de Práctica profesional
- Reglamento de investigación e innovación
- Material de laboratorio científico
- Ejercicios de campo
- Prácticas experimentales
- Pizarrón y marcadores indelebles

IX. EVALUACIÓN

En el marco de la evaluación formativa, la calificación es **cualitativa** y **descriptiva**. Considera una explicación detallada del nivel alcanzado por el estudiante, así como recomendaciones para la mejora de los aprendizajes. Se realiza durante el desarrollo del curso o módulo.

La calificación de las competencias profesionales docentes en el curso o módulo se expresa mediante niveles de desempeño, de acuerdo con la siguiente escala:

Nivel de desempeño del estudiante	
Previo al Inicio	No logra demostrar lo descrito en el nivel Inicio
Inicio	Muestra un progreso mínimo de acuerdo al nivel de desempeño esperado en el curso o módulo respecto a la competencia profesional docente.
En proceso	Evidencia el nivel de desempeño próximo o cerca a lo esperado en el curso o módulo respecto a la competencia profesional docente.
Logrado	Evidencia el nivel de desempeño esperado en el curso o módulo respecto a la competencia profesional docente, demostrando manejo satisfactorio en todas las tareas propuestas y en el tiempo programado.
Destacado	Evidencia un nivel de desempeño superior a lo esperado en el curso o módulo respecto a la competencia profesional docente.



9.1. Calificación del curso /módulo

La calificación del curso o módulo es determinada por el SIA. El SIA consigna la condición de “aprobado” o “desaprobado” del curso o módulo. Se consigna “aprobado” si la calificación del curso o módulo del estudiante se encuentra “En Proceso”, “Logrado” o “Destacado”. Se consigna “desaprobado” si la calificación final se encuentra en “Previo al inicio” o “Inicio”, de acuerdo con lo siguiente:

Condición	Calificación del curso/módulo	Resultado obtenido
Desaprobado	Previo al inicio	1 a 1.9
	Inicio	2 a 2.9
Aprobado	En Proceso	3 a 3.9
	Logrado	4 a 4.9
	Destacado	5

X. BIBLIOGRAFÍA.

Carlana Michela. (2018). Tesis doctoral: “Los maestros importan y también sus estereotipos de género”. Recuperado el 20/03/2020 en <https://nadaesgratis.es/admin/los-maestros-importan-y-tambien-sus-estereotipos-de-genero>.

Cobo Carlos Eduardo (2004). El comportamiento humano. Recuperado en [file:///C:/Users/RHTC/Downloads/Dialnet-ElComportamientoHumano-5006394%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/RHTC/Downloads/Dialnet-ElComportamientoHumano-5006394%20(2).pdf)

García Héctor (2015). La teoría del comportamiento humano Recuperado el 20/03/2020 en <https://es.slideshare.net/eavilarequena/teoria-del-comportamiento-humano-49846921>

Jiménez Colín Maricarmen (2015). Sentido de Pertenencia como una Necesidad Humana. Recuperado el 20/06/2020 en <https://www.revistapensamientolibre.com/single-post/2015/09/01/Sentido-de-Pertenencia-como-una-Necesidad-Humana>

Melamed, Andrea F. (2016). Las teorías de las emociones y su relación con la cognición: un análisis desde la filosofía de la mente. Cuadernos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales - Universidad Nacional de Jujuy, (49),13-38.[fecha de Consulta 23 de Junio de 2020]. ISSN: 0327-1471. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=185/1855107500>.

Libros recomendados:

- Psicología Humanista autor José Luis Martorell | Fuente: UNED.
- Psicología Positiva y Humanismo; Premisas Básicas y Coincidencias en los Conceptos autor Ahmad Ramsés Barragán Estrada | Fuente: Facultad de Estudios Superiores Iztacala.
- Teorías Humanistas (Presentación) autor Aida Mercado Maya | Fuente: Core.ac.uk
El enfoque humanista del desarrollo: posible desde L.S. Vigotsky autor María Febles Elejalde, Yesenia Selier Crespo y Doris M. Fernández | Fuente: PePSIC – BVS

Libros

<https://www.pedagogicomadrededios.edu.pe/psicologia/>
<https://infolibros.org/libros-de-inteligencia-emocional-gratis-pdf/>



Prof. Eduardo Martín Espinoza Troncoso
FORMADOR DOCENTE
IESPP "NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO"