

SILABO DE DESARROLLO PERSONAL - I

I. INFORMACIÓN GENERAL

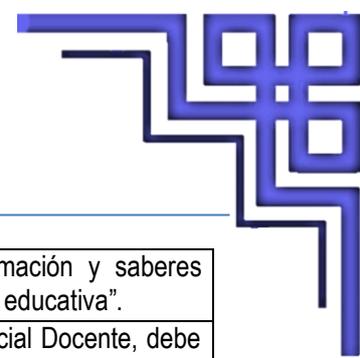
1.1.	Programa Profesional	: Educación Física
1.2.	Curso	: Desarrollo Personal I
1.3.	Ciclo	: I
1.4.	Componente curricular	: Formación General
1.5.	Competencias del Perfil de Egreso	: 6, 9 y 10
1.6.	Extensión Horaria	: 96 horas
1.7.	Duración	: 16 semanas
1.8.	Créditos	: 5
1.9.	Ciclo académico	: 2024- I
1.10.	Horas semanales	: 6 (4 horas de teoría, 2 horas de práctica)
1.10.1.	Fecha de Inicio	: 05 de mayo del 2025
1.10.2.	Fecha de término	: 22 de agosto del 2025
1.11.	Jefe de Unidad Académica	: Mg. José Elmer Sotomayor Rivera
1.12.	Docente Formador (DF)	: Mg. Yesenia Veronica Manrique Jaramillo
1.13.	Correo electrónico del DF	: ymanrique@pedagogicomadrededios.edu.pe
1.14.	Celular	: 972278329

II. SUMILLA

El Curso de Desarrollo Personal I, propio del Programa de estudios de educación física, corresponde al componente curricular de formación general, es de naturaleza teórico práctico y es de carácter obligatorio. El curso tiene como propósito 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 a la diversidad. 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 de los estudiantes de FID a partir de las cuales podrán identificar sus fortalezas, limitaciones, pensamientos, valores y la autorregulación de emociones, considerando cómo influye todo ello en su comportamiento.

Dado que el curso de Desarrollo Personal I se fundamenta en la premisa fundamental de que la comprensión de uno mismo está intrínsecamente ligada a la interacción con los demás. En este sentido, el programa se enfoca en explorar y fortalecer los vínculos que construyen identidades y fomentan un sentido de pertenencia dentro de un contexto social. A través de una variedad de actividades y dinámicas, los participantes tendrán la oportunidad de desarrollar un conjunto de experiencias significativas que les permitirán reflexionar y reelaborar sus percepciones tanto de sí mismos como de los demás.

Este enfoque integral no solo persigue el fomento del autoconocimiento, sino que también tiene como objetivo cultivar habilidades interpersonales que faciliten conexiones más profundas y significativas en todas las esferas de la vida. Al mismo tiempo, se enfoca en garantizar el desarrollo del pensamiento crítico y reflexivo como un componente esencial del curso. Este aspecto se entrelaza con el perfil del egresado, quien estará capacitado para analizar y aplicar diversas teorías, técnicas y metodologías destinadas a mejorar la calidad de la educación inclusiva. Asimismo, se busca prevenir que las diferencias, en cualquier ámbito, se conviertan en desigualdades educativas.



III. VINCULACIÓN CON EL PROYECTO INTEGRADOR

Denominación del PIA	“Interactuamos a través de nuestras vivencias, recogiendo información y saberes relevantes en los procesos de inmersión y ayudantía en la institución educativa”.
Intencionalidad del PIA	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. Se vincula con la línea de investigación: Gestión y calidad de la educación
Vinculación con el PIA	Se planifica, implementa y ejecuta un conjunto de reuniones de trabajo y entrevistas con actores clave con la finalidad de sistematizar la experiencia vivida en el primer año de estudios, en el acercamiento a la institución educativa, identificando aprendizajes, así como temas en los que tendrá que profundizar su conocimiento.

IV. TRATAMIENTO DE LOS ENFOQUES TRANSVERSALES A NIVEL DEL CURSO

Con el propósito de orientar el trabajo pedagógico y lograr el aprendizaje en los estudiantes de Educación Física en el curso de Desarrollo Personal I y tomando en cuenta los diferentes desempeños al momento de desarrollar el curso, además de los enfoques transversales que asegurarán la contextualización de los aprendizajes, así como la articulación de cursos, talleres y módulos a fin de alcanzar el desarrollo de las capacidades de acuerdo al PCI, 2025, y con los enfoques seleccionados que garanticen el logro de las competencias.

ENFOQUE	Acciones concretas de los docentes formadores	Acciones de los estudiantes de la FID
Intercultural	El docente formador propicia el trabajo colaborativo entre todos los estudiantes, sin excluir a nadie considerando las diferentes perspectivas culturales de la cosmovisión Harakbut, Yine, Ese Eja, quechua, Aymara, española, brasilera, inglesa, awajun y machiguenga. El docente formador brinda oportunidades para que todos los estudiantes, sin exclusión, compartan sus ideas, como interlocutores válidos.	Participa en las diversas actividades culturales y relaciones de pertenencia de los estudiantes. Participa en diálogos continuo entre diversas perspectivas culturales, instaurando compromisos para generar el dialogo de saberes, el trabajo colaborativo y los mejores canales de comunicación.
Búsqueda de la excelencia	El docente formador acompaña al estudiante en su proceso de aprendizaje a fin de que este desarrolle el máximo de sus potencialidades inherentes a su programa. El docente formador retroalimenta efectiva y oportunamente al estudiante sobre su progreso y formas de mejorar a través de propuestas de su interés.	Adquiere nuevas habilidades para mejorar su propio desempeño. Fortalece 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

ESTANDAR: 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.

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.

CAPACIDADES	DESEMPEÑOS ESPECÍFICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EVIDENCIA DE PROCESO / INSTRUMENTO	FUENTE
6.1. Construye relaciones interpersonales con sus colegas y otros trabajadores de su institución o red educativa, basadas en el respeto y reconocimiento de sus derechos.	✍ Participa activamente en actividades colaborativas con sus compañeros demostrando respeto, empatía y reconocimientos de sus derechos y aportes, en la planificación y ejecución de sus tareas académicas, construyendo relaciones interpersonales basadas en el respeto y reconocimiento de sus derechos	Construye relaciones interpersonales basadas en el respeto y reconocimiento de sus derechos.	<p>Expresa de forma oral y escrita sus emociones y vivencias personales, articulándolas con elementos de su identidad cultural y el reconocimiento de sus propios derechos y los de los demás.</p> <p>Analiza con sentido crítico sus reacciones emocionales ante situaciones académicas concretas, fundamentando sus respuestas desde el respeto y la autorregulación.</p> <p>Reflexiona sobre su rol como estudiante de FID y asume compromisos personales y grupales, construyendo relaciones interpersonales demostrando la practica de habilidades blandes y autocontrol emocional.</p> <p>INSTRUMENTO: Rúbrica de evaluación analítica</p>	<p>Coevaluación.</p> <p>Auto evaluación.</p> <p>Heteroevaluación</p>



ESTÁNDAR: Comprende la relevancia de la investigación educativa en tanto herramienta para la identificación de evidencia y la toma de decisiones con base en esta. Explica en qué consiste el proceso de investigación y reconoce la importancia de desarrollar su actitud investigativa para mejorar su práctica pedagógica y para favorecer el logro de aprendizajes. Identifica situaciones problemáticas en su entorno, susceptibles de investigación, y propone respuestas o explicaciones a las mismas. En función a ello, focaliza un problema y determina los objetivos de la investigación, las actividades a realizar, y los instrumentos y la información requerida (que puede incluir fuentes primarias o secundarias o ambas). Recoge, organiza y analiza la información en función a los objetivos definidos previamente.

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.

Capacidades	Desempeños específicos	Criterios de evaluación	Evidencia de proceso / instrumento	Fuente
9.2. Resuelve reflexivamente dilemas morales que se le presentan como parte de la vida escolar.	Analiza situaciones de la vida escolar que implican dilemas morales, argumenta con fundamentos éticos personales y sociales, y propone alternativas de solución respetando los derechos fundamentales de las personas	Resuelve reflexivamente dilemas morales que se le presentan como parte de la vida escolar y como estudiantes FID.	<p>Elabora un caso sobre un dilema moral simulado o vivido en el ámbito educativo, con análisis ético y propuesta de solución.</p> <p>Participa activamente de un conversatorio sobre un debate sobre un dilema ético escolar y emite su opinión sobre hechos reales.</p> <p>Explica la importancia de la Autorregulación Emocional en su proceso de Formación Inicial Docente – FID.</p> <p>INSTRUMENTOS:</p> <p>Rúbrica de evaluación Escala de actitud</p>	<p>Autoevaluación</p> <p>Coevaluación</p> <p>Heteroevaluación</p>



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 el 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.**

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.

Capacidades	Desempeños específicos	Criterios de evaluación	Evidencia de proceso / instrumento	Fuente
<p>10.1. Comprende sus fortalezas y limitaciones para establecer metas de mejora personal.</p> <p>10.2. Regula sus emociones para relacionarse positivamente con otras personas y alcanzar metas.</p> <p>10.3. Interactúa de forma asertiva y empática con personas en contextos caracterizados por la diversidad.</p>	<p>Reflexiona sobre sus propias fortalezas y aspectos a mejorar, y establece metas personales realistas para su desarrollo personal y académico.</p> <p>Reconoce y gestiona sus emociones en diversas situaciones, utilizando estrategias que le permitan mantener relaciones positivas y alcanzar objetivos.</p> <p>Se comunica de manera clara, respetuosa y empática con personas de diferentes culturas y contextos, promoviendo el respeto mutuo y la colaboración.</p>	<p>Comprende sus fortalezas y limitaciones para establecer metas de mejora personal.</p> <p>Regula sus emociones para relacionarse positivamente con otras personas y alcanzar metas.</p> <p>Interactúa de forma asertiva y empática con personas en contextos caracterizados por la diversidad.</p>	<p>Sustenta en qué se basan los estereotipos identificados a nivel personal y académico y cómo influye en el logro de sus metas personales - FODA</p> <p>Participación en dinámica de trabajo colaborativos y experiencias emocionales</p> <p>Participa de actividades propias de la experiencia “Cultura Viva” dando a conocer su sentido de pertenencia en espacios de intercambio cultural de manera individual y colectivamente.</p> <p>INSTRUMENTOS: Guía de reflexión personal Lista de cotejo Registro anecdótico</p>	<p>Hetero evaluación</p> <p>Autoevaluación</p>



EVIDENCIA FINAL DEL CURSO

- 1) **Bitácora reflexiva personal**, en el cual los estudiantes presentan:
 - a) Análisis de fortalezas y debilidades personales - FODA
 - b) Registros de emociones vividas y estrategias de autorregulación aplicadas.
 - c) Experiencias de interacción empática y colaborativa en contextos diversos.

- 2) **Análisis y resolución de un dilema moral – casos de la práctica e investigación**
 - a) Selecciona un dilema ético que podría enfrentar como futuro docente.
 - b) Describe el caso, analiza las posibles decisiones y argumenta sus respuestas con base en valores y principios personales como estudiante FID.

- 3) **Propuesta de un caso socioemocional en el contexto educativo**
 - a) Justificación del problema detectado (falta de regulación emocional, discriminación, etc.)
 - b) Objetivo de la intervención
 - c) Actividades propuestas para promover la inteligencia emocional, la convivencia respetuosa, y la toma de decisiones éticas entre escolares.

- 4) Participación de la experiencia “Cultura Viva” dando a conocer su sentido de pertenencia en espacios de intercambio cultural de manera individual y colectivamente.

Este portafolio no solo serviría como una evidencia concreta del aprendizaje y desarrollo del estudiante durante el curso, sino que también fomentaría la autoevaluación, la reflexión crítica y la planificación del crecimiento futuro.

INSTRUMENTO: Rúbrica de evaluación – Autoevaluación.



VI. ORGANIZACIÓN DE UNIDADES DE APRENDIZAJE

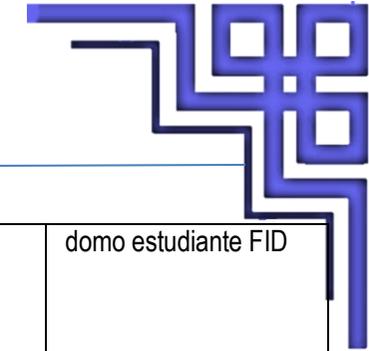
Nombre de la unidad	Duración	Desempeños específicos	Conocimientos	Evidencias de proceso	Evidencia final
<p>Situación auténtica</p> <p>¿Qué estrategias me ayudan a mantener el equilibrio emocional frente a los desafíos de mi vida personal y en mis relaciones interpersonales?</p> <p>Unidad 1</p> <p>"Me cuido y regulo mis emociones para relacionarme con respeto y empatía "</p>	<p>4 semanas</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✍ Reconoce sus propias emociones, pensamientos y valores, evaluando el modo en que influyen en su comportamiento ✍ Revisa y profundiza en equipos colaborativos las teorías sobre las emociones y discierne de qué manera influyen en el comportamiento personal y social. ✍ Participa colaborativamente en la planificación y ejecución de sus tareas académicas, fortaleciendo sus relaciones interpersonales con su equipo de trabajo al que pertenece. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reconoce las emociones primarias, secundarias y de orden superior y su impacto en la conducta. ▪ Analiza teorías de las emociones desde perspectivas evolutivas, cognitivas y emocionales. ▪ Comprende la importancia de las estrategias de autorregulación emocional para su vida personal y en sus relaciones interpersonales: <ul style="list-style-type: none"> ✧ Autoconocimiento ✧ Pensamientos ✧ Emociones ✧ Comportamiento ▪ Gestión emocional <ul style="list-style-type: none"> ✧ Estrategias de control de emociones ▪ Habilidades blandas ▪ Comunicación: Asertiva - Interpersonal – intrapersonal ▪ Relaciones interpersonales positivas 	<p>Explica la importancia de las emociones en su vida personal y social.</p> <p>Explica cómo las estrategias de autorregulación emocional contribuyen a que sus relaciones interpersonales sean positivas y al logro de objetivos personales y académicos en la FID.</p> <p>Diseña un decálogo de autorregulación emocional y su rol como estudiante de FID.</p> <p>Realiza una narrativa sobre la importancia de las emociones y la autorregulación emocional en sus relaciones interpersonales</p>	<p>Bitácora reflexiva donde el estudiante analiza su participación en una actividad colaborativa, identificando sus emociones, actitudes de respeto y empatía, y aprendizajes sobre su autoconocimiento.</p>
<p>Situación auténtica</p> <p>¿Cómo influyen mis raíces personales y culturales en mi manera de enseñar y aprender y relacionarme?</p> <p>Unidad 2</p>	<p>4 semanas</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✍ Se comunica de manera clara, respetuosa y empática con personas de diferentes culturas y contextos, promoviendo el respeto mutuo y la colaboración. ✍ Explica la importancia de reconocer 	<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 culturales 	<p>Sustenta en qué se basan los estereotipos identificados a nivel personal y académico y cómo influye en el logro de sus metas personales.</p> <p>Presenta un Lapbook (grande) sobre su identidad cultural y sentido de</p>	<p>Presentación de un caso (dilema escolar), analiza las posibles decisiones y argumenta sus respuestas con base en valores y principios personales</p>



“NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO” – PUERTO MALDONADO

D.S. N°12-85. ED del 20 de febrero de 1985

Licenciada con Resolución Ministerial N.º 293-2024-MINEDU



<p>"Me reconozco y me valoro desde mis raíces culturales"</p>		<p>su identidad cultural personal y colectiva</p> <ul style="list-style-type: none"> ✍ Contribuye en la mejora de sus relaciones interpersonales, respetando su vivencia cultural. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 	<p>pertenencia</p>	<p>domo estudiante FID</p>
<p>Situación auténtica</p> <p>¿Cómo puedes tomar decisiones responsables y éticas en tu vida académica y personal, reconociendo tus fortalezas, aspectos a mejorar y metas, para contribuir a tu bienestar y al de tu entorno?</p> <p>Unidad 3</p> <p>“Decido con sentido: Autoconocimiento, motivación y ética para mi vida personal y docente”</p>	<p>4 semanas</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reflexiona sobre sus propias fortalezas y aspectos a mejorar, y establece metas personales realistas para su desarrollo personal y académico. ▪ Analiza dilemas éticos relacionados con su entorno personal y social, tomando decisiones fundamentadas en principios éticos y en teorías del desarrollo humano y moral, demostrando responsabilidad, empatía y compromiso con el bienestar colectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ FODA personal <ul style="list-style-type: none"> ✧ Fortalezas ✧ Oportunidades ✧ Debilidades ✧ Amenazas ▪ Teorías de la motivación <ul style="list-style-type: none"> ✧ Motivaciones personales ▪ Toma de decisiones ▪ Ética: Personal -Social ▪ Dilemas éticos ▪ Teoría del desarrollo humano y moral 	<p>FODA personal reflexivo, que incluye el análisis de sus características individuales y contexto.</p> <p>Plan de metas personales y académicas, con objetivos claros, alcanzables y plazos definidos.</p> <p>Estudio de caso sobre un dilema ético, resuelto con base en principios éticos y teorías del desarrollo moral.</p> <p>Ensayo reflexivo, donde argumenta una decisión tomada frente a un dilema vivido o simulado, justificándola desde un enfoque ético y social.</p>	<p>Informe oral de su FODA personal, identificando fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas en su desarrollo personal y profesional como estudiante de FID, con un plan de acción basado en este análisis para maximizar sus fortalezas y oportunidades, y mitigar sus debilidades y amenazas.</p>
<p>Situación auténtica</p> <p>¿Qué tipo de docente quiero ser y cómo puedo contribuir a transformar mi comunidad desde la educación?</p> <p>Proyecto cultural</p> <p>"Experiencia cultural como estudiante FID"</p>	<p>4 semanas</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se comunica de manera clara, asertiva y empática con personas de diversas culturas, respetando sus cosmovisiones y promoviendo el diálogo intercultural, la comprensión mutua y la colaboración en contextos educativos inclusivos. ▪ Reconoce y valora su identidad cultural, expresando su sentido de pertenencia desde una perspectiva individual y colectiva, e integrando prácticas culturales significativas como parte de su formación como futuro docente intercultural. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Identidad cultural <ul style="list-style-type: none"> ✧ Sentido de pertenencia ✧ Identidad individual ✧ Identidad colectiva ▪ Comunicación intercultural ▪ Prácticas culturales 	<p>Presentación de maletas culturales donde muestran su equipaje cultural como estudiantes de FID.</p> <p>Planifica actividades propias para participar de la experiencia "Cultura Viva" dando a conocer su sentido de pertenencia en espacios de intercambio cultural de manera individual y colectivamente</p>	<p>Presentación intercultural inclusiva denominada "Cultura Viva FID", donde comparten su maleta personal - cultural simbólica, construida a partir de un proceso de autoconocimiento, análisis ético y reflexión sobre su identidad como futuros docentes.</p>



VII. METODOLOGÍA

El curso de Desarrollo Personal I se centra en el trabajo colaborativo, tanto en actividades individuales como en equipos. Se pone un fuerte énfasis en la actividad física y el lenguaje corporal como medios para comprender y expresar emociones. El formador de docentes guía el proceso de aprendizaje, facilitando experiencias, recursos y condiciones óptimas para que los estudiantes alcancen los objetivos establecidos en el área. Se promueve el desarrollo de competencias a través de una retroalimentación constante y personalizada. Además, se brindan espacios para que los estudiantes reflexionen sobre su propio proceso de aprendizaje, introduciendo actividades y recursos que apoyen los procesos metacognitivos al final de cada unidad.

METODOLOGÍAS Y TÉCNICAS	
Lluvia de ideas	El formador debe ser quien propicie y motive la participación de los estudiantes de manera que se pueda discutir, llegar a conclusiones y tomar decisiones oportunas y adecuadas frente al análisis de casos y teorías.
Trabajo de producción personal	Los estudiantes realizan actividades de estudio de producción personal como análisis de lecturas y elaboración de esquemas o resúmenes de manera individual. Tomando en consideración las pautas dadas en el proyecto integrador.
Trabajo colaborativo	Los estudiantes formarán pequeños grupos y, de acuerdo con las instrucciones proporcionadas por el formador, intercambian información y trabajan una determinada actividad. (análisis de videos, lecturas, entre otros)
Exposición dialogante	Explicación y demostración de contenidos a cargo del formador, con intervención de los estudiantes, ya sea a través de preguntas o presentaciones de trabajos elaborados por los estudiantes, teniendo en cuenta las normas APA y las actividades enmarcadas en el proyecto integrador.
Tutoría o acompañamiento asincrónico	La tutoría se ofrecerá mediante las herramientas presencial a través de: Correo electrónico - Mensaje de voz o escrito por WhatsApp Plataforma EVA 365 A1 Organización del portafolio

VIII. RECURSOS Y MATERIALES

Utilizaré recursos y materiales que favorezcan el desarrollo de las competencias, capacidades y desempeños que el estudiante debe adquirir en sus aprendizajes:

- Plataforma EVA 365 A1/Google Meet/WhatsApp
- Equipos de multimedia, Proyector/TV: Material audiovisual,
- Medios didácticos informáticos: tutoriales, software de aprendizaje.
- Soportes físicos: Guías de aprendizaje, separatas y bibliografía considerada.
- Guías de normas APA 7ma Ed.
- Reglamento de investigación e innovación
- Pizarrón y marcadores indelebles.
- Material de escritorio.

IX. EVALUACIÓN

En consonancia con el enfoque de evaluación formativa, se emplea una calificación cualitativa y descriptiva que proporciona una explicación detallada del nivel alcanzado por el estudiante en relación con las competencias establecidas. Esta evaluación se lleva a cabo de manera continua durante el desarrollo del curso o módulo, lo que permite una retroalimentación oportuna y significativa para el proceso de aprendizaje.



La calificación de las competencias profesionales docentes se expresa mediante niveles de desempeño, los cuales se clasifican de acuerdo con la siguiente escala:

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.

- Goleman, D. (2022). *La inteligencia emocional: Por qué es más importante que el cociente intelectual*. México: EDICIONES B.
- Goleman, D. (2015). *El cerebro y la inteligencia emocional: Nuevos descubrimientos*. España: B de Books (Ediciones B).
- MINEDU (2020) *Diseño Curricular Básico Nacional de la Formación Inicial Docente Programa de Estudios de Educación Física – FID*. Lima, Perú.
file:///C:/Users/DELL/Downloads/DCBN_Fisica_2020.pdf
- Segura Morales, M., Arcas Cuenca, M. (2003). *Educación de las emociones y los sentimientos: Introducción práctica al complejo mundo de los sentimientos*. España: Narcea.
- Pallarés, M. (2010). *Emociones y sentimientos: Dónde se forman y cómo se transforman*. España: Marge Books.
- García, C. (2019). *El proyecto de vida*. México: Grupo Editorial Patria.
- Cuesta, H. (2022). *¿De qué se trata la vida? Encuentra TUS respuestas*. España: GRIJALBO.
- Gómez H., R. (2019). *¡Estoy listo!* Colombia: CONECTA.
- Ekman, P. (2017). *El rostro de las emociones*. España: RBA Libros.
- Fischman, D. (2022). *Habilidades blandas a la vena*. Perú: Planeta Perú.
- Ruiz, F. (2018). *Tu marca personal en acción: Un nuevo enfoque estratégico alrededor del proyecto de vida*. Colombia: LID Editorial.
- Rodríguez Estrada, M. (2015). *Comunicación y superación personal*. México: Editorial El Manual Moderno.
- Pozo Flórez, J. Á. d. (2013). *Técnicas de comunicación personal y grupal*. España: Editorial Club Universitario.
- Comunicación Asertiva: *¡Exprésate sin miedo! 5 consejos para comunicarse eficazmente y hacerse respetar, aunque tenga una personalidad débil. Bonificación: 8 técnicas para controlar la ansiedad social*. (2022). (n.p.): Octavio Joel.
- Comunicación Asertiva Habilidades Esenciales: *Técnicas Efectivas para Comunicarse, Desarrollar Relaciones más Profundas, Ganar Confianza en sí Mismo y Aprender a Mejorar la Inteligencia Social*. (n.d.). (n.p.): James M. Blackford.
- Vieira, H. (2007). *La comunicación en el aula: Relación profesor-alumno según el análisis transaccional*. España: Narcea.
- Wiemann, M. O. (2011). *La Comunicación en las Relaciones Interpersonales*. España: Editorial UOC, S.L.
- Redescubrir las relaciones interpersonales. (2021). España: Sanz y Torres.
- Monjas Casares, M. I. (2021). *El complejo mundo de las relaciones interpersonales*. España: Ediciones Pirámide.

Webgrafía.

- <https://es.slideshare.net/arjonaprofesor/habilidades-blandas-y-duras>
- <https://blog.qualylife.com.co/diferencia-habilidades/>
- <https://www.iberdrola.com/talento/que-es-inteligencia-emocional>
- <https://blog.hubspot.es/marketing/foda-personal>




Mg. Yesenia V. Manrique Jaramillo
DOCENTE FORMADORA




Mg. Jose Elmer Sotomayor Rivera
UNIDAD ACADÉMICA