



Co-funded by
the European Union



Project No: 2021-1-FI01-KA220-ADU-000035370

Competências matemáticas

A minha futura profissão





Ecological Thinking!

Think before printing any dissemination material if it is necessary. In case something needs to be printed, it is worth thinking about where to print it (e.g., local print shop, ecofriendly online print shop, etc.), on what kind of paper (e.g., recycled paper, grass paper, other alternatives to usual white paper) and with what kind of colors.

Let's protect our environment!

A minha futura profissão

Principais objetivos

Ajudar os alunos a identificar as suas competências e a definir objetivos para o seu desenvolvimento pessoal.

Esta atividade permitirá aos alunos refletir sobre as suas competências e objetivos, bem como incentivar a autoconsciência e o crescimento pessoal. Além disso, a utilização de materiais como marcadores, cartazes e post-its proporciona-lhes uma experiência prática e interativa durante a aula.

Tipo de atividade

Atividade na sala de aula

Metodologia

Trabalho individual ou em equipa

Número de participantes

Sem limitações

Duração

Primeiro: Atividade de equipa

- ✓ Sessão de brainstorming (10 minutos)
- ✓ Grupos temáticos (15 minutos)
- ✓ Profissões de investigação (15 minutos)
- ✓ Apresentações e debate (15 minutos)
- ✓ Reflexão pessoal (10 minutos)
- ✓ Atividades práticas (10 minutos)

Segundo: Atividade individual

- ✓ Introdução (5 minutos)
- ✓ Competências e interesses (10 minutos)
- ✓ Mapa de competências (15 minutos)
- ✓ Apresentação e debate (15 minutos)
- ✓ Objetivos pessoais (10 minutos)
- ✓ Lançamento de objetivos (10 minutos)
- ✓ Encerramento e reflexão (5 minutos)

Material necessário (em exercício)

- ✓ Marcadores coloridos
- ✓ Quadros grandes para cartazes ou papel de carta
- ✓ Post-its de cores diferentes

- ✓ Fita adesiva ou alfinetes para fixar os papéis à parede ou ao quadro branco

Primeiro: Atividade de equipa

- ✓ **Sessão de brainstorming (10 minutos):**

Organize uma sessão de brainstorming criativo com os alunos. Peça-lhes que pensem em todas as coisas que gostam de fazer, nas suas competências e áreas de interesse. Incentive-os a partilhar todas as ideias que tiverem, por mais estranhas ou pouco convencionais que possam parecer.

- ✓ **Grupos temáticos (15 minutos):**

Divida os alunos em pequenos grupos com base em tópicos ou categorias gerais, como ciência e tecnologia, arte e criatividade, desporto e atividade física, natureza e ambiente, etc. Isto ajudará a concentrar as suas ideias e a explorar áreas específicas de interesse.

- ✓ **Profissões de investigação (15 minutos):**

Atribua a cada grupo uma profissão relacionada com o seu tema. Peça aos alunos que pesquisem essa profissão, as suas responsabilidades, competências necessárias, ambiente de trabalho e qualquer outra informação relevante. Podem também procurar exemplos de pessoas que exercem essa profissão e de como alcançaram o sucesso na mesma.

- ✓ **Apresentações e debate (15 minutos):**

Cada grupo deve preparar uma breve apresentação sobre a profissão que lhe foi atribuída. Podem incluir aspetos como a razão pela qual gostam dessa profissão, quais as competências necessárias, como pensam que poderiam utilizar as suas próprias competências e interesses nessa profissão, etc. Após cada apresentação, pode ser aberto um espaço para debate e perguntas.

- ✓ **Reflexão pessoal (10 minutos):**

Depois de todos os grupos terem apresentado os seus trabalhos, peça a cada aluno que reflita sobre as profissões que foram debatidas e sobre a forma como poderá aplicar nelas as suas competências e interesses. Incentive-os a refletir sobre as profissões que consideram mais apelativas e estimulantes com base no que descobriram.

- ✓ **Atividades práticas (10 minutos):**

Organize atividades práticas relacionadas com algumas das profissões mencionadas. Por exemplo, se explorarem a profissão de cientista, pode realizar experiências científicas simples. Se debaterem a profissão de artista, pode organizar uma sessão de pintura ou

de trabalhos manuais. Isto permitir-lhes-á experimentar e avaliar quais as atividades que consideram mais interessantes e divertidas.

Segundo: Atividade individual

✓ **Introdução (5 minutos):**

Explique aos alunos que vão fazer um exercício para explorar e refletir sobre as suas competências, bem como estabelecer objetivos para o seu crescimento e desenvolvimento pessoal.

✓ **Competências e interesses (10 minutos):**

Peça aos alunos que escrevam em post-its as suas competências e interesses e atividades que gostam de fazer. Cada ideia ou competência deve ser escrita num post-it separado. Incentive-os a serem específicos e criativos. Por exemplo, podem escrever "desenhar retratos realistas", "resolver problemas matemáticos difíceis", "organizar eventos", etc.

✓ **Mapa de competências (15 minutos):**

Distribua os cartazes ou folhas de papel e peça aos alunos para colarem os seus post-its, formando um "mapa de competências". Podem organizar os post-its de acordo com categorias ou tópicos relacionados.

✓ **Apresentação e debate (15 minutos):**

Convide os alunos a partilharem os seus mapas de competências com o resto da turma. Cada aluno pode explicar as competências que incluiu e por que são importantes para ele. Incentive a interação e as perguntas entre os alunos para que possam aprender uns com os outros e descobrir novas ideias.

✓ **Objetivos pessoais (10 minutos):**

Agora que os alunos identificaram as suas competências, peça-lhes que pensem em objetivos pessoais relacionados com essas competências. Cada aluno deve escrever um ou dois objetivos em post-its separados. Por exemplo, podem definir objetivos como "melhorar a minha técnica de desenho", "aprender a programar", "participar numa competição desportiva", etc.

✓ **Lançamento de objetivos (10 minutos):**

Os alunos devem colar os post-its dos seus objetivos no mesmo quadro ou cartaz, junto das competências correspondentes. Isto ajudá-los-á a visualizar como os seus objetivos estão relacionados com as suas competências atuais.

✓ **Encerramento e reflexão (5 minutos):**

Termine a atividade com um breve debate sobre a importância de estabelecer objetivos e sobre a forma como as competências atuais os podem ajudar a alcançá-los. Pergunte aos alunos como se sentem depois de terem identificado as suas competências e estabelecido objetivos para o seu desenvolvimento pessoal.

Questões para debate (para o professor)

Estas perguntas ajudá-lo-ão a incentivar a reflexão e o diálogo entre os alunos, permitindo-lhes aprofundar o seu processo de autoconhecimento e a motivação para o desenvolvimento pessoal:

1. O que descobriu sobre si próprio ao identificar as suas competências e ao estabelecer objetivos relacionados?
2. Em que competências se sente mais confiante e seguro? Por que pensa que estas competências são importantes para si?
3. Que novas competências ou interesses descobriu durante esta atividade que gostaria de explorar ou desenvolver mais?
4. Como pensa que as suas competências atuais o ajudarão a atingir os objetivos que definiu? Há algumas competências que precise de melhorar ou adquirir para atingir esses objetivos?
5. Que obstáculos ou desafios pensa que poderá encontrar no caminho para atingir os seus objetivos? Como é que os poderia ultrapassar?
6. Como se sente depois de ter visualizado as suas competências e objetivos num mapa? Sente-se mais motivado e concentrado no seu desenvolvimento pessoal?
7. Que medidas concretas pode tomar agora para começar a trabalhar no desenvolvimento das suas competências e na concretização dos seus objetivos?
8. Que outras pessoas, recursos ou experiências o poderiam apoiar no processo de desenvolvimento das suas competências e na realização dos seus objetivos?
9. Há algumas competências que gostaria de adquirir ou objetivos adicionais que gostaria de estabelecer com base nas ideias partilhadas pelos seus pares durante a atividade?
10. Qual foi a lição mais importante que aprendeu com esta atividade sobre a importância de conhecer as suas competências e definir objetivos?



Co-funded by
the European Union

Scan to learn more!



Thank you!

Proj. no: 2021-1-FI01-KA220-ADU-000035370

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.