

Ficha Técnica para Mentores(as)



11. OS MEUS OBJETIVOS SMARTE

Fase de Mentoreção	Dimensão	Duração (mins)	Número de Participantes (min/max)
Reunião Inicial	Definição de Objetivos & Planeamento	30 mins	1
Elementos da Dimensão de Aprender a Aprender	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver objetivos de longo prazo - Identificar Objetivos de Aprendizagem - Identificar estratégias eficazes - Planear etapas 		
Tags	Planeamento de objetivos - planeamento de aprendizagem - objetivos de aprendizagem		

Objetivo da Atividade

Este exercício ajudará a transformar os objetivos das aprendentes em objetivos SMARTE (inteligentes) para que tomem consciência da razão pela qual os desejam e do efeito que a realização deles terá sobre elas. Isto irá motivá-las no processo de atingir esses objetivos.

Preparação

Imprima a ferramenta da atividade de forma que as aprendentes tenham acesso à atividade impressa.

Aplicação

Peça para que preencham a tabela abaixo e sigam as perguntas orientadoras.



Link para plataforma

<https://upsim.aidlearn.eu/en/>



Ferramenta de atividade

Os meus objetivos SMARTe

<p>Específico</p> <p><i>O que quer alcançar e POR QUÊ?</i></p>	
<p>Mensurável</p> <p><i>Como saberá quando atingiu os seus objetivos? O que é que mudou?</i></p>	
<p>Exequível e Desejável</p> <p><i>Porque é que quer alcançar este objetivo? Que mais valia lhe trará?</i></p>	

<p>Relevante e Realista</p> <p><i>O objetivo que quer alcançar é relevante? Que barreiras poderá encontrar? O que fará para as ultrapassar?</i></p>	
<p>Tempo</p> <p><i>Quanto tempo precisa para chegar ao seu objetivo? Tem prazos a cumprir?</i></p>	
<p>Efeito</p> <p><i>Quando atingir o seu objetivo, o que será diferente na sua vida? Qual será a mais valia(s) e efeito(s) que o atingimento deste objetivo lhe trará?</i></p>	

