



Ficha Técnica para Mentores(as)



1. AJUSTAR MEU PLANO DE APRENDIZAGEM

Fase de <i>Mentoreção</i>	Dimensão	Duração (mins)	Número de participantes (min/max)
Reunião de Extensão	Monitoria & Adaptação	45 mins	2-5
Elementos da Dimensão de Aprender a Aprender	<ul style="list-style-type: none">- Avaliar o progresso- Adaptar estratégias- Crescer com os erros- Atribuir sucesso ao esforço- Desenvolver persistência, aproveitar e construir oportunidades de acesso com ajuda e ao longo do tempo		
Tags	Aprender a aprender, ajustar estratégias de aprendizagem, aprendizagem eficiente, entrevista, diálogo, mentoria		

Objetivo da Atividade

Esta atividade visa ajudar a aprendente a fazer perguntas que a ajudarão a ajustar as suas estratégias de planeamento e a torná-la uma aprendente autodirigida mais eficiente. A atividade é baseada em "Perguntas que Aprendentes Autodirigidos Fazem a Si Mesmos" (adaptado de Schraw, 1998 e Tanner, 2012).

Preparação

Imprima a atividade

Aplicação





Ferramenta de *Mentorvenção* UPSIM

Leia as perguntas da atividade, peça para as aprendentes as discutirem no círculo e anotarem as suas respostas.



Link para plataforma

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





Atividade

Os grupos começam por ler as primeiras perguntas. Antes de responder, haverá 1 minuto de tempo de reflexão, em que as aprendentes anotarão os seus pensamentos iniciais. Cada aprendente partilha estes pensamentos com o grupo. Isto pode ser a base de uma discussão sobre estratégias de aprendizagem.

Cada membro do grupo pensa numa tarefa de aprendizagem que escolheu realizar durante a fase de Aplicação. (por exemplo, um cartão de desafio). Reflita sobre:

Planeamento/análise de tarefas - meta-cognição

P: Que tipo de tarefa era?

P: Qual foi o seu objetivo de aprendizagem da tarefa?

P: Quais eram as suas competências e conhecimentos prévios antes de iniciar a tarefa?

P: De que informações adicionais precisou para começar?

P: Que estratégias utilizou para completar a tarefa? (por exemplo: ouvir ativamente, tomar notas, delinear, representar visualmente o material, questionar-se, rever, gravar, resumir, etc.)

P: Que pontos fortes trouxe para a tarefa?

P: Que pontos fracos previu que teria para realizar a tarefa?

Planeamento/análise de tarefas - meta-emoção

P: Quão interessada e motivada estava para fazer a tarefa?

P: Fez alguma coisa para aumentar a sua motivação para fazer a tarefa?

P: Qual era o valor ou relevância de fazer a tarefa ou do que estava a aprender?

P: Quão confiante estava de que poderia completar a tarefa/aprender o material?

P: Como pode melhorar a sua auto-confiança sem se tornar demasiado confiante?

P: Lembra-se de outras tarefas semelhantes a esta em que teve uma experiência diferente?

Planeamento/análise de tarefas - ambiente

P: Em que tipo de ambiente completou a tarefa? (por exemplo: níveis de ruído, pessoas ao redor, conforto/assento, condições de temperatura/clima, etc.)

P: Qual era o seu estado de espírito ao fazer a tarefa? (por exemplo: cansaço, qualidade do sono, níveis de stress, mentalidade)

P: Quais é que pensava serem as potenciais distrações e o que fez para as evitar?

P: Quanto tempo planeou reservar para a tarefa?

P: Que recursos preparou para completar a tarefa?

Após a reflexão e discussão em grupo, partilhe as suas principais conclusões com o grupo. O que fará de diferente para as suas tarefas futuras? Escreva uma carta a si própria para destacar as áreas em que gostaria de se tornar mais eficiente e refletir sobre as estratégias que poderia utilizar.

