

## Módulo 2

# Despertar para explorar o território das aptidões

Ensino Médio



**SEBRAE**

EDUCAÇÃO  
EMPREENDEDORA  
**SEBRAE**

Curso  
**Despertar**



© 2024. Serviço de Apoio às Micro e Pequenas Empresas de Minas Gerais – SEBRAE

## **TODOS OS DIREITOS RESERVADOS**

É permitida a reprodução total ou parcial deste material, desde que citada a fonte.

## **INFORMAÇÕES E CONTATOS**

Serviço de Apoio às Micro e Pequenas Empresas de Minas Gerais – SEBRAE

Unidade de Educação Empreendedora

Av. Barão Homem de Melo, 329, Nova Granada – CEP 30.341-285 - Belo Horizonte – MG

Telefone: 08005700800 Website: [www.sebraemg.com.br/minasgerais](http://www.sebraemg.com.br/minasgerais)

## **SEBRAE/MG**

**Presidente do Conselho Deliberativo**

MARCELO DE SOUZA E SILVA

**Diretor Superintendente**

AFONSO MARIA ROCHA

**Diretor Técnico**

DOUGLAS AUGUSTO OLIVEIRA CABIDO

**Diretor de Operações**

MARDEM MARCIO MAGALHAES

## **UNIDADE DE EDUCAÇÃO EMPREENDEDORA**

**Gerente**

FABIANA RIBEIRO DE PINHO

**Equipe Técnica**

WENDELL AURÉLIO RODRIGUES FERREIRA

JÉSSICA DE OLIVEIRA CARVALHO SANTOS

## **CONSULTORIA PEDAGÓGICA**

**Designer da Experiência de Aprendizagem**

MANU BEZERRA

## **PRODUÇÃO DE CONTEÚDO**

**Gestão de Projetos**

VANESSA VIANA

**Design e Diagramação**

ANDERSON LUIZ BARBOSA ARAUJO

**Redação e Locução**

MARIANNA FERRY

**Revisão**

JULIA MAGALHÃES MATOS E SILVA

## Módulo 2

# Despertar para explorar o território das aptidões

Ensino Médio

**SEBRAE**

**EDUCAÇÃO  
EMPREENDEDORA  
SEBRAE**

Curso  
**Despertar**

# Olá, professor!



Já pensou em despertar o interesse dos seus estudantes para a importância do autoconhecimento para criar oportunidades?

Desbravar caminhos para o autoconhecimento é uma jornada que pode conduzir os estudantes a uma compreensão consciente sobre qual é a sua potência e o seu lugar no mundo. Sabemos que aprender a olhar para si é um processo desafiador, por isso, estimular os nossos estudantes que estão no Ensino Médio a terem acesso a conhecimentos, técnicas e ferramentas que os auxiliem a despertar descobertas sobre si mesmos, seguido de uma análise de cenário sobre o contexto que estão inseridos, pode contribuir para que aprendam a tomar decisões assertivas sobre as suas próprias vidas e sobre como podem impactar seus territórios.

Nesse cenário, você, professor, pode criar situações de aprendizagem para capacitar os estudantes a serem agentes de mudança e desenvolverem comportamentos para que eles aprendam a enxergar oportunidades onde muitas vezes estamos acostumados a direcionar o nosso olhar para os obstáculos.

O autoconhecimento, aliado à mentalidade empreendedora, reconhece o que há de potência e necessidade na busca por resolução de problemas complexos que nossos estudantes estão enfrentando no mundo contemporâneo.

Essa reflexão não apenas se alinha aos princípios da Base Nacional Comum Curricular (BNCC), como também destaca a possibilidade de integrar o desenvolvimento e aptidões à Educação Empreendedora, proporcionando uma formação mais completa e alinhada às demandas do mundo contemporâneo.

Ao desbravar os caminhos do autoconhecimento, os estudantes são desafiados a **refletirem sobre suas próprias características, habilidades e limitações, capacitando-os para contribuir de maneira significativa para a sociedade**, incorporando valores éticos, habilidades interpessoais e uma visão crítica do mundo, tornando-os aptos a prosperar em uma sociedade complexa e em constante transformação.



# Território das aptidões



Para darmos início ao módulo **Despertar para explorar o território das aptidões**, convide seus estudantes a imaginarem futuros possíveis, auxiliando-os a identificar oportunidades a partir do reconhecimento da potência que cada um possui. As experiências de aprendizagem sugeridas nesta sequência didática trazem como foco a abordagem de técnicas para que os estudantes possam fazer uma análise de autoconhecimento e estabelecer metas eficazes para demandas da sua própria vida.



## Objetivo de aprendizagem do módulo:

Estimular nos estudantes o reconhecimento de suas habilidades, por meio da autodescoberta, para a tomada de decisões conscientes e significativas frente às situações de oportunidades e desafios.



## Tempo médio para aplicação do módulo:

06 a 08 horas/ aula.



## Checklist:

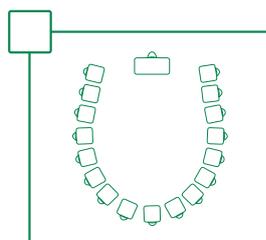
Recursos para mediar as experiências propostas.

- Lápis
- Caneta
- Borracha
- Planner
- Pincel
- Lousa
- Tesoura
- Cola
- Revistas
- Computador

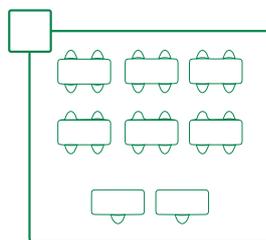


## Organização do espaço:

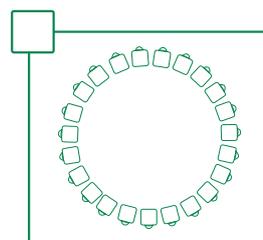
Selecione os formatos possíveis de acordo com a intencionalidade pedagógica de cada atividade proposta no plano de experiência de aprendizagem.



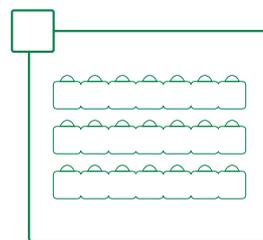
Semicírculo em U



Em grupos



Em Círculo



Aula expositiva



## Localizadores de habilidades e competências:

Observe as possibilidades de conexão entre a proposta de aprendizagem do módulo com a BNCC e os comportamentos empreendedores para a vida.

### BNCC

#### Ciências Humanas e Sociais aplicadas:

##### ■ (EM13CHS506)

Assumir responsabilidades, reconhecendo a autodisciplina, a perseverança e a determinação como recursos necessários para alcançar seus objetivos e para se manter atualizado, estabelecendo metas individuais e coletivas.

#### Linguagens e suas tecnologias:

##### ■ (EM13LGG301)

Participar de processos de produção individual e colaborativa em diferentes linguagens (artísticas, corporais e verbais), levando em conta suas formas e seus funcionamentos, para produzir sentidos em diferentes contextos.

### Comportamentos Empreendedores

#### ■ Mobilizar recursos

Obter e gerir recursos materiais, não materiais e digitais necessários para transformar ideias em ações, fazendo o máximo com recursos mínimos, alcançar e gerir competências necessárias em diferentes etapas, incluindo competências legais, financeiras e digitais e definindo estratégias para mobilizar recursos necessários para gerar valor para outros

#### ■ Identificar oportunidades

Encontrar oportunidades para geração de valor, reconhecendo possibilidades para resolver necessidades ainda não atendidas e responder a desafios, por meio do estabelecimento de novas ligações e da junção de elementos dispersos.

#### ■ Criatividade

Desenvolver, testar e redefinir múltiplas ideias, transformando-as em soluções para desafios atuais e futuros ou que criam valor para outros, através de abordagens inovadoras, combinando conhecimento e recursos para alcançar resultados significativos.

#### ■ Visão

Imaginar um futuro desejável, criando uma visão inspiradora para engajar pessoas e usá-la para guiar estrategicamente o processo de tomada de decisão.

#### ■ Planejar e gerir

Definir objetivos de curto, médio e longo prazo, definindo prioridades e planos de ação, adaptando-se a mudanças imprevistas e circunstanciais.



## Visão geral do planejamento pedagógico:

Observe o planejamento da proposta de aprendizagem do módulo.

*O presente planejamento pode ser adequado às especificidades da sua realidade escolar. Neste material, orientamos possibilidades de aplicação, mas sabemos que cada professor possui autonomia para visitar e adaptar a proposta.*

### Estágio 1

## Resultados desejados

### 1 Objetivos estabelecidos

Promover o desenvolvimento da autonomia e autoconfiança, habilitando o estudante para uma jornada de autodescoberta mais consciente e significativa.

Desenvolver a capacidade de analisar cenários, identificando forças, fraquezas, oportunidades e ameaças para tomar decisões fundamentadas.

Elaborar e cumprir metas pessoais, acadêmicas, sociais e profissionais, considerando critérios de relevância e viabilidade.

### 2 Compreensões

Estimular processos reflexivos para o autoconhecimento.

Saber aplicar técnica de análise SWOT para analisar cenários de oportunidades.

Definir metas específicas, mensuráveis, alcançáveis, relevantes e temporizadas, garantindo que os objetivos pessoais sejam claros e atingíveis.

Integrar o Ponto de Vista Pessoal (POV) na criação de experiências e aspirações a partir da realidade do estudante.

### 3 Perguntas essenciais

Como conhecer melhor a si mesmo, identificar oportunidades e desafios pessoais?

De que maneira a mentalidade empreendedora pode ser útil para descobrir oportunidades durante a jornada de autoconhecimento?

Como o pensamento crítico pode ajudar a estabelecer metas específicas e mensuráveis?

Por que é relevante considerar diferentes pontos de vista ao buscar oportunidades?

De que maneira uma mentalidade proativa pode contribuir na busca de oportunidades?

Por que a autodisciplina é fundamental ao definir metas?

### Em busca de mim

Fomentar nos estudantes a busca pelo autoconhecimento. Para isso, trabalhar com eles o momento *trend*, onde eles serão guiados a saberem quem são, seus gostos, pontos fortes etc., baseados na *trend* das redes sociais “quem sou eu”. Levá-los a refletir sobre sua trajetória e traços de sua personalidade, por meio do aplicativo *Deepfy*, que utiliza a ferramenta comportamental DISC para dar resultados.

### Pov: oportunidade

Estimular a identificação de oportunidades em seu entorno. Para isso, apresentar a atividade POV (nome inspirado nas redes sociais) por meio da Rotina de Pensamento Círculo de ponto de vista, retirada do site Project Zero.

### Mapear é preciso

Fazer com que os estudantes mapeiem-se e saibam elaborar metas que tenham a ver com a sua realidade. Para isso, mostrar exemplos de análise SWOT aplicada ao autoconhecimento, na identificação de pontos fortes e fraquezas pessoais.

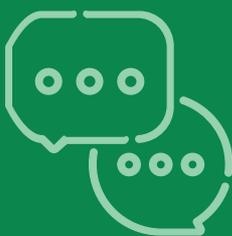


## Plano de aprendizagem



### Contextualizar

- Em busca de mim
- Um mapa de mim



### Problematizar

- Para oportunizar é preciso me conhecer
- POV: oportunidades



### Protagonizar

- SWOT: Mapear é preciso
- Mapear é preciso
- SMART: Metrificar também é preciso

# Contextualizar



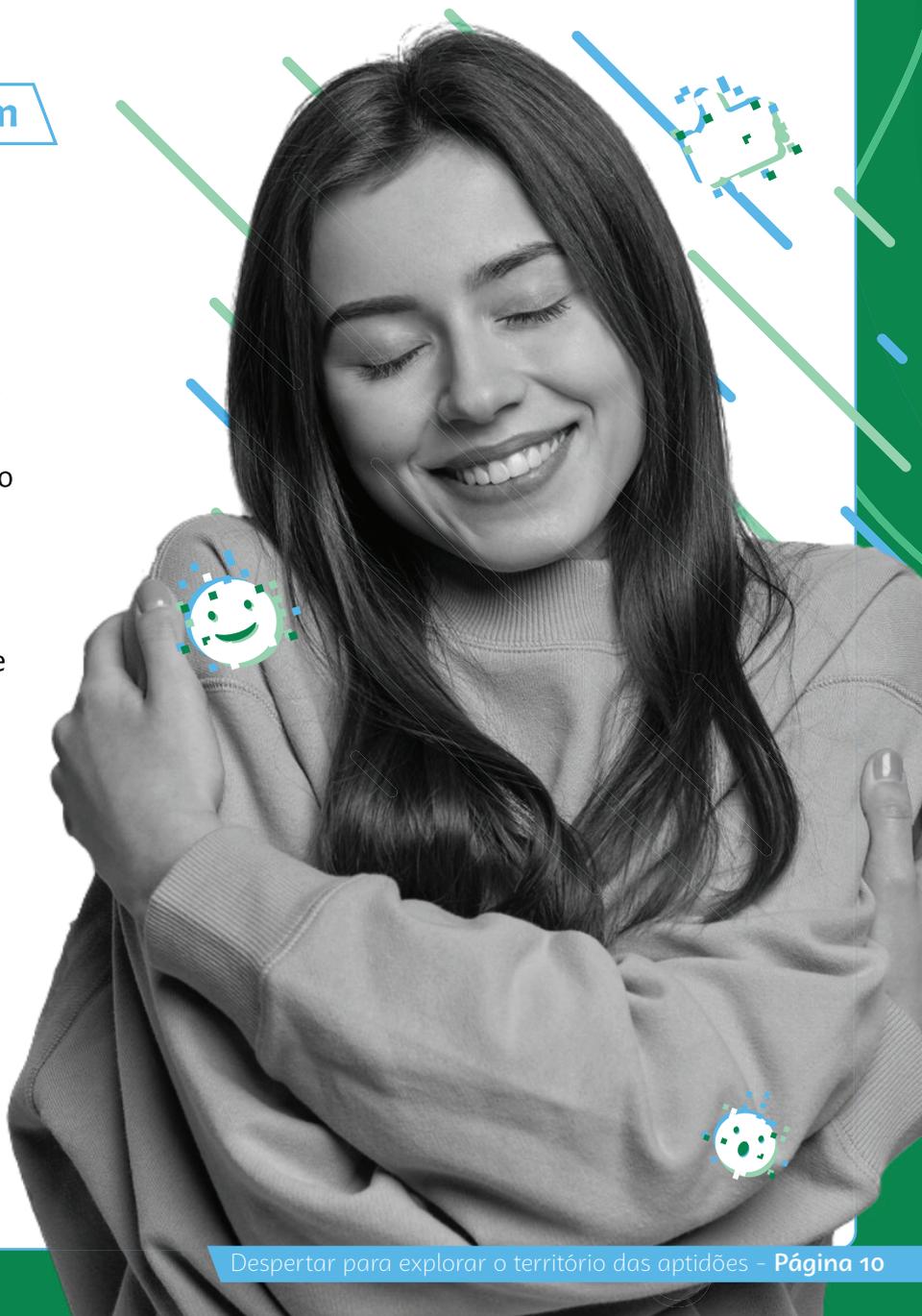
## Plano de aprendizagem

Para que os estudantes possam compreender o percurso de cada um dos módulos de aprendizagem, as atividades sempre devem iniciar pela contextualização. Nesse momento, criar um vínculo com a temática do módulo, é fundamental para estabelecer a conexão e conteúdos que serão abordados. Que tal iniciar um bate papo sobre o tema para despertar o interesse deles? Para dar os primeiros passos, consulte as perguntas essenciais (item 3) da visão geral do planejamento pedagógico, página 07.

Para realizar o plano de experiência de aprendizagem do módulo **Despertar para explorar o território das aptidões**, você, professor, poderá utilizar a sequência de atividades descritas detalhadamente a seguir.

### Passo 1 Em busca de mim

Para assegurar a atenção e o engajamento dos estudantes em relação ao tema deste módulo, um primeiro passo é fazê-los refletir sobre os conceitos de autoconhecimento e de autoconfiança. Debata com os estudantes, pedindo que eles partam do conhecimento próprio deles, sem auxílio de dicionários ou outras fontes. Em um primeiro momento, é relevante desconstruir preceitos enraizados sobre essa temática para depois instigar os estudantes a abrir seus horizontes de pensamento, percebendo a correlação direta entre esses conceitos e a possibilidade de construir uma trajetória de vida.



### Autoconfiança

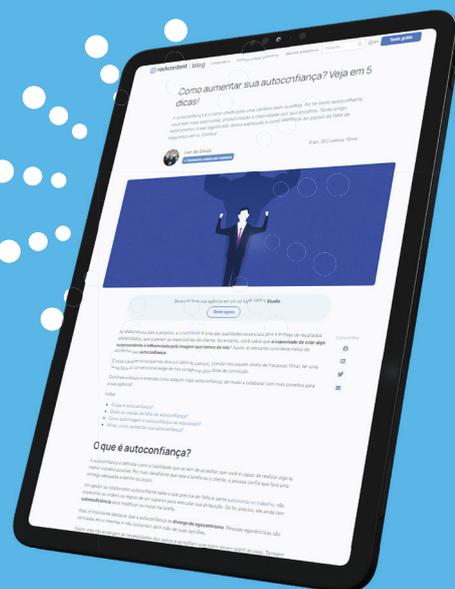
*“A autoconfiança é definida como a habilidade que se tem de acreditar que você é capaz de realizar algo da melhor maneira possível. Por mais desafiante que seja a tarefa ou o cliente, a pessoa confia que fará uma entrega adequada e dentro do prazo.*

*Um profissional autoconfiante sabe o que precisa ser feito e sente autonomia no trabalho, não esperando as ordens diretas de um superior para executar sua função. Se for preciso, ele ainda tem autossuficiência para modificar ou inovar a tarefa, beneficiando o negócio como um todo.*

*Aqui, é importante destacar que a autoconfiança se diverge do egocentrismo. Pessoas egocêntricas são centradas em si mesmas e não costumam abrir mão de suas opiniões. Assim, elas não enxergam as necessidades dos outros e acreditam que todos devam suprir as suas. Também costumam ser arrogantes, crendo que apenas as suas ideias têm valor.*

*Ao trabalhar em equipe, é preciso equilíbrio entre a arrogância e a total falta de confiança em si.”*

(Trecho retirado e adaptado de Autoconfiança: 5 dicas para desenvolver agora mesmo!)

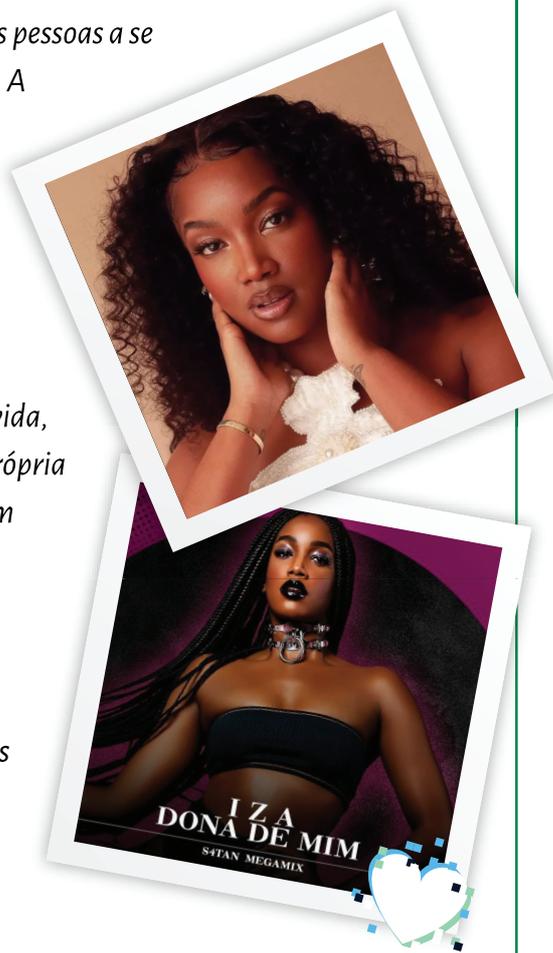


Depois, como forma de explorar como o autoconhecimento seria a forma como você lida consigo mesmo, seus valores e diferentes aspectos da sua vida, sugerimos a análise da música **“Dona de Mim”**, da cantora **Iza**.

### **i** **Dona de mim: a autoconfiança de ser quem se é**

*A música é uma celebração da autoconfiança, encorajando as pessoas a se reconhecerem como protagonistas de suas próprias histórias. A expressão **“Dona de mim”** é mais do que uma declaração de empoderamento da cantora Iza sobre sua própria trajetória, mas um chamado para o ouvinte pensar sobre si e reconhecer o que em seu interior o faz ser unicamente ele mesmo. A música reconhece e celebra a imperfeição, apontando-a como parte tão essencial do eu quanto as suas melhores potências. E, diante da loucura que é a jornada da vida, aponta a importância de seguir em frente e confiar em sua própria perspectiva, mesmo que a sociedade ou outras pessoas tentem colocar limites para as suas ações.*

***“Dona de mim”** age como uma oportunidade para quem a escuta parar e pensar sobre si mesmo, para encontrar seu **“jeitinho”** próprio e, tendo ele como base, colocar-se diante dos desafios com confiança e segurança em sua autenticidade. Reflete, portanto, a concepção de que cada um é único e possui habilidades que ninguém mais possui.*



**Dica para ampliar a experiência de aprendizagem:** Professor, reserve um momento da aula para ouvir a música, ler a letra e provocar seus estudantes com a seguinte pergunta: **Qual é o seu jeitinho?** Utilize a música como um gatilho de curiosidade para despertar o processo de autoconhecimento. Conduza-os, a partir das suas próprias vivências e trajetórias de vida, a fazerem um exercício de imaginação em torno de um caminho de oportunidades rumo ao desbravamento de futuros possíveis.

## Você sabe o que são futuros possíveis?

Refere-se à ideia de que existem diversas trajetórias e cenários que podem se desdobrar no futuro, dependendo de uma série de variáveis, escolhas e eventos. Esse conceito reconhece a incerteza inerente ao porvir e destaca a multiplicidade de caminhos que podem ser tomados. A compreensão de futuros possíveis é crucial em várias áreas, como projeto de vida, planejamento de uma ideia inovadora, tomada de decisões, prognósticos sociais e análise de tendências. Reconhecer a existência de futuros possíveis incentiva a flexibilidade, adaptabilidade e a consideração de diferentes cenários ao antecipar e se preparar para o que está por vir.

Para projetar e desenhar o próprio futuro, é fundamental que os estudantes tenham uma boa ideia de quem eles são. O processo de autoconhecimento é subjetivo e complexo e, para se conhecer, é preciso ter ferramentas que auxiliem nesse momento de reflexão.

## Momento trend

A atividade **Quem sou eu?** é inspirada em uma *trend* das redes sociais, em especial *Instagram* e *TikTok*, na qual os usuários compartilham um pouco sobre eles a partir de frases curtas e adjetivos, descrevendo quem são seja no âmbito pessoal, seja no profissional. É uma forma criativa e simples de resumir quem se é, destacando aquelas características que te fazem mais você.

Trazendo essa dinâmica para a sala de aula, a ideia é de que os estudantes passem por um momento de autorreflexão e, a partir dele, componham seus próprios posts, seguindo os exemplos abaixo. Esse é o momento dos estudantes abusarem de sua criatividade para compor os posts, podendo fazer colagens e desenhos para criarem seu autorretrato. A única regra é que, além do autorretrato no centro, eles devem utilizar palavras e frases curtas para se definir. Oriente as instruções abaixo para que o estudante possa seguir com a atividade:



## Instruções

### 1 Quem sou eu?

Durante alguns minutos, reflita sobre as seguintes questões: Quem sou eu? Quais são meus gostos pessoais? Quais são as minhas habilidades únicas? No que preciso melhorar?

### 2 Autorretrato

Pegue uma folha de papel, recortes de revista, lápis e canetas. Desenhe no centro um autorretrato, procurando se representar da forma que sinta ser mais próximo de como você se vê. Cada detalhe importa!

### 3 Frases que definem

Ao redor do autorretrato, escreva frases ou palavras que respondam às perguntas feitas no momento de reflexão. Procure focar naquilo que você sinta ser mais característico e único sobre você, não importa se for positivo ou negativo.

### 4 Aqui estou!

O seu post está pronto! Que tal compartilhar com o resto da turma e comparar vivências?

Para se inspirar!



Para aprofundar no processo de autoconhecimento e autoconfiança, sugerimos ainda que os estudantes respondam um teste que mapeia o perfil comportamental e é capaz de apontar as principais competências e habilidades que são potência, e as que necessitam de atenção.

### Conhece o DISC?



O DISC é uma ferramenta de avaliação comportamental, desenvolvida originalmente por *William Moulton Marston* da Universidade de Harvard, que se baseia em quatro principais estilos de comportamento:



**Dominância (D):** Pessoas com alta pontuação nesta área tendem a ser assertivas, focadas em resultados e orientadas para a ação. Elas geralmente preferem liderar e enfrentar desafios de maneira direta.



**Influência (I):** Indivíduos influentes são sociáveis, persuasivos e gostam de interagir uns com os outros. Tendem a ser otimistas, criativos e excelentes em construir relacionamentos.



**Estabilidade (S):** Pessoas com uma forte inclinação para a estabilidade são cooperativas, pacientes e valorizam a harmonia. Elas geralmente são confiáveis, consistentes e preferem ambientes de trabalho estáveis.



**Conformidade (C):** A conformidade está associada a pessoas que valorizam a precisão, a ordem e a qualidade. Elas são analíticas, detalhistas e têm um foco especial em seguir procedimentos.

Ao compreender esses estilos, as pessoas podem melhorar a comunicação, a colaboração e a eficácia da sua performance. O DISC tem sido amplamente utilizado para compreender e analisar tendências comportamentais, contribuindo para processos de desenvolvimento pessoal.

Oriente as instruções abaixo para que o estudante possa seguir com a atividade:

## Instruções

### 1 Conhecendo a plataforma

Baixe o app Deepfy na loja de aplicativos de sua preferência. Faça o cadastro com uma conta de e-mail pessoal e intransferível. Depois, clique no **Menu**, e em seguida em **Parcerias** e utilize o código **Despertar**.

### 2 Realize o teste DISC

Responda atentamente às perguntas para mapeamento do perfil comportamental.

### 3 Leia o relatório

Você agora terá acesso ao seu relatório comportamental. Analise com atenção o resultado para ter uma melhor compreensão de quem você é!

A análise do perfil comportamental será um momento de reflexão individual em que o estudante poderá olhar para sua trajetória, suas competências e habilidades para pensar como se posicionar no mundo. Sugerimos, portanto, que você, professor, explique o conceito de Projeto de Vida, de forma a auxiliar os estudantes a refletirem sobre a sua relação consigo mesmos, com seus pares e com o mundo à sua volta.



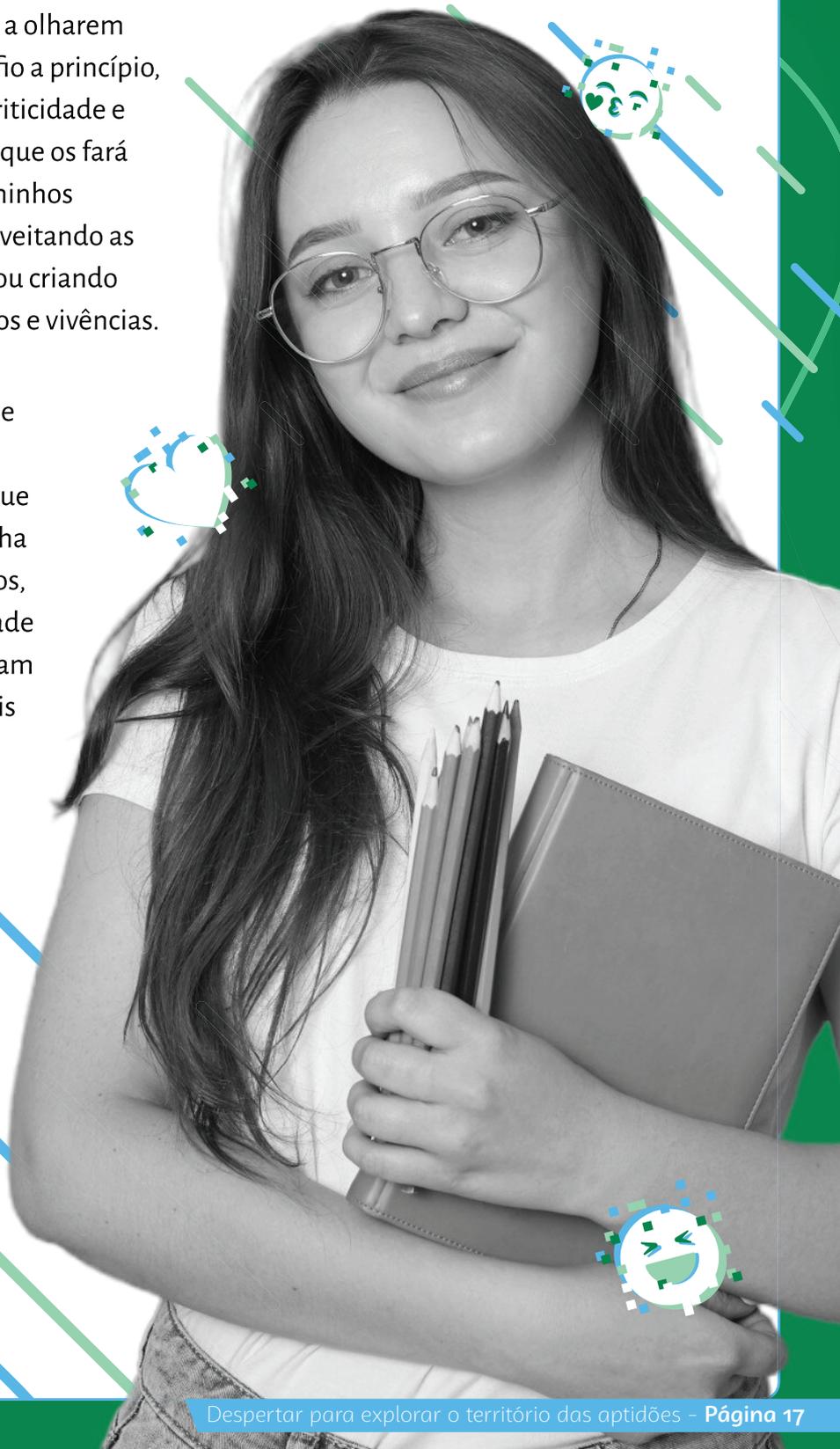
## Você sabe o que é o Projeto de Vida?

Idealizar a própria vida é ter consciência da responsabilidade de cada um em sua atuação social, descobrindo-se a si mesmo, aos outros e ao meio em que vive. É o momento em que são percebidas as tantas formas e jeitos de ser. É também quando alguns dos preconceitos construídos socialmente atingem e afetam as crianças, o que pode ser revertido a partir do compromisso da escola em se importar com o outro.

(Trecho retirado da BNCC, Ministério da Educação, 2022.)

Professor, convidar seus estudantes a olharem para dentro de si pode ser um desafio a princípio, mas trará, com toda certeza, uma criticidade e um desejo pelo autoconhecimento que os fará despertar e querer abrir os seus caminhos utilizando seu esforço próprio, aproveitando as oportunidades que se apresentam ou criando outras, de acordo com seus contextos e vivências.

Ao final desta experiência, espera-se que os estudantes tenham compreendido sobre seus perfis e que *Projeto de Vida* vai além da sua escolha profissional. Para os próximos passos, o propósito é estimular a mentalidade empreendedora para que eles possam transformar os desafios em possíveis **oportunidades**.



# Problematizar



Plano de aprendizagem

Para que compreendam com mais segurança o tema proposto no módulo, é importante que os estudantes desenvolvam habilidades variadas e tenham a oportunidade de solucionar situações-problema reais ou hipotéticas. Este é o ponto em que o estudante encontra oportunidade para as problemáticas identificadas.

## Passo 3 Para oportunizar é preciso me conhecer

Para manter a atenção sobre o tema e manter os estudantes engajados ao continuarem desbravando este módulo, sugerimos que utilize um case inspiracional para que os estudantes possam confrontar os diálogos iniciais sobre autoconfiança e autoconhecimento com um caso real. Atente-se para que os estudantes entendam que esse papo de autoconhecimento não é um clichê ou desnecessário, mas sim algo importante e válido, que pode ser um pontapé inicial para estabelecer quem eles desejam ser diante do mundo.

### Um case de sucesso

Inúmeras são as possibilidades de *case*. Muitas vezes, nós professores, exploramos exemplos que fazem sentido para a nossa geração, mas sugerimos que sejam escolhidas experiências que dialoguem com o universo cultural dos estudantes. Por isso, sugerimos explorar a vivência de Mark Zuckerberg, o fundador do Facebook, que ao olhar para si e se reconhecer como uma pessoa introvertida, pôde enxergar uma oportunidade. Abaixo, confira um texto com um pouco da história de Mark.

#### **i** Você conhece Mark Zuckerberg?

*Mark Zuckerberg conseguiu enxergar uma oportunidade quando era ainda bem novo, enquanto cursava a universidade de Harvard, por volta de seus 19 anos. Ainda jovem, Mark viu nas interações on-line uma maneira de se comunicar com mais pessoas dentro da universidade.*

*Mark Zuckerberg demonstrou compreender suas habilidades, paixões e objetivos desde cedo. Assim, ainda bastante jovem, junto de mais 4 amigos de quarto, Andrew McCollum, Eduardo Saverin, Chris Hughes e Dustin Moskovitz, enxergam uma oportunidade e, juntos, lançaram o Facebook. Inicialmente a rede social era exclusiva para a universidade de Harvard, para a comunicação entre os estudantes, mas logo a ideia de uma rede on-line que ligasse todas as pessoas se expandiu, chegando a outras universidades e, claro, ao público em geral.*

Tudo isso foi possível pois Mark Zuckerberg conseguiu, desde cedo, se autoconhecer, observando seus pontos fortes e suas fraquezas. Embora a vida pessoal dele não seja amplamente conhecida, Mark já mencionou em entrevistas ao longo dos anos sobre alguns insights de seu autoconhecimento e como ele conseguiu e consegue aplicar esse autoconhecimento pessoal em um negócio tão próspero quanto o Facebook. Alguns pontos de destaque:



- **Visão e Propósito:** Mark Zuckerberg sempre deixou clara a missão do Facebook de conectar o mundo e proporcionar uma comunidade global. Esse foco em conectar pessoas e criar uma plataforma de comunicação significativa reflete não apenas uma visão de negócios, mas também seus próprios valores e crenças sobre o poder da conectividade.
- **Aprendizado Contínuo:** Mark deixa clara a importância do aprendizado contínuo e da adaptação às mudanças. Através do autoconhecimento, Zuckerberg reconheceu a necessidade de se manter atualizado e evoluir tanto como líder, quanto como empresa para enfrentar os desafios em constante mudança do setor de tecnologia.
- **Resiliência:** Mark enfrentou e enfrenta críticas e desafios diariamente, e ainda assim demonstra resiliência para enfrentá-las. O autoconhecimento muitas vezes envolve a capacidade de enfrentar adversidades, aprender com elas e crescer. Mark já destacou a importância de aprender com os erros e continuar a melhorar, tanto pessoal, quanto profissionalmente.
- **Equilíbrio entre Trabalho-Vida:** Mark Zuckerberg já mencionou também a importância de equilibrar trabalho e vida pessoal. O autoconhecimento nessa área pode envolver a compreensão das próprias limitações, necessidades e a busca por um equilíbrio saudável entre a vida profissional e pessoal.

O autoconhecimento foi uma das chaves para o sucesso de Mark Zuckerberg, que hoje é um dos CEOs mais influentes do mundo, dono não apenas do Facebook, mas também do Instagram e do WhatsApp.

Com base na leitura do texto, convide os estudantes a pensarem e trazerem exemplos verbais de situações de vida, empresas ou personalidades que eles acreditam que tenham olhado para si e a partir disso conseguiram ver oportunidades em seu entorno.

O propósito da discussão é permitir que os estudantes reconheçam a importância de identificarem seus pontos fortes e suas fraquezas, e percebam como se autoanalisar é um importante passo para conseguir ver, dentro de sua realidade, oportunidades que tenham a ver com eles. A identificação de pontos fortes é um passo importante para o crescimento pessoal. Agora que os estudantes sabem que é sim possível conhecer suas qualidades e aplicá-las em algo grandioso, é importante que eles apliquem esse conhecimento em suas próprias realidades.

## Passo 4 POV: Oportunidades



Depois de se inspirarem com a história real de Mark Zuckerberg, propomos que os estudantes consigam pensar sob os seus pontos de vista, para terem a capacidade de elaborar sobre as oportunidades que os cercam. Para isso, será necessário levar em consideração o conceito de projeto de vida. Esta experiência de aprendizagem foi baseada na rotina de pensamento *Círculos de ponto de vista*, desenvolvida pelo Project Zero.

### Rotina de pensamento

#### Círculos de ponto de vista - uma rotina para explorar perspectivas.

A rotina de pensamento "Círculos de ponto de vista" foi desenvolvida pelo Project Zero da Harvard Graduate School of Education e tem como objetivo prover uma estrutura para um debate textual construído a partir de criar conexões, levantar perguntas, identificar pontos-chave e aplicar as reflexões para si mesmo. Vamos utilizar os "círculos de ponto de vista" para que os estudantes consigam refletir a partir de seus pontos de vista sobre as oportunidades que os cercam!

#### **Como aplicar o Círculo de ponto de vista:**

*Essa dinâmica funciona melhor com grupos pequenos. As perguntas deverão ser feitas aos grupos, mas cada estudante deverá respondê-las individualmente e, posteriormente, discuti-las. Assim, eles conseguirão compreender como diferentes pessoas possuem distintas conexões e pontos de vista sobre uma mesma situação. O interessante é perceber como essas diferenças influenciam na visão de pensamento e na possível tomada de decisão por essas pessoas.*



## Instruções

### 1 Idealize

Escrevam ideias do que você considera serem oportunidades.  
(Ex: ser um influenciador digital.)

### 2 Desenvolva

Escolham uma oportunidade para explicar e utilizem o seguinte modelo de frase:

**a. Estou pensando sobre ...**

(insira aqui a oportunidade. Ex: ser um influenciador digital)

**b. Partindo do ponto de vista ...**

(colocar aqui o ponto de vista de cada um. Ex: de mostrar minha vida cotidiana)

**c. Penso que ...**

(descreva o que você acredita ser esta oportunidade. Seja aqui o autor, assumindo a posição do personagem que assume seu ponto de vista sobre esta oportunidade. Ex: eu posso ser um influenciador digital porque consigo manter uma rotina eficaz enquanto estudo, vou à academia e faço tarefas domésticas e isso pode ser valorizado por outras pessoas).

**d. E me pergunto: ...?**

(elabore uma pergunta a partir do seu ponto de vista sobre essa oportunidade. Ex: será possível monetizar meu instagram e me tornar um digital influencer de sucesso?)

### 3 Compartilhe

Comparem as perspectivas dentro do grupo e reflitam sobre as diferenças e semelhanças que surgirem.



## Mas o que é POV?

O nome POV (*point of view*) significa “ponto de vista”. Na atualidade, é amplamente utilizado nas redes sociais como forma de demonstrar que um post está sob um determinado ponto de vista. É comum ver *posts* de POV no Instagram, no TikTok e em memes de forma geral (memes são imagens, frases ou comportamentos que se espalham na internet de forma viral, geralmente de natureza cômica).

Ao final desta produção, os estudantes deverão ter refletido sobre as oportunidades que podem ter aparecido em diferentes âmbitos, seja emocional, pessoal ou mesmo profissional. Por meio da interação com os colegas, eles deverão perceber que os pontos de vista, o repertório que eles já possuem sobre suas vidas, influenciam muito sobre como eles veem determinada oportunidade, auxiliando a definir se ela é viável ou não, a depender de seus perfis.

# Protagonizar



## Plano de aprendizagem

Para consolidar os conhecimentos adquiridos ao longo do módulo, é importante que os estudantes apliquem, na prática, como o que aprenderam pode auxiliá-los a conquistarem objetos concretos da sua vida real. Chegamos ao momento no qual cada estudante terá a oportunidade de protagonizar seu desenvolvimento pessoal para agarrar oportunidades identificadas ao seu próprio contexto.

### Passo 6 SWOT: Mapear é preciso

Depois de terem olhado para si, identificado seus traços comportamentais mais marcantes, se inspirado na vida de Mark Zuckerberg e entendido sobre como identificar oportunidades sob o seu ponto de vista, os estudantes irão aqui aprender sobre métodos que os ajudarão a desenvolver seus pontos fortes e trabalhar suas fraquezas. Eles compreenderão como a análise SWOT e as metas SMART são fundamentais tanto para construir conhecimentos sobre si, quanto para auxiliá-los a projetar as oportunidades identificadas no passo anterior.

#### **i** Você sabe o que é Análise SWOT?

*"Análise SWOT é uma ferramenta de gestão que serve para fazer o planejamento estratégico de empresas e novos projetos. A sigla SWOT significa: Strengths (Forças), Weaknesses (Fraquezas), Opportunities (Oportunidades) e Threats (Ameaças) e também é conhecida como Matriz SWOT."*

(Trecho retirado de Como fazer uma análise SWOT)



## Passo 7 Mapear é preciso

Bastante utilizada no meio empresarial, a análise SWOT nada mais é que um mapeamento de pontos fortes e fracos e que pode ser utilizada para reconhecimento de nossas forças e fraquezas, aplicando-os em vários âmbitos de nossa vida. Sugerimos, portanto, que os estudantes consigam enxergar como a análise SWOT funciona a partir de um exemplo real, para que posteriormente eles consigam mapear a si mesmos, enxergando suas maiores qualidades e também onde precisam concentrar esforços para se desenvolverem melhor.

Trouxemos um exemplo do mapeamento SWOT aplicado ao Mark Zuckerberg. Vale lembrar que este mapeamento é apenas um exemplo didático e foi desenvolvido por nós a partir das informações publicamente conhecidas e divulgadas sobre o empresário fundador do Facebook, não sendo realmente representativo de sua pessoa privada. Vejo-o a seguir:

### Exemplo de mapeamento SWOT do Mark Zuckerberg

#### Força

**Visão Empreendedora:** demonstrou uma visão empreendedora única ao fundar o Facebook, a partir do zero.

#### Fraquezas

**Concentração de Poder:** uma das maiores fraquezas de Mark é a concentração significativa de poder de decisão em suas mãos, algo que já foi objeto de críticas e é considerada uma fraqueza potencial.

#### Oportunidades

**Visão de futuro:** observando as interações dentro da universidade, Mark compreendeu que existia ali uma possibilidade de expandir a comunicação, sem que fosse necessário uma interação física para isso, utilizando a tecnologia a seu favor.

#### Ameaças

**Concorrência intensa:** assim como Mark várias outras pessoas viram na tecnologia uma ponte para o sucesso e diversas outras redes sociais surgiram para competir com o Facebook.



A partir do exemplo anterior, convide os estudantes a olharem para suas trajetórias, levando em conta tudo o que foi visto anteriormente, em especial a reflexão feita a partir do aplicativo Deepfy e seus posts **Quem sou eu?**, e instrua-os a criarem seu próprio mapa SWOT. Para essa atividade, utilize o **modelo de mapa SWOT** disponível no *Planner Despertar* na página 17. Utilize as instruções abaixo para melhor orientar os estudantes na realização dessa atividade:

## Instruções

- 1 Desenvolva seu mapa:**  
Comece observando o mapa SWOT para ser preenchido a seguir, considerando Forças, Fraquezas, Oportunidades e Ameaças.
- 2 Pense em Forças:**  
Pare e reflita sobre suas forças. Quais das suas características você considera sendo como forças ou vantagens no momento de tomar decisões?
- 3 Pense em Fraquezas:**  
Agora, reflita sobre suas fraquezas. Quais das suas características você considera como capaz de trazer desvantagens no momento de tomar decisões? Essa é uma oportunidade para ponderar sobre o que poderia ser melhorado.
- 4 Pense em Oportunidades:**  
Agora, pense sobre o seu ambiente, sobre aquilo que te rodeia. Quais oportunidades empreendedoras podem ser exploradas nesse espaço?
- 5 Pense em Ameaças:**  
Após pensar nas oportunidades, pense naquilo que pode ameaçá-las de alguma forma. O que pode dificultar a sua jornada no contexto que você gostaria de seguir?
- 6 Conclua seu mapa:**  
Você agora tem seu mapa SWOT pessoal. Não se esqueça de colocar sua foto no centro.



Ao final desta atividade, os estudantes deverão compreender o conceito de análise SWOT e saber aplicá-la individualmente, podendo identificar pontos fortes e fracos sobre si mesmos e reconhecer fatores externos que podem contribuir ou serem obstáculos para o desenvolvimento de seus projetos.

## Passo 6 SMART: Metrificar também é preciso

Após compreenderem e elaborarem seu **mapa SWOT**, os estudantes precisarão compreender o que são metas SMART e como aplicá-las em sua realidade de forma a se lançarem para o mundo, identificando e agarrando as oportunidades com todo seu potencial em jogo.

**Metas SMART** (ou metas inteligentes, em inglês) é um conceito desenvolvido pelo consultor norte-americano George T. Doran, na década de 1980. Foi amplamente incorporado em práticas empreendedoras desde então e por isso existe em diversas versões.

Na versão original de Doran, uma **meta SMART** consiste em uma meta definida por uma série de critérios que a torna um objetivo mais eficiente, claro e realista. Essa estratégia auxilia empresas e corporações – e pessoas comuns na sua vida diária – a determinarem seus objetivos de forma mais completa e garantirem maior probabilidade de atingi-los.

Para isso utilizar essa metodologia, basta formular a meta considerando os critérios presentes na sigla **SMART**:

# S

### Específico

Especificar envolve detalhar o que se espera alcançar, ajudando a formular um plano de ação de fácil entendimento que favoreça a identificação dos recursos necessários e dos próximos passos a serem tomados.

# M

### Mensurável

Mensurar envolve avaliar o progresso feito até então, o quão perto ou longe estou de alcançar aquilo que me propus executar. Assim, é possível estabelecer parâmetros para avaliar meu desempenho, como quantidades, percentuais, prazos etc., que atuarão como indicadores específicos.

# A

### Alcançável

A atingibilidade significa ser realista quanto ao possível cumprimento de um objetivo específico. É preciso ter em mente que a meta deva ser atingida, mesmo que seja desafiadora, promovendo a motivação sem levar à frustração.

# R

### Relevante

A relevância implica que deve existir uma razão intencional para manter o engajamento e a determinação, sobretudo quando houver distrações que podem desviar o seu foco do cumprimento daquela meta. Esse critério assegura que o esforço desempenhado para cumprir aquilo é significativo e trará o resultado desejado.

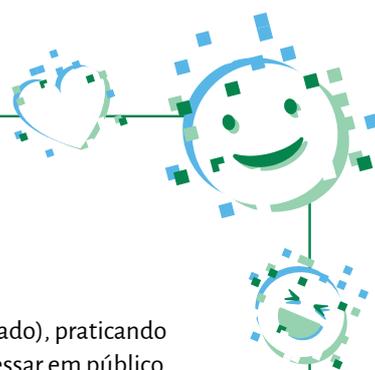
# T

### Temporal

A temporalidade diz sobre estabelecer um prazo específico para o cumprimento da meta, criando um senso de urgência que ajuda na organização do tempo e dos recursos que serão aplicados. Limitar o tempo promove a definição de marcos que ajudam a avaliar se a meta está caminhando para o seu cumprimento.

A metodologia SMART pode ser um quebra-cabeça! Então, para descomplicar, confira alguns exemplos do que seria uma meta feita sem a metodologia e uma meta verdadeiramente SMART:

## Exemplos para inspirar



### Meta para Desenvolvimento Pessoal

- **Não SMART:** "Melhorar minhas habilidades de comunicação."
- **SMART:** "Participar de um curso de oratória (específico) por três meses (temporizado), praticando discursos semanais (mensurável e alcançável) para ganhar confiança ao me expressar em público (relevante)."

### Meta Acadêmica

- **Não SMART:** "Ficar melhor em matemática."
- **SMART:** "Atingir uma média de 85% nas próximas avaliações de matemática (específico, mensurável e alcançável) até o final do trimestre (temporizado), revisando diariamente por pelo menos 30 minutos (relevante)."

### Meta de Saúde e Bem-Estar

- **Não SMART:** "Fazer mais exercícios."
- **SMART:** "Realizar pelo menos 30 minutos de atividade física, como caminhada ou corrida, cinco vezes por semana (específico, mensurável, alcançável e temporizado) para melhorar minha saúde cardiovascular e aumentar a energia diária (relevante)."

### Meta de Envolvimento Social

- **Não SMART:** "Ser mais social."
- **SMART:** "Participar de pelo menos um clube ou atividade extracurricular na escola a cada semana (específico, mensurável e alcançável) durante o próximo semestre (temporizado) para expandir meu círculo social e desenvolver novas amizades (relevante)."

Esses exemplos demonstram como transformar objetivos gerais em metas SMART, tornando-os mais concretos, mensuráveis e atingíveis.

### Vamos praticar?

Que tal testar os conhecimentos dos estudantes sobre a metodologia SMART? Acesse a plataforma digital usando o QR Code ao lado para acessar o **Quiz SMART**. Oriente as instruções a seguir para que o estudante possa seguir com a dinâmica.



## Instruções

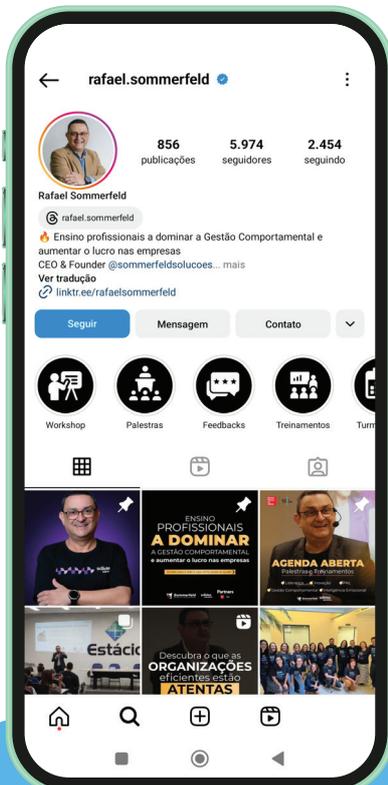
- 1 Conhecendo o Quiz:** cada nível do *Quiz* apresenta uma pergunta relativa à metodologia *SMART* e três alternativas, cada uma sugerindo uma meta. Leia todo o texto com atenção.
- 2 Debate:** a turma deverá debater qual das alternativas é a correta (apenas uma delas é correta).
- 3 Teste seu raciocínio:** selecione a alternativa votada pela turma e avance para a próxima pergunta. Ao fim do quiz, confira o gabarito e veja quantas perguntas a turma acertou.

Após esta atividade, os estudantes deverão ter compreendido que há uma relação entre o mapeamento *SWOT* e a meta *SMART* e que isso pode ser aplicado à sua realidade, com base em sua trajetória. Tudo isso é fundamental para se autoconhecer, desenvolver suas habilidades e, assim, identificar oportunidades e desbravar caminhos.

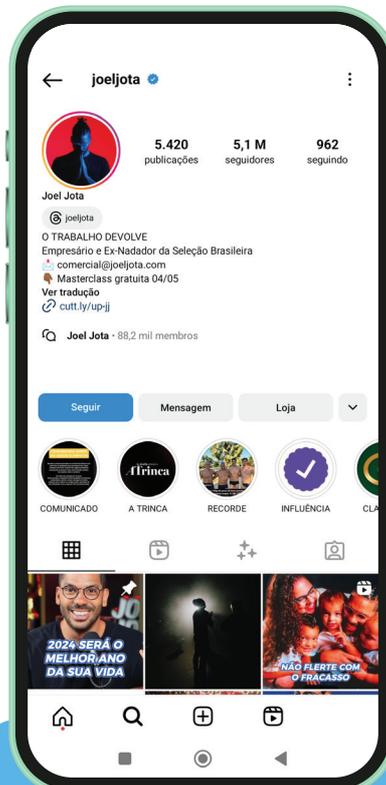


## **i Match com especialistas:**

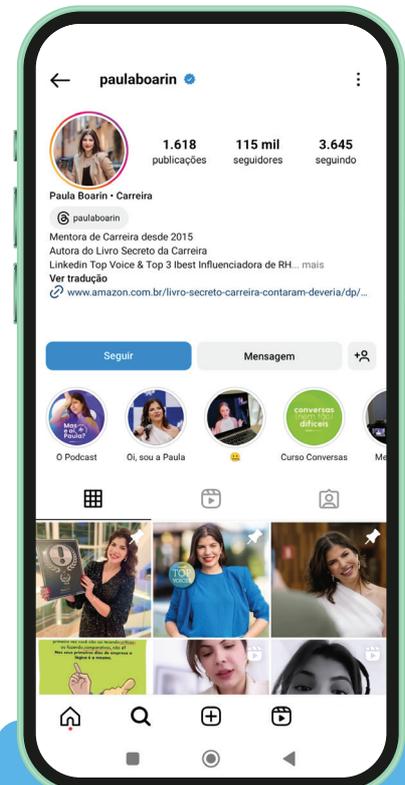
Para que os estudantes possam ter contato com outras perspectivas e fontes de informações sobre o conteúdo abordado no módulo, é importante estimulá-los para que ampliem seu repertório de conhecimentos. Com isso, reserve um momento final para uma partilha coletiva dos aprendizados construídos e aproveite este momento para sugerir que os estudantes deem um *match* com especialistas do assunto.



**Rafael Sommerfeld**  
@rafael.sommerfeld



**Joel Jota**  
@joeljota



**Paula Boarin**  
@paulaboarin

# Referências



BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2018.

CASAROTTO, Camila. Aprenda o que é análise SWOT, ou análise FOFA, e saiba como fazer uma análise estratégica do seu negócio. RockContent, 20 dez. 2019. Disponível em: <https://rockcontent.com/br/blog/como-fazer-uma-analise-swot/>. Acesso em 18 jan. 2024.

CRIATIVIDADE. In: MICHAELIS. Dicionário Brasileiro de Língua Portuguesa. Brasil, 2024. Disponível em: <https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/criatividade/>. Acesso em: 18 jan. 2024.

IDEIA. In: MICHAELIS. Dicionário Brasileiro de Língua Portuguesa. Brasil, 2024. Disponível em: <https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/ideia/>. Acesso em: 18 jan. 2024.

IGNÁCIO, José. PITCH: o passo a passo para criar uma apresentação de alto impacto. In: SEBRAE Digital, 09 dez. 2021. Disponível em: <https://digital.sebraers.com.br/blog/empreendedorismo/pitch-o-passo-a-passo-para-criar-uma-apresentacao-de-alto-impacto/>. Acesso em: 18 jan. 2024.

OPORTUNIDADE. In: MICHAELIS. Dicionário Brasileiro de Língua Portuguesa. Brasil, 2024. Disponível em: <https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/oportunidade/>. Acesso em: 18 jan. 2024.

PROJECT Zero. Vejo, Penso, Pergunto ou Imagino. In: HARVARD School of Education. Project Zero, 2022. Disponível em: [https://pz.harvard.edu/sites/default/files/See%20Think%20Wonder\\_4.pdf](https://pz.harvard.edu/sites/default/files/See%20Think%20Wonder_4.pdf). Acesso em: 18 jan. 2024.

SEBRAE. O que é meta smart e como definir em sua empresa. In: SEBRAE. Portal SEBRAE, 16 jan. 2023. Disponível em: <https://sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/artigos/o-que-e-meta-smart-e-como-definir-em-sua-empresa,fd5cd6387eab5810VgnVCM1000001b00320aRCRD>. Acesso em: 18 jan. 2024.

SEBRAE. Pratique as dez competências empreendedoras. In: SEBRAE. Escola do Sebrae, 04 abr. 2018. Disponível em: <https://escoladosebrae.com.br/na-midia/noticias/pratique-10-competencias-empresendedoras>. Acesso em: 17 jan. 2024.

SELLIG, Tina. Encontre sua criatividade: redescubra seu potencial criativo com estratégias simples. Brasil: Belas-Letras, 2021. E-book.

SENA, Vitor. O que é o “lifelong learning” e por que ele é essencial na carreira. Revista Exame, 01 fev. 2021. Carreira. Disponível em: <https://exame.com/carreira/o-que-e-o-lifelong-learning-e-por-que-ele-e-essencial-na-carreira/>. Acesso em: 18 jan. 2024.

SOUZA, Ivan de. Como aumentar a sua autoconfiança? Veja em 5 dicas!. In: RockContent, 06 jan. 2020. Disponível em: <https://rockcontent.com/br/blog/autoconfianca/>. Acesso em: 29 mar. 2024.





EDUCAÇÃO  
EMPREENDEDORA  
SEBRAE

Curso  
**Despertar**