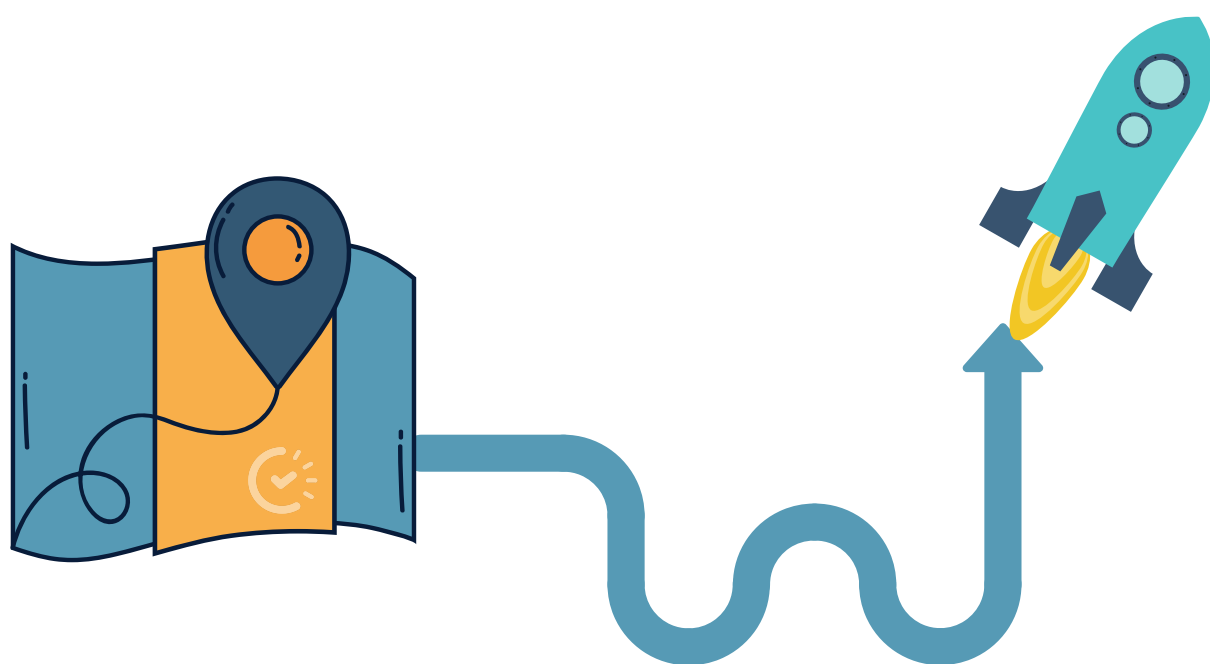


Curso Carreira na Educação Física



AULA 1

MAPA DA CARREIRA

CADERNO DE APLICAÇÃO

Olá! Preparei este caderno para te guiar nessa jornada de conhecimento, para você refletir, assimilar e aplicar o conteúdo da aula.

Você poderá utilizar as perguntas como um guia e responder por meio digital, ou realizar a impressão e responder no próprio caderno, o importante é realizar a tarefa e buscar a sua melhor organização, ok?

Ah, muito importante, vamos pensar no meio ambiente, hoje existem aplicativos de tarefas para evitar a impressão de papel. Por outro lado, a escrita irá te ajudar a criar conexão com os seus pensamentos, mas faça o uso do papel de forma consciente!.

Faça os exercícios assim que acabar a aula, pois você estará com todas as informações na cabeça, e se tiver alguma dúvida, aproveite para perguntar nos comentários. Eu irei responder a cada uma delas.

Aproveite o curso!

Camila

AULA 1

Considerando as questões levantadas no conteúdo da aula, responda as perguntas abaixo:

Descreva qual a posição atual da sua carreira.

Exemplo: estudante, estagiário, recém-formado, professor ou demais posições, e sua área de atuação.

Agora descreva em qual patamar da sua carreira você deseja estar:

Posição daqui 1 ano

Posição daqui 5 anos

AULA 1

Posição daqui 10 anos

A large, solid orange rectangular box intended for the user to write their response to the question about their position in 10 years.

Descreva quais as estratégias que pretende utilizar para alcançar a posição de carreira futura desejada.

Como você vai chegar lá?

A large, solid orange rectangular box intended for the user to write their response to the question about the strategies they plan to use to reach their desired career position.

AULA 1

Circule abaixo 5 pontos fortes que mais te caracterizam.

Determinação

Honestidade

Criatividade

Disciplina

Paciência

Adaptação

Respeito

Dedicação

Versatilidade

Flexibilidade

Capacidade de
Aprender Rápido

AULA 1

Circule abaixo 5 competências que mais te caracterizam.

Comprometimento

Autoconhecimento

Trabalho em equipe

Proatividade

Adequação social

Visão global

Relacionamento
Interpessoal

Autocontrole

Habilidade de
comunicação

Equilíbrio
emocional

Conhecimento
técnico

Capacidade de
inovar

AULA 1

Circule abaixo 5 habilidades que mais te caracterizam.

Iniciativa

Autoconfiança

Competitividade

Visão no cliente

Empatia

Liderança

Persuasão

Trabalho em equipe

Visão de negócio

Polivalência

Resiliência

Gerenciamento de
tempo

AULA 1

Quais são suas metas e objetivos?

Quais são seus sonhos e aspirações?

Exemplos: conquistas de bens materiais como: casa própria, carro... conquistas pessoais: viajar, constituir uma família, prosperar na carreira. Dentre outros.

AULA 1

ANOTAÇÕES

A large, solid orange rectangular area intended for students to take notes during the lesson.