

**MAP**

**my**

**autonomy**

**path**

Valéria  
Almeida



**MAP**

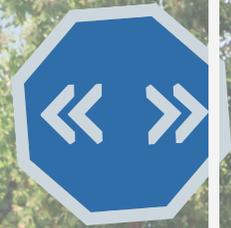
**my**

**autonomy**

**path**



**NiTAe<sup>2</sup>**  
NÚCLEO DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIAS  
APLICADAS A ENSINO E EXTENSÃO



**Autora: Valéria Silva de Almeida**

**Orientadora: Profa. Dra. Larissa Dantas Rodrigues Borges**



**NiTAe<sup>2</sup>**

NÚCLEO DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIAS  
APLICADAS A ENSINO E EXTENSÃO



Programa de Pós-Graduação  
Criatividade e Inovação em  
Metodologias de Ensino Superior

**MAP**

**my**

**autonomy**

**path**

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD  
Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Pará  
Gerada automaticamente pelo módulo Ficat, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)**

S586m

Silva de Almeida, Valéria.

My Autonomy Path : : Caminhos para a Autonomização de Aprendentes no Ensino Superior / Valéria Silva de Almeida. — 2023.  
xi, 70 f. : il. color. + 1 e-book (39 f. : il. Color.)

Orientador(a): Prof<sup>a</sup>. Dra. Larissa Dantas Rodrigues Borges  
Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal do Pará, Núcleo de Inovação e Tecnologias Aplicadas a Ensino e Extensão, Programa de Pós-Graduação Criatividade e Inovação em Metodologias de Ensino Superior, Belém, 2023.

1. Autonomia. 2. Autonomização. 3. Aprendizagem de línguas. 4. E-book. 5. MAP. I.  
Título.

CDD 371.102

# Sumário

- 📍 **Apresentação**
- 📍 **Conheça os Recursos do MAP**
  - 📍 **Recurso 1: My Autonomy Wordmap**
  - 📍 **Recurso 2: My Autonomy Planner**
  - 📍 **Recurso 3: My Autonomy Logbook**
  - 📍 **Recurso 4: My Autonomy Guide**
  - 📍 **Recurso 5: My Autonomy Mural**
- 📍 **Utilize os Recursos do MAP**
  - 📍 **Recurso 1: My Autonomy Wordmap**
  - 📍 **Recurso 2: My Autonomy Planner**
  - 📍 **Recurso 3: My Autonomy Logbook**
  - 📍 **Recurso 4: My Autonomy Guide**
  - 📍 **Recurso 5: My Autonomy Mural**
- 📍 **Depoimentos de usuários do MAP**





**Olá! Com muito prazer apresentamos o *MAP - My Autonomy Path*. Este material vai ajudar você a desenvolver sua autonomia. Sabemos que essa trajetória é constante e complexa, por isso pensamos em algo que possa contribuir para a sua jornada.**

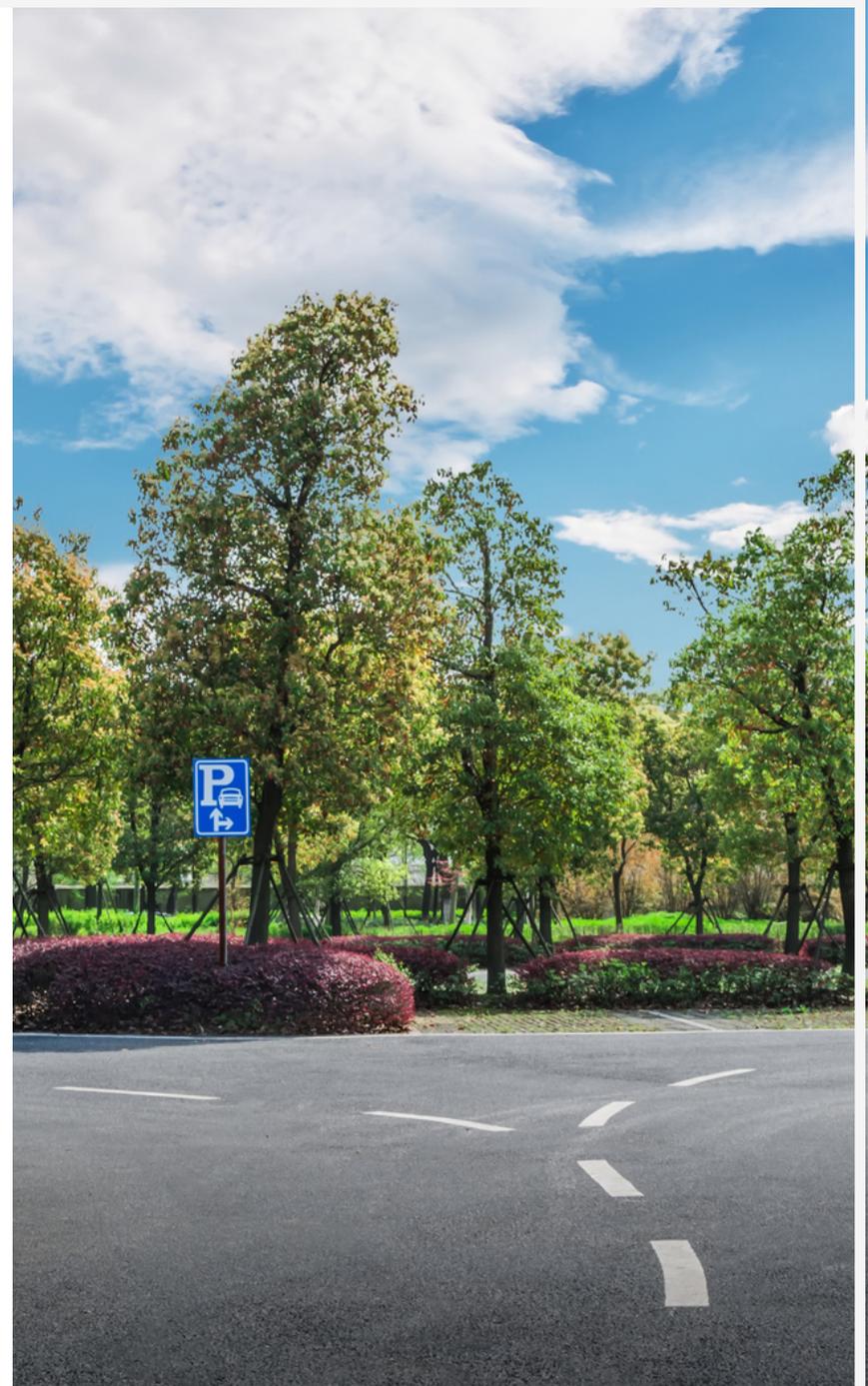
**O objetivo principal do *MAP* é ajudar você a ser um agente mais ativo na sua aprendizagem.**

**Nesse caminho rumo à autonomia há várias possibilidades de trajeto. O importante é que você faça escolhas e construa o seu próprio percurso. Nós queremos ajudar você a fazer isso. Vamos lá?**

# **Apresentação**

# Conheça os Recursos do MAP

-  ***My Autonomy Wordmap***
-  ***My Autonomy Planner***
-  ***My Autonomy Logbook***
-  ***My Autonomy Guide***
-  ***My Autonomy Mural***



# Recurso 1:

## My Autonomy Wordmap

Este é o **My Autonomy Wordmap**. Por meio dele você poderá elencar as palavras que se relacionam com a autonomia na aprendizagem.

Depois de elencar os termos relacionados à autonomia na aprendizagem, você poderá gerar uma nuvem de palavras usando a ferramenta disponível no link acima.

**My Autonomy Wordmap** De DD MM AA a DD MM AA

Depois que você concluir o My Autonomy Wordmap, você poderá gerar uma nuvem de palavras online no link a seguir: [Wordart](#)

**EXEMPLO**

autonomia

autorregulação

motivação

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

# Recurso 2:

## My Autonomy Planner

Este é o **My Autonomy Planner**. Seu objetivo é ajudar você a planejar os seus estudos de forma mais efetiva.



**My Autonomy Planner**

De

DD

MM

AA



a

DD

MM

AA



Neste espaço você deve inserir as estratégias que você acredita que serão úteis para alcançar os seus objetivos de aprendizagem. Por exemplo, estudar com um colega, pedir ajuda a alguém mais proficiente e fazer mapas mentais.



Estratégias de aprendizagem

Neste espaço você deverá inserir as dificuldades que você antecipa que poderão ocorrer durante os seus estudos e, assim, buscar meios de superá-las.



Possíveis dificuldades e como superá-las

Neste espaço você deve inserir os seus objetivos diários. Tente estabelecer metas de curto prazo, possíveis de avaliar. Por exemplo, em vez de “aprender inglês”, opte por “praticar diálogos sobre como se apresentar em inglês”.



Objetivos de aprendizagem



Recursos necessários

Neste espaço você deverá inserir os recursos que serão necessários para alcançar os seus objetivos de aprendizagem, como por exemplo computador, livros, aplicativos de celular, entre outros.

Dia Hora Duração	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Objetivos de aprendizagem							
Estratégias de aprendizagem							
Recursos necessários							
Possíveis dificuldades e como superá-las							

# My Autonomy Planner

De

DD

MM

AA



a

DD

MM

AA



<b>Dia</b> <b>Hora</b> <b>Duração</b>	<b>Segunda</b> <b>19h</b> <b>30 min</b>	<b>Terça</b> <b>19h</b> <b>30 min</b>	<b>Quarta</b>	<b>Quinta</b>	<b>Sexta</b>	<b>Sábado</b>	<b>Domingo</b>
<b>Objetivos de aprendizagem</b>	Preparar e praticar o diálogo para a entrevista com alunos estrangeiros em inglês.	Estudar os elementos de uma resenha.					
<b>Estratégias de aprendizagem</b>	Assistir a vídeos de modelo de entrevista; Tirar dúvidas com um colega mais experiente.	Ler textos sobre como preparar uma resenha; Procurar exemplares do gênero resenha.					
<b>Recursos necessários</b>	Lições do livro; Vídeos no Youtube.	Livros, artigos e modelos de resenha					
<b>Possíveis dificuldades e como superá-las</b>	Falta de tempo; Cumprir o planejamento e evitar distrações nas mídias sociais.	Cansaço; Dividir o tempo de estudo em blocos menores com intervalos para descanso					

EXEMPLO

# Recurso 3:

## My Autonomy Logbook

Este é o **My Autonomy Logbook**. Após preencher o seu **My Autonomy Planner**, avalie sua trajetória de autonomia.

Refleta e escreva sobre o alcance dos seus objetivos pré-estabelecidos, sobre as estratégias que utilizou, sobre a eficácia dos recursos escolhidos e sobre as dificuldades encontradas no percurso e como procurou superá-las.

### My Autonomy Logbook

De DD MM AA a DD MM AA

1. Meus objetivos do período foram alcançados? De que forma?

Os objetivos estabelecidos foram alcançados. Consegui preparar os diálogos necessários com a ajuda dos vídeos que assisti e ainda pratiquei com minha colega de classe.

2. Como utilizei as estratégias escolhidas?

Para obter modelos que soassem mais naturais, pesquisei e assisti a alguns vídeos de entrevistas reais no Youtube. Para superar limitações de fala e escrita, pedi ajuda a uma colega de classe com maior fluência.

3. Como utilizei os recursos necessários?

Utilizei as lições do livro para rever e praticar o vocabulário e as estruturas das frases comumente utilizadas em entrevistas. Além disso, assistindo a entrevistas em vídeo no Youtube pude obter outras ideias para os diálogos e aprender mais sobre a pronúncia de certas palavras.

4. Como consegui superar as dificuldades encontradas?

Para evitar a perda de foco, mantive o celular no silencioso e fora do alcance durante o período determinado para os estudos. Também tentei me ater ao planejamento estabelecido para que eu pudesse evitar a falta de tempo.

# Recurso 4:

## *My Autonomy Guide*

Este é o **My Autonomy Guide**. Seu objetivo é ajudar você a planejar sua participação nas atividades de Ensino, Pesquisa e Extensão no contexto universitário, visando fomentar sua autonomia.

### My Autonomy Guide

#### QUE CAMINHOS VOU SEGUIR?

Olhando o panorama dos múltiplos caminhos a serem trilhados no ambiente acadêmico, é a hora de escolher quais rotas lhe chamaram mais atenção. Que passos pretende dar durante a sua graduação? Fique à vontade para escolher e faça uma lista nos espaços abaixo!

Refleta sobre as opções apresentadas, ou pesquise sobre outras, e decida em quais você gostaria de investir ao longo de sua trajetória.

Preencha os espaços com uma lista das opções escolhidas, conforme os exemplos.

#### ENSINO

1. Ser Monitor de um professor nos Cursos Livres (CLLE);
2. Apresentar um pôster ou comunicação em um evento;

#### PESQUISA

1. Participar de um projeto de pesquisa;
2. Escrever um artigo;

#### EXTENSÃO

1. Estagiar como professora nos CLLE;
2. Propor um projeto de ensino no LAEL;

# Recurso 5:

## *My Autonomy Mural*

Este é o **My Autonomy Mural**. Seu objetivo é ajudar você a registrar suas experiências de autonomia em atividades de Ensino, Pesquisa e Extensão no contexto universitário.



### My Autonomy Mural

Refleta sobre as experiências de autonomia que você vivenciou e discorra sobre o que você aprendeu e o que esses momentos significaram para você.



Comecei a dar aula em fevereiro. Tem sido uma experiência muito enriquecedora e eu percebo que me tornei mais confiante (...)

Escolha uma foto pessoal ou uma imagem que represente a experiência que você quer registrar e insira no espaço da moldura.

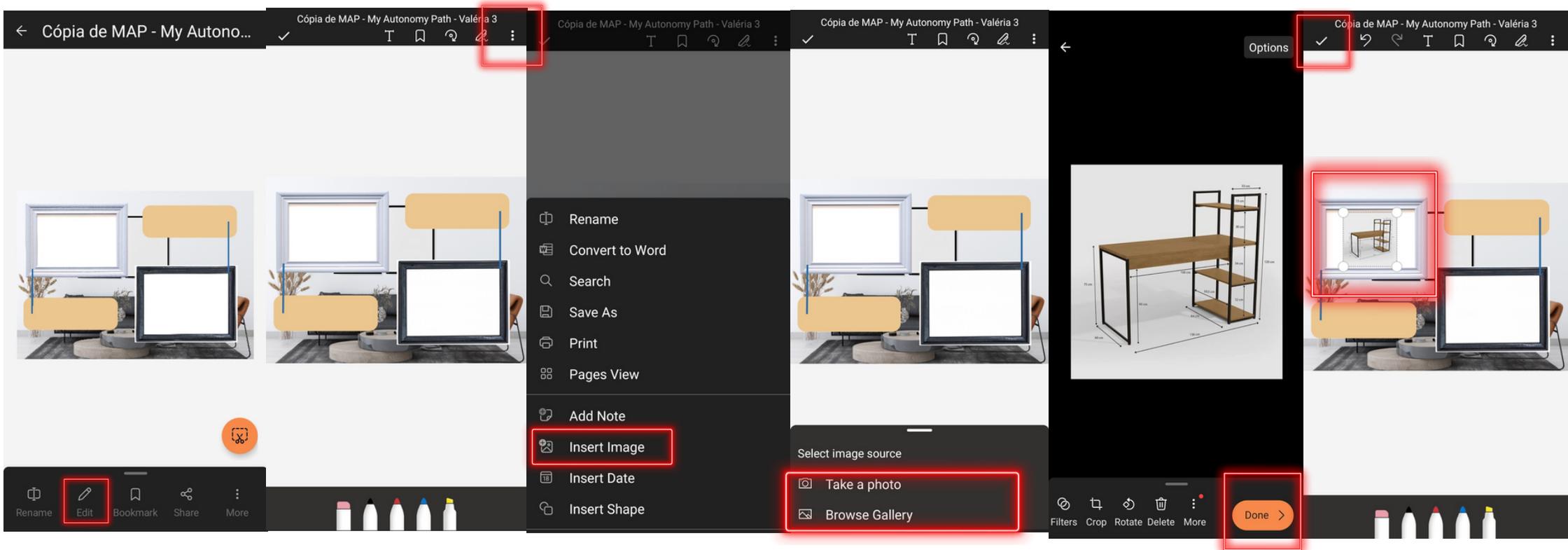
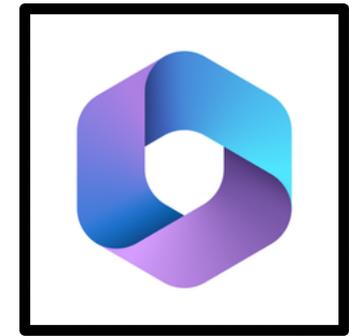


Apresentei uma comunicação em maio no SIEPELL. Foi ótimo poder compartilhar minha pesquisa com o público (...)



# My Autonomy Mural

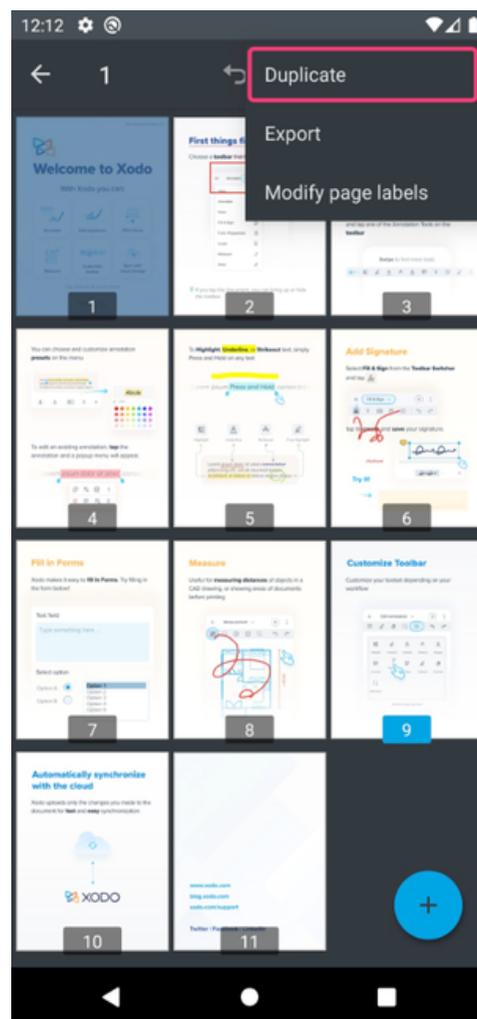
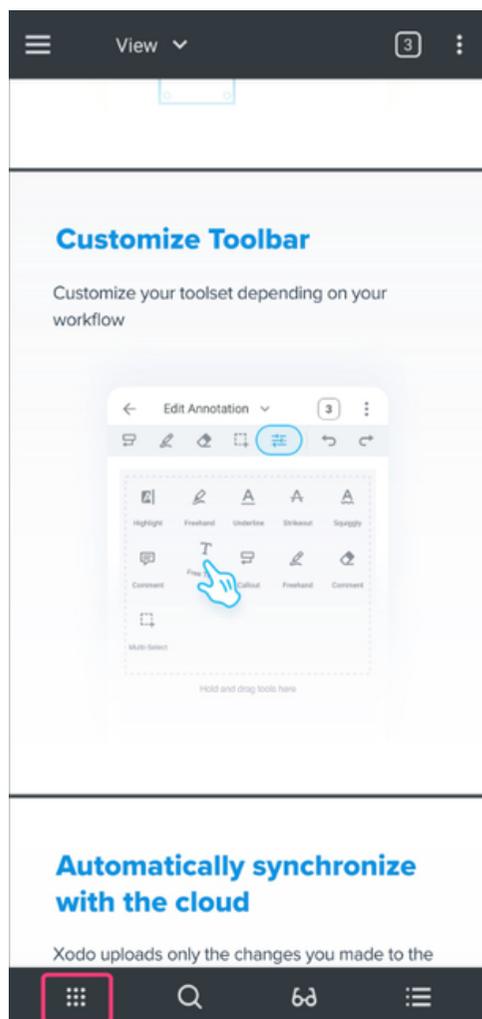
Para acrescentar fotos nas molduras pelo celular, você pode usar o aplicativo gratuito MICROSOFT 365.



**Abra o arquivo no Microsoft 365 -> Toque em editar -> Toque em  -> Toque em Inserir imagem -> Toque em Procurar na Galeria -> Escolha a foto e depois toque em Pronto/Concluído -> Ajuste e posicione a foto dentro da moldura -> Toque em  para concluir.**

# My Autonomy Mural

Se você exerceu bastante sua autonomia ao longo desse período e quiser registrar mais fotos de suas experiências, duplique as páginas com a moldura no aplicativo XODO.



1. Toque no ícone Miniaturas no canto inferior esquerdo da tela principal.
2. Pressione e segure a página que deseja duplicar, toque no botão  de menu e toque em duplicar.

An illustration of a woman with long brown hair, wearing a purple long-sleeved shirt and blue overalls, carrying a brown backpack and holding two books. She is walking on a paved road with white dashed lines. In the background, there are green trees and a blue sky with white clouds. A red octagonal sign with a white arrow pointing up is on a black pole to her right. A white speech bubble is positioned above her head.

**Agora que você já se familiarizou com os recursos do MAP, é hora de partir para a ação. Boa jornada!**

**Utilize os Recursos do MAP**

**My Autonomy Wordmap** De     a    

Após concluir o My Autonomy Wordmap, você pode gerar uma nuvem de palavras on-line no link a seguir: [Wordart](#)



# My Autonomy Planner

De

DD

MM

AA



a

DD

MM

AA



Dia Hora Duração	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Objetivos de aprendizagem							
Estratégias de aprendizagem							
Recursos necessários							
Possíveis dificuldades e como superá-las							

Semana

# My Autonomy Logbook

De

DD

MM

AA



a

DD

MM

AA



1. Meus objetivos do período foram alcançados? De que forma?

2. Como utilizei as estratégias escolhidas?

3. Como utilizei os recursos necessários?

4. Como consegui superar as dificuldades encontradas?

Semana \_

# My Autonomy Planner

De

DD

MM

AA



a

DD

MM

AA



Dia Hora Duração	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Objetivos de aprendizagem							
Estratégias de aprendizagem							
Recursos necessários							
Possíveis dificuldades e como superá-las							

Semana

# My Autonomy Logbook

De

DD

MM

AA



a

DD

MM

AA



1. Meus objetivos do período foram alcançados? De que forma?

2. Como utilizei as estratégias escolhidas?

3. Como utilizei os recursos necessários?

4. Como consegui superar as dificuldades encontradas?

Semana \_

# My Autonomy Guide





Há diversos caminhos para desenvolver a autonomia no ambiente acadêmico. Para tornar-se um membro ativo e ter uma participação mais central nesse contexto, você pode se envolver em atividades de Ensino, Pesquisa e Extensão. Você sabe o que cada uma delas representa e como se relacionam? Vem comigo que eu te explico!



É importante ficar de olho nos sites e redes sociais da universidade, pois assim você saberá quando algum evento de seu interesse acontecer.

# ENSINO

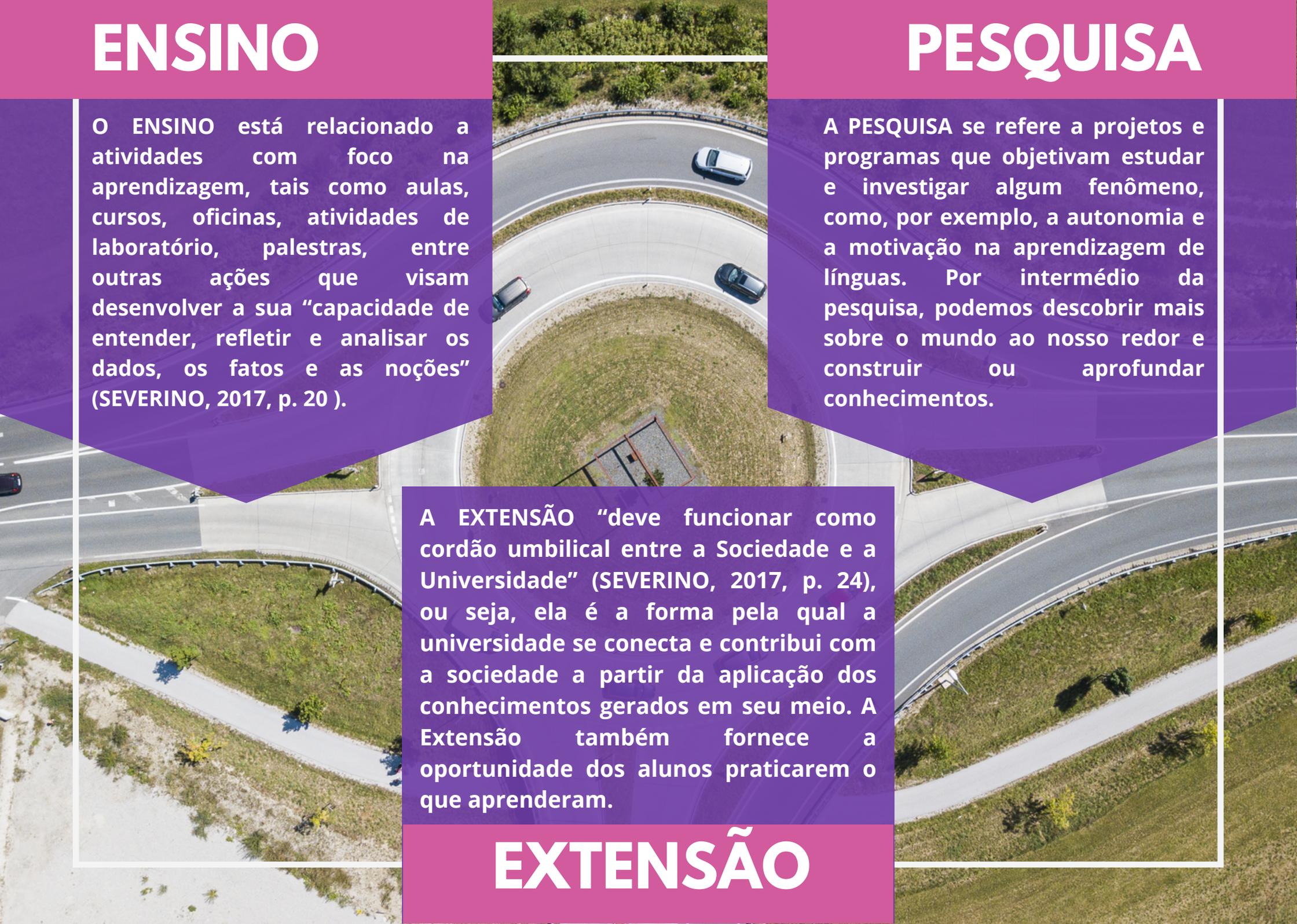
O ENSINO está relacionado a atividades com foco na aprendizagem, tais como aulas, cursos, oficinas, atividades de laboratório, palestras, entre outras ações que visam desenvolver a sua “capacidade de entender, refletir e analisar os dados, os fatos e as noções” (SEVERINO, 2017, p. 20).

# PESQUISA

A PESQUISA se refere a projetos e programas que objetivam estudar e investigar algum fenômeno, como, por exemplo, a autonomia e a motivação na aprendizagem de línguas. Por intermédio da pesquisa, podemos descobrir mais sobre o mundo ao nosso redor e construir ou aprofundar conhecimentos.

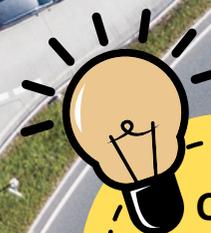
A EXTENSÃO “deve funcionar como cordão umbilical entre a Sociedade e a Universidade” (SEVERINO, 2017, p. 24), ou seja, ela é a forma pela qual a universidade se conecta e contribui com a sociedade a partir da aplicação dos conhecimentos gerados em seu meio. A Extensão também fornece a oportunidade dos alunos praticarem o que aprenderam.

# EXTENSÃO



**Como vimos até aqui, envolver-se em atividades de Ensino, Pesquisa e Extensão é extremamente importante para o desenvolvimento de sua autonomia no contexto universitário.**

**Ensino, Pesquisa e Extensão estão interligados e influenciam-se mutuamente. Vejamos exemplos de espaços onde ensino, pesquisa e extensão se relacionam diariamente na FALEM: os laboratórios BA3 e o LAEL.**



**Clique nas logos da BA3 e do LAEL na próxima página para obter mais informações.**

A BA3 é a Base de Apoio à Aprendizagem Autônoma. É o centro de auto acesso da FALEM/ILC que permite aos alunos acessarem recursos que os ajudem a aprender línguas de forma mais eficaz.

O LAEL é o Laboratório de Ensino de Línguas da FALEM/ILC. Por meio dele, diversas atividades e projetos de ensino e extensão são propostos e executados. O laboratório tem como foco a formação de professores de línguas.



A BA3 e o LAEL são laboratórios que promovem atividades de Ensino, Pesquisa e Extensão em benefício da comunidade acadêmica.

Dentre as atividades de ensino, promove-se oficinas, cursos, grupos de estudos, palestras e projetos. Grupos de pesquisa se reúnem nesses espaços para investigar fenômenos referentes ao ensino e aprendizagem de línguas. Além disso, nesses laboratórios, alunos e professores ofertam projetos de extensão abertos à comunidade.



**Agora que conversamos sobre Ensino, Pesquisa e Extensão, reflita sobre como você pode ter uma participação mais ativa em cada um deles na sua trajetória acadêmica.**

**A participação em atividades complementares e de extensão é tão relevante para sua formação que é considerada um requisito para a graduação. Faça um planejamento de como você pretende alcançar a carga horária prevista para essas atividades ao longo do curso.**



**Clique nos links de acesso nas próximas páginas para obter maiores informações sobre os diversos exemplos citados.**



# CAMINHOS PARA A AUTONOMIA RELACIONADOS AO ENSINO

## REFLEXÃO E AÇÃO

Ao entrarmos na Universidade é comum pensarmos que nosso papel é simplesmente vir para as aulas e ser aprovados. No entanto, isso é apenas uma parte das múltiplas possibilidades que a Universidade nos oferece e que devemos aproveitar ao máximo.

Ser Monitor de um professor na graduação

Ser Monitor de um professor nos Cursos Livres (CLLE)

Visitar a BA3 ou LAEL e acessar os recursos disponíveis

Fazer estágio como professor em escolas e cursos de idiomas

Participar de eventos acadêmicos como ouvinte

Ministrar ou participar de oficinas e cursos

Ministrar aula em um projeto de ensino

Apresentar um pôster ou comunicação em um evento

**E MUITO MAIS!**

# CAMINHOS PARA A AUTONOMIA RELACIONADOS À PESQUISA

## REFLEXÃO E AÇÃO

A Pesquisa Científica pode parecer um desafio, mas existem diversas formas de iniciar a sua participação nela de forma gradual, contando com o apoio de professores e colegas.

Ler pesquisas relevantes para você

Participar de projetos de pesquisa

Observar aulas de outros professores e fazer relatórios

Aplicar ou responder questionários de pesquisa

Ser bolsista PIBID ou PIBIC

Escrever artigos

Expor os resultados da sua pesquisa em eventos

**E MUITO MAIS!**

# CAMINHOS PARA A AUTONOMIA RELACIONADOS À EXTENSÃO

## REFLEXÃO E AÇÃO

A extensão permite que você pratique as habilidades desenvolvidas, exercite os conhecimentos que você aprendeu e contribua de forma significativa para a comunidade.

Estagiar como professor nos CLLE

Estagiar como monitor nos CLLE

Propor projetos na BA3 ou LAEL

Preparar materiais de ensino e planejar aulas

Ministrar aula em um projeto de extensão de sua autoria

Ser voluntário em um projeto de extensão

Ser bolsista de um projeto de extensão

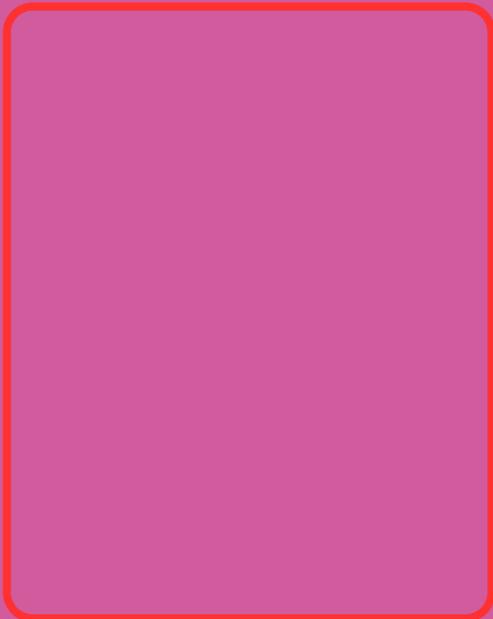
**E MUITO MAIS!**

# My Autonomy Guide

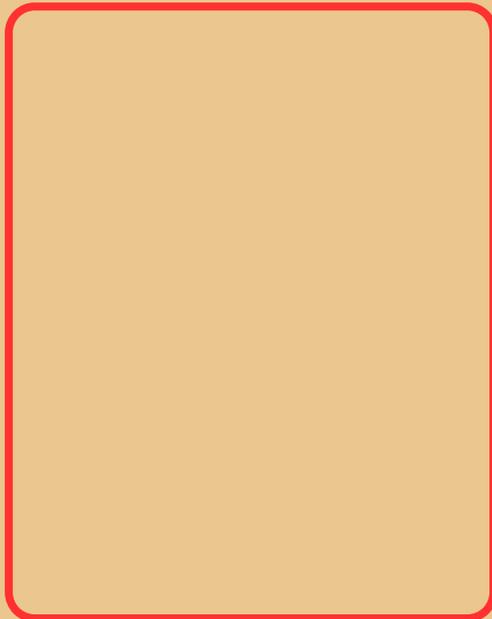
## QUE CAMINHOS VOU SEGUIR?

Olhando o panorama dos múltiplos caminhos a serem trilhados no ambiente acadêmico, é a hora de escolher quais rotas lhe chamaram mais atenção. Que passos pretende dar durante a sua graduação? Fique à vontade para escolher e faça uma lista nos espaços abaixo!

**ENSINO**



**PESQUISA**



**EXTENSÃO**



# My Autonomy Mural

**Que jornada tivemos até aqui! Novos desafios, reflexões e experiências! Depois desse percurso de aprendizagem, nada melhor do que registrar os momentos mais relevantes dessa trajetória de autonomia.**



# My Autonomy Mural

**Agora que você já conhece algumas oportunidades disponíveis na universidade no âmbito do ensino, pesquisa e extensão, é importante que você tente aproveitá-las ao máximo, exercendo sua autonomia.**

**É interessante que você fique de olho nos canais de divulgação da universidade, da sua faculdade, seus grupos de pesquisa, laboratórios e projetos, para que você possa tomar ciência dos editais e períodos de inscrição que são divulgados. Fique também atento para os quadros de aviso espalhados pelos corredores.**

**Participar ativamente da vida acadêmica é uma evidência de autonomia, e você pode se beneficiar bastante ao usufruir das experiências disponíveis. Pense no quanto você pode aprender participando de um congresso ou fazendo parte de um projeto de pesquisa?**

**É importante reconhecer as oportunidades disponíveis e tomar as atitudes necessárias para participar delas.**



# My Autonomy Mural

**Muitas coisas que você planejou no My Autonomy Guide serão concretizadas ao longo de sua trajetória acadêmica, mas que tal refletir um pouco sobre o que você já alcançou até aqui?**

**Reflita sobre as novas experiências que você já vivenciou, buscando exercer sua autonomia. E registre essas experiências nas molduras abaixo com fotos pessoais ou imagens relacionadas.**

**Escreva uma legenda para cada imagem, fazendo uma reflexão sobre os impactos de cada experiência para sua autonomia.**



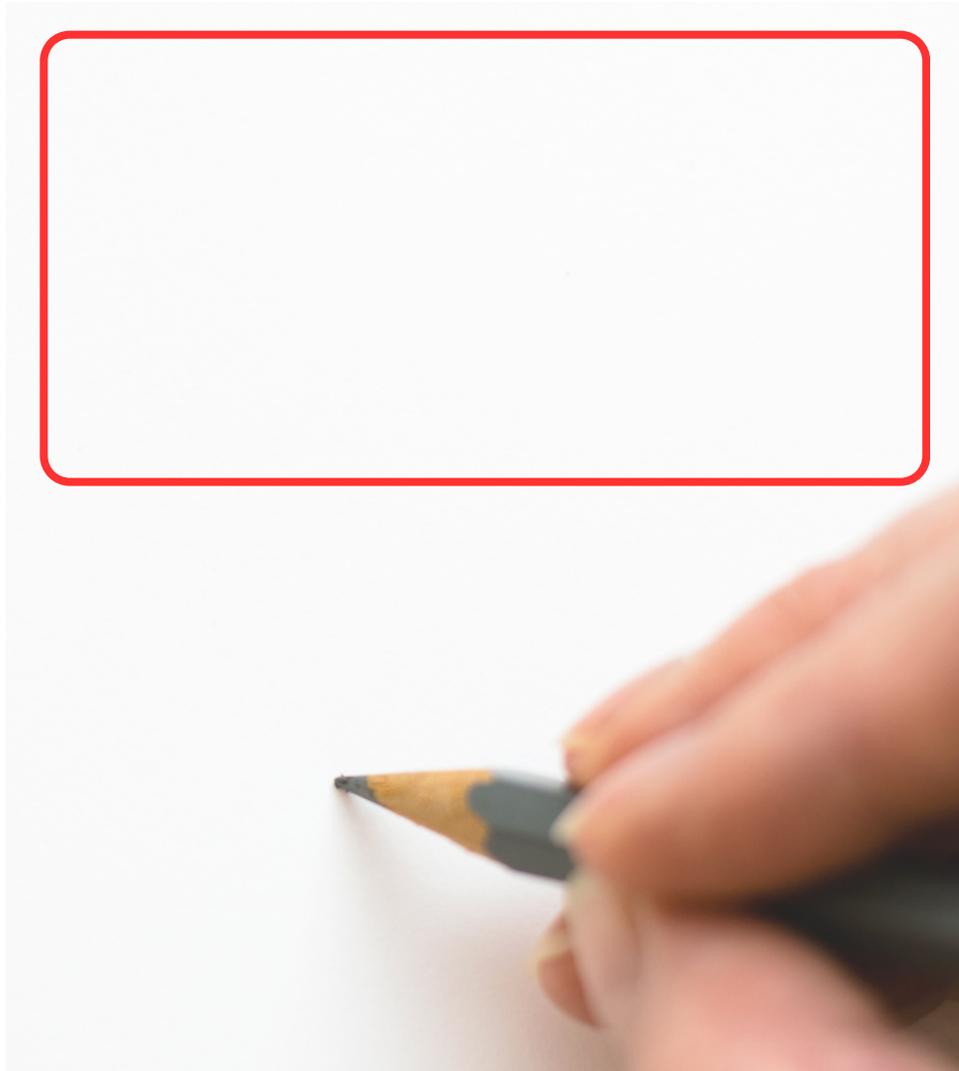
# My Autonomy Mural



# My Autonomy Mural



# A jornada continua...



**Qual o seu nível de satisfação com sua aprendizagem e participação no contexto acadêmico ao longo deste semestre? Justifique sua resposta e estabeleça novas metas em sua jornada de autonomia.**

# Depoimentos de usuários do MAP

**Vejam o que outros aprendentes disseram após utilizar o MAP como você:**

"...É uma boa ferramenta para ajudar alunos a planejarem seus estudos e jornada acadêmica, assim, motivando-os a tornarem-se mais autônomos, pesquisando propiciamentos e experimentando com novas estratégias e formas de aprender e estudar."

"O MAP dá direcionamento e ajuda os calouros a terem um norte e visão do que podem participar dos projetos e eventos desde o início do curso mesmo, e os ajuda a buscar por mais recursos e exercer sua autonomia."

"...graças aos recursos presentes no MAP pode-se impactar positivamente os futuros aprendentes da disciplina, fazendo com eles possam evoluir sua autonomia e se tornarem mais engajados nos estudos de forma geral."

"O material oferece uma visão ampla das possibilidades do aprendizado. Um aluno que tenha dificuldade de visualizar um planejamento e seus benefícios pode utilizar o MAP para compreender, na prática, a teoria da complexidade bem como a própria estratégia de aprendizado."

"Acho a iniciativa admirável e acredito que levará os futuros usuários do MAP a se engajar com a disciplina de Aprender a Aprender de forma dinâmica, contribuindo não apenas para o bom desempenho acadêmico mas também para a autonomia."

Se você também quiser deixar o seu depoimento a respeito de sua experiência com o uso do MAP, por favor responda o formulário disponível no link abaixo.

MAP

my

autonomy

path



Deixe o seu depoimento aqui.



**A jornada não acaba aqui. Você  
continuará a trilhar sua  
trajetória de autonomia ao  
longo da vida.**



**MAP**

**my**

**autonomy**

**path**