

# Lektionsplanering

**Årskurs:** Vuxenutbildning

**Ämne:** Svenska för invandrare C

**Tema:** Målformulering och personlig utveckling

## Koppling till styrdokument

Undervisningen ska ge eleverna möjlighet att utveckla sina färdigheter i att formulera och utvärdera mål för sin personliga och yrkesmässiga utveckling. Eleverna ska lära sig om hur man sätter SMART-mål (Specifika, Mätbara, Accepterade, Realistiska, Tidsbundna) samt reflektera över sina erfarenheter och framtidsplaner.

## Centralt innehåll

Eleven kan formulera personliga mål och utvärdera sina framsteg mot dessa mål. Hen kan också reflektera över sin egen utveckling och sätta upp nya mål baserat på tidigare erfarenheter och feedback.

## Lärlädda instruktioner

### Inledning och mål för lektionen (10 min)

- Presentera dagens tema: målformulering och personlig utveckling.
- Diskutera vikten av att sätta mål i livet och på arbetsplatsen för att nå framgång.

### Genomgång av SMART-målsättning (15 min)

- Introducera konceptet SMART-mål och förklara vad varje del står för (Specifika, Mätbara, Accepterade, Realistiska, Tidsbundna).
- Gå igenom exempel på både bra och dåliga mål för att illustrera konceptet.

### Övning: Sätta egna mål (15 min)

- Be eleverna att individuellt tänka på ett mål de vill uppnå, både på personlig och yrkesmässig nivå.
- Låt dem formulera sina mål enligt SMART-principerna. De kan skriva ner sina mål på papper.

## Gruppdiskussion och feedback (5 min)

- Eleverna delas in i små grupper för att dela sina mål med varandra.
- Be dem ge varandra feedback på om målen uppfyller SMART-kriterierna.

## Aktivitet

Eleverna kommer att skapa en personlig utvecklingsplan där de tydligt anger sina mål och hur de avser att nå dem. Denna plan ska innehålla åtgärder, tidslinjer och sätt att mäta framsteg. Aktiviteten syftar till att ge dem en konkret handlingsplan för sin framtidsutveckling.

Beräknad tidsåtgång: 20 minuter

## Exit-ticket

- Vad betyder "SMART" i SMART-mål?
- Svar: Specifika, Mätbara, Accepterade, Realistiska, Tidsbundna.
- Ge ett exempel på ett bra SMART-mål.
- Svar: "Jag vill läsa minst tre svenska böcker inom tre månader för att förbättra min svenska."
- Varför är mätbarhet viktigt i målformulering?
- Svar: För att kunna följa sina framsteg och veta när målet är uppnått.
- Hur kan du veta om ditt mål är realistiskt?
- Svar: Genom att utvärdera sina resurser och tid för att kunna uppnå det.
- Vad kan vara en anledning till att sätta upp personliga mål?
- Svar: Att skapa struktur och motivation i sitt liv och arbeta mot en tydlig framtid.

## Hemläxa

Eleverna ska skriva en reflektion (100-150 ord) om sina mål och varför de valde dem. De ska också beskriva hur de planerar att arbeta mot dessa mål och vilka hinder de tror kan dyka upp.

## Fördjupningsuppgift

Som fördjupningsuppgift kan eleverna få i uppdrag att skapa en detaljerad utvecklingsplan för det kommande året. Denna plan ska innefatta flera SMART-mål, åtgärder för att nå dem, samt en reflektion över vilka kunskaper och färdigheter som behöver utvecklas för att uppnå målen. Denna uppgift syftar till att ge dem en djupare förståelse för sin egen utvecklingsprocess och förbereda dem för framtida utmaningar på arbetsmarknaden.

## Förslag för nästa lektion

Temat: Självtvärdering och personlig reflektion. Nästa lektion kan fokusera på självvärdering och hur man reflekterar över sina egna prestationer. Eleverna kommer att lära sig hur man analyserar sina framsteg mot sina mål, identifierar styrkor och svagheter och hur man kan anpassa sina mål baserat på självreflektion. Detta är centralt för deras fortsatta utveckling och anpassning på arbetsmarknaden.

## Förberedelser

- Förbered exempel på SMART-mål.
- Samla verktyg för att stödja eleverna i deras planering och reflektion.
- Organisera resurser för nästa lektion om självvärdering och reflektion.

Tags: [SFI](#), [Svenska](#), [Vuxenutbildning](#)