

Percursos de Orientação — Ficha

9.º Ano

Educação Física

3 páginas

Competências que desenvolve: Rever e consolidar técnicas de orientação; autonomia e preservação do ambiente do 3.º ciclo.

1. Verdadeiro ou Falso

a) No 9.º ano, dedica-se à revisão e consolidação. → ____

b) A bússola é fundamental na orientação. → ____

c) A preservação do ambiente é importante. → ____

d) A autonomia é irrelevante na orientação. → ____

e) A revisão consolida o aprendido ao longo do 3.º ciclo. → ____

2. Completa

a) Os elementos de orientação são ____, ____ e ____.

b) O mapa inclui ____, ____ e ____.

c) As regras incluem ____, ____ e ____.

3. Revisão de técnicas

a) Descreve como se lê um mapa revisado.

b) Descreve como se traça um rumo revisado.

c) Qual é a importância da autonomia na orientação?

4. Revisão de regras

a) Quais são as regras de orientação?

b) Por que é importante preservar o ambiente?

c) Como se promove a autonomia na orientação?

5. Responde por escrito

a) Analisa a importância da revisão no 9.º ano.

b) Relaciona a orientação com a resolução de problemas.

Soluções

1. a) T b) T c) T d) F (é fundamental) e) T
2. a) mapa, bússola, referências b) curvas de nível, símbolos, escala c) tempo limite, pontos, fair-play
3. a) Mapa: símbolos, curvas de nível, escala — ler com precisão. b) Rumo: alinhar bússola com mapa, traçar linha até ao ponto. c) Autonomia: tomar decisões sozinho — confiança, resolução.
4. a) Tempo limite, pontos de controlo, respeito pelo ambiente. b) Preservar: não lixar, não danificar, respeitar fauna. c) Autonomia: escolher caminhos, decidir sozinho.
5. a) 9.º ano: revisão — consolidar o aprendido ao longo do 3.º ciclo. b) Orientação: resolução de problemas (ler mapa, traçar rumo, decidir).