



innovar com o digital

Nº1 - 2023

Percursos de Orientação em Contexto Escolar

Secundário

Área Disciplinar: Educação Física

Autor: Carolina Neto

Agrupamento de Escolas de Trancoso



1. Áreas de competência do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória. (assinalar com **X**)

	Linguagens e textos
X	Informação e comunicação
X	Raciocínio e resolução de problemas
	Pensamento crítico e pensamento criativo
X	Relacionamento interpessoal

	Desenvolvimento pessoal e autonomia
X	Bem-estar, saúde e ambiente
	Sensibilidade estética e artística
X	Saber científico, técnico e tecnológico
X	Consciência e domínio do corpo

2. Área(s) Temática(s) (Aprendizagens essenciais).

Área das atividades físicas: Realizar percursos (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.

3. Objetivos.

- Conhecer e aplicar regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente;
- Conhecer e aplicar cuidados de higiene;
- Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos companheiros;
- Reforçar o gosto pela prática regular de atividade física;
- Aplicar processos de elevação do nível funcional da aptidão física;
- Realizar percursos de orientação utilizando a referida aplicação;
- Aumento das competências informáticas;
- Relacionamento de cooperação, entreajuda e camaradagem entre os elementos de cada grupo.

4. Recursos/Espaços.

Espaço exterior da Escola Básica e Secundária.
 Recursos: Telemóvel com a aplicação *iOrientering* instalada; Gps e internet; dois percursos de orientação linear, checkpoint, start e Finish; Balizas de orientação com códigos QR.
 Link: <https://www.iorientering.com/>

5. Duração prevista.

50 minutos.

6. Implementação da atividade. (passo a passo)

Operacionalização da atividade:

- No início da aula os alunos formam grupos de 3 elementos, tendo em conta o critério de haver pelo menos um aluno de cada grupo com a aplicação a funcionar e com bateria. Instala a aplicação *iOrienteering*, faz o registo e entra na aplicação. Depois de instalada, é feita uma breve explicação sobre a utilização/manejo da mesma.
- De seguida a professora fornece o mesmo código QR a cada grupo para terem acesso ao mapa da escola com os pontos marcados que previamente elaborou (<https://www.iorienteering.com/>).
- Dar a partida com intervalos de 1 minuto.
- Divulgar a classificação final.

Descrição:

Num primeiro percurso é utilizado o GPS. O grupo tem de se deslocar e “levar” o ponto cor de laranja, que indica a sua posição, para o sítio que início no mapa. A partir do momento que passam no ponto de início o telemóvel dá um sinal sonoro, o tempo começa a contar e têm acesso a todos os pontos marcados no mapa. Seguidamente o grupo tem de se deslocar para cada ponto por ordem (percurso linear) e fazer coincidir o ponto laranja (posição deles) com o ponto marcado (checkpoint). Após sinal sonoro continuam para o segundo ponto e assim sucessivamente até chegarem ao ponto da posição final. Cada grupo sai com um minuto de diferença e ganha o grupo que conseguir marcar todos os pontos no menor intervalo de tempo possível.

Num segundo percurso o processo é idêntico, mas utilizando códigos QR. As balizas de orientação dos pontos (checkpoint) são feitas por leitura dos códigos QR.

7. Avaliação

No final da atividade é fundamental que os alunos dediquem algum tempo (2 minutos) para refletirem sobre o seu desempenho nesta atividade, de forma a identificar aspetos críticos que possibilitem a melhoria desse desempenho e que reconheçam pontos fracos e fortes das suas aprendizagens.

8. Impacto da atividade na aprendizagem dos alunos

[Incremento da motivação por realizarem uma atividade física com auxílio de uma aplicação informática desconhecida para a maioria dos alunos e melhoria da aptidão física.



innovar com o digital

Ministério da Educação
Direção-Geral de Educação

Equipa de Recursos e Tecnologias Educativas

Centros de Competências TIC

CFAE Guarda 1

Embaixadora Digital: Teresa Fernando

Abril/2023



Para qualquer assunto relacionado com esta publicação contactar:
ptd@dge.mec.pt