

Agrupamento de Escolas Carlos Gargaté
Departamento: Expressões

Disciplina: Atividade de Exploração da Natureza
Ano(s) de escolaridade: 3.º Ciclo

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

ACPA	DOMÍNIO	SUB-ÁREA (outras)	Objetivos	Descritores de desempenho	Instrumentos de avaliação	Ponderação
B D E F J	ATIVIDADES FÍSICAS	Orientação	Realiza um percurso de orientação simples conseguindo: - Identificar a simbologia básica - Orientar o mapa corretamente com e sem bússola - Identificar a sua localização no espaço e no mapa - Identificar a melhor opção de percurso	- Utiliza/manipula corretamente os materiais e os equipamentos. - Aplica com facilidade as técnicas descritas pelo professor.	- Jogos e dinâmicas de grupo - Exercícios de grupo Exercícios individuais - Observação e registo da postura e intervenção do aluno	25%
		Manobras de Cordas	Conhece e ultrapassa os seguintes obstáculos: - Ponte Himalaia - Ponte paralela - Via tirolesa - Descida em rappel Conhece os seguintes nós: oito, lais de guia, dinâmico, pescador, prusik e machard.	- Ajuda na preparação da atividade.		25%
		Escalada	Em situação de escalada em “top rope”: - Encorda-se corretamente e aguarda corda tensa para iniciar - Trepas mantendo os três apoios - Conhece e utiliza o nó de “oito” e “lais de guia” - Desce mantendo os pés na parede e posição vertical	- Protege o meio ambiente, respeitando o espaço destinado à realização da atividade. - Demonstra interesse pelo seu papel.		25%
		Pedestrianismo	Em percurso de marcha: - Conhece a simbologia dos percursos - Avalia a altimetria do percurso - Marcha, salta, sobe e desce sem desequilíbrios nítidos - Cumprir as regras previamente estabelecidas	- Pondera as suas atitudes.		25%