

*Complemento do*  
**Caderno de Descobertas**



*agr908cnx*

**expedição 105**

3ª edição - Outubro de 2015



# Introdução

**Parabéns! Estás nos Escuteiros, nos Exploradores.**

**No Escutismo vais encontrar outros rapazes e raparigas que, como tu, também um dia vieram para os Escuteiros, os Exploradores. Vais ainda ter alguém que estará ao teu lado para tudo o que precisares e que te vai ajudar em todas as situações; os Dirigentes.**

**Terás a oportunidade de descobrir um mundo fantástico!**

**Terás amigos e companheiros de inúmeras aventuras que vais poder preparar e viver.**

**Sim, isso mesmo! Vais ajudar a preparar tudo o que vais fazer porque aqui a tua opinião conta e é importante!**

**Nessas aventuras terás oportunidade de descobrir locais diferentes, de aprender a fazer coisas por ti próprio (já pensaste em comer numamesa feita por ti?), de jogar muitos jogos divertidos (que não só o futebol ou jogos de computador), de partilhar uma fogueira à noite com os teus amigos, de “caçar tesouros” incríveis e muito, muito mais...**

**Para que tudo isto funcione há algumas regras que é preciso que todos cumpram (tem lógica, não achas?). Vais ver que estas regras não são um conjunto de coisas chatas e difíceis de cumprir. Pelo contrário, já existem há muito, muito tempo e são cumpridas por todos os Escuteiros do Mundo, e facilmente as vais saber, entender e depois pôr em prática.**

**Nos Exploradores nunca vais estar sozinho!**

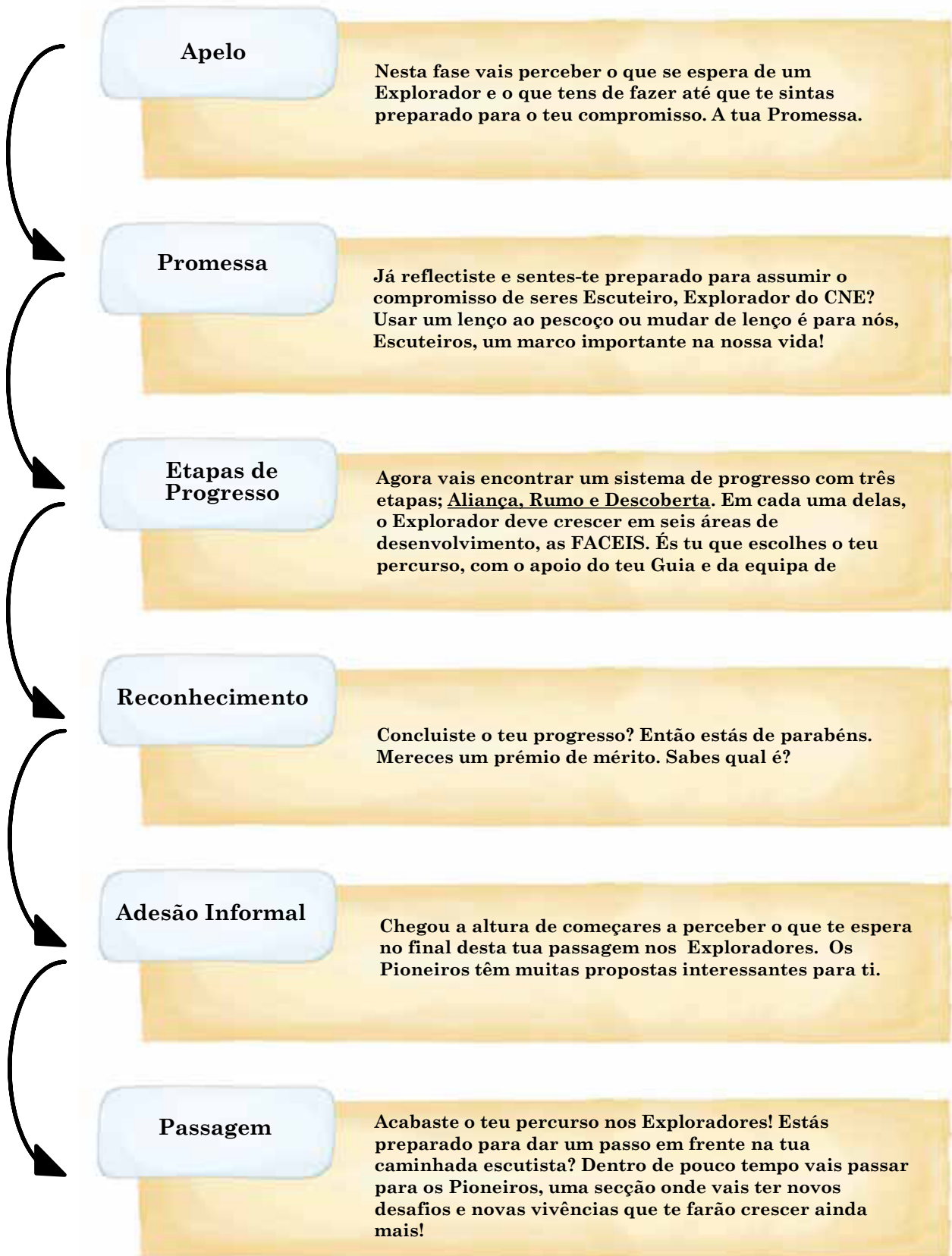
**Vais começar por pertencer a um grupo mais pequeno: a tua Patrulha. É com ela que vais ter a maior parte das aventuras. Será com os amigos que vais criar na Patrulha que vais viver inúmeros momentos de alegria e de partilha que vão ficar bem gravados na tua memória e recordarás pela tua vida fora.**

**A vantagem de seres Escuteiro é que vais jogar em conjunto com rapazes e raparigas da tua idade. Tu sabes que qualquer jogo tem regras próprias, pois estas servem para te ajudar a ti e aos outros a “jogar” de forma leal.**

**O esquema que encontras na próxima página, retrata o percurso natural que cada Escuteiro percorre na secção em que acabas de entrar. Vê o esquema que te apresentamos para perceberes como é que todo este “jogo” funciona.**



# Percurso



# Apelo

O que se espera de ti na fase do APELO?

Quando chegas a um novo sítio, deves primeiro conhecer a sua história, quem lá esteve, como funciona. Aqui estão algumas perguntas, às quais deves saber responder.

- 1 - Conheces a Lei, os Princípios e a Oração do Escuta?
- 2 - Conheces a vida de Baden-Powell?
- 3 - Quando e como surgiu o CNE?
- 4 - Como se organiza o CNE?
- 5 - Como se organizam os Exploradores?
- 6 - Quais os Cargos existentes nas Patrulhas da Expedição?
- 7 - Qual o Imaginário e Mística dos Exploradores?
- 8 - Conheces o Patrono dos Exploradores (São Tiago) e o Patrono da nossa Expedição 105 (São Jorge)?
- 9 - Conheces o livro "Escutismo para Rapazes"?
- 10 - Já participaste numa Aventura? O que é 'a Aventura'?
- 11 - O que entendes por caminhada religiosa? Actualmente frequentas a catequese?
- 12 - Sabes executar 6 nós diferentes e para que servem?
- 13 - Já conheces as Áreas de Desenvolvimento e os Trilhos que terás de escolher para a tua 1ª etapa - Aliança?
- 14 - Conheces a Promessa e o seu significado?

data e assinatura

1	<input type="text"/>
2	<input type="text"/>
3	<input type="text"/>
4	<input type="text"/>
5	<input type="text"/>
6	<input type="text"/>
7	<input type="text"/>

data e assinatura

8	<input type="text"/>
9	<input type="text"/>
10	<input type="text"/>
11	<input type="text"/>
12	<input type="text"/>
13	<input type="text"/>
14	<input type="text"/>

# Desenvolvimento Físico

## Dimensão da personalidade: o corpo

### Trilhos Educativos:

- **Desempenho** [rentabilizar e desenvolver as suas capacidades, destreza física; conhecer os seus limites]
- **Auto-conhecimento** [conhecimento e aceitação do seu corpo e do seu processo de maturação]
- **Bem-estar físico** [manutenção e promoção; exercício; higiene; nutrição; evitar comportamentos de risco]

(data) (assin.)

Trilho Educativo	Desempenho		
II-F1. Pratico actividades físicas em que testo as minhas capacidades e torno-me mais ágil, flexível e desembaraçado.			

Trilho Educativo	Auto-conhecimento		
II-F2. Aceito que o meu corpo está a mudar e respeito os diferentes ritmos de desenvolvimento quando me comparo com os outros.			
II-F3. Conheço o diferente ritmo de crescimento dos rapazes e raparigas e respeito o espaço próprio de cada um.			

Trilho Educativo	Bem-estar físico		
II-F4. Sei equilibrar as minhas actividades físicas com o descanso e uma alimentação saudável.			
II-F5. Esforço-me por ter bom aspecto e tenho hábitos regulares de higiene que contribuem para a minha saúde.			
II-F6. Identifico e evito comportamentos e substâncias prejudiciais à saúde.			

trilhos escolhidos

Aliança

Rumo

Descoberta

## Sugestões de Oportunidades Educativas

data      assinatura

F1 .1	Receber uma mensagem verbal de 20 palavras e, depois de ter corrido 2 km em passo de escuta, transmiti-la oralmente e de forma compreensível.		
F1 .2	Nadar correctamente dois estilos e saber mergulhar de uma prancha.		

F2 .1	Conhecer as regras básicas de como fazer exercício físico equilibrado e de acordo com a estrutura física de cada um.		
F2 .2	Participar activamente num raide tendo em atenção as suas capacidades físicas e dos diferentes elementos da Patrulha.		
F3 .1	Identificar e diferenciar as fases de crescimento dos rapazes e das raparigas.		
F3 .2	Organizar e dinamizar uma manhã desportiva para o Grupo, preenchendo-a com várias modalidades.		

F4 .1	Conhecer o que é mais aconselhado ingerir antes, durante e após a realização de uma actividade física.		
F4 .2	Elaborar uma ementa equilibrada de acordo com os bons hábitos alimentares.		
F5 .1	Demonstrar e manter regras de higiene pessoal.		
F5 .2	Ser responsável pela limpeza da tenda da patrulha durante um dia de acampamento.		
F6 .1	Saber identificar quais os comportamentos de risco prejudiciais à nossa saúde.		
F6 .2	Elaborar um cartaz/trabalho escrito de sensibilização onde dêem a conhecer os malefícios para o nosso organismo do consumo de tabaco ou álcool.		

## Outras Oportunidades Educativas escolhidas por mim

data      assinatura


notas:

---

---

---

---

---

---

---

---

# Desenvolvimento Afetivo

## Dimensão da personalidade: os sentimentos e as emoções

### Trilhos Educativos:

- **Relacionamento e sensibilidade** [auto-expressão; intereducação; valorização dos laços familiares; opção de vida; sentido do belo e do estético]
- **Equilíbrio emocional** [saber lidar com as emoções “controlar/exprimir”; manter um estado interior de liberdade; maturidade]
- **Auto-estima** [conhecer-se; aceitar-se; valorizar-se]

(data)

(assin.)

Trilho Educativo	Relacionamento e Sensibilidade		
II-A1. Comprometo-me com o bem-estar e crescimento do grupo, mantendo uma relação amigável com os outros elementos.			
II-A2. Valorizo a minha família e assumo o meu papel no seio da mesma.			
II-A3. Expresso interesse e espírito crítico por uma forma de arte.			
II-A4. Aceito as diferentes formas de demonstrar sentimentos, nos rapazes e nas raparigas.			

Trilho Educativo	Equilíbrio emocional		
II-A5. Reconheço e exprimo as minhas emoções com naturalidade e sem magoar os outros.			

Trilho Educativo	Auto-estima		
II-A6. Assumo as minhas qualidades e defeitos.			
II-A7. Reconheço os meus erros e procuro corrigi-los.			
II-A8. Empenho-me em ultrapassar as minhas dificuldades e melhorar tudo o que tenho de bom.			

trilhos escolhidos

Aliança

Rumo

Descoberta



## Sugestões de Oportunidades Educativas

data      assinatura

A1 .1	Apresentar e disponibilizar ajuda pessoal para um elemento com dificuldades de integração no Grupo.		
A1 .2	Dar-se bem com todos os elementos do Grupo.		
A2 .1	Fazer e conhecer a árvore genealógica da família até à 3ª geração.		
A2 .2	Preparar e dinamizar um momento lúdico e de convívio em família (visita cultural, noite de karaoke, de jogos, etc)		
A3 .1	Actuar numa peça de Fogo de Conselho como personagem de destaque.		
A3 .2	Conhecer a letra completa de 5 canções escutistas e saber cantá-las.		
A4 .1	Elaborar uma peça de teatro com a patrulha, onde sejam enaltecidas as qualidades características do sexo oposto.		
A4 .2	Efectuar jogo de troca de papéis (raparigas e rapazes imitem atitudes e comportamentos normalmente adoptados pelo outro género) e reflectir sobre o mesmo.		

A5 .1	Participar nas Reuniões de Patrulha/Conselhos de Guias, tratando com fraternidade e respeito os outros elementos.		
A5 .2	Avaliar de forma correcta, um acampamento, outra actividade, um trimestre ou mesmo o ano escuta, exprimindo tudo o que gostou e o que não gostou.		

A6 .1	Assumir um defeito e demonstrar uma mudança efectiva de atitude.		
A6 .2	Identificar uma qualidade sua e esforçar-se para que os outros lhe sigam o exemplo.		
A7 .1	Propor-se a efectuar uma tarefa/trabalho de forma a melhorar uma área mais fraca.		
A7 .2	Esforçar-se por melhorar a nota a duas disciplinas em que tenha maior dificuldade, sem descuidar a participação nas actividades.		
A8 .1	Empenhar-se na conquista de, pelo menos, uma insígnia de competência.		
A8 .2	Apresentar aos elementos uma novidade/inação relacionada com o Cargo que desempenha.		

## Outras Oportunidades Educativas escolhidas por mim

data      assinatura


notas:

---

---

# Desenvolvimento Carácter

## Dimensão da personalidade: a atitude

### Trilhos Educativos:

- **Autonomia** [tornar-se independente; capacidade de optar; construir o seu quadro de referências]
- **Responsabilidade** [ser conseqüente; perseverança e empenho; levar a bom termo um projecto assumido]
- **Coerência** [viver de acordo com o seu sistema de valores; defender as suas ideias]

(data) (assin.)

Trilho Educativo	Autonomia		
II-C1. Conheço e compreendo a Lei do Escuta e os Princípios.			
II-C2. Assumo as minhas opiniões, participando activamente nas decisões que me dizem respeito.			
II-C3. Escolho e participo em actividades que me ajudam a crescer.			

Trilho Educativo	Responsabilidade		
II-C4. Desempenho o papel que me é atribuído dentro dos grupos a que pertenço com responsabilidade e empenho.			
II-C5. Não desanimo perante as dificuldades e procuro aprender com elas.			
II-C6. Prevejo as conseqüências que as minhas acções/decisões têm na vida dos grupos de que faço parte.			

Trilho Educativo	Coerência		
II-C7. Defendo as ideias e comportamentos que me parecem correctos.			
II-C8. Demonstro que os meus comportamentos diários estão de acordo com a Lei do Escuta e os Princípios.			

### trilhos escolhidos

Aliança	
Rumo	
Descoberta	

## Sugestões de Oportunidades Educativas

data      assinatura

C1 .1	Saber e explicar cada um dos 10 artigos da Lei e os 3 Princípios.		
C1 .2	Conhecer a importância da BA e a sua simbologia no escutismo.		
C2 .1	Participar activamente nas reuniões de Patrulha, contribuindo com ideias e opiniões e concretizando as tarefas distribuídas.		
C2 .2	Ficar responsável por fazer as compras de alimentação da patrulha para um acampamento.		
C3 .1	Participar num acampamento de fim-de-semana. Montar, desmontar, dobrar e armazenar correctamente a tenda da Patrulha.		
C3 .2	Participar numa actividade de bicicletas (Ciclopasseio).		

C4 .1	Desempenhar activa e empenhadamente um cargo na Patrulha, compreendendo as responsabilidades a ele associadas.		
C4 .2	Cortar lenha para a fogueira e elaborar 3 tipos de fogueiras diferentes.		
C5 .1	Fazer uma construção em campo, onde se aplique os botões em esquadria, em cruz e o peito de morte.		
C5 .2	Saber fazer uma fogueira e cozinhar nela uma refeição utilizando técnicas de cozinha selvagem.		
C6 .1	Explicar a importância de uma participação activa nas actividades no seio da patrulha e do grupo e quais os efeitos de uma assiduidade irregular.		
C6 .2	Participar assiduamente nas actividades de sábado e acampamentos.		

C7 .1	Participar da escolha do Projecto Aventura e apresentar oralmente ideias e opiniões construtivas.		
C7 .2	Saber distanciar-se de atitudes negativas do Grupo.		
C8 .1	Ajudar de modo continuado os pais nas tarefas diárias.		
C8 .2	Demonstrar um bom comportamento na Escola (apresentar as informações intercalares do 1º e do 2º período).		

## Outras Oportunidades Educativas escolhidas por mim

data      assinatura


notas:

---



---

# Desenvolvimento Espiritual

## Dimensão da personalidade: o sentido de Deus

### Trilhos Educativos:

- **Descoberta** [disponibilidade interior; interiorização progressiva; busca do transcendente no específico cristão]
- **Aprofundamento** [dar testemunho pelos actos do dia-a-dia; viver em comunidade; estar aberto ao diálogo inter-religioso]
- **Serviço** [integração e participação activa na Igreja; participar na construção de um mundo novo; evangelização]

(data) (assin.)

Trilho Educativo	Descoberta		
II-E1. Conheço e compreendo a história dos heróis que procuraram alcançar a Terra Prometida, a partir da Aliança.			
II-E2. Conheço e percebo a mensagem contida nas parábolas e milagres de Jesus.			
II-E3. Descubro que somos Igreja e que nela todos temos um papel a desempenhar.			

Trilho Educativo	Aprofundamento		
II-E4. Sei que me relaciono com Deus sempre que faço oração pessoal e participo na oração comunitária.			
II-E5. Integro-me cada vez mais na minha comunidade paroquial, através da catequese, celebrando os sacramentos que a Igreja me propõe.			
II-E6. Identifico as principais diferenças e semelhanças entre as religiões.			

Trilho Educativo	Serviço		
II-E7. Cuido e protejo a Natureza, consciente de que isso é importante para a vida das pessoas.			
II.E8. Falo da minha vivência em comunidade e convido outros a participar.			

### trilhos escolhidos

Aliança

Rumo

Descoberta

## Sugestões de Oportunidades Educativas

data      assinatura

E1 .1	Saber consultar a Bíblia para melhor a compreender.		
E1 .2	Heróis do Povo de Deus', 'Terra Prometida', 'Aliança'... Explicar cada um dos 'conceitos' de forma breve.		
E2 .1	Descrever e explicar uma Parábola.		
E2 .2	Saber o encadeamento de uma celebração da palavra.		
E3 .1	Participar activamente numa celebração Eucarística, lendo uma Leitura ou participando activamente como Acólito.		
E3 .2	Identificar os tempos litúrgicos, o seu significado e cores associadas.		

E4 .1	Preparar e dinamizar um momento de oração no Grupo.		
E4 .2	Organizar um momento de Ofertório ou de Acção de Graças durante a Eucaristia.		
E5 .1	Frequentar a catequese, dando continuidade à sua caminhada cristã.		
E5 .2	Participar nas Celebrações da Semana Santa organizadas pela nossa Paróquia.		
E6 .1	Descrever de forma breve as cinco principais religiões (trabalho escrito).		
E6 .2	Elaborar um cartaz onde seja "comparada" a principal Celebração de duas religiões.		

E7 .1	Participar com a Patrulha ou Grupo, numa acção de limpeza da zona envolvente à sede, ou numa outra acção de limpeza específica.		
E7 .2	Identificar as regras de prevenção contra incêndios de campo.		
E8 .1	Organizar e dinamizar uma campanha de recolha de bens (tampas, radiografias, brinquedos,...) com o objectivo de ajudar uma instituição.		
E8 .2	Participar com a patrulha numa B.A. colectiva (Banco Alimentar, Visita ao Centro de Dia, AMI,...).		

## Outras Oportunidades Educativas escolhidas por mim

data      assinatura


notas:

---



---



---

# Desenvolvimento Intelectual

## Dimensão da personalidade: a inteligência

### Trilhos Educativos:

- **Procura do conhecimento** [desejo do saber; procura e selecção de informação; iniciativa; auto-formação]
- **Resolução de problemas** [capacidade de análise e síntese; utilização de novas técnicas e métodos; selecção de estratégias de resolução; análise crítica da solução encontrada; capacidade de adaptação a novas situações]
- **Criatividade e Expressão** [apresentação lógica de ideias; criatividade; discurso adequado]

(data)

(assin.)

Trilho Educativo	Procura do conhecimento		
II-11. Procuro descobrir o mundo que me rodeia, a partir das minhas experiências.			
II-12. Conheço e utilizo diferentes meios de recolha da informação.			
II-13. Descubro as minhas aptidões e aprofundo os assuntos que me interessam e podem ser úteis no futuro.			

Trilho Educativo	Resolução de problemas		
II-14. Enfrento situações novas usando o que aprendi.			
II-15. Consigo identificar, de forma organizada, as causas de um problema e propor soluções.			

Trilho Educativo	Criatividade e Expressão		
II-16. Aceito desafios que me fazem imaginar e criar coisas diferentes.			
II-17. Uso de modo criativo diferentes formas de expressar ideias e emoções.			

### trilhos escolhidos

Aliança

Rumo

Descoberta

## Sugestões de Oportunidades Educativas

data      assinatura

I1 .1	Participar activamente numa grande actividade (Núcleo, Região ou Nacional).		
I1 .2	Estabelecer contacto com escuteiros de um Agrupamento de outra Região, recolhendo informações sobre os locais de acampamento habituais.		
I2 .1	Com base em três entrevistas, compilar diferentes opiniões sobre como é ser escuteiro, ou como é ser familiar de um escuteiro.		
I2 .2	Realizar um trabalho de pesquisa, com base na biblioteca da escola ou internet, sobre o totem de patrulha.		
I3 .1	Saber como tratar de feridas e como aplicar os respectivos curativos utilizando com rigor a farmácia da Patrulha.		
I3 .2	Fazer e aplicar nós de encurtar, falcassar, salvação, salvação duplo, estribo, botija e evasão.		

I4 .1	Conhecer e confeccionar 2 refeições diferentes em campo, utilizando técnicas aprendidas no decorrer de uma "investigação" sobre o assunto.		
I4 .2	Praticar o jogo do Kim e conhecer a sua história.		
I5 .1	Saber os medicamentos a utilizar nas situações mais comuns (febre, dor de garganta, prisão de ventre, diarreia, picadas de insectos, inchaços, etc.)		
I5 .2	Saber as regras de campo que permitem montar um bom acampamento, mesmo em caso de chuva, vento ou terreno enlameado.		

I6 .1	Dinamizar durante pelo menos um mês o canto da Patrulha, apresentando semanalmente uma novidade.		
I6 .2	Colaborar na elaboração do Livro de Ouro da Patrulha com um relatório de uma actividade.		
I7 .1	Receber e transmitir uma mensagem utilizando o código Homógrafo.		
I7 .2	Apresentar ao grupo uma peça de teatro (apresentação de aventuras, p.e.) utilizando técnicas de sombras chinesas e/ou fantoches.		

## Outras Oportunidades Educativas escolhidas por mim

data      assinatura


notas:

---



---



---

# Desenvolvimento Social

## Dimensão da personalidade: a integração social

### Trilhos Educativos:

- **Exercer activamente cidadania** [direitos e deveres; tolerância social; intervenção social]
- **Solidariedade e Tolerância** [serviço; interajuda; tolerância]
- **Interacção e Cooperação** [assertividade; espírito de equipa; assumir o seu papel nos grupos de pertença]

(data) (assin.)

Trilho Educativo	Exercer activamente cidadania		
II-S1. Dou exemplo de cumprimento das regras de boa convivência na comunidade.			
II-S2. Descubro a necessidade de participar nos vários grupos onde me integro .			
II-S3. Cuido do que é de todos.			
II-S4. Procuo aceitar as derrotas em todas as situações, com respeito e sem desanimar.			

Trilho Educativo	Solidariedade e Tolerância		
II-S5. Sou sensível às situações de necessidade no meio que me rodeia e procuro ser útil na sua resolução.			
II-S6. Sei manter um diálogo, apresentando os meus argumentos com entusiasmo e ouvindo os dos outros.			

Trilho Educativo	Interacção e Cooperação		
II-S7. Reconheço as vantagens de trabalhar em grupo e contribuo com os meus conhecimentos e o meu trabalho.			
II-S8. Demonstro que sei orientar respeitando as opiniões dos outros.			

### trilhos escolhidos

Aliança

Rumo

Descoberta



## Sugestões de Oportunidades Educativas

data      assinatura

S1 .1	Demonstrar vivência e conhecimento das boas regras de educação.		
S1 .2	Conhecer genericamente os sinais de trânsito. Identificar os de obrigação, proibição, perigo e informação.		
S2 .1	Tomar parte numa campanha de angariação de fundos do agrupamento ou secção.		
S2 .2	Participar de forma regular e activa numa actividade de grupo extra-curricular.		
S3 .1	Participar na limpeza dos espaços comuns da sede (sala do grupo explorador, sala de convívio, casa de banho, escadas, etc).		
S3 .2	Construir um objecto com utilidade para a Patrulha ou Grupo.		
S4 .1	Animar a patrulha em situações de dificuldade/desânimo num acampamento/raid.		
S4 .2	Aceitar as regras de jogo e demonstrar fair-play durante a realização do mesmo.		

S5 .1	Participar numa campanha de recolha de donativos, de uma instituição de solidariedade social.		
S5 .2	Participar e ajudar a dinamizar uma tarde diferente num lar de 3ª idade/Centro de Dia.		
S6 .1	Participar activamente num debate sobre um tema actual, apresentando oralmente as suas ideias e opiniões.		
S6 .2	Sei dar a minha opinião sobre diversos assuntos sempre que solicitado.		

S7 .1	Fazer uma construção em campo, onde se apliquem diversas ligações e/ou nós.		
S7 .2	Elaborar um trabalho para o canto de patrulha, a descrever a composição e simbolismo da bandeira nacional.		
S8 .1	Elaborar em patrulha um croqui de Carnaxide, identificando no mesmo as ruas principais, bem como os lugares de maior relevância (PSP, Bombeiros, Igreja(s), Junta de freguesia, Centro de Saúde, Farmácias, Mercado, etc).		
S8 .2	Organizar e dinamizar um atelier sobre regras de segurança de: faca de mato, machado, azagaia, lampião e candeeiro a gás.		

## Outras Oportunidades Educativas escolhidas por mim

data      assinatura


notas:

---

# Progressão Pessoal







Este complemento do 'Caderno de Descobertas' pertence a:

---



**Complemento do 'Caderno de Descobertas'**

**Outubro de 2015 - 3ª Edição**