



Projeto FITescola



Identificação da expressão da aptidão física e da competência motora da comunidade discente do Ensino Básico - 1º ciclo da AE D. António Taipa

AMOSTRA



223



167

TESTES



ÍNDICE DE MASSA CORPORAL



Vaivém



4x10m



Impulsão Horizontal



Transferências Laterais



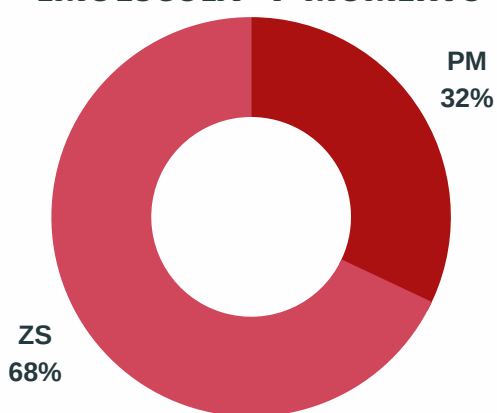
Saltos Laterais

RESULTADOS – 1º E 2º MOMENTOS

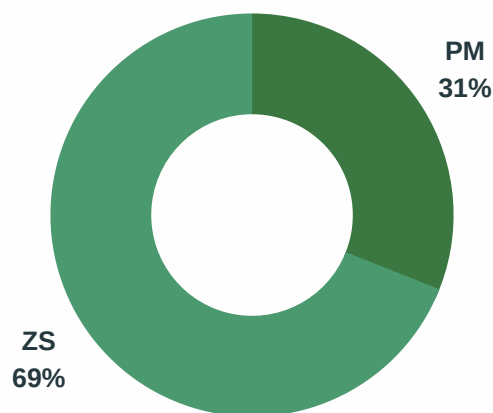
COMPOSIÇÃO CORPORAL

PM (PRECISA MELHORAR): MAGREZA+EXC. PESO+OBESIDADE; ZS (ZONA SAUDÁVEL): NORMAL

IMC ESCOLA – 1º MOMENTO



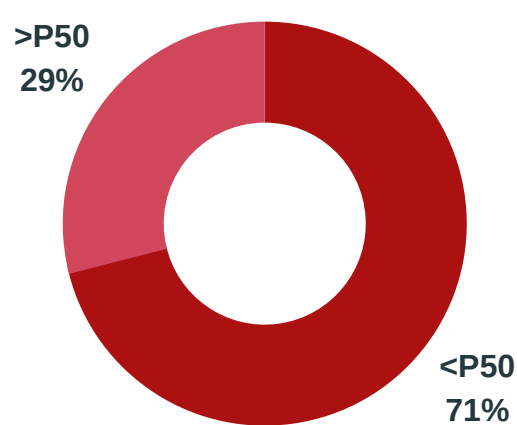
IMC ESCOLA – 2º MOMENTO



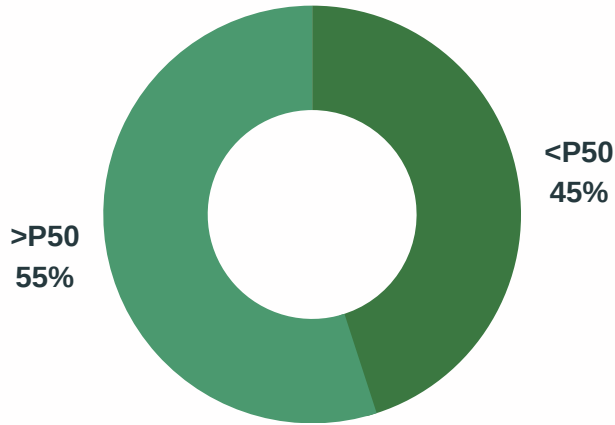
APTIDÃO AERÓBIA

<P50 (ABAIXO DO PERCENTIL 50); >P50 (ACIMA DO PERCENTIL 50)

VAIVÉM ESCOLA – 1º MOMENTO



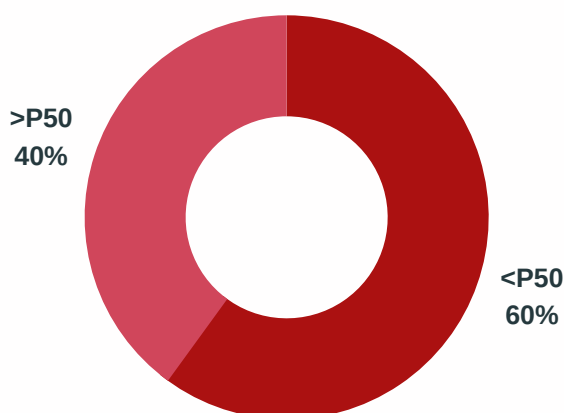
VAIVÉM ESCOLA – 2º MOMENTO



COMPETÊNCIA MOTORA

<P50 (ABAIXO DO PERCENTIL 50); >P50 (ACIMA DO PERCENTIL 50)

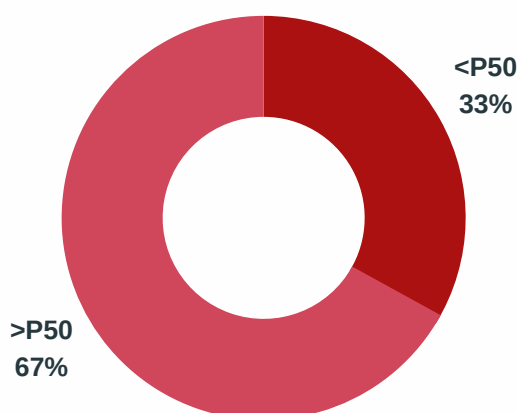
AGILIDADE 4X10 ESCOLA – 1º MOMENTO



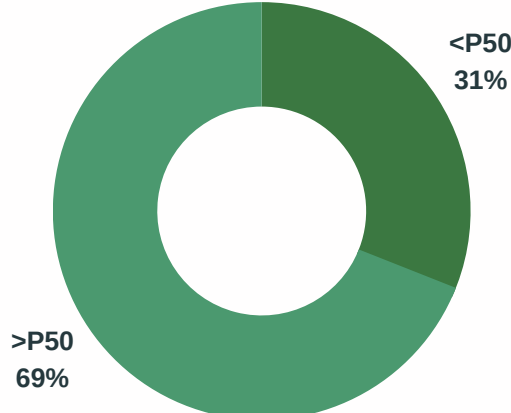
AGILIDADE 4X10 ESCOLA – 2º MOMENTO



IMPULSÃO HORIZONTAL ESCOLA – 1º MOMENTO



IMPULSÃO HORIZONTAL ESCOLA – 2º MOMENTO





Projeto FITescola

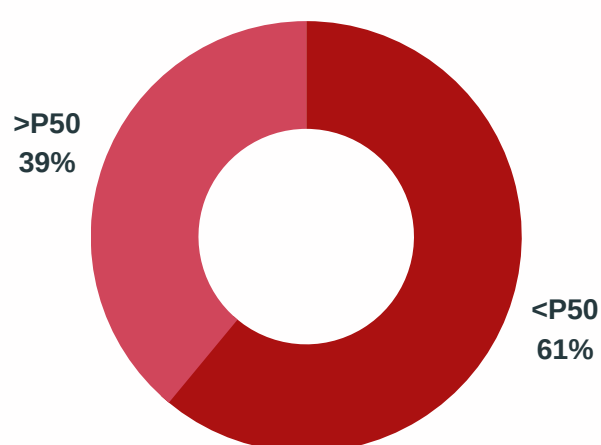
Identificação da expressão da aptidão física e da competência motora da comunidade discente do Ensino Básico - 1º ciclo da AE D. António Taipa

RESULTADOS – 1º E 2º MOMENTOS

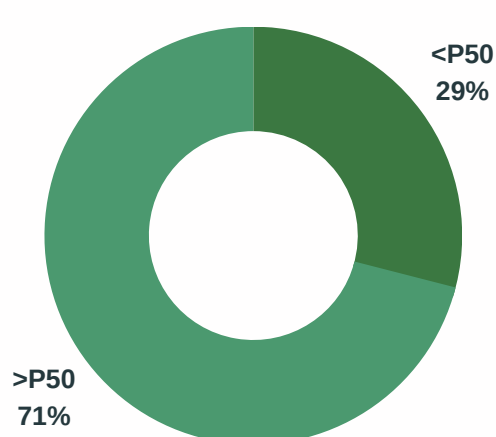
COMPETÊNCIA MOTORA

<P50 (ABAIXO DO PERCENTIL 50); >P50 (ACIMA DO PERCENTIL 50)

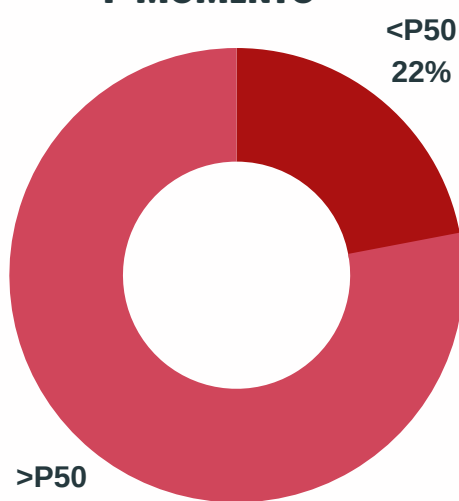
TRANSFERÊNCIAS LATERAIS ESCOLA – 1º MOMENTO



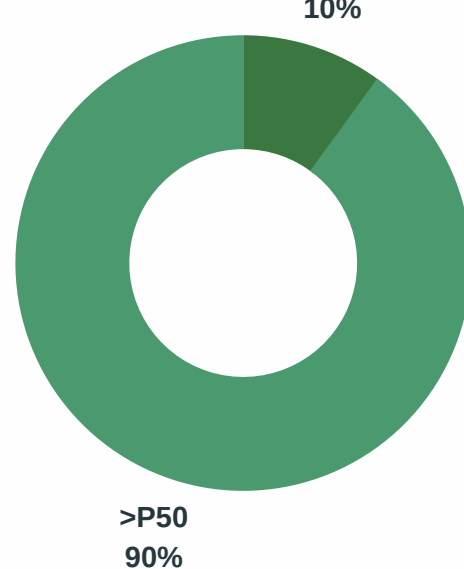
TRANSFERÊNCIAS LATERAIS ESCOLA – 2º MOMENTO



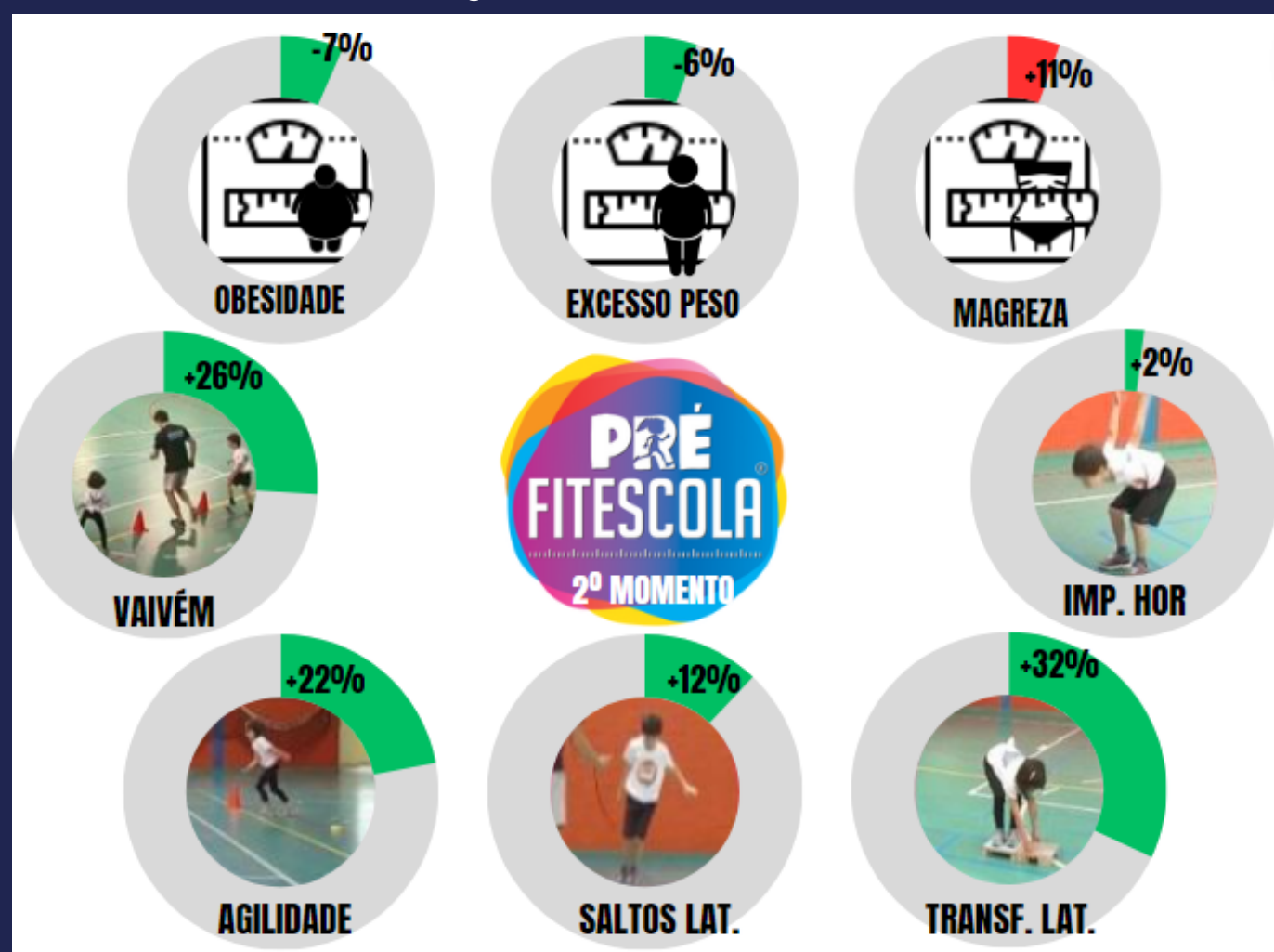
SALTOS LATERAIS ESCOLA – 1º MOMENTO



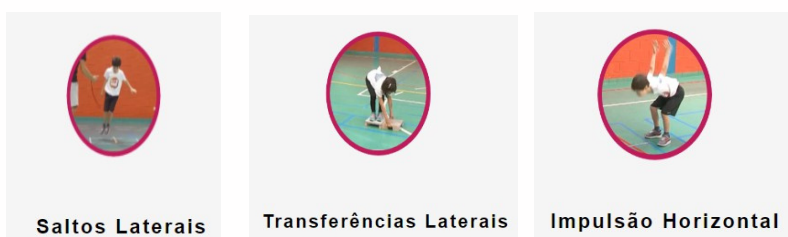
SALTOS LATERAIS ESCOLA – 2º MOMENTO



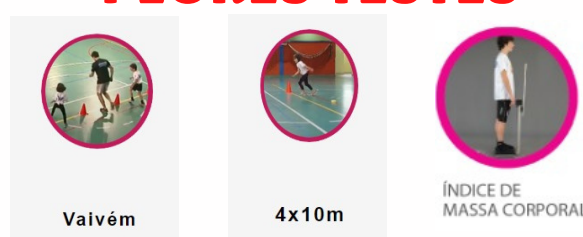
TAXAS DE VARIAÇÃO DOS TESTES PRÉFITESCOLA



MELHORES TESTES



PIORES TESTES



RECOMENDAÇÕES

- Trabalhar a aptidão aeróbia e a agilidade;
- Fazer trabalho de manutenção nos restantes testes de competência motora (Saltos e impulsão).
- Explorar junto dos alunos da importância de um estilo de vida saudável para melhoria do IMC
- Indicar os alunos para a oferta desportiva escolar (formal e informal) e incentivar a que os alunos adiram à iniciativa “Recreios/Intervalos ativos” do Projeto Escola como DEV(s).