

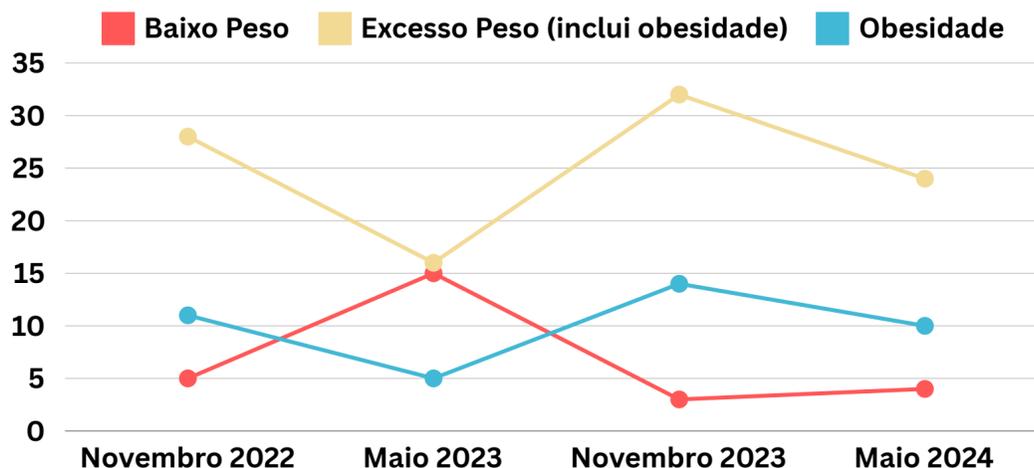
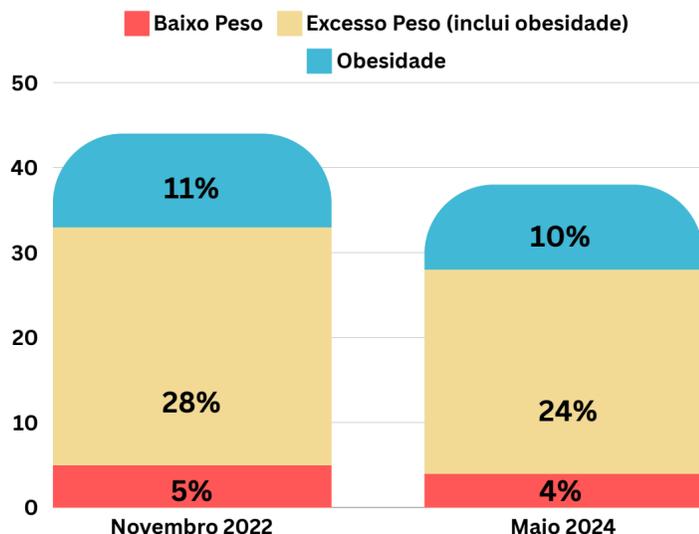
# TESTES PRÉFITESCOLA - 2 ANOS DEPOIS -



**1** COMPOSIÇÃO CORPORAL: 4% dos alunos apresentam baixo peso, 10% apresentam obesidade e 24% excesso de peso (incluindo obesidade).



ÍNDICE DE MASSA CORPORAL

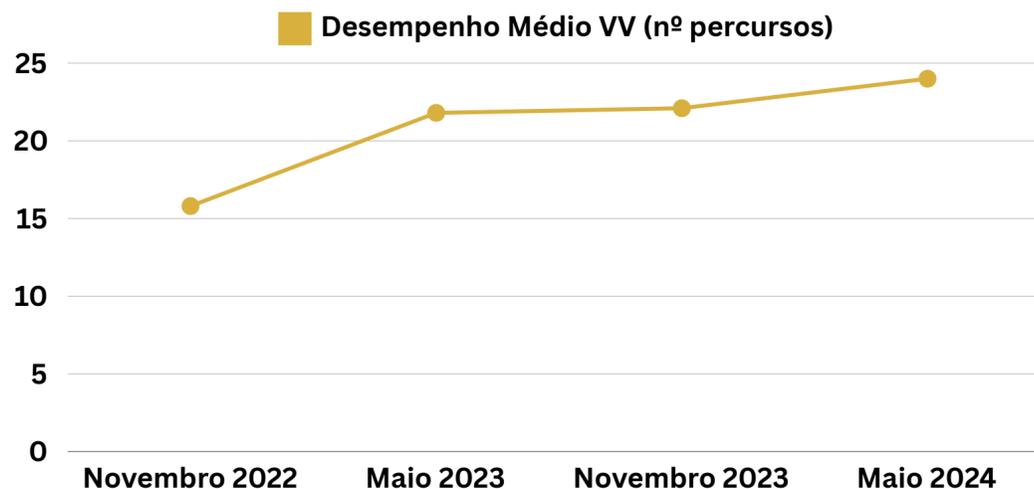
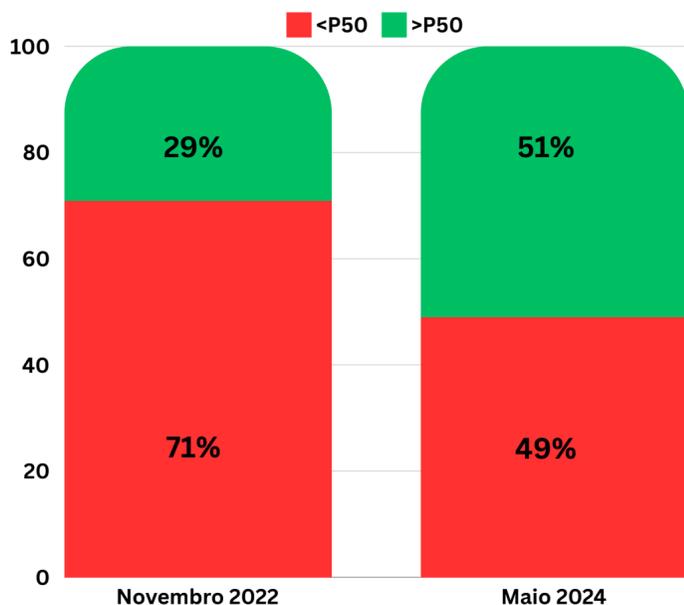


Entre 2022 e 2024 registou-se uma diminuição de 1 p.p. de baixo peso, 4 p.p. de excesso de peso (incluindo obesidade) e 1 p.p. de obesidade.

**2** APTIDÃO AERÓBIA: 51% dos alunos encontra-se acima do percentil 50 (>P50) e o desempenho médio no teste vaivém (VV) situa-se nos 24 percursos.



VAIVÉM

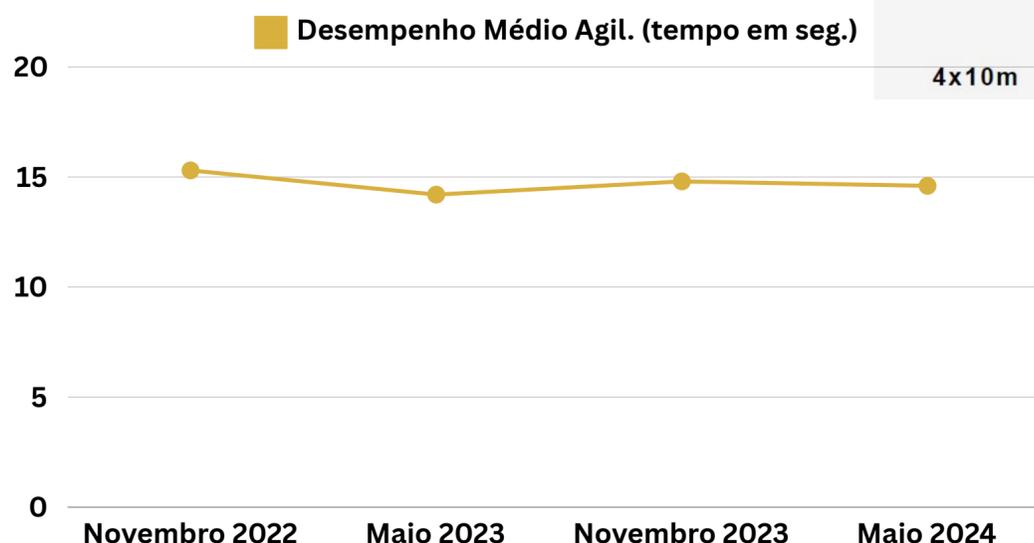
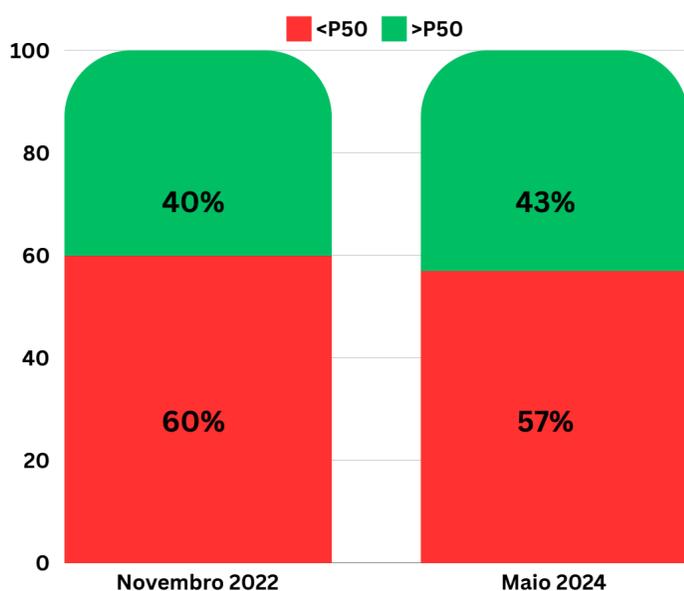


Entre 2022 e 2024 registou-se um aumento de 22 p.p. na % de alunos no >P50 e um aumento médio de 8 percursos no teste de vaivém.

**3** AGILIDADE: 43% dos alunos encontra-se acima do percentil 50 (>P50) e o desempenho médio no teste de agilidade 4x10 m (Agil) situa-se nos 14,6 segundos.



4x10m



Entre 2022 e 2024 registou-se um aumento de 3 p.p. na % de alunos no >P50 e uma diminuição de 0,7 segundos no desempenho médio do teste de agilidade 4x10 m.

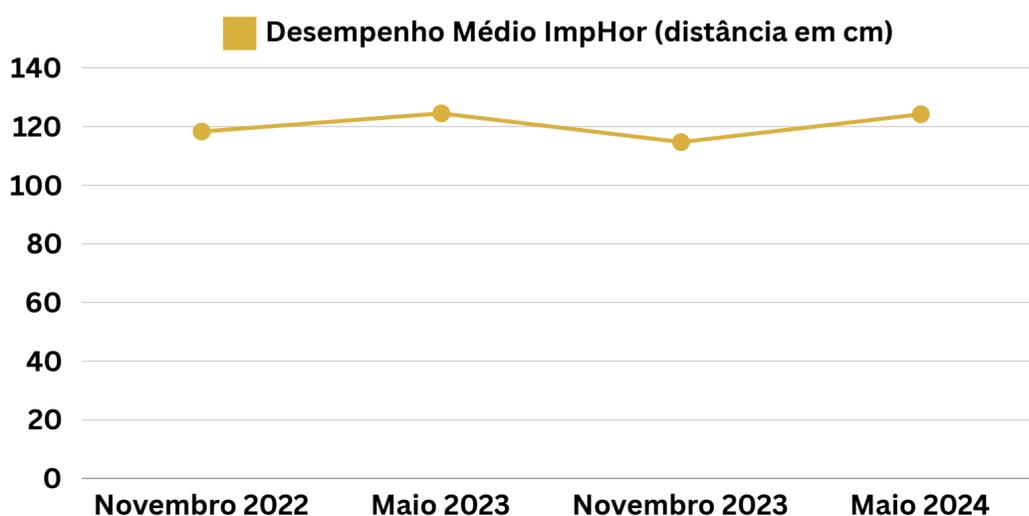
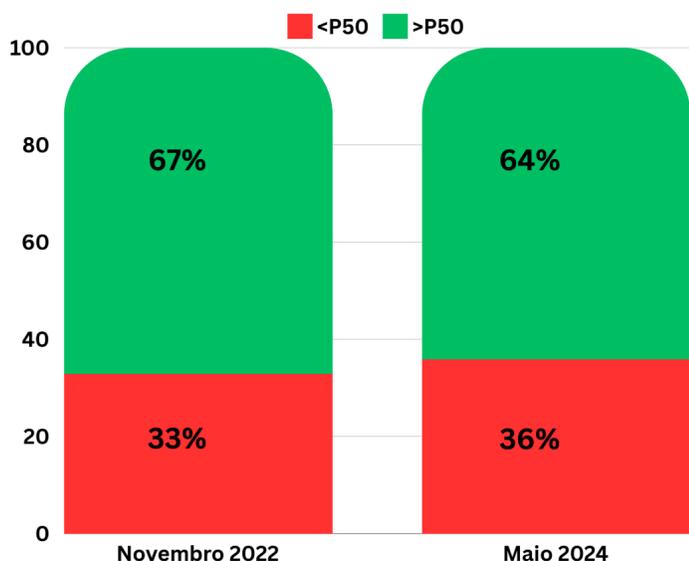
# TESTES PRÉFITESCOLA - 2 ANOS DEPOIS -



**4** IMPULSÃO HORIZONTAL: 64% dos alunos encontra-se acima do percentil 50 (>P50) e o desempenho médio no teste de impulsão horizontal (ImpHor) situa-se nos 124,2 cm.



Impulsão Horizontal

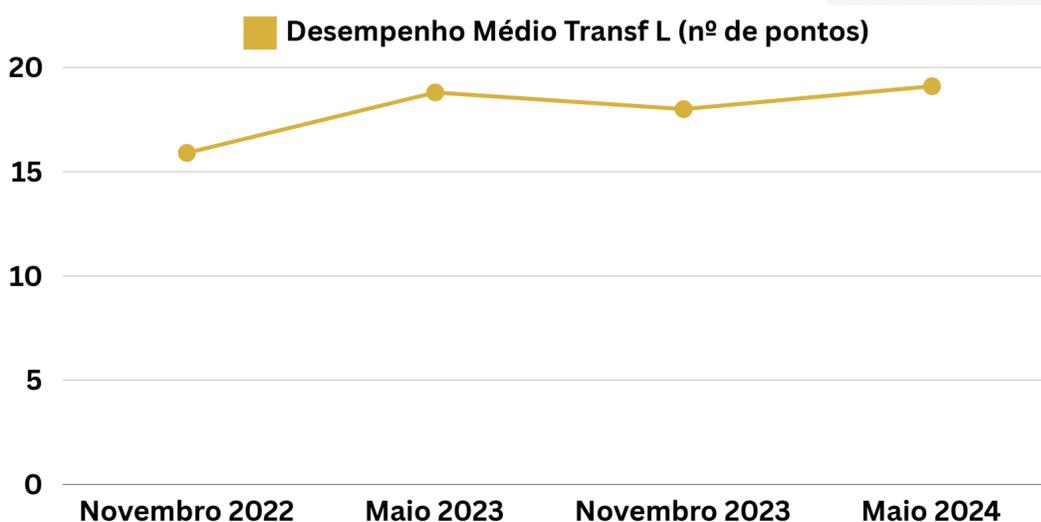
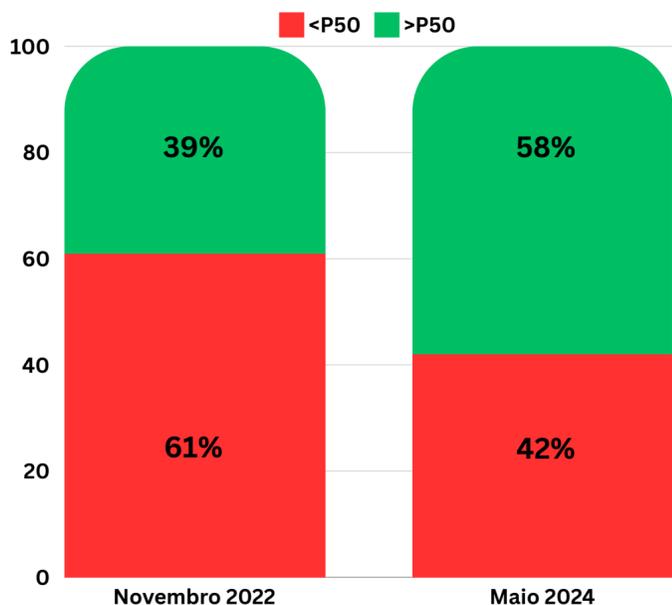


Entre 2022 e 2024 registou-se uma diminuição de 3 p.p. na % de alunos no >P50 e um aumento de 5,9 cm na distância alcançada no teste de impulsão horizontal.

**5** EQUILÍBRIO POSTURAL EM SITUAÇÃO DINÂMICA: 58% dos alunos encontra-se acima do percentil 50 (>P50) e o desempenho médio no teste de transferências laterais (Transf Lat) situa-se nos 19,1 pontos.



Transferências Laterais

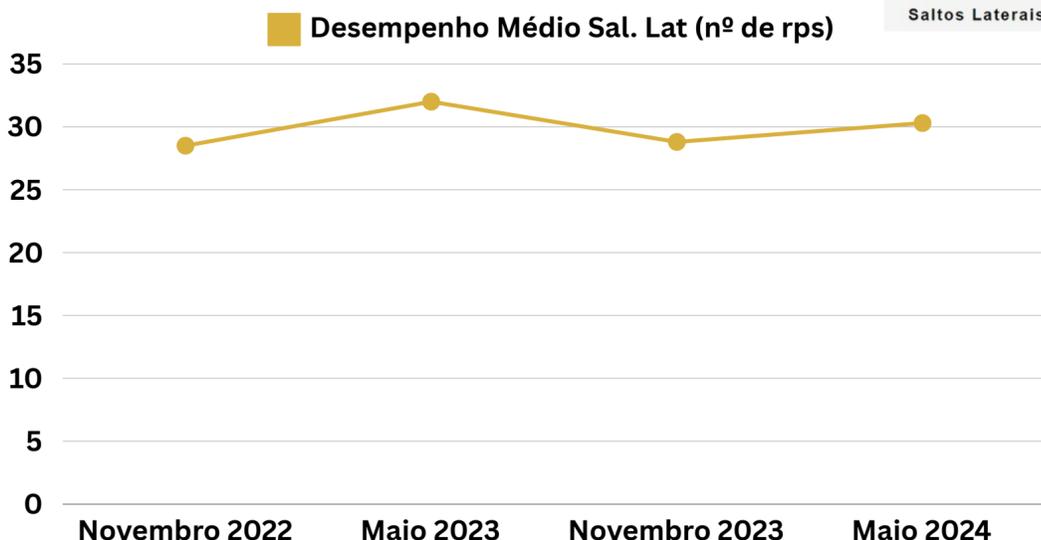
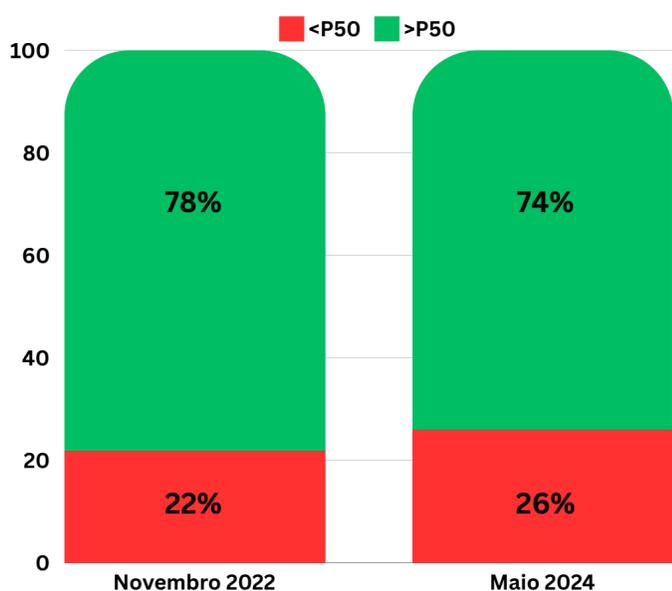


Entre 2022 e 2024 registou-se um aumento de 19 p.p. na % de alunos no >P50 e um aumento médio de 3,2 pontos no teste de transferências laterais.

**6** EQUILÍBRIO DINÂMICO: 74% dos alunos encontra-se acima do percentil 50 (>P50) e o desempenho médio no teste de saltos laterais (Sal. Lat.) situa-se nas 30,3 repetições.



Saltos Laterais



Entre 2022 e 2024 registou-se uma diminuição de 4 p.p. na % de alunos no >P50 e um aumento médio de 1,8 repetições no teste de saltos laterais.