

ANO LETIVO

COMPARAÇÃO TURMA

ESCOLA Básica Nuno Gonçalves

ANO 8

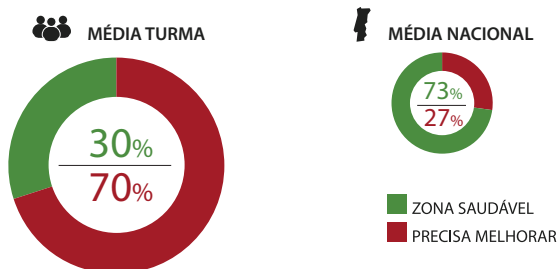
TURMA 1

DATA 30-10-2020

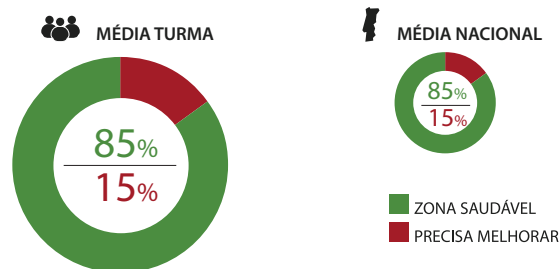
PROFESSOR Vasco Nuno Dias Gonçalves

Este relatório descreve e ilustra os diferentes indicadores da aptidão física, do comportamento sedentário e das atividades físicas e desportivas da turma, permitindo comparar a percentagem de alunos que atingiu a Zona Saudável com os valores da média nacional.

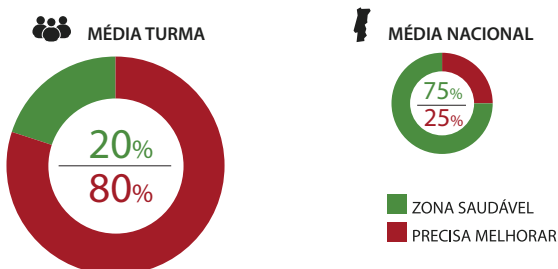
→ IMC - ÍNDICE DE MASSA CORPORAL



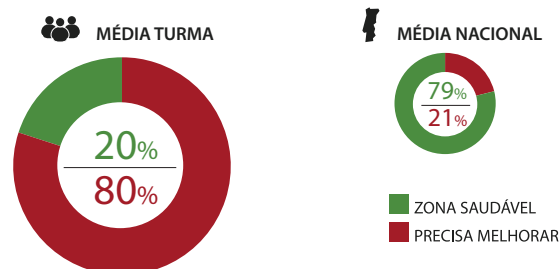
→ PERÍMETRO DA CINTURA



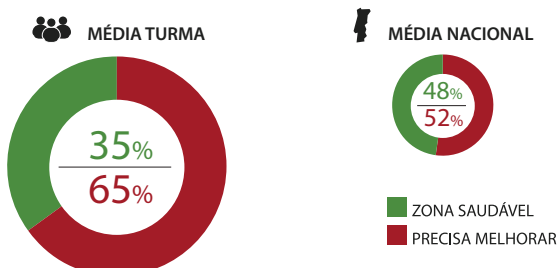
→ VAIVÉM



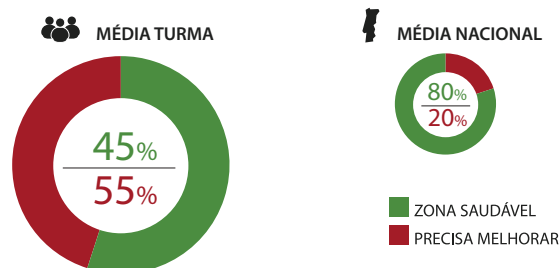
→ ABDOMINAIS



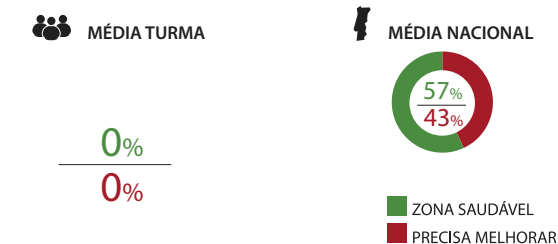
→ FLEXÕES DE BRAÇOS



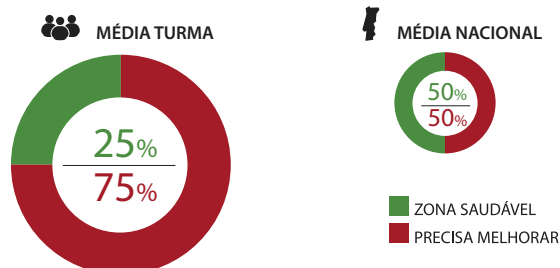
→ IMPULSÃO HORIZONTAL



→ AGILIDADE 4X10M



→ VELOCIDADE 20m



PROGRAMA:



PROMOTORES:



EDUCAÇÃO



ANO LETIVO COMPARAÇÃO TURMA

ESCOLA Básica Nuno Gonçalves

ANO 8

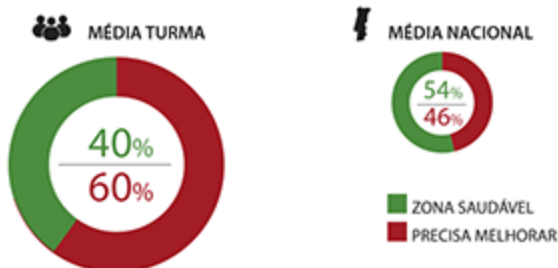
TURMA 1

DATA 30-10-2020

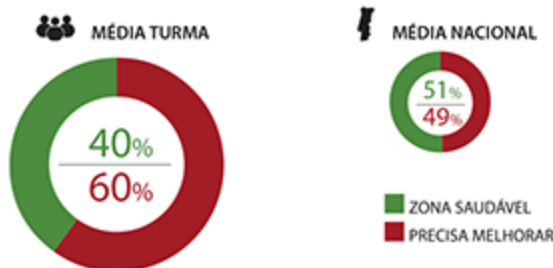
PROFESSOR Vasco Nuno Dias Gonçalves

Este relatório descreve e ilustra os diferentes indicadores da aptidão física, do comportamento sedentário e das atividades físicas e desportivas da turma, permitindo comparar a percentagem de alunos que atingiu a Zona Saudável com os valores da média nacional.

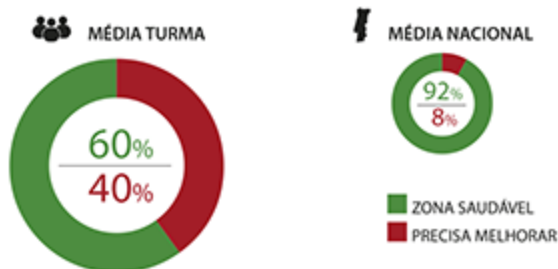
→ FLEXIBILIDADE MEMBROS INFERIORES - DIREITO



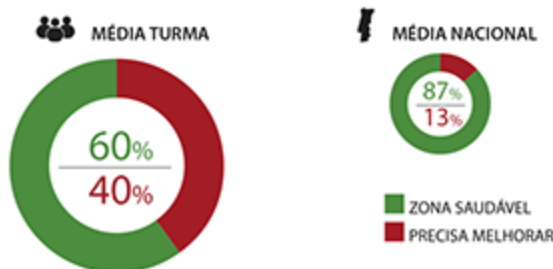
→ PERÍMETRO DA CINTURA



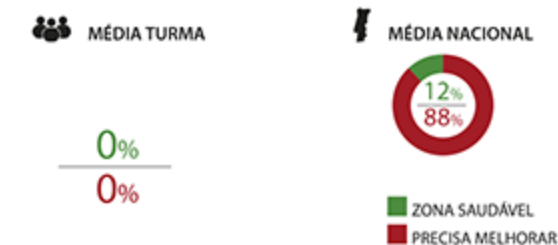
→ VAIVÉM



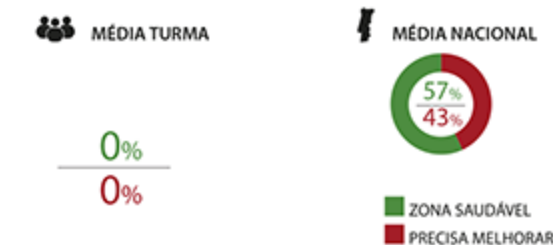
→ ABDOMINAIS



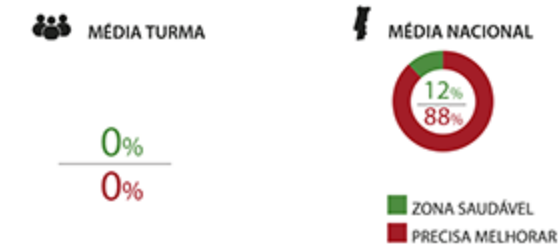
→ FLEXÕES DE BRAÇOS



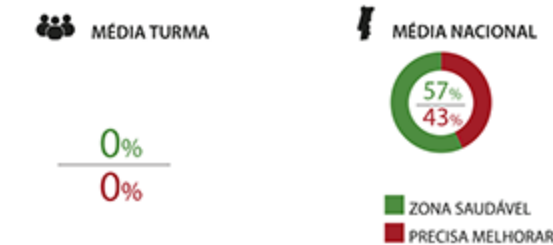
→ IMPULSÃO HORIZONTAL



→ AGILIDADE 4X10M



→ VELOCIDADE 20m



PROGRAMA:



PROMOTORES:



EDUCAÇÃO



ANO LETIVO COMPARAÇÃO TURMA

ESCOLA Básica Nuno Gonçalves

ANO 8 TURMA 1 DATA 30-10-2020

PROFESSOR Vasco Nuno Dias Gonçalves

Este relatório descreve e ilustra os diferentes indicadores da aptidão física, do comportamento sedentário e das atividades físicas e desportivas da turma, permitindo comparar a percentagem de alunos que atingiu a Zona Saudável com os valores da média nacional.

↓ PERTINÊNCIA DO RELATÓRIO

O *FITescola*® tem como doutrina essencial a valorização do conceito de Zona Saudável. Isto é, existe uma amplitude de desempenho nos testes de aptidão física e de opções comportamentais que tendem a proporcionar melhores indicadores de saúde. O principal objetivo é que as crianças e os adolescentes se situem dentro dos valores recomendados.

Este relatório é informativo acerca deste principal objetivo, caracterizando detalhadamente a turma nos diversos indicadores. Os valores próximos do limiar que define a transição da Zona Precisa Melhorar para a Zona Saudável devem merecer uma especial atenção e interpretação por parte dos professores. Uma alteração métrica mínima pode transitar uma criança ou adolescente da Zona Precisa Melhorar para a Zona Saudável e vice-versa. Ou seja, a uma diminuta alteração métrica pode corresponder uma considerável alteração semântica.

PROGRAMA:



PROMOTORES:

REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO

