

■ Fokozott fejlesztés szükséges
■ Fejlesztés szükséges
■ Egészségzóna

Létszám: 150 / 87 fiú, 63 lány
Tanév: 2021/2022

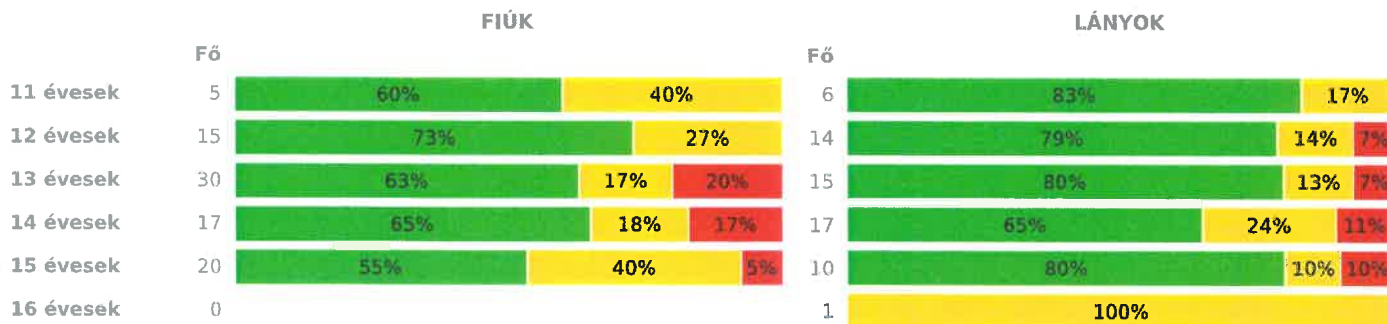


Adatfeltöltöttségi állapot: 99,63 %
Nyomatás dátuma: 2023.10.04 16:00:16

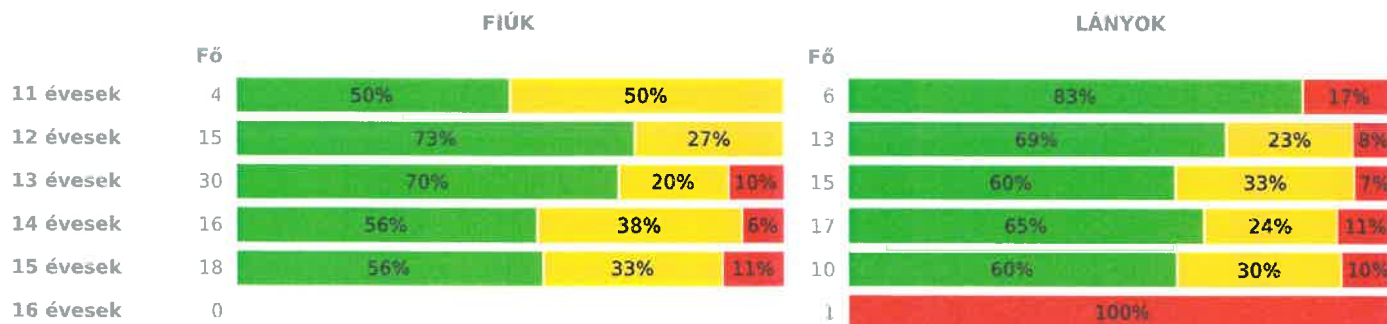
INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

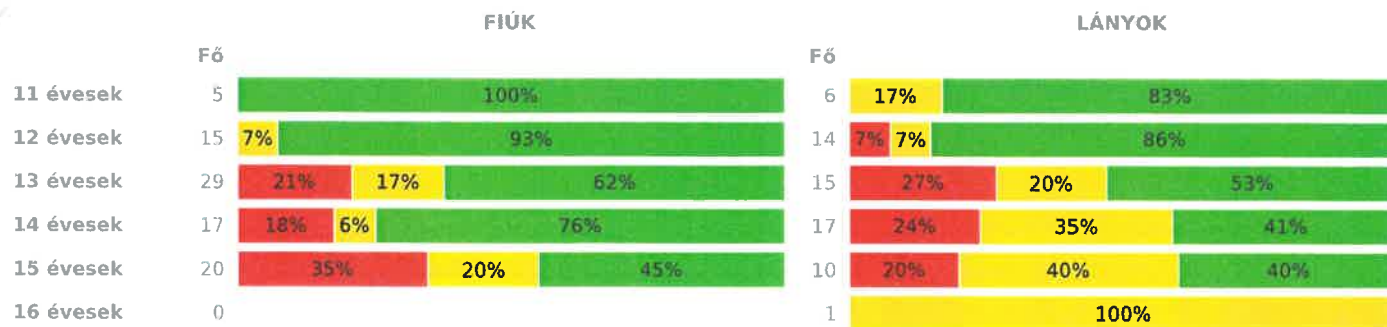


Testzsírszázalék (TZS %)



AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

Állóképességi ingafutás teszt (VO_{2max}: ml/kg/min)



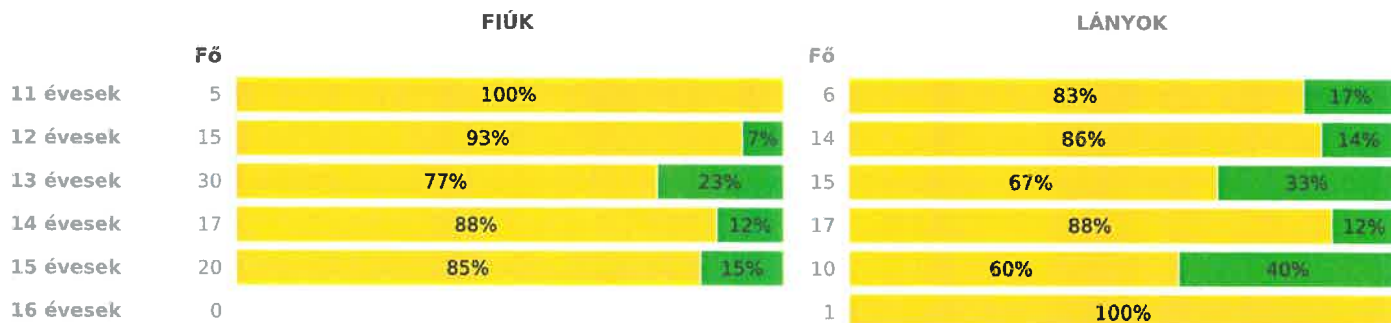
VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

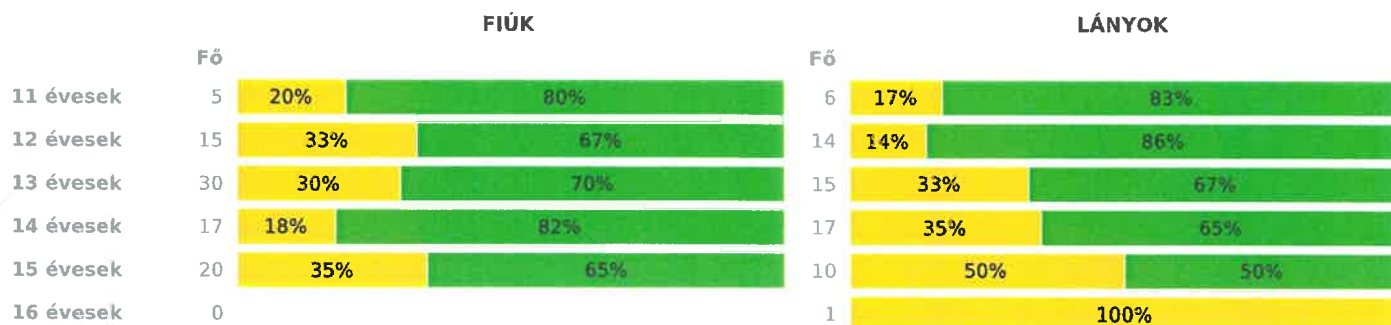




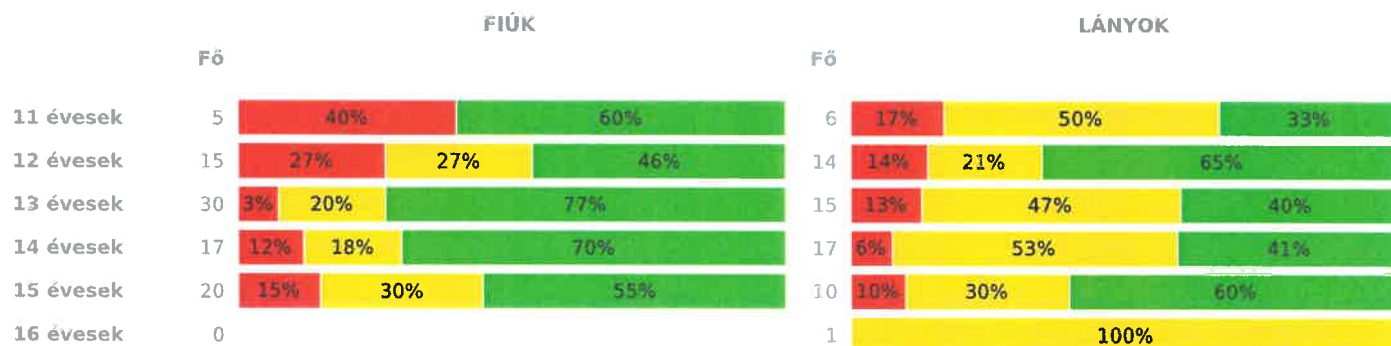
Törzsemelés teszt (cm)



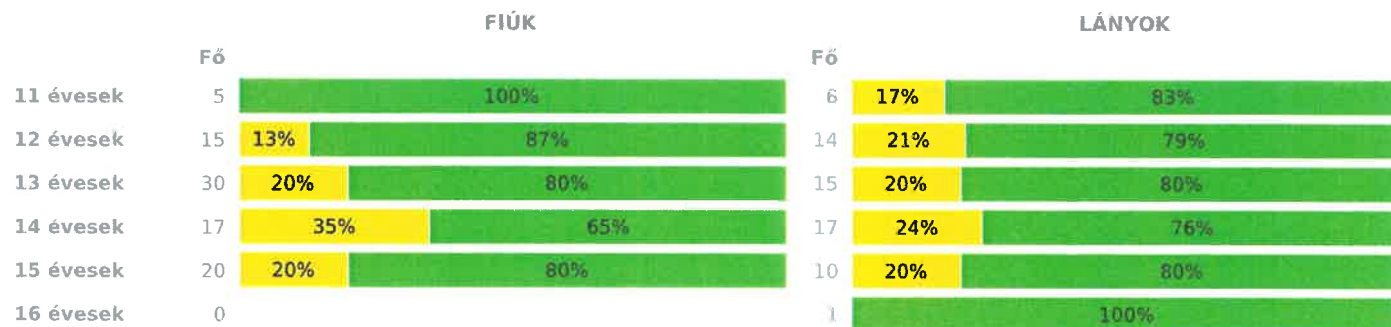
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)

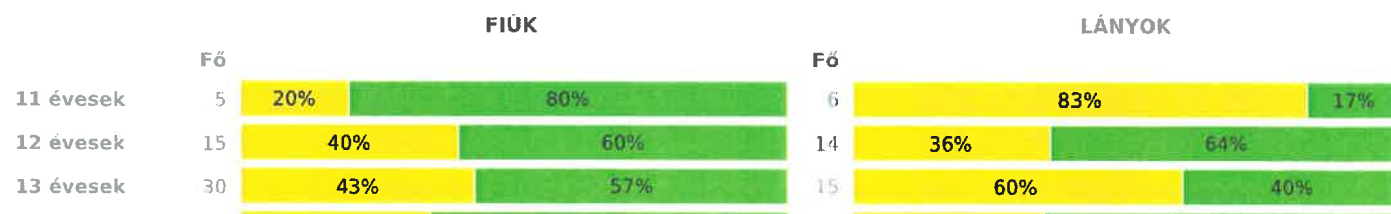


Helyből távolugrás teszt (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)



14 évesek	17	35%	65%	17	35%	65%
15 évesek	20	35%	65%	10	20%	80%
16 évesek	0			1	100%	

Magyar Diáksport Szövetség - 2022



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Bocskaierti Németh László Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola

Létszám: 150 / 87 fiú, 63 lány
Tanév: 2021/2022



Adatfeltöltöttségi állapot: 99,63 %
Nyomtatás dátuma: 2023.10.04 16:00:16

INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	15.94	22.31	18.56	2.80	16.79	24.08	19.51	2.33		3 fő - 27%	8 fő - 73%
12 évesek	13.15	24.57	18.41	3.26	12.80	29.19	19.28	4.48	1 fő - 3%	6 fő - 21%	22 fő - 76%
13 évesek	15.35	36.99	21.89	5.45	13.68	29.90	20.13	4.17	7 fő - 15%	7 fő - 16%	31 fő - 69%
14 évesek	16.19	35.28	22.11	5.02	14.82	35.87	21.77	5.46	5 fő - 14%	7 fő - 21%	22 fő - 65%
15 évesek	15.23	29.82	21.98	4.11	16.41	32.98	21.06	4.66	2 fő - 7%	9 fő - 30%	19 fő - 63%
16 évesek	0	0	0	0	28.68	28.68	28.68	0.00		1 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (Tzs %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	13.90	29.60	21.75	5.86	17.20	34.80	22.05	6.19	1 fő - 10%	2 fő - 20%	7 fő - 70%
12 évesek	4.20	29.40	16.65	7.58	5.70	40.70	22.03	8.72	1 fő - 4%	7 fő - 25%	20 fő - 71%
13 évesek	5.80	39.80	19.96	9.09	6.50	37.60	23.74	7.35	4 fő - 9%	11 fő - 24%	30 fő - 67%
14 évesek	5.00	35.00	19.20	8.87	7.40	47.70	23.94	10.16	3 fő - 9%	10 fő - 30%	20 fő - 61%
15 évesek	5.10	34.80	19.07	9.04	16.80	40.80	27.35	7.34	3 fő - 11%	9 fő - 32%	16 fő - 57%
16 évesek	0	0	0	0	39.70	39.70	39.70	0.00		1 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %	0 %

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

Állóképességi ingafutás teszt (VO_{2max}: ml/kg/min)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	40.26	48.57	44.72	2.70	39.91	44.52	41.67	1.56		1 fő - 9%	10 fő - 91%
12 évesek	39.52	55.94	46.74	4.79	36.97	51.62	43.61	3.80	1 fő - 3%	2 fő - 7%	26 fő - 90%
13 évesek	35.69	56.85	43.84	5.80	34.95	51.27	41.25	4.72	10 fő - 23%	8 fő - 18%	26 fő - 59%
14 évesek	33.77	56.51	45.11	6.63	34.19	51.42	40.18	5.39	7 fő - 21%	7 fő - 21%	20 fő - 59%
15 évesek	34.77	51.80	42.10	4.24	31.91	44.37	38.72	3.46	9 fő - 30%	8 fő - 27%	13 fő - 43%
16 évesek	0	0	0	0	36.01	36.01	36.01	0.00		1 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %	0 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	13,00	55,00	34,80	14,03	16,00	80,00	52,67	20,02	1 fő - 9%	10 fő - 91%
12 évesek	26,00	80,00	49,73	18,70	26,00	80,00	52,14	16,19		29 fő - 100%
13 évesek	20,00	80,00	53,63	18,49	18,00	80,00	47,47	21,03		45 fő - 100%
14 évesek	5,00	80,00	53,41	24,00	20,00	80,00	51,76	22,34	1 fő - 3%	33 fő - 97%
15 évesek	19,00	80,00	60,15	19,03	22,00	80,00	55,80	18,77	1 fő - 3%	29 fő - 97%
16 évesek	0	0	0	0	13,00	13,00	13,00	0,00	1 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	13,50	21,50	18,86	2,89	14,80	23,30	18,98	3,12	10 fő - 91%	1 fő - 9%
12 évesek	12,00	23,20	17,51	3,33	10,20	25,60	16,66	4,56	26 fő - 90%	3 fő - 10%
13 évesek	10,50	27,00	19,18	4,86	11,90	29,50	20,08	5,36	33 fő - 73%	12 fő - 27%
14 évesek	12,00	29,30	18,78	4,34	13,60	28,50	19,65	3,66	30 fő - 88%	4 fő - 12%
15 évesek	7,00	26,00	18,88	4,70	14,10	27,10	21,34	3,89	23 fő - 77%	7 fő - 23%
16 évesek	0	0	0	0	15,50	15,50	15,50	0,00	1 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	7,00	16,00	12,60	3,14	6,00	19,00	11,50	4,50	2 fő - 18%	9 fő - 82%
12 évesek	3,00	33,00	14,67	8,04	1,00	22,00	12,21	5,97	7 fő - 24%	22 fő - 76%
13 évesek	2,00	31,00	15,87	7,64	1,00	23,00	9,47	6,14	14 fő - 31%	31 fő - 69%
14 évesek	1,00	33,00	17,82	7,94	1,00	31,00	10,53	8,34	9 fő - 26%	25 fő - 74%
15 évesek	6,00	23,00	15,20	4,72	2,00	21,00	8,00	5,44	12 fő - 40%	18 fő - 60%
16 évesek	0	0	0	0	1,00	1,00	1,00	0,00	1 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	13,40	28,20	21,28	5,98	15,80	20,20	18,38	1,64	3 fő - 27%	3 fő - 27%	5 fő - 45%
12 évesek	15,40	38,90	21,87	5,46	14,50	32,10	22,48	4,92	6 fő - 21%	7 fő - 24%	16 fő - 55%
13 évesek	17,20	48,40	28,99	6,83	17,20	31,00	23,13	3,81	3 fő - 7%	13 fő - 29%	29 fő - 64%
14 évesek	18,10	74,30	33,96	11,57	19,80	34,50	25,44	4,42	3 fő - 9%	12 fő - 35%	19 fő - 56%
15 évesek	21,40	52,20	35,85	8,49	16,40	31,80	25,90	4,14	4 fő - 13%	9 fő - 30%	17 fő - 57%
16 évesek	0	0	0	0	26,30	26,30	26,30	0,00			1 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	149,00	185,00	163,60	11,88	120,00	161,00	148,50	13,74	1 fő - 9%	10 fő - 91%
12 évesek	128,00	198,00	165,33	18,29	100,00	203,00	156,43	25,54	5 fő - 17%	24 fő - 83%
13 évesek	134,00	223,00	176,50	23,76	103,00	196,00	151,80	25,23	9 fő - 20%	36 fő - 80%
14 évesek	122,00	227,00	183,24	33,85	115,00	204,00	160,82	24,23	10 fő - 29%	24 fő - 71%

15 évesek	92.00	235.00	192.55	33.16	88.00	184.00	150.90	27.84	6 fő - 20%	24 fő - 80%
16 évesek	0	0	0	0	144.00	144.00	144.00	0.00		1 fő - 100%

Összesen: 0 % 0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	11.85	23.75	20.60	4.43	15.40	33.40	22.83	5.92	6 fő - 55%	5 fő - 45%
12 évesek	9.75	26.50	19.97	4.71	19.65	36.05	27.12	4.16	11 fő - 38%	18 fő - 62%
13 évesek	5.65	26.25	20.01	5.19	19.50	33.90	25.75	4.11	22 fő - 49%	23 fő - 51%
14 évesek	5.25	31.90	21.25	6.70	14.50	34.35	26.02	4.90	12 fő - 35%	22 fő - 65%
15 évesek	5.50	49.50	24.60	9.68	18.05	37.00	28.51	4.82	9 fő - 30%	21 fő - 70%
16 évesek	0	0	0	0	23.40	23.40	23.40	0.00	1 fő - 100%	

Összesen: 0 % 0 %