

- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Létszám: **119 / 73 fiú, 46 lány**
Tanév: **2016/2017**

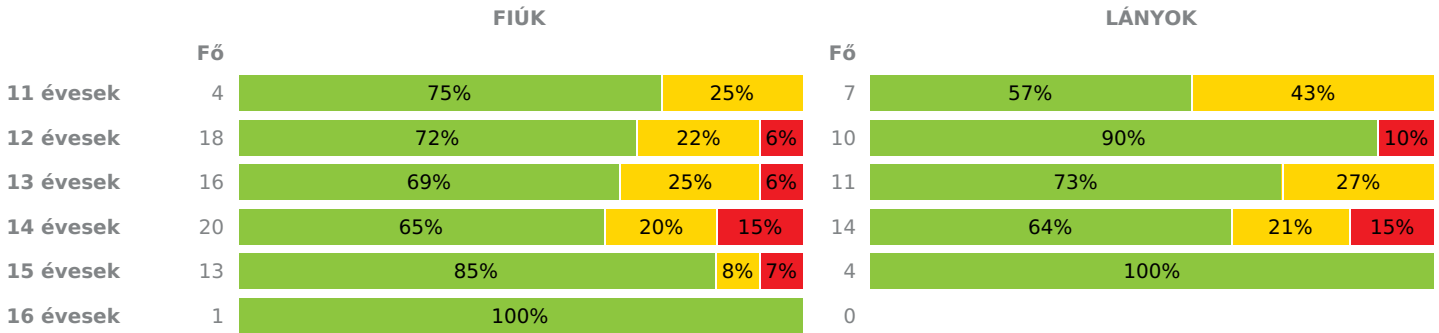


Adatfeltöltöttségi állapot: 98,97 %
Nyomtatás dátuma: 2024.05.06 15:11:41

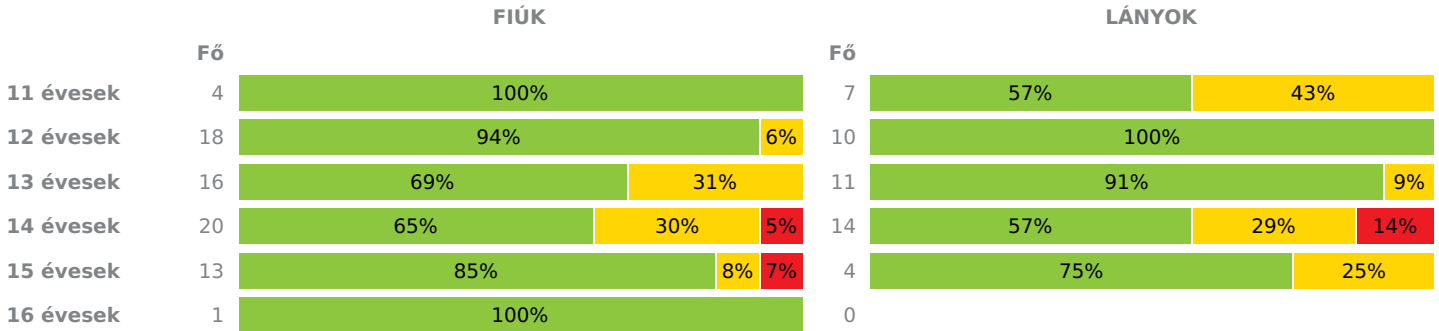
INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

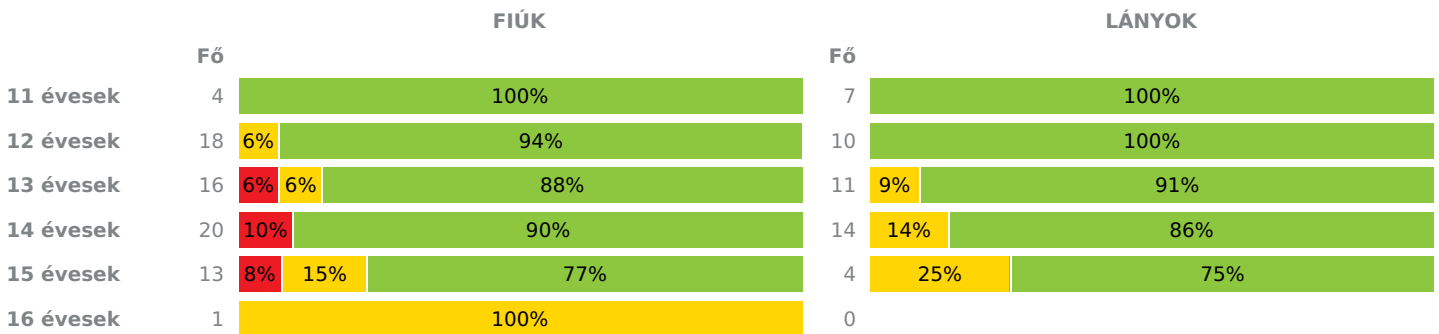


Testzsírszázalék (TZS %)



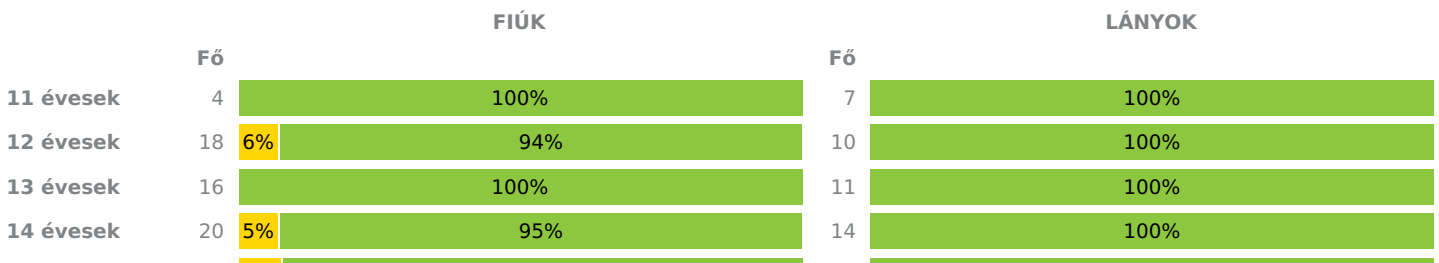
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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



VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)



| | | | | | |
|-----------|----|----|------|---|------|
| 15 évesek | 13 | 8% | 92% | 4 | 100% |
| 16 évesek | 1 | | 100% | 0 | |

Törzsemelés teszt (cm)

| FIÚK | | | | LÁNYOK | | | |
|-----------|----|-----|------|--------|-----|------|--|
| | Fő | | | Fő | | | |
| 11 évesek | 4 | 25% | 75% | 7 | | 100% | |
| 12 évesek | 18 | 17% | 83% | 10 | | 100% | |
| 13 évesek | 16 | 6% | 94% | 11 | 9% | 91% | |
| 14 évesek | 20 | 5% | 95% | 14 | 36% | 64% | |
| 15 évesek | 13 | | 100% | 4 | | 100% | |
| 16 évesek | 1 | | 100% | 0 | | | |

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

| FIÚK | | | | LÁNYOK | | | |
|-----------|----|-----|------|--------|--|------|--|
| | Fő | | | Fő | | | |
| 11 évesek | 4 | | 100% | 7 | | 100% | |
| 12 évesek | 18 | 6% | 94% | 10 | | 100% | |
| 13 évesek | 16 | 19% | 81% | 11 | | 100% | |
| 14 évesek | 20 | 30% | 70% | 14 | | 100% | |
| 15 évesek | 13 | 23% | 77% | 4 | | 100% | |
| 16 évesek | 1 | | 100% | 0 | | | |

Kézi szorítóerő mérése (kg)

| FIÚK | | | | LÁNYOK | | | |
|-----------|----|-----|------|--------|-----|------|--|
| | Fő | | | Fő | | | |
| 11 évesek | 4 | 75% | 25% | 7 | | 100% | |
| 12 évesek | 18 | 22% | 78% | 10 | 20% | 80% | |
| 13 évesek | 16 | 13% | 87% | 11 | | 100% | |
| 14 évesek | 20 | | 100% | 14 | 7% | 93% | |
| 15 évesek | 14 | | 100% | 4 | | 100% | |
| 16 évesek | 1 | | 100% | 0 | | | |

Helyből távolugrás teszt (cm)

| FIÚK | | | | LÁNYOK | | | |
|-----------|----|-----|------|--------|-----|------|--|
| | Fő | | | Fő | | | |
| 11 évesek | 4 | 50% | 50% | 7 | 43% | 57% | |
| 12 évesek | 18 | 39% | 61% | 10 | 10% | 90% | |
| 13 évesek | 16 | 38% | 62% | 11 | | 100% | |
| 14 évesek | 20 | 35% | 65% | 14 | 43% | 57% | |
| 15 évesek | 14 | 21% | 79% | 4 | 25% | 75% | |
| 16 évesek | 1 | | 100% | 0 | | | |

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

| FIÚK | | | | LÁNYOK | | | |
|-----------|----|-----|------|--------|-----|------|--|
| | Fő | | | Fő | | | |
| 11 évesek | 4 | | 100% | 7 | | 100% | |
| 12 évesek | 18 | 17% | 83% | 10 | 10% | 90% | |
| 13 évesek | 16 | 13% | 87% | 8 | | 100% | |

| | | | | | |
|-----------|----|----|------|---|------|
| 14 évesek | 20 | 5% | 95% | 5 | 100% |
| 15 évesek | 13 | | 100% | 4 | 100% |
| 16 évesek | 1 | | 100% | 0 | |

Magyar Diáksport Szövetség - 2017



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Tahitótfalui Pollack Mihály Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola

Létszám: **119 / 73 fiú, 46 lány**
 Tanév: **2016/2017**

Adatfeltöltöttségi állapot: 98,97 %
 Nyomtatás dátuma: 2024.05.06 15:11:41

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 | 15.10 | 22.14 | 17.72 | 2.71 | 16.65 | 23.98 | 20.59 | 2.91 | | 4 fő - 36% | 7 fő - 64% |
| 12 évesek | 15.00 | 29.13 | 19.90 | 3.39 | 13.72 | 30.61 | 18.16 | 4.52 | 2 fő - 7% | 4 fő - 14% | 22 fő - 79% |
| 13 évesek | 14.77 | 31.46 | 20.33 | 4.03 | 15.48 | 26.23 | 19.97 | 3.69 | 1 fő - 4% | 7 fő - 26% | 19 fő - 70% |
| 14 évesek | 15.35 | 34.26 | 21.69 | 4.79 | 16.94 | 33.06 | 20.78 | 7.47 | 5 fő - 14% | 7 fő - 21% | 22 fő - 65% |
| 15 évesek | 15.42 | 38.58 | 21.23 | 5.71 | 17.09 | 21.60 | 19.59 | 1.61 | 1 fő - 6% | 1 fő - 6% | 15 fő - 88% |
| 16 évesek | 19.47 | 19.47 | 19.47 | 0.00 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | 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 | 7.20 | 22.00 | 12.93 | 5.96 | 13.50 | 29.90 | 22.80 | 5.11 | | 3 fő - 27% | 8 fő - 73% |
| 12 évesek | 10.20 | 24.20 | 17.65 | 3.65 | 6.20 | 26.20 | 16.09 | 5.31 | | 1 fő - 4% | 27 fő - 96% |
| 13 évesek | 9.70 | 34.60 | 20.61 | 6.19 | 11.50 | 31.60 | 18.80 | 6.18 | | 6 fő - 22% | 21 fő - 78% |
| 14 évesek | 8.00 | 34.60 | 19.54 | 8.16 | 10.40 | 44.20 | 27.30 | 9.82 | 3 fő - 9% | 10 fő - 29% | 21 fő - 62% |
| 15 évesek | 7.20 | 38.40 | 17.04 | 8.16 | 14.50 | 30.60 | 23.35 | 5.83 | 1 fő - 6% | 2 fő - 12% | 14 fő - 82% |
| 16 évesek | 7.30 | 7.30 | 7.30 | 0.00 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | 1 fő - 100% |
| Összesen: | | | | | | | | | 0 % | 0 % | 0 % |

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

Állóképességi ingafutás teszt (VO₂max: ml/kg/min)

| | FIÚK | | | | LÁNYOK | | | | INTÉZMÉNY | | |
|-----------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|-----------|-------------|--------------|
| | Min. | Max. | Átlag | Szórás | Min. | Max. | Átlag | Szórás | FFSZ | FSZ | EZ |
| 11 évesek | 40.81 | 54.31 | 45.02 | 5.47 | 42.40 | 54.13 | 46.65 | 3.88 | | | 11 fő - 100% |
| 12 évesek | 39.98 | 56.89 | 48.04 | 5.13 | 40.66 | 56.72 | 46.68 | 6.33 | | 1 fő - 4% | 27 fő - 96% |
| 13 évesek | 36.92 | 56.51 | 44.82 | 5.83 | 39.64 | 55.60 | 46.13 | 4.16 | 1 fő - 4% | 2 fő - 7% | 24 fő - 89% |
| 14 évesek | 37.00 | 64.80 | 47.53 | 6.91 | 36.55 | 54.85 | 38.63 | 11.46 | 2 fő - 6% | 2 fő - 6% | 30 fő - 88% |
| 15 évesek | 37.83 | 63.50 | 46.37 | 5.67 | 38.90 | 46.58 | 42.77 | 3.30 | 1 fő - 6% | 3 fő - 18% | 13 fő - 76% |
| 16 évesek | 41.60 | 41.60 | 41.60 | 0.00 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 1 fő - 100% | |

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

| | FIÚK | | | | LÁNYOK | | | | INTÉZMÉNY | |
|-----------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|-----------|--------------|
| | Min. | Max. | Átlag | Szórás | Min. | Max. | Átlag | Szórás | FSZ | EZ |
| 11 évesek | 21.00 | 51.00 | 34.25 | 11.21 | 50.00 | 80.00 | 67.00 | 12.29 | | 11 fő - 100% |
| 12 évesek | 12.00 | 65.00 | 43.22 | 18.59 | 25.00 | 80.00 | 48.50 | 22.59 | 1 fő - 4% | 27 fő - 96% |
| 13 évesek | 20.00 | 74.00 | 32.63 | 11.26 | 28.00 | 80.00 | 44.18 | 22.15 | | 27 fő - 100% |
| 14 évesek | 20.00 | 74.00 | 42.90 | 20.01 | 24.00 | 80.00 | 52.64 | 23.46 | 1 fő - 3% | 33 fő - 97% |
| 15 évesek | 20.00 | 70.00 | 30.38 | 11.79 | 40.00 | 80.00 | 66.75 | 15.71 | 1 fő - 6% | 16 fő - 94% |
| 16 évesek | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 0.00 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 1 fő - 100% |
| Összesen: | | | | | | | | | 0 % | 0 % |

Törzsemelés teszt (cm)

| | FIÚK | | | | LÁNYOK | | | | INTÉZMÉNY | |
|-----------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|------------|--------------|
| | Min. | Max. | Átlag | Szórás | Min. | Max. | Átlag | Szórás | FSZ | EZ |
| 11 évesek | 19.00 | 28.00 | 24.50 | 3.50 | 24.00 | 30.00 | 28.14 | 2.42 | 1 fő - 9% | 10 fő - 91% |
| 12 évesek | 19.50 | 30.00 | 25.19 | 3.00 | 23.00 | 30.00 | 28.20 | 2.23 | 3 fő - 11% | 25 fő - 89% |
| 13 évesek | 21.00 | 30.00 | 26.25 | 2.33 | 22.00 | 30.00 | 28.18 | 2.79 | 2 fő - 7% | 25 fő - 93% |
| 14 évesek | 19.00 | 30.00 | 28.08 | 2.71 | 19.00 | 30.00 | 24.21 | 7.76 | 6 fő - 18% | 28 fő - 82% |
| 15 évesek | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 0.00 | 27.00 | 30.00 | 28.75 | 1.30 | | 17 fő - 100% |
| 16 évesek | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 0.00 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 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 | 8.00 | 17.00 | 13.75 | 3.70 | 13.00 | 17.00 | 14.86 | 1.55 | | 11 fő - 100% |
| 12 évesek | 9.00 | 24.00 | 14.50 | 3.66 | 7.00 | 22.00 | 11.40 | 4.08 | 1 fő - 4% | 27 fő - 96% |
| 13 évesek | 3.00 | 22.00 | 13.19 | 5.36 | 7.00 | 31.00 | 14.45 | 6.24 | 3 fő - 11% | 24 fő - 89% |
| 14 évesek | 6.00 | 27.00 | 15.75 | 5.44 | 7.00 | 20.00 | 9.86 | 4.52 | 6 fő - 18% | 28 fő - 82% |
| 15 évesek | 10.00 | 37.00 | 21.69 | 7.97 | 8.00 | 15.00 | 13.25 | 3.03 | 3 fő - 18% | 14 fő - 82% |
| 16 évesek | 17.00 | 17.00 | 17.00 | 0.00 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 1 fő - 100% |
| Összesen: | | | | | | | | | 0 % | 0 % |

Kézi szorítóerő mérése (kg)

| | FIÚK | | | | LÁNYOK | | | | INTÉZMÉNY | |
|-----------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|------------|--------------|
| | Min. | Max. | Átlag | Szórás | Min. | Max. | Átlag | Szórás | FSZ | EZ |
| 11 évesek | 10.90 | 22.90 | 16.66 | 4.26 | 17.50 | 31.05 | 20.81 | 4.33 | 3 fő - 27% | 8 fő - 73% |
| 12 évesek | 16.15 | 32.15 | 23.27 | 4.61 | 13.90 | 27.05 | 20.26 | 4.66 | 6 fő - 21% | 22 fő - 79% |
| 13 évesek | 16.85 | 42.10 | 27.37 | 7.00 | 15.95 | 30.35 | 23.91 | 4.08 | 2 fő - 7% | 25 fő - 93% |
| 14 évesek | 23.60 | 47.00 | 34.63 | 6.20 | 12.80 | 36.75 | 23.06 | 8.88 | 1 fő - 3% | 33 fő - 97% |
| 15 évesek | 28.85 | 50.70 | 35.88 | 11.71 | 23.55 | 33.60 | 28.41 | 3.84 | | 18 fő - 100% |
| 16 évesek | 28.40 | 28.40 | 28.40 | 0.00 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 1 fő - 100% |
| Összesen: | | | | | | | | | 0 % | 0 % |

Helyből távolugrás teszt (cm)

| | FIÚK | | | | LÁNYOK | | | | INTÉZMÉNY | |
|-----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|------------|-------------|
| | Min. | Max. | Átlag | Szórás | Min. | Max. | Átlag | Szórás | FSZ | EZ |
| 11 évesek | 100.00 | 151.00 | 130.50 | 21.01 | 105.00 | 148.00 | 132.29 | 15.44 | 5 fő - 45% | 6 fő - 55% |
| 12 évesek | 100.00 | 198.00 | 150.11 | 27.58 | 128.00 | 163.00 | 147.70 | 13.51 | 8 fő - 29% | 20 fő - 71% |
| 13 évesek | 128.00 | 212.00 | 163.00 | 26.72 | 136.00 | 183.00 | 159.64 | 13.13 | 6 fő - 22% | 21 fő - 78% |

| | | | | | | | | | | |
|-----------|--------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|-------|-------------|-------------|
| 14 évesek | 110.00 | 220.00 | 174.30 | 31.18 | 110.00 | 185.00 | 129.71 | 40.93 | 13 fő - 38% | 21 fő - 62% |
| 15 évesek | 160.00 | 246.00 | 193.36 | 59.42 | 125.00 | 180.00 | 152.50 | 19.53 | 4 fő - 22% | 14 fő - 78% |
| 16 évesek | 156.00 | 156.00 | 156.00 | 0.00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 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 | 22.50 | 34.50 | 27.54 | 4.38 | 29.90 | 42.75 | 37.43 | 4.37 | | 11 fő - 100% |
| 12 évesek | 15.50 | 38.50 | 27.18 | 5.83 | 24.40 | 41.15 | 35.53 | 5.63 | 4 fő - 14% | 24 fő - 86% |
| 13 évesek | 16.50 | 40.00 | 26.53 | 5.97 | 27.50 | 42.50 | 35.87 | 5.25 | 2 fő - 8% | 22 fő - 92% |
| 14 évesek | 20.00 | 36.00 | 28.40 | 3.79 | 30.50 | 41.50 | 36.90 | 4.50 | 1 fő - 4% | 24 fő - 96% |
| 15 évesek | 25.00 | 39.00 | 31.85 | 4.09 | 36.50 | 45.50 | 39.50 | 3.59 | | 17 fő - 100% |
| 16 évesek | 23.00 | 23.00 | 23.00 | 0.00 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 1 fő - 100% |

Összesen: 0 % 0 %