

- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Létszám: **134 / 79 fiú, 55 lány**
Tanév: **2017/2018**

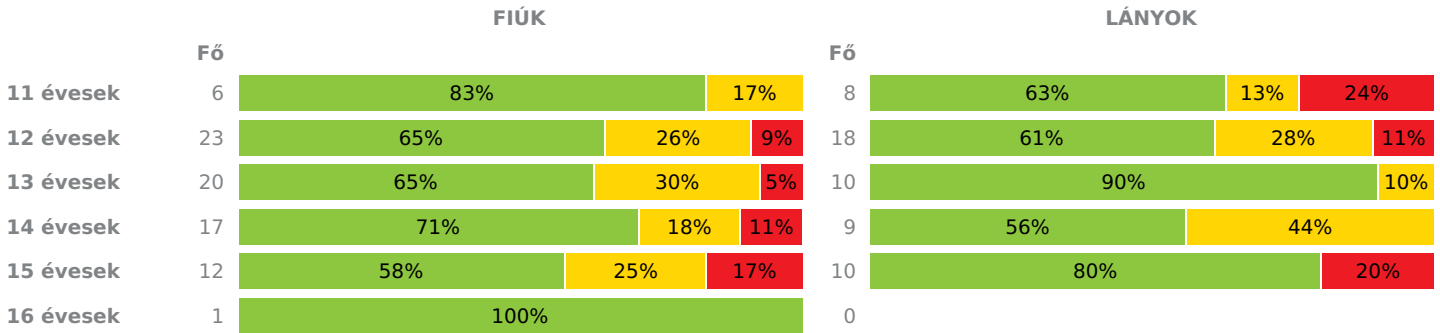


Adatfeltöltöttségi állapot: 94,20 %
Nyomtatás dátuma: 2024.05.06 15:12:21

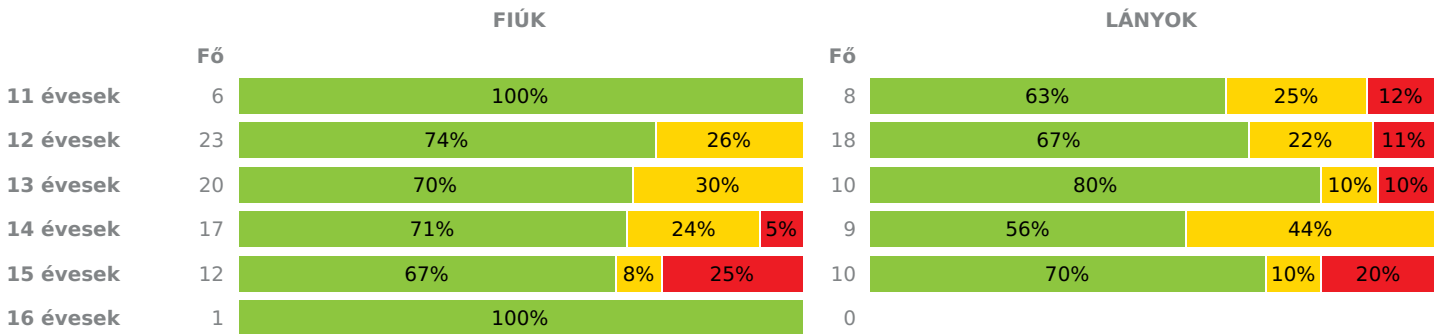
INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

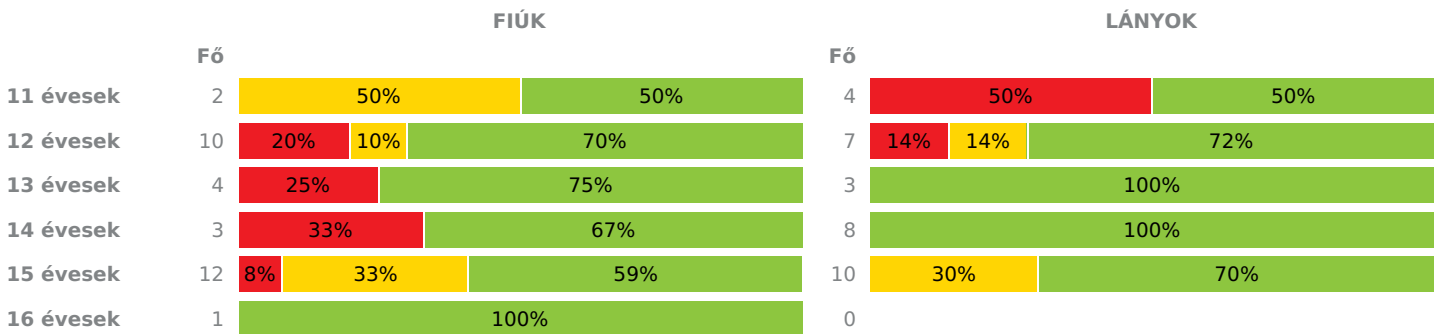


Testzsírszázalék (TZS %)



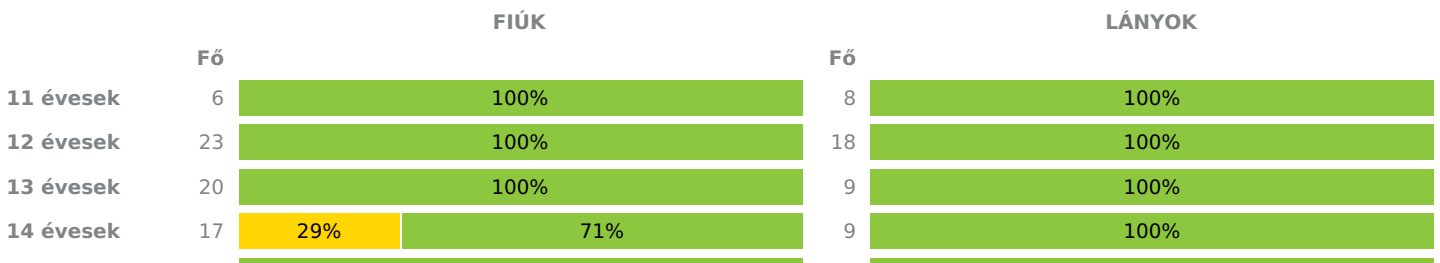
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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



VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)



15 évesek	12	100%	10	100%
16 évesek	1	100%	0	

Törzsemelés teszt (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő		Fő		
11 évesek	6	17% 83%	8	100%	
12 évesek	23	26% 74%	18	22% 78%	
13 évesek	20	5% 95%	9	44% 56%	
14 évesek	17	100%	9	33% 67%	
15 évesek	12	100%	10	30% 70%	
16 évesek	1	100%	0		

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő		Fő		
11 évesek	6	17% 83%	8	38% 62%	
12 évesek	23	9% 91%	18	22% 78%	
13 évesek	20	5% 95%	9	22% 78%	
14 évesek	17	18% 82%	9	11% 89%	
15 évesek	12	42% 58%	10	40% 60%	
16 évesek	1	100%	0		

Kézi szorítóerő mérése (kg)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő		Fő		
11 évesek	6	50% 50%	8	25% 63% 12%	
12 évesek	23	17% 26% 57%	18	22% 22% 56%	
13 évesek	20	15% 25% 60%	9	11% 22% 67%	
14 évesek	17	24% 18% 58%	9	22% 11% 67%	
15 évesek	12	25% 75%	10	30% 30% 40%	
16 évesek	1	100%	0		

Helyből távolugrás teszt (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő		Fő		
11 évesek	6	17% 83%	8	25% 75%	
12 évesek	23	9% 91%	18	11% 89%	
13 évesek	20	20% 80%	9	11% 89%	
14 évesek	17	24% 76%	9	100%	
15 évesek	12	33% 67%	10	10% 90%	
16 évesek	1	100%	0		

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő		Fő		
11 évesek	6	100%	8	100%	
12 évesek	23	100%	18	11% 89%	
13 évesek	20	5% 95%	9	11% 89%	

14 évesek	17	100%	9	100%	
15 évesek	12	25%	75%	10	100%
16 évesek	1	100%	0		

Magyar Diáksport Szövetség - 2018



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

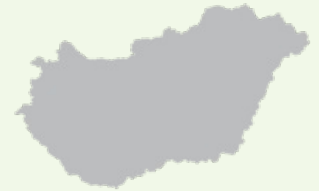
Tahitótfalui Pollack Mihály Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola

Létszám: **134 / 79 fiú, 55 lány**

Tanév: **2017/2018**

Adatfeltöltöttségi állapot: 94,20 %

Nyomtatás dátuma: 2024.05.06 15:12:21



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	15.28	22.23	17.90	2.00	13.79	28.82	20.14	5.00	2 fő - 15%	2 fő - 14%	10 fő - 71%
12 évesek	14.97	32.21	20.15	4.00	14.05	29.66	19.93	4.00	4 fő - 10%	11 fő - 27%	26 fő - 63%
13 évesek	15.07	27.75	20.73	3.00	14.14	27.58	18.94	3.00	1 fő - 4%	7 fő - 23%	22 fő - 73%
14 évesek	14.89	32.32	21.73	4.00	16.18	26.66	22.13	3.00	2 fő - 8%	7 fő - 27%	17 fő - 65%
15 évesek	16.62	36.85	23.42	6.00	18.06	46.38	23.56	8.00	4 fő - 18%	3 fő - 14%	15 fő - 68%
16 évesek	21.45	21.45	21.45	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	6.00	21.90	17.52	5.00	5.10	42.70	20.85	11.00	1 fő - 7%	2 fő - 14%	11 fő - 79%
12 évesek	5.10	32.50	17.80	8.00	9.00	38.80	21.73	8.00	2 fő - 5%	10 fő - 24%	29 fő - 71%
13 évesek	7.40	32.10	18.42	7.00	6.20	40.30	20.86	8.00	1 fő - 4%	7 fő - 23%	22 fő - 73%
14 évesek	5.70	37.70	19.14	8.00	12.30	35.50	23.99	8.00	1 fő - 4%	8 fő - 31%	17 fő - 65%
15 évesek	7.20	37.60	19.05	10.00	19.40	43.40	28.78	7.00	5 fő - 23%	2 fő - 9%	15 fő - 68%
16 évesek	12.40	12.40	12.40	0.00	0	0	0	0			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	38.95	46.53	42.74	3.00	36.64	45.84	41.00	4.00	2 fő - 33%	1 fő - 17%	3 fő - 50%
12 évesek	35.62	58.51	43.58	7.00	36.91	45.86	40.91	2.00	3 fő - 18%	2 fő - 12%	12 fő - 71%
13 évesek	37.43	45.72	41.86	2.00	40.64	56.60	46.18	7.00	1 fő - 14%		6 fő - 86%
14 évesek	38.06	43.52	41.44	2.00	40.46	53.77	48.28	4.00	1 fő - 9%		10 fő - 91%
15 évesek	33.87	44.28	42.22	2.00	38.37	48.44	37.36	12.00	1 fő - 5%	7 fő - 32%	14 fő - 64%
16 évesek	44.39	44.39	44.39	0.00	0	0	0	0			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	17.00	80.00	33.50	22.00	18.00	80.00	34.38	20.00		14 fő - 100%
12 évesek	16.00	80.00	35.78	24.00	18.00	80.00	62.33	25.00		41 fő - 100%
13 évesek	19.00	80.00	25.55	12.00	33.00	80.00	70.44	15.00		29 fő - 100%
14 évesek	14.00	27.00	23.47	3.00	45.00	80.00	72.33	12.00	5 fő - 19%	21 fő - 81%
15 évesek	24.00	27.00	25.67	0.00	29.00	78.00	55.10	16.00		22 fő - 100%
16 évesek	28.00	28.00	28.00	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	20.00	29.00	25.00	3.00	23.00	29.00	25.88	2.00	1 fő - 7%	13 fő - 93%
12 évesek	18.00	30.00	24.52	3.00	20.00	30.00	26.11	3.00	10 fő - 24%	31 fő - 76%
13 évesek	20.00	29.00	25.30	2.00	14.00	28.00	23.72	4.00	5 fő - 17%	24 fő - 83%
14 évesek	24.00	28.00	26.00	1.00	15.00	29.00	24.11	4.00	3 fő - 12%	23 fő - 88%
15 évesek	23.00	29.00	26.42	1.00	20.50	28.80	26.05	3.00	3 fő - 14%	19 fő - 86%
16 évesek	24.00	24.00	24.00	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	2.00	33.00	14.33	9.00	2.00	12.00	6.50	2.00	4 fő - 29%	10 fő - 71%
12 évesek	3.00	28.00	11.96	5.00	2.00	30.00	11.56	6.00	6 fő - 15%	35 fő - 85%
13 évesek	2.00	30.00	13.70	5.00	2.00	30.00	12.67	8.00	3 fő - 10%	26 fő - 90%
14 évesek	2.00	30.00	14.65	5.00	5.00	35.00	19.44	8.00	4 fő - 15%	22 fő - 85%
15 évesek	10.00	26.00	15.92	3.00	3.00	25.00	10.50	7.00	9 fő - 41%	13 fő - 59%
16 évesek	19.00	19.00	19.00	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	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	18.35	41.60	25.28	8.00	15.15	24.75	17.48	2.00	2 fő - 14%	8 fő - 57%	4 fő - 29%
12 évesek	12.95	56.00	25.72	10.00	13.95	32.10	22.49	5.00	8 fő - 20%	10 fő - 24%	23 fő - 56%
13 évesek	16.75	53.30	30.50	9.00	14.25	43.00	26.64	7.00	4 fő - 14%	7 fő - 24%	18 fő - 62%
14 évesek	20.45	46.95	31.02	7.00	18.25	37.00	27.02	5.00	6 fő - 23%	4 fő - 15%	16 fő - 62%
15 évesek	31.15	48.55	37.83	5.00	20.00	38.70	25.73	5.00	3 fő - 14%	6 fő - 27%	13 fő - 59%
16 évesek	38.55	38.55	38.55	0.00	0	0	0	0		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	129.00	206.00	167.67	23.00	112.00	150.00	133.75	10.00	3 fő - 21%	11 fő - 79%
12 évesek	115.00	200.00	161.57	19.00	115.00	180.00	150.89	18.00	4 fő - 10%	37 fő - 90%
13 évesek	129.00	224.00	174.00	24.00	130.00	190.00	157.22	18.00	5 fő - 17%	24 fő - 83%
14 évesek	52.00	215.00	172.59	36.00	147.00	210.00	165.67	19.00	4 fő - 15%	22 fő - 85%

15 évesek	125.00	223.00	183.33	32.00	123.00	189.00	153.90	17.00	5 fő - 23%	17 fő - 77%
16 évesek	186.00	186.00	186.00	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	26.00	34.50	29.50	2.00	24.00	36.00	30.44	4.00		14 fő - 100%
12 évesek	20.50	37.65	28.09	4.00	21.00	51.00	33.49	7.00	2 fő - 5%	39 fő - 95%
13 évesek	17.50	36.00	26.72	4.00	24.00	44.00	35.39	6.00	2 fő - 7%	27 fő - 93%
14 évesek	25.50	39.50	31.09	4.00	30.00	50.00	39.96	5.00		26 fő - 100%
15 évesek	15.00	37.00	25.25	5.00	30.45	47.40	35.63	5.00	3 fő - 14%	19 fő - 86%
16 évesek	29.50	29.50	29.50	0.00	0	0	0	0		1 fő - 100%

Összesen: 0 % 0 %