

- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Létszám: **149 / 82 fiú, 67 lány**
Tanév: **2019/2020**



Adatfeltöltöttségi állapot: 36,02 %
Nyomtatás dátuma: 2024.05.06 15:14:04

INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

	FIÚK		LÁNYOK		
	Fő		Fő		
12 évesek	0		6	67%	17% 16%
13 évesek	0		16	75%	13% 12%
14 évesek	0		6	67%	17% 16%

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK		LÁNYOK		
	Fő		Fő		
12 évesek	0		6	67%	17% 16%
13 évesek	0		16	88%	12%
14 évesek	0		7	29%	57% 14%

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK		LÁNYOK	
	Fő		Fő	
12 évesek	0		6	17% 83%
13 évesek	0		9	11% 89%

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

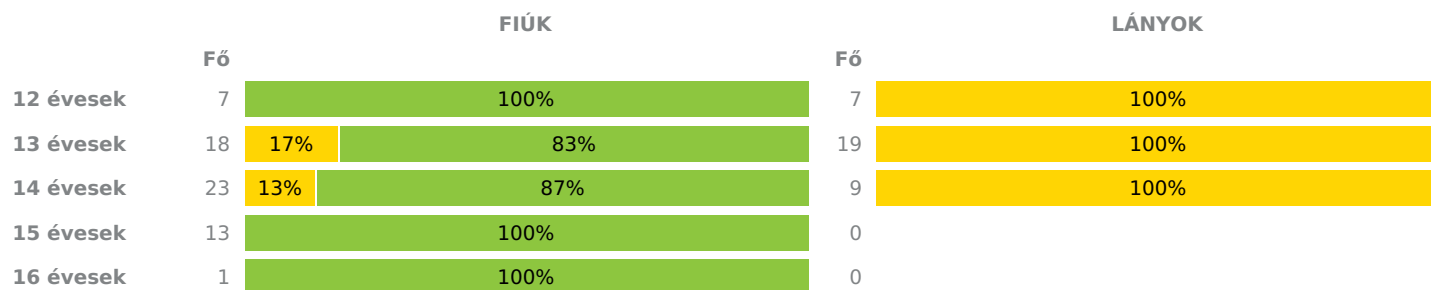
Ütemezett hasizom teszt (db)

	FIÚK		LÁNYOK	
	Fő		Fő	
12 évesek	7	100%	7	100%
13 évesek	18	17% 83%	19	100%
14 évesek	23	13% 87%	9	100%
15 évesek	13	8% 92%	0	
16 évesek	1	100%	0	

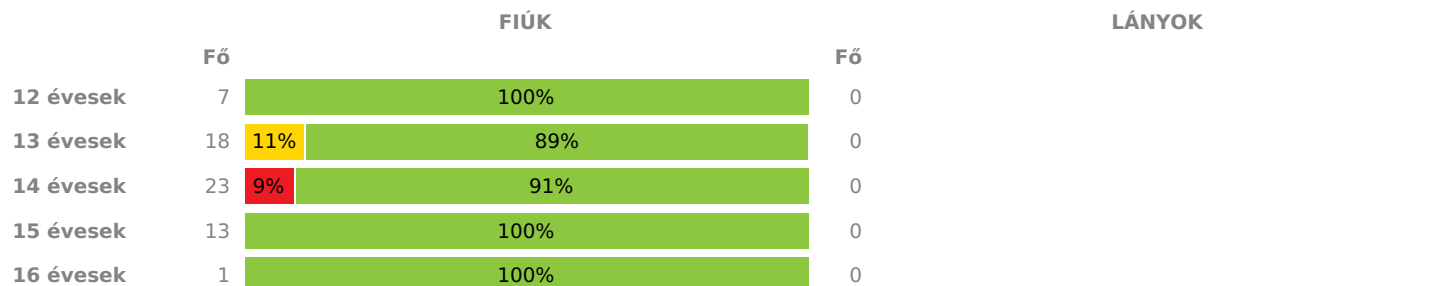
Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK		LÁNYOK	
	Fő		Fő	
12 évesek	7	100%	0	
13 évesek	18	100%	0	
14 évesek	23	100%	0	
15 évesek	13	100%	0	
16 évesek	1	100%	0	

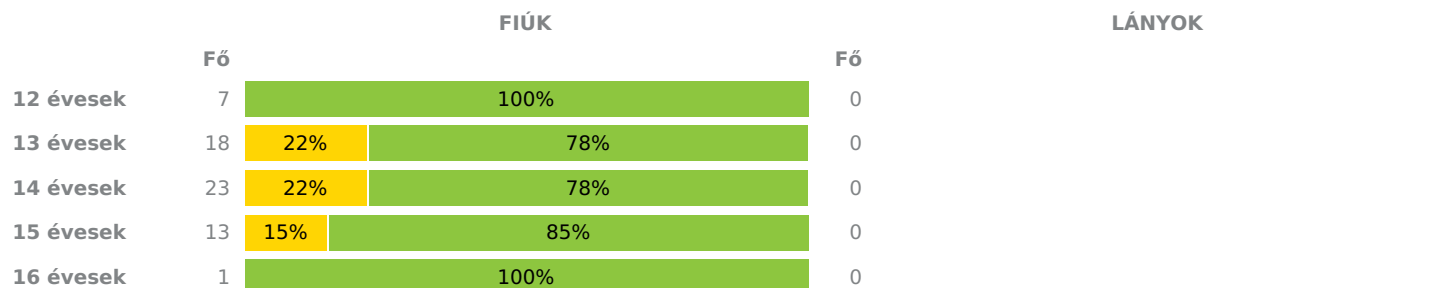
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)

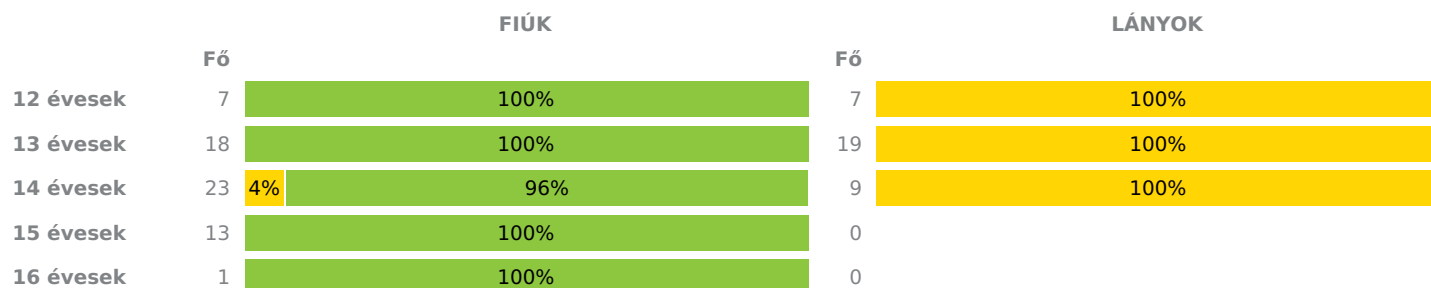


Helyből távolugrás teszt (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)



Magyar Diáksport Szövetség - 2020



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Tahitótfalui Pollack Mihály Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola

Létszám: 149 / 82 fiú, 67 lány

Tanév: 2019/2020

Adatfeltöltöttségi állapot: 36,02 %

Nyomtatás dátuma: 2024.05.06 15:14:04



INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
12 évesek	0	0	0	0	15.44	29.61	20.76	4.82	1 fő - 16%	1 fő - 17%	4 fő - 67%
13 évesek	0	0	0	0	14.62	42.11	21.26	7.14	2 fő - 12%	2 fő - 13%	12 fő - 75%
14 évesek	0	0	0	0	17.69	30.05	22.65	4.72	1 fő - 16%	1 fő - 17%	4 fő - 67%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
12 évesek	0	0	0	0	11.70	40.50	23.53	10.19	1 fő - 16%	1 fő - 17%	4 fő - 67%
13 évesek	0	0	0	0	13.30	46.70	23.11	8.40	2 fő - 12%		14 fő - 88%
14 évesek	0	0	0	0	16.70	40.10	29.04	7.74	1 fő - 14%	4 fő - 57%	2 fő - 29%
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	FSZ	EZ
12 évesek	0	0	0	0	0	0	0	0.00	1 fő - 17%	5 fő - 83%
13 évesek	0	0	0	0	0	0	0	0.00	1 fő - 11%	8 fő - 89%
Összesen:									0 %	0 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
12 évesek	19.00	23.00	20.71	1.28	0	0	0	0.00	7 fő - 50%	7 fő - 50%
13 évesek	20.00	28.00	22.22	1.93	0.00	0.00	0.00	0.00	22 fő - 59%	15 fő - 41%
14 évesek	13.00	34.00	24.96	4.36	0.00	0.00	0.00	0.00	12 fő - 38%	20 fő - 63%
15 évesek	14.00	36.00	27.38	5.08	0	0	0	0	1 fő - 8%	12 fő - 92%
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
12 évesek	24.00	28.00	25.14	1.36	0	0	0	0		7 fő - 100%
13 évesek	24.00	29.00	25.61	1.42	0	0	0	0		18 fő - 100%
14 évesek	24.00	30.00	26.83	1.46	0	0	0	0		23 fő - 100%
15 évesek	25.00	30.00	27.46	1.50	0	0	0	0		13 fő - 100%
16 évesek	28.00	28.00	28.00	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
12 évesek	11.00	16.00	12.57	1.50	0	0	0	0.00	7 fő - 50%	7 fő - 50%

13 évesek	6.00	18.00	12.83	2.34	0.00	0.00	0.00	0.00	22 fő - 59%	15 fő - 41%
14 évesek	10.00	25.00	16.04	3.28	0.00	0.00	0.00	0.00	12 fő - 38%	20 fő - 63%
15 évesek	14.00	30.00	20.62	4.63	0	0	0	0		13 fő - 100%
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	FFSZ	FSZ	EZ
12 évesek	24.00	33.00	27.57	2.87	0	0	0	0			7 fő - 100%
13 évesek	24.00	34.00	29.06	3.22	0	0	0	0		2 fő - 11%	16 fő - 89%
14 évesek	16.00	63.00	35.52	9.77	0	0	0	0	2 fő - 9%		21 fő - 91%
15 évesek	33.00	57.00	42.31	6.13	0	0	0	0			13 fő - 100%
16 évesek	37.00	37.00	37.00	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
12 évesek	152.00	164.00	156.14	3.83	0	0	0	0		7 fő - 100%
13 évesek	140.00	190.00	161.06	10.47	0	0	0	0	4 fő - 22%	14 fő - 78%
14 évesek	148.00	188.00	170.70	8.98	0	0	0	0	5 fő - 22%	18 fő - 78%
15 évesek	150.00	204.00	182.62	13.32	0	0	0	0	2 fő - 15%	11 fő - 85%
16 évesek	185.00	185.00	185.00	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
12 évesek	21.50	24.00	22.64	0.95	0	0	0	0.00	7 fő - 50%	7 fő - 50%
13 évesek	21.00	32.50	24.81	2.54	0.00	0.00	0.00	0.00	19 fő - 51%	18 fő - 49%
14 évesek	12.11	41.50	28.20	5.50	0.00	0.00	0.00	0.00	10 fő - 31%	22 fő - 69%
15 évesek	25.00	35.50	28.92	3.38	0	0	0	0		13 fő - 100%
16 évesek	25.50	25.50	25.50	0.00	0	0	0	0		1 fő - 100%

Összesen: 0 % 0 %