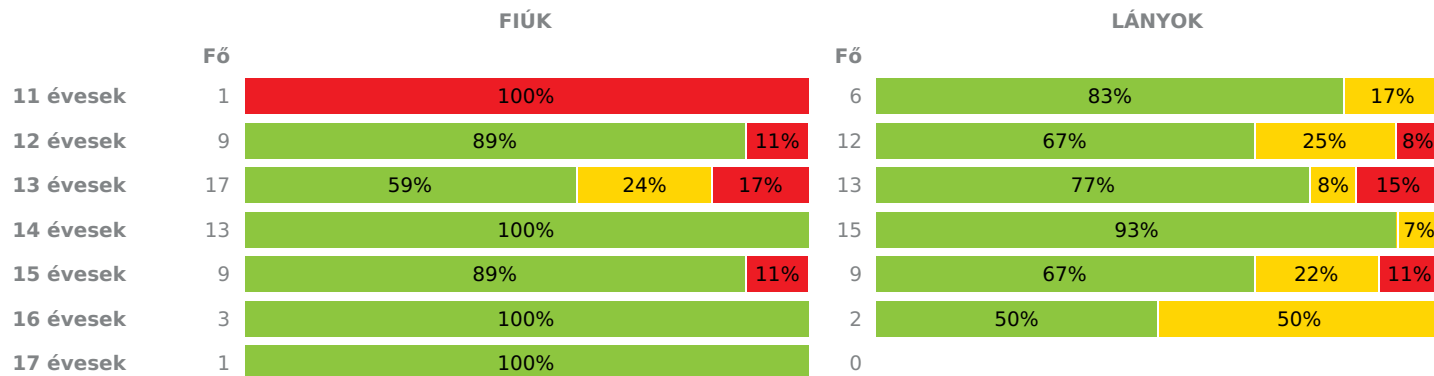


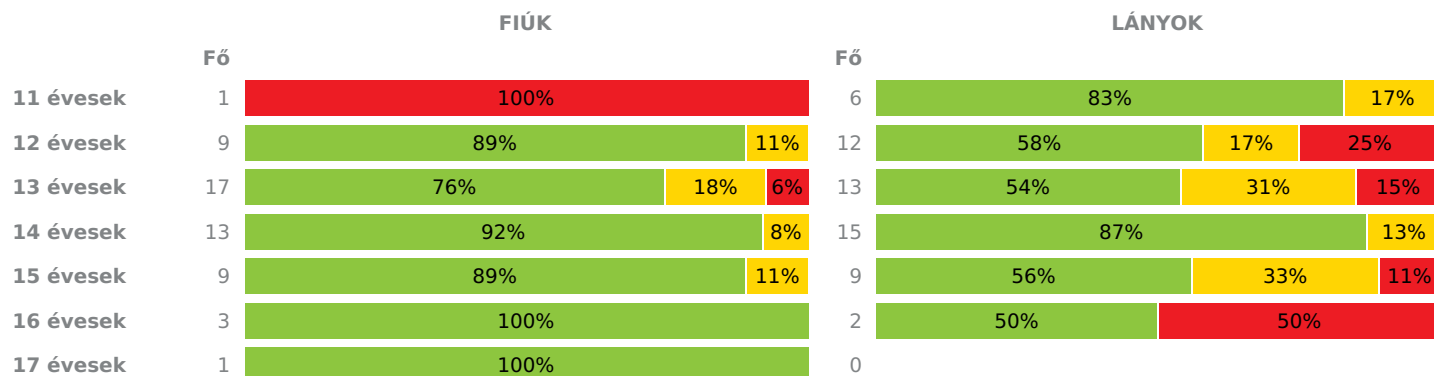


INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

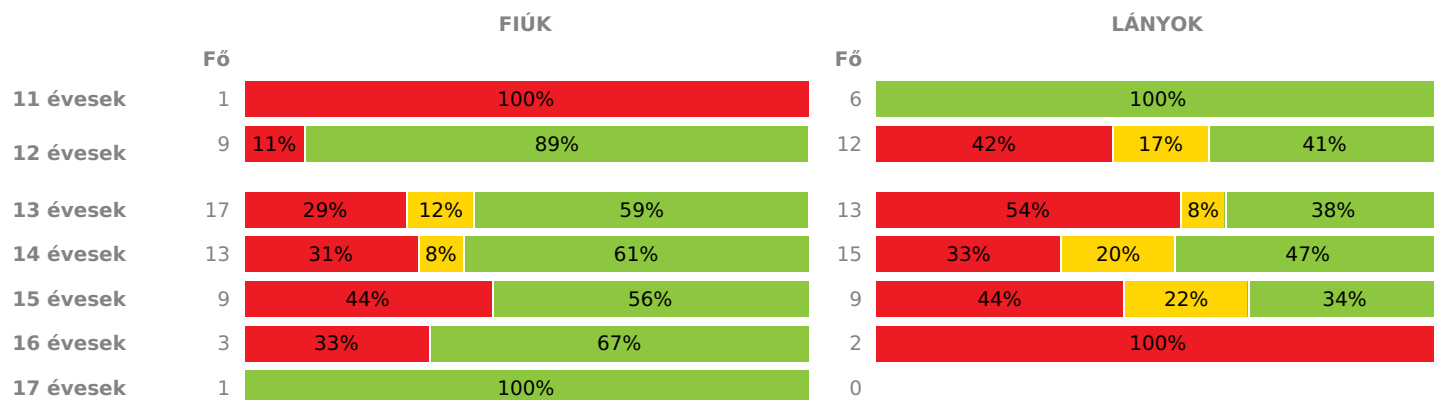
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)


Testzsírszázalék (TZS %)



AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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


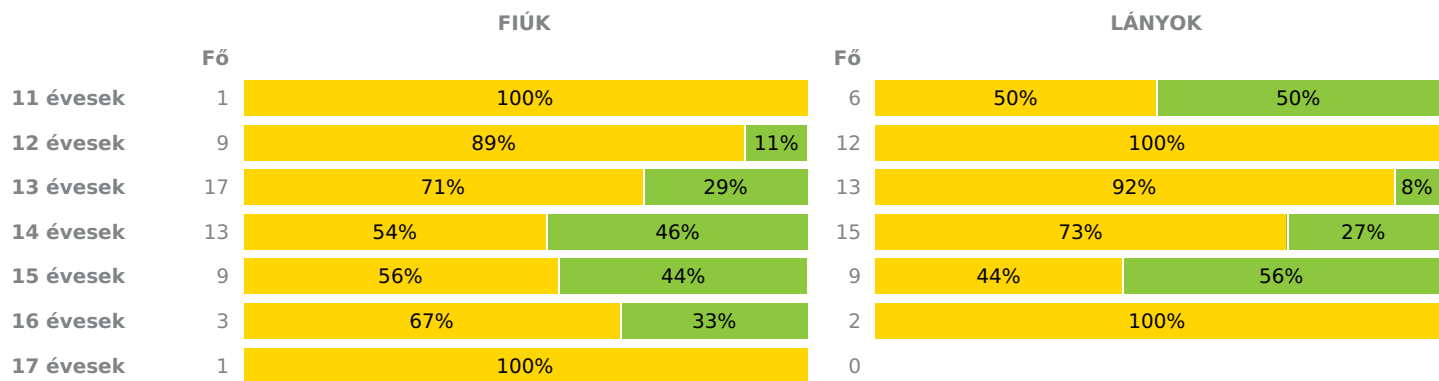
VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

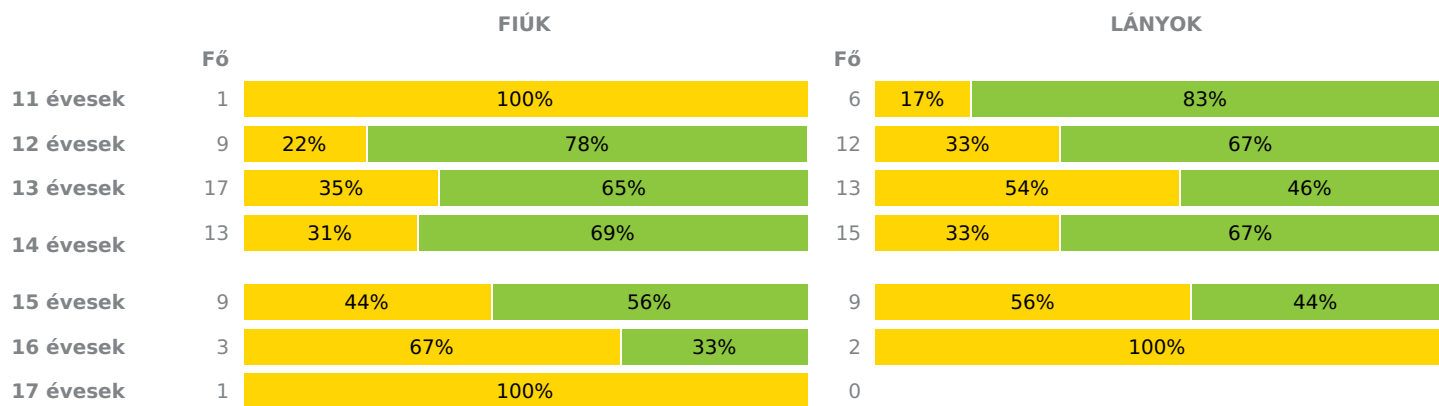




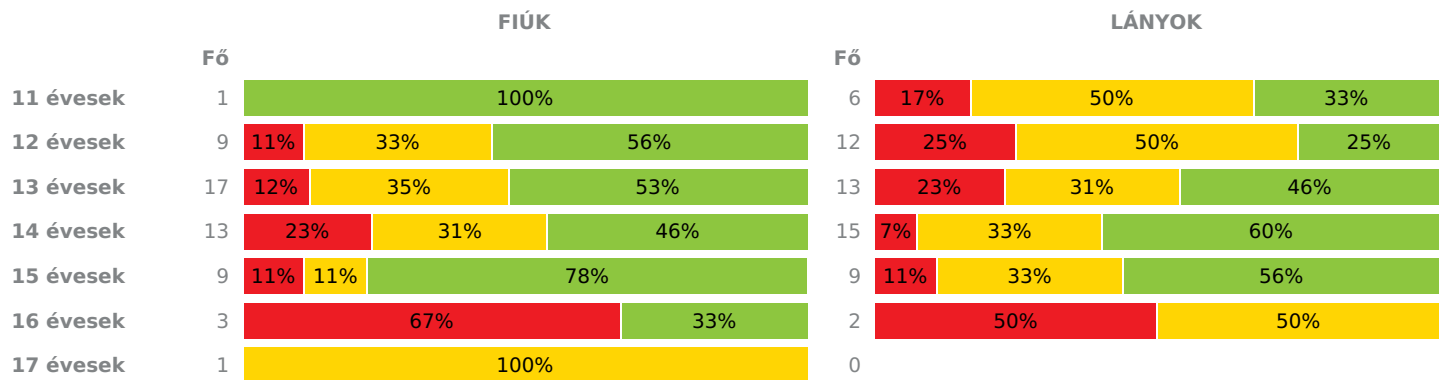
Törzsemelés teszt (cm)



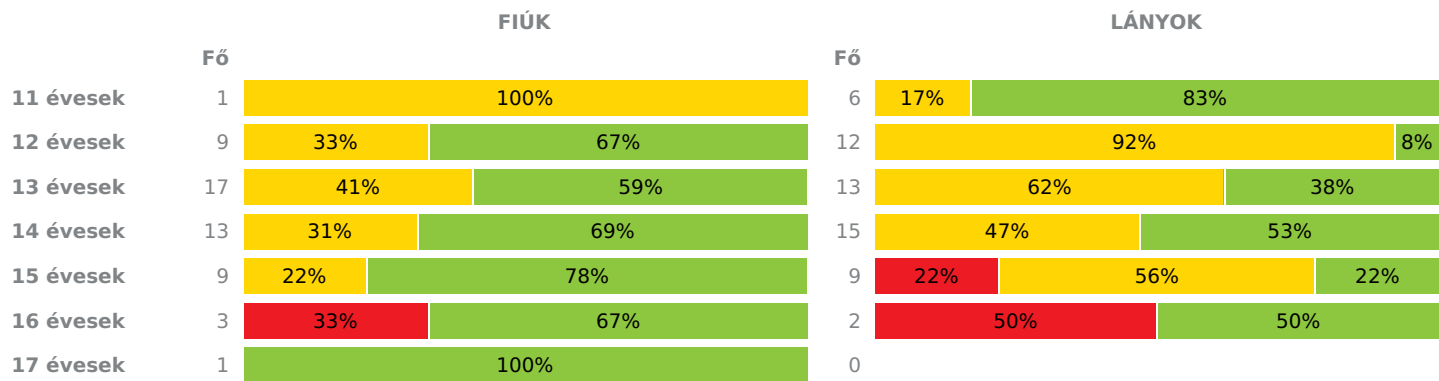
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)



Helyből távolugrás teszt (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

		FIÚK		LÁNYOK	
	Fő			Fő	
11 évesek	1	100%		6	50% 50%
12 évesek	9	11%	89%	12	42% 58%
13 évesek	17	24%	76%	13	62% 38%
14 évesek	13	31%	69%	15	67% 33%
15 évesek	9	56%	44%	9	56% 44%
16 évesek	3	33%	67%	2	100%
17 évesek	1	100%		0	

Magyar Diáksport Szövetség - 2015



	Fokozott fejlesztés szükséges
	Fejlesztés szükséges
	Egészségzóna

Kerecsendi Magyary Károly Általános Iskola

Létszám: **112 / 54 fiú, 58 lány**
Tanév: **2014/2015**

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %
Nyomtatás dátuma: 2026.06.25 00:30:57



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	33.78	33.78	33.78	0.00	12.89	22.85	17.39	3.39	1 fő - 15%	1 fő - 14%	5 fő - 71%
12 évesek	13.44	33.27	18.89	5.44	16.22	26.40	20.11	3.37	2 fő - 10%	3 fő - 14%	16 fő - 76%
13 évesek	15.41	33.96	21.16	5.26	16.36	30.08	21.20	3.95	5 fő - 16%	5 fő - 17%	20 fő - 67%
14 évesek	15.99	22.68	19.21	2.13	14.62	27.03	19.35	2.62		1 fő - 4%	27 fő - 96%
15 évesek	15.74	35.15	20.88	5.32	16.97	30.39	21.46	4.11	2 fő - 11%	2 fő - 11%	14 fő - 78%
16 évesek	17.88	18.22	18.08	0.14	20.41	24.75	22.58	2.17		1 fő - 20%	4 fő - 80%
17 évesek	21.74	21.74	21.74	0.00	0	0	0	0			1 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (Tzs %) (Tzs %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	43.70	43.70	43.70	0.00	5.80	30.20	16.82	8.37	1 fő - 15%	1 fő - 14%	5 fő - 71%
12 évesek	5.00	34.90	16.82	7.77	12.50	38.80	25.08	8.69	3 fő - 15%	3 fő - 14%	15 fő - 71%
13 évesek	7.00	43.50	18.63	9.54	12.20	41.30	26.70	7.94	3 fő - 10%	7 fő - 23%	20 fő - 67%
14 évesek	5.00	25.00	13.42	4.78	13.00	32.20	22.01	4.89		3 fő - 11%	25 fő - 89%
15 évesek	5.60	32.30	13.68	7.60	14.30	43.40	28.32	9.04	1 fő - 6%	4 fő - 22%	13 fő - 72%
16 évesek	8.50	13.30	11.00	1.96	28.70	38.40	33.55	4.85	1 fő - 20%		4 fő - 80%
17 évesek	11.50	11.50	11.50	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	36.39	36.39	36.39	0.00	42.39	49.64	45.36	2.17	1 fő - 14%		6 fő - 86%
12 évesek	36.68	53.41	45.06	5.96	35.01	45.24	39.76	3.61	6 fő - 29%	2 fő - 10%	13 fő - 62%
13 évesek	34.02	59.32	43.15	6.70	33.83	49.35	38.23	4.11	12 fő - 40%	3 fő - 10%	15 fő - 50%
14 évesek	34.18	60.42	45.69	8.28	32.87	45.05	38.91	3.87	9 fő - 32%	4 fő - 14%	15 fő - 54%
15 évesek	31.81	55.75	43.73	9.24	32.47	43.85	37.16	4.00	8 fő - 44%	2 fő - 11%	8 fő - 44%
16 évesek	39.56	55.88	50.11	7.47	32.10	33.81	32.96	0.86	3 fő - 60%		2 fő - 40%
17 évesek	52.13	52.13	52.13	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	21.00	21.00	21.00	0.00	29.00	80.00	54.67	17.47		7 fő - 100%
12 évesek	3.00	80.00	61.89	27.18	20.00	80.00	34.50	17.18	1 fő - 5%	20 fő - 95%
13 évesek	2.00	80.00	55.06	26.73	6.00	80.00	30.54	22.42	7 fő - 23%	23 fő - 77%
14 évesek	26.00	80.00	65.15	20.78	8.00	80.00	29.33	21.53	5 fő - 18%	23 fő - 82%
15 évesek	10.00	80.00	50.22	25.60	10.00	80.00	32.56	20.92	4 fő - 22%	14 fő - 78%
16 évesek	33.00	80.00	64.33	22.16	30.00	32.00	31.00	1.00		5 fő - 100%
17 évesek	12.00	12.00	12.00	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	16.00	16.00	16.00	0.00	10.00	30.00	20.67	6.72	4 fő - 57%	3 fő - 43%
12 évesek	12.00	29.00	19.16	4.78	8.10	20.00	14.54	3.13	20 fő - 95%	1 fő - 5%
13 évesek	9.50	30.00	21.09	5.63	8.00	24.00	13.12	4.33	24 fő - 80%	6 fő - 20%
14 évesek	12.00	30.00	21.77	6.69	12.50	27.00	19.87	4.62	18 fő - 64%	10 fő - 36%
15 évesek	11.00	29.00	22.22	5.15	19.00	30.00	24.33	3.81	9 fő - 50%	9 fő - 50%
16 évesek	17.00	28.00	21.00	4.97	14.00	21.00	17.50	3.50	4 fő - 80%	1 fő - 20%
17 évesek	17.00	17.00	17.00	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	3.00	3.00	3.00	0.00	3.00	15.00	10.00	3.92	2 fő - 29%	5 fő - 71%
12 évesek	4.00	30.00	15.22	7.13	1.00	18.00	9.17	5.44	6 fő - 29%	15 fő - 71%
13 évesek	1.00	30.00	14.47	7.48	1.00	19.00	8.46	5.83	13 fő - 43%	17 fő - 57%
14 évesek	1.00	26.00	16.31	8.99	3.00	18.00	8.53	3.48	9 fő - 32%	19 fő - 68%
15 évesek	6.00	30.00	15.67	7.10	1.00	10.00	5.33	2.91	9 fő - 50%	9 fő - 50%
16 évesek	7.00	22.00	12.33	6.85	2.00	3.00	2.50	0.50	4 fő - 80%	1 fő - 20%
17 évesek	6.00	6.00	6.00	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	20.05	20.05	20.05	0.00	13.25	22.40	17.47	2.74	1 fő - 14%	3 fő - 43%	3 fő - 43%
12 évesek	12.70	27.75	21.54	5.15	12.80	23.45	18.80	2.99	4 fő - 19%	9 fő - 43%	8 fő - 38%
13 évesek	17.70	38.50	27.19	5.13	14.40	31.65	22.90	5.08	5 fő - 17%	10 fő - 33%	15 fő - 50%
14 évesek	19.75	46.50	30.39	7.71	19.80	33.05	26.34	3.51	4 fő - 14%	9 fő - 32%	15 fő - 54%
15 évesek	18.10	58.90	39.25	10.40	19.65	33.00	25.87	3.64	2 fő - 11%	4 fő - 22%	12 fő - 67%
16 évesek	22.55	38.10	29.87	6.38	22.30	24.40	23.35	1.05	3 fő - 60%	1 fő - 20%	1 fő - 20%
17 évesek	35.10	35.10	35.10	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	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	95.00	95.00	95.00	0.00	122.00	160.00	140.17	11.95		2 fő - 29%	5 fő - 71%
12 évesek	107.00	182.00	154.33	25.52	98.00	140.00	112.58	10.88		14 fő - 67%	7 fő - 33%
13 évesek	98.00	207.00	156.53	23.28	85.00	182.00	127.15	26.08		15 fő - 50%	15 fő - 50%
14 évesek	121.00	205.00	175.23	23.75	110.00	175.00	138.33	16.16		11 fő - 39%	17 fő - 61%
15 évesek	160.00	220.00	191.22	17.87	103.00	160.00	130.67	16.96	2 fő - 11%	7 fő - 39%	9 fő - 50%
16 évesek	112.00	210.00	170.67	42.28	125.00	198.00	161.50	36.50	2 fő - 40%		3 fő - 60%
17 évesek	201.00	201.00	201.00	0.00	0	0	0	0			1 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	23.00	23.00	23.00	0.00	19.00	35.50	26.00	5.69	3 fő - 43%	4 fő - 57%
12 évesek	15.00	33.50	25.61	4.91	13.50	31.00	25.67	4.87	6 fő - 29%	15 fő - 71%
13 évesek	7.00	32.50	22.88	6.24	12.00	36.00	23.50	8.44	12 fő - 40%	18 fő - 60%
14 évesek	7.50	38.00	23.42	8.56	15.00	35.00	23.47	5.84	14 fő - 50%	14 fő - 50%
15 évesek	15.00	29.00	20.25	4.59	16.50	37.50	26.36	6.26	10 fő - 56%	8 fő - 44%
16 évesek	17.00	24.00	21.67	3.30	23.00	26.00	24.50	1.50	3 fő - 60%	2 fő - 40%
17 évesek	15.00	15.00	15.00	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %