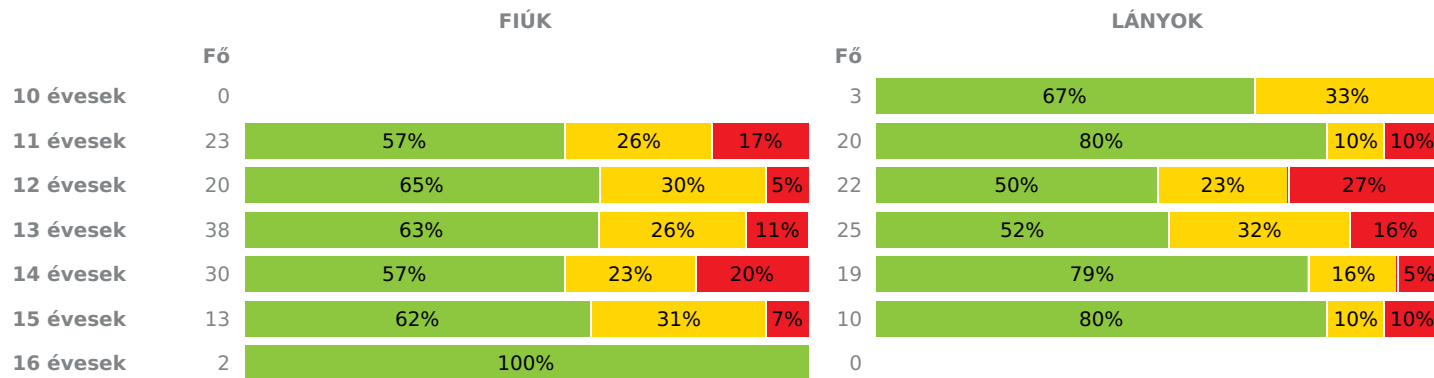


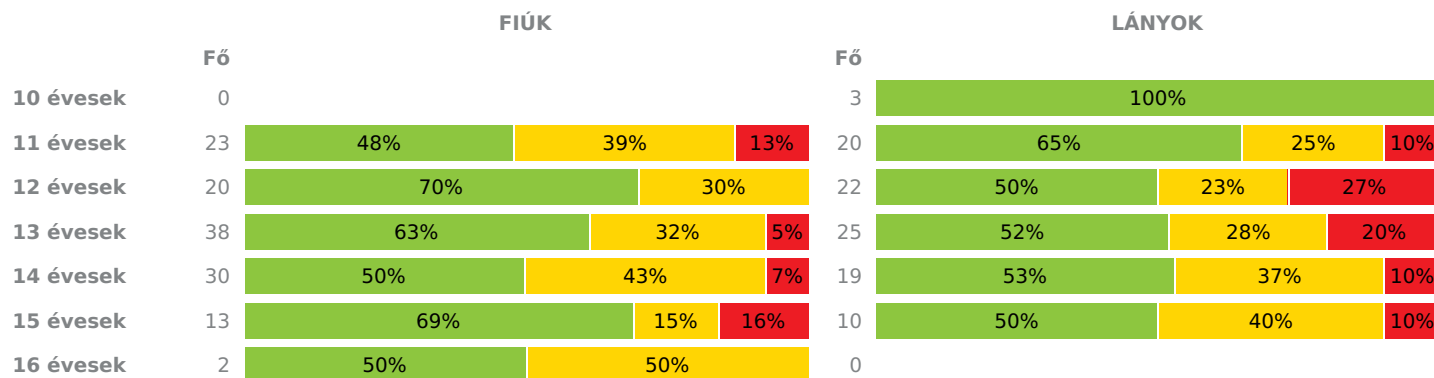


INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

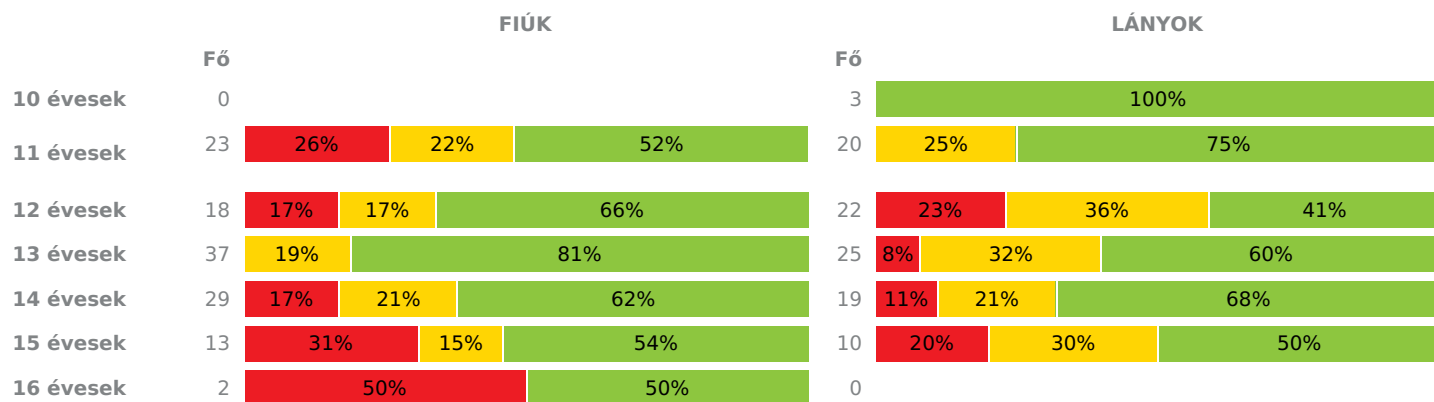
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

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)



12 évesek	17	6%	94%	22	9%	91%
13 évesek	36	6%	94%	25		100%
14 évesek	29		100%	20	5%	95%
15 évesek	13	15%	85%	10	10%	90%
16 évesek	2		100%	0		

Törzsemelés teszt (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
10 évesek	0			3	67%	33%	
11 évesek	23	74%	26%	20	55%	45%	
12 évesek	20	60%	40%	22	64%	36%	
13 évesek	38	45%	55%	25	40%	60%	
14 évesek	30	27%	73%	20	25%	75%	
15 évesek	13	31%	69%	10	10%	90%	
16 évesek	2	50%	50%	0			

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
10 évesek	0			3		100%	
11 évesek	23	30%	70%	20	25%	75%	
12 évesek	19	5%	95%	22	32%	68%	
13 évesek	37	27%	73%	22	18%	82%	
14 évesek	29	28%	72%	20	30%	70%	
15 évesek	13	38%	62%	10	40%	60%	
16 évesek	2	50%	50%	0			

Kézi szorítóerő mérése (kg)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
10 évesek	0			3		100%	
11 évesek	23	48%	52%	20	20%	25%	55%
12 évesek	20	5%	35%	21	24%	14%	62%
13 évesek	38	11%	18%	25	4%	28%	68%
14 évesek	30	27%	30%	20	10%	25%	65%
15 évesek	13	15%	15%	10	30%	70%	
16 évesek	2	50%	50%	0			

Helyből távolugrás teszt (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
10 évesek	0			3		100%	
11 évesek	23	22%	78%	20	10%	90%	
12 évesek	18	22%	78%	22	36%	64%	
13 évesek	38	18%	82%	25	24%	76%	
14 évesek	30	30%	70%	20	25%	75%	
15 évesek	13	15%	85%	10	30%	70%	
16 évesek	2	50%	50%	0			

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

		FIÚK			LÁNYOK	
	Fő			Fő		
10 évesek	0			3	100%	
11 évesek	23	39%	61%	20	45%	55%
12 évesek	20	30%	70%	21	33%	67%
13 évesek	38	18%	82%	23	13%	87%
14 évesek	29	21%	79%	20	30%	70%
15 évesek	13	23%	77%	10	80%	20%
16 évesek	2	100%		0		

Magyar Diáksport Szövetség - 2019



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Hajdúböszörményi Bethlen Gábor Általános Iskola

Létszám: **234 / 129 fiú, 105 lány**
Tanév: **2018/2019**

Adatfeltöltöttségi állapot: 99,24 %
Nyomtatás dátuma: 2023.10.25 10:45:01



INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	● FFSZ	● FSZ	● EZ
10 évesek	0	0	0	0	15.51	20.67	17.39	2.33		1 fő - 33%	2 fő - 67%
11 évesek	14.17	35.68	20.86	5.10	13.76	28.38	18.71	3.73	6 fő - 14%	8 fő - 19%	29 fő - 67%
12 évesek	14.44	28.65	19.54	4.20	14.57	37.81	23.37	7.39	7 fő - 17%	11 fő - 26%	24 fő - 57%
13 évesek	13.93	35.16	21.70	4.55	15.23	34.58	23.45	5.42	8 fő - 12%	18 fő - 29%	37 fő - 59%
14 évesek	13.28	39.89	23.02	5.84	17.66	31.63	21.65	3.58	7 fő - 15%	10 fő - 20%	32 fő - 65%
15 évesek	17.34	33.39	22.43	4.10	17.70	31.76	21.78	4.02	2 fő - 8%	5 fő - 22%	16 fő - 70%
16 évesek	4.14	21.04	12.59	8.45	0	0	0	0			2 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (Tzs %) (Tzs %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	● FFSZ	● FSZ	● EZ
10 évesek	0	0	0	0	14.80	23.20	18.03	3.69			3 fő - 100%
11 évesek	6.00	45.80	24.35	9.54	9.10	43.00	22.09	8.52	5 fő - 11%	14 fő - 33%	24 fő - 56%
12 évesek	8.00	35.60	18.58	7.87	10.00	46.30	27.50	10.81	6 fő - 14%	11 fő - 26%	25 fő - 60%
13 évesek	6.50	37.90	19.65	8.84	11.80	46.80	29.56	9.01	7 fő - 11%	19 fő - 30%	37 fő - 59%
14 évesek	5.10	36.80	20.77	8.93	12.80	42.00	27.45	7.02	4 fő - 8%	20 fő - 41%	25 fő - 51%
15 évesek	5.70	33.50	16.65	8.64	17.10	37.40	27.73	6.51	3 fő - 13%	6 fő - 26%	14 fő - 61%
16 évesek	13.20	25.40	19.30	6.10	0	0	0	0		1 fő - 50%	1 fő - 50%
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
10 évesek	0	0	0	0	42.07	54.50	49.68	5.44			3 fő - 100%
11 évesek	35.11	58.46	42.61	6.59	37.85	47.59	43.06	2.99	6 fő - 14%	10 fő - 23%	27 fő - 63%
12 évesek	33.99	67.22	45.18	8.27	34.45	50.35	40.50	4.36	8 fő - 20%	11 fő - 28%	21 fő - 53%
13 évesek	38.66	67.57	47.29	6.82	34.42	48.08	40.83	3.42	2 fő - 3%	15 fő - 24%	45 fő - 73%
14 évesek	34.87	59.77	44.06	5.26	35.59	49.27	40.40	3.07	7 fő - 15%	10 fő - 21%	31 fő - 65%
15 évesek	35.25	54.82	44.29	5.34	32.42	45.84	39.29	3.66	6 fő - 26%	5 fő - 22%	12 fő - 52%
16 évesek	38.47	45.50	41.99	3.52	0	0	0	0	1 fő - 50%		1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
10 évesek	0	0	0	0	62.00	80.00	74.00	8.49		3 fő - 100%
11 évesek	12.00	80.00	50.09	23.95	19.00	80.00	44.55	21.22	1 fő - 2%	42 fő - 98%
12 évesek	17.00	80.00	55.53	22.62	8.00	80.00	38.09	22.55	3 fő - 8%	36 fő - 92%
13 évesek	15.00	80.00	60.28	21.48	19.00	80.00	46.80	22.89	2 fő - 3%	59 fő - 97%
14 évesek	24.00	80.00	52.76	23.36	10.00	80.00	43.55	25.29	1 fő - 2%	48 fő - 98%
15 évesek	21.00	80.00	45.38	22.80	12.00	80.00	41.40	22.92	3 fő - 13%	20 fő - 87%
16 évesek	24.00	48.00	36.00	12.00	0	0	0	0		2 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
10 évesek	0	0	0	0	17.00	28.00	21.43	4.74	2 fő - 67%	1 fő - 33%
11 évesek	15.00	29.00	20.28	3.60	9.00	27.70	21.48	4.91	28 fő - 65%	15 fő - 35%
12 évesek	10.00	27.00	19.18	5.43	13.00	27.20	19.74	4.23	26 fő - 62%	16 fő - 38%
13 évesek	10.00	30.00	22.25	4.57	14.00	29.20	23.59	4.30	27 fő - 43%	36 fő - 57%
14 évesek	14.60	30.00	24.92	4.34	12.70	30.00	24.96	4.14	13 fő - 26%	37 fő - 74%
15 évesek	18.00	28.50	24.32	3.49	20.70	30.00	27.60	2.89	5 fő - 22%	18 fő - 78%
16 évesek	20.00	30.00	25.00	5.00	0	0	0	0	1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
10 évesek	0	0	0	0	8.00	21.00	13.67	5.44		3 fő - 100%
11 évesek	2.00	37.00	11.83	8.08	1.00	20.00	10.00	5.16	12 fő - 28%	31 fő - 72%
12 évesek	1.00	45.00	17.84	10.32	1.00	25.00	9.41	6.12	8 fő - 20%	33 fő - 80%
13 évesek	2.00	40.00	16.73	9.08	1.00	17.00	9.82	4.51	14 fő - 24%	45 fő - 76%
14 évesek	5.00	30.00	16.66	6.65	1.00	27.00	10.35	6.73	14 fő - 29%	35 fő - 71%
15 évesek	5.00	21.00	15.46	5.44	4.00	25.00	11.50	7.14	9 fő - 39%	14 fő - 61%
16 évesek	5.00	24.00	14.50	9.50	0	0	0	0	1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FFSZ	 FSZ	 EZ

10 évesek	0	0	0	0	18.20	24.40	21.20	2.54			3 fő - 100%
11 évesek	15.80	27.20	20.66	3.52	12.10	31.00	20.44	5.00	4 fő - 9%	16 fő - 37%	23 fő - 53%
12 évesek	15.50	38.00	24.65	4.61	13.80	33.80	23.71	5.30	6 fő - 15%	10 fő - 24%	25 fő - 61%
13 évesek	19.10	45.40	31.46	6.89	17.90	35.70	26.87	4.68	5 fő - 8%	14 fő - 22%	44 fő - 70%
14 évesek	17.70	53.90	33.65	10.32	19.70	33.90	27.66	4.26	10 fő - 20%	14 fő - 28%	26 fő - 52%
15 évesek	20.40	61.60	40.61	9.60	25.50	33.80	29.27	2.83	2 fő - 9%	5 fő - 22%	16 fő - 70%
16 évesek	26.60	37.50	32.05	5.45	0	0	0	0	1 fő - 50%	1 fő - 50%	
Összesen:										0 %	0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIUK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
10 évesek	0	0	0	0	155.00	167.00	160.67	4.92		3 fő - 100%
11 évesek	83.00	188.00	148.52	21.29	124.00	175.00	147.05	14.10	7 fő - 16%	36 fő - 84%
12 évesek	110.00	200.00	157.33	22.49	90.00	175.00	141.91	24.48	12 fő - 30%	28 fő - 70%
13 évesek	120.00	223.00	179.39	24.61	110.00	197.00	153.08	22.63	13 fő - 21%	50 fő - 79%
14 évesek	125.00	245.00	184.43	27.91	105.00	220.00	160.10	29.90	14 fő - 28%	36 fő - 72%
15 évesek	140.00	250.00	204.08	29.99	130.00	200.00	171.40	25.89	5 fő - 22%	18 fő - 78%
16 évesek	165.00	190.00	177.50	12.50	0	0	0	0	1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIUK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
10 évesek	0	0	0	0	28.00	32.00	30.47	1.76		3 fő - 100%
11 évesek	11.45	35.00	22.41	4.89	17.65	34.00	26.55	4.90	18 fő - 42%	25 fő - 58%
12 évesek	13.00	30.00	22.68	4.80	15.00	36.00	27.07	5.46	13 fő - 32%	28 fő - 68%
13 évesek	11.00	40.45	24.94	6.77	20.30	41.00	30.33	4.73	10 fő - 16%	51 fő - 84%
14 évesek	11.20	36.00	24.48	6.19	17.00	37.80	27.31	5.72	12 fő - 24%	37 fő - 76%
15 évesek	15.00	37.50	26.30	7.37	7.45	34.00	26.37	6.96	11 fő - 48%	12 fő - 52%
16 évesek	26.50	34.00	30.25	3.75	0	0	0	0		2 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %