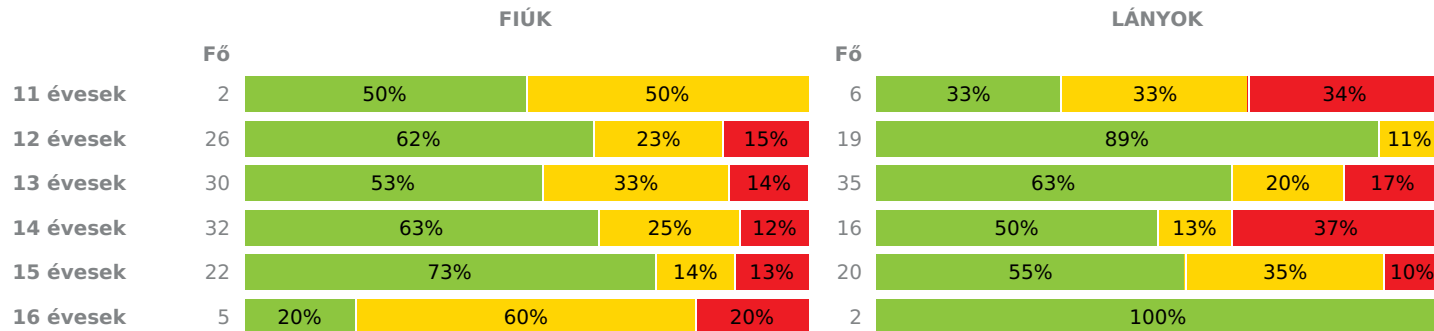


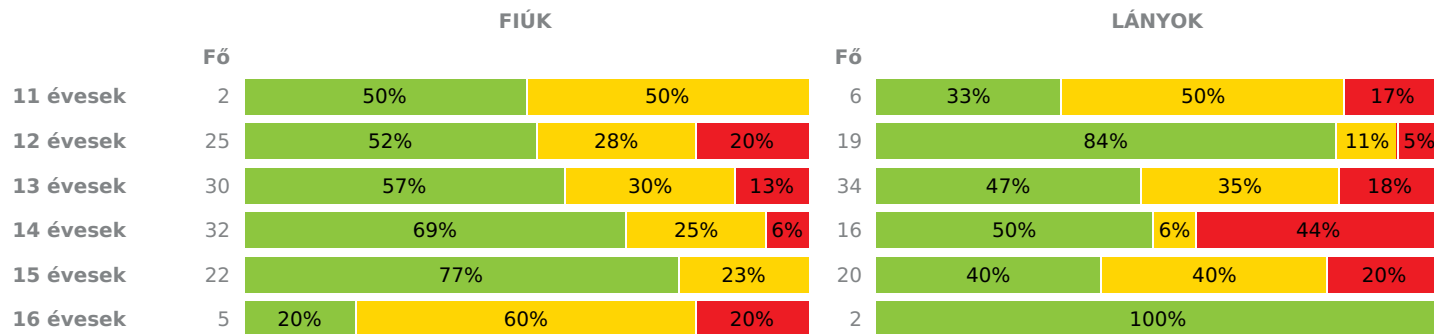


INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

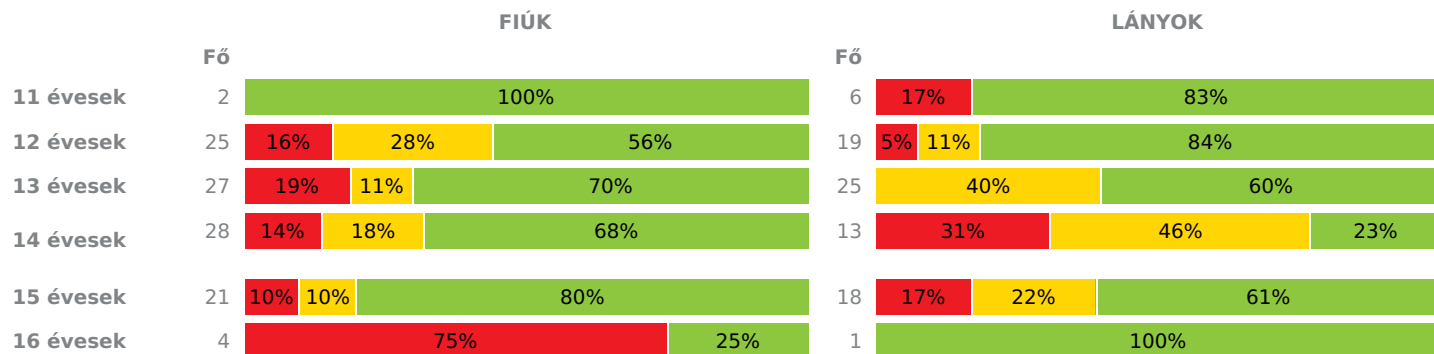
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)


Testzsírszázalék (TZS %)

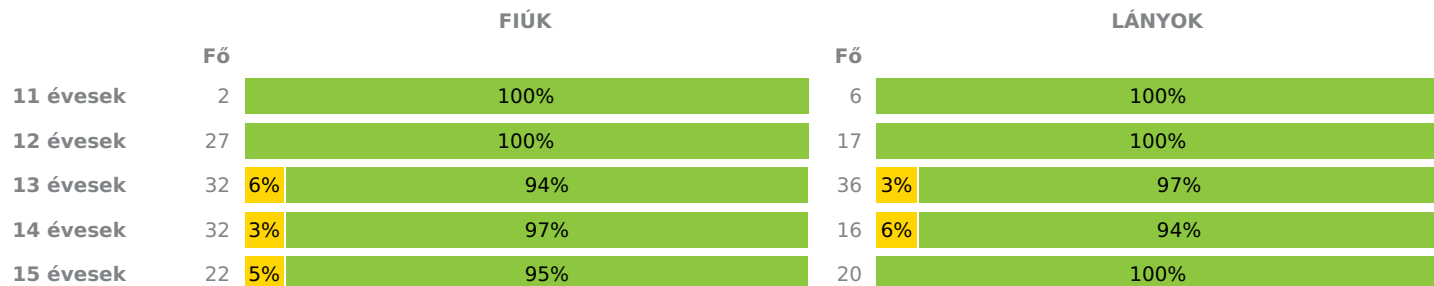


AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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


VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)



16 évesek	5	100%	2	100%
17 évesek	1	100%	0	

Törzsemelés teszt (cm)

		FIÚK		LÁNYOK
	Fő		Fő	
11 évesek	2	100%	6	100%
12 évesek	24	8%92%	17	18%82%
13 évesek	20	25%75%	28	21%79%
14 évesek	17	35%65%	13	23%77%
15 évesek	22	64%36%	20	30%70%
16 évesek	5	20%80%	2	50%50%

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

		FIÚK		LÁNYOK
	Fő		Fő	
11 évesek	2	100%	4	25%75%
12 évesek	24	25%75%	18	11%89%
13 évesek	30	27%73%	35	14%86%
14 évesek	32	28%72%	16	44%56%
15 évesek	22	32%68%	19	21%79%
16 évesek	5	100%	2	100%
17 évesek	1	100%	0	

Kézi szorítóerő mérése (kg)

		FIÚK		LÁNYOK
	Fő		Fő	
11 évesek	1	100%	4	100%
12 évesek	16	13%25%62%	12	17%83%
13 évesek	28	4%39%57%	35	11%29%60%
14 évesek	29	10%24%66%	15	7%13%80%
15 évesek	20	25%20%55%	18	6%22%72%
16 évesek	5	20%20%60%	1	100%

Helyből távolugrás teszt (cm)

		FIÚK		LÁNYOK
	Fő		Fő	
11 évesek	2	100%	6	100%
12 évesek	24	29%71%	18	6%94%
13 évesek	28	25%75%	31	19%81%
14 évesek	32	22%78%	16	31%69%
15 évesek	22	27%73%	20	30%70%
16 évesek	5	80%20%	2	100%

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

		FIÚK		LÁNYOK
	Fő		Fő	
11 évesek	2	50%50%	5	20%80%
12 évesek	27	22%78%	17	35%65%

13 évesek	30	30%	70%	34	24%	76%
14 évesek	18	28%	72%	13	23%	77%
15 évesek	22	27%	73%	20	35%	65%
16 évesek	5	40%	60%	2	100%	
17 évesek	1	100%		0		

Magyar Diáksport Szövetség - 2020



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Hajdúböszörményi Bethlen Gábor Általános Iskola

Létszám: **226 / 125 fiú, 101 lány**

Tanév: **2019/2020**

Adatfeltöltöttségi állapot: 91,64 %

Nyomtatás dátuma: 2023.10.25 10:44:57

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	18.00	24.40	21.20	3.20	17.39	26.85	23.07	3.60	2 fő - 24%	3 fő - 38%	3 fő - 38%
12 évesek	15.23	34.25	20.66	4.74	14.40	25.03	18.37	2.66	4 fő - 9%	8 fő - 18%	33 fő - 73%
13 évesek	14.03	36.79	21.73	5.50	14.67	38.07	22.16	6.19	10 fő - 16%	17 fő - 26%	38 fő - 58%
14 évesek	15.62	33.66	22.06	4.37	15.88	39.06	26.19	7.82	10 fő - 21%	10 fő - 21%	28 fő - 58%
15 évesek	14.44	32.22	21.18	4.43	19.20	30.57	23.19	3.35	5 fő - 12%	10 fő - 24%	27 fő - 64%
16 évesek	20.87	31.66	25.93	3.55	19.10	19.15	19.13	0.03	1 fő - 14%	3 fő - 43%	3 fő - 43%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	● FFSZ	● FSZ	● EZ
11 évesek	20.10	28.80	24.45	4.35	18.10	36.50	28.83	6.22	1 fő - 12%	4 fő - 50%	3 fő - 38%
12 évesek	9.90	41.80	22.38	9.72	8.90	37.40	19.97	7.03	6 fő - 14%	9 fő - 20%	29 fő - 66%
13 évesek	6.00	46.50	22.54	9.90	11.00	45.80	26.59	9.67	10 fő - 15%	21 fő - 33%	33 fő - 52%
14 évesek	8.70	39.10	18.73	7.89	14.90	48.60	31.56	10.63	9 fő - 18%	9 fő - 19%	30 fő - 63%
15 évesek	5.30	32.80	15.55	8.04	23.70	41.80	31.17	5.39	4 fő - 9%	13 fő - 31%	25 fő - 60%
16 évesek	14.30	33.40	25.50	6.30	21.30	23.30	22.30	1.00	1 fő - 14%	3 fő - 43%	3 fő - 43%
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	40.73	40.97	40.85	0.12	37.09	47.25	42.22	3.50	1 fő - 13%		7 fő - 88%
12 évesek	35.11	58.04	42.49	5.47	36.91	54.79	43.67	4.70	5 fő - 11%	9 fő - 20%	30 fő - 68%
13 évesek	33.99	63.28	44.33	6.39	36.89	50.94	41.97	3.73	5 fő - 10%	13 fő - 25%	34 fő - 65%
14 évesek	31.27	65.05	47.23	7.73	32.96	44.93	37.81	3.33	8 fő - 20%	11 fő - 27%	22 fő - 54%
15 évesek	36.25	67.85	48.71	7.11	34.47	46.58	40.00	3.39	5 fő - 13%	6 fő - 15%	28 fő - 72%
16 évesek	31.01	44.19	38.85	4.83	40.54	40.54	40.54	0.00	3 fő - 60%		2 fő - 40%

Ütemezett hasizom teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	40.00	80.00	60.00	20.00	30.00	80.00	54.67	20.06		8 fő - 100%
12 évesek	20.00	80.00	55.96	22.56	25.00	80.00	56.47	21.65		44 fő - 100%
13 évesek	0.00	80.00	59.88	24.75	0.00	80.00	46.19	22.76	3 fő - 4%	65 fő - 96%
14 évesek	17.00	80.00	64.34	20.63	14.00	80.00	47.00	27.27	2 fő - 4%	46 fő - 96%
15 évesek	16.00	80.00	63.59	19.75	20.00	80.00	55.55	23.16	1 fő - 2%	41 fő - 98%
16 évesek	24.00	80.00	45.20	18.67	40.00	40.00	40.00	0.00		7 fő - 100%
17 évesek	0	0	0	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	24.80	30.00	27.40	2.60	24.50	30.00	28.38	1.98		8 fő - 100%
12 évesek	21.30	30.00	25.85	2.48	16.80	30.00	26.09	3.86	5 fő - 12%	36 fő - 88%
13 évesek	17.40	30.00	25.93	3.83	16.20	30.00	26.08	3.95	11 fő - 23%	37 fő - 77%
14 évesek	17.00	30.00	24.75	4.04	13.80	30.00	24.55	4.87	9 fő - 30%	21 fő - 70%
15 évesek	14.60	30.00	22.27	3.54	15.70	30.00	24.79	3.88	20 fő - 48%	22 fő - 52%
16 évesek	21.80	28.00	25.46	2.23	22.20	30.00	26.10	3.90	2 fő - 29%	5 fő - 71%
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	8.00	11.00	9.50	1.50	2.00	12.00	8.50	3.91	1 fő - 17%	5 fő - 83%
12 évesek	4.00	50.00	12.79	8.95	2.00	21.00	11.94	4.93	8 fő - 19%	34 fő - 81%
13 évesek	2.00	32.00	14.20	7.34	1.00	34.00	12.74	8.04	13 fő - 20%	52 fő - 80%
14 évesek	2.00	37.00	18.13	8.56	0.00	22.00	7.94	5.75	16 fő - 33%	32 fő - 67%
15 évesek	2.00	40.00	18.91	8.48	0.00	20.00	10.63	5.27	11 fő - 27%	30 fő - 73%
16 évesek	2.00	17.00	8.40	5.39	13.00	19.00	16.00	3.00	5 fő - 71%	2 fő - 29%
17 évesek	0	0	0	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	23.20	23.20	23.20	0.00	19.90	28.30	25.78	3.46			5 fő - 100%
12 évesek	17.00	34.60	24.50	5.32	18.30	25.00	21.89	1.77	2 fő - 7%	6 fő - 21%	20 fő - 71%
13 évesek	16.50	38.00	26.14	4.73	14.70	36.60	25.16	5.04	5 fő - 8%	21 fő - 33%	37 fő - 59%
14 évesek	19.40	47.90	35.47	8.16	18.80	42.30	30.95	6.16	4 fő - 9%	9 fő - 20%	31 fő - 70%
15 évesek	24.30	50.20	35.83	8.90	20.80	36.30	28.21	4.37	6 fő - 16%	8 fő - 21%	24 fő - 63%
16 évesek	27.50	44.90	35.74	6.58	36.00	36.00	36.00	0.00	1 fő - 17%	1 fő - 17%	4 fő - 67%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	153.00	170.00	161.50	8.50	130.00	168.00	149.33	11.37		8 fő - 100%

12 évesek	124.00	214.00	159.13	23.88	130.00	185.00	156.61	15.62	8 fő - 19%	34 fő - 81%
13 évesek	78.00	200.00	160.18	25.08	90.00	195.00	150.19	24.03	13 fő - 22%	46 fő - 78%
14 évesek	110.00	235.00	188.47	28.73	75.00	203.00	153.00	34.96	12 fő - 25%	36 fő - 75%
15 évesek	137.00	224.00	190.36	22.49	110.00	196.00	147.00	23.06	12 fő - 29%	30 fő - 71%
16 évesek	144.00	203.00	169.60	20.28	164.00	169.00	166.50	2.50	4 fő - 57%	3 fő - 43%

Összesen:

0 %

0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	12.05	30.50	21.28	9.23	22.60	34.15	29.65	3.84	2 fő - 29%	5 fő - 71%
12 évesek	13.80	32.70	23.40	4.71	19.95	40.00	28.39	5.95	12 fő - 27%	32 fő - 73%
13 évesek	9.00	39.50	24.20	6.86	17.25	43.50	29.74	6.33	17 fő - 27%	47 fő - 73%
14 évesek	13.35	30.30	23.55	5.28	19.30	35.95	30.01	5.25	8 fő - 26%	23 fő - 74%
15 évesek	12.20	41.90	23.38	6.65	0.00	40.20	28.44	8.82	13 fő - 31%	29 fő - 69%
16 évesek	15.50	38.60	24.02	8.15	0.00	25.00	12.50	12.50	4 fő - 57%	3 fő - 43%
17 évesek	0	0	0	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%	

Összesen:

0 %

0 %