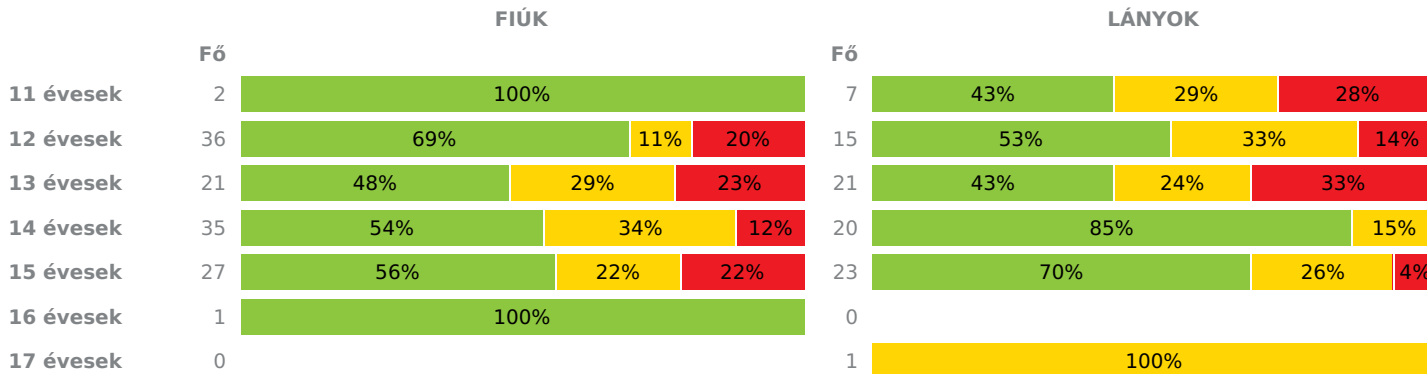


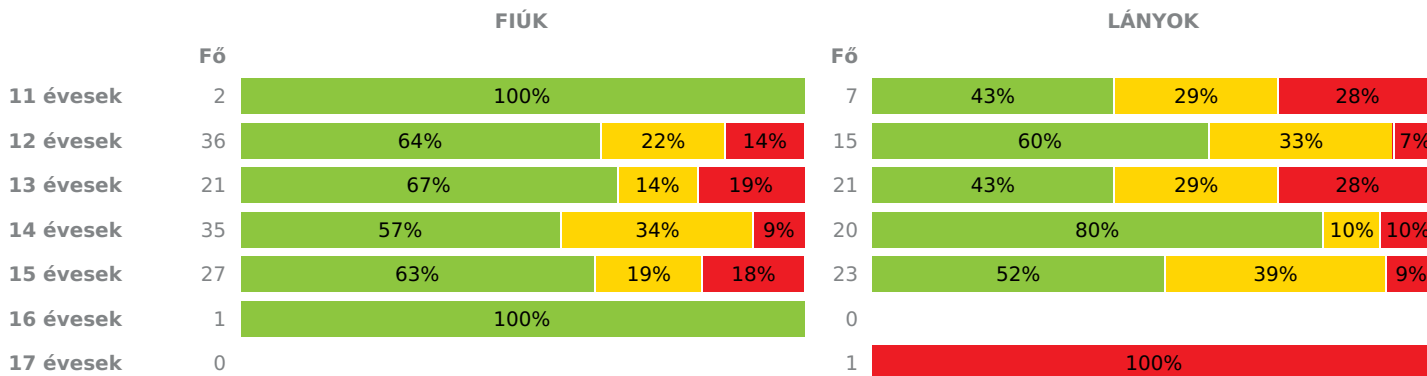


INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

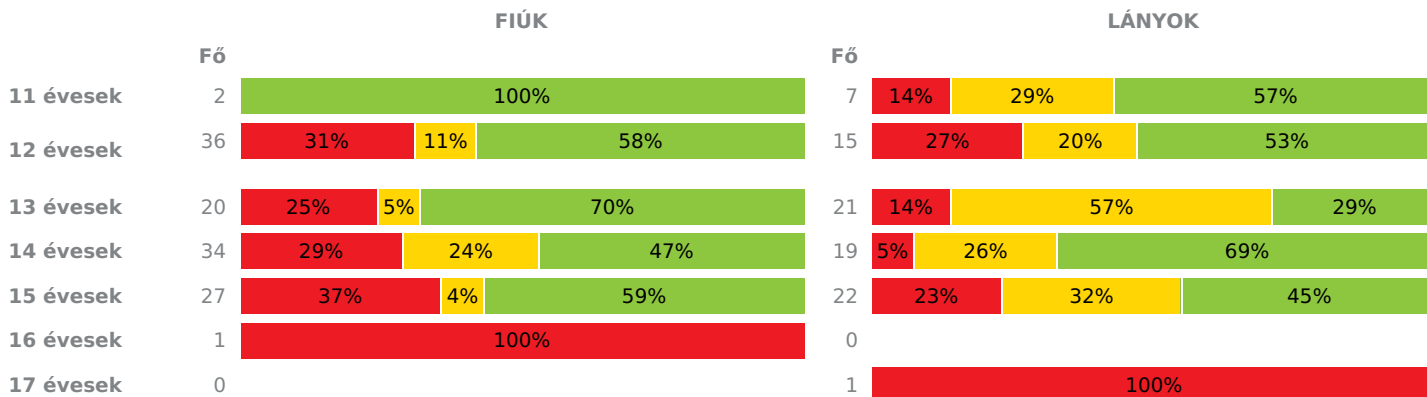
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)


Testzsírszázalék (TZS %)



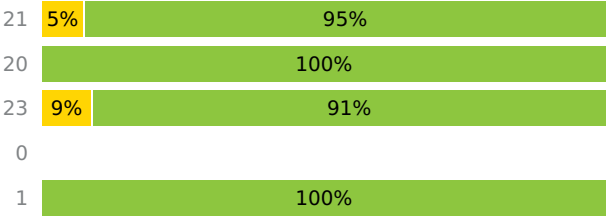
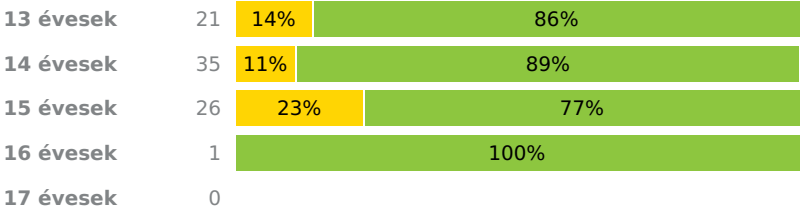
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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


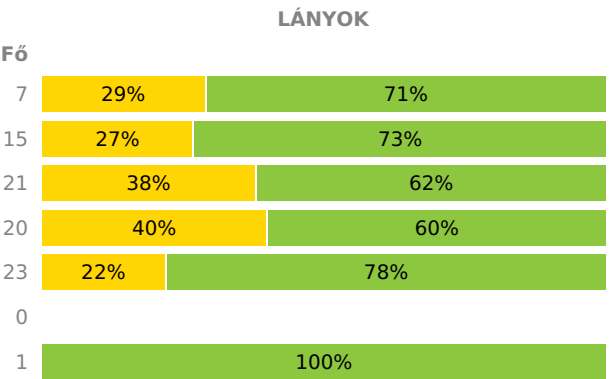
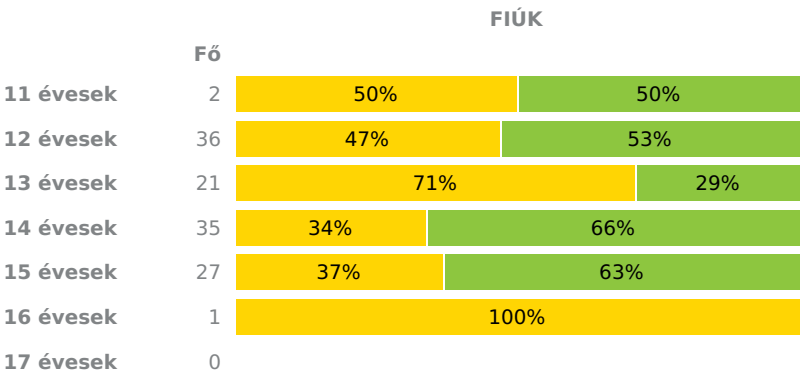
VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

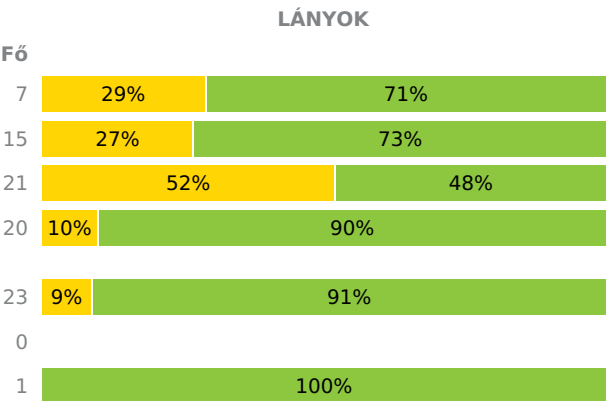
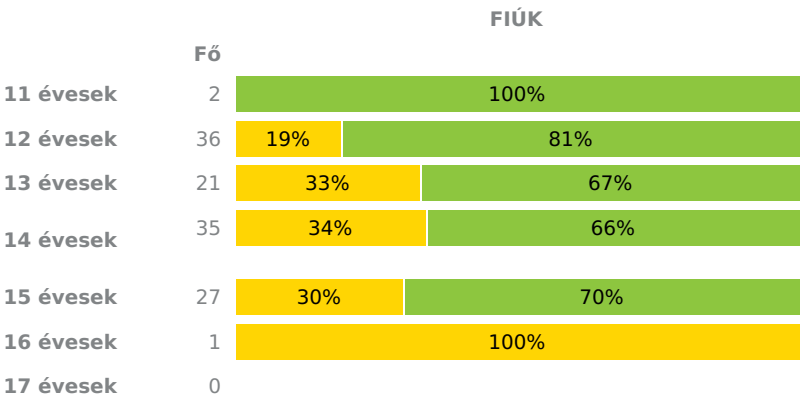




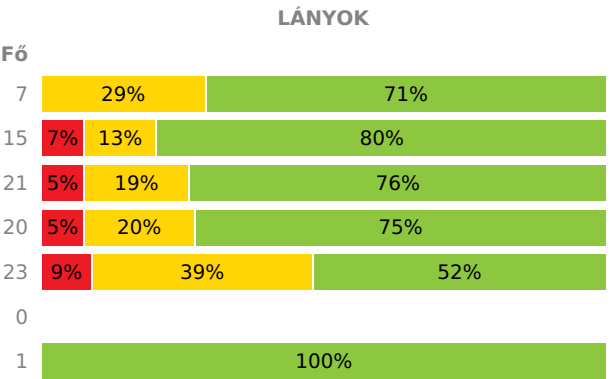
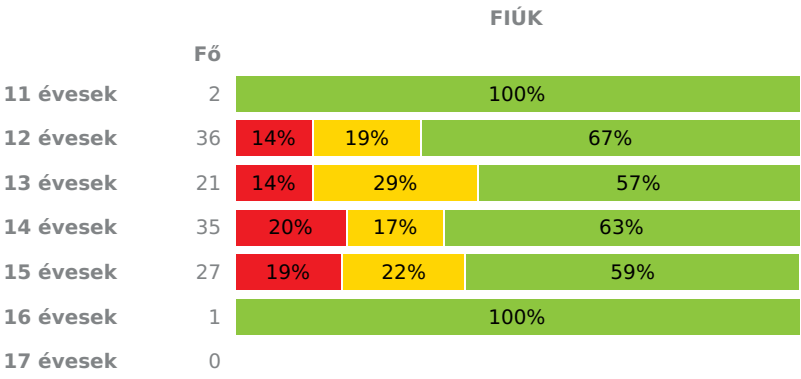
Törzsemelés teszt (cm)



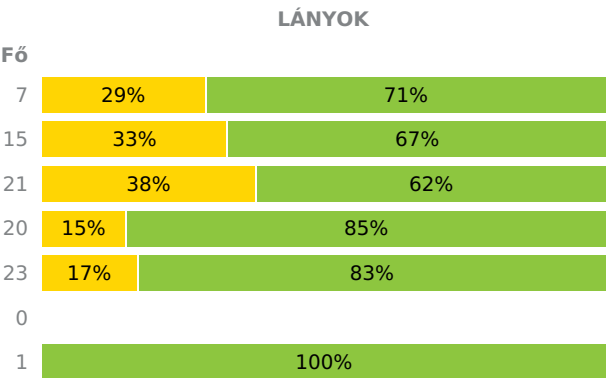
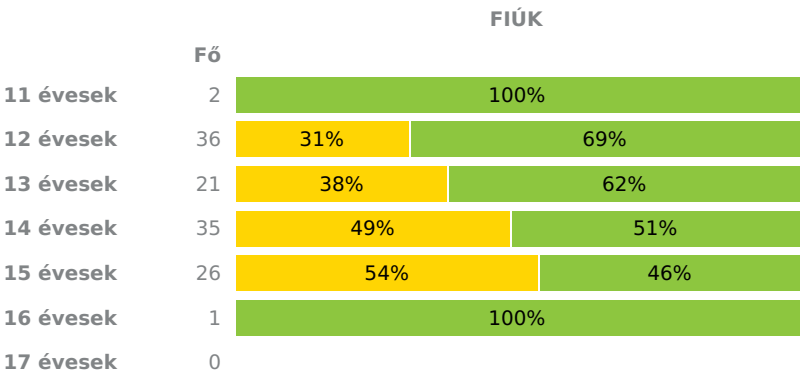
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)



Helyből távolugrás teszt (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

		FIÚK		LÁNYOK
	Fő		Fő	
11 évesek	2	100%	7	29% 71%
12 évesek	36	22% 78%	15	7% 93%
13 évesek	21	33% 67%	21	33% 67%
14 évesek	35	14% 86%	20	25% 75%
15 évesek	27	19% 81%	23	39% 61%
16 évesek	1	100%	0	
17 évesek	0		1	100%

Magyar Diáksport Szövetség - 2022



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Hajdúböszörményi Bethlen Gábor Általános Iskola

Létszám: **218 / 128 fiú, 90 lány**
Tanév: **2021/2022**

Adatfeltöltöttségi állapot: 99,49 %
Nyomtatás dátuma: 2023.10.25 10:44:46



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	15.40	17.19	16.30	0.90	15.01	27.00	21.50	4.60	2 fő - 22%	2 fő - 22%	5 fő - 56%
12 évesek	15.19	34.10	20.62	4.89	16.29	33.80	22.35	4.69	9 fő - 17%	9 fő - 18%	33 fő - 65%
13 évesek	14.99	33.70	22.46	4.92	17.51	32.93	23.98	5.40	12 fő - 29%	11 fő - 26%	19 fő - 45%
14 évesek	15.34	37.91	22.45	4.96	17.29	27.36	20.47	2.91	4 fő - 8%	15 fő - 27%	36 fő - 65%
15 évesek	15.96	42.43	23.78	6.64	16.12	33.73	22.22	4.19	7 fő - 14%	12 fő - 24%	31 fő - 62%
16 évesek	23.51	23.51	23.51	0.00	0	0	0	0			1 fő - 100%
17 évesek	0	0	0	0	26.30	26.30	26.30	0.00		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	15.00	15.50	15.25	0.25	12.30	39.20	26.96	10.04	2 fő - 22%	2 fő - 22%	5 fő - 56%
12 évesek	7.60	42.00	22.62	9.05	11.70	42.80	26.12	7.39	6 fő - 12%	13 fő - 25%	32 fő - 63%
13 évesek	9.30	43.00	21.59	10.12	14.80	45.10	29.23	9.30	10 fő - 24%	9 fő - 21%	23 fő - 55%
14 évesek	5.00	39.80	20.54	9.16	14.60	42.20	24.47	6.80	5 fő - 10%	14 fő - 25%	36 fő - 65%
15 évesek	6.50	42.10	20.39	10.11	15.50	44.30	27.91	7.16	7 fő - 14%	14 fő - 28%	29 fő - 58%
16 évesek	18.30	18.30	18.30	0.00	0	0	0	0			1 fő - 100%
17 évesek	0	0	0	0	40.40	40.40	40.40	0.00	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	49.79	50.69	50.24	0.45	35.59	47.51	40.82	3.41	1 fő - 11%	2 fő - 22%	6 fő - 67%
12 évesek	33.95	54.25	42.39	5.82	36.23	49.62	41.13	3.90	15 fő - 29%	7 fő - 14%	29 fő - 57%
13 évesek	34.98	54.64	41.97	4.50	34.33	52.07	40.16	4.14	8 fő - 20%	13 fő - 32%	20 fő - 49%
14 évesek	34.19	60.74	42.77	6.17	34.90	49.18	41.96	3.83	11 fő - 21%	13 fő - 25%	29 fő - 55%
15 évesek	32.46	61.39	44.25	7.86	34.41	48.50	39.51	3.96	15 fő - 31%	8 fő - 16%	26 fő - 53%
16 évesek	40.76	40.76	40.76	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%		
17 évesek	0	0	0	0	34.38	34.38	34.38	0.00	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	80.00	80.00	80.00	0.00	13.00	80.00	41.00	21.65	1 fő - 11%	8 fő - 89%
12 évesek	4.00	80.00	48.94	26.69	5.00	80.00	36.20	22.47	9 fő - 18%	42 fő - 82%
13 évesek	11.00	80.00	53.29	26.25	12.00	80.00	47.90	25.54	4 fő - 10%	38 fő - 90%
14 évesek	9.00	80.00	49.54	22.82	24.00	80.00	43.95	15.72	4 fő - 7%	51 fő - 93%
15 évesek	10.00	80.00	53.62	25.97	5.00	80.00	41.09	22.60	8 fő - 16%	41 fő - 84%
16 évesek	36.00	36.00	36.00	0.00	0	0	0	0		1 fő - 100%
17 évesek	0	0	0	0	30.00	30.00	30.00	0.00		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	24.60	22.30	2.30	20.00	30.00	25.36	3.53	3 fő - 33%	6 fő - 67%
12 évesek	10.00	30.00	22.36	4.41	12.00	30.00	25.25	4.57	21 fő - 41%	30 fő - 59%
13 évesek	16.40	27.00	20.95	2.60	14.10	30.00	23.31	4.86	23 fő - 55%	19 fő - 45%
14 évesek	13.80	30.00	23.68	5.24	15.40	30.00	24.98	4.54	20 fő - 36%	35 fő - 64%
15 évesek	14.60	30.00	24.50	4.76	16.50	30.00	25.74	4.17	15 fő - 30%	35 fő - 70%
16 évesek	22.00	22.00	22.00	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%	
17 évesek	0	0	0	0	25.20	25.20	25.20	0.00		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	10.00	15.00	12.50	2.50	5.00	14.00	9.14	3.14	2 fő - 22%	7 fő - 78%
12 évesek	1.00	22.00	13.03	5.19	0.00	16.00	9.13	4.73	11 fő - 22%	40 fő - 78%
13 évesek	0.00	29.00	12.52	7.56	1.00	17.00	6.52	4.14	18 fő - 43%	24 fő - 57%
14 évesek	1.00	40.00	14.34	7.92	3.00	20.00	11.35	4.36	14 fő - 25%	41 fő - 75%
15 évesek	4.00	35.00	17.04	7.48	2.00	20.00	12.09	4.45	10 fő - 20%	40 fő - 80%
16 évesek	15.00	15.00	15.00	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%	
17 évesek	0	0	0	0	14.00	14.00	14.00	0.00		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	21.20	23.00	22.10	0.90	17.10	26.20	21.57	3.11		2 fő - 22%	7 fő - 78%
12 évesek	12.80	43.10	23.70	5.57	12.20	29.80	23.57	4.60	6 fő - 12%	9 fő - 18%	36 fő - 71%
13 évesek	15.90	42.40	27.99	8.81	19.00	34.80	26.16	3.86	4 fő - 10%	10 fő - 24%	28 fő - 67%
14 évesek	14.30	50.00	31.67	8.27	18.00	32.40	26.13	2.77	8 fő - 15%	10 fő - 18%	37 fő - 67%
15 évesek	10.00	55.40	35.06	9.61	18.50	39.70	27.50	5.16	7 fő - 14%	15 fő - 30%	28 fő - 56%
16 évesek	50.40	50.40	50.40	0.00	0	0	0	0			1 fő - 100%
17 évesek	0	0	0	0	33.80	33.80	33.80	0.00			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	175.00	193.00	184.00	9.00	100.00	190.00	143.57	26.95	2 fő - 22%	7 fő - 78%
12 évesek	110.00	215.00	159.06	27.92	100.00	190.00	142.67	27.07	16 fő - 31%	35 fő - 69%
13 évesek	100.00	213.00	162.71	31.28	110.00	208.00	145.24	25.00	16 fő - 38%	26 fő - 62%
14 évesek	131.00	250.00	171.94	26.98	126.00	212.00	157.80	22.75	20 fő - 36%	35 fő - 64%
15 évesek	92.00	260.00	168.96	36.83	20.00	170.00	144.35	29.23	18 fő - 37%	31 fő - 63%
16 évesek	190.00	190.00	190.00	0.00	0	0	0	0		1 fő - 100%
17 évesek	0	0	0	0	140.00	140.00	140.00	0.00		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	33.00	34.75	33.88	0.88	21.00	36.75	28.54	5.37	2 fő - 22%	7 fő - 78%
12 évesek	12.50	40.00	24.29	5.28	25.00	37.00	31.21	3.36	9 fő - 18%	42 fő - 82%
13 évesek	11.50	37.00	24.56	5.73	18.15	37.75	29.15	5.92	14 fő - 33%	28 fő - 67%
14 évesek	6.60	36.75	24.78	6.26	15.10	43.00	30.57	7.87	10 fő - 18%	45 fő - 82%
15 évesek	10.15	42.00	26.95	8.26	14.50	40.25	29.16	7.10	14 fő - 28%	36 fő - 72%
16 évesek	10.00	10.00	10.00	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%	
17 évesek	0	0	0	0	29.75	29.75	29.75	0.00	1 fő - 100%	

Összesen: 0 % 0 %