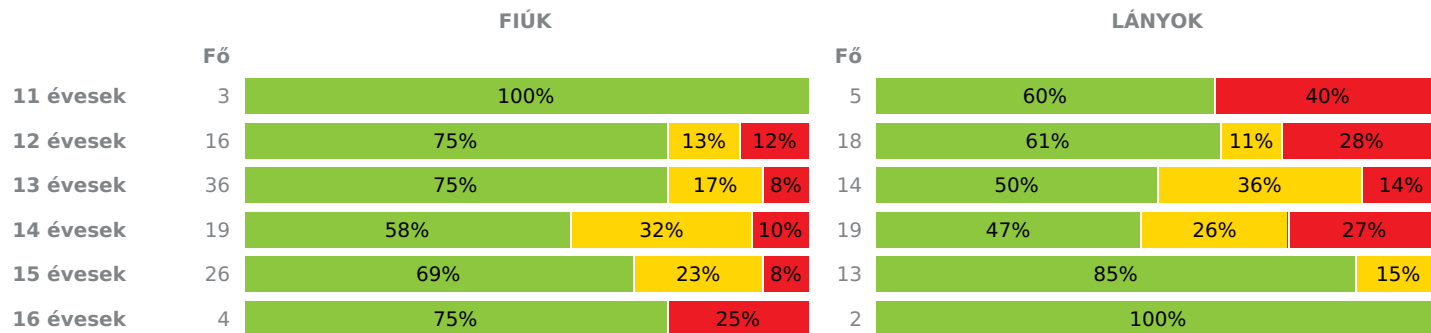


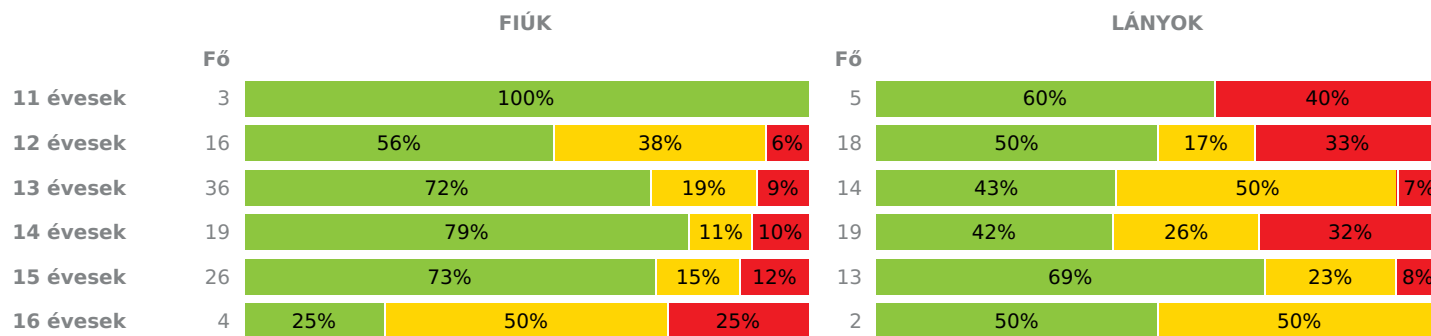


INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

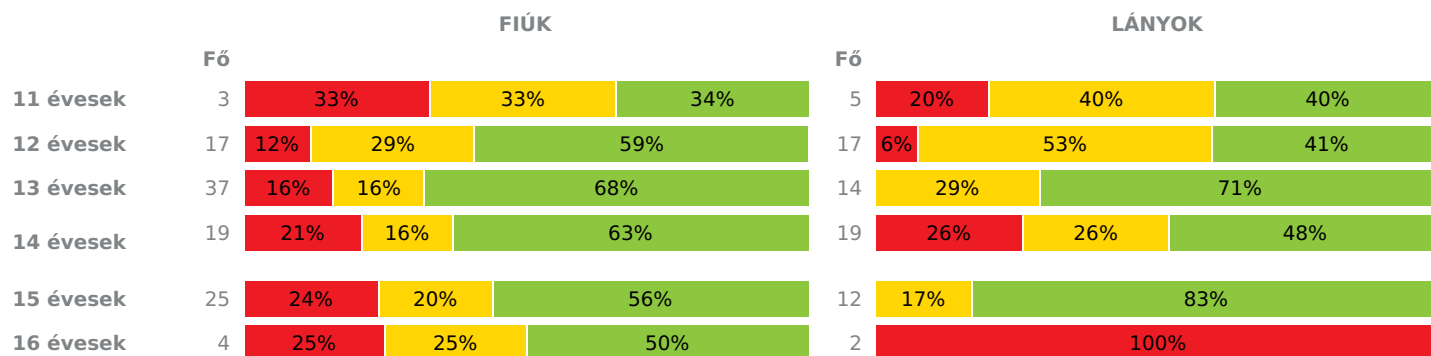
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)


Testzsírszázalék (TZS %)

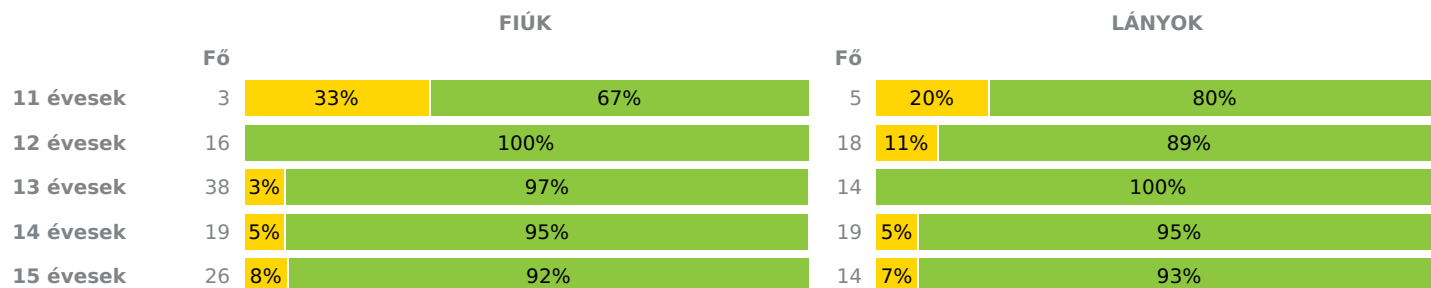


AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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


VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)



16 évesek	4	25%	75%	2	50%	50%
-----------	---	-----	-----	---	-----	-----

Törzsemelés teszt (cm)

FIÚK				LÁNYOK		
	Fő			Fő		
11 évesek	3	67%	33%	5	60%	40%
12 évesek	17	41%	59%	18	33%	67%
13 évesek	36	36%	64%	14	7%	93%
14 évesek	18	67%	33%	19	53%	47%
15 évesek	26	50%	50%	13	31%	69%
16 évesek	4	50%	50%	2	100%	

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

FIÚK				LÁNYOK		
	Fő			Fő		
11 évesek	3	33%	67%	5	60%	40%
12 évesek	17	12%	88%	18	28%	72%
13 évesek	38	13%	87%	14	21%	79%
14 évesek	19	21%	79%	19	16%	84%
15 évesek	25	32%	68%	14	7%	93%
16 évesek	4	50%	50%	2	100%	

Kézi szorítóerő mérése (kg)

FIÚK				LÁNYOK	
	Fő			Fő	
11 évesek	3	33%	33%	34%	5 100%
12 évesek	17	6%	24%	70%	18 11% 22% 67%
13 évesek	36	6%	25%	69%	14 7% 14% 79%
14 évesek	18	17%	17%	66%	19 5% 16% 79%
15 évesek	26	19%	12%	69%	13 38% 62%
16 évesek	4	25%	25%	50%	2 100%

Helyből távolugrás teszt (cm)

FIÚK				LÁNYOK		
	Fő			Fő		
11 évesek	3	33%	67%	5	60%	40%
12 évesek	17	29%	71%	17	35%	65%
13 évesek	38	34%	66%	14	21%	79%
14 évesek	19	37%	63%	19	42%	58%
15 évesek	26	35%	65%	12	100%	
16 évesek	4	50%	50%	2	100%	

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

FIÚK				LÁNYOK		
	Fő			Fő		
11 évesek	3	100%		5	100%	
12 évesek	16	19%	81%	18	11%	89%
13 évesek	36	14%	86%	14	7%	93%
14 évesek	19	16%	84%	19	5%	95%

15 évesek	26	23%	77%	14	43%	57%
16 évesek	4	50%	50%	2	50%	50%



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Hajdúböszörményi Bethlen Gábor Általános Iskola

Létszám: 181 / 109 fiú, 72 lány
Tanév: 2022/2023

Adatfeltöltöttségi állapot: 99,94 %
Nyomtatás dátuma: 2023.10.25 10:42:37

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	16.12	17.54	16.77	0.59	14.07	28.40	20.77	5.31	2 fő - 25%		6 fő - 75%
12 évesek	14.95	27.92	20.33	4.01	13.24	29.00	21.57	4.62	7 fő - 20%	4 fő - 12%	23 fő - 68%
13 évesek	14.90	34.68	20.63	4.70	17.64	33.66	23.20	4.84	5 fő - 10%	11 fő - 22%	34 fő - 68%
14 évesek	15.97	35.67	22.13	4.65	17.32	34.98	24.56	5.48	7 fő - 18%	11 fő - 29%	20 fő - 53%
15 évesek	16.30	41.12	22.74	5.17	17.83	26.96	20.92	2.80	2 fő - 5%	8 fő - 21%	29 fő - 74%
16 évesek	17.51	29.75	22.50	4.59	20.21	22.43	21.32	1.11	1 fő - 17%		5 fő - 83%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	17.70	19.30	18.33	0.69	8.00	39.00	24.64	11.45	2 fő - 25%		6 fő - 75%
12 évesek	10.00	37.30	21.03	8.23	7.00	40.30	25.91	10.37	7 fő - 21%	9 fő - 26%	18 fő - 53%
13 évesek	5.50	39.10	18.88	9.95	17.20	43.60	28.36	6.97	4 fő - 8%	14 fő - 28%	32 fő - 64%
14 évesek	9.40	40.20	19.15	8.83	16.00	44.60	30.41	8.78	8 fő - 21%	7 fő - 18%	23 fő - 61%
15 évesek	6.80	45.00	18.83	9.07	14.20	41.30	25.73	7.03	4 fő - 10%	7 fő - 18%	28 fő - 72%
16 évesek	13.60	32.10	22.25	6.58	28.70	31.30	30.00	1.30	1 fő - 17%	3 fő - 50%	2 fő - 33%
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	36.29	51.91	41.95	7.06	36.83	47.78	40.46	3.84	2 fő - 25%	3 fő - 38%	3 fő - 38%
12 évesek	36.10	56.63	43.71	6.50	36.20	45.52	40.36	2.51	3 fő - 9%	14 fő - 41%	17 fő - 50%
13 évesek	30.96	64.42	45.22	7.81	37.58	48.85	42.23	3.64	6 fő - 12%	10 fő - 20%	35 fő - 69%
14 évesek	34.88	54.23	44.37	5.72	33.22	51.23	40.01	4.29	9 fő - 24%	8 fő - 21%	21 fő - 55%
15 évesek	34.58	60.49	44.29	5.88	38.30	47.03	40.96	2.73	6 fő - 16%	7 fő - 19%	24 fő - 65%
16 évesek	36.07	55.02	44.46	7.01	33.38	35.84	34.61	1.23	3 fő - 50%	1 fő - 17%	2 fő - 33%
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	14.00	80.00	44.67	27.15	12.00	80.00	33.60	24.44	2 fő - 25%	6 fő - 75%
12 évesek	19.00	80.00	50.13	24.29	10.00	80.00	31.78	18.67	2 fő - 6%	32 fő - 94%
13 évesek	20.00	80.00	63.71	21.83	21.00	80.00	51.93	20.94	1 fő - 2%	51 fő - 98%
14 évesek	20.00	80.00	59.42	22.38	14.00	80.00	41.95	22.61	2 fő - 5%	36 fő - 95%
15 évesek	20.00	80.00	54.62	20.23	14.00	80.00	43.71	15.64	3 fő - 8%	37 fő - 93%
16 évesek	18.00	80.00	48.25	22.00	13.00	30.00	21.50	8.50	2 fő - 33%	4 fő - 67%
Összesen:									0 %	0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	16.00	24.00	19.00	3.56	18.00	28.50	22.50	4.45	5 fő - 63%	3 fő - 38%
12 évesek	16.00	27.50	23.56	3.39	16.00	30.00	24.44	3.80	13 fő - 37%	22 fő - 63%
13 évesek	12.00	30.00	23.46	5.11	19.80	30.00	26.34	3.02	14 fő - 28%	36 fő - 72%
14 évesek	10.00	30.00	20.37	5.16	10.10	30.00	22.68	6.29	22 fő - 59%	15 fő - 41%
15 évesek	14.00	30.00	22.71	5.40	18.40	30.00	25.21	3.75	17 fő - 44%	22 fő - 56%
16 évesek	18.90	30.00	23.60	4.08	30.00	30.00	30.00	0.00	2 fő - 33%	4 fő - 67%
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	3.00	30.00	18.00	11.22	4.00	15.00	7.40	3.93	4 fő - 50%	4 fő - 50%
12 évesek	3.00	30.00	14.35	6.46	4.00	20.00	9.00	3.59	7 fő - 20%	28 fő - 80%
13 évesek	7.00	30.00	16.29	5.35	3.00	22.00	12.86	6.38	8 fő - 15%	44 fő - 85%
14 évesek	5.00	28.00	17.42	6.14	2.00	16.00	10.84	4.02	7 fő - 18%	31 fő - 82%
15 évesek	1.00	28.00	16.56	6.98	5.00	20.00	12.64	4.56	9 fő - 23%	30 fő - 77%
16 évesek	9.00	20.00	14.00	4.30	9.00	15.00	12.00	3.00	2 fő - 33%	4 fő - 67%
Összesen:									0 %	0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FFSZ	 FSZ	 EZ
11 évesek	13.80	20.70	16.50	3.01	19.50	22.00	21.02	0.85	1 fő - 13%	1 fő - 13%	6 fő - 75%
12 évesek	16.00	40.90	24.33	5.78	12.00	26.70	22.13	3.70	3 fő - 9%	8 fő - 23%	24 fő - 69%
13 évesek	7.00	55.60	28.76	7.95	18.00	35.80	27.79	4.93	3 fő - 6%	11 fő - 22%	36 fő - 72%
14 évesek	17.00	55.60	35.61	11.23	19.70	45.00	30.34	6.13	4 fő - 11%	6 fő - 16%	27 fő - 73%
15 évesek	18.40	58.90	38.47	10.86	23.10	34.30	27.76	3.15	5 fő - 13%	8 fő - 21%	26 fő - 67%
16 évesek	26.60	48.60	37.58	9.13	32.00	38.60	35.30	3.30	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	115.00	175.00	151.67	26.25	90.00	140.00	118.00	19.39	4 fő - 50%	4 fő - 50%
12 évesek	110.00	203.00	144.71	42.90	100.00	200.00	142.00	23.73	11 fő - 32%	23 fő - 68%
13 évesek	115.00	250.00	171.34	33.29	115.00	200.00	160.64	26.81	16 fő - 31%	36 fő - 69%
14 évesek	120.00	243.00	179.58	33.33	91.00	206.00	140.74	28.14	15 fő - 39%	23 fő - 61%
15 évesek	135.00	235.00	188.73	33.21	138.00	208.00	163.25	18.63	9 fő - 24%	29 fő - 76%

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	20.50	37.00	29.25	6.77	26.50	31.00	28.60	1.66		8 fő - 100%
12 évesek	11.50	37.75	26.11	6.15	19.50	37.25	31.01	4.89	5 fő - 15%	29 fő - 85%
13 évesek	12.00	43.00	27.22	6.19	24.00	37.00	32.37	4.23	6 fő - 12%	44 fő - 88%
14 évesek	9.20	40.00	28.47	8.14	18.35	44.75	33.29	6.63	4 fő - 11%	34 fő - 89%
15 évesek	6.75	38.80	26.07	8.00	12.85	45.60	30.62	9.78	12 fő - 30%	28 fő - 70%
16 évesek	16.80	37.25	25.53	7.85	29.25	41.25	35.25	6.00	3 fő - 50%	3 fő - 50%