



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzőna

Létszám: 69 / 35 fiú, 34 lány  
Tanév: 2018/2019

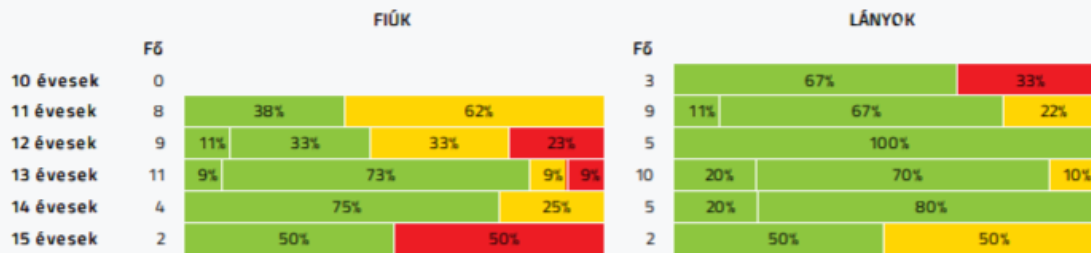
Átlagéletkor: 12

Adatfeltöltöttségi állapot: 98,55 %  
Nyomtatás dátuma: 2019.06.17 07:28:34

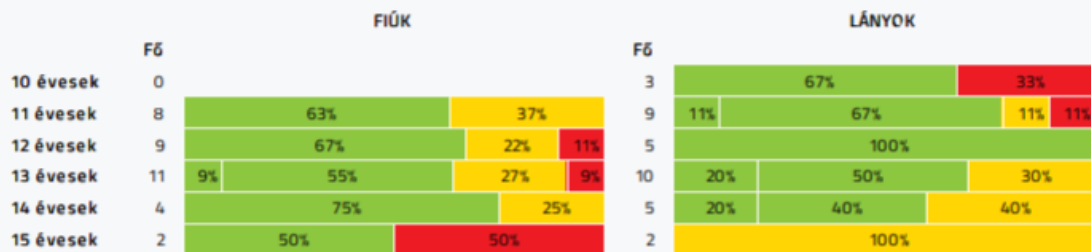
**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT**

**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**

Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)

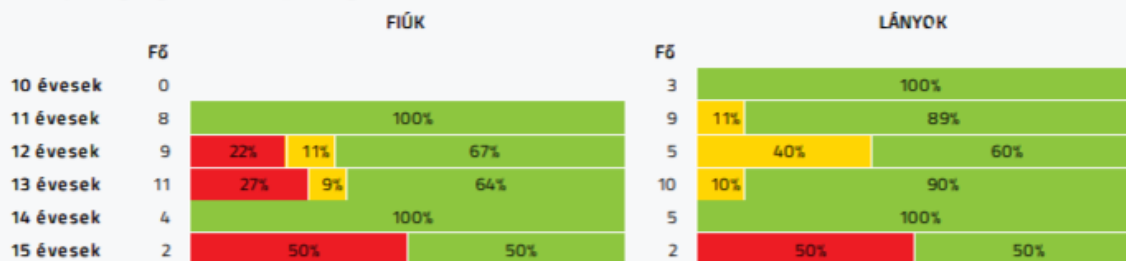


Testzsír százalék (TZS %)



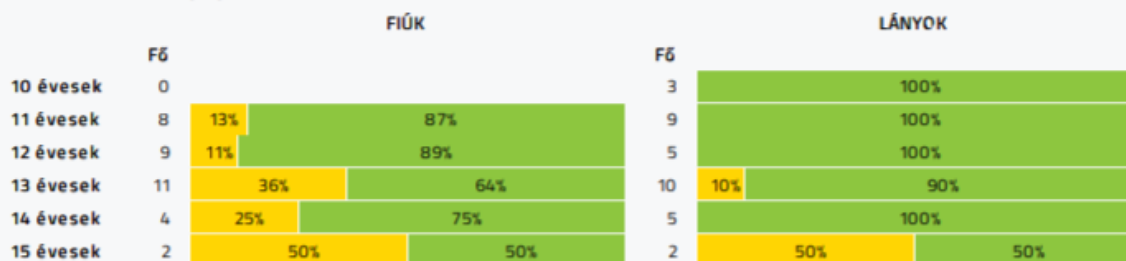
**AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL**

Állóképességi ingafutás (VO<sub>2max</sub>: ml/kg/min)



**VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL**

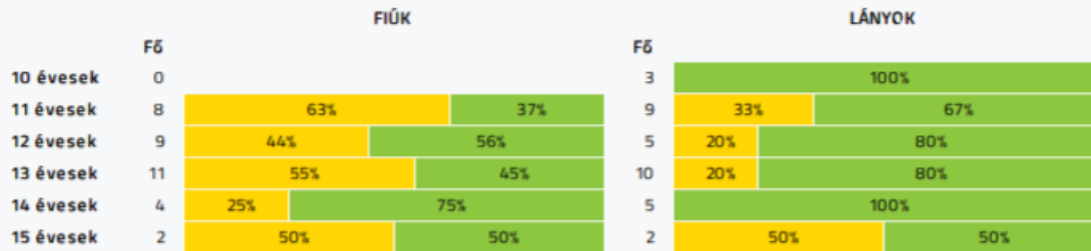
Ütemezett hasizom (db)



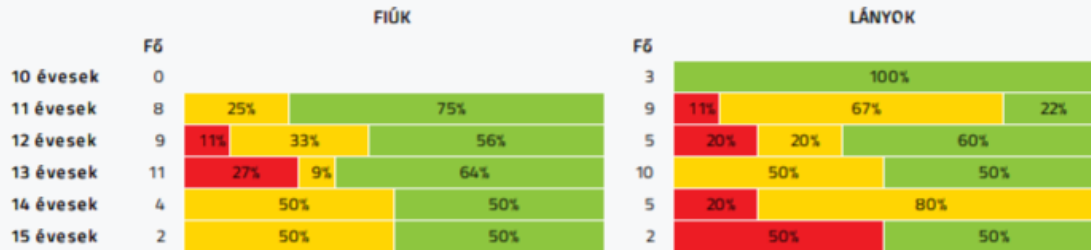
Törzsemelés teszt (cm)



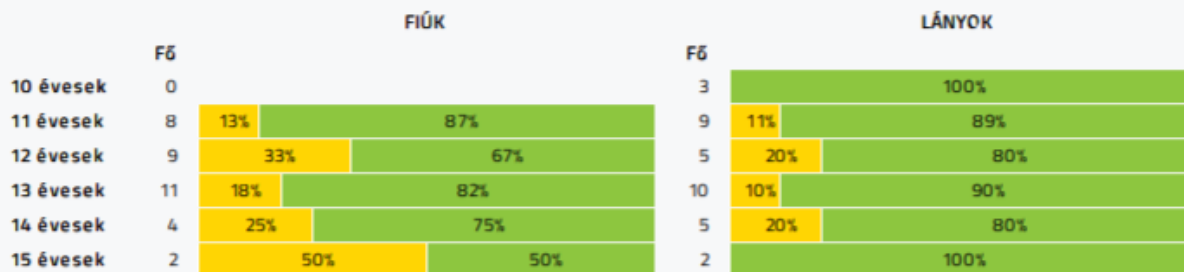
Ütemezett fekvőtámasz (db)



Kézi szorítóerő (kg)

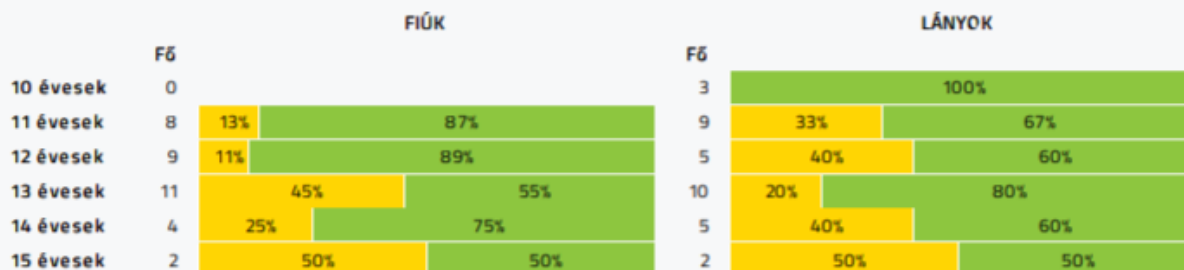


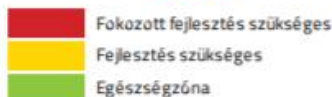
Helyből távolugrás (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)





Endre Király Általános Iskola 35954 / 1

Létszám: 69 / 35 fiú, 34 lány  
Tanév: 2018/2019

Átlagéletkor: 12

Adatfeltöltöttségi állapot: 98,55 %  
Nyomtatás dátuma: 2019.06.17 07:28:34

## INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT

## TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY			
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ	
10 évesek					16.32	24.73	20.09	3.49	1 fő - 33%		2 fő - 67%	
11 évesek	16.66	25.28	20.94	2.91	15.21	25.20	18.57	3.34		7 fő - 41%	10 fő - 59%	
12 évesek	15.14	33.34	21.92	5.65	16.64	18.68	17.61	0.8	2 fő - 15%	3 fő - 21%	9 fő - 64%	
13 évesek	15.58	29.73	20.61	3.89	14.09	23.93	19.25	2.72	1 fő - 4%	2 fő - 10%	18 fő - 86%	
14 évesek	17.09	24.16	20.39	2.52	16.00	23.33	20.30	2.76		1 fő - 11%	8 fő - 89%	
15 évesek	18.68	39.50	29.09	10.41	22.76	27.94	25.35	2.59	1 fő - 25%	1 fő - 25%	2 fő - 50%	
16 évesek												
17 évesek												
18+ évesek												
									Összesen:	7%	21%	72%

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY			
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ	
10 évesek					15.00	34.00	23.33	7.93	1 fő - 33%		2 fő - 67%	
11 évesek	14.00	32.00	21.75	6.89	12.00	39.00	20.89	8.8	1 fő - 5%	4 fő - 24%	12 fő - 71%	
12 évesek	12.00	39.00	22.56	8.07	14.00	18.00	16.00	1.79	1 fő - 7%	2 fő - 14%	11 fő - 79%	
13 évesek	6.00	35.00	19.18	9.02	8.00	30.00	21.20	7.24	1 fő - 4%	6 fő - 29%	14 fő - 67%	
14 évesek	11.00	22.00	17.25	4.02	10.00	35.00	24.80	9.41		3 fő - 33%	6 fő - 67%	
15 évesek	10.00	42.00	26.00	16	31.00	37.00	34.00	3	1 fő - 25%	2 fő - 50%	1 fő - 25%	
16 évesek												
17 évesek												
18+ évesek												
									Összesen:	7%	25%	68%

## AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

Állóképességi ingafutás (VO<sub>2max</sub>: ml/kg/min)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek					42.18	46.76	44.06	1.96			3 fő - 100%
11 évesek	40.35	55.17	46.70	4.99	38.94	56.94	47.09	6.44		1 fő - 6%	16 fő - 94%
12 évesek	35.34	61.11	44.05	7.46	37.11	55.82	44.24	6.58	2 fő - 14%	3 fő - 21%	9 fő - 64%
13 évesek	37.05	64.93	46.71	8.77	39.52	53.64	47.25	4.74	3 fő - 14%	2 fő - 10%	16 fő - 76%
14 évesek	44.05	57.81	51.02	5.47	40.52	48.28	44.19	2.46			9 fő - 100%

15 évesek	35.86	50.34	43.10	7.24	35.86	46.45	41.16	5.3	2 fő - 50%	2 fő - 50%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 10 % 9 % 81 %

#### VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

##### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					25.00	80.00	45.67	24.44		3 fő - 100%
11 évesek	14.00	80.00	40.38	20.51	15.00	78.00	29.33	18.6	1 fő - 6%	16 fő - 94%
12 évesek	9.00	80.00	46.78	27.7	35.00	80.00	53.60	17.37	1 fő - 7%	13 fő - 93%
13 évesek	8.00	80.00	39.91	28.07	2.00	80.00	48.80	25.47	5 fő - 24%	16 fő - 76%
14 évesek	20.00	80.00	48.00	25.19	25.00	80.00	48.00	26.15	1 fő - 11%	8 fő - 89%
15 évesek	6.00	24.00	15.00	9	6.00	28.00	17.00	11	2 fő - 50%	2 fő - 50%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 15 % 85 %

##### Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					12.00	20.00	16.67	3.4		3 fő - 100%
11 évesek	9.00	21.00	15.13	4.14	11.00	22.00	16.22	3.36		17 fő - 100%
12 évesek	9.00	22.00	16.44	4.81	14.00	26.00	20.80	3.97	12 fő - 86%	2 fő - 14%
13 évesek	11.00	23.00	17.64	4.46	11.00	30.00	19.90	5.09	17 fő - 81%	4 fő - 19%
14 évesek	12.00	22.00	17.25	3.7	14.00	26.00	19.00	3.95	8 fő - 89%	1 fő - 11%
15 évesek	15.00	24.00	19.50	4.5	19.00	23.00	21.00	2	2 fő - 50%	2 fő - 50%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 87 % 13 %

##### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					9.00	41.00	20.33	14.64		3 fő - 100%
11 évesek	3.00	20.00	8.50	6.96	2.00	19.00	10.78	5.55	8 fő - 47%	9 fő - 53%
12 évesek	1.00	24.00	13.11	8.96	5.00	25.00	18.40	6.95	5 fő - 36%	9 fő - 64%
13 évesek	4.00	22.00	11.73	5.67	2.00	22.00	12.80	6.23	8 fő - 38%	13 fő - 62%
14 évesek	12.00	25.00	17.75	5.12	9.00	15.00	11.40	2.24	1 fő - 11%	8 fő - 89%
15 évesek	1.00	24.00	12.50	11.5	5.00	12.00	8.50	3.5	2 fő - 50%	2 fő - 50%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 35 % 65 %

##### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek					17.00	24.00	20.00	2.94			3 fő - 100%
11 évesek	16.00	28.00	22.75	4.41	14.00	28.00	18.67	4.81	1 fő - 6%	8 fő - 47%	8 fő - 47%
12 évesek	17.00	30.00	24.11	4.23	17.00	27.00	22.60	3.44	2 fő - 14%	4 fő - 29%	8 fő - 57%
13 évesek	19.00	41.00	29.73	7.54	20.00	33.00	25.90	4.04	3 fő - 14%	6 fő - 29%	12 fő - 57%
14 évesek	31.00	36.00	33.00	1.87	21.00	24.00	22.60	1.2	1 fő - 11%	6 fő - 67%	2 fő - 22%
15 évesek	33.00	39.00	36.00	3	14.00	36.00	25.00	11	1 fő - 25%	1 fő - 25%	2 fő - 50%
16 évesek											
17 évesek											
18+ évesek											

Összesen: 12% 37% 51%

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					130.00	190.00	155.00	25.5		3 fő - 100%
11 évesek	125.00	200.00	161.25	22.47	120.00	181.00	151.22	16.32	2 fő - 12%	15 fő - 88%
12 évesek	110.00	195.00	153.89	26.12	110.00	180.00	155.00	24.49	4 fő - 29%	10 fő - 71%
13 évesek	150.00	220.00	180.00	21.32	130.00	190.00	164.00	17.86	3 fő - 14%	18 fő - 86%
14 évesek	140.00	220.00	180.00	28.5	100.00	180.00	148.00	26.57	2 fő - 22%	7 fő - 78%
15 évesek	140.00	200.00	170.00	30	140.00	180.00	160.00	20	1 fő - 25%	3 fő - 75%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 18% 82%

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					31.50	38.50	35.00	2.86		3 fő - 100%
11 évesek	15.66	36.00	27.02	6.46	13.12	36.50	28.85	7.09	4 fő - 24%	13 fő - 76%
12 évesek	19.00	40.00	27.56	6.19	17.68	38.00	26.04	7.37	3 fő - 21%	11 fő - 79%
13 évesek	12.50	36.00	22.78	7.31	14.65	44.00	29.62	7.49	7 fő - 33%	14 fő - 67%
14 évesek	13.50	33.00	24.50	7.49	15.00	41.50	29.03	11.38	3 fő - 33%	6 fő - 67%
15 évesek	17.50	26.50	22.00	4.5	14.60	41.00	27.80	13.2	2 fő - 50%	2 fő - 50%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 28% 72%