

Létszám: 61 / 35 fiú, 26 lány

Átlagéletkor: 13

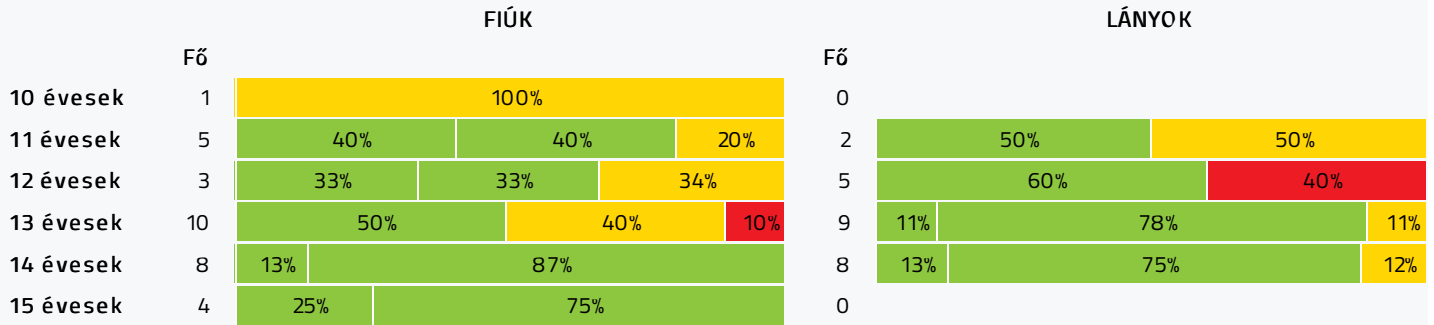
Tanév: 2017/2018

Adatfeltöltöttségi állapot: 25,38 %

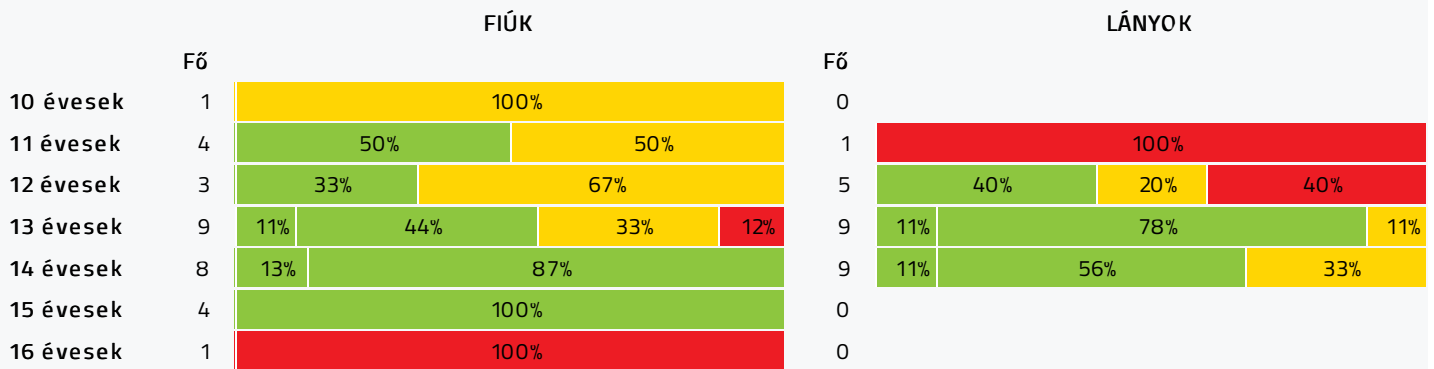
Nyomtatás dátuma: 2019.12.07 20:45:09

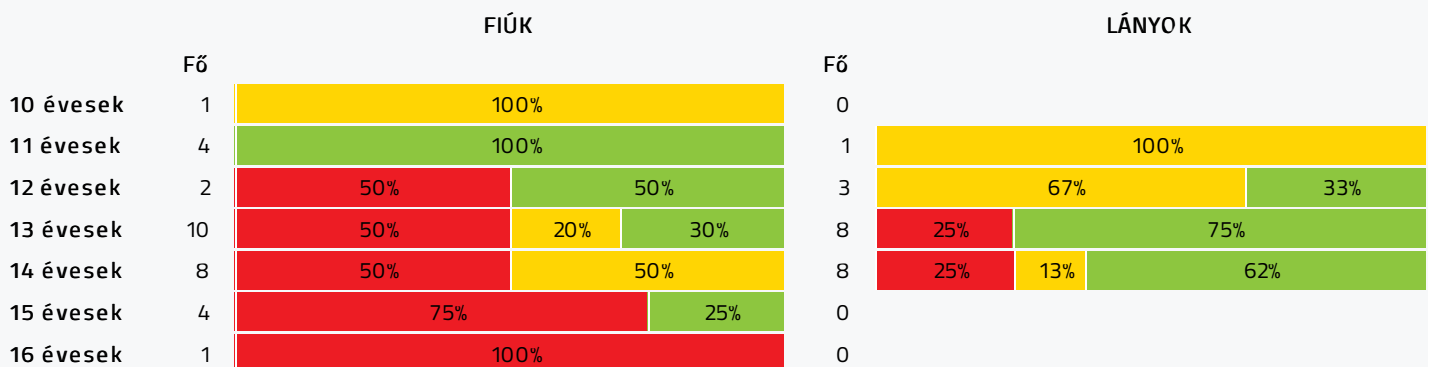
- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészséges

**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT**
**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**

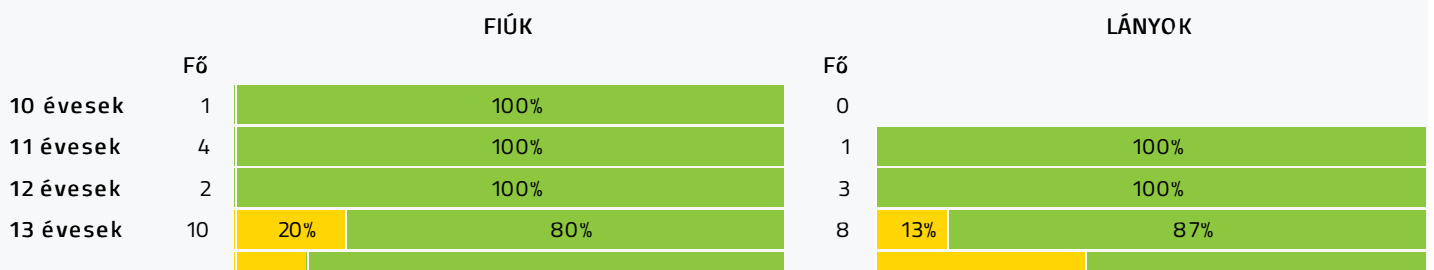
 Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)


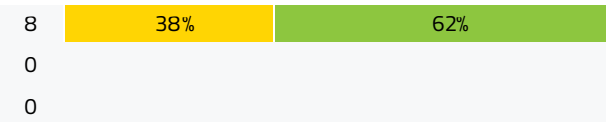
Testzsír százalék (TZS %)


**AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL**

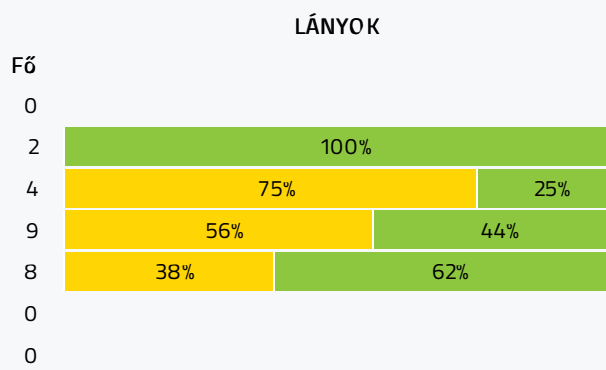
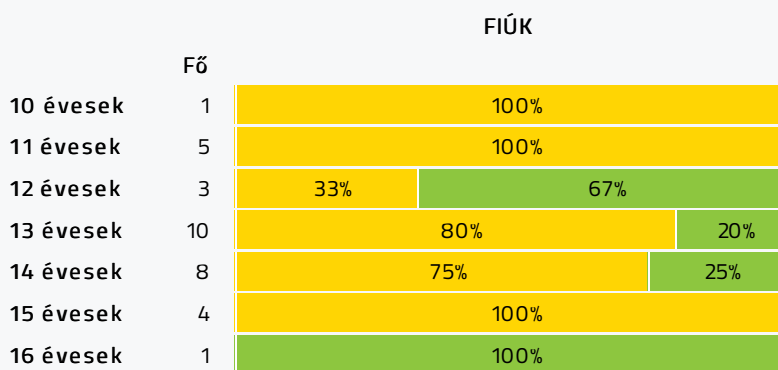
 Állóképességi ingafutás (VO<sub>2max</sub>: ml/kg/min)

**VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL**

Ütemezett hasizom (db)

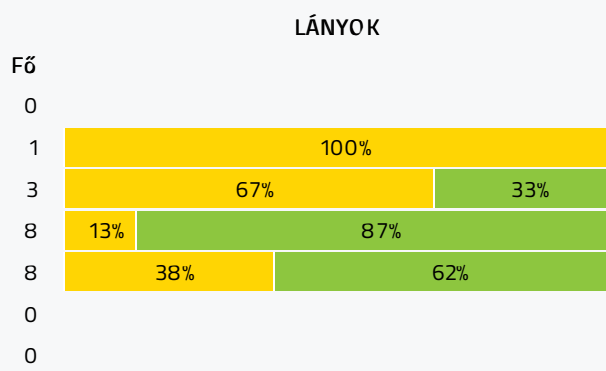
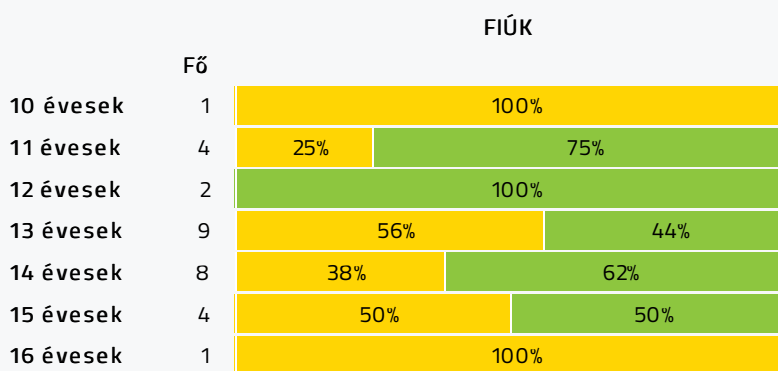




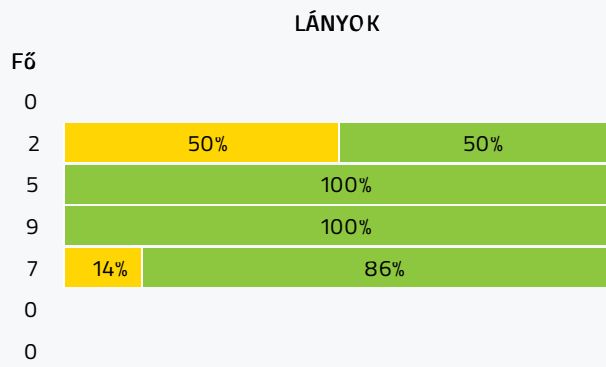
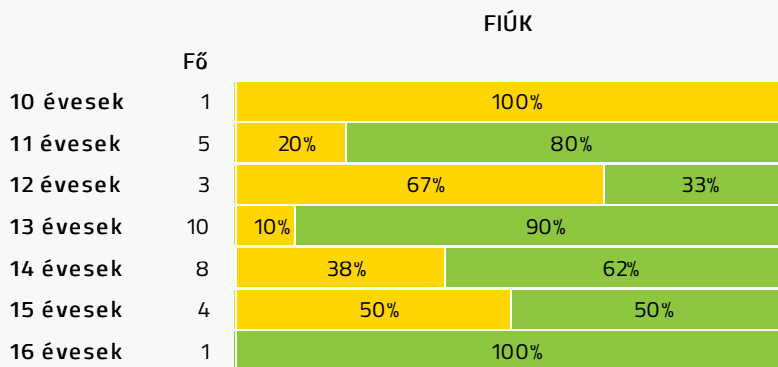
Törzsemelés teszt (cm)



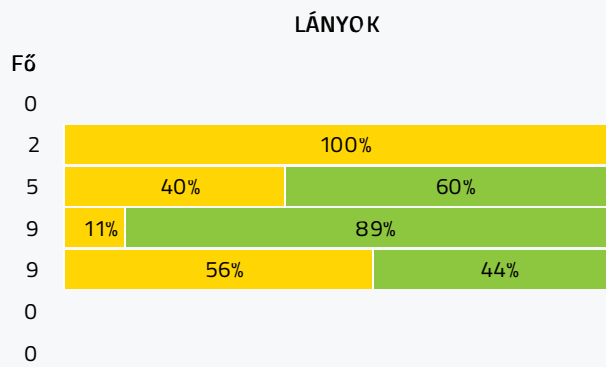
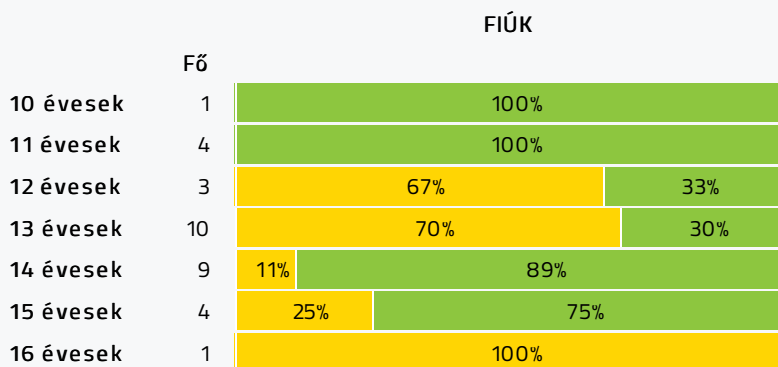
Ütmezett fekvőtámasz (db)



Kézi szorítóerő (kg)



Helyből távolugrás (cm)

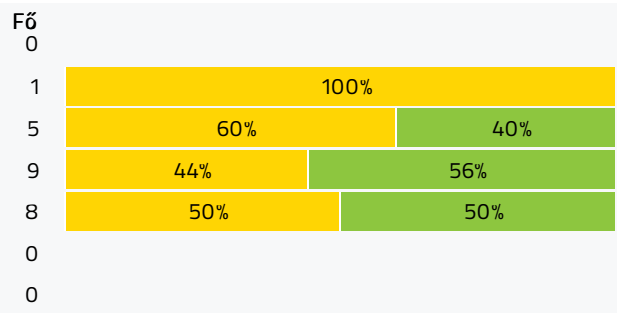
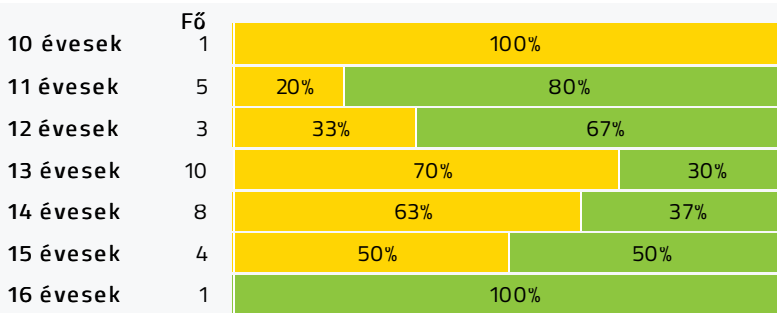


HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

FIÚK

LÁNYOK



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Budapest VI. Kerületi Vörösmarty Mihály Általános Iskola 34904 / 1

Létszám: 61 / 35 fiú, 26 lány

Átlagéletkor: 13

Tanév: 2017/2018

Adatfeltöltöttségi állapot: 25,38 %

Nyomtatás dátuma: 2019.12.07 20:45:09

### 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	20.74	20.74	20.74	0.00							1 fő - 100%
11 évesek	13.55	23.01	17.24	3.44	12.58	23.22	17.90	5.32			2 fő - 29% 5 fő - 71%
12 évesek	14.28	21.96	19.14	3.45	16.76	28.07	22.10	4.90	2 fő - 24%	1 fő - 13%	5 fő - 63%
13 évesek	16.51	28.79	21.16	3.82	15.87	25.04	19.26	2.37	1 fő - 6%	5 fő - 26%	13 fő - 68%
14 évesek	16.22	21.76	18.47	1.97	15.15	24.95	20.22	2.76		1 fő - 6%	15 fő - 94%
15 évesek	16.71	21.68	19.48	1.92							4 fő - 100%
16 évesek											
17 évesek											
18+ évesek											
Összesen:									5 %	18 %	77 %

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek	29.20	29.20	29.20	0.00							1 fő - 100%
11 évesek	20.30	32.60	25.63	5.25	35.00	35.00	35.00	0.00	1 fő - 20%	2 fő - 40%	2 fő - 40%
12 évesek	9.10	29.60	21.93	9.13	13.40	37.30	26.36	10.02	2 fő - 24%	3 fő - 38%	3 fő - 38%
13 évesek	5.00	37.20	19.69	9.19	10.10	32.60	21.34	6.34	1 fő - 6%	4 fő - 22%	13 fő - 72%
14 évesek	5.30	18.70	11.73	4.51	13.90	33.80	25.01	6.29		3 fő - 18%	14 fő - 82%
15 évesek	8.50	18.80	14.18	3.69							4 fő - 100%
16 évesek	39.10	39.10	39.10	0.00					1 fő - 100%		
17 évesek											
18+ évesek											
Összesen:									9 %	24 %	67 %

#### 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	37.68	37.68	37.68	0.00							1 fő - 100%
11 évesek	41.17	45.70	44.19	1.77	37.69	37.69	37.69	0.00			1 fő - 20% 4 fő - 80%
12 évesek	36.48	42.21	39.35	2.87	38.46	43.43	40.47	2.14	1 fő - 20%	2 fő - 40%	2 fő - 40%
13 évesek	34.58	46.86	39.85	4.09	35.40	45.54	41.11	3.50	7 fő - 39%	2 fő - 11%	9 fő - 50%
14 évesek	34.88	41.59	39.00	2.51	31.94	45.17	38.81	4.10	6 fő - 38%	5 fő - 31%	5 fő - 31%
15 évesek	33.32	44.15	38.98	3.84					3 fő - 75%		1 fő - 25%
16 évesek	33.88	33.88	33.88	0.00					1 fő - 100%		
17 évesek											
18+ évesek											
Összesen:									36 %	22 %	42 %

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	60.00	60.00	60.00	0.00						1 fő - 100%
11 évesek	33.00	80.00	62.50	19.45	30.00	30.00	30.00	0.00		5 fő - 100%
12 évesek	32.00	40.00	36.00	4.00	34.00	50.00	40.67	6.80		5 fő - 100%
13 évesek	19.00	80.00	48.30	24.58	4.00	47.00	31.63	13.85	3 fő - 17%	15 fő - 83%
14 évesek	20.00	80.00	59.00	22.45	4.00	80.00	39.88	28.14	4 fő - 25%	12 fő - 75%
15 évesek	35.00	80.00	63.75	18.50						4 fő - 100%
16 évesek	32.00	32.00	32.00	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										
Összesen:									14 %	86 %

### Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	16.00	16.00	16.00	0.00						1 fő - 100%
11 évesek	16.00	22.00	18.90	2.06	23.00	25.00	24.00	1.00	5 fő - 71%	2 fő - 29%
12 évesek	22.00	25.50	23.50	1.47	18.00	28.00	22.25	3.63	4 fő - 57%	3 fő - 43%
13 évesek	11.50	27.80	19.33	4.50	16.00	25.00	21.63	3.23	13 fő - 68%	6 fő - 32%
14 évesek	12.00	24.50	19.74	3.78	17.00	25.00	22.88	2.52	9 fő - 56%	7 fő - 44%
15 évesek	15.00	22.50	19.63	2.81					4 fő - 100%	
16 évesek	27.00	27.00	27.00	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										
Összesen:									65 %	35 %

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	6.00	6.00	6.00	0.00						1 fő - 100%
11 évesek	1.00	11.00	8.00	4.06	0.00	0.00	0.00	0.00	2 fő - 40%	3 fő - 60%
12 évesek	13.00	20.00	16.50	3.50	2.00	20.00	9.00	7.87	2 fő - 40%	3 fő - 60%
13 évesek	1.00	29.00	14.00	8.63	6.00	16.00	11.88	3.59	6 fő - 35%	11 fő - 65%
14 évesek	3.00	32.00	16.50	9.07	0.00	22.00	12.38	8.03	6 fő - 38%	10 fő - 63%

15 évesek	5.00	30.00	18.75	11.39					2 fő - 50%	2 fő - 50%
16 évesek	10.00	10.00	10.00	0.00					1 fő - 100%	
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 41% 59%

#### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	14.35	14.35	14.35	0.00					1 fő - 100%	
11 évesek	10.60	23.75	19.10	4.46	8.15	15.35	11.75	3.60	2 fő - 29%	5 fő - 71%
12 évesek	14.05	22.55	17.75	3.56	18.70	24.35	21.76	1.96	2 fő - 25%	6 fő - 75%
13 évesek	19.55	35.35	24.99	4.41	17.10	32.60	23.76	4.80	1 fő - 5%	18 fő - 95%
14 évesek	19.80	40.15	30.04	7.15	10.60	29.70	22.50	5.81	4 fő - 27%	11 fő - 73%
15 évesek	18.60	43.90	30.05	9.88					2 fő - 50%	2 fő - 50%
16 évesek	42.50	42.50	42.50	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 22% 78%

#### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	130.00	130.00	130.00	0.00						1 fő - 100%
11 évesek	138.00	175.00	154.50	14.26	115.00	115.00	115.00	0.00	2 fő - 33%	4 fő - 67%
12 évesek	115.00	175.00	144.33	24.51	103.00	150.00	129.20	17.97	4 fő - 50%	4 fő - 50%
13 évesek	130.00	210.00	157.40	26.61	120.00	190.00	158.67	20.89	8 fő - 42%	11 fő - 58%
14 évesek	165.00	252.00	196.67	23.54	115.00	170.00	140.56	17.86	6 fő - 33%	12 fő - 67%
15 évesek	110.00	290.00	195.00	64.23					1 fő - 25%	3 fő - 75%
16 évesek	170.00	170.00	170.00	0.00					1 fő - 100%	
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 39% 61%

#### HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

##### Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	10.00	10.00	10.00	0.00					1 fő - 100%	
11 évesek	10.50	29.00	22.32	6.39	19.50	19.50	19.50	0.00	2 fő - 33%	4 fő - 67%
12 évesek	19.00	25.00	22.00	2.45	20.00	38.00	25.20	6.67	4 fő - 50%	4 fő - 50%
13 évesek	7.50	25.00	17.95	4.55	14.50	32.50	25.72	5.41	11 fő - 58%	8 fő - 42%
14 évesek	12.50	30.25	19.63	6.64	18.50	34.00	25.81	5.62	9 fő - 56%	7 fő - 44%
15 évesek	19.00	27.50	23.13	3.90					2 fő - 50%	2 fő - 50%
16 évesek	29.00	29.00	29.00	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 53% 47%

