

Létszám: 160 / 78 fiú, 82 lány

Tanév: 2021/2022

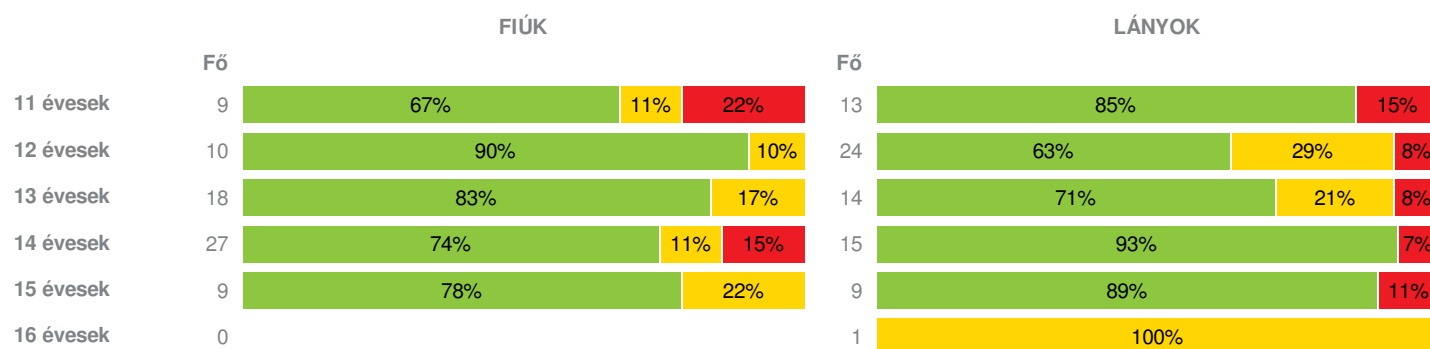
Adatfeltöltöttségi állapot: 94,31 %

Nyomtatás dátuma: 2022.06.19 16:32:26

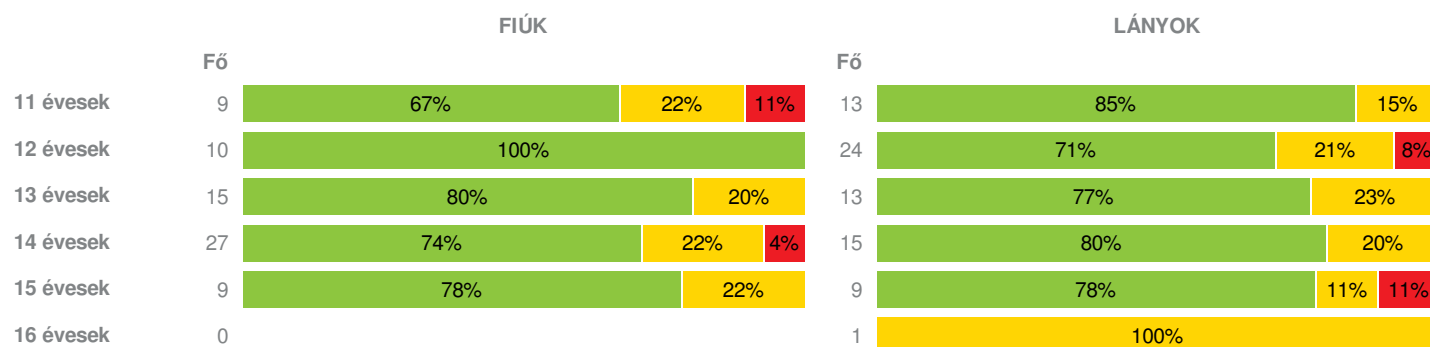


INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

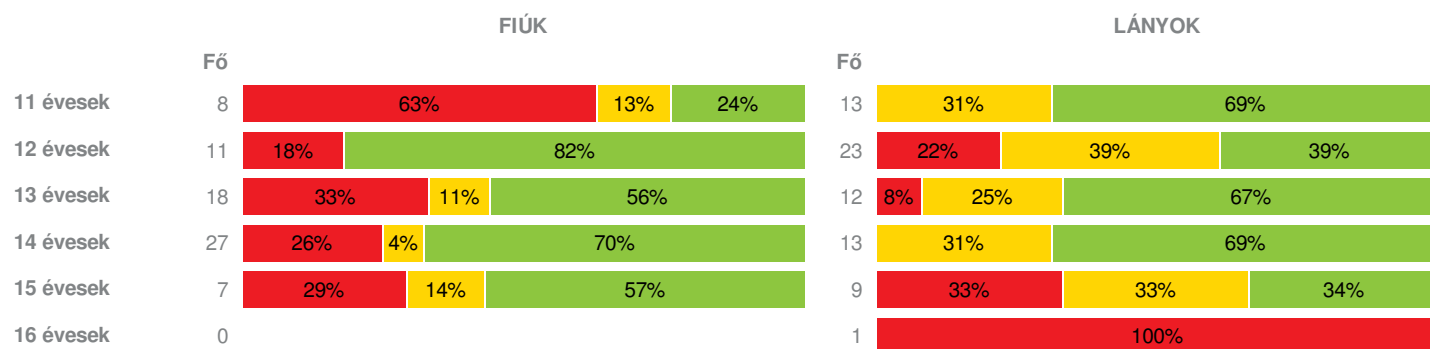
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

 Testtömegindex (BMI: kg/m²)


Testzsírszázalék (TZS %)



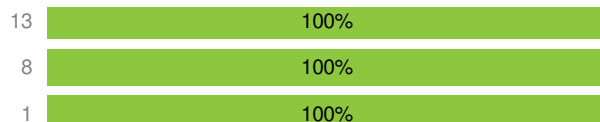
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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


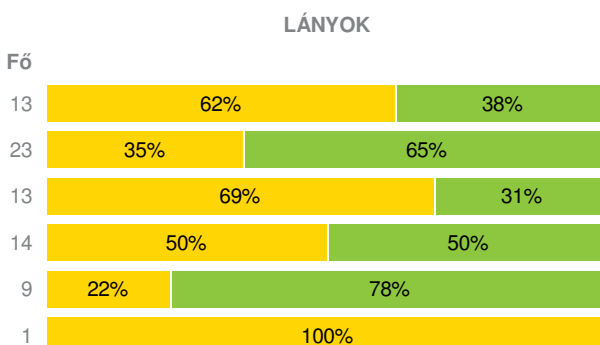
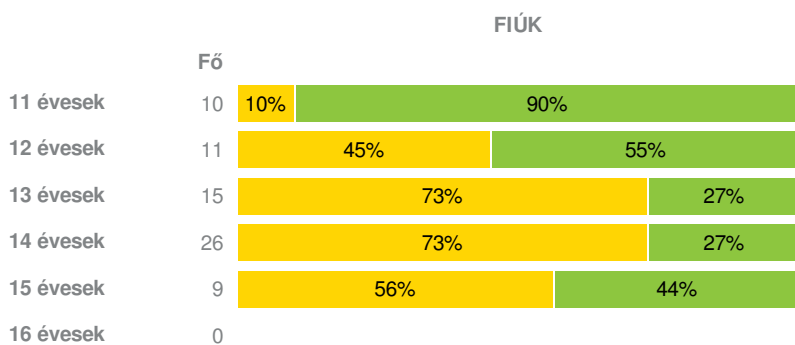
VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

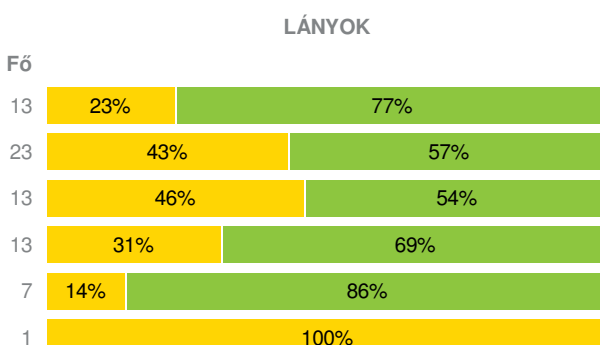
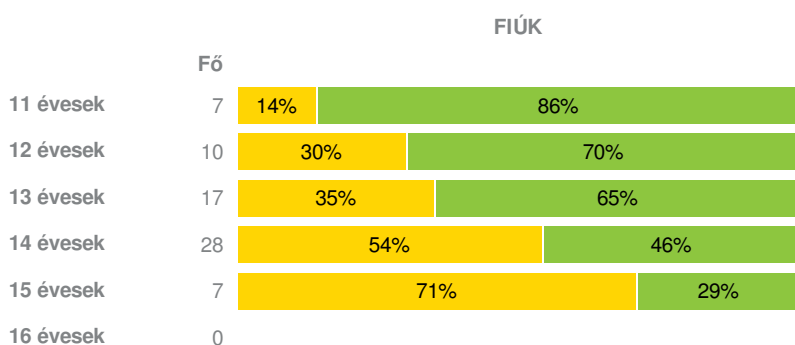




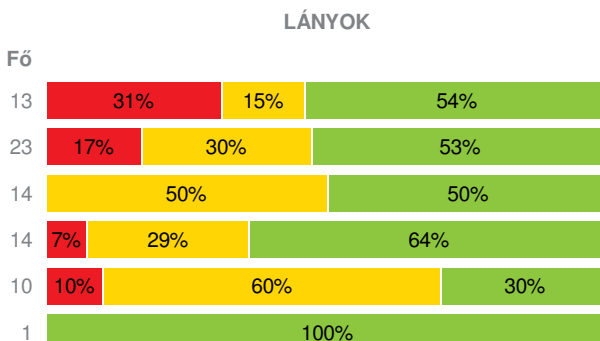
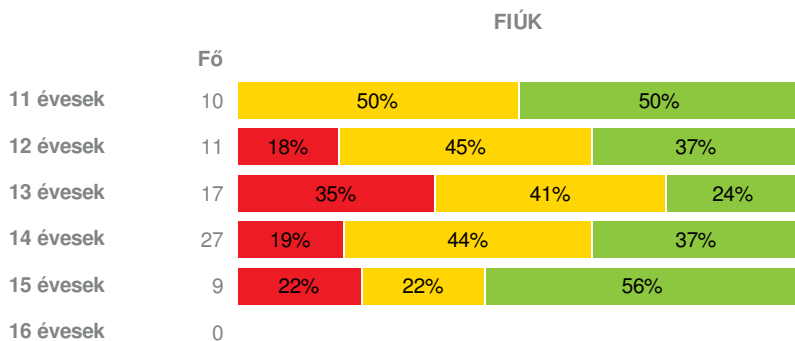
Törzsemelés teszt (cm)



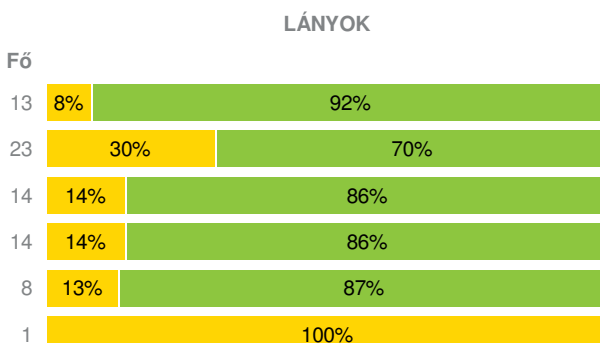
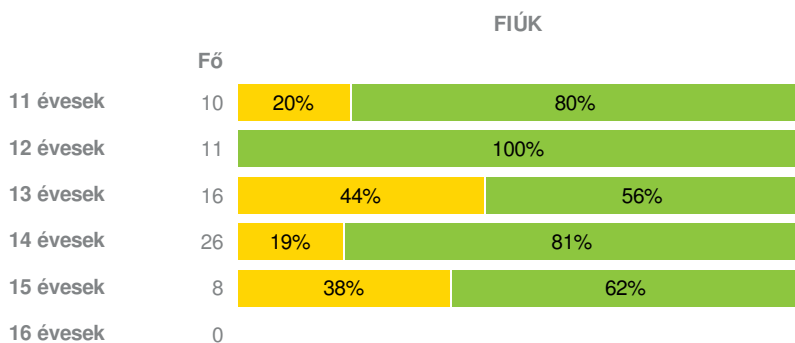
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)

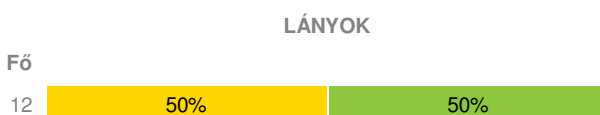
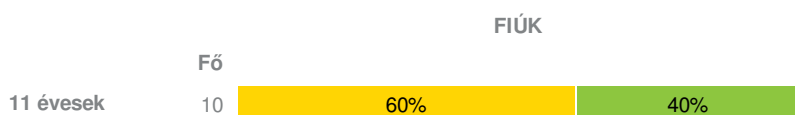


Helyből távolugrás teszt (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)



12 évesek	11	64%	36%	23	39%	61%
13 évesek	18	61%	39%	14	50%	50%
14 évesek	28	64%	36%	15	27%	73%
15 évesek	9	44%	56%	9	33%	67%
16 évesek	0			1	100%	

Magyar Diáksport Szövetség - 2022



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Budapest V. Kerületi Hild József Általános Iskola

Létszám: 160 / 78 fiú, 82 lány

Tanév: 2021/2022

Adatfeltöltöttségi állapot: 94,31 %

Nyomtatás dátuma: 2022.06.19 16:32:26



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	14.86	28.82	19.91	4.73	14.03	27.90	18.38	4.22	4 fő - 18%	1 fő - 5%	17 fő - 77%
12 évesek	15.58	21.19	18.54	2.03	15.24	30.04	21.03	3.66	2 fő - 5%	8 fő - 24%	24 fő - 71%
13 évesek	11.93	27.20	18.73	3.22	15.85	29.06	19.74	3.70	1 fő - 3%	6 fő - 19%	25 fő - 78%
14 évesek	16.55	31.24	20.95	4.33	16.36	29.05	19.69	2.95	5 fő - 12%	3 fő - 7%	34 fő - 81%
15 évesek	16.74	27.17	20.68	3.35	15.82	29.35	19.81	3.93	1 fő - 6%	2 fő - 11%	15 fő - 83%
16 évesek					24.89	24.89	24.89	0.00		1 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	5.50	35.00	18.47	9.58	8.30	31.80	17.04	7.71	1 fő - 5%	4 fő - 18%	17 fő - 77%
12 évesek	5.30	18.00	13.29	3.66	8.20	39.50	21.70	8.29	2 fő - 6%	5 fő - 15%	27 fő - 79%
13 évesek	5.40	27.70	14.47	6.92	7.00	31.10	19.42	7.14		6 fő - 21%	22 fő - 79%
14 évesek	5.00	36.70	16.62	8.48	8.00	31.00	21.02	6.73	1 fő - 3%	9 fő - 21%	32 fő - 76%
15 évesek	8.00	28.40	15.38	6.73	7.00	42.80	19.96	10.85	1 fő - 5%	3 fő - 17%	14 fő - 78%
16 évesek					34.00	34.00	34.00	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	36.73	43.98	38.50	2.44	39.13	48.68	43.34	3.17	5 fő - 24%	5 fő - 24%	11 fő - 52%
12 évesek	36.07	53.73	43.81	5.09	35.99	60.72	40.95	5.27	7 fő - 21%	9 fő - 26%	18 fő - 53%
13 évesek	34.98	49.72	41.62	4.67	36.39	48.89	41.17	3.52	7 fő - 23%	5 fő - 17%	18 fő - 60%
14 évesek	35.42	55.76	45.40	5.94	36.39	46.48	40.76	3.10	7 fő - 18%	5 fő - 13%	28 fő - 70%

15 évesek	32.84	54.02	44.23	7.70	34.13	58.96	41.36	7.52	5 fő - 31%	4 fő - 25%	7 fő - 44%
16 évesek					32.31	32.31	32.31	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	29.00	80.00	73.63	16.87	34.00	80.00	55.23	18.61		21 fő - 100%
12 évesek	26.00	80.00	72.40	16.80	7.00	80.00	51.30	23.89	1 fő - 3%	32 fő - 97%
13 évesek	10.00	80.00	42.06	22.22	18.00	80.00	44.29	21.19	1 fő - 3%	30 fő - 97%
14 évesek	15.00	80.00	49.64	22.86	20.00	80.00	39.46	20.66	1 fő - 2%	40 fő - 98%
15 évesek	30.00	80.00	61.17	17.01	32.00	80.00	69.25	18.79		14 fő - 100%
16 évesek					27.00	27.00	27.00	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	15.20	30.00	27.82	4.70	18.80	30.00	23.72	3.55	9 fő - 39%	14 fő - 61%
12 évesek	17.60	30.00	25.40	5.07	13.40	30.00	23.97	5.35	13 fő - 38%	21 fő - 62%
13 évesek	15.00	30.00	20.62	4.60	12.00	30.00	19.86	4.76	20 fő - 71%	8 fő - 29%
14 évesek	13.10	30.00	21.01	4.08	14.70	30.00	23.14	4.60	26 fő - 65%	14 fő - 35%
15 évesek	13.00	30.00	22.44	5.79	18.70	30.00	26.56	4.58	7 fő - 39%	11 fő - 61%
16 évesek					22.30	22.30	22.30	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	1.00	79.00	21.00	24.33	3.00	49.00	16.77	14.98	4 fő - 20%	16 fő - 80%
12 évesek	5.00	80.00	23.10	22.32	0.00	80.00	21.13	26.89	13 fő - 39%	20 fő - 61%
13 évesek	1.00	80.00	14.35	17.42	0.00	23.00	9.46	6.98	12 fő - 40%	18 fő - 60%
14 évesek	0.00	30.00	12.11	7.68	0.00	20.00	9.85	5.83	19 fő - 46%	22 fő - 54%
15 évesek	9.00	30.00	15.29	7.65	3.00	25.00	13.57	6.72	6 fő - 43%	8 fő - 57%
16 évesek					0.00	0.00	0.00	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	16.40	28.90	20.72	3.99	12.10	28.30	18.13	5.05	4 fő - 17%	7 fő - 30%	12 fő - 52%
12 évesek	15.50	27.70	20.07	3.87	11.30	32.30	22.14	5.00	6 fő - 18%	12 fő - 35%	16 fő - 47%
13 évesek	14.40	39.00	23.09	6.63	18.30	32.30	23.91	3.69	6 fő - 19%	14 fő - 45%	11 fő - 35%
14 évesek	17.20	78.50	30.32	11.07	21.10	38.10	27.69	4.99	6 fő - 15%	16 fő - 39%	19 fő - 46%
15 évesek	21.40	50.00	34.57	10.42	20.40	32.50	24.67	3.07	3 fő - 16%	8 fő - 42%	8 fő - 42%
16 évesek					31.40	31.40	31.40	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	130.00	174.00	151.60	12.98	110.00	180.00	151.08	17.81	3 fő - 13%	20 fő - 87%
12 évesek	150.00	183.00	166.36	11.55	100.00	175.00	144.04	21.99	7 fő - 21%	27 fő - 79%
13 évesek	105.00	230.00	156.63	28.36	130.00	176.00	153.21	14.29	9 fő - 30%	21 fő - 70%
14 évesek	127.00	230.00	184.85	26.68	100.00	218.00	157.29	28.40	7 fő - 18%	33 fő - 83%
15 évesek	149.00	250.00	195.13	35.23	110.00	204.00	162.88	29.65	4 fő - 25%	12 fő - 75%
16 évesek					131.00	131.00	131.00	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	13.30	25.50	19.38	4.32	17.10	32.50	23.74	5.00	12 fő - 55%	10 fő - 45%
12 évesek	13.90	26.00	20.02	3.36	18.00	38.30	27.17	6.45	16 fő - 47%	18 fő - 53%
13 évesek	4.55	31.00	17.56	7.70	10.75	38.50	24.90	8.49	18 fő - 56%	14 fő - 44%
14 évesek	6.60	33.00	19.18	6.28	8.85	37.50	29.09	8.83	22 fő - 51%	21 fő - 49%
15 évesek	10.00	30.00	18.67	6.83	12.00	48.00	35.09	12.73	7 fő - 39%	11 fő - 61%
16 évesek					23.30	23.30	23.30	0.00	1 fő - 100%	

Összesen: 0 % 0 %