

■ Fokozott fejlesztés szükséges  
■ Fejlesztés szükséges  
■ Egészségzóna

Létszám: **159 / 75 fiú, 84 lány**  
 Tanév: **2021/2022**

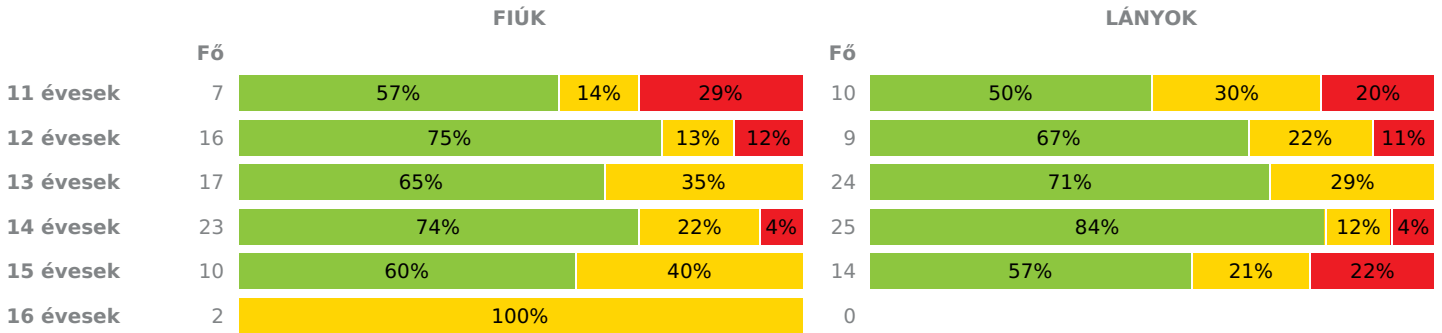


Adatfeltöltöttségi állapot: 77,83 %  
 Nyomtatás dátuma: 2022.12.07 19:27:38

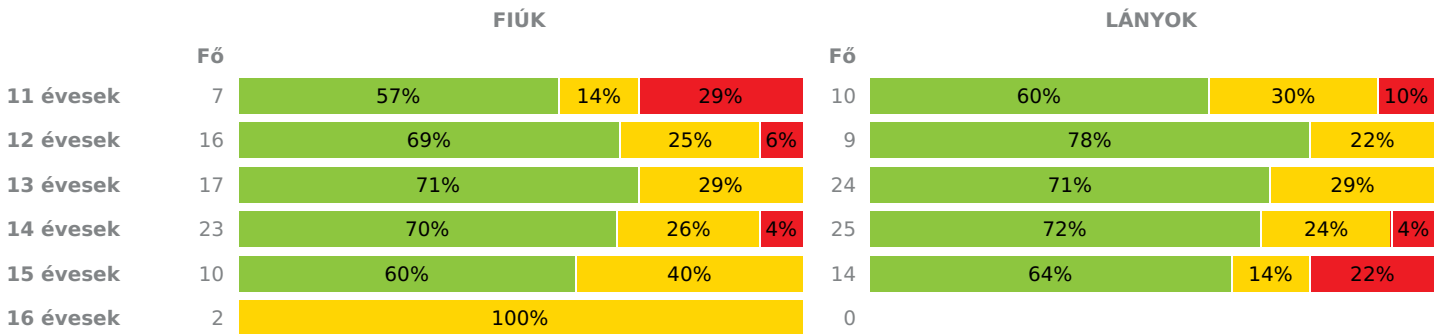
## INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

#### Testtömegindex (BMI: kg/m<sup>2</sup>)

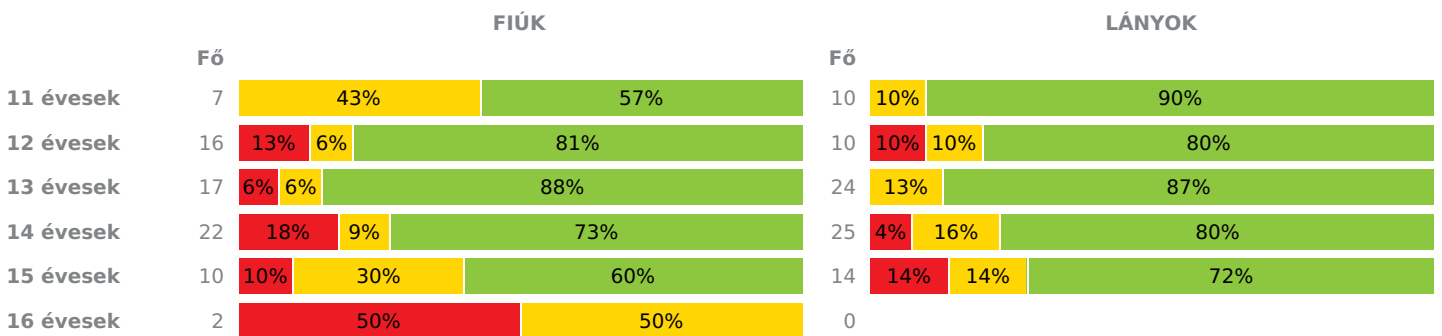


#### Testzsírszázalék (TZS %)



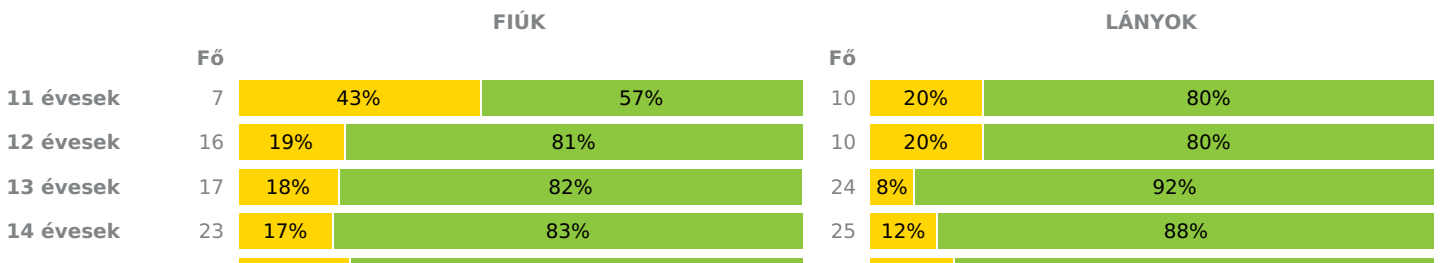
### AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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



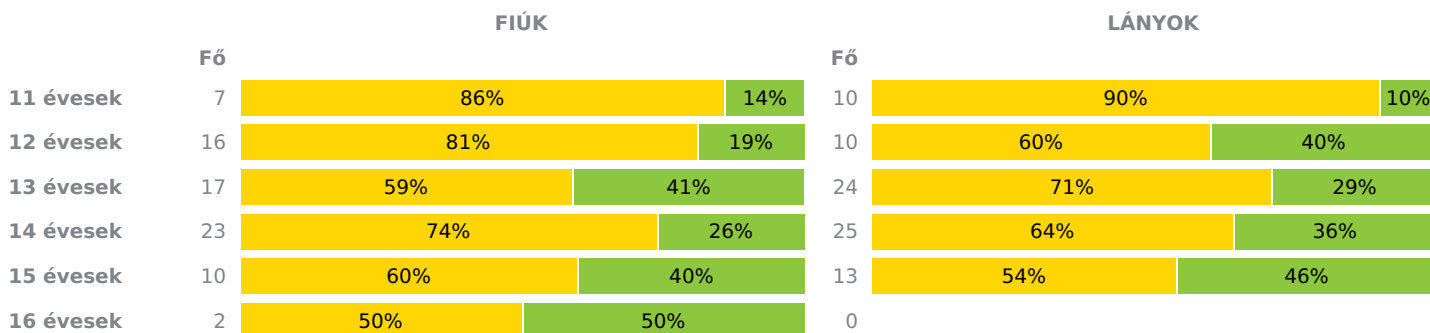
### VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

#### Ütemezett hasizom teszt (db)

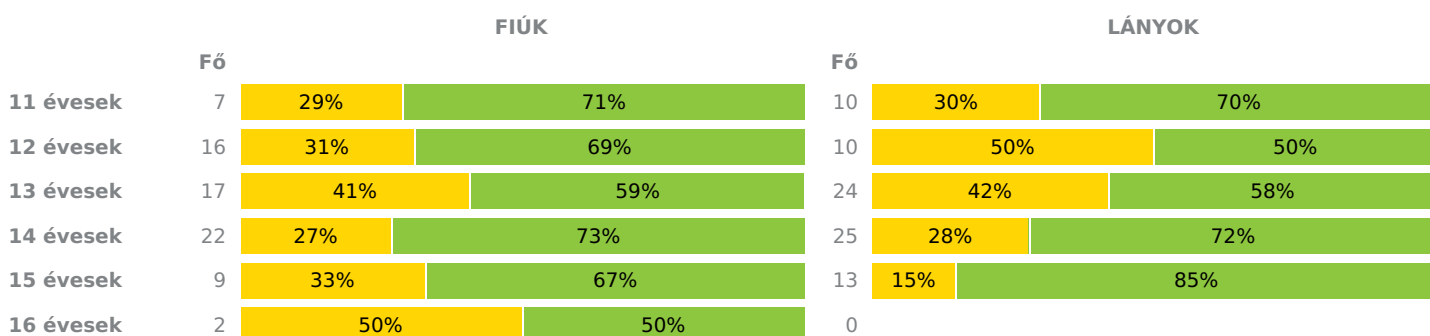




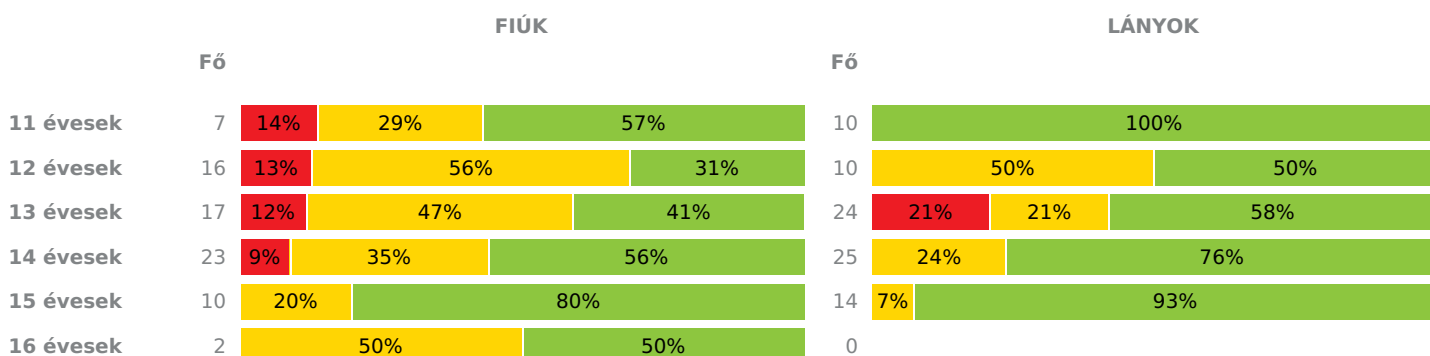
### Törzsemelés teszt (cm)



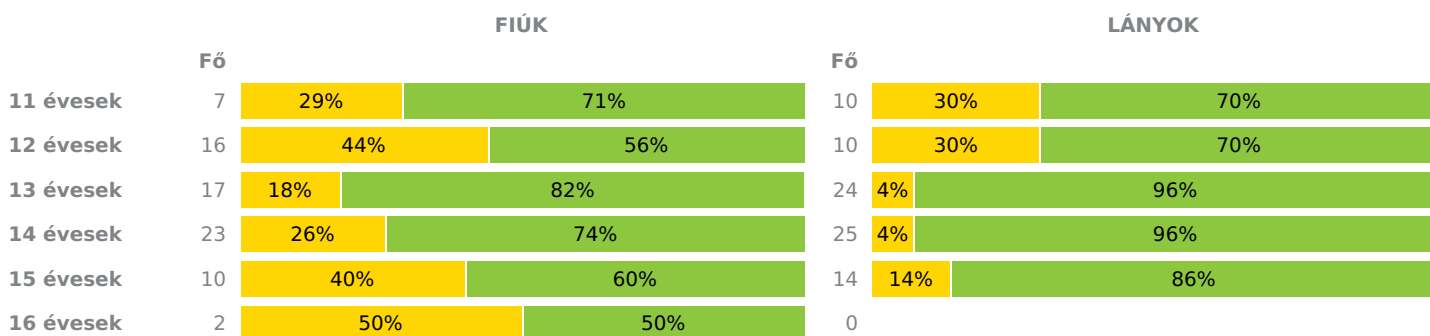
### Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



### Kézi szorítóerő mérése (kg)

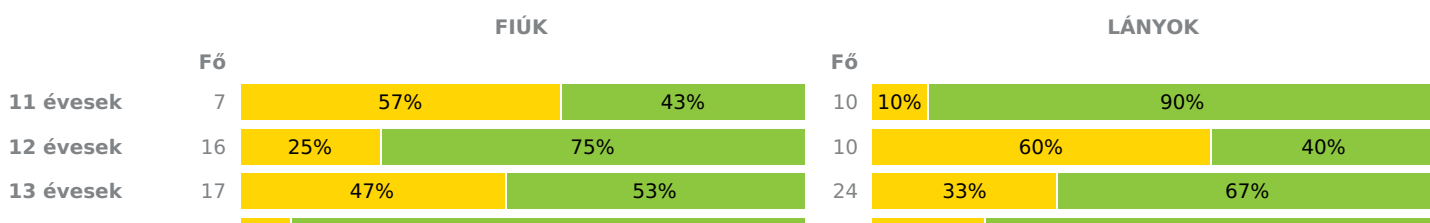


### Helyből távolugrás teszt (cm)



## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági teszt (cm)



14 évesek	23	9%	91%	25	20%	80%
15 évesek	10	30%	70%	13	23%	77%
16 évesek	2		100%	0		



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

### Hévizi Illyés Gyula Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola

Létszám: 159 / 75 fiú, 84 lány

Tanév: 2021/2022

Adatfeltöltöttségi állapot: 77,83 %

Nyomtatás dátuma: 2022.12.07 19:27:38



## INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

#### Testtömegindex (BMI: kg/m<sup>2</sup>)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	14.38	29.93	20.55	5.13	15.76	26.95	20.26	3.71	4 fő - 23%	4 fő - 24%	9 fő - 53%
12 évesek	13.73	27.64	19.01	4.11	15.39	26.71	19.19	3.56	3 fő - 12%	4 fő - 16%	18 fő - 72%
13 évesek	16.10	26.21	20.22	3.29	14.90	25.44	20.03	3.49		13 fő - 32%	28 fő - 68%
14 évesek	15.71	34.66	20.90	4.25	14.70	29.68	20.58	3.24	2 fő - 4%	8 fő - 17%	38 fő - 79%
15 évesek	16.43	27.46	21.02	3.96	16.80	37.52	23.98	6.62	3 fő - 13%	7 fő - 29%	14 fő - 58%
16 évesek	24.75	25.59	25.17	0.42						2 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %	0 %

#### Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	9.10	37.90	22.00	10.44	12.10	35.70	21.96	7.51	3 fő - 17%	4 fő - 24%	10 fő - 59%
12 évesek	5.70	38.60	18.89	8.18	8.50	34.40	19.54	8.44	1 fő - 4%	6 fő - 24%	18 fő - 72%
13 évesek	6.20	35.00	19.41	6.89	5.30	34.00	21.70	8.56		12 fő - 29%	29 fő - 71%
14 évesek	5.60	38.80	16.83	8.84	9.70	39.10	23.36	6.93	2 fő - 4%	12 fő - 25%	34 fő - 71%
15 évesek	6.30	29.20	15.65	9.07	15.20	43.70	28.01	8.92	3 fő - 12%	6 fő - 25%	15 fő - 63%
16 évesek	24.90	25.40	25.15	0.25						2 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %	0 %

### AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	37.35	49.71	42.71	4.24	38.95	51.68	44.38	3.83		4 fő - 24%	13 fő - 76%
12 évesek	35.17	58.23	46.21	6.65	36.51	55.07	43.68	5.57	3 fő - 12%	2 fő - 8%	21 fő - 81%
13 évesek	37.95	51.27	45.30	3.81	37.23	53.58	43.75	4.30	1 fő - 2%	4 fő - 10%	36 fő - 88%
14 évesek	35.05	61.02	47.11	7.63	35.80	54.39	43.62	4.56	5 fő - 11%	6 fő - 13%	36 fő - 77%
15 évesek	37.14	56.04	47.35	6.61	33.59	51.41	42.73	5.63	3 fő - 13%	5 fő - 21%	16 fő - 67%
16 évesek	39.48	43.27	41.38	1.90					1 fő - 50%	1 fő - 50%	
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	12.00	35.00	18.86	7.57	13.00	50.00	22.30	12.25	5 fő - 29%	12 fő - 71%
12 évesek	15.00	35.00	24.75	7.40	14.00	43.00	26.50	9.04	5 fő - 19%	21 fő - 81%
13 évesek	8.00	80.00	28.29	15.36	13.00	50.00	32.04	10.73	5 fő - 12%	36 fő - 88%
14 évesek	13.00	80.00	32.87	14.67	7.00	57.00	30.64	10.39	7 fő - 15%	41 fő - 85%
15 évesek	16.00	63.00	37.10	15.47	13.00	70.00	30.08	15.82	4 fő - 17%	19 fő - 83%
16 évesek	26.00	26.00	26.00	0.00						2 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %

### Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	12.50	26.00	18.29	4.39	11.00	25.00	18.40	4.02	15 fő - 88%	2 fő - 12%
12 évesek	9.00	25.00	18.13	4.81	11.00	27.50	19.60	5.43	19 fő - 73%	7 fő - 27%
13 évesek	10.00	30.00	21.41	5.38	15.50	29.00	20.67	4.10	27 fő - 66%	14 fő - 34%
14 évesek	13.00	30.00	20.46	3.96	15.50	29.50	21.68	3.78	33 fő - 69%	15 fő - 31%
15 évesek	17.00	26.50	21.80	2.93	16.50	30.00	23.12	4.53	13 fő - 57%	10 fő - 43%
16 évesek	20.50	25.00	22.75	2.25					1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %

### Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	1.00	17.00	7.71	4.89	3.00	18.00	9.00	4.69	5 fő - 29%	12 fő - 71%
12 évesek	3.00	23.00	12.56	6.61	1.00	19.00	8.00	5.57	10 fő - 38%	16 fő - 62%
13 évesek	5.00	25.00	12.82	6.20	1.00	20.00	9.58	5.42	17 fő - 41%	24 fő - 59%
14 évesek	0.00	32.00	15.73	8.06	0.00	18.00	9.52	5.27	13 fő - 28%	34 fő - 72%
15 évesek	4.00	25.00	16.11	6.15	2.00	21.00	12.00	5.35	5 fő - 23%	17 fő - 77%
16 évesek	12.00	23.00	17.50	5.50					1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %

### Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	12.80	24.30	20.04	3.57	18.20	26.60	21.99	3.04	1 fő - 6%	2 fő - 12%	14 fő - 82%
12 évesek	15.20	30.80	21.44	3.88	16.00	26.10	22.05	3.34	2 fő - 8%	14 fő - 54%	10 fő - 38%
13 évesek	19.50	34.50	25.68	4.40	15.60	33.70	23.68	4.94	7 fő - 17%	13 fő - 32%	21 fő - 51%
14 évesek	25.00	57.70	32.00	6.71	21.30	36.60	28.11	3.63	2 fő - 4%	14 fő - 29%	32 fő - 67%
15 évesek	28.30	48.20	36.38	5.76	25.50	36.70	30.68	2.91		3 fő - 13%	21 fő - 88%
16 évesek	34.80	48.00	41.40	6.60						1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

### Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	100.00	165.00	136.29	23.72	95.00	160.00	131.50	18.65	5 fő - 29%	12 fő - 71%
12 évesek	110.00	191.00	154.63	22.67	106.00	181.00	144.40	22.65	10 fő - 38%	16 fő - 62%
13 évesek	121.00	218.00	167.65	22.23	104.00	204.00	159.04	18.92	4 fő - 10%	37 fő - 90%
14 évesek	125.00	215.00	181.09	22.72	132.00	198.00	169.16	18.32	7 fő - 15%	41 fő - 85%

15 évesek	140.00	224.00	190.40	29.70	105.00	202.00	168.93	28.67	6 fő - 25%	18 fő - 75%
16 évesek	137.00	180.00	158.50	21.50					1 fő - 50%	1 fő - 50%

Összesen: 0 % 0 %

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	11.00	33.00	19.29	7.14	21.00	36.50	30.30	4.06	5 fő - 29%	12 fő - 71%
12 évesek	13.50	36.00	22.22	5.69	18.50	37.50	26.40	7.13	10 fő - 38%	16 fő - 62%
13 évesek	10.00	33.00	22.46	5.77	12.50	38.00	26.60	6.48	16 fő - 39%	25 fő - 61%
14 évesek	10.50	35.50	25.63	5.75	16.50	40.50	30.02	5.91	7 fő - 15%	41 fő - 85%
15 évesek	10.00	35.00	23.05	7.29	22.00	41.00	31.85	5.86	6 fő - 26%	17 fő - 74%
16 évesek	24.50	31.50	28.00	3.50						2 fő - 100%

Összesen: 0 % 0 %