

**INTÉZMÉNYVEZETŐI ÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT**

2022/2023 tanév

A tanári kar létszáma: 2 fő

- adott fitességi tesztben Egészségzónában teljesítők százalékos aránya

- Felmentett tanuló(k)

- Hiányzó tanuló(k)

**SZŐCS NORBERT**

ÖSSZESÍTETT ADATFELTÖLTÖTTTSÉGI ÁLLAPOT (%) - 100%

ÉVFOLYAM	OSZTÁLY			FŐ	ADATFELTÖLTÖTTTSÉGI ÁLLAPOT (%)					
5.	5. a			24	100%				0%	0%
	Testtömeg-index	Testzsír százalék	Állóképességi ingafutás	Ütemezett hasizom	Törzsemelés	Ütemezett fekvőtámasz	Kézi szorítóerő	Helyből távolugrás	Hajlékonysági teszt	
	70.83%	75%	83.33%	79.17%	54.17%	70.83%	45.83%	75%	58.33%	

ÉVFOLYAM	OSZTÁLY			FŐ	ADATFELTÖLTÖTTTSÉGI ÁLLAPOT (%)					
6.	6. a			15	100%				0%	0%
	Testtömeg-index	Testzsír százalék	Állóképességi ingafutás	Ütemezett hasizom	Törzsemelés	Ütemezett fekvőtámasz	Kézi szorítóerő	Helyből távolugrás	Hajlékonysági teszt	
	80%	86.67%	80%	66.67%	73.33%	86.67%	73.33%	93.33%	80%	

ÉVFOLYAM	OSZTÁLY			FŐ	ADATFELTÖLTÖTTTSÉGI ÁLLAPOT (%)					
7.	7. a			18	100%				0%	5.56%
	Testtömeg-index	Testzsír százalék	Állóképességi ingafutás	Ütemezett hasizom	Törzsemelés	Ütemezett fekvőtámasz	Kézi szorítóerő	Helyből távolugrás	Hajlékonysági teszt	
	76.47%	82.35%	94.12%	88.24%	76.47%	76.47%	47.06%	88.24%	76.47%	

ÉVFOLYAM	OSZTÁLY			FŐ	ADATFELTÖLTÖTTTSÉGI ÁLLAPOT (%)					
8.	8. b			19	100%				5.26%	0%
	Testtömeg-index	Testzsír százalék	Állóképességi ingafutás	Ütemezett hasizom	Törzsemelés	Ütemezett fekvőtámasz	Kézi szorítóerő	Helyből távolugrás	Hajlékonysági teszt	
	83.33%	72.22%	66.67%	100%	38.89%	83.33%	77.78%	83.33%	77.78%	

**VARGA RÓBERT**

ÖSSZESÍTETT ADATFELTÖLTÖTTTSÉGI ÁLLAPOT (%) - 100%

ÉVFOLYAM	OSZTÁLY			FŐ	ADATFELTÖLTÖTTTSÉGI ÁLLAPOT (%)					
5.	5. b			24	100%				0.46%	0%
	Testtömeg-index	Testzsír százalék	Állóképességi ingafutás	Ütemezett hasizom	Törzsemelés	Ütemezett fekvőtámasz	Kézi szorítóerő	Helyből távolugrás	Hajlékonysági teszt	
	58.33%	58.33%	60.87%	79.17%	50%	20.83%	70.83%	70.83%	66.67%	

ÉVFOLYAM	OSZTÁLY			FŐ	ADATFELTÖLTÖTTTSÉGI ÁLLAPOT (%)			F	H
6.	6. b			15	100%			0%	0%
	Testtömeg-index	Testzsír százalék	Állóképességi ingafutás	Ütemezett hasizom	Törzsemelés	Ütemezett fekvőtámasz	Kézi szorítóerő	Helyből távolugrás	Hajlékonysági teszt
	86.67%	73.33%	66.67%	53.33%	13.33%	66.67%	53.33%	73.33%	40%

ÉVFOLYAM	OSZTÁLY			FŐ	ADATFELTÖLTÖTTTSÉGI ÁLLAPOT (%)			F	H
7.	7. b			18	100%			1.85%	0%
	Testtömeg-index	Testzsír százalék	Állóképességi ingafutás	Ütemezett hasizom	Törzsemelés	Ütemezett fekvőtámasz	Kézi szorítóerő	Helyből távolugrás	Hajlékonysági teszt
	66.67%	77.78%	100%	66.67%	55.56%	55.56%	66.67%	70.59%	66.67%

ÉVFOLYAM	OSZTÁLY			FŐ	ADATFELTÖLTÖTTTSÉGI ÁLLAPOT (%)			F	H
8.	8. a			21	100%			0%	0%
	Testtömeg-index	Testzsír százalék	Állóképességi ingafutás	Ütemezett hasizom	Törzsemelés	Ütemezett fekvőtámasz	Kézi szorítóerő	Helyből távolugrás	Hajlékonysági teszt
	95.24%	95.24%	95.24%	66.67%	14.29%	80.95%	90.48%	85.71%	61.9%

- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

ÉVFOLYAM ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT				min.	max.	Átlag	Szórás	
<b>TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL</b>								
Testtömegindex (BMI: kg/m <sup>2</sup> )								
	Fő							
Lányok:	24	<div style="width: 58%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 25%; background-color: yellow;"></div>	<div style="width: 17%; background-color: red;"></div>	13.71	30.82	20.59	4.93
Fiúk:	24	<div style="width: 71%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 21%; background-color: yellow;"></div>	<div style="width: 8%; background-color: red;"></div>	13.28	30.59	19.08	4.14
Testzsírszázalék (TZS %)								
	Fő							
Lányok:	24	<div style="width: 71%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 8%; background-color: yellow;"></div>	<div style="width: 21%; background-color: red;"></div>	6.70	38.90	22.81	9.15
Fiúk:	24	<div style="width: 63%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 38%; background-color: yellow;"></div>		9.60	31.80	19.71	6.99
<b>AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL</b>								
Állóképességi ingafutás teszt (VO <sub>2max</sub> : ml/kg/min)								
	Fő							
Lányok:	23	<div style="width: 65%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 22%; background-color: yellow;"></div>	<div style="width: 13%; background-color: red;"></div>	35.11	49.21	42.01	3.79
Fiúk:	24	<div style="width: 79%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 4%; background-color: yellow;"></div>	<div style="width: 17%; background-color: red;"></div>	36.01	55.73	45.18	5.57
<b>VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL</b>								
Ütemezett hasizom teszt (db)								
	Fő							
Lányok:	24	<div style="width: 83%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 17%; background-color: yellow;"></div>		1.00	48.00	24.21	9.84
Fiúk:	24	<div style="width: 75%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 25%; background-color: yellow;"></div>		6.00	74.00	24.54	14.65
Törzsemelés teszt (cm)								
	Fő							
Lányok:	24	<div style="width: 54%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 46%; background-color: yellow;"></div>		11.50	28.00	21.17	4.44
Fiúk:	24	<div style="width: 50%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 50%; background-color: yellow;"></div>		12.00	30.00	21.96	5.07
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)								
	Fő							
Lányok:	24	<div style="width: 42%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 58%; background-color: yellow;"></div>		1.00	17.00	6.46	4.44
Fiúk:	24	<div style="width: 50%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 50%; background-color: yellow;"></div>		0.00	18.00	7.42	4.88
Kézi szorítóerő mérése (kg)								
	Fő							
Lányok:	24	<div style="width: 67%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 33%; background-color: yellow;"></div>		17.00	28.30	21.33	3.35
Fiúk:	24	<div style="width: 50%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 46%; background-color: yellow;"></div>	<div style="width: 4%; background-color: red;"></div>	13.80	31.20	21.95	4.34
Helyből távolugrás teszt (cm)								
	Fő							
Lányok:	24	<div style="width: 83%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 17%; background-color: yellow;"></div>		100.00	185.00	147.88	23.03
Fiúk:	24	<div style="width: 63%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 38%; background-color: yellow;"></div>		109.00	175.00	150.08	19.36
<b>HAJLÉKONYSÁGI PROFIL</b>								
Hajlékonysági teszt (cm)								
	Fő							
Lányok:	24	<div style="width: 71%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 29%; background-color: yellow;"></div>		19.50	39.50	26.88	4.83
Fiúk:	24	<div style="width: 54%; background-color: green;"></div>	<div style="width: 46%; background-color: yellow;"></div>		11.00	28.50	20.65	4.90

Évfolyam: 6.

Tanév: 2022/2023

Létszám: 30 / 13 fiú, 17 lány

Átlagéletkor: 12

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %

Nyomtatás dátuma: 2024.11.27 18:36:06

- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

## ÉVFOLYAM ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT

min.

max.

Átlag

Szórás

## TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

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

	Fő							
Lányok:	17	82%	12%	6%	15.73	27.46	19.91	3.25
Fiúk:	13	85%	15%		14.91	30.78	18.91	4.85

Testzsírszázalék (TZS %)

	Fő							
Lányok:	17	76%	24%		13.90	34.40	21.48	6.83
Fiúk:	13	85%	15%		8.20	37.40	18.39	8.57

## AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	Fő							
Lányok:	17	71%	18%	12%	35.04	51.97	42.51	4.73
Fiúk:	13	77%	15%	8%	35.88	56.70	44.45	5.34

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

	Fő							
Lányok:	17	65%	35%		5.00	80.00	26.94	16.45
Fiúk:	13	54%	46%		11.00	46.00	22.46	9.61

Törzsemelés teszt (cm)

	Fő							
Lányok:	17	59%	41%		15.00	30.00	23.32	4.94
Fiúk:	13	23%	77%		14.00	28.50	19.85	4.58

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	Fő							
Lányok:	17	82%	18%		1.00	23.00	10.29	5.19
Fiúk:	13	69%	31%		1.00	23.00	14.69	7.50

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	Fő							
Lányok:	17	76%	12%	12%	13.00	37.80	25.14	5.45
Fiúk:	13	46%	38%	15%	19.30	27.40	23.35	2.73

Helyből távolugrás teszt (cm)

	Fő							
Lányok:	17	94%	6%		115.00	190.00	162.00	20.93
Fiúk:	13	69%	31%		93.00	193.00	160.08	24.57

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	Fő							
Lányok:	17	59%	41%		17.50	43.00	27.44	6.91
Fiúk:	13	62%	38%		12.50	31.50	20.38	4.75

- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

## ÉVFOLYAM ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT

min.

max.

Átlag

Szórás

## TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

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

	Fő							
Lányok:	17	65%	35%	15.83	25.70	20.11	3.57	
Fiúk:	18	78%	11%	11%	14.64	28.89	19.59	4.02

## Testzsírszázalék (TZS %)

	Fő						
Lányok:	17	71%	29%	13.80	35.90	22.73	7.16
Fiúk:	18	89%	11%	6.70	31.60	14.18	6.39

## AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	Fő						
Lányok:	17	94%	6%	36.93	51.79	43.26	3.70
Fiúk:	16	100%		42.40	57.82	48.87	4.51

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

## Ütemezett hasizom teszt (db)

	Fő						
Lányok:	17	88%	12%	9.00	60.00	27.71	12.59
Fiúk:	18	67%	33%	3.00	70.00	28.06	16.07

## Törzsemelés teszt (cm)

	Fő						
Lányok:	17	71%	29%	19.50	28.00	24.86	2.76
Fiúk:	18	61%	39%	20.00	30.00	24.72	3.51

## Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	Fő						
Lányok:	17	65%	35%	1.00	20.00	9.82	5.45
Fiúk:	18	67%	33%	1.00	25.00	13.94	6.65

## Kézi szorítóerő mérése (kg)

	Fő							
Lányok:	17	71%	29%	19.90	35.80	27.58	4.40	
Fiúk:	18	44%	50%	6%	21.60	49.10	30.55	7.34

## Helyből távolugrás teszt (cm)

	Fő						
Lányok:	17	71%	29%	115.00	188.00	151.65	23.81
Fiúk:	17	88%	12%	132.00	252.00	188.71	27.11

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

## Hajlékonysági teszt (cm)

	Fő						
Lányok:	17	59%	41%	9.00	39.50	26.82	7.68
Fiúk:	18	83%	17%	7.00	39.50	25.69	6.95

Évfolyam: 8.

Tanév: 2022/2023

Létszám: 40 / 18 fiú, 22 lány

Átlagéletkor: 14

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %

Nyomtatás dátuma: 2024.11.27 18:36:40

- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

## ÉVFOLYAM ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT

min.

max.

Átlag

Szórás

## TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

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

	Fő							
Lányok:	21	95%	5%	17.05	24.53	20.50	2.06	
Fiúk:	18	83%	11%	15.58	35.27	21.10	4.10	
Testzsírszázalék (TZS %)								
	Fő							
Lányok:	21	81%	19%	12.70	35.70	23.85	5.30	
Fiúk:	18	89%	6%	5.70	33.30	13.46	6.88	

## AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	Fő							
Lányok:	21	81%	14%	32.93	51.74	42.05	4.37	
Fiúk:	18	83%	6%	36.79	55.11	45.28	4.41	

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

	Fő							
Lányok:	21	90%	10%	5.00	65.00	33.86	14.33	
Fiúk:	18	72%	28%	8.00	60.00	31.94	12.96	

Törzsemelés teszt (cm)

	Fő							
Lányok:	21	33%	67%	11.00	30.00	21.60	5.43	
Fiúk:	18	17%	83%	12.00	27.50	19.97	3.73	

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	Fő							
Lányok:	21	71%	29%	2.00	20.00	11.33	6.02	
Fiúk:	18	94%	6%	4.00	30.00	18.00	4.71	

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	Fő							
Lányok:	21	86%	10%	20.80	38.80	30.22	4.61	
Fiúk:	18	83%	17%	27.50	47.10	38.44	5.78	

Helyből távolugrás teszt (cm)

	Fő							
Lányok:	21	95%	5%	110.00	220.00	170.67	24.73	
Fiúk:	18	72%	28%	135.00	245.00	193.89	27.87	

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	Fő							
Lányok:	21	57%	43%	16.00	44.00	26.55	6.83	
Fiúk:	18	83%	17%	15.50	34.00	26.03	5.81	