

- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Létszám: **156 / 70 fiú, 86 lány**
Tanév: **2024/2025**

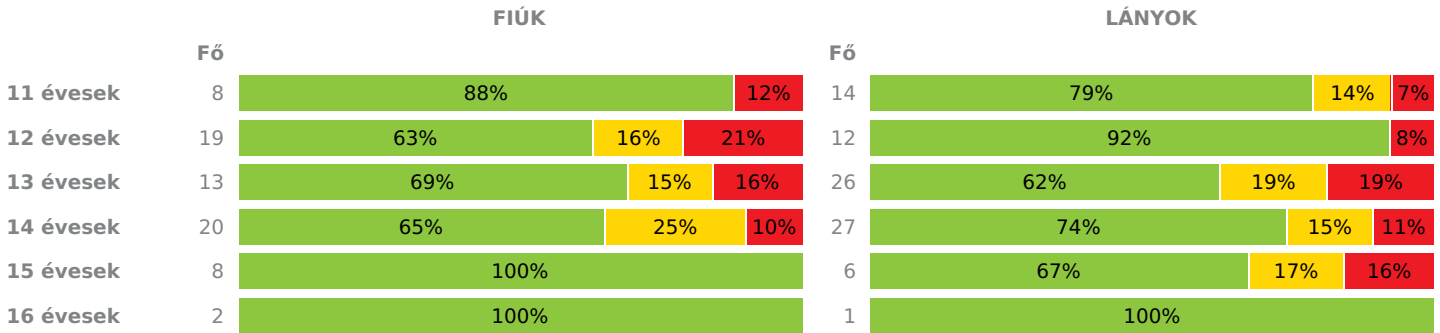


Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %
Nyomtatás dátuma: 2025.11.13 16:28:02

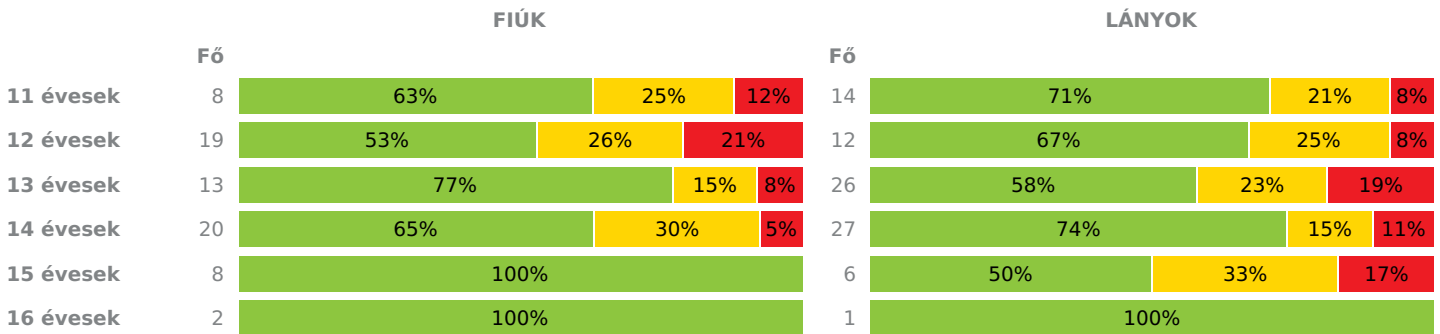
INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

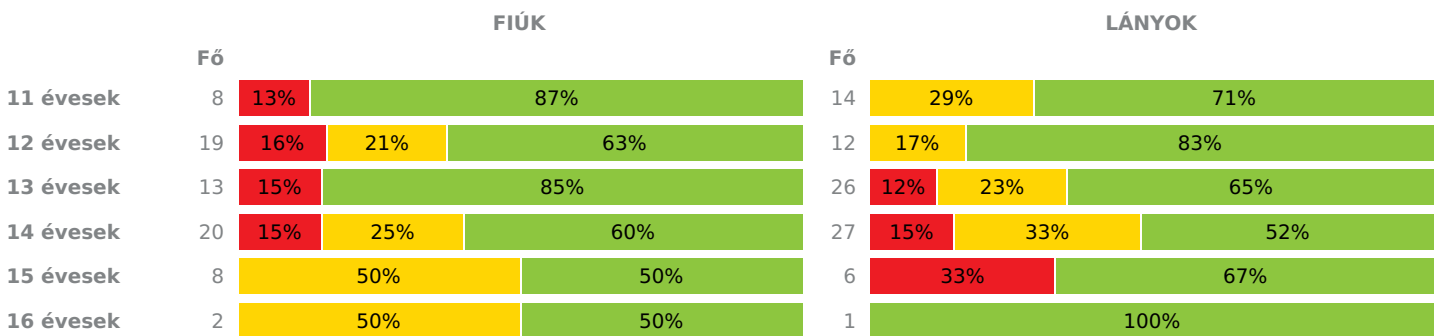


Testzsírszázalék (TZS %)



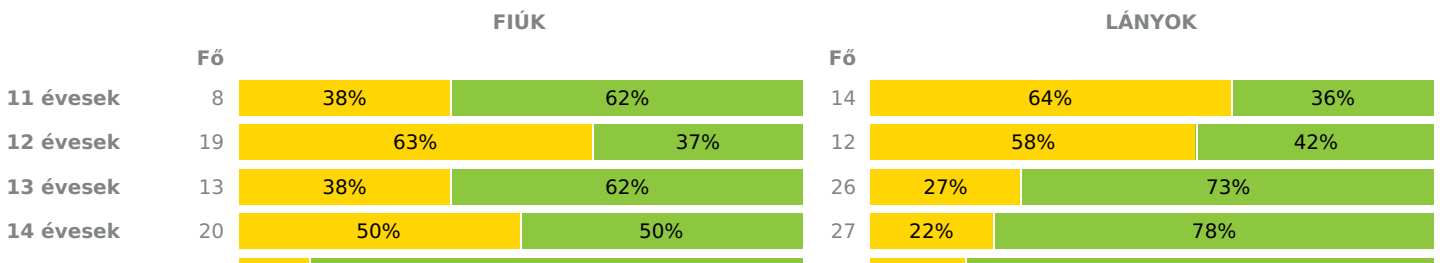
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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



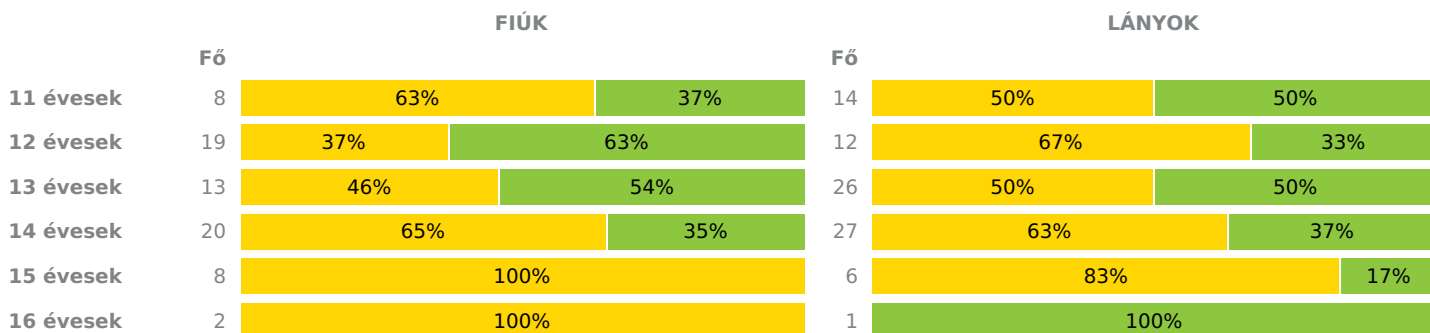
VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

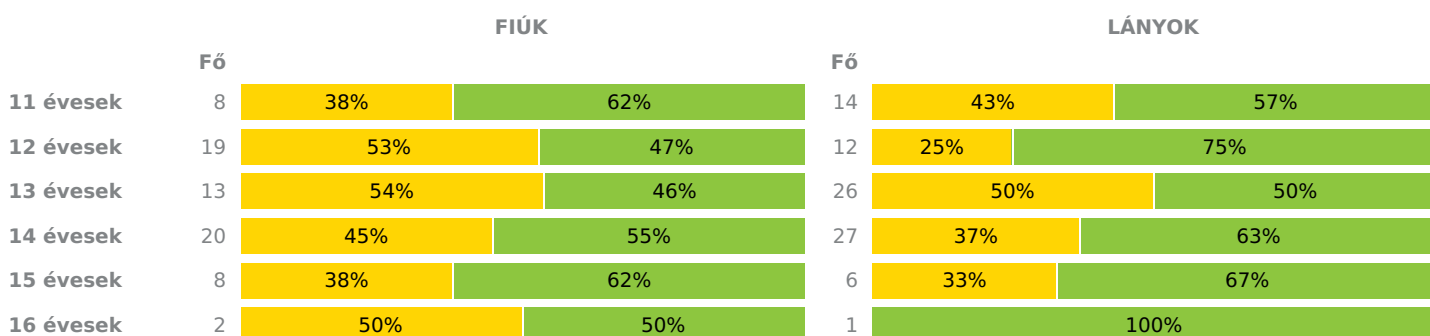




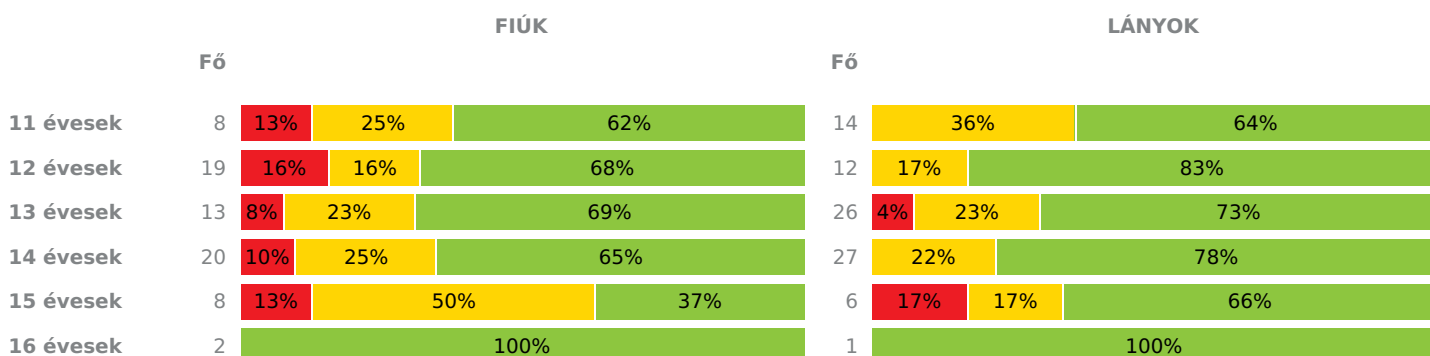
Törzsemelés teszt (cm)



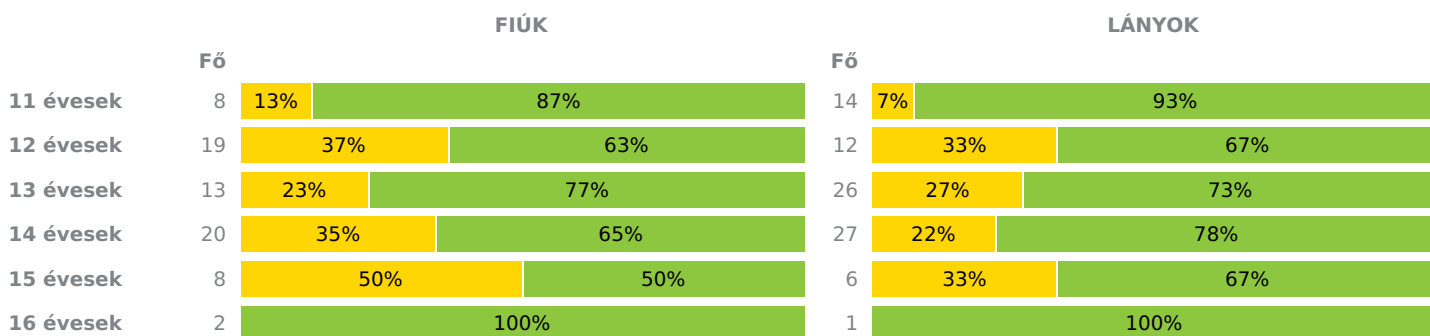
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)

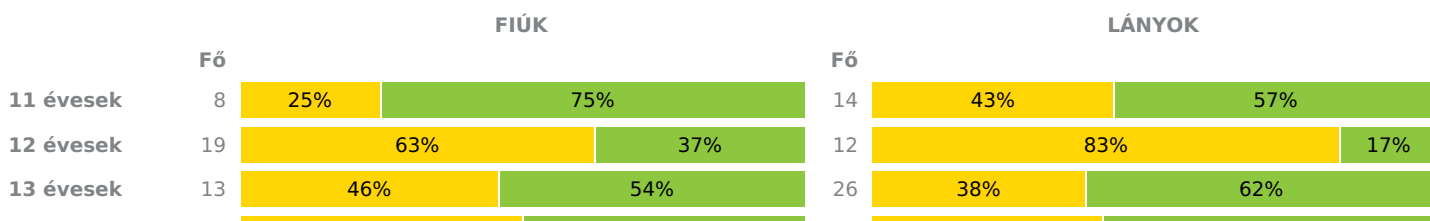


Helyből távolugrás teszt (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)



14 évesek	20	50%	50%	27	41%	59%
15 évesek	8	50%	50%	6	67%	33%
16 évesek	2	100%		1	100%	



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségszóna

Hévízi Illyés Gyula Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola

Létszám: **156 / 70 fiú, 86 lány**
 Tanév: **2024/2025**

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %
 Nyomtatás dátuma: 2025.11.13 16:28:02

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	13.46	29.76	18.98	4.57	14.35	30.04	18.87	4.01	2 fő - 9%	2 fő - 9%	18 fő - 82%
12 évesek	14.92	33.26	21.49	6.09	14.91	31.52	19.18	4.31	5 fő - 16%	3 fő - 10%	23 fő - 74%
13 évesek	13.97	41.73	21.67	7.39	15.43	32.80	21.86	5.55	7 fő - 18%	7 fő - 18%	25 fő - 64%
14 évesek	16.46	34.37	21.78	5.01	15.44	32.56	21.29	4.55	5 fő - 11%	9 fő - 19%	33 fő - 70%
15 évesek	14.33	20.33	17.77	1.80	16.82	30.97	21.70	4.88	1 fő - 7%	1 fő - 7%	12 fő - 86%
16 évesek	18.18	19.62	18.90	0.72	18.20	18.20	18.20	0.00			3 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	6.90	34.70	20.23	8.33	9.30	39.20	21.16	8.16	2 fő - 9%	5 fő - 23%	15 fő - 68%
12 évesek	8.40	40.70	24.38	10.16	9.10	41.00	19.78	9.95	5 fő - 16%	8 fő - 26%	18 fő - 58%
13 évesek	5.50	35.20	17.21	9.50	6.00	45.70	24.36	11.62	6 fő - 15%	8 fő - 21%	25 fő - 64%
14 évesek	5.00	36.30	17.83	9.90	12.90	41.40	24.40	7.70	4 fő - 9%	10 fő - 21%	33 fő - 70%
15 évesek	5.50	12.50	8.45	2.43	19.60	38.00	28.22	6.44	1 fő - 7%	2 fő - 14%	11 fő - 79%
16 évesek	7.10	9.00	8.05	0.95	21.80	21.80	21.80	0.00			3 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	36.50	52.10	46.90	4.68	38.07	49.65	43.22	3.59	1 fő - 5%	4 fő - 18%	17 fő - 77%
12 évesek	35.19	57.41	44.59	6.13	37.42	50.37	43.96	4.33	3 fő - 10%	6 fő - 19%	22 fő - 71%
13 évesek	36.89	59.94	47.57	6.91	35.33	50.14	42.69	4.72	5 fő - 13%	6 fő - 15%	28 fő - 72%
14 évesek	33.99	58.01	44.75	7.30	34.83	51.23	41.47	4.59	7 fő - 15%	14 fő - 30%	26 fő - 55%
15 évesek	39.90	49.56	43.77	3.39	33.85	49.24	40.07	5.16	2 fő - 14%	4 fő - 29%	8 fő - 57%
16 évesek	41.60	43.72	42.66	1.06	46.44	46.44	46.44	0.00		1 fő - 33%	2 fő - 67%
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	1.00	34.00	18.13	12.57	5.00	32.00	14.57	9.12	12 fő - 55%	10 fő - 45%
12 évesek	1.00	37.00	14.84	10.97	2.00	34.00	15.08	11.22	19 fő - 61%	12 fő - 39%
13 évesek	6.00	47.00	22.77	10.43	2.00	55.00	25.35	12.97	12 fő - 31%	27 fő - 69%
14 évesek	12.00	64.00	25.55	14.14	10.00	63.00	28.85	12.63	16 fő - 34%	31 fő - 66%
15 évesek	18.00	42.00	28.50	6.32	16.00	66.00	43.00	19.55	2 fő - 14%	12 fő - 86%
16 évesek	28.00	30.00	29.00	1.00	38.00	38.00	38.00	0.00		3 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	14.00	24.00	20.06	3.92	13.00	30.00	21.46	5.15	12 fő - 55%	10 fő - 45%
12 évesek	13.00	29.00	22.53	4.99	13.00	30.00	21.17	5.17	15 fő - 48%	16 fő - 52%
13 évesek	7.00	30.00	23.42	6.38	12.00	30.00	22.42	4.97	19 fő - 49%	20 fő - 51%
14 évesek	11.00	29.00	21.33	5.06	9.00	30.00	20.87	5.18	30 fő - 64%	17 fő - 36%
15 évesek	14.00	19.00	17.00	1.89	14.00	25.50	19.33	3.74	13 fő - 93%	1 fő - 7%
16 évesek	11.00	16.50	13.75	2.75	26.00	26.00	26.00	0.00	2 fő - 67%	1 fő - 33%
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	1.00	20.00	10.25	5.65	1.00	20.00	7.64	5.05	9 fő - 41%	13 fő - 59%
12 évesek	1.00	14.00	7.11	4.05	1.00	14.00	8.83	4.30	13 fő - 42%	18 fő - 58%
13 évesek	2.00	22.00	12.46	5.67	1.00	22.00	7.31	5.05	20 fő - 51%	19 fő - 49%
14 évesek	2.00	25.00	11.55	7.05	1.00	20.00	8.70	5.36	19 fő - 40%	28 fő - 60%
15 évesek	5.00	20.00	14.13	5.13	1.00	20.00	10.17	6.96	5 fő - 36%	9 fő - 64%
16 évesek	12.00	20.00	16.00	4.00	10.00	10.00	10.00	0.00	1 fő - 33%	2 fő - 67%
Összesen:									0 %	0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	14.20	31.30	20.86	4.94	14.60	23.40	19.61	2.44	1 fő - 5%	7 fő - 32%	14 fő - 64%
12 évesek	13.90	31.50	22.58	4.61	18.60	33.50	24.53	5.02	3 fő - 10%	5 fő - 16%	23 fő - 74%
13 évesek	21.50	43.40	31.45	6.38	16.70	42.00	25.66	5.09	2 fő - 5%	9 fő - 23%	28 fő - 72%
14 évesek	21.80	43.20	32.39	6.41	20.00	36.10	27.78	3.80	2 fő - 4%	11 fő - 23%	34 fő - 72%
15 évesek	21.00	45.50	34.61	6.70	21.00	37.80	29.47	6.21	2 fő - 14%	5 fő - 36%	7 fő - 50%
16 évesek	45.30	51.30	48.30	3.00	32.60	32.60	32.60	0.00			3 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	112.00	178.00	157.13	20.99	116.00	172.00	145.57	12.90	2 fő - 9%	20 fő - 91%
12 évesek	114.00	185.00	149.58	22.82	113.00	198.00	148.75	27.01	11 fő - 35%	20 fő - 65%
13 évesek	116.00	200.00	171.38	21.66	95.00	195.00	144.08	23.66	10 fő - 26%	29 fő - 74%
14 évesek	117.00	227.00	168.70	29.20	95.00	195.00	147.96	23.68	13 fő - 28%	34 fő - 72%

15 évesek	160.00	218.00	181.00	17.98	72.00	184.00	141.50	38.57	6 fő - 43%	8 fő - 57%
16 évesek	202.00	228.00	215.00	13.00	155.00	155.00	155.00	0.00		3 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	16.50	28.00	22.31	3.68	13.00	33.00	25.89	5.62	8 fő - 36%	14 fő - 64%
12 évesek	8.50	26.50	17.61	4.78	15.00	37.00	22.42	6.84	22 fő - 71%	9 fő - 29%
13 évesek	10.00	32.00	20.19	6.80	10.00	38.00	25.87	7.10	16 fő - 41%	23 fő - 59%
14 évesek	14.50	28.50	20.30	3.75	10.50	47.00	26.78	8.67	21 fő - 45%	26 fő - 55%
15 évesek	15.00	25.50	20.19	3.90	17.00	40.00	28.33	7.13	8 fő - 57%	6 fő - 43%
16 évesek	23.50	35.00	29.25	5.75	31.00	31.00	31.00	0.00		3 fő - 100%

Összesen: 0 % 0 %