

Fokozott fejlesztés szükséges
 Fejlesztés szükséges
 Egészségzóna

Létszám: 197 / 88 fiú, 109 lány
Tanév: 2018/2019

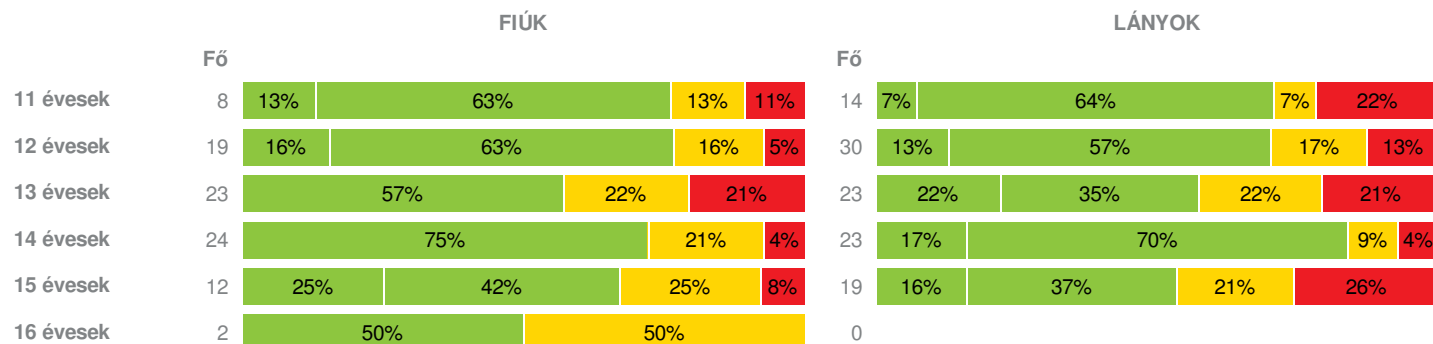


Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %
Nyomtatás dátuma: 2019.06.25 21:30:34

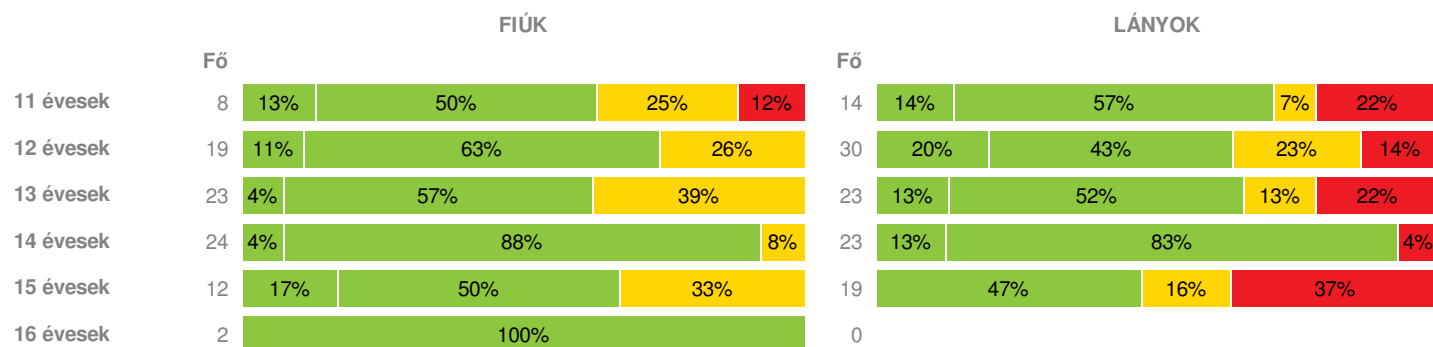
TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

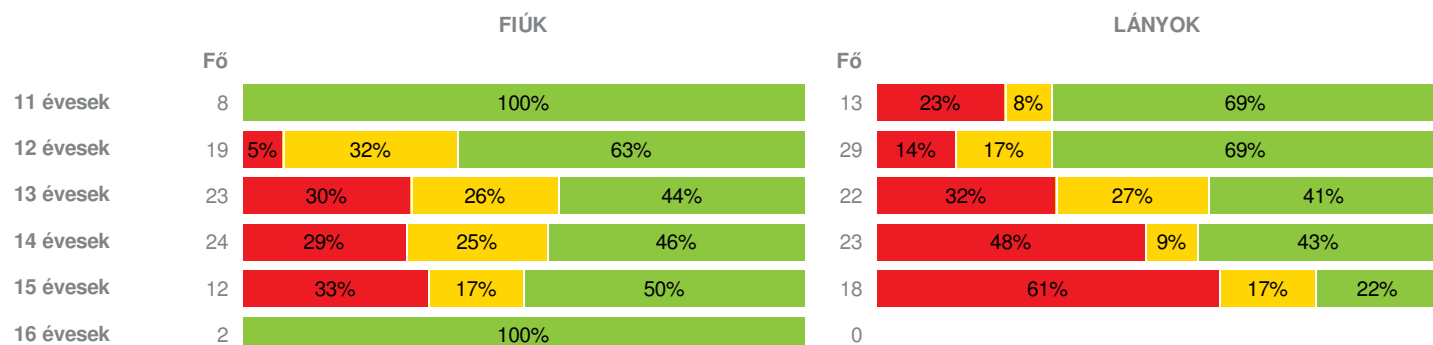


Testzsír százalék (TZS %)



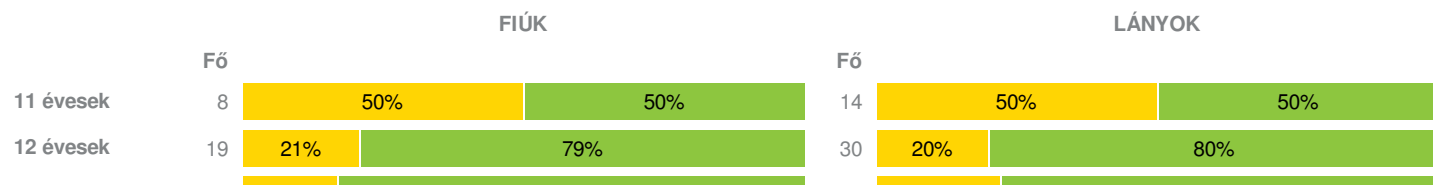
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

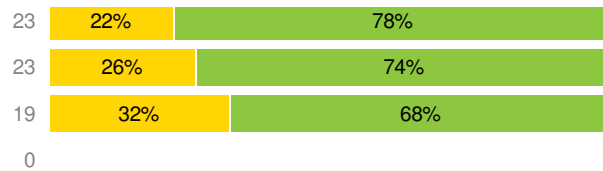
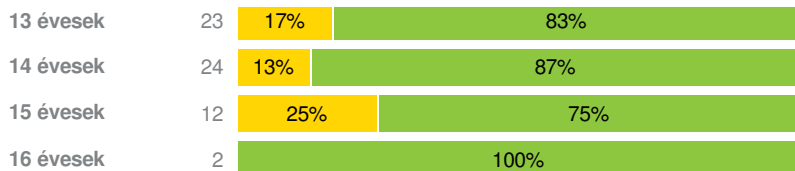
Állóképességi ingafutás (VO_{2max}: ml/kg/min)



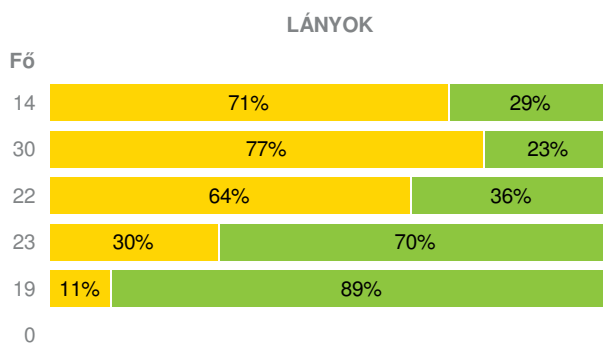
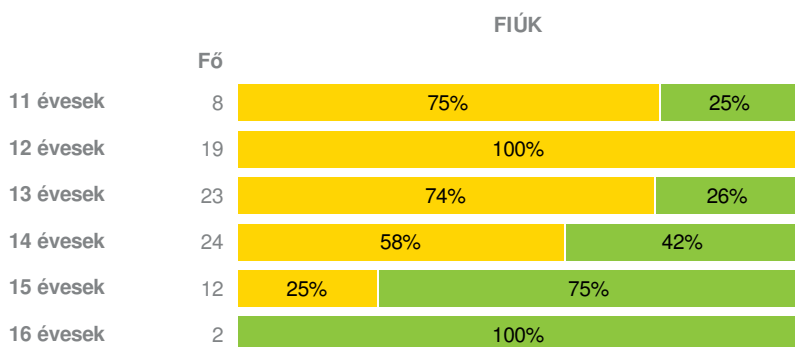
VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

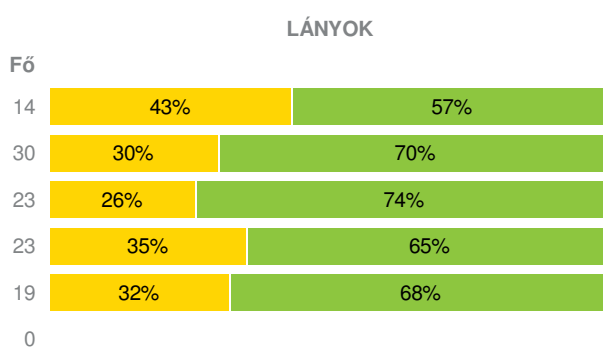
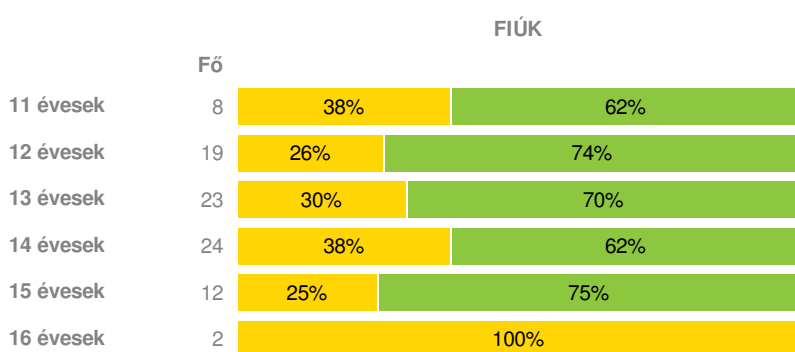




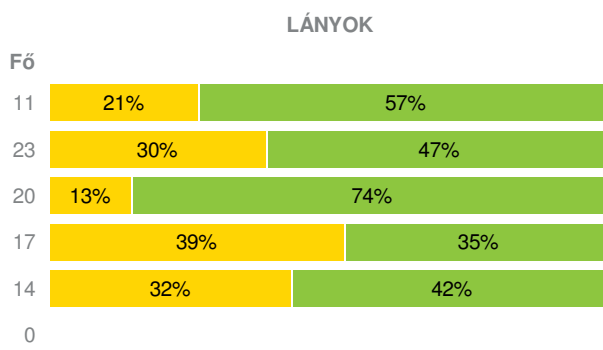
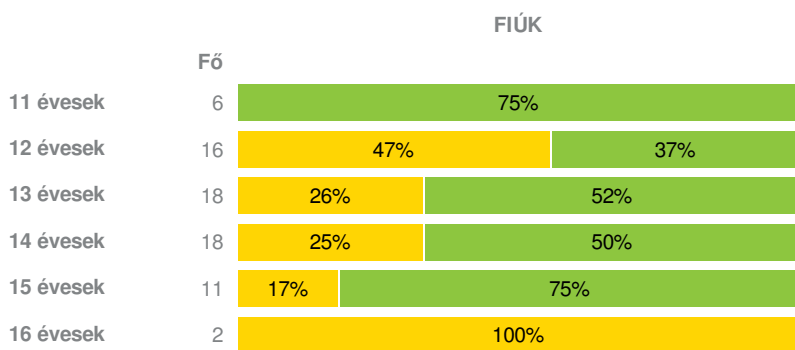
Törzsemelés (cm)



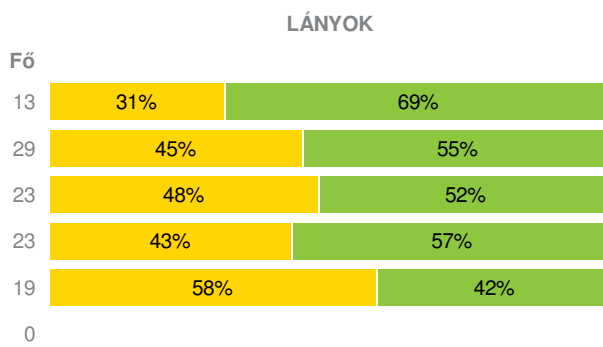
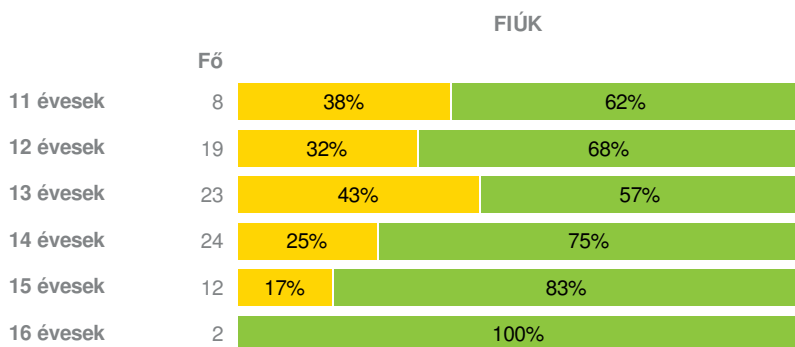
Ütemezett fekvőtámasz (db)



Kézi szorítóerő (kg)



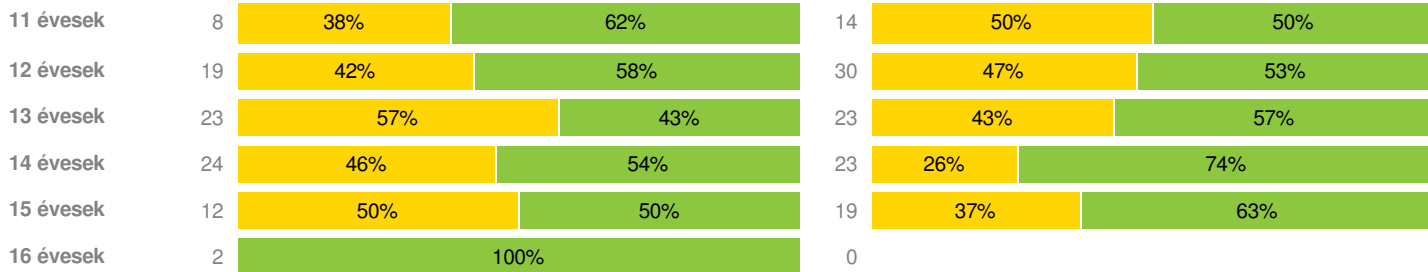
Helyből távolugrás (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)





- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Avastetői Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola Széchenyi István Általános és Alapfokú Művészeti Tagiskolája

Létszám: 197 / 88 fiú, 109 lány

Tanév: 2018/2019



Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %

Nyomtatás dátuma: 2019.06.25 21:30:34

TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	15	33	21	5.17	14	40	21	7.12	4 fő - 18%	2 fő - 9%	16 fő - 73%
12 évesek	15	27	19	3.40	15	29	20	4.14	5 fő - 11%	8 fő - 16%	36 fő - 73%
13 évesek	16	35	22	4.79	14	44	23	7.34	10 fő - 21%	10 fő - 22%	26 fő - 57%
14 évesek	16	30	21	3.13	15	33	20	3.50	2 fő - 4%	7 fő - 15%	38 fő - 81%
15 évesek	15	39	22	6.11	14	36	24	6.70	6 fő - 19%	7 fő - 23%	18 fő - 58%
16 évesek	23	24	23	0.95						1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									14 %	18 %	68 %

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	9	34	20	8.63	9	47	23	11.17	4 fő - 18%	3 fő - 14%	15 fő - 68%
12 évesek	7	35	20	8.47	7	40	22	9.33	4 fő - 9%	12 fő - 24%	33 fő - 67%
13 évesek	6	32	20	7.80	10	47	26	10.40	5 fő - 11%	12 fő - 26%	29 fő - 63%
14 évesek	6	26	16	5.51	11	40	21	5.56	1 fő - 2%	2 fő - 4%	44 fő - 94%
15 évesek	5	32	14	8.73	15	46	30	10.85	7 fő - 22%	7 fő - 23%	17 fő - 55%
16 évesek	17	19	18	1.20							2 fő - 100%
Összesen:									11 %	18 %	71 %

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	40	55	47	5.27	34	50	43	5.10	3 fő - 14%	1 fő - 5%	17 fő - 81%

12 évesek	36	56	45	6.46	36	55	43	4.23	5 fő - 10%	11 fő - 23%	32 fő - 67%
13 évesek	34	56	42	5.39	34	53	41	5.24	14 fő - 31%	12 fő - 27%	19 fő - 42%
14 évesek	34	55	42	4.93	30	46	38	4.35	18 fő - 38%	8 fő - 17%	21 fő - 45%
15 évesek	32	61	45	8.31	32	48	37	4.06	15 fő - 50%	5 fő - 17%	10 fő - 33%
16 évesek	44	46	45	1.31							2 fő - 100%

Összesen: 28 % 19 % 53 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	3	47	19	15.79	1	80	24	23.30	11 fő - 50%	11 fő - 50%
12 évesek	9	80	29	17.73	4	80	30	24.50	10 fő - 20%	39 fő - 80%
13 évesek	2	80	33	18.96	6	80	28	15.14	9 fő - 20%	37 fő - 80%
14 évesek	2	80	46	25.32	9	80	28	20.02	9 fő - 19%	38 fő - 81%
15 évesek	5	80	47	29.66	7	80	24	17.06	9 fő - 29%	22 fő - 71%
16 évesek	25	33	29	4.00						2 fő - 100%

Összesen: 24 % 76 %

Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	11	29	21	5.61	16	26	21	2.91	16 fő - 73%	6 fő - 27%
12 évesek	12	22	17	2.64	13	27	19	3.99	42 fő - 86%	7 fő - 14%
13 évesek	5	27	19	5.84	10	27	20	4.67	31 fő - 69%	14 fő - 31%
14 évesek	17	28	22	2.95	17	27	23	3.38	21 fő - 45%	26 fő - 55%
15 évesek	16	28	23	3.70	18	28	25	2.32	5 fő - 16%	26 fő - 84%
16 évesek	23	25	24	0.75						2 fő - 100%

Összesen: 59 % 41 %

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	1	19	9	6.16	1	20	8	6.27	9 fő - 41%	13 fő - 59%
12 évesek	2	31	13	7.90	1	22	9	5.39	14 fő - 29%	35 fő - 71%
13 évesek	0	30	12	6.72	1	20	9	4.88	13 fő - 28%	33 fő - 72%
14 évesek	0	30	15	6.71	1	13	8	3.28	17 fő - 36%	30 fő - 64%
15 évesek	3	24	16	5.19	1	17	7	3.42	9 fő - 29%	22 fő - 71%
16 évesek	2	11	7	4.50						2 fő - 100%

Összesen: 32 % 68 %

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	13	30	21	5.43	12	27	19	4.02	3 fő - 14%	14 fő - 64%
12 évesek	16	32	21	3.60	11	32	20	4.65	18 fő - 37%	21 fő - 43%
13 évesek	18	45	25	6.50	14	31	25	4.15	9 fő - 20%	29 fő - 63%
14 évesek	15	44	28	7.04	8	33	23	5.45	15 fő - 32%	20 fő - 43%
15 évesek	26	52	39	7.70	13	36	25	6.07	8 fő - 26%	17 fő - 55%
16 évesek	35	35	35	0.45						2 fő - 100%

Összesen: 35 % 65 %

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	102	228	151	39.73	70	178	141	31.70	7 fő - 33%	14 fő - 67%
12 évesek	115	185	155	21.69	100	195	140	26.24	19 fő - 40%	29 fő - 60%
13 évesek	90	210	156	30.61	95	192	137	24.26	21 fő - 46%	25 fő - 54%
14 évesek	124	228	183	26.97	10	190	140	36.58	16 fő - 34%	31 fő - 66%
15 évesek	145	224	196	20.52	75	190	134	25.17	13 fő - 42%	18 fő - 58%
16 évesek	205	205	205	0.00						2 fő - 100%
Összesen:									39 %	61 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	3	30	19	8.48	18	35	25	4.76	10 fő - 45%	12 fő - 55%
12 évesek	9	33	21	6.03	8	37	26	6.64	22 fő - 45%	27 fő - 55%
13 évesek	0	31	18	7.82	15	44	27	7.38	23 fő - 50%	23 fő - 50%
14 évesek	10	35	21	6.73	16	44	29	5.93	17 fő - 36%	30 fő - 64%
15 évesek	3	34	22	9.76	15	44	29	6.65	13 fő - 42%	18 fő - 58%
16 évesek	25	29	27	2.00						2 fő - 100%
Összesen:									43 %	57 %