

	Fokozott fejlesztés szükséges
	Fejlesztés szükséges
	Egészségzóna

Létszám: 130 / 82 fiú, 48 lány

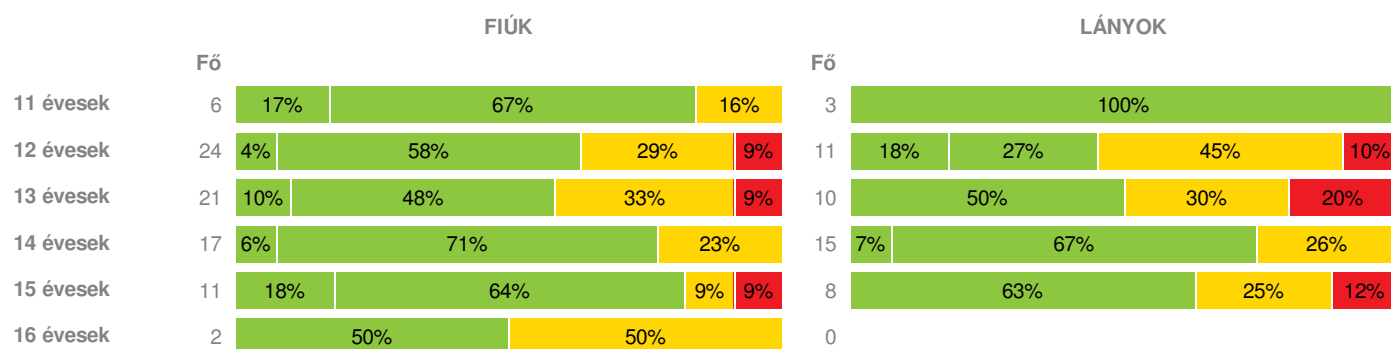
Tanév: 2015/2016

Adatfeltöltöttségi állapot: 98,11966 %

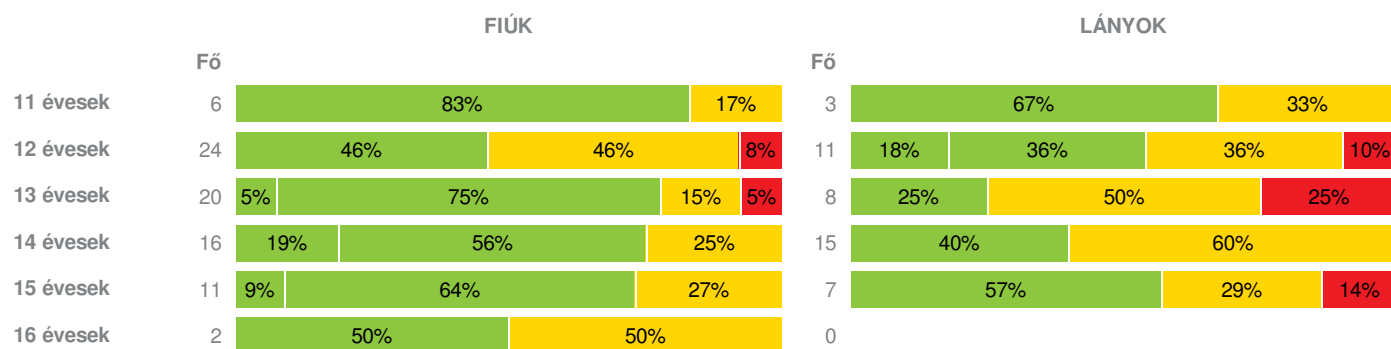
Nyomtatás dátuma: 2018.03.26 13:33:29

## INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

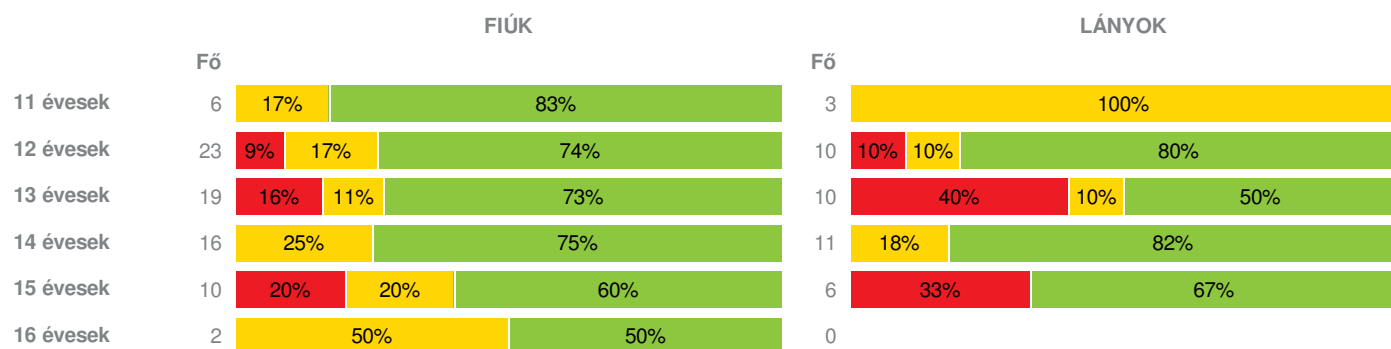
## TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)

## Testzsír százalék (TZS %)

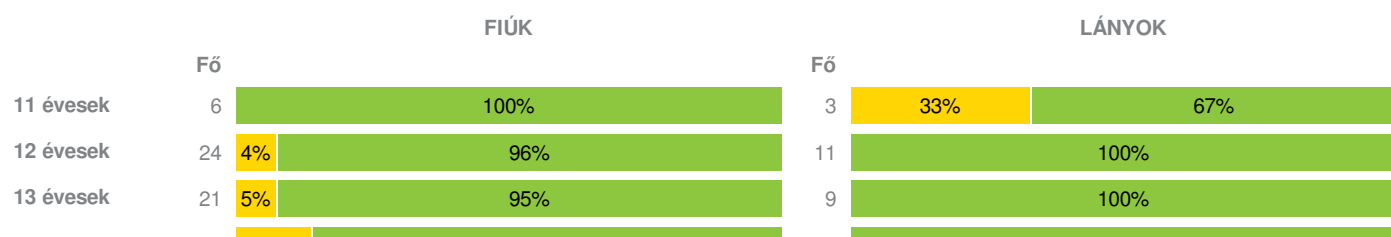


## AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

## Ütemezett hasizom (db)



14 évesek	14	14%	86%	13	100%	
15 évesek	8	13%	87%	6	17%	83%
16 évesek	2	50%	50%	0		

### Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK		
	Fő				Fő		
11 évesek	6	100%		3	67%	33%	
12 évesek	24	46%	54%	11	64%	36%	
13 évesek	21	52%	48%	10	40%	60%	
14 évesek	17	94%	6%	15	73%	27%	
15 évesek	10	70%	30%	7	100%		
16 évesek	2	50%	50%	0			

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő		
11 évesek	6	17%	83%	3	33%	67%
12 évesek	24	38%	62%	10	20%	80%
13 évesek	21	14%	86%	10	60%	40%
14 évesek	16	44%	56%	13	8%	92%
15 évesek	10	50%	50%	6	17%	83%
16 évesek	2	50%	50%	0		

### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK	
	Fő			Fő		
11 évesek	6	50%	50%	3	33%	67%
12 évesek	24	29%	71%	11	36%	64%
13 évesek	21	14%	86%	10	10%	90%
14 évesek	17	12%	88%	15		100%
15 évesek	11	36%	64%	8		100%
16 évesek	2		100%	0		

### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK		
	Fő				Fő		
11 évesek	6	33%	67%	3	33%	67%	
12 évesek	24	21%	79%	11	18%	82%	
13 évesek	21	19%	81%	10	40%	60%	
14 évesek	16	25%	75%	13	31%	69%	
15 évesek	10	50%	50%	6	33%	67%	
16 évesek	2	100%		0			




## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő				Fő		
11 évesek	6	67%	33%	3	33%	67%	

12 évesek	24	25%	75%	11	36%	64%
13 évesek	20	20%	80%	10	30%	70%
14 évesek	17	18%	82%	14	14%	86%
15 évesek	11	36%	64%	8	25%	75%
16 évesek	2	100%		0		

Magyar Diáksport Szövetség - 2016

	Fokozott fejlesztés szükséges
	Fejlesztés szükséges
	Egészségzóna

#### Táplánszentkeresztii Apáczai Csere János Általános Iskola

Létszám: 130 / 82 fiú, 48 lány

Tanév: 2015/2016

Adatfeltöltöttségi állapot: 98,11966 %

Nyomtatás dátuma: 2018.03.26 13:33:29

### INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

#### Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	15.00	23.00	18.00	2.61	19.00	19.00	19.00	0.34		1 fő - 11%	8 fő - 89%
12 évesek	15.00	29.00	21.00	3.54	13.00	28.00	21.00	4.79	3 fő - 9%	12 fő - 34%	20 fő - 57%
13 évesek	15.00	33.00	21.00	4.64	19.00	42.00	25.00	6.48	4 fő - 13%	10 fő - 32%	17 fő - 55%
14 évesek	16.00	26.00	20.00	2.67	14.00	26.00	21.00	3.35		8 fő - 25%	24 fő - 75%
15 évesek	16.00	30.00	20.00	3.81	18.00	37.00	23.00	5.96	2 fő - 10%	3 fő - 16%	14 fő - 74%
16 évesek	22.00	27.00	25.00	2.45						1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									7 %	27 %	66 %

#### Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	10.00	30.00	17.00	6.82	14.00	27.00	21.00	5.61		2 fő - 22%	7 fő - 78%
12 évesek	11.00	36.00	24.00	7.48	1.00	36.00	23.00	10.51	3 fő - 8%	15 fő - 43%	17 fő - 49%
13 évesek	6.00	42.00	18.00	8.59	24.00	45.00	32.00	6.40	3 fő - 11%	7 fő - 25%	18 fő - 64%
14 évesek	5.00	25.00	15.00	7.22	16.00	32.00	27.00	5.00		13 fő - 42%	18 fő - 58%
15 évesek	6.00	29.00	15.00	7.50	19.00	38.00	27.00	6.61	1 fő - 5%	5 fő - 28%	12 fő - 67%
16 évesek	13.00	25.00	19.00	6.00						1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									6 %	35 %	59 %

### AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	38.00	62.00	47.00	7.38	39.00	40.00	39.00	0.29		4 fő - 44%	5 fő - 56%
12 évesek	35.00	67.00	44.00	6.50	37.00	48.00	43.00	3.43	3 fő - 9%	5 fő - 15%	25 fő - 76%
13 évesek	32.00	71.00	44.00	8.16	34.00	45.00	39.00	4.23	7 fő - 24%	3 fő - 10%	19 fő - 66%
14 évesek	39.00	55.00	46.00	4.39	37.00	50.00	42.00	3.83		6 fő - 22%	21 fő - 78%

15 évesek	32.00	57.00	44.00	7.05	36.00	45.00	41.00	3.81	4 fő - 25%	2 fő - 13%	10 fő - 63%
16 évesek	42.00	47.00	45.00	2.49						1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									12 %	18 %	70 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	15.00	80.00	40.00	28.25	10.00	80.00	35.00	31.89	1 fő - 11%	8 fő - 89%
12 évesek	4.00	80.00	63.00	23.13	25.00	80.00	73.00	15.64	1 fő - 3%	34 fő - 97%
13 évesek	13.00	80.00	57.00	25.15	20.00	80.00	58.00	26.66	1 fő - 3%	29 fő - 97%
14 évesek	13.00	80.00	58.00	23.07	20.00	80.00	62.00	24.12	2 fő - 7%	25 fő - 93%
15 évesek	17.00	80.00	52.00	23.86	9.00	80.00	59.00	30.06	2 fő - 14%	12 fő - 86%
16 évesek	12.00	80.00	46.00	34.00					1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									7 %	93 %

Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	14.00	17.00	16.00	1.32	14.00	23.00	19.00	3.76	8 fő - 89%	1 fő - 11%
12 évesek	15.00	30.00	22.00	5.01	11.00	30.00	21.00	5.11	18 fő - 51%	17 fő - 49%
13 évesek	12.00	30.00	22.00	5.42	14.00	30.00	23.00	6.10	15 fő - 48%	16 fő - 52%
14 évesek	9.00	30.00	17.00	5.01	8.00	30.00	18.00	8.16	27 fő - 84%	5 fő - 16%
15 évesek	7.00	27.00	17.00	6.12	8.00	18.00	15.00	3.51	14 fő - 82%	3 fő - 18%
16 évesek	19.00	23.00	21.00	2.10					1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									66 %	34 %

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	0.00	25.00	13.00	7.54	6.00	10.00	8.00	1.70	2 fő - 22%	7 fő - 78%
12 évesek	1.00	25.00	11.00	6.15	6.00	28.00	15.00	7.00	11 fő - 32%	23 fő - 68%
13 évesek	5.00	35.00	14.00	6.36	0.00	20.00	7.00	5.82	9 fő - 29%	22 fő - 71%
14 évesek	2.00	30.00	14.00	6.33	1.00	23.00	10.00	5.55	8 fő - 28%	21 fő - 72%
15 évesek	2.00	20.00	14.00	5.21	2.00	30.00	13.00	9.15	6 fő - 38%	10 fő - 63%
16 évesek	14.00	21.00	18.00	3.50					1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									31 %	69 %

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	14.00	26.00	19.00	3.88	14.00	20.00	17.00	2.43	4 fő - 44%	5 fő - 56%
12 évesek	8.00	30.00	20.00	4.72	11.00	27.00	18.00	5.21	11 fő - 31%	24 fő - 69%
13 évesek	14.00	42.00	25.00	7.09	16.00	29.00	25.00	3.65	4 fő - 13%	27 fő - 87%
14 évesek	21.00	39.00	30.00	5.19	19.00	32.00	24.00	3.12	2 fő - 6%	30 fő - 94%
15 évesek	21.00	41.00	31.00	6.38	24.00	35.00	29.00	3.36	4 fő - 21%	15 fő - 79%
16 évesek	40.00	48.00	44.00	3.85						2 fő - 100%
Összesen:									20 %	80 %

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	115.00	164.00	144.00	19.31	115.00	156.00	136.00	16.78	3 fő - 33%	6 fő - 67%
12 évesek	100.00	196.00	153.00	22.80	125.00	174.00	152.00	14.32	7 fő - 20%	28 fő - 80%
13 évesek	115.00	210.00	165.00	23.52	93.00	163.00	135.00	19.55	8 fő - 26%	23 fő - 74%
14 évesek	150.00	220.00	182.00	19.33	110.00	174.00	147.00	18.86	8 fő - 28%	21 fő - 72%
15 évesek	145.00	218.00	181.00	22.43	130.00	164.00	144.00	12.46	7 fő - 44%	9 fő - 56%
16 évesek	198.00	207.00	203.00	4.50						2 fő - 100%

Összesen: 27 % 73 %

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	15.00	22.00	18.00	2.70	25.00	31.00	29.00	2.84	5 fő - 56%	4 fő - 44%
12 évesek	12.00	39.00	25.00	6.87	21.00	39.00	29.00	5.80	10 fő - 29%	25 fő - 71%
13 évesek	12.00	32.00	23.00	5.35	16.00	32.00	27.00	4.72	7 fő - 23%	23 fő - 77%
14 évesek	12.00	32.00	24.00	5.38	20.00	43.00	32.00	6.08	5 fő - 16%	26 fő - 84%
15 évesek	7.00	41.00	24.00	8.45	18.00	41.00	32.00	7.64	6 fő - 32%	13 fő - 68%
16 évesek	22.00	30.00	26.00	4.25						2 fő - 100%

Összesen: 26 % 74 %