

Létszám: 88 / 36 fiú, 52 lány

Átlagéletkor: 13

Tanév: 2022/2023

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %

Nyomtatás dátuma: 2023.11.07 10:25:21

- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

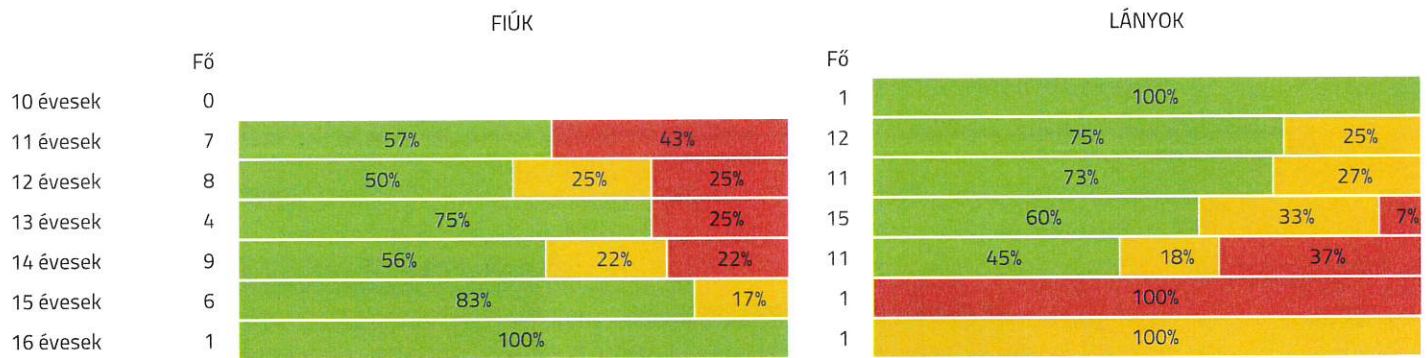
**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT**

**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**

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



Testzsírszázalék (TZS %)



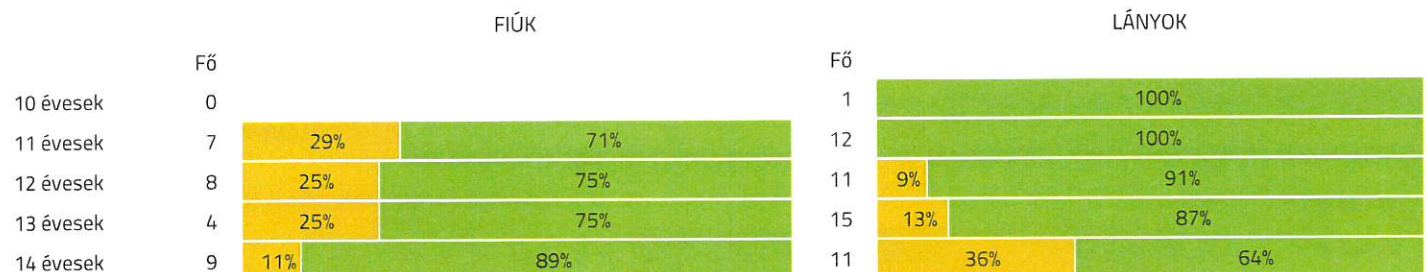
**AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL**

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



**VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL**

Ütemezett hasizom teszt (db)





15 évesek	6	100%	1	100%
16 évesek	1	100%	1	100%

Törzsemelés teszt (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő	
10 évesek	0		1	1	100%
11 évesek	7	100%	12	12	100%
12 évesek	8	88% 12%	11	11	100%
13 évesek	4	75% 25%	15	15	100%
14 évesek	9	100%	11	11	100%
15 évesek	6	100%	1	1	100%
16 évesek	1	100%	1	1	100%

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő	
10 évesek	0		1	1	100%
11 évesek	7	14% 86%	12	12	17% 83%
12 évesek	8	50% 50%	11	11	100%
13 évesek	4	25% 75%	14	14	14% 86%
14 évesek	9	22% 78%	11	11	9% 91%
15 évesek	5	20% 80%	1	1	100%
16 évesek	1	100%	1	1	100%

Kézi szorítóerő mérése (kg)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő	
10 évesek	0		1	1	100%
11 évesek	7	29% 71%	12	12	17% 33% 50%
12 évesek	8	25% 75%	11	11	9% 36% 55%
13 évesek	4	25% 25% 50%	15	15	20% 13% 67%
14 évesek	9	11% 11% 78%	11	11	45% 55%
15 évesek	6	67% 33%	1	1	100%
16 évesek	1	100%	1	1	100%

Helyből távolugrás teszt (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő	
10 évesek	0		1	1	100%
11 évesek	7	29% 71%	12	12	17% 83%
12 évesek	8	38% 62%	11	11	18% 82%
13 évesek	4	50% 50%	15	15	33% 67%
14 évesek	9	33% 67%	11	11	45% 55%
15 évesek	6	50% 50%	1	1	100%
16 évesek	1	100%	1	1	100%

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő	
10 évesek	0		1	1	100%
11 évesek	7	43% 57%	12	12	58% 42%





Császártöltési Bánáti Miklós Német Nemzetiségi Általános Iskola 203122 / 1

Létszám: 88 / 36 fiú, 52 lány

Átlagéletkor: 13

Tanév: 2022/2023

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %

Nyomtatás dátuma: 2023.11.07 10:25:21

- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT

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
10 évesek					14.49	14.49	14.49	0.00			1 fő - 100%
11 évesek	16.12	35.65	22.89	6.73	15.02	21.75	18.35	2.24	2 fő - 10%	3 fő - 16%	14 fő - 74%
12 évesek	13.91	30.49	22.37	4.89	15.60	22.76	19.14	2.48	1 fő - 5%	6 fő - 32%	12 fő - 63%
13 évesek	14.88	30.04	20.79	5.78	16.59	28.47	20.56	3.22	2 fő - 10%	3 fő - 16%	14 fő - 74%
14 évesek	17.59	36.71	23.25	5.77	15.37	33.12	22.64	5.64	2 fő - 10%	8 fő - 40%	10 fő - 50%
15 évesek	16.50	26.26	18.91	3.32	30.01	30.01	30.01	0.00	1 fő - 15%	1 fő - 14%	5 fő - 71%
16 évesek	21.49	21.49	21.49	0.00	20.07	20.07	20.07	0.00			2 fő - 100%
17 évesek											
18+ évesek											
Összesen:									9%	24%	67%

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek					7.70	7.70	7.70	0.00			1 fő - 100%
11 évesek	15.30	46.80	27.43	12.09	10.30	27.40	19.85	5.97	3 fő - 16%	3 fő - 16%	13 fő - 68%
12 évesek	5.20	39.70	24.54	11.16	11.60	32.10	21.87	6.47	2 fő - 11%	5 fő - 26%	12 fő - 63%
13 évesek	5.00	35.00	16.08	11.35	14.60	39.40	25.35	6.72	2 fő - 11%	5 fő - 26%	12 fő - 63%
14 évesek	7.60	35.00	19.73	9.71	12.70	41.30	28.15	10.18	6 fő - 30%	4 fő - 20%	10 fő - 50%
15 évesek	1.00	30.10	10.00	9.28	40.40	40.40	40.40	0.00	1 fő - 15%	1 fő - 14%	5 fő - 71%
16 évesek	19.20	19.20	19.20	0.00	29.90	29.90	29.90	0.00		1 fő - 50%	1 fő - 50%
17 évesek											
18+ évesek											
Összesen:									16%	22%	62%

AERÓB 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
10 évesek					46.38	46.38	46.38	0.00			1 fő - 100%

11 évesek	39.04	50.32	44.80	4.56	39.19	47.59	43.13	2.48		3 fő - 16%	16 fő - 84%
12 évesek	33.74	48.16	39.74	3.82	37.64	44.82	40.46	1.92	1 fő - 5%	8 fő - 42%	10 fő - 53%
13 évesek	35.81	44.57	41.86	3.56	33.70	45.77	39.54	3.14	3 fő - 16%	6 fő - 32%	10 fő - 53%
14 évesek	36.34	64.89	45.85	8.90	32.75	41.06	37.06	2.69	7 fő - 35%	5 fő - 25%	8 fő - 40%
15 évesek	34.40	54.16	43.46	6.12	37.29	37.29	37.29	0.00	2 fő - 29%	2 fő - 29%	3 fő - 43%
16 évesek	49.75	49.75	49.75	0.00	30.83	30.83	30.83	0.00	1 fő - 50%		1 fő - 50%
17 évesek											
18+ évesek											

Összesen: 16 % 28 % 56 %

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					21.00	21.00	21.00	0.00		1 fő - 100%
11 évesek	12.00	68.00	40.86	19.77	15.00	51.00	28.50	11.84	2 fő - 11%	17 fő - 89%
12 évesek	8.00	49.00	29.50	15.06	17.00	80.00	34.18	18.63	3 fő - 16%	16 fő - 84%
13 évesek	11.00	80.00	53.25	26.38	14.00	80.00	33.67	16.98	3 fő - 16%	16 fő - 84%
14 évesek	2.00	80.00	52.22	28.06	6.00	50.00	23.00	13.25	5 fő - 25%	15 fő - 75%
15 évesek	30.00	80.00	54.33	20.51	16.00	16.00	16.00	0.00	1 fő - 14%	6 fő - 86%
16 évesek	50.00	50.00	50.00	0.00	16.00	16.00	16.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 17 % 83 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					11.80	11.80	11.80	0.00		1 fő - 100%
11 évesek	9.90	19.60	14.86	3.05	10.60	20.60	14.35	2.65	19 fő - 100%	
12 évesek	11.90	23.50	17.73	3.31	9.60	19.10	14.44	2.86	18 fő - 95%	1 fő - 5%
13 évesek	10.60	29.70	16.00	7.94	10.40	20.60	15.29	3.02	18 fő - 95%	1 fő - 5%
14 évesek	14.20	20.80	16.76	2.25	9.00	21.80	14.89	4.14	20 fő - 100%	
15 évesek	9.90	19.80	14.60	3.33	8.90	8.90	8.90	0.00	7 fő - 100%	
16 évesek	10.00	10.00	10.00	0.00	13.60	13.60	13.60	0.00	2 fő - 100%	
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 98 % 2 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					10.00	10.00	10.00	0.00		1 fő - 100%
11 évesek	4.00	20.00	13.29	5.34	4.00	19.00	11.25	3.92	3 fő - 16%	16 fő - 84%
12 évesek	0.00	18.00	8.50	5.52	7.00	25.00	12.64	6.06	4 fő - 21%	15 fő - 79%
13 évesek	4.00	27.00	18.75	8.79	0.00	22.00	9.93	5.55	3 fő - 17%	15 fő - 83%
14 évesek	7.00	23.00	17.22	4.98	6.00	15.00	9.55	3.03	3 fő - 15%	17 fő - 85%
15 évesek	13.00	51.00	23.40	13.95	7.00	7.00	7.00	0.00	1 fő - 17%	5 fő - 83%
16 évesek	20.00	20.00	20.00	0.00	7.00	7.00	7.00	0.00		2 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 16 % 84 %



Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek					19.00	19.00	19.00	0.00			1 fő - 100%
11 évesek	17.60	26.80	22.40	3.15	14.70	25.20	20.06	3.48	2 fő - 11%	6 fő - 32%	11 fő - 58%
12 évesek	20.70	33.70	26.25	4.08	18.10	35.80	24.97	5.65	1 fő - 5%	6 fő - 32%	12 fő - 63%
13 évesek	20.70	36.50	27.55	6.41	15.30	36.00	25.55	5.70	4 fő - 21%	3 fő - 16%	12 fő - 63%
14 évesek	25.50	41.10	34.86	4.35	21.80	41.20	28.52	6.45	1 fő - 5%	6 fő - 30%	13 fő - 65%
15 évesek	31.00	43.60	36.28	3.94	24.90	24.90	24.90	0.00		5 fő - 71%	2 fő - 29%
16 évesek	53.50	53.50	53.50	0.00	21.30	21.30	21.30	0.00	1 fő - 50%		1 fő - 50%
17 évesek											
18+ évesek											
Összesen:									10 %	30 %	60 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					170.00	170.00	170.00	0.00		1 fő - 100%
11 évesek	101.00	180.00	144.00	26.31	107.00	178.00	143.08	19.97	4 fő - 21%	15 fő - 79%
12 évesek	115.00	188.00	152.13	26.56	121.00	174.00	150.55	16.06	5 fő - 26%	14 fő - 74%
13 évesek	129.00	183.00	152.75	20.74	67.00	183.00	139.33	27.33	7 fő - 37%	12 fő - 63%
14 évesek	150.00	202.00	176.33	15.74	104.00	190.00	141.73	26.04	8 fő - 40%	12 fő - 60%
15 évesek	175.00	233.00	190.50	20.95	141.00	141.00	141.00	0.00	3 fő - 43%	4 fő - 57%
16 évesek	203.00	203.00	203.00	0.00	138.00	138.00	138.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
17 évesek										
18+ évesek										
Összesen:									32 %	68 %

Hajlékonysági profil

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					19.85	19.85	19.85	0.00	1 fő - 100%	
11 évesek	18.05	25.95	21.91	2.89	15.80	34.85	25.51	5.89	10 fő - 53%	9 fő - 47%
12 évesek	0.00	30.45	17.65	8.96	21.15	36.15	27.35	4.51	9 fő - 47%	10 fő - 53%
13 évesek	18.60	22.50	20.65	1.59	18.60	34.70	25.62	4.97	10 fő - 53%	9 fő - 47%
14 évesek	20.05	30.30	24.38	2.88	9.15	35.40	22.76	7.50	8 fő - 40%	12 fő - 60%
15 évesek	12.55	30.95	20.25	6.32	30.45	30.45	30.45	0.00	4 fő - 57%	3 fő - 43%
16 évesek	15.30	15.30	15.30	0.00	25.40	25.40	25.40	0.00	2 fő - 100%	
17 évesek										
18+ évesek										
Összesen:									51 %	49 %

