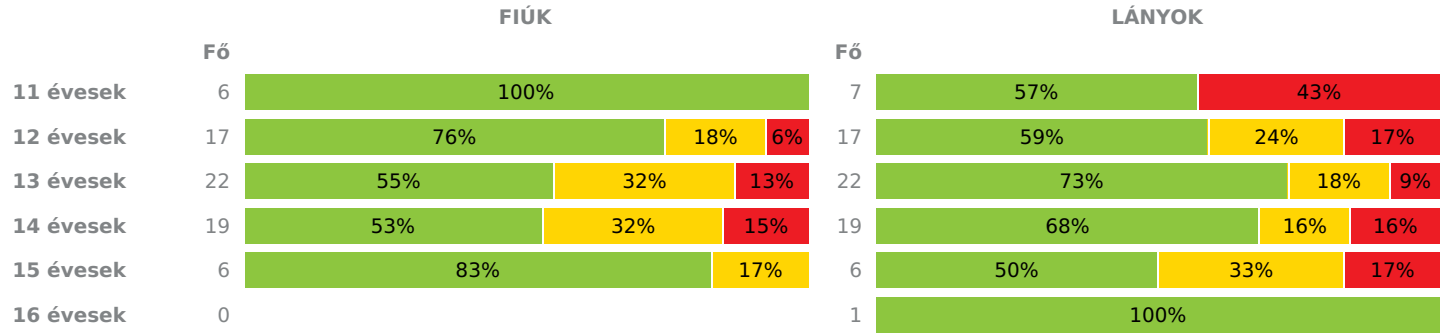
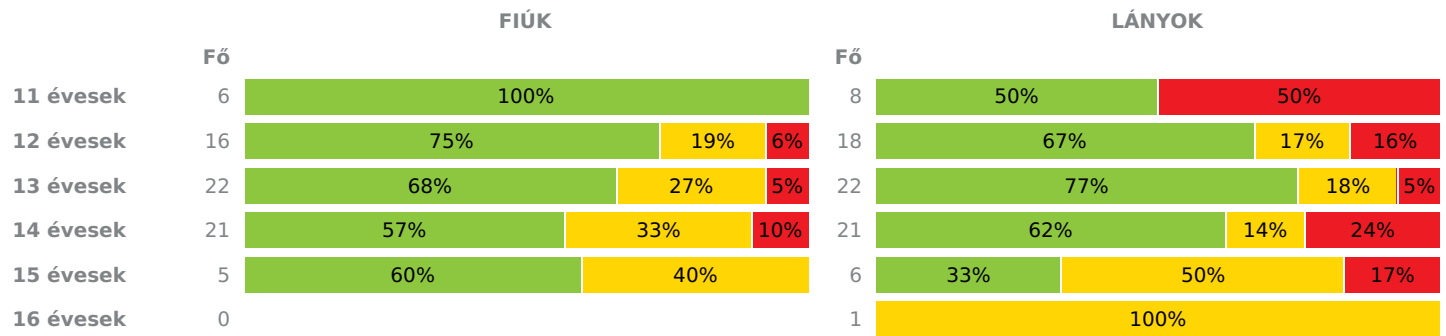
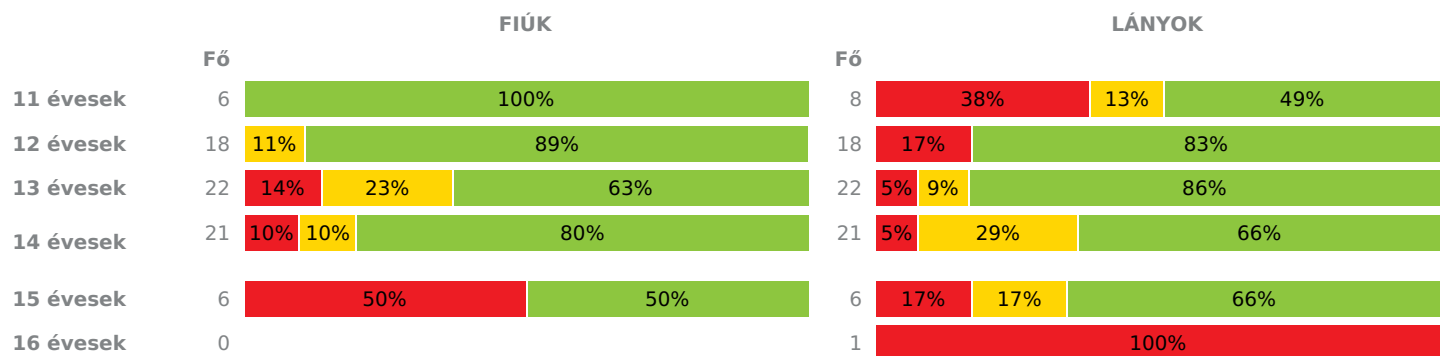
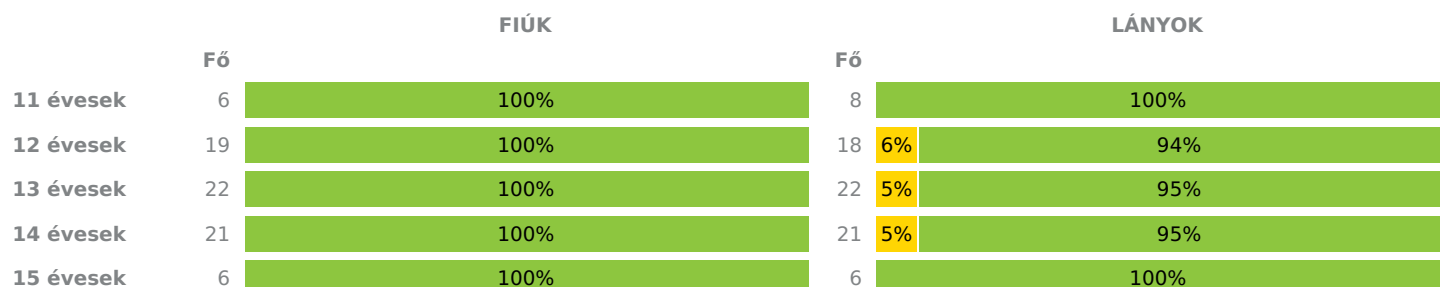
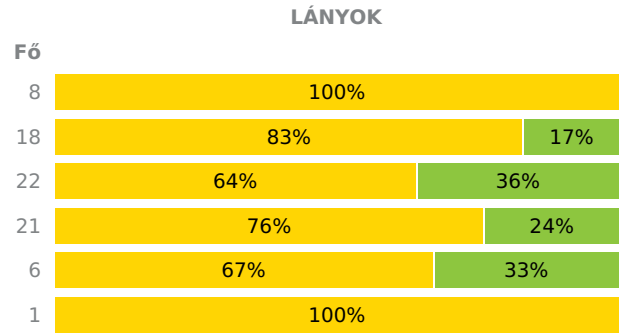
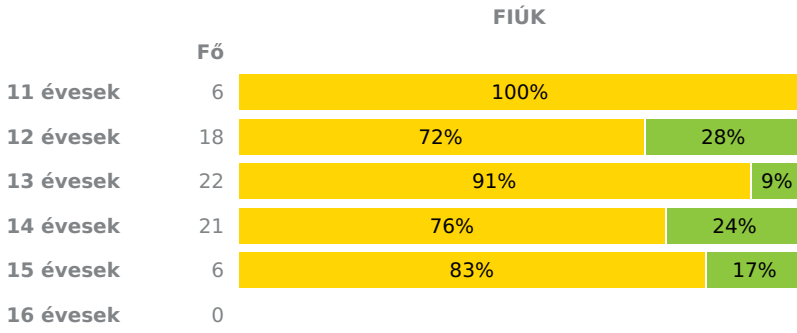

INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL
Testtömegindex (BMI: kg/m²)

Testzsírszázalék (TZS %)

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL
Állóképességi ingafutás teszt (VO_{2max}: ml/kg/min)

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL
Ütemezett hasizom teszt (db)


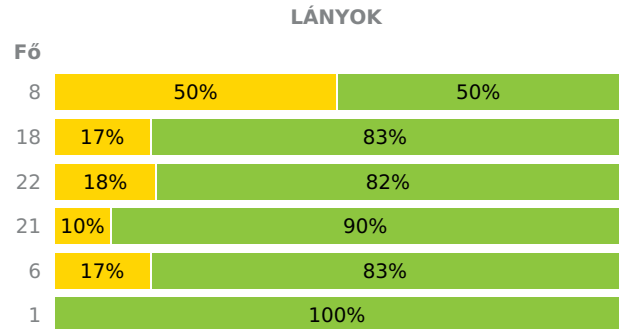
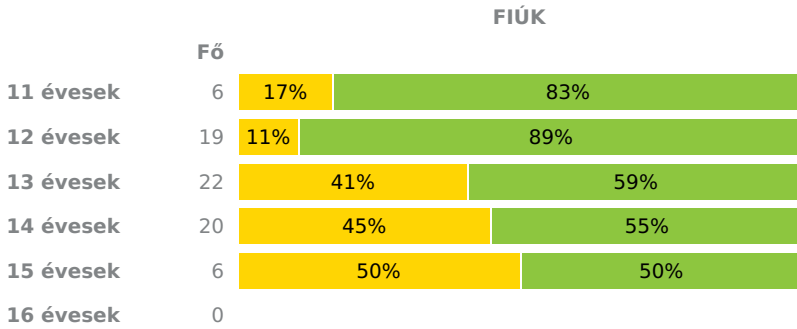
16 évesek 0

1 100%

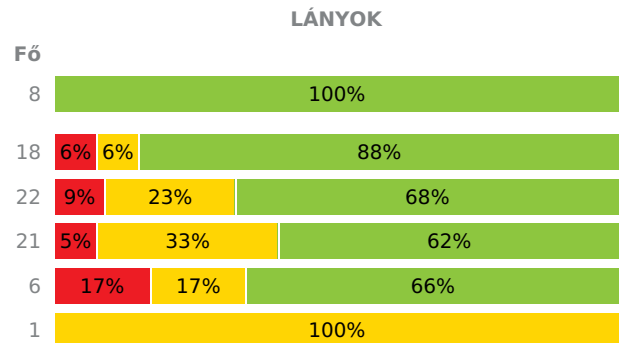
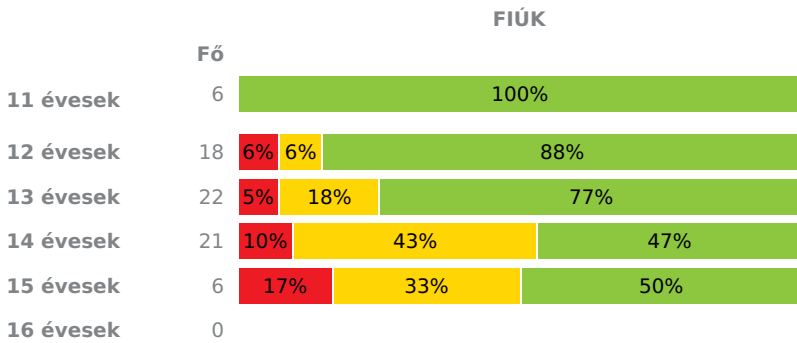
Törzsemelés teszt (cm)



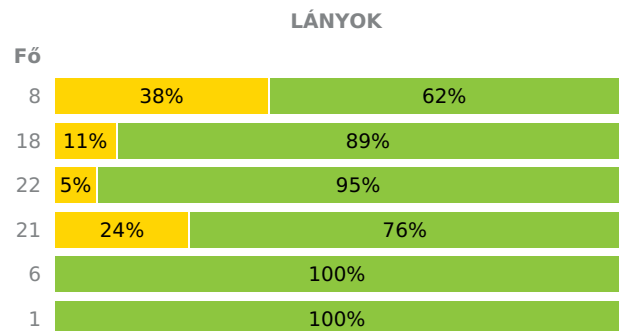
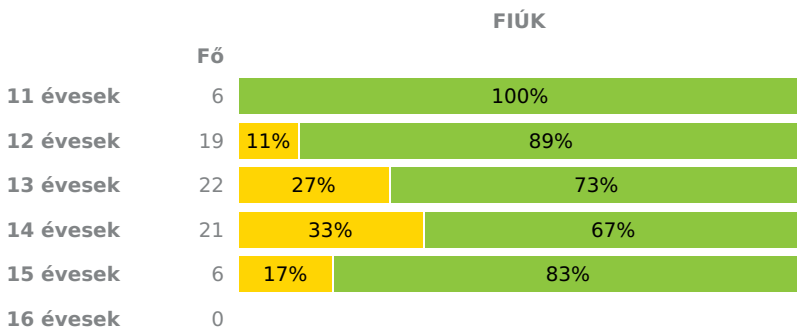
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)

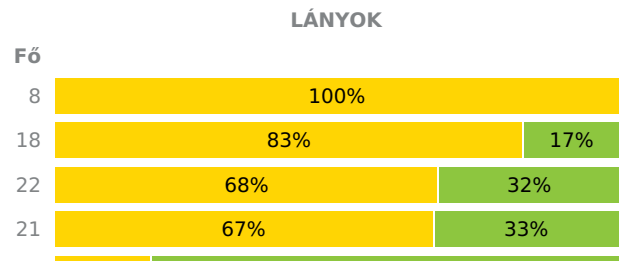
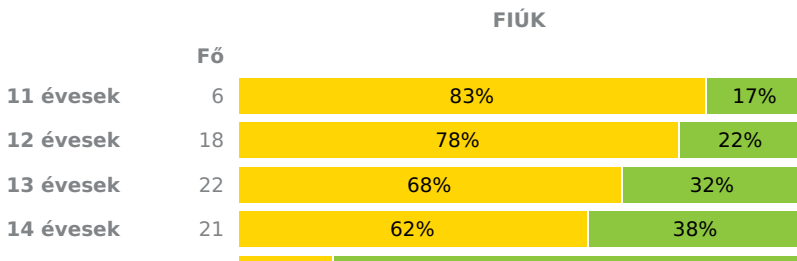


Helyből távolugrás teszt (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)



15 évesek	6	17%	83%	6	17%	83%
16 évesek	0			1	100%	

Magyar Diáksport Szövetség - 2022



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Mórahalmi Móra Ferenc Általános Iskola

Létszám: **152 / 74 fiú, 78 lány**
 Tanév: **2021/2022**

Adatfeltöltöttségi állapot: 98,10 %
 Nyomtatás dátuma: 2023.11.09 14:54:32

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	15.36	18.55	17.12	1.31	16.30	30.75	23.26	5.41	3 fő - 23%		10 fő - 77%
12 évesek	14.69	26.98	18.89	3.63	14.56	35.05	21.82	6.32	4 fő - 11%	7 fő - 21%	23 fő - 68%
13 évesek	16.33	34.78	21.76	5.06	15.02	30.60	20.22	3.76	5 fő - 11%	11 fő - 25%	28 fő - 64%
14 évesek	14.18	30.67	21.81	4.90	14.69	38.98	23.21	6.40	6 fő - 15%	9 fő - 24%	23 fő - 61%
15 évesek	17.21	26.78	21.57	2.89	20.33	39.18	25.39	6.38	1 fő - 8%	3 fő - 25%	8 fő - 67%
16 évesek	0	0	0	0	22.95	22.95	22.95	0.00			1 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	11.20	19.30	16.32	3.46	16.60	41.70	29.44	10.44	4 fő - 29%		10 fő - 71%
12 évesek	6.30	36.10	18.94	8.98	6.30	42.60	24.62	10.17	4 fő - 11%	6 fő - 18%	24 fő - 71%
13 évesek	6.20	38.80	20.06	8.44	11.00	41.90	22.13	6.97	2 fő - 4%	10 fő - 23%	32 fő - 73%
14 évesek	5.60	40.50	19.27	10.50	11.20	47.20	28.36	9.26	7 fő - 16%	10 fő - 24%	25 fő - 60%
15 évesek	13.90	30.00	21.90	6.15	24.00	44.40	32.70	6.30	1 fő - 10%	5 fő - 45%	5 fő - 45%
16 évesek	0	0	0	0	37.30	37.30	37.30	0.00		1 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	40.66	56.97	47.18	5.22	35.78	44.85	39.57	3.29	3 fő - 21%	1 fő - 7%	10 fő - 71%
12 évesek	38.73	63.44	48.70	6.48	35.17	49.92	42.87	3.77	3 fő - 8%	2 fő - 6%	31 fő - 86%
13 évesek	34.76	59.51	44.58	6.80	34.80	54.22	44.60	5.03	4 fő - 9%	7 fő - 16%	33 fő - 75%
14 évesek	36.24	56.98	46.29	5.33	33.68	46.22	41.32	3.10	3 fő - 7%	8 fő - 19%	31 fő - 74%
15 évesek	33.94	55.59	44.09	8.59	34.60	47.21	41.17	4.07	4 fő - 33%	1 fő - 8%	7 fő - 58%
16 évesek	0	0	0	0	34.66	34.66	34.66	0.00	1 fő - 100%		
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	40.00	80.00	73.33	14.91	43.00	80.00	62.13	15.43		14 fő - 100%
12 évesek	25.00	80.00	58.74	26.10	8.00	80.00	54.22	27.18	1 fő - 3%	36 fő - 97%
13 évesek	18.00	80.00	48.00	26.45	11.00	80.00	38.23	23.71	1 fő - 2%	43 fő - 98%
14 évesek	25.00	80.00	53.62	24.40	14.00	80.00	47.29	27.02	1 fő - 2%	41 fő - 98%
15 évesek	25.00	26.00	25.33	0.47	25.00	25.00	25.00	0.00		12 fő - 100%
16 évesek	0	0	0	0	26.00	26.00	26.00	0.00		1 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	12.00	16.00	13.67	1.49	8.00	16.00	12.13	3.10		14 fő - 100%
12 évesek	10.00	25.00	16.31	4.89	7.00	26.00	15.67	5.43	28 fő - 78%	8 fő - 22%
13 évesek	7.00	30.00	16.39	5.19	10.00	29.00	20.36	4.94	34 fő - 77%	10 fő - 23%
14 évesek	9.00	28.50	18.71	5.04	9.00	29.00	18.36	5.56	32 fő - 76%	10 fő - 24%
15 évesek	8.00	29.00	17.83	6.54	7.00	23.00	15.25	6.67	9 fő - 75%	3 fő - 25%
16 évesek	0	0	0	0	21.00	21.00	21.00	0.00		1 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	4.00	39.00	14.00	11.46	1.00	14.00	6.75	4.97	5 fő - 36%	9 fő - 64%
12 évesek	3.00	40.00	14.68	7.55	1.00	30.00	11.00	6.03	5 fő - 14%	32 fő - 86%
13 évesek	1.00	30.00	13.14	7.82	2.00	20.00	9.00	3.79	13 fő - 30%	31 fő - 70%
14 évesek	2.00	22.00	11.10	5.80	5.00	20.00	9.81	3.71	11 fő - 27%	30 fő - 73%
15 évesek	2.00	20.00	12.50	5.85	1.00	10.00	8.00	3.16	4 fő - 33%	8 fő - 67%
16 évesek	0	0	0	0	9.00	9.00	9.00	0.00		1 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	27.00	32.00	28.00	1.83	25.00	28.00	26.38	1.11			14 fő - 100%
12 évesek	17.00	34.00	28.33	4.18	11.50	28.00	24.17	3.76	2 fő - 6%	2 fő - 6%	32 fő - 89%
13 évesek	20.50	38.70	29.16	5.38	14.70	33.60	24.31	4.39	3 fő - 7%	9 fő - 20%	32 fő - 73%
14 évesek	16.90	50.90	30.35	7.47	15.80	33.20	26.15	4.00	3 fő - 7%	16 fő - 38%	23 fő - 55%
15 évesek	24.50	40.70	34.00	5.03	20.50	35.40	27.65	5.08	2 fő - 17%	3 fő - 25%	7 fő - 58%
16 évesek	0	0	0	0	27.00	27.00	27.00	0.00			1 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	148.00	166.00	155.00	6.93	120.00	160.00	142.13	16.09	3 fő - 21%	11 fő - 79%
12 évesek	132.00	208.00	172.42	20.87	110.00	180.00	152.61	17.76	4 fő - 11%	33 fő - 89%
13 évesek	130.00	198.00	166.59	18.17	120.00	198.00	164.91	20.72	7 fő - 16%	37 fő - 84%
14 évesek	122.00	245.00	175.10	29.34	110.00	200.00	155.19	24.82	12 fő - 29%	30 fő - 71%
15 évesek	150.00	232.00	199.33	24.79	140.00	195.00	160.83	21.87	1 fő - 8%	11 fő - 92%

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	21.00	17.75	1.55	14.50	20.50	18.00	1.79	13 fő - 93%	1 fő - 7%
12 évesek	9.50	29.00	19.00	4.71	13.50	29.00	20.14	4.15	29 fő - 81%	7 fő - 19%
13 évesek	12.50	33.00	19.80	4.54	13.50	33.50	23.73	5.98	30 fő - 68%	14 fő - 32%
14 évesek	5.00	34.00	20.90	5.95	14.50	44.00	23.45	7.86	27 fő - 64%	15 fő - 36%
15 évesek	14.50	32.00	22.83	5.12	24.00	39.50	29.83	4.73	2 fő - 17%	10 fő - 83%
16 évesek	0	0	0	0	19.00	19.00	19.00	0.00	1 fő - 100%	

Összesen: 0 % 0 %