

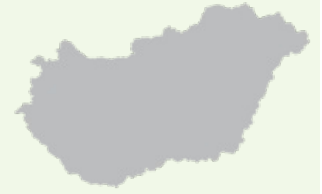


Létszám: 181 / 93 fiú, 88 lány

Tanév: 2024/2025

Adatfeltöltöttségi állapot: 95,58 %

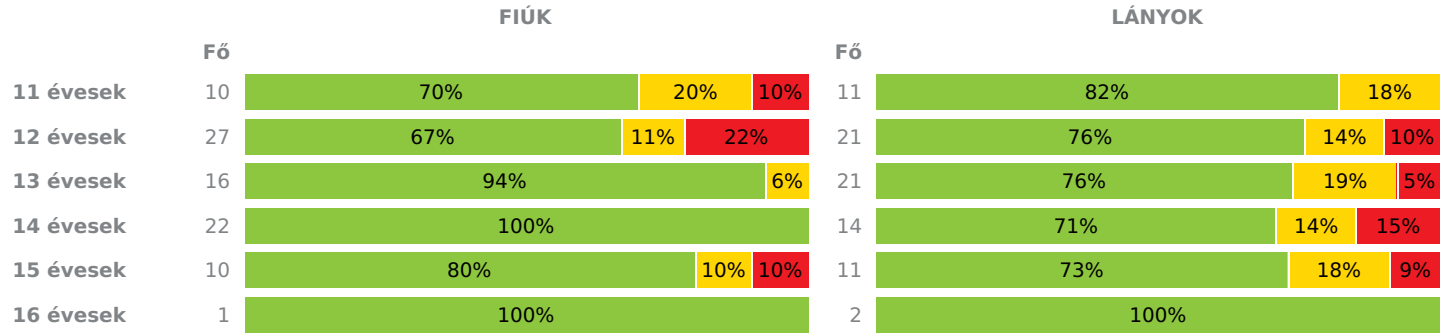
Nyomtatás dátuma: 2025.10.16 14:42:38



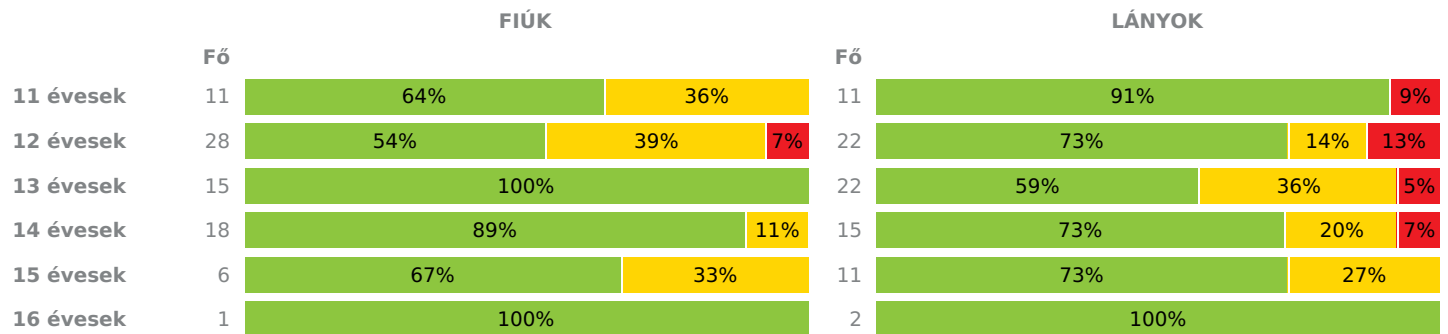
INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

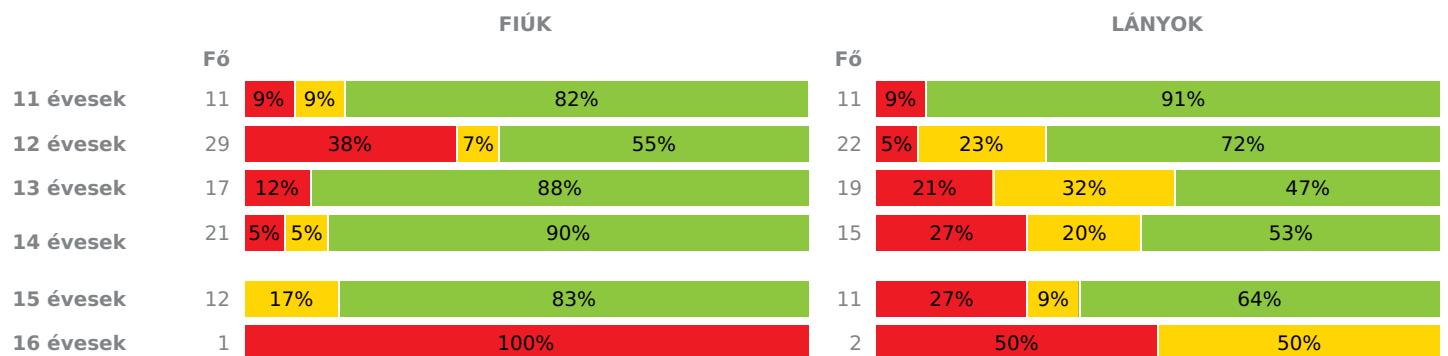


Testzsírszázalék (TZS %)



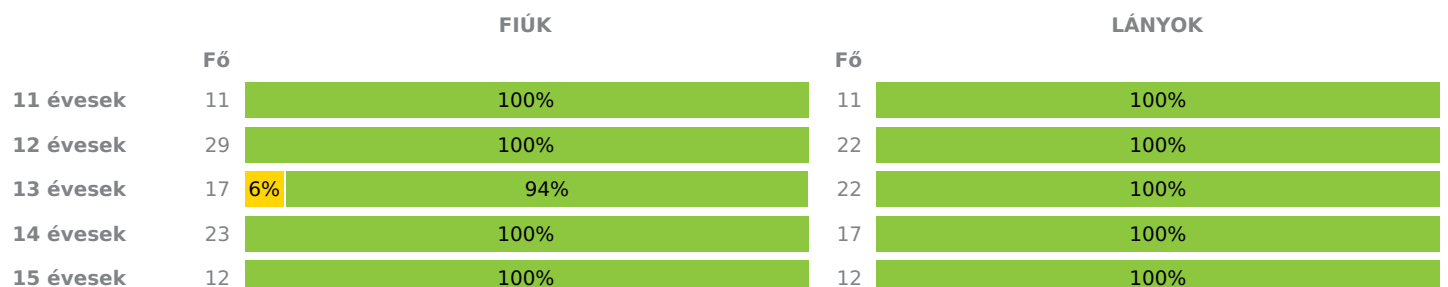
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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



VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)



16 évesek	1	100%	2	100%
-----------	---	------	---	------

Törzsemelés teszt (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő	
11 évesek	11	45%55%	11	36%64%	
12 évesek	29	62%38%	22	27%73%	
13 évesek	16	50%50%	23	61%39%	
14 évesek	20	90%10%	15	80%20%	
15 évesek	12	83%17%	10	80%20%	
16 évesek	1	100%	1	100%	

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő	
11 évesek	11	36%64%	11	45%55%	
12 évesek	29	45%55%	22	36%64%	
13 évesek	17	12%88%	21	62%38%	
14 évesek	23	39%61%	13	69%31%	
15 évesek	12	17%83%	9	22%78%	
16 évesek	1	100%	2	100%	

Kézi szorítóerő mérése (kg)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő	
11 évesek	11	9%9%82%	10	20%80%	
12 évesek	29	14%24%62%	22	32%27%41%	
13 évesek	17	41%59%	24	8%21%71%	
14 évesek	23	4%39%57%	17	35%65%	
15 évesek	12	8%8%84%	12	8%25%67%	
16 évesek	1	100%	2	50%50%	

Helyből távolugrás teszt (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő	
11 évesek	11	9%91%	11	18%82%	
12 évesek	29	21%79%	22	14%86%	
13 évesek	17	6%94%	23	35%65%	
14 évesek	23	17%83%	17	41%59%	
15 évesek	12	17%83%	10	20%80%	
16 évesek	1	100%	2	100%	

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő	
11 évesek	11	18%82%	11	55%45%	
12 évesek	29	24%76%	22	73%27%	
13 évesek	17	100%	24	67%33%	
14 évesek	23	22%78%	17	12%88%	

15 évesek	11	18%	82%	11	18%	82%
16 évesek	1	100%		2	100%	



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Mórahalmi Móra Ferenc Általános Iskola

Létszám: 181 / 93 fiú, 88 lány
Tanév: 2024/2025

Adatfeltöltöttségi állapot: 95,58 %
Nyomtatás dátuma: 2025.10.16 14:42:38

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	14.95	26.44	18.89	3.76	15.14	25.55	18.21	3.05	1 fő - 5%	4 fő - 19%	16 fő - 76%
12 évesek	13.47	36.26	21.02	6.38	14.73	28.70	19.54	4.09	8 fő - 16%	6 fő - 13%	34 fő - 71%
13 évesek	15.62	24.73	18.54	2.45	14.82	28.31	20.78	3.46	1 fő - 2%	5 fő - 14%	31 fő - 84%
14 évesek	15.47	22.91	18.76	2.07	17.34	32.18	22.13	4.36	2 fő - 5%	2 fő - 6%	32 fő - 89%
15 évesek	16.97	29.22	20.39	3.96	16.00	29.58	21.66	3.88	2 fő - 10%	3 fő - 14%	16 fő - 76%
16 évesek	18.73	18.73	18.73	0.00	20.23	21.68	20.96	0.73			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	10.00	32.00	19.48	8.30	12.10	36.70	17.69	6.54	1 fő - 5%	4 fő - 18%	17 fő - 77%
12 évesek	7.80	39.90	21.43	9.42	9.90	40.30	20.33	9.02	5 fő - 10%	14 fő - 28%	31 fő - 62%
13 évesek	5.20	20.80	12.43	4.89	13.80	37.00	23.85	7.46	1 fő - 2%	8 fő - 22%	28 fő - 76%
14 évesek	5.80	24.60	14.82	5.42	13.10	41.10	25.39	7.11	1 fő - 3%	5 fő - 15%	27 fő - 82%
15 évesek	5.00	29.70	14.82	9.35	9.10	35.20	24.66	7.45		5 fő - 29%	12 fő - 71%
16 évesek	12.70	12.70	12.70	0.00	25.40	28.50	26.95	1.55			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	36.03	57.22	45.44	6.07	36.31	52.38	43.46	4.09	2 fő - 9%	1 fő - 5%	19 fő - 86%
12 évesek	34.55	58.06	42.07	6.20	36.91	50.19	41.89	3.36	12 fő - 24%	7 fő - 14%	32 fő - 63%
13 évesek	37.34	62.50	46.15	6.55	35.76	46.68	39.75	3.00	6 fő - 17%	6 fő - 17%	24 fő - 67%
14 évesek	36.81	58.73	49.58	5.84	34.28	49.04	39.94	4.40	5 fő - 14%	4 fő - 11%	27 fő - 75%
15 évesek	39.80	60.08	50.87	5.63	32.55	50.65	41.65	5.66	3 fő - 13%	3 fő - 13%	17 fő - 74%
16 évesek	38.68	38.68	38.68	0.00	35.66	38.75	37.21	1.55	2 fő - 67%	1 fő - 33%	
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	46.00	80.00	76.91	9.77	44.00	80.00	75.27	10.90	1 fő - 3%		22 fő - 100%
12 évesek	32.00	80.00	73.48	14.86	50.00	80.00	77.50	7.94			51 fő - 100%
13 évesek	15.00	80.00	76.18	15.29	34.00	80.00	68.05	17.90			38 fő - 97%
14 évesek	58.00	80.00	79.04	4.49	23.00	80.00	65.82	20.96			40 fő - 100%
15 évesek	40.00	80.00	76.67	11.06	26.00	80.00	66.92	20.22			24 fő - 100%
16 évesek	58.00	58.00	58.00	0.00	29.00	34.00	31.50	2.50			3 fő - 100%
Összesen:									0 %		0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ	
11 évesek	18.00	24.00	21.91	1.68	20.00	26.00	22.91	1.88	9 fő - 41%	13 fő - 59%	
12 évesek	14.00	28.00	21.48	3.32	15.00	29.00	23.50	3.35	24 fő - 47%	27 fő - 53%	
13 évesek	9.60	25.00	20.09	4.97	5.60	28.00	19.75	5.86	22 fő - 56%	17 fő - 44%	
14 évesek	5.50	25.40	13.61	5.35	12.80	25.50	17.81	4.01	30 fő - 86%	5 fő - 14%	
15 évesek	8.60	25.10	17.23	4.28	11.50	26.40	18.06	4.64	18 fő - 82%	4 fő - 18%	
16 évesek	10.70	10.70	10.70	0.00	23.70	23.70	23.70	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%	
Összesen:									0 %		0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ	
11 évesek	2.00	17.00	9.91	4.60	2.00	16.00	8.18	4.30	9 fő - 41%	13 fő - 59%	
12 évesek	1.00	18.00	8.83	4.96	3.00	17.00	8.32	3.46	21 fő - 41%	30 fő - 59%	
13 évesek	10.00	29.00	16.35	5.14	1.00	10.00	5.71	2.31	15 fő - 39%	23 fő - 61%	
14 évesek	4.00	30.00	15.04	6.82	1.00	20.00	6.54	5.11	18 fő - 50%	18 fő - 50%	
15 évesek	2.00	30.00	17.92	8.29	4.00	20.00	9.89	4.98	4 fő - 19%	17 fő - 81%	
16 évesek	14.00	14.00	14.00	0.00	2.00	3.00	2.50	0.50	3 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	11.60	34.00	22.86	5.47	17.40	25.50	20.30	2.32	1 fő - 5%	3 fő - 14%	17 fő - 81%
12 évesek	13.90	32.00	22.39	4.76	13.60	34.30	20.91	5.75	11 fő - 22%	13 fő - 25%	27 fő - 53%
13 évesek	19.00	40.10	27.85	5.90	15.80	38.30	25.35	4.97	2 fő - 5%	12 fő - 29%	27 fő - 66%
14 évesek	22.30	48.70	30.33	5.82	19.90	39.40	27.88	5.22	1 fő - 3%	15 fő - 38%	24 fő - 60%
15 évesek	27.50	68.70	45.00	9.82	21.10	48.10	28.99	6.64	2 fő - 8%	4 fő - 17%	18 fő - 75%
16 évesek	41.70	41.70	41.70	0.00	21.70	30.30	26.00	4.30	1 fő - 33%		2 fő - 67%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ	
11 évesek	133.00	200.00	155.36	19.43	110.00	167.00	142.27	16.38	3 fő - 14%	19 fő - 86%	
12 évesek	112.00	200.00	155.07	21.22	123.00	190.00	148.59	18.27	9 fő - 18%	42 fő - 82%	
13 évesek	152.00	238.00	183.65	22.37	82.00	186.00	146.22	23.41	9 fő - 23%	31 fő - 78%	
14 évesek	143.00	217.00	185.83	20.07	112.00	210.00	155.18	29.29	11 fő - 28%	29 fő - 73%	
15 évesek	154.00	252.00	215.33	31.13	80.00	192.00	160.40	33.83	4 fő - 18%	18 fő - 82%	

Összesen:0 %0 %

Hajlékonysági profil

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	17.50	23.50	21.77	1.81	19.50	39.00	27.27	7.08	8 fő - 36%	14 fő - 64%
12 évesek	6.50	31.50	21.22	4.31	20.00	36.50	24.59	4.45	23 fő - 45%	28 fő - 55%
13 évesek	21.50	40.50	25.12	4.67	20.00	48.50	27.17	7.22	16 fő - 39%	25 fő - 61%
14 évesek	7.50	40.50	25.52	7.52	19.00	53.00	33.50	7.76	7 fő - 18%	33 fő - 83%
15 évesek	13.50	37.50	28.27	8.12	17.00	40.00	30.68	7.26	4 fő - 18%	18 fő - 82%
16 évesek	31.50	31.50	31.50	0.00	25.00	28.00	26.50	1.50	2 fő - 67%	1 fő - 33%

Összesen:0 %0 %