

Létszám: 108 / 49 fiú, 59 lány  
Tanév: 2017/2018

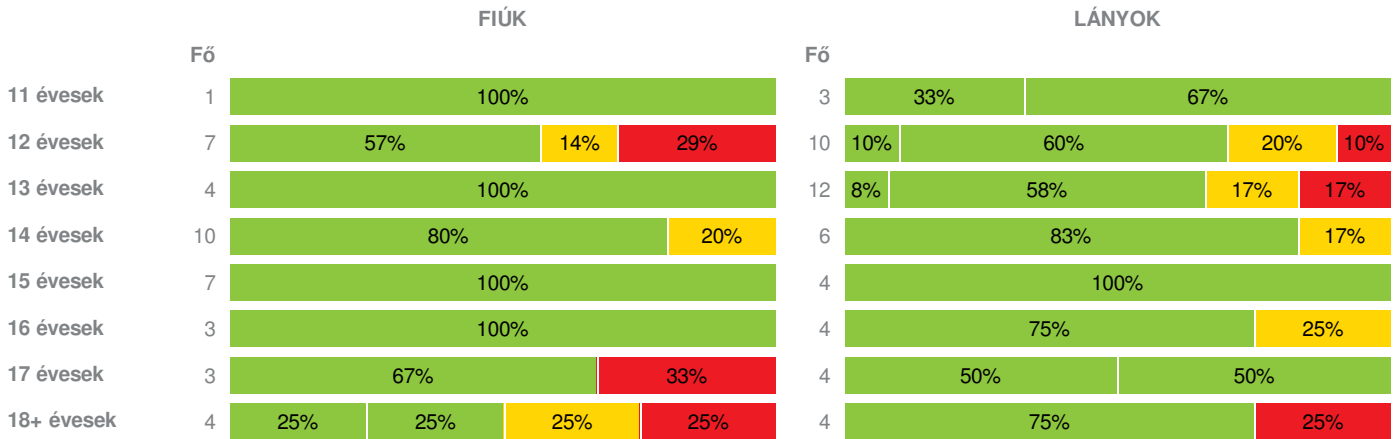


Adatfeltöltöttségi állapot: 76,95 %  
Nyomtatás dátuma: 2018.11.26 12:22:02

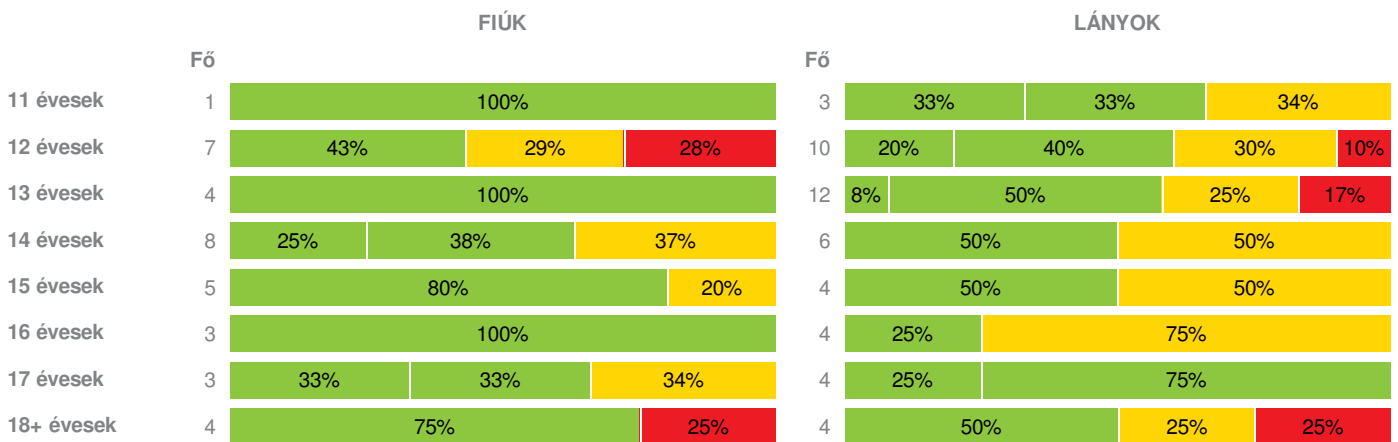
## INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

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

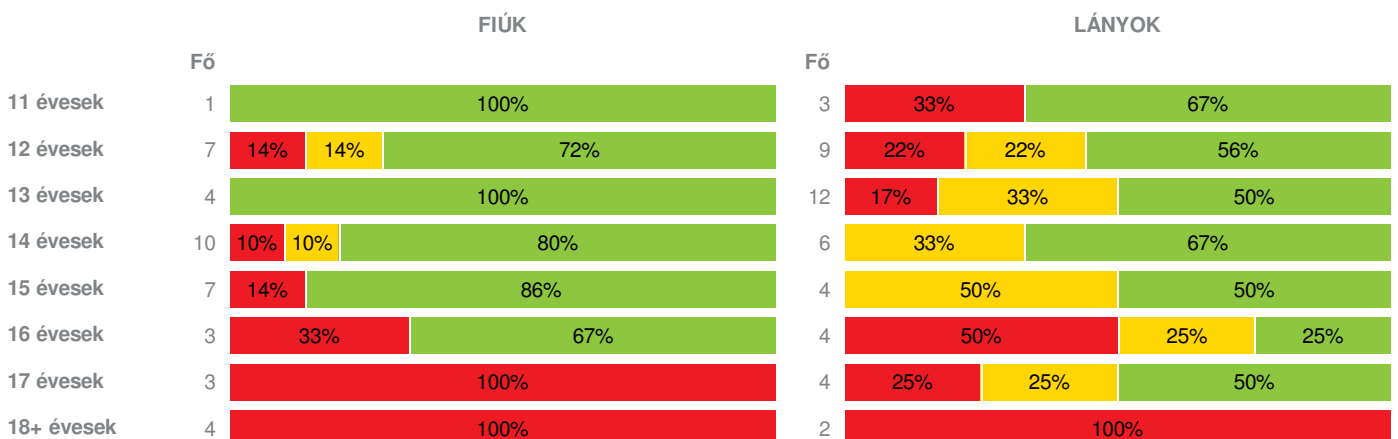


#### Testzsír százalék (TZS %)

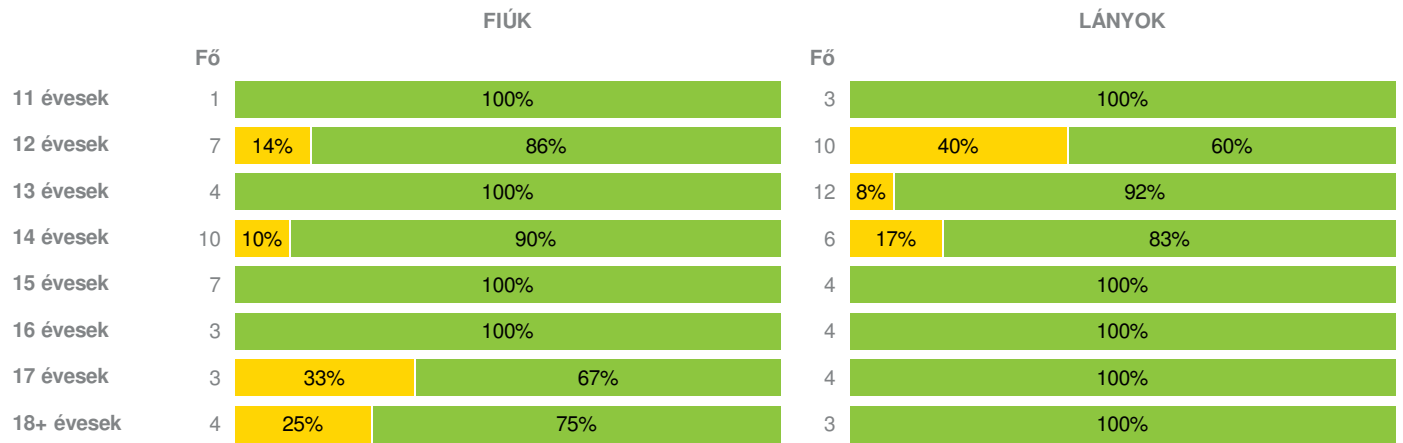


## AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

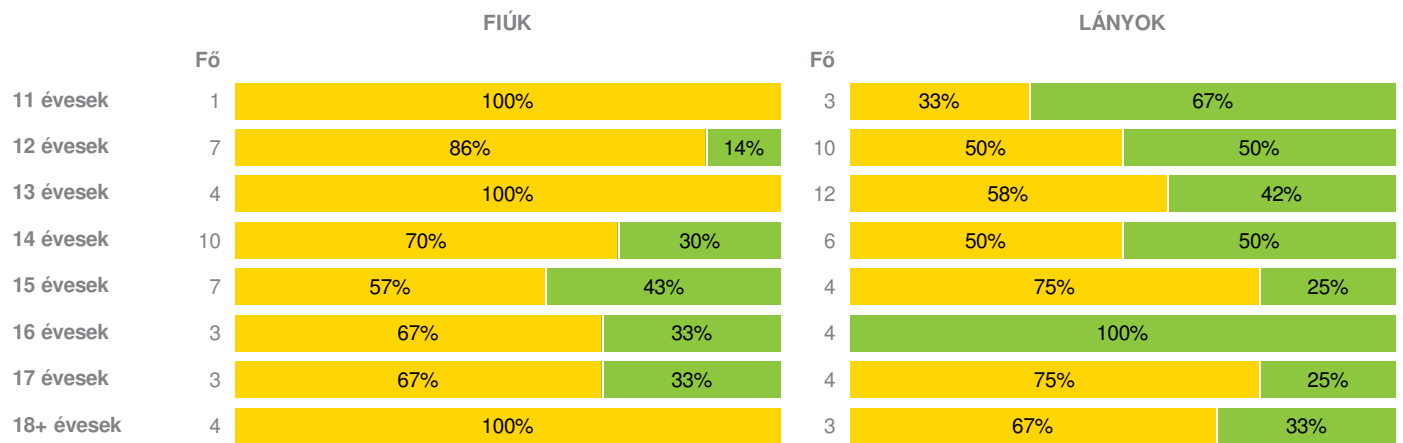
#### Állóképességi ingafutás (VO<sub>2max</sub>: ml/kg/min)



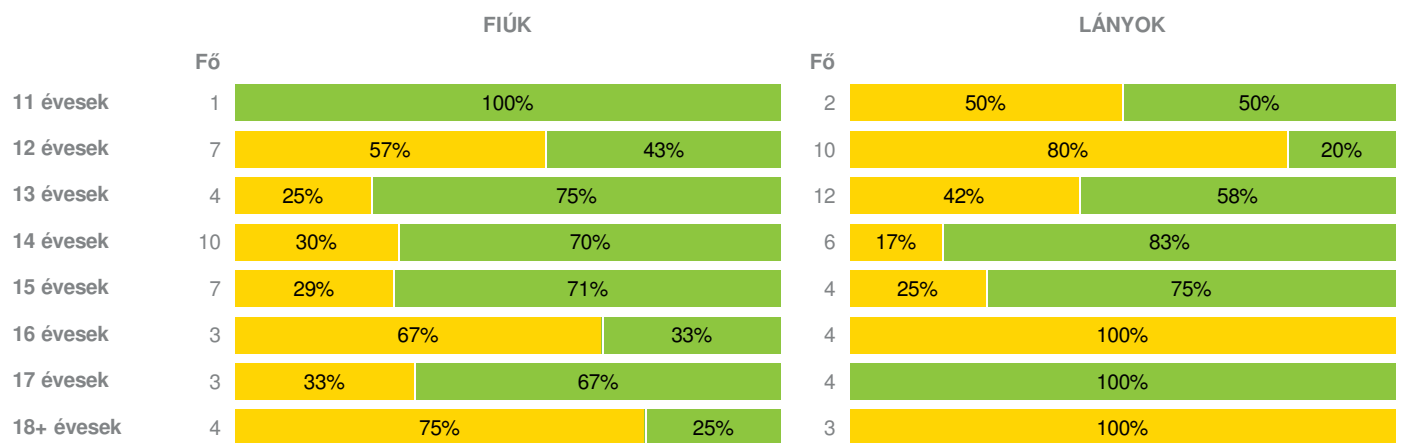
Ütemezett hasizom (db)



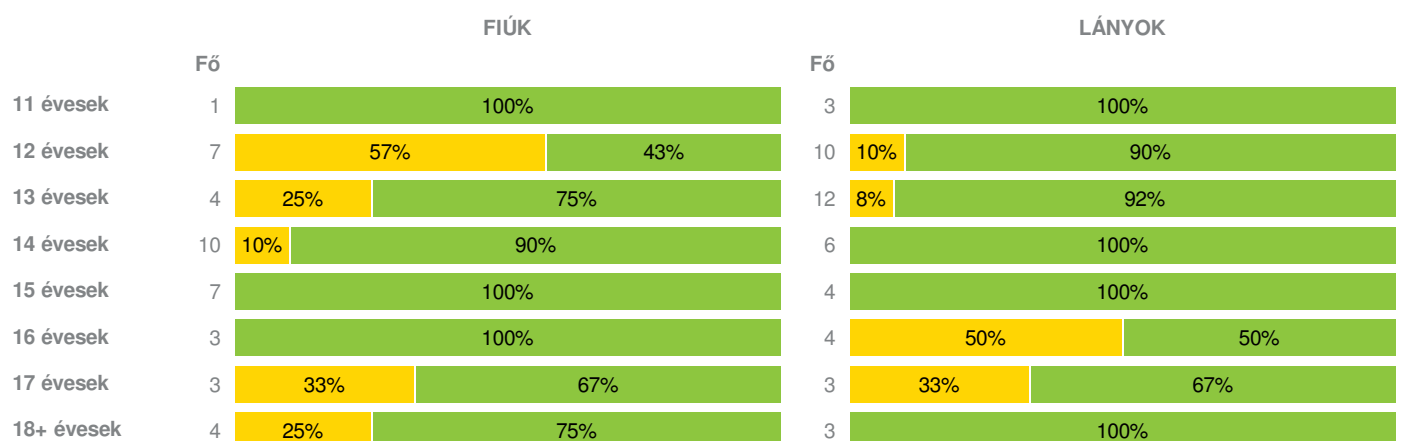
Törzsemelés (cm)



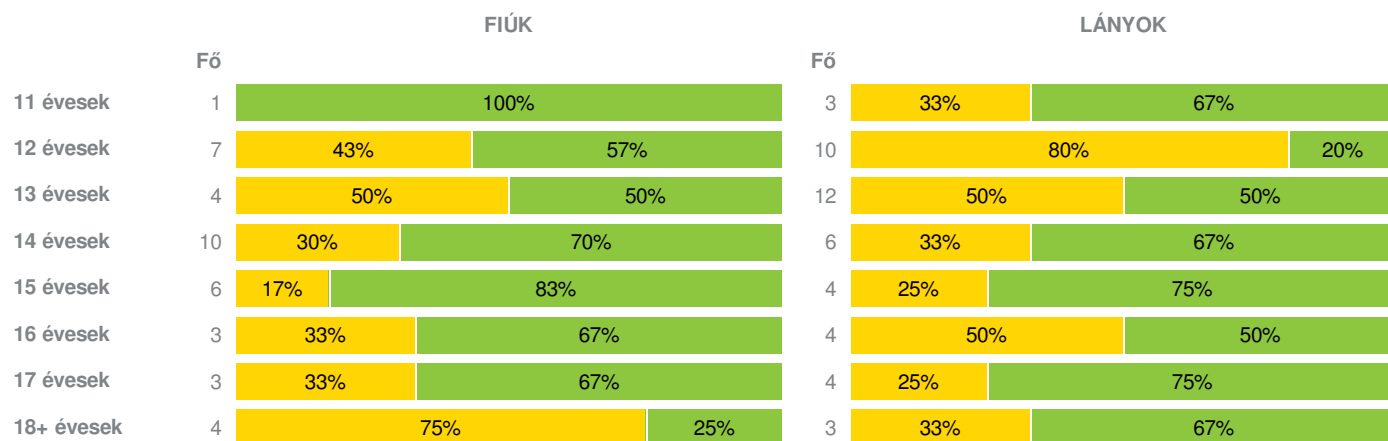
Ütemezett fekvőtámasz (db)



Kézi szorítóerő (kg)

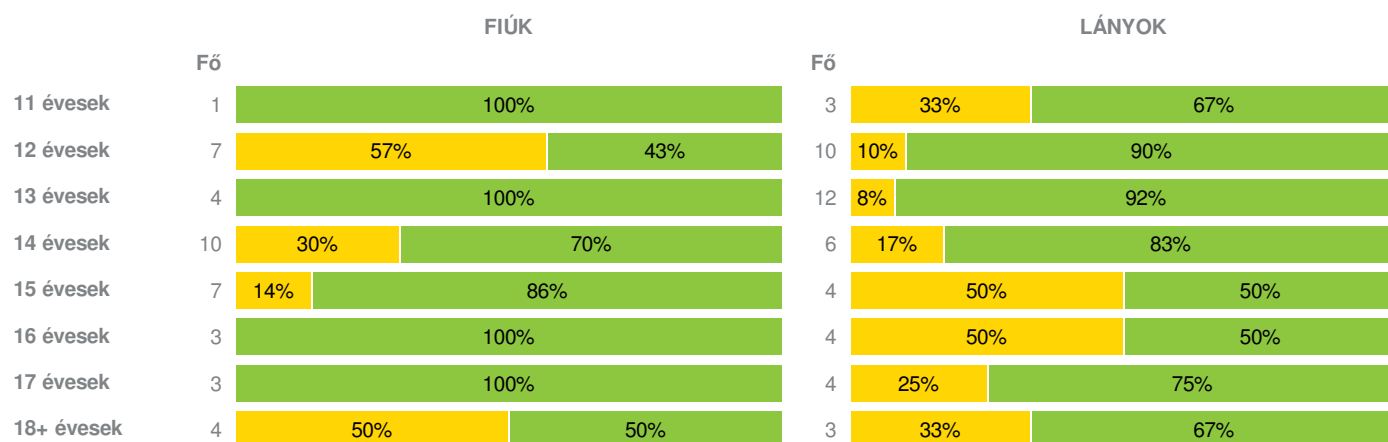


## Helyből távolugrás (cm)



## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)



Magyar Diáksport Szövetség - 2018



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

### Forrás Keresztény Óvoda, Általános Iskola, Szakközépiskola és Alapfokú Művészeti Iskola

Létszám: 108 / 49 fiú, 59 lány  
Tanév: 2017/2018

Adatfeltöltöttségi állapot: 76,95 %  
Nyomtatás dátuma: 2018.11.26 12:22:02



## INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

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

Évesek	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	18.06	18.06	18.06	0.00	13.24	19.60	16.26	2.61			4 fő - 100%
12 évesek	16.42	35.20	23.35	6.87	14.69	31.19	20.72	4.70	3 fő - 17%	3 fő - 18%	11 fő - 65%
13 évesek	16.51	20.24	18.41	1.32	15.74	36.43	21.76	6.34	2 fő - 12%	2 fő - 13%	12 fő - 75%
14 évesek	17.28	25.48	19.93	2.75	17.90	24.23	21.24	2.23		3 fő - 19%	13 fő - 81%
15 évesek	18.79	22.70	20.57	1.40	19.84	23.79	22.01	1.41			11 fő - 100%

16 évesek	19.47	22.92	20.85	1.49	20.00	27.20	23.30	2.59		1 fő - 14%	6 fő - 86%
17 évesek	19.56	30.37	24.26	4.52	15.99	19.26	18.09	1.26	1 fő - 14%		6 fő - 86%
18+ évesek	19.59	32.30	19.90	12.35	20.27	32.89	19.04	11.95	2 fő - 24%	1 fő - 13%	5 fő - 63%

Összesen: 9 % 12 % 79 %

### Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY			
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ	
11 évesek	13.90	13.90	13.90	0.00	7.70	28.80	17.80	8.64			1 fő - 25%	3 fő - 75%
12 évesek	9.60	43.00	26.69	11.63	9.90	35.80	23.40	8.38	3 fő - 18%	5 fő - 29%	9 fő - 53%	
13 évesek	7.80	18.20	12.38	4.42	11.60	46.80	24.58	10.94	2 fő - 12%	3 fő - 19%	11 fő - 69%	
14 évesek	6.20	31.90	15.11	8.60	17.20	32.20	25.47	5.05		6 fő - 43%	8 fő - 57%	
15 évesek	9.80	21.40	14.98	3.97	24.50	33.30	28.55	3.44		3 fő - 33%	6 fő - 67%	
16 évesek	9.90	18.10	13.37	3.47	22.50	36.00	30.80	5.02		3 fő - 43%	4 fő - 57%	
17 évesek	6.00	30.00	15.50	10.42	12.80	25.60	21.38	5.15		1 fő - 14%	6 fő - 86%	
18+ évesek	11.20	35.10	17.03	12.97	27.20	45.00	26.33	16.50	2 fő - 24%	1 fő - 13%	5 fő - 63%	

Összesen: 9 % 28 % 63 %

### 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	50.43	50.43	50.43	0.00	34.29	46.82	42.37	5.73	1 fő - 25%		3 fő - 75%
12 évesek	36.46	50.75	45.27	5.23	32.28	45.97	40.70	4.44	3 fő - 19%	3 fő - 19%	10 fő - 63%
13 évesek	43.42	60.82	49.57	6.70	35.58	53.65	40.64	4.84	2 fő - 13%	4 fő - 25%	10 fő - 63%
14 évesek	38.41	55.11	47.88	5.53	36.81	51.93	43.48	6.12	1 fő - 6%	3 fő - 19%	12 fő - 75%
15 évesek	37.10	55.31	50.78	5.85	37.91	51.55	42.04	5.61	1 fő - 9%	2 fő - 18%	8 fő - 73%
16 évesek	36.31	51.00	45.80	6.72	30.57	46.41	36.65	5.98	3 fő - 43%	1 fő - 14%	3 fő - 43%
17 évesek	34.55	39.92	37.66	2.27	35.42	41.23	38.64	2.34	4 fő - 57%	1 fő - 14%	2 fő - 29%
18+ évesek	29.64	38.30	32.99	3.31	29.79	32.81	31.30	1.51	6 fő - 100%		

Összesen: 25 % 17 % 58 %

### VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

#### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	80.00	80.00	80.00	0.00	21.00	46.00	33.67	10.21		4 fő - 100%
12 évesek	13.00	80.00	36.43	20.32	1.00	80.00	38.90	32.50	5 fő - 29%	12 fő - 71%
13 évesek	26.00	80.00	57.75	23.24	9.00	80.00	48.08	22.34	1 fő - 6%	15 fő - 94%
14 évesek	9.00	80.00	50.10	19.83	8.00	80.00	35.67	21.73	2 fő - 13%	14 fő - 88%
15 évesek	37.00	80.00	69.86	16.53	27.00	44.00	38.75	6.87		11 fő - 100%
16 évesek	26.00	80.00	62.00	25.46	21.00	80.00	46.50	21.27		7 fő - 100%
17 évesek	15.00	35.00	24.67	8.18	29.00	55.00	41.50	10.45	1 fő - 14%	6 fő - 86%
18+ évesek	10.00	30.00	17.50	12.99	21.00	34.00	28.33	5.44	1 fő - 14%	6 fő - 86%

Összesen: 12 % 88 %

#### Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	17.50	17.50	17.50	0.00	22.00	25.00	23.50	1.22	2 fő - 50%	2 fő - 50%
12 évesek	12.00	24.00	19.43	3.66	15.00	27.00	21.15	4.29	11 fő - 65%	6 fő - 35%

13 évesek	11.50	18.50	15.38	3.08	13.60	29.50	19.98	5.38	11 fő - 69%	5 fő - 31%
14 évesek	14.50	28.50	19.65	4.66	13.00	29.50	21.33	5.11	10 fő - 63%	6 fő - 38%
15 évesek	17.00	30.00	22.43	4.77	13.00	25.00	18.25	4.44	7 fő - 64%	4 fő - 36%
16 évesek	17.50	26.00	22.00	3.49	23.00	30.00	27.25	2.95	2 fő - 29%	5 fő - 71%
17 évesek	16.50	23.00	19.17	2.78	14.00	30.00	21.25	5.72	5 fő - 71%	2 fő - 29%
18+ évesek	12.00	22.00	12.80	8.19	18.50	27.00	22.17	3.57	6 fő - 86%	1 fő - 14%

Összesen: 64 % 36 %

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	13.00	13.00	13.00	0.00	6.00	7.00	6.50	0.50	1 fő - 33%	2 fő - 67%
12 évesek	0.00	20.00	9.29	7.72	1.00	10.00	2.90	3.21	12 fő - 71%	5 fő - 29%
13 évesek	7.00	24.00	15.50	6.02	1.00	17.00	6.75	5.04	6 fő - 38%	10 fő - 63%
14 évesek	2.00	22.00	15.30	6.72	1.00	16.00	10.67	4.99	4 fő - 25%	12 fő - 75%
15 évesek	11.00	38.00	19.86	8.20	2.00	17.00	11.00	5.52	3 fő - 27%	8 fő - 73%
16 évesek	4.00	19.00	11.00	6.16	1.00	6.00	3.00	1.87	6 fő - 86%	1 fő - 14%
17 évesek	2.00	20.00	13.33	8.06	7.00	20.00	12.00	5.15	1 fő - 14%	6 fő - 86%
18+ évesek	4.00	14.00	6.50	5.17	5.00	6.00	5.67	0.47	6 fő - 86%	1 fő - 14%

Összesen: 46 % 54 %

### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	21.70	21.70	21.70	0.00	16.85	17.55	17.10	0.32		4 fő - 100%
12 évesek	16.55	24.70	19.56	2.77	15.00	28.60	21.45	4.13	5 fő - 29%	12 fő - 71%
13 évesek	14.65	33.35	26.09	7.19	11.70	30.50	22.77	5.04	2 fő - 13%	14 fő - 88%
14 évesek	15.10	40.70	31.65	7.93	19.20	29.10	25.20	3.44	1 fő - 6%	15 fő - 94%
15 évesek	37.15	42.35	40.40	1.81	23.95	27.35	25.45	1.41		11 fő - 100%
16 évesek	39.50	46.00	43.00	2.68	15.80	33.25	23.95	7.94	2 fő - 29%	5 fő - 71%
17 évesek	30.90	48.35	39.68	7.12	13.75	27.65	21.80	5.88	2 fő - 33%	4 fő - 67%
18+ évesek	35.80	60.20	36.35	22.70	24.30	34.65	29.27	4.24	1 fő - 14%	6 fő - 86%

Összesen: 15 % 85 %

### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	154.00	154.00	154.00	0.00	127.00	132.00	129.67	2.05	1 fő - 25%	3 fő - 75%
12 évesek	104.00	174.00	139.57	24.19	105.00	164.00	124.90	16.46	11 fő - 65%	6 fő - 35%
13 évesek	123.00	190.00	159.75	24.28	106.00	157.00	135.17	17.97	8 fő - 50%	8 fő - 50%
14 évesek	120.00	229.00	183.50	30.71	128.00	183.00	150.83	19.28	5 fő - 31%	11 fő - 69%
15 évesek	130.00	219.00	187.67	27.75	132.00	159.00	146.50	10.97	2 fő - 20%	8 fő - 80%
16 évesek	173.00	200.00	189.67	11.90	36.00	171.00	116.25	51.59	3 fő - 43%	4 fő - 57%
17 évesek	144.00	220.00	188.00	32.17	103.00	179.00	152.50	30.07	2 fő - 29%	5 fő - 71%
18+ évesek	166.00	195.00	137.25	79.96	100.00	154.00	133.67	23.98	4 fő - 57%	3 fő - 43%

Összesen: 43 % 57 %

### HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

#### Hajlékonysági (cm)

FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ

11 évesek	31.00	31.00	31.00	0.00	25.00	29.00	27.17	1.65	1 fő - 25%	3 fő - 75%
12 évesek	15.00	32.00	21.29	5.33	19.60	41.50	33.54	5.89	5 fő - 29%	12 fő - 71%
13 évesek	23.00	31.00	26.89	2.84	23.00	38.00	31.32	4.33	1 fő - 6%	15 fő - 94%
14 évesek	11.00	41.50	24.75	9.85	20.00	43.00	34.08	7.28	4 fő - 25%	12 fő - 75%
15 évesek	12.00	30.50	26.25	6.05	28.00	34.00	30.88	2.65	3 fő - 27%	8 fő - 73%
16 évesek	25.20	42.00	34.90	7.10	28.00	38.00	33.13	4.22	2 fő - 29%	5 fő - 71%
17 évesek	23.00	33.50	27.67	4.37	25.00	34.00	30.88	3.68	1 fő - 14%	6 fő - 86%
18+ évesek	14.00	22.00	13.13	8.11	23.00	37.50	30.67	5.95	3 fő - 43%	4 fő - 57%

Összesen:

24 %

76 %

Magyar Diákspor Szövetség - 2018

