



Létszám: 199 / 106 fiú, 93 lány

Tanév: 2023/2024

Adatfeltöltöttségi állapot: 97,43 %

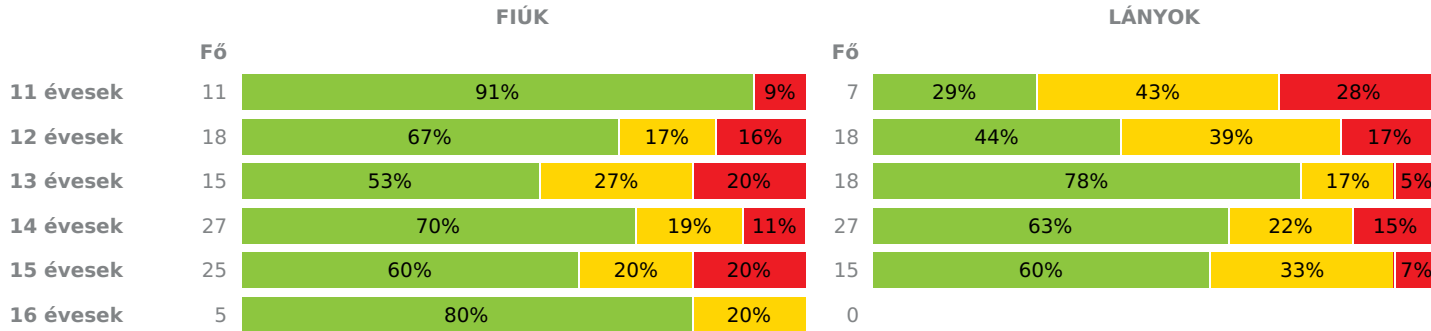
Nyomtatás dátuma: 2024.09.24 12:37:28



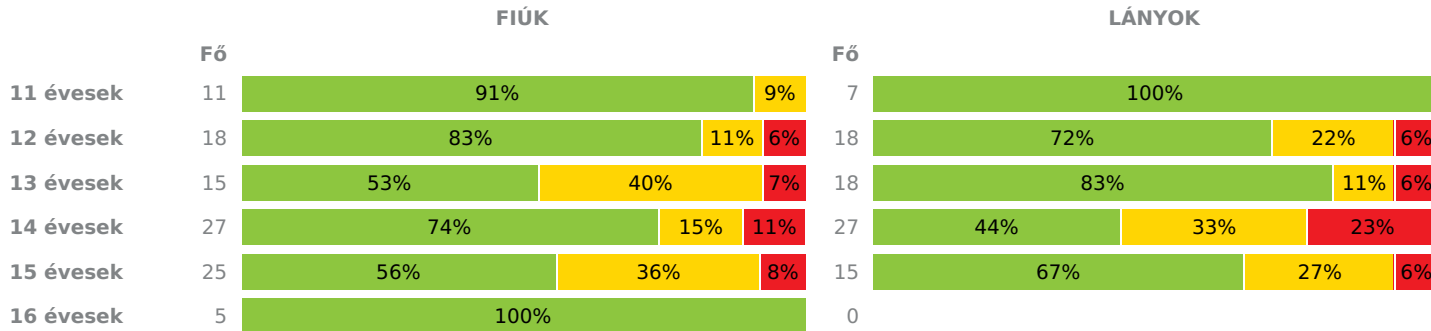
INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

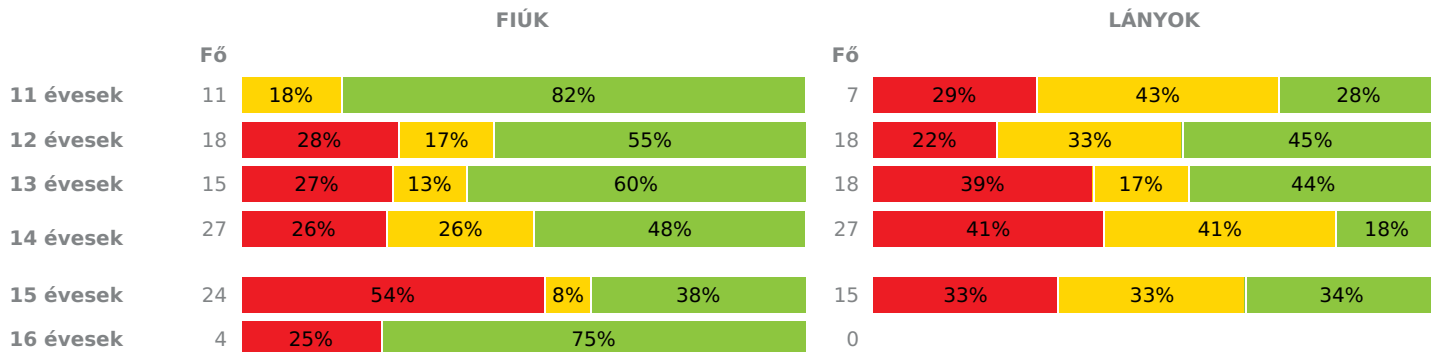


Testzsírszázalék (TZS %)



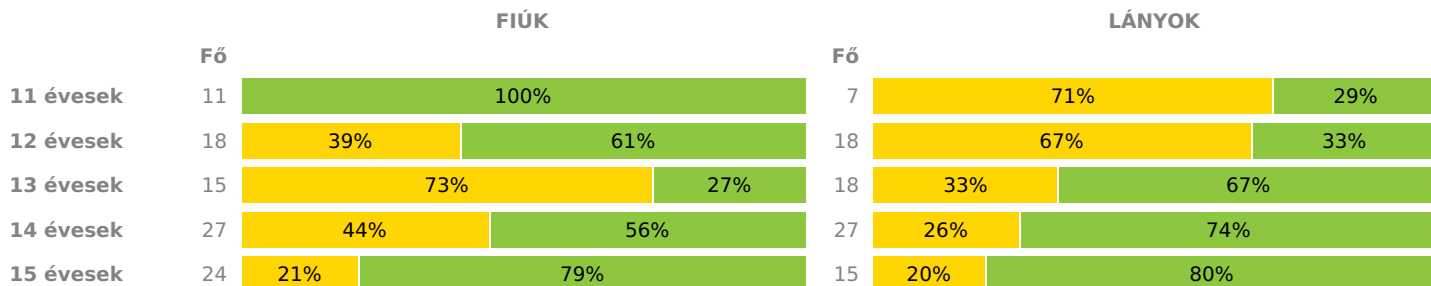
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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



VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)



16 évesek	5	100%	0
-----------	---	------	---

Törzsemelés teszt (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
11 évesek	11	18%	82%	7	43%	57%	
12 évesek	18	61%	39%	18	44%	56%	
13 évesek	15	73%	27%	18	39%	61%	
14 évesek	27	67%	33%	27	70%	30%	
15 évesek	25	68%	32%	15	53%	47%	
16 évesek	5	60%	40%	0			

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
11 évesek	11	18%	82%	7	86%	14%	
12 évesek	18	39%	61%	18	78%	22%	
13 évesek	15	33%	67%	18	67%	33%	
14 évesek	27	48%	52%	27	63%	37%	
15 évesek	25	48%	52%	15	47%	53%	
16 évesek	5	60%	40%	0			

Kézi szorítóerő mérése (kg)

FIÚK					LÁNYOK				
	Fő					Fő			
11 évesek	11	18%	73%		9%	7	14%	14%	72%
12 évesek	18	22%	33%	45%		18	11%	17%	72%
13 évesek	15	20%	40%	40%		18	28%	33%	39%
14 évesek	27	37%	30%	33%		27	22%	41%	37%
15 évesek	25	12%	40%	48%		15	13%	67%	20%
16 évesek	5	60%		40%		0			

Helyből távolugrás teszt (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
11 évesek	11	91%	9%	7	100%		
12 évesek	18	83%	17%	18	94%	6%	
13 évesek	15	80%	20%	18	72%	28%	
14 évesek	27	48%	52%	27	63%	37%	
15 évesek	25	56%	44%	15	53%	47%	
16 évesek	5	60%	40%	0			

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
11 évesek	11	91%	9%	7	86%	14%	
12 évesek	18	67%	33%	18	89%	11%	
13 évesek	15	87%	13%	18	67%	33%	
14 évesek	27	56%	44%	27	59%	41%	

15 évesek	25	28%	72%	15	40%	60%
16 évesek	5	40%	60%	0		



Fokozott fejlesztés szükséges

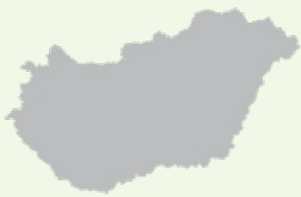
Fejlesztés szükséges

Egészségzóna

Szolnoki Szent-Györgyi Albert Általános Iskola

Létszám: 199 / 106 fiú, 93 lány
Tanév: 2023/2024

Adatfeltöltöttségi állapot: 97,43 %
Nyomtatás dátuma: 2024.09.24 12:37:28



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	13.02	35.03	17.83	5.69	12.33	26.45	21.51	4.63	3 fő - 16%	3 fő - 17%	12 fő - 67%
12 évesek	13.78	46.28	21.29	8.04	15.01	44.12	22.99	6.37	6 fő - 16%	10 fő - 28%	20 fő - 56%
13 évesek	14.79	35.56	23.64	5.82	7.04	31.60	19.92	4.91	4 fő - 12%	7 fő - 21%	22 fő - 67%
14 évesek	16.22	35.32	21.89	4.84	15.42	34.45	23.31	5.18	7 fő - 13%	11 fő - 20%	36 fő - 67%
15 évesek	16.04	36.92	22.93	6.15	13.44	39.27	22.02	5.62	6 fő - 15%	10 fő - 25%	24 fő - 60%
16 évesek	16.12	27.58	20.24	3.91	0	0	0	0		1 fő - 20%	4 fő - 80%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	7.00	35.00	10.98	7.66	8.00	25.60	17.53	6.40		1 fő - 6%	17 fő - 94%
12 évesek	6.00	45.80	15.01	9.98	10.00	37.00	19.30	7.37	2 fő - 5%	6 fő - 17%	28 fő - 78%
13 évesek	5.50	36.20	18.27	8.59	11.50	37.40	21.00	6.24	2 fő - 6%	8 fő - 24%	23 fő - 70%
14 évesek	7.00	37.10	17.66	9.05	11.50	43.10	28.83	9.15	9 fő - 17%	13 fő - 24%	32 fő - 59%
15 évesek	1.00	36.50	18.34	11.05	1.00	46.00	25.88	10.43	3 fő - 7%	13 fő - 33%	24 fő - 60%
16 évesek	5.20	18.50	10.46	5.41	0	0	0	0			5 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	39.31	54.74	45.09	4.42	35.44	43.44	38.90	2.59	2 fő - 11%	5 fő - 28%	11 fő - 61%
12 évesek	34.46	63.17	43.42	7.59	35.52	51.53	40.40	4.22	9 fő - 25%	9 fő - 25%	18 fő - 50%
13 évesek	34.33	49.72	40.90	4.40	34.98	48.17	39.66	4.36	11 fő - 33%	5 fő - 15%	17 fő - 52%
14 évesek	31.46	56.58	42.16	5.68	31.62	45.15	36.98	3.46	18 fő - 33%	18 fő - 33%	18 fő - 33%
15 évesek	32.84	53.55	40.76	5.45	31.75	43.24	37.33	3.34	18 fő - 46%	7 fő - 18%	14 fő - 36%
16 évesek	31.97	53.77	46.44	8.53	0	0	0	0	1 fő - 25%		3 fő - 75%
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	15.00	45.00	22.64	8.33	10.00	20.00	13.57	3.06	5 fő - 28%	13 fő - 72%
12 évesek	2.00	51.00	22.94	13.84	2.00	25.00	13.17	6.37	19 fő - 53%	17 fő - 47%
13 évesek	3.00	80.00	26.33	27.10	2.00	80.00	33.39	30.00	17 fő - 52%	16 fő - 48%
14 évesek	3.00	80.00	35.70	25.69	2.00	80.00	40.19	29.50	19 fő - 35%	35 fő - 65%
15 évesek	3.00	80.00	51.96	27.49	5.00	80.00	48.80	30.11	8 fő - 21%	31 fő - 79%
16 évesek	30.00	80.00	60.80	23.55	0	0	0	0		5 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	13.50	30.00	24.23	3.96	18.80	30.00	23.97	3.64	5 fő - 28%	13 fő - 72%
12 évesek	12.50	30.00	21.01	4.76	19.00	30.00	24.36	3.94	19 fő - 53%	17 fő - 47%
13 évesek	13.00	29.00	19.07	4.88	16.00	30.00	24.14	4.28	18 fő - 55%	15 fő - 45%
14 évesek	2.00	28.00	19.81	5.60	4.00	30.00	19.17	7.74	37 fő - 69%	17 fő - 31%
15 évesek	12.00	30.00	20.92	5.56	9.00	30.00	20.27	7.63	25 fő - 63%	15 fő - 38%
16 évesek	12.00	30.00	21.20	5.84	0	0	0	0	3 fő - 60%	2 fő - 40%
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	5.00	18.00	11.55	3.87	3.00	10.00	5.29	2.25	8 fő - 44%	10 fő - 56%
12 évesek	1.00	22.00	10.17	5.21	1.00	22.00	5.56	4.44	21 fő - 58%	15 fő - 42%
13 évesek	1.00	40.00	12.27	8.70	1.00	30.00	6.78	7.70	17 fő - 52%	16 fő - 48%
14 évesek	1.00	30.00	13.26	7.60	0.00	16.00	5.67	5.19	30 fő - 56%	24 fő - 44%
15 évesek	1.00	31.00	15.12	10.18	1.00	12.00	6.27	3.71	19 fő - 48%	21 fő - 53%
16 évesek	4.00	31.00	14.80	9.62	0	0	0	0	3 fő - 60%	2 fő - 40%
Összesen:									0 %	0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FFSZ	 FSZ	 EZ
11 évesek	15.00	27.80	18.52	3.36	11.20	29.00	20.57	5.10	3 fő - 17%	9 fő - 50%	6 fő - 33%
12 évesek	14.50	34.60	22.24	5.42	15.00	32.70	22.76	4.14	6 fő - 17%	9 fő - 25%	21 fő - 58%
13 évesek	16.00	35.60	24.87	4.92	16.50	37.50	23.16	5.51	8 fő - 24%	12 fő - 36%	13 fő - 39%
14 évesek	12.40	43.30	26.10	7.98	14.10	30.50	23.52	4.14	16 fő - 30%	19 fő - 35%	19 fő - 35%
15 évesek	21.90	48.00	33.23	5.76	17.20	33.00	24.69	4.36	5 fő - 13%	20 fő - 50%	15 fő - 38%
16 évesek	31.30	66.80	41.30	13.35	0	0	0	0		3 fő - 60%	2 fő - 40%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	105.00	135.00	116.73	9.24	81.00	122.00	103.86	14.03	17 fő - 94%	1 fő - 6%
12 évesek	72.00	221.00	124.44	32.75	72.00	132.00	109.17	19.26	32 fő - 89%	4 fő - 11%
13 évesek	82.00	204.00	128.47	30.59	76.00	197.00	123.28	34.28	25 fő - 76%	8 fő - 24%
14 évesek	105.00	208.00	161.48	28.51	84.00	168.00	128.93	22.75	30 fő - 56%	24 fő - 44%
15 évesek	115.00	224.00	166.56	29.92	99.00	183.00	134.80	25.63	22 fő - 55%	18 fő - 45%

Hajlékonysági profil

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	8.00	20.50	15.86	3.49	19.00	27.00	22.14	2.26	16 fő - 89%	2 fő - 11%
12 évesek	12.50	26.00	18.75	3.59	16.50	29.50	21.97	3.19	28 fő - 78%	8 fő - 22%
13 évesek	11.50	31.00	18.40	5.22	13.00	42.00	23.69	6.37	25 fő - 76%	8 fő - 24%
14 évesek	11.00	36.50	20.24	5.72	9.50	48.50	23.89	8.16	31 fő - 57%	23 fő - 43%
15 évesek	6.50	36.00	22.42	6.62	9.00	39.50	26.70	7.47	13 fő - 33%	27 fő - 68%
16 évesek	12.00	33.50	22.90	7.96	0	0	0	0	2 fő - 40%	3 fő - 60%