

<span style="color: red;">■</span>	Fokozott fejlesztés szükséges
<span style="color: yellow;">■</span>	Fejlesztés szükséges
<span style="color: green;">■</span>	Egészséges

Létszám: 183 / 90 fiú, 93 lány

Tanév: 2015/2016

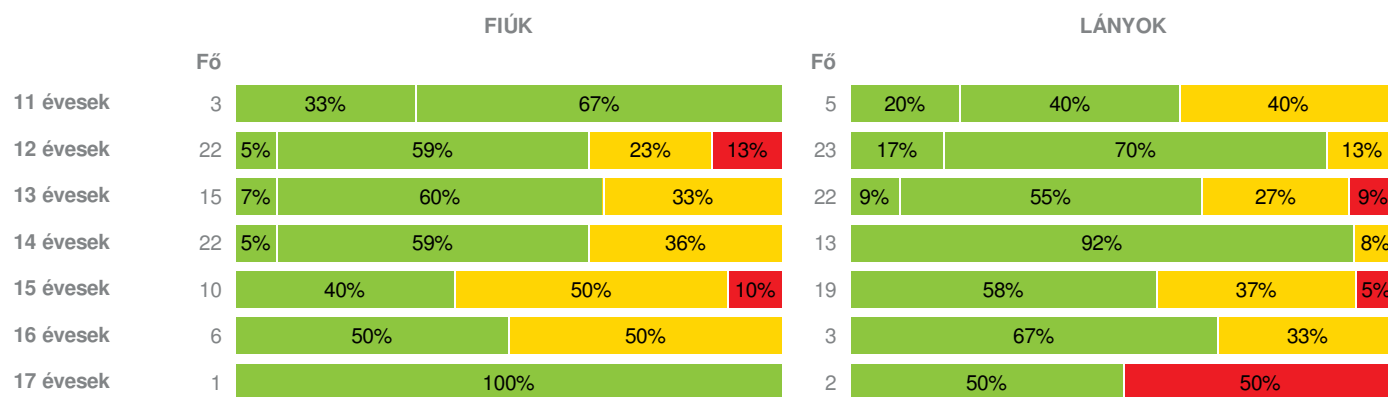
Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00000 %

Nyomtatás dátuma: 2018.03.21 10:39:33

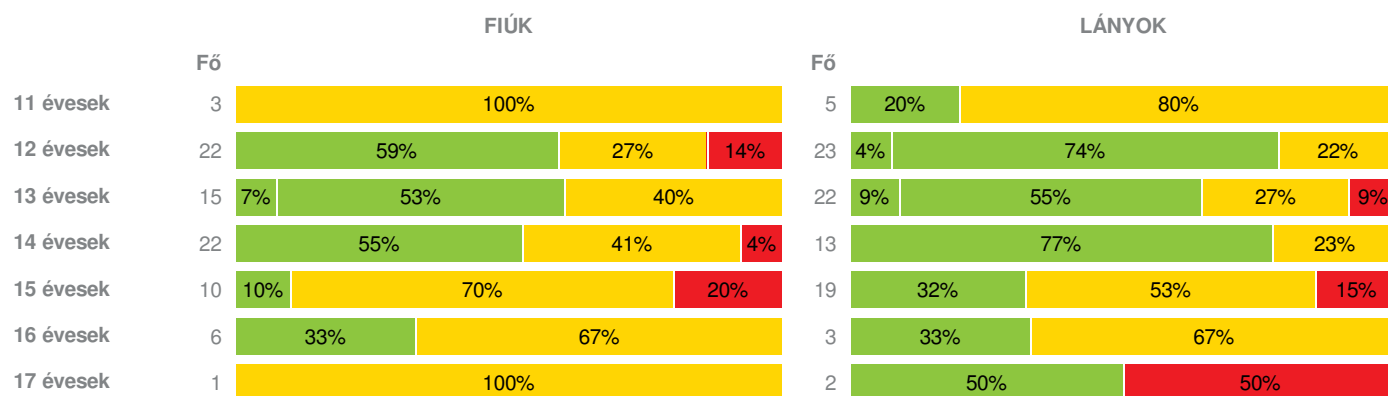


## TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

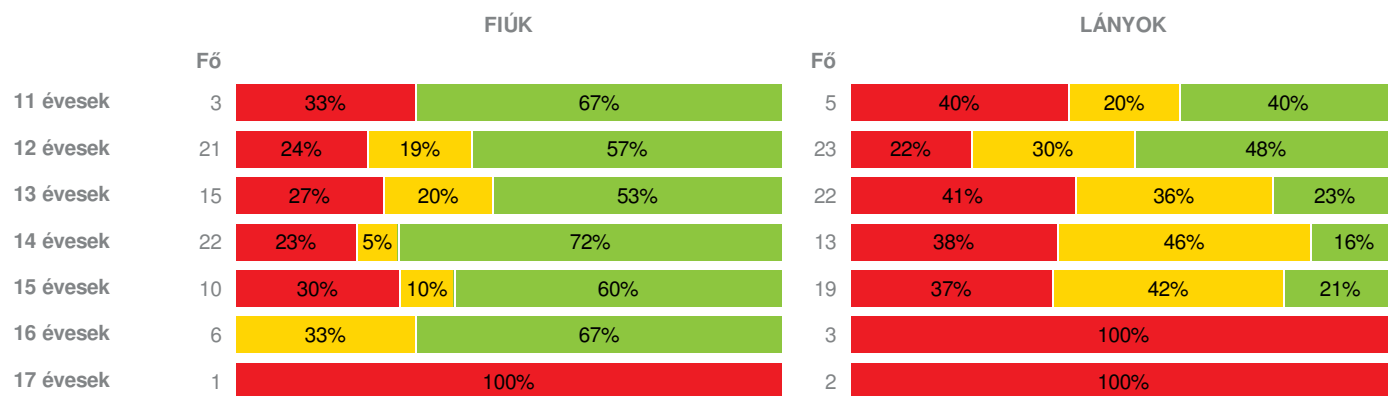
## TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

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

## Testzsír százalék (TZS %)



## AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

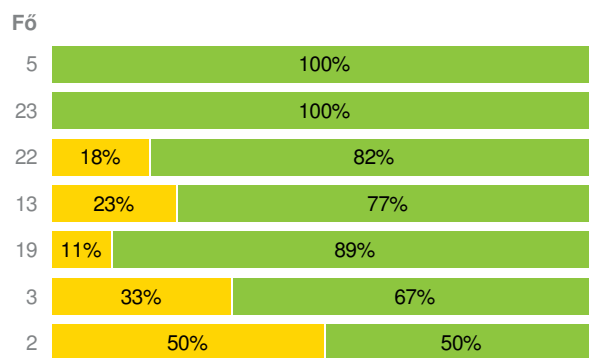
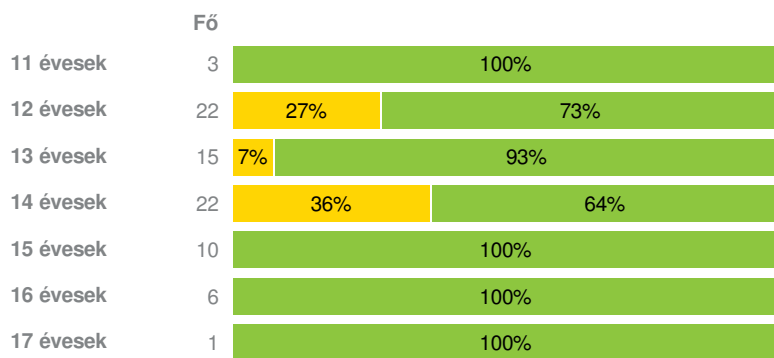
Állóképességi ingafutás (VO<sub>2max</sub>: ml/kg/min)

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

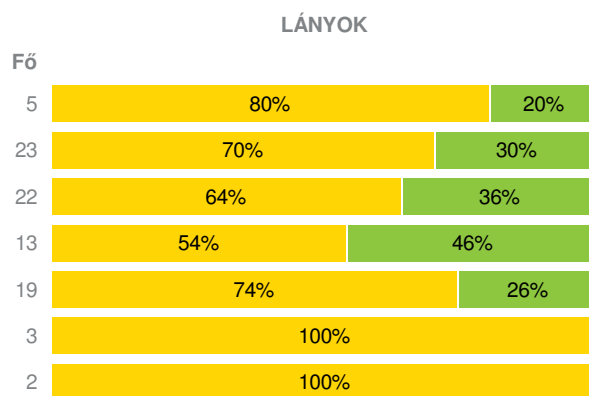
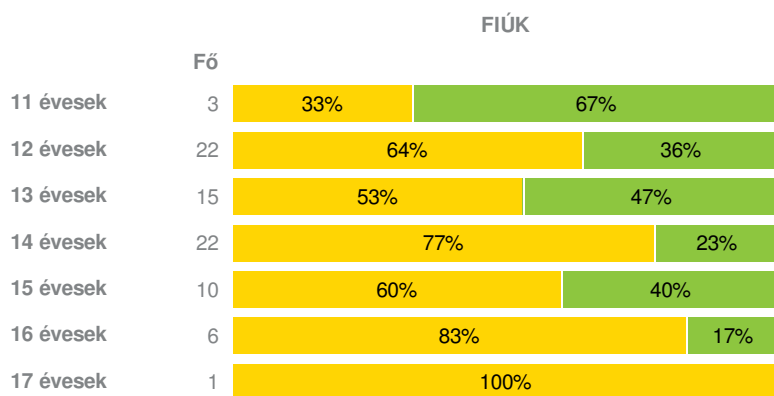
## Ütemezett hasizom (db)

FIÚK

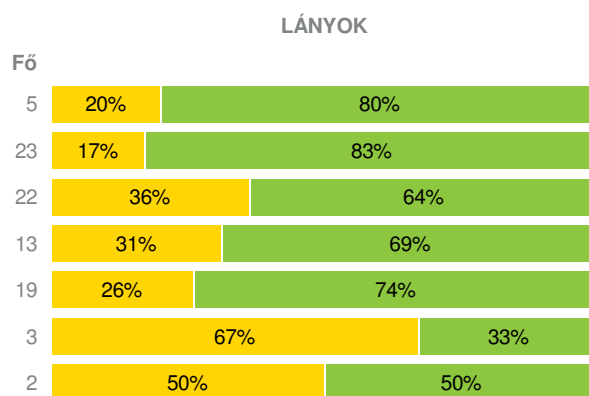
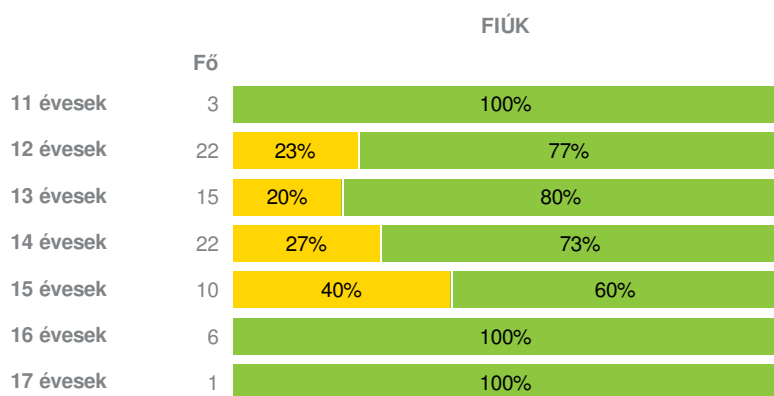
LÁNYOK



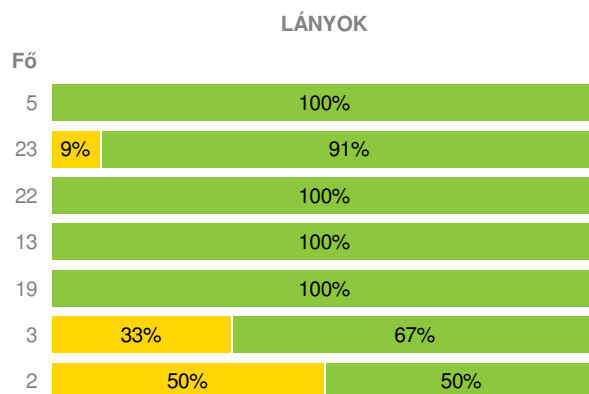
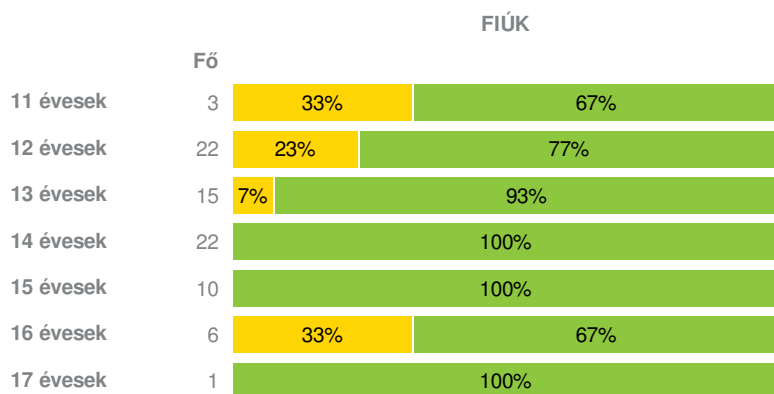
### Törzsemelés (cm)



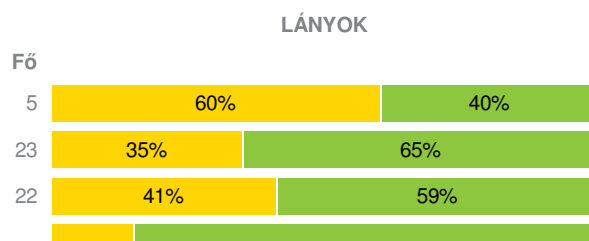
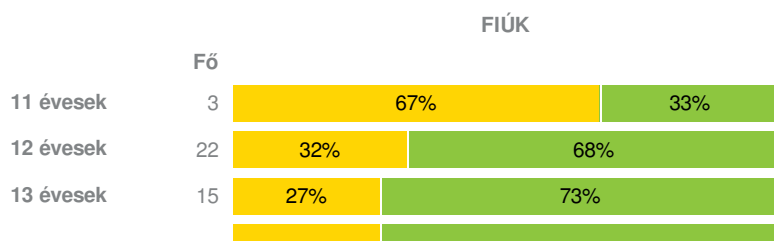
### Ütemezett fekvőtámasz (db)



### Kézi szorítóerő (kg)



### Helyből távolugrás (cm)



14 évesek	22	27%	73%	13	15%	85%
15 évesek	10	40%	60%	19	47%	53%
16 évesek	6	100%		3	100%	
17 évesek	1	100%		2	100%	

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
Év	Fő	Fejlesztés szükséges	Egészségzóna	Év	Fő	Fejlesztés szükséges	Egészségzóna
11 évesek	3	67%	33%	5	100%		
12 évesek	22	73%	27%	23	61%	39%	
13 évesek	15	33%	67%	22	64%	36%	
14 évesek	22	32%	68%	13	54%	46%	
15 évesek	10	30%	70%	19	68%	32%	
16 évesek	6	33%	67%	3	100%		
17 évesek	1	100%		2	100%		

Magyar Diáksport Szövetség - 2016



<span style="color: red;">■</span>	Fokozott fejlesztés szükséges
<span style="color: yellow;">■</span>	Fejlesztés szükséges
<span style="color: green;">■</span>	Egészségzóna

### Fráter György Katolikus Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola

Iskola

Létszám: 183 / 90 fiú, 93 lány

Tanév: 2015/2016

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00000 %

Nyomtatás dátuma: 2018.03.21 10:39:33



## TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

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

Év	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	11	20	17	4.41	15	26	20	3.62		2 fő - 25%	6 fő - 75%
12 évesek	15	33	21	4.56	10	22	18	2.94	3 fő - 6%	8 fő - 18%	34 fő - 76%
13 évesek	11	26	20	3.93	15	31	21	4.63	2 fő - 5%	11 fő - 30%	24 fő - 65%
14 évesek	3	25	21	4.31	18	23	21	1.63		9 fő - 26%	26 fő - 74%
15 évesek	20	34	25	3.88	19	35	23	4.16	2 fő - 7%	12 fő - 41%	15 fő - 52%
16 évesek	21	27	24	1.99	20	26	23	2.17		4 fő - 44%	5 fő - 56%
17 évesek	24	24	24	0.00	20	30	25	5.16	1 fő - 33%		2 fő - 67%
Összesen:									5 %	28 %	67 %

#### Testzsír százalék (TZS %)

Év	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	26	28	27	0.80	23	32	28	3.17		7 fő - 87%	1 fő - 13%
12 évesek	11	41	25	8.28	10	32	21	6.03	3 fő - 7%	11 fő - 24%	31 fő - 69%

13 évesek	7	33	21	8.36	12	45	25	8.29	2 fő - 6%	12 fő - 32%	23 fő - 62%
14 évesek	9	39	23	7.23	21	32	25	3.42	1 fő - 3%	12 fő - 34%	22 fő - 63%
15 évesek	21	35	26	5.16	23	46	31	5.30	5 fő - 17%	17 fő - 59%	7 fő - 24%
16 évesek	13	30	20	5.73	22	35	29	5.39		6 fő - 67%	3 fő - 33%
17 évesek	22	22	22	0.00	27	39	33	6.00	1 fő - 34%	1 fő - 33%	1 fő - 33%

Összesen: 7 % 40 % 53 %

### AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	36	44	41	3.54	37	44	40	3.10	3 fő - 38%	1 fő - 13%	4 fő - 50%
12 évesek	35	52	42	5.13	35	46	40	3.43	10 fő - 23%	11 fő - 25%	23 fő - 52%
13 évesek	35	54	44	7.04	34	49	38	3.27	13 fő - 35%	11 fő - 30%	13 fő - 35%
14 évesek	33	54	44	6.04	32	43	37	2.98	10 fő - 29%	7 fő - 20%	18 fő - 51%
15 évesek	33	50	43	5.22	32	44	38	3.26	10 fő - 34%	9 fő - 31%	10 fő - 34%
16 évesek	42	51	46	3.14	33	36	35	1.04	3 fő - 33%	2 fő - 22%	4 fő - 44%
17 évesek	40	40	40	0.00	33	34	34	0.79	3 fő - 100%		

Összesen: 32 % 25 % 43 %

### VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

#### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	21	27	24	2.49	18	80	50	27.07		8 fő - 100%
12 évesek	10	80	37	24.86	16	80	51	24.79	6 fő - 13%	39 fő - 87%
13 évesek	14	80	50	23.32	11	80	49	27.98	5 fő - 14%	32 fő - 86%
14 évesek	12	80	40	24.87	4	80	47	28.90	11 fő - 31%	24 fő - 69%
15 évesek	25	80	50	21.49	8	80	37	22.27	2 fő - 7%	27 fő - 93%
16 évesek	32	63	51	9.82	16	50	28	15.37	1 fő - 11%	8 fő - 89%
17 évesek	48	48	48	0.00	17	19	18	1.00	1 fő - 33%	2 fő - 67%

Összesen: 16 % 84 %

#### Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	19	26	23	2.87	16	26	20	3.35	5 fő - 63%	3 fő - 38%
12 évesek	12	28	20	4.39	13	30	20	4.63	30 fő - 67%	15 fő - 33%
13 évesek	15	29	22	3.81	12	30	19	5.11	22 fő - 59%	15 fő - 41%
14 évesek	14	29	21	3.84	10	30	21	6.57	24 fő - 69%	11 fő - 31%
15 évesek	10	29	19	7.95	9	30	18	6.08	20 fő - 69%	9 fő - 31%
16 évesek	16	28	21	3.77	10	15	12	2.16	8 fő - 89%	1 fő - 11%
17 évesek	22	22	22	0.00	13	13	13	0.00	3 fő - 100%	

Összesen: 67 % 33 %

#### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	10	15	13	2.36	5	19	13	5.19	1 fő - 13%	7 fő - 88%
12 évesek	3	35	13	7.72	5	26	12	5.44	9 fő - 20%	36 fő - 80%
13 évesek	7	41	22	12.47	4	18	10	4.14	11 fő - 30%	26 fő - 70%

14 évesek	5	50	21	10.19	5	30	11	6.75	10 fő - 29%	25 fő - 71%
15 évesek	5	38	19	10.33	1	16	9	4.47	9 fő - 31%	20 fő - 69%
16 évesek	20	60	36	13.05	5	7	6	0.94	2 fő - 22%	7 fő - 78%
17 évesek	40	40	40	0.00	5	14	10	4.50	1 fő - 33%	2 fő - 67%

Összesen: 26 % 74 %

### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	18	29	23	4.87	15	21	19	2.21	1 fő - 13%	7 fő - 88%
12 évesek	14	37	23	5.70	13	49	27	10.40	7 fő - 16%	38 fő - 84%
13 évesek	16	30	26	3.74	19	63	28	9.18	1 fő - 3%	36 fő - 97%
14 évesek	26	48	36	6.44	17	36	27	4.35		35 fő - 100%
15 évesek	26	40	34	3.88	20	29	25	2.40		29 fő - 100%
16 évesek	29	37	32	2.88	17	27	23	4.63	3 fő - 33%	6 fő - 67%
17 évesek	33	33	33	0.00	22	31	26	4.75	1 fő - 33%	2 fő - 67%

Összesen: 8 % 92 %

### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	100	140	123	17.00	105	138	123	11.09	5 fő - 63%	3 fő - 38%
12 évesek	110	205	145	22.53	100	200	145	26.37	15 fő - 33%	30 fő - 67%
13 évesek	127	200	159	20.85	85	195	143	26.74	13 fő - 35%	24 fő - 65%
14 évesek	110	240	176	32.06	100	190	150	22.03	8 fő - 23%	27 fő - 77%
15 évesek	160	210	182	16.10	109	204	146	25.77	13 fő - 45%	16 fő - 55%
16 évesek	18	180	141	56.23	110	132	122	9.18	9 fő - 100%	
17 évesek	185	185	185	0.00	100	120	110	10.00	3 fő - 100%	

Összesen: 40 % 60 %

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	16	21	17	2.59	7	22	18	5.77	7 fő - 88%	1 fő - 13%
12 évesek	7	26	18	4.62	10	30	23	5.37	30 fő - 67%	15 fő - 33%
13 évesek	16	31	22	4.01	15	32	23	5.13	19 fő - 51%	18 fő - 49%
14 évesek	8	29	22	5.17	17	35	24	4.99	14 fő - 40%	21 fő - 60%
15 évesek	13	27	21	4.83	3	31	22	6.06	16 fő - 55%	13 fő - 45%
16 évesek	15	23	21	2.71	17	24	20	2.94	5 fő - 56%	4 fő - 44%
17 évesek	21	21	21	0.00	16	16	16	0.00	2 fő - 67%	1 fő - 33%

Összesen: 56 % 44 %