

Létszám: 310 / 194 fiú, 116 lány

Tanév: 2016/2017

Adatfeltöltöttségi állapot: 94,52 %

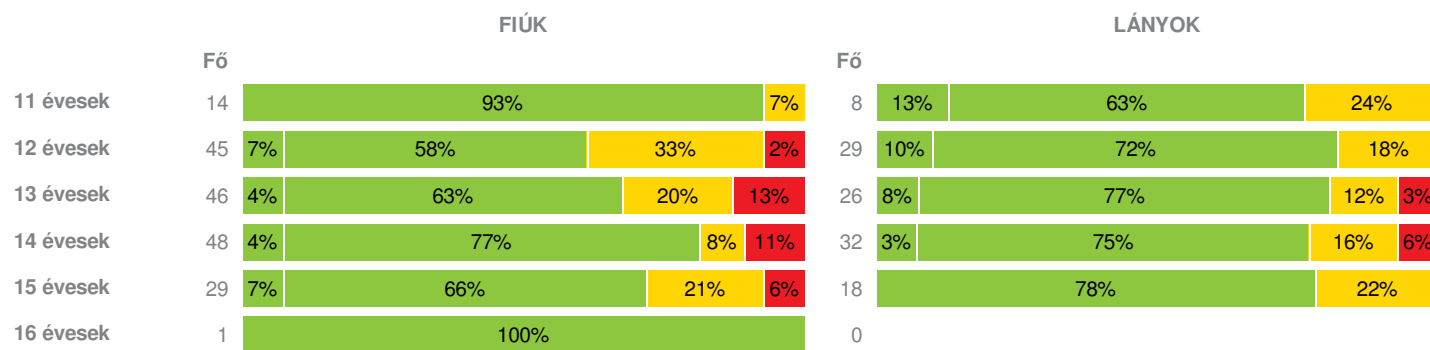
Nyomtatás dátuma: 2019.10.25 15:51:22



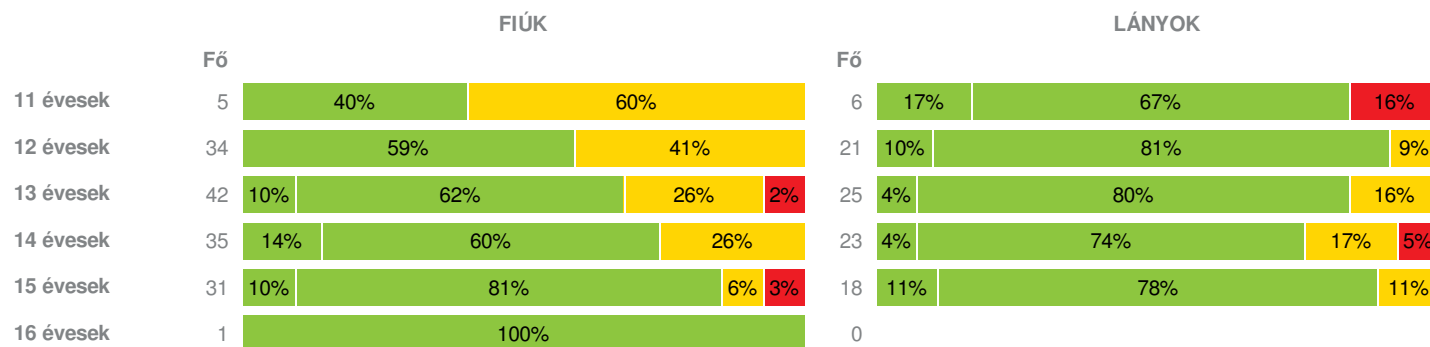
**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ**

**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**

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

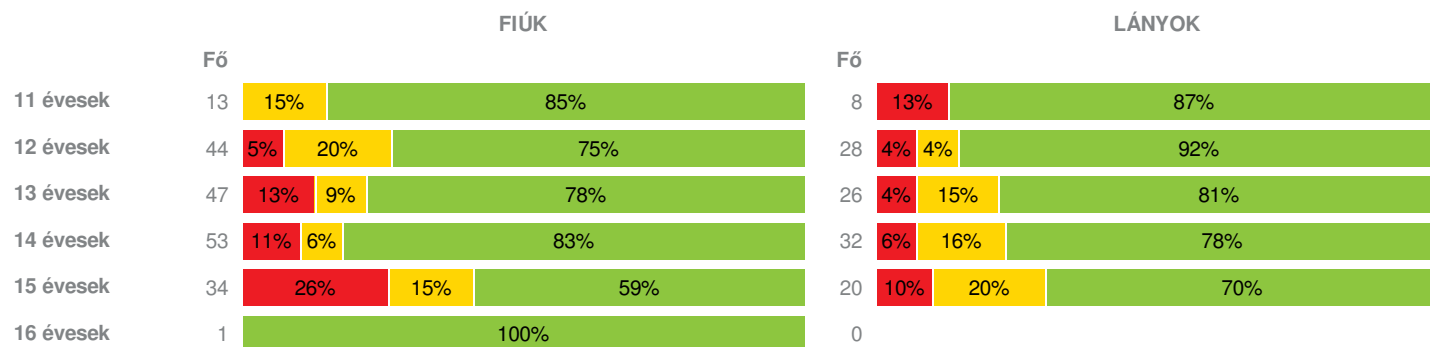


**Testzsír százalék (Tzs %) (TTS %)**



**AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL**

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



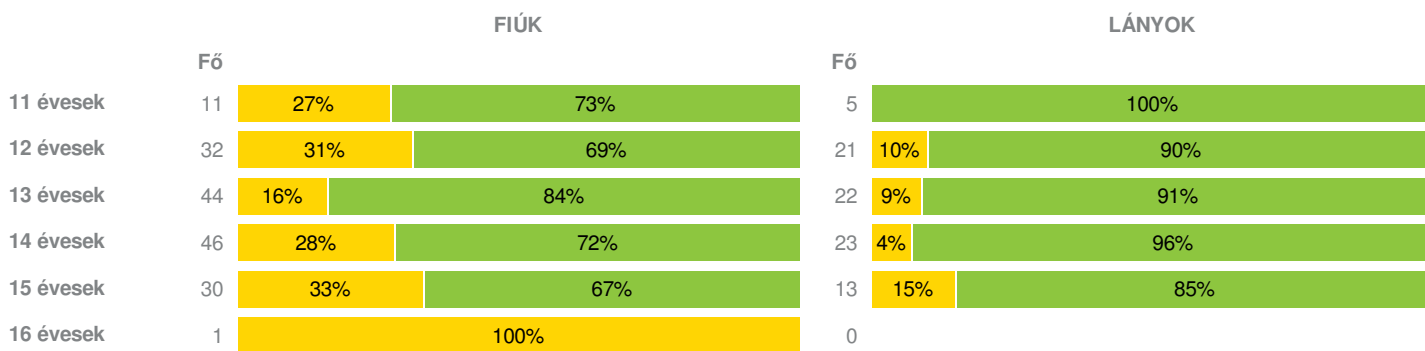
**VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL**

**Ütemezett hasizom (db)**

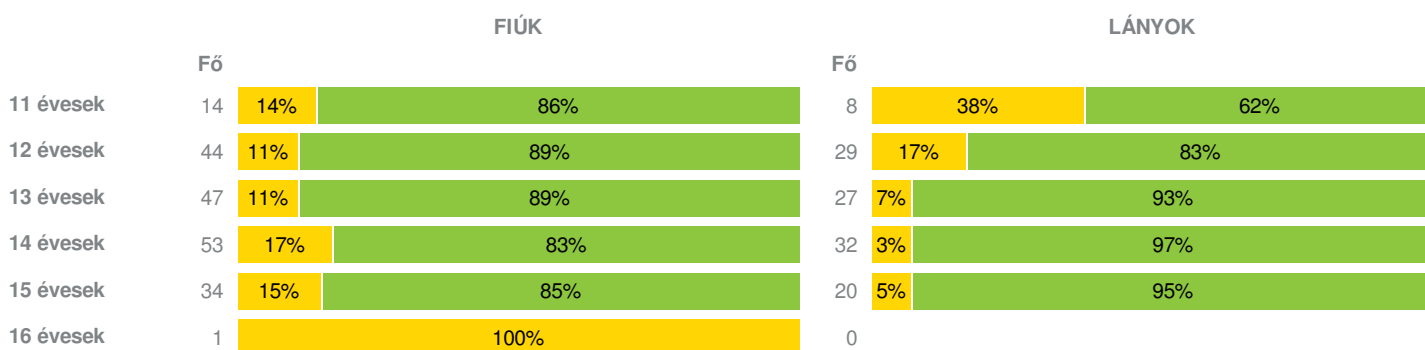




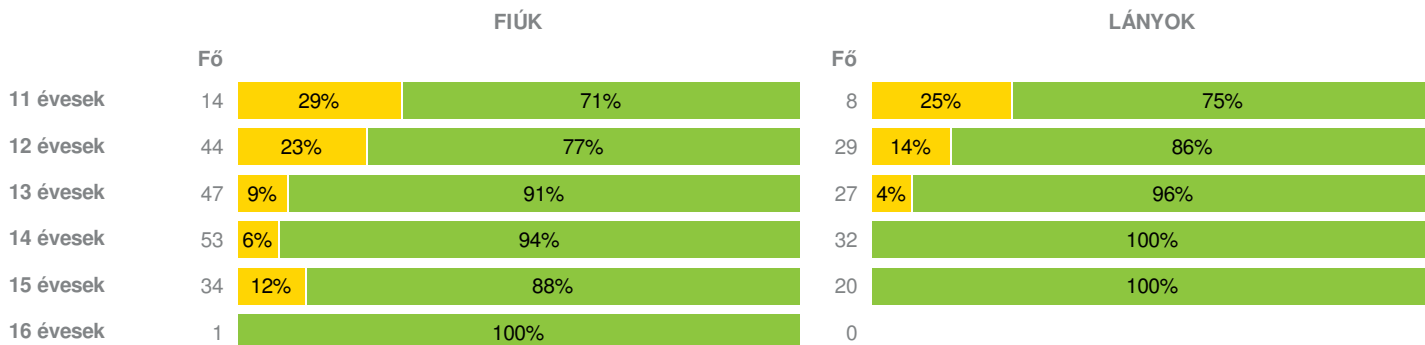
### Törzsemelés (cm)



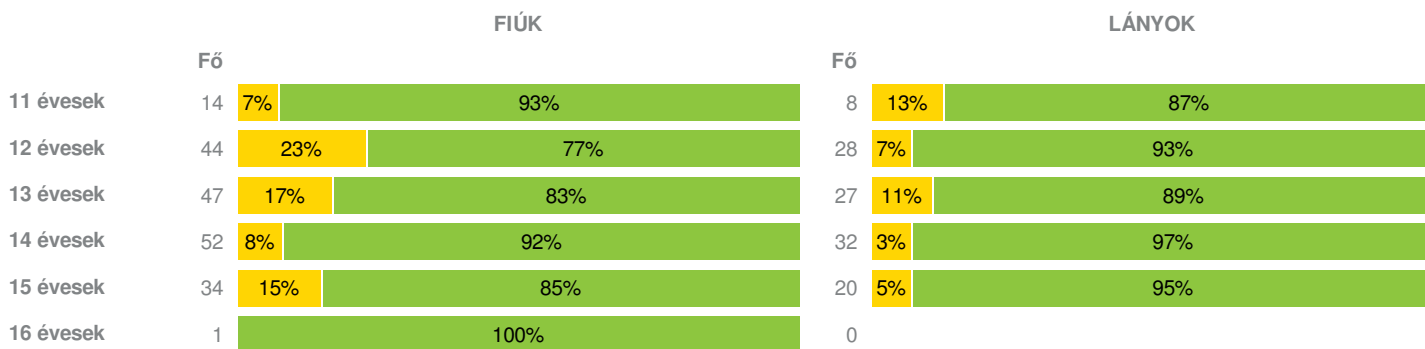
### Ütemezett fekvőtámasz (db)



### Kézi szorítóerő (kg)



### Helyből távolugrás (cm)



## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)



12 évesek	44	39%	61%	29	21%	79%
13 évesek	47	43%	57%	27	44%	56%
14 évesek	53	26%	74%	32	3%	97%
15 évesek	34	29%	71%	20	30%	70%
16 évesek	1		100%	0		

Magyar Diáksport Szövetség - 2017



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

### Gödöllői Hajós Alfréd Általános Iskola

Létszám: 310 / 194 fiú, 116 lány

Tanév: 2016/2017

Adatfeltöltöttségi állapot: 94,52 %

Nyomtatás dátuma: 2019.10.25 15:51:22



## INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	15.98	21.78	18.09	1.79	14.24	23.21	19.03	2.71		3 fő - 14%	19 fő - 86%
12 évesek	14.18	28.35	19.83	3.59	14.47	24.65	18.61	2.51	1 fő - 1%	20 fő - 28%	53 fő - 72%
13 évesek	15.42	30.71	20.87	4.02	14.15	27.27	19.98	2.94	7 fő - 9%	12 fő - 17%	53 fő - 74%
14 évesek	15.31	37.04	20.40	4.38	15.97	49.60	21.91	5.68	7 fő - 9%	9 fő - 11%	64 fő - 80%
15 évesek	16.23	38.48	21.53	4.61	17.91	26.67	21.52	2.60	2 fő - 5%	10 fő - 21%	35 fő - 74%
16 évesek	18.36	18.36	18.36	0.00							1 fő - 100%
Összesen:									6 %	18 %	76 %

#### Testzsír százalék (Tzs %) (TTS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	12.30	28.00	22.40	5.32	7.30	35.90	21.43	8.45	1 fő - 9%	3 fő - 27%	7 fő - 64%
12 évesek	9.10	32.80	21.17	6.42	7.30	32.30	20.42	5.69		16 fő - 29%	39 fő - 71%
13 évesek	5.00	35.60	18.52	8.79	11.50	33.30	22.61	5.14	1 fő - 2%	15 fő - 22%	51 fő - 76%
14 évesek	5.30	32.50	16.62	8.43	10.50	39.00	23.82	6.76	1 fő - 2%	13 fő - 22%	44 fő - 76%
15 évesek	5.20	32.90	14.52	6.53	10.50	34.40	22.35	5.93	1 fő - 2%	4 fő - 8%	44 fő - 90%
16 évesek	8.40	8.40	8.40	0.00							1 fő - 100%
Összesen:									2 %	21 %	77 %

### 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	38.60	61.80	51.52	7.09	35.60	48.65	43.39	4.26	1 fő - 5%	2 fő - 10%	18 fő - 86%
12 évesek	34.67	63.80	47.73	7.63	35.61	66.72	49.81	7.24	3 fő - 4%	10 fő - 14%	59 fő - 82%
13 évesek	33.89	60.26	47.01	6.76	34.87	56.07	44.33	4.80	7 fő - 10%	8 fő - 11%	58 fő - 79%
14 évesek	34.27	64.89	49.29	7.34	32.93	59.95	46.19	6.65	8 fő - 9%	8 fő - 9%	69 fő - 81%

15 évesek	34.22	64.61	46.83	8.64	35.47	59.09	43.41	6.85	11 fő - 20%	9 fő - 17%	34 fő - 63%
16 évesek	45.74	45.74	45.74	0.00							1 fő - 100%

Összesen: 10 % 12 % 78 %

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	20.00	80.00	61.14	23.62	30.00	80.00	57.75	22.62		22 fő - 100%
12 évesek	11.00	80.00	58.25	23.69	24.00	80.00	69.45	18.14	2 fő - 3%	71 fő - 97%
13 évesek	30.00	80.00	69.77	15.78	25.00	80.00	67.22	18.61		74 fő - 100%
14 évesek	20.00	80.00	68.77	18.04	8.00	80.00	63.22	19.65	2 fő - 2%	82 fő - 98%
15 évesek	19.00	80.00	64.97	18.46	13.00	80.00	64.20	18.22	2 fő - 4%	52 fő - 96%
16 évesek	52.00	52.00	52.00	0.00						1 fő - 100%

Összesen: 2 % 98 %

### Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	21.00	30.00	25.66	3.00	23.00	27.40	25.20	1.89	3 fő - 19%	13 fő - 81%
12 évesek	14.50	30.00	25.26	5.15	19.00	30.00	26.31	3.46	12 fő - 23%	41 fő - 77%
13 évesek	18.50	30.00	27.07	3.71	17.00	30.00	27.80	3.41	9 fő - 14%	57 fő - 86%
14 évesek	11.00	30.00	24.90	4.54	21.00	30.00	27.55	2.51	14 fő - 20%	55 fő - 80%
15 évesek	11.00	30.00	24.58	4.77	17.00	30.00	26.65	3.90	12 fő - 28%	31 fő - 72%
16 évesek	21.50	21.50	21.50	0.00					1 fő - 100%	

Összesen: 21 % 79 %

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	5.00	50.00	25.29	12.37	0.00	22.00	11.25	6.92	5 fő - 23%	17 fő - 77%
12 évesek	0.00	63.00	19.82	11.66	0.00	40.00	17.24	9.11	10 fő - 14%	63 fő - 86%
13 évesek	0.00	50.00	20.47	10.11	1.00	40.00	17.07	8.67	7 fő - 9%	67 fő - 91%
14 évesek	0.00	40.00	21.38	9.50	4.00	30.00	17.22	6.98	10 fő - 12%	75 fő - 88%
15 évesek	2.00	42.00	20.21	8.50	5.00	30.00	14.30	6.13	6 fő - 11%	48 fő - 89%
16 évesek	14.00	14.00	14.00	0.00					1 fő - 100%	

Összesen: 13 % 87 %

### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	14.00	25.50	20.34	2.99	13.25	20.50	17.04	2.29	6 fő - 27%	16 fő - 73%
12 évesek	14.70	82.35	23.00	9.88	13.35	28.50	19.87	3.91	14 fő - 19%	59 fő - 81%
13 évesek	17.60	46.25	26.88	6.33	13.90	33.25	23.95	4.41	5 fő - 7%	69 fő - 93%
14 évesek	18.05	48.50	31.65	6.33	20.65	35.50	27.02	4.12	3 fő - 4%	82 fő - 96%
15 évesek	17.65	57.40	36.10	8.28	22.00	41.40	29.80	4.43	4 fő - 7%	50 fő - 93%
16 évesek	31.00	31.00	31.00	0.00						1 fő - 100%

Összesen: 10 % 90 %

### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	132.00	201.00	170.07	22.88	113.00	201.00	156.13	24.45	2 fő - 9%	20 fő - 91%
12 évesek	113.00	206.00	164.07	22.18	95.00	198.00	166.43	21.50	12 fő - 17%	60 fő - 83%
13 évesek	122.00	260.00	180.64	31.36	105.00	220.00	161.67	26.73	11 fő - 15%	63 fő - 85%
14 évesek	133.00	269.00	204.25	26.67	100.00	240.00	185.72	28.43	5 fő - 6%	79 fő - 94%
15 évesek	100.00	270.00	205.09	40.81	110.00	220.00	182.35	26.47	6 fő - 11%	48 fő - 89%
16 évesek	220.00	220.00	220.00	0.00						1 fő - 100%
Összesen:									12 %	88 %

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	21.50	37.00	28.39	5.42	19.50	39.00	24.63	5.88	6 fő - 27%	16 fő - 73%
12 évesek	5.50	34.50	21.63	6.45	11.00	42.75	29.18	6.78	23 fő - 32%	50 fő - 68%
13 évesek	7.00	39.00	21.66	7.73	12.00	41.00	26.89	6.77	32 fő - 43%	42 fő - 57%
14 évesek	10.00	37.50	24.55	6.47	18.00	43.50	32.69	5.15	15 fő - 18%	70 fő - 82%
15 évesek	11.50	37.00	25.05	7.15	14.50	50.00	32.04	8.72	16 fő - 30%	38 fő - 70%
16 évesek	23.00	23.00	23.00	0.00						1 fő - 100%
Összesen:									30 %	70 %