

Létszám: 327 / 186 fiú, 141 lány

Tanév: 2018/2019

Adatfeltöltöttségi állapot: 92,25 %

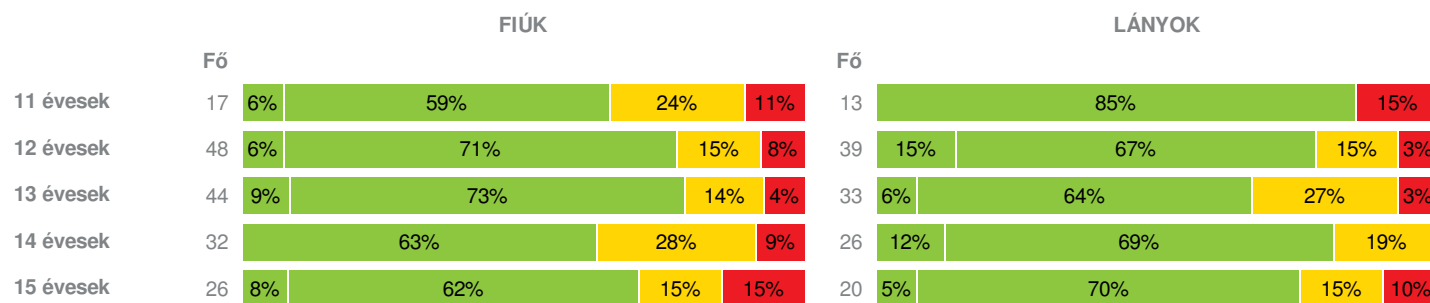
Nyomtatás dátuma: 2019.10.25 15:54:17



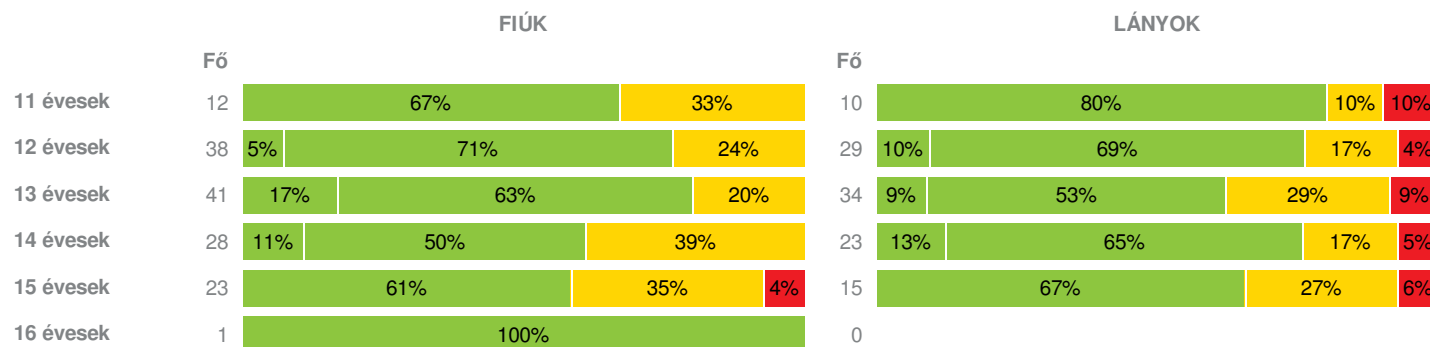
**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ**

**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**

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

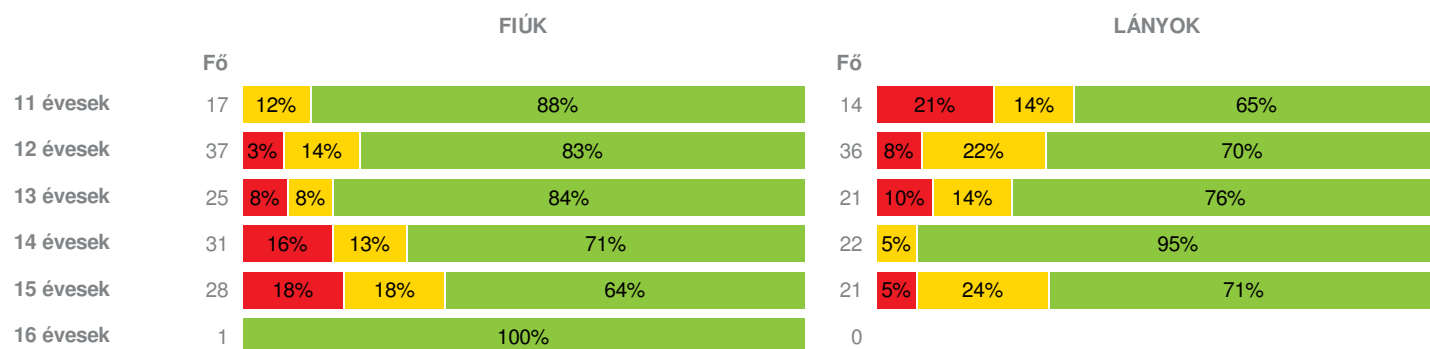


**Testzsír százalék (TZS %)**



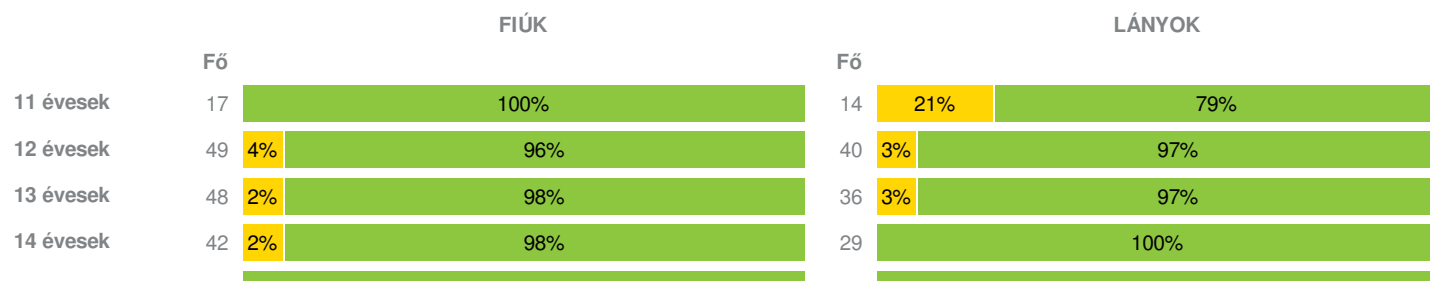
**AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL**

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



**VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL**

**Ütemezett hasizom (db)**



15 évesek	27	100%	21	100%
16 évesek	1	100%	0	

### Törzsemelés (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
Fő			Fő		
11 évesek	16	44% / 56%	12	42% / 58%	
12 évesek	46	52% / 48%	35	23% / 77%	
13 évesek	35	26% / 74%	27	26% / 74%	
14 évesek	39	23% / 77%	20	20% / 80%	
15 évesek	28	43% / 57%	20	35% / 65%	
16 évesek	1	100%	0		

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

FIÚK			LÁNYOK		
Fő			Fő		
11 évesek	17	100%	13	8% / 92%	
12 évesek	49	8% / 92%	40	5% / 95%	
13 évesek	48	8% / 92%	36	3% / 97%	
14 évesek	42	7% / 93%	29	3% / 97%	
15 évesek	27	22% / 78%	21	5% / 95%	
16 évesek	1	100%	0		

### Kézi szorítóerő (kg)

FIÚK			LÁNYOK		
Fő			Fő		
11 évesek	14	24% / 59%	13	43% / 50%	
12 évesek	44	45% / 45%	33	24% / 56%	
13 évesek	44	23% / 69%	36	19% / 81%	
14 évesek	37	21% / 67%	28	21% / 76%	
15 évesek	26	39% / 54%	20	19% / 76%	
16 évesek	1	100%	0		

### Helyből távolugrás (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
Fő			Fő		
11 évesek	17	6% / 94%	14	14% / 86%	
12 évesek	49	18% / 82%	40	8% / 92%	
13 évesek	48	4% / 96%	36	8% / 92%	
14 évesek	42	19% / 81%	28	4% / 96%	
15 évesek	28	21% / 79%	21	10% / 90%	
16 évesek	1	100%	0		

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
Fő			Fő		
11 évesek	17	41% / 59%	14	43% / 57%	
12 évesek	49	37% / 63%	40	18% / 82%	

13 évesek	48	23%	77%	36	19%	81%
14 évesek	42	31%	69%	29	7%	93%
15 évesek	28	21%	79%	21	19%	81%
16 évesek	1		100%	0		



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

## Gödöllői Hajós Alfréd Általános Iskola

Létszám: 327 / 186 fiú, 141 lány

Tanév: 2018/2019

Adatfeltöltöttségi állapot: 92,25 %

Nyomtatás dátuma: 2019.10.25 15:54:17



## 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	14.65	26.57	19.30	3.80	15.69	34.13	20.03	4.96	4 fő - 14%	4 fő - 13%	22 fő - 73%
12 évesek	13.96	33.77	19.93	3.67	13.41	31.27	18.87	3.62	5 fő - 6%	13 fő - 15%	69 fő - 79%
13 évesek	13.27	29.07	19.07	3.26	10.63	27.10	20.48	3.95	3 fő - 4%	15 fő - 19%	59 fő - 77%
14 évesek	16.61	30.86	21.54	4.06	15.24	25.61	20.39	2.69	3 fő - 5%	14 fő - 24%	41 fő - 71%
15 évesek	16.51	31.39	22.09	3.89	16.92	33.45	21.93	4.41	6 fő - 13%	7 fő - 15%	33 fő - 72%
Összesen:									7 %	18 %	75 %

## Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	8.90	33.40	20.48	8.08	12.70	46.60	22.59	8.82	1 fő - 4%	5 fő - 23%	16 fő - 73%
12 évesek	6.20	33.40	20.60	6.15	5.40	38.00	20.88	7.50	1 fő - 1%	14 fő - 22%	52 fő - 78%
13 évesek	5.90	30.90	14.80	6.73	11.00	39.90	23.95	8.05	3 fő - 4%	18 fő - 24%	54 fő - 72%
14 évesek	5.10	34.30	18.91	8.62	12.40	37.80	23.32	6.28	1 fő - 2%	15 fő - 29%	35 fő - 69%
15 évesek	8.50	34.00	18.37	7.91	18.90	41.90	26.91	6.04	2 fő - 5%	12 fő - 32%	24 fő - 63%
16 évesek	18.40	18.40	18.40	0.00							1 fő - 100%
Összesen:									3 %	25 %	72 %

## 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	39.20	69.05	50.99	8.36	35.16	59.96	43.50	6.64	3 fő - 10%	4 fő - 13%	24 fő - 77%
12 évesek	35.54	71.03	48.00	8.07	35.61	61.03	44.15	6.24	4 fő - 5%	13 fő - 18%	56 fő - 77%
13 évesek	36.28	72.03	49.53	8.67	34.89	60.38	44.82	6.37	4 fő - 9%	5 fő - 11%	37 fő - 80%
14 évesek	35.42	62.98	49.10	8.84	37.37	57.64	47.56	5.69	5 fő - 9%	5 fő - 9%	43 fő - 81%
15 évesek	34.68	60.52	45.36	5.93	35.93	54.06	43.31	5.62	6 fő - 12%	10 fő - 20%	33 fő - 67%
16 évesek	44.04	44.04	44.04	0.00							1 fő - 100%

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

## Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	15.00	80.00	64.53	23.55	3.00	80.00	54.57	28.87	3 fő - 10%	28 fő - 90%
12 évesek	13.00	80.00	71.71	17.22	14.00	80.00	63.03	22.11	3 fő - 3%	86 fő - 97%
13 évesek	20.00	80.00	78.75	8.57	3.00	80.00	72.42	17.65	2 fő - 2%	82 fő - 98%
14 évesek	20.00	80.00	71.21	14.64	34.00	80.00	77.52	9.05	1 fő - 1%	70 fő - 100%
15 évesek	50.00	80.00	76.74	8.06	32.00	80.00	72.48	15.76		48 fő - 100%
16 évesek	80.00	80.00	80.00	0.00						1 fő - 100%
Összesen:									3 %	97 %

## Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	13.00	30.00	22.63	6.19	19.00	30.00	24.67	4.40	12 fő - 43%	16 fő - 57%
12 évesek	12.00	30.00	22.50	5.23	14.00	30.00	25.34	4.25	32 fő - 40%	49 fő - 60%
13 évesek	9.50	30.00	24.19	4.28	13.00	30.00	24.07	4.26	16 fő - 26%	46 fő - 74%
14 évesek	12.00	30.00	24.90	4.16	13.00	30.00	25.05	4.47	13 fő - 22%	46 fő - 78%
15 évesek	11.00	30.00	22.64	4.47	9.50	30.00	24.03	5.84	19 fő - 40%	29 fő - 60%
16 évesek	19.00	19.00	19.00	0.00					1 fő - 100%	
Összesen:									33 %	67 %

## Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	10.00	33.00	18.18	6.90	5.00	38.00	19.00	9.66	1 fő - 3%	29 fő - 97%
12 évesek	5.00	40.00	18.86	8.04	3.00	37.00	15.78	6.65	6 fő - 7%	83 fő - 93%
13 évesek	3.00	80.00	26.27	14.06	6.00	50.00	20.25	8.26	5 fő - 6%	79 fő - 94%
14 évesek	6.00	50.00	22.90	8.66	5.00	50.00	20.14	9.42	4 fő - 6%	67 fő - 94%
15 évesek	11.00	40.00	21.19	7.73	3.00	42.00	17.90	7.56	7 fő - 15%	41 fő - 85%
16 évesek	24.00	24.00	24.00	0.00						1 fő - 100%
Összesen:									7 %	93 %

## Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	13.30	43.80	22.04	7.03	12.80	41.20	21.46	6.82	10 fő - 32%	17 fő - 55%
12 évesek	14.90	35.90	21.89	4.36	12.00	45.80	22.35	7.08	32 fő - 36%	45 fő - 50%
13 évesek	16.60	46.50	28.25	6.58	18.60	35.70	26.36	4.09	18 fő - 21%	62 fő - 74%
14 évesek	20.80	57.60	34.66	8.28	20.00	34.10	27.39	3.61	15 fő - 21%	50 fő - 70%
15 évesek	21.00	52.10	36.80	8.16	22.00	35.90	28.09	3.83	15 fő - 31%	31 fő - 63%
16 évesek	48.80	48.80	48.80	0.00						1 fő - 100%
Összesen:									30 %	70 %

## Helyből távolugrás (cm)

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

11 évesek	130.00	214.00	167.59	23.90	50.00	210.00	160.21	40.81	3 fő - 10%	28 fő - 90%
12 évesek	70.00	215.00	164.63	27.82	70.00	229.00	170.30	28.13	12 fő - 13%	77 fő - 87%
13 évesek	140.00	240.00	191.96	22.60	110.00	210.00	170.31	23.09	5 fő - 6%	79 fő - 94%
14 évesek	120.00	258.00	195.00	30.45	135.00	223.00	181.36	22.93	9 fő - 13%	61 fő - 87%
15 évesek	143.00	240.00	202.75	27.12	118.00	190.00	167.81	17.51	8 fő - 16%	41 fő - 84%
16 évesek	190.00	190.00	190.00	0.00						1 fő - 100%

Összesen: 11 % 89 %

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	10.00	36.50	22.00	8.06	19.50	38.00	28.57	6.34	13 fő - 42%	18 fő - 58%
12 évesek	9.50	34.50	22.56	5.84	7.50	50.00	30.71	8.17	25 fő - 28%	64 fő - 72%
13 évesek	11.00	42.00	25.70	7.07	12.00	45.00	29.29	7.16	18 fő - 21%	66 fő - 79%
14 évesek	6.50	50.50	25.35	8.60	21.50	50.00	35.22	7.19	15 fő - 21%	56 fő - 79%
15 évesek	12.00	52.50	29.00	9.27	13.50	43.00	30.60	7.43	10 fő - 20%	39 fő - 80%
16 évesek	46.00	46.00	46.00	0.00						1 fő - 100%

Összesen: 25 % 75 %