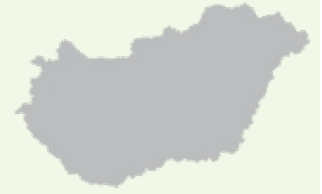


Létszám: **204 / 106 fiú, 98 lány**

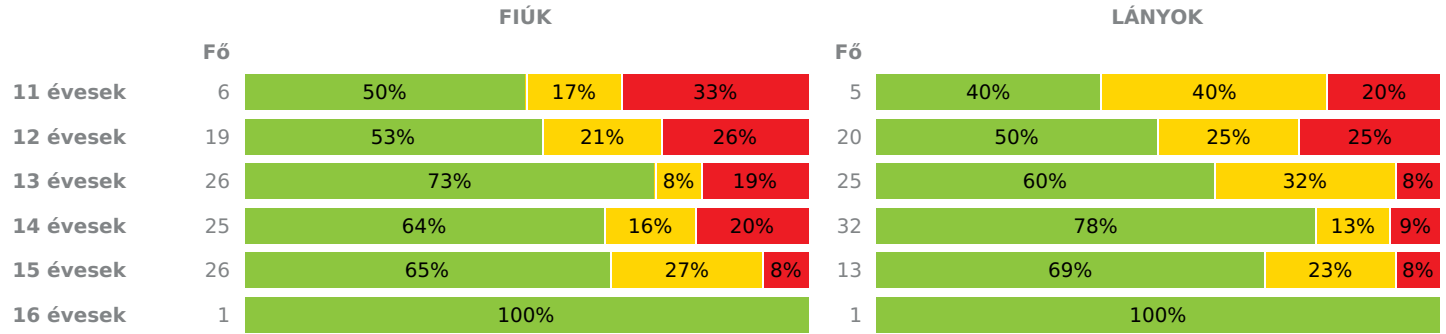
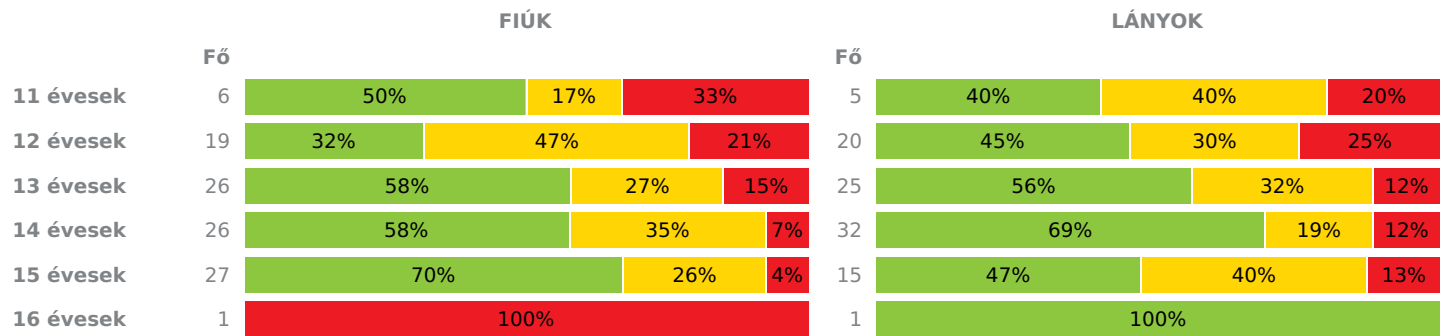
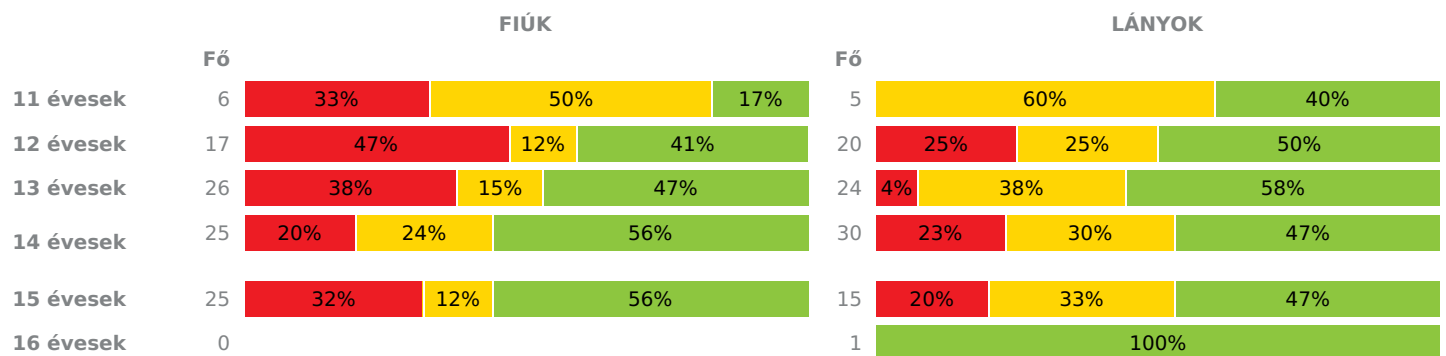
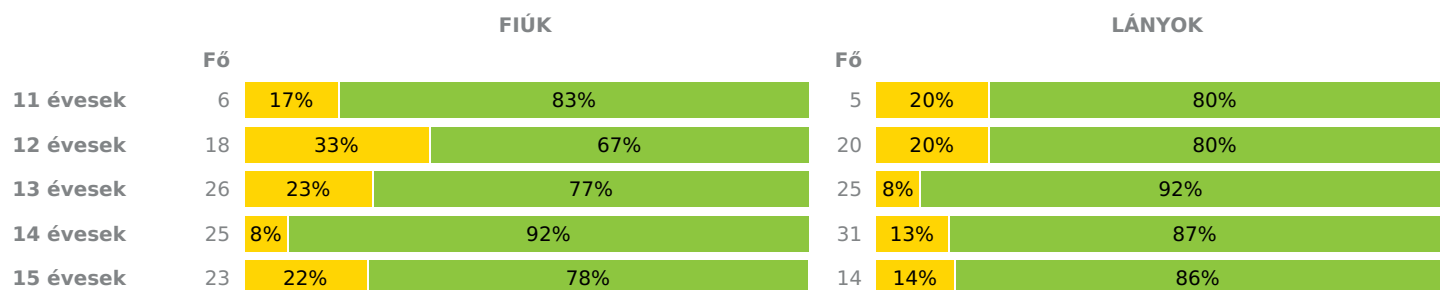
 Tanév: **2021/2022**

Adatfeltöltöttségi állapot: 99,46 %

Nyomtatás dátuma: 2022.11.28 09:56:23



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

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	1	100%	1	100%
-----------	---	------	---	------

Törzsemelés teszt (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő		Fő		
11 évesek	6	17% 83%	5	40% 60%	
12 évesek	19	63% 37%	20	25% 75%	
13 évesek	25	64% 36%	25	60% 40%	
14 évesek	25	84% 16%	32	72% 28%	
15 évesek	27	85% 15%	14	79% 21%	
16 évesek	1	100%	1	100%	

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő		Fő		
11 évesek	6	83% 17%	5	100%	
12 évesek	19	89% 11%	20	85% 15%	
13 évesek	24	46% 54%	25	92% 8%	
14 évesek	25	64% 36%	32	59% 41%	
15 évesek	25	48% 52%	15	60% 40%	
16 évesek	1	100%	1	100%	

Kézi szorítóerő mérése (kg)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő		Fő		
11 évesek	6	17% 33% 50%	5	20% 20% 60%	
12 évesek	19	26% 42% 32%	20	25% 15% 60%	
13 évesek	25	32% 20% 48%	24	13% 42% 45%	
14 évesek	26	23% 42% 35%	31	13% 32% 55%	
15 évesek	27	22% 26% 52%	15	7% 40% 53%	
16 évesek	2	50% 50%	1	100%	

Helyből távolugrás teszt (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő		Fő		
11 évesek	6	17% 83%	5	20% 80%	
12 évesek	18	44% 56%	20	25% 75%	
13 évesek	26	35% 65%	24	33% 67%	
14 évesek	24	25% 75%	32	19% 81%	
15 évesek	27	44% 56%	15	20% 80%	
16 évesek	1	100%	1	100%	

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő		Fő		
11 évesek	6	83% 17%	5	40% 60%	
12 évesek	18	78% 22%	20	60% 40%	
13 évesek	23	70% 30%	24	75% 25%	
14 évesek	24	67% 33%	31	61% 39%	

15 évesek	27	56%	44%	15	40%	60%
16 évesek	0			1	100%	

Magyar Diáksport Szövetség - 2022



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Dunaújvárosi Arany János Általános Iskola

Létszám: 204 / 106 fiú, 98 lány

Tanév: 2021/2022

Adatfeltöltöttségi állapot: 99,46 %

Nyomtatás dátuma: 2022.11.28 09:56:23



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	14.61	36.58	21.87	8.07	17.60	29.60	21.92	4.21	3 fő - 28%	3 fő - 27%	5 fő - 45%
12 évesek	16.32	43.24	23.55	6.45	13.12	33.76	22.42	5.59	10 fő - 26%	9 fő - 23%	20 fő - 51%
13 évesek	14.28	34.98	21.65	6.40	15.13	36.67	21.89	4.74	7 fő - 13%	10 fő - 20%	34 fő - 67%
14 évesek	16.37	32.94	22.53	4.84	15.29	41.01	21.76	4.73	8 fő - 14%	8 fő - 14%	41 fő - 72%
15 évesek	14.36	41.80	22.09	5.22	16.32	32.18	22.12	4.33	3 fő - 7%	10 fő - 26%	26 fő - 67%
16 évesek	23.27	23.27	23.27	0.00	20.04	20.04	20.04	0.00			2 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	9.60	41.60	24.60	11.38	20.20	40.20	28.30	7.30	3 fő - 28%	3 fő - 27%	5 fő - 45%
12 évesek	12.50	47.20	28.13	8.62	9.90	43.60	27.64	9.77	9 fő - 24%	15 fő - 38%	15 fő - 38%
13 évesek	6.90	41.70	22.15	10.60	11.50	38.40	26.60	7.73	7 fő - 14%	15 fő - 29%	29 fő - 57%
14 évesek	5.50	40.50	20.47	8.36	9.30	47.60	26.42	8.22	6 fő - 10%	15 fő - 26%	37 fő - 64%
15 évesek	5.00	35.70	18.76	7.47	17.40	45.00	29.65	7.77	3 fő - 7%	13 fő - 31%	26 fő - 62%
16 évesek	36.80	36.80	36.80	0.00	24.00	24.00	24.00	0.00	1 fő - 50%		1 fő - 50%
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	35.25	43.63	38.54	2.57	37.89	42.40	40.22	1.84	2 fő - 18%	6 fő - 55%	3 fő - 27%
12 évesek	34.13	55.48	39.85	5.17	35.14	50.01	40.10	3.62	13 fő - 35%	7 fő - 19%	17 fő - 46%
13 évesek	34.26	60.03	42.64	6.86	34.14	48.73	40.84	3.42	11 fő - 22%	13 fő - 26%	26 fő - 52%
14 évesek	35.24	54.86	43.44	5.63	32.58	61.49	41.55	6.52	12 fő - 22%	15 fő - 27%	28 fő - 51%
15 évesek	31.84	67.46	44.05	7.57	32.03	45.45	38.98	4.01	11 fő - 28%	8 fő - 20%	21 fő - 53%
16 évesek					40.60	40.60	40.60	0.00			1 fő - 100%
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	3.00	31.00	21.50	9.50	12.00	54.00	30.60	14.75	2 fő - 18%	9 fő - 82%
12 évesek	3.00	80.00	27.78	19.08	0.00	80.00	27.75	20.50	10 fő - 26%	28 fő - 74%
13 évesek	3.00	80.00	41.38	23.63	17.00	80.00	30.44	13.52	8 fő - 16%	43 fő - 84%
14 évesek	10.00	80.00	48.52	23.81	4.00	80.00	45.52	23.66	6 fő - 11%	50 fő - 89%
15 évesek	19.00	80.00	43.91	21.28	8.00	76.00	44.43	21.59	7 fő - 19%	30 fő - 81%
16 évesek	42.00	42.00	42.00	0.00	40.00	40.00	40.00	0.00		2 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	20.50	30.00	24.75	3.24	18.50	30.00	25.40	4.91	3 fő - 27%	8 fő - 73%
12 évesek	15.00	28.00	20.95	3.94	15.00	30.00	23.83	3.92	17 fő - 44%	22 fő - 56%
13 évesek	12.00	30.00	20.61	4.75	13.00	27.00	21.02	3.59	31 fő - 62%	19 fő - 38%
14 évesek	10.00	26.00	19.24	4.00	7.00	28.00	19.97	4.35	44 fő - 77%	13 fő - 23%
15 évesek	7.50	26.50	17.35	5.21	12.50	30.00	21.29	4.25	34 fő - 83%	7 fő - 17%
16 évesek	18.00	18.00	18.00	0.00	20.00	20.00	20.00	0.00	2 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	0.00	14.00	3.83	4.74	0.00	4.00	2.00	1.79	10 fő - 91%	1 fő - 9%
12 évesek	0.00	15.00	3.58	3.77	0.00	13.00	2.85	3.34	34 fő - 87%	5 fő - 13%
13 évesek	0.00	26.00	10.38	8.27	0.00	14.00	2.60	3.16	34 fő - 69%	15 fő - 31%
14 évesek	0.00	30.00	11.00	8.29	0.00	28.00	6.41	6.95	35 fő - 61%	22 fő - 39%
15 évesek	2.00	30.00	13.96	7.95	0.00	14.00	6.53	4.30	21 fő - 53%	19 fő - 48%
16 évesek	3.00	3.00	3.00	0.00	7.00	7.00	7.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	15.40	26.60	20.87	4.21	15.50	25.60	20.42	3.74	2 fő - 18%	3 fő - 27%	6 fő - 55%
12 évesek	15.30	30.60	21.00	4.22	14.00	32.50	21.59	5.13	10 fő - 26%	11 fő - 28%	18 fő - 46%
13 évesek	14.10	34.80	23.67	5.14	15.00	29.90	22.86	3.80	11 fő - 22%	15 fő - 31%	23 fő - 47%
14 évesek	17.00	40.50	28.20	6.72	19.50	35.90	25.95	4.18	10 fő - 18%	21 fő - 37%	26 fő - 46%
15 évesek	17.90	70.20	33.46	9.81	20.30	37.20	28.53	5.14	7 fő - 17%	13 fő - 31%	22 fő - 52%
16 évesek	28.10	39.80	33.95	5.85	27.30	27.30	27.30	0.00	1 fő - 33%		2 fő - 67%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	100.00	170.00	140.00	21.60	120.00	150.00	139.00	10.20	2 fő - 18%	9 fő - 82%
12 évesek	110.00	190.00	145.28	19.11	90.00	189.00	143.70	27.02	13 fő - 34%	25 fő - 66%
13 évesek	120.00	210.00	162.00	23.46	120.00	210.00	152.63	24.73	17 fő - 34%	33 fő - 66%
14 évesek	130.00	240.00	180.58	26.28	109.00	195.00	155.75	22.52	12 fő - 21%	44 fő - 79%
15 évesek	130.00	253.00	183.22	30.86	120.00	190.00	154.20	22.37	15 fő - 36%	27 fő - 64%

Összesen: 0 % 0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	8.50	25.50	14.83	5.44	23.00	33.00	26.60	3.46	7 fő - 64%	4 fő - 36%
12 évesek	7.00	35.00	16.08	7.01	9.00	39.00	24.50	6.23	26 fő - 68%	12 fő - 32%
13 évesek	3.00	25.00	17.30	4.98	10.00	41.00	22.23	6.51	34 fő - 72%	13 fő - 28%
14 évesek	0.00	33.50	16.46	8.74	10.50	42.00	24.06	7.97	35 fő - 64%	20 fő - 36%
15 évesek	0.00	37.50	18.98	8.82	13.00	44.00	28.50	8.94	21 fő - 50%	21 fő - 50%
16 évesek					21.00	21.00	21.00	0.00	1 fő - 100%	

Összesen: 0 % 0 %