

Fokozott fejlesztés szükséges
 Fejlesztés szükséges
 Egészségzóna

Létszám: 243 / 106 fiú, 137 lány
Tanév: 2022/2023

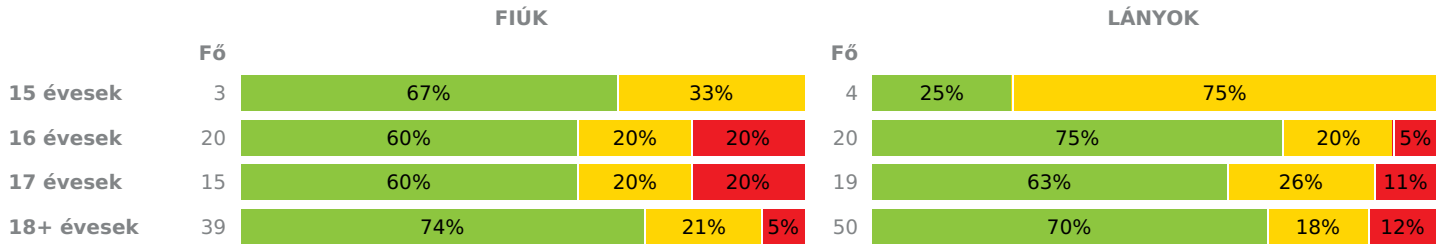


Adatfeltöltöttségi állapot: 74,44 %
Nyomtatás dátuma: 2023.10.27 10:53:08

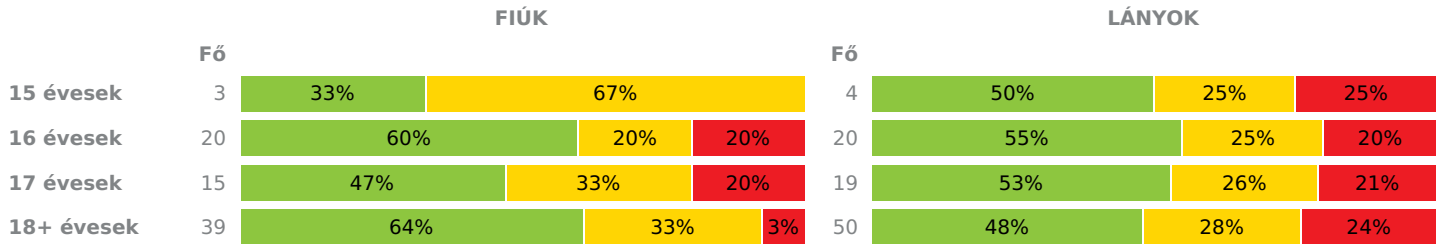
FELADATELLÁTÁSI HELY ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

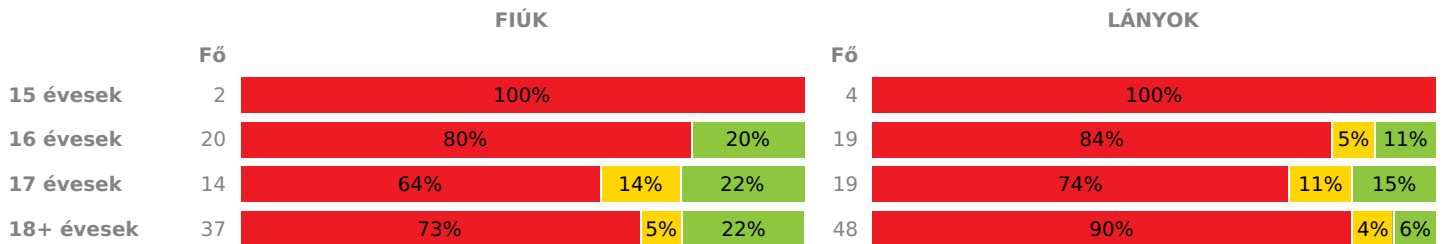


Testzsírszázalék (TZS %)



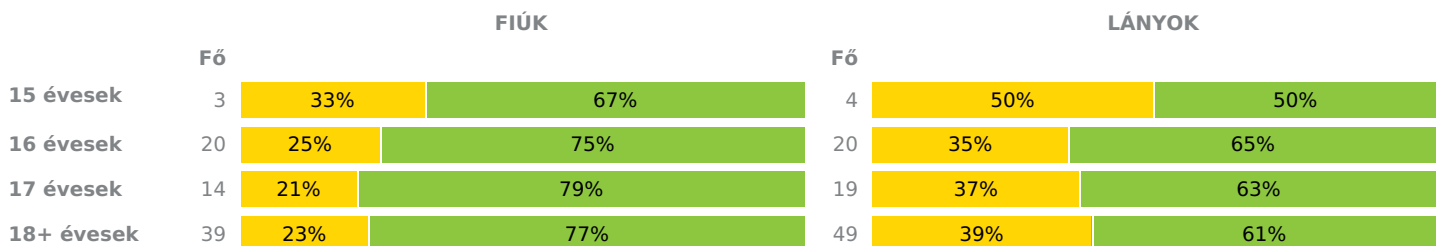
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

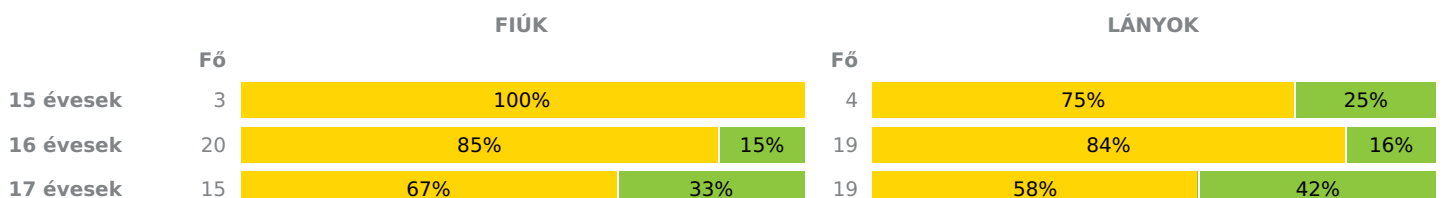


VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)



Törzsemelés teszt (cm)



18+ évesek	39	64%	36%	51	78%	22%
------------	----	-----	-----	----	-----	-----

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	3	67%	33%	4	100%		
16 évesek	20	80%	20%	20	55%	45%	
17 évesek	14	71%	29%	16	56%	44%	
18+ évesek	38	63%	37%	51	76%	24%	

Kézi szorítóerő mérése (kg)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	3	100%		4	25%	75%	
16 évesek	20	10%	25%	65%	25%	20%	55%
17 évesek	15	13%	20%	67%	21%	32%	47%
18+ évesek	39	28%	13%	59%	24%	35%	41%

Helyből távolugrás teszt (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	3	33%	67%	4	50%	50%	
16 évesek	20	55%	45%	19	58%	42%	
17 évesek	14	71%	29%	19	47%	53%	
18+ évesek	39	62%	38%	49	57%	43%	

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	3	67%	33%	4	25%	75%	
16 évesek	20	25%	75%	19	53%	47%	
17 évesek	14	43%	57%	19	74%	26%	
18+ évesek	39	33%	67%	51	53%	47%	

Magyar Diáksport Szövetség - 2023



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Déli ASzC Kocsis Pál Mezőgazdasági és Környezetvédelmi Technikum és Szakképző Iskola

Létszám: 243 / 106 fiú, 137 lány

Tanév: 2022/2023

Adatfeltöltöttségi állapot: 74,44 %

Nyomtatás dátuma: 2023.10.27 10:53:08



FELADATELLÁTÁSI HELY ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek	17	24	21	3.28	22	26	25	1.60		4 fő - 57%	3 fő - 43%
16 évesek	16	39	24	6.89	17	37	22	4.63	5 fő - 12%	8 fő - 20%	27 fő - 68%
17 évesek	16	35	24	5.36	16	38	23	5.74	5 fő - 14%	8 fő - 24%	21 fő - 62%
18+ évesek	16	32	23.00	4.07	16	41	23.00	6.10	8 fő - 9%	17 fő - 19%	64 fő - 72%

Összesen: 11 % 22 % 67 %

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek	16	25	22	4.09	8	40	26	11.53	1 fő - 14%	3 fő - 43%	3 fő - 43%
16 évesek	5	44	21	11.13	15	42	28	8.22	8 fő - 19%	9 fő - 23%	23 fő - 58%
17 évesek	6	46	22	11.38	16	49	31	8.69	7 fő - 21%	10 fő - 29%	17 fő - 50%
18+ évesek	8	38	19.00	7.83	10	50	32.00	10.96	13 fő - 15%	27 fő - 30%	49 fő - 55%

Összesen: 17 % 29 % 54 %

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek	39	39	39	0.28	31	34	32	0.90	6 fő - 100%		
16 évesek	30	60	38	7.45	30	52	34	4.91	32 fő - 82%	1 fő - 3%	6 fő - 15%
17 évesek	30	50	38	6.73	27	44	34	4.32	23 fő - 70%	4 fő - 12%	6 fő - 18%
18+ évesek	26	53	37.00	6.64	24	52	31.00	4.77	70 fő - 82%	4 fő - 5%	11 fő - 13%

Összesen: 80 % 6 % 14 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	14	80	58	31.11	0	38	20	14.04	3 fő - 43%	4 fő - 57%
16 évesek	11	80	51	27.57	0	76	25	18.01	12 fő - 30%	28 fő - 70%
17 évesek	11	80	49	27.39	1	80	31	24.51	10 fő - 30%	23 fő - 70%
18+ évesek	0	80	45.00	25.71	0	80	27.00	22.36	28 fő - 32%	60 fő - 68%

Összesen: 32 % 68 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	11	20	16	3.74	8	23	16	5.40	6 fő - 86%	1 fő - 14%
16 évesek	10	26	18	3.72	8	30	18	6.58	33 fő - 85%	6 fő - 15%
17 évesek	6	27	19	5.82	14	29	22	3.95	21 fő - 62%	13 fő - 38%
18+ évesek	13	30	21.00	4.07	10	30	20.00	4.81	65 fő - 72%	25 fő - 28%

Összesen: 74 % 26 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY	
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ

15 évesek	3	15	11	5.44	0	5	3	2.06	6 fő - 86%	1 fő - 14%
16 évesek	0	40	12	9.16	0	24	8	7.19	27 fő - 68%	13 fő - 33%
17 évesek	0	42	13	13.47	0	35	9	10.32	19 fő - 63%	11 fő - 37%
18+ évesek	0	72	16.00	15.04	0	25	5.00	5.34	63 fő - 71%	26 fő - 29%

Összesen: 69 % 31 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek	38	57	46	7.75	25	29	27	1.78		1 fő - 14%	6 fő - 86%
16 évesek	18	58	42	9.45	14	46	28	7.81	7 fő - 18%	9 fő - 23%	24 fő - 60%
17 évesek	30	60	44	9.19	21	35	28	4.93	6 fő - 18%	9 fő - 26%	19 fő - 56%
18+ évesek	19	90	45.00	14.51	16	41	28.00	4.83	23 fő - 26%	23 fő - 26%	44 fő - 49%

Összesen: 21 % 25 % 54 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	170	250	205	33.42	105	165	134	28.80	3 fő - 43%	4 fő - 57%
16 évesek	80	260	173	41.01	1	165	124	40.25	22 fő - 56%	17 fő - 44%
17 évesek	120	220	174	31.88	68	180	134	30.17	19 fő - 58%	14 fő - 42%
18+ évesek	19	240	187.00	42.51	70	190	134.00	29.30	52 fő - 59%	36 fő - 41%

Összesen: 57 % 43 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	2	29	14	10.90	21	40	32	7.02	3 fő - 43%	4 fő - 57%
16 évesek	9	41	26	8.24	0	42	26	10.33	15 fő - 38%	24 fő - 62%
17 évesek	14	42	23	8.17	13	43	25	8.04	20 fő - 61%	13 fő - 39%
18+ évesek	5	43	25.00	9.72	14	53	29.00	7.03	40 fő - 44%	50 fő - 56%

Összesen: 46 % 54 %