

■ Fokozott fejlesztés szükséges
■ Fejlesztés szükséges
■ Egészségzóna

Létszám: 454 / 243 fiú, 211 lány

Tanév: 2021/2022

Adatfeltöltöttségi állapot: 93,22 %

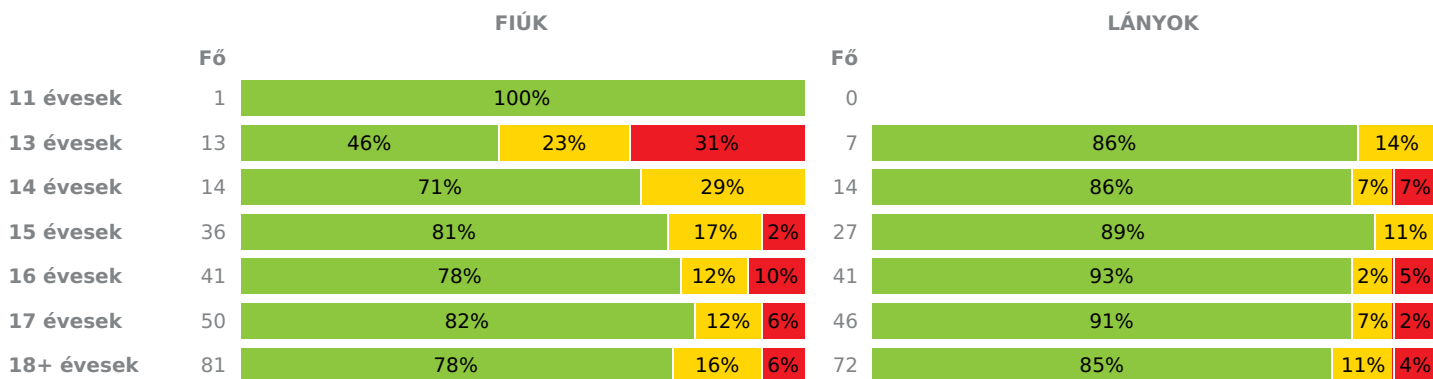
Nyomtatás dátuma: 2023.03.02 13:38:59



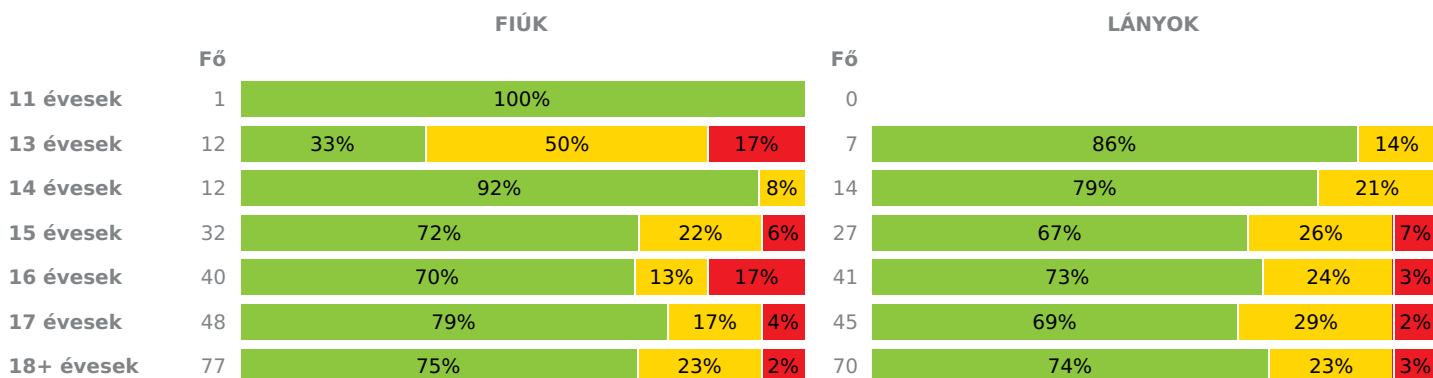
FELADATELLÁTÁSI HELY ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

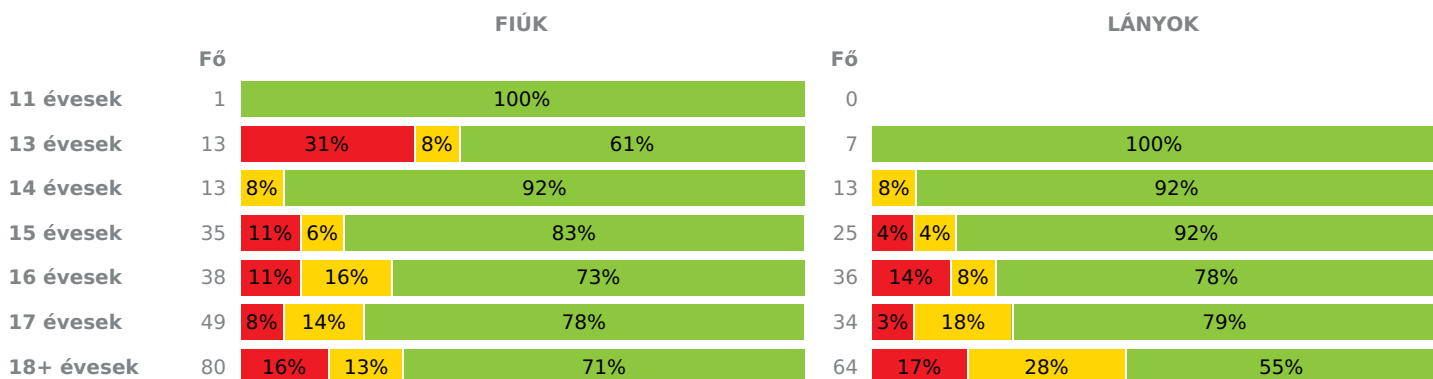


Testzsírszázalék (TZS %)



AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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



VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)



13 évesek	13	100%	7	100%
14 évesek	13	100%	13	100%
15 évesek	36	100%	27	100%
16 évesek	40	100%	41	100%
17 évesek	51	100%	45	100%
18+ évesek	80	1% 99%	70	1% 99%

Törzsemelés teszt (cm)

		FIÚK		LÁNYOK	
	Fő			Fő	
11 évesek	1	100%		0	
13 évesek	13	54% 46%		7	14% 86%
14 évesek	13	54% 46%		14	14% 86%
15 évesek	36	36% 64%		27	30% 70%
16 évesek	41	37% 63%		40	33% 67%
17 évesek	51	12% 88%		44	11% 89%
18+ évesek	81	26% 74%		71	18% 82%

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

		FIÚK		LÁNYOK	
	Fő			Fő	
11 évesek	1	100%		0	
13 évesek	13	31% 69%		7	14% 86%
14 évesek	13	23% 77%		14	7% 93%
15 évesek	36	17% 83%		26	100%
16 évesek	41	20% 80%		41	5% 95%
17 évesek	51	24% 76%		45	7% 93%
18+ évesek	79	24% 76%		70	10% 90%

Kézi szorítóerő mérése (kg)

		FIÚK			LÁNYOK		
	Fő				Fő		
11 évesek	1	100%			0		
13 évesek	13	23% 46% 31%			7	29% 43% 28%	
14 évesek	14	14% 43% 43%			14	29% 43% 28%	
15 évesek	36	17% 22% 61%			27	7% 33% 60%	
16 évesek	41	10% 34% 56%			41	24% 32% 44%	
17 évesek	51	12% 24% 64%			46	11% 30% 59%	
18+ évesek	81	7% 20% 73%			71	13% 42% 45%	

Helyből távolugrás teszt (cm)

		FIÚK		LÁNYOK	
	Fő			Fő	
11 évesek	1	100%		0	
13 évesek	13	77% 23%		7	14% 86%
14 évesek	13	46% 54%		14	64% 36%
15 évesek	36	19% 81%		27	11% 89%
16 évesek	38	29% 71%		41	15% 85%
17 évesek	50	28% 72%		41	12% 88%
18+ évesek	80	26% 74%		69	16% 84%

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK		LÁNYOK	
	Fő		Fő	
11 évesek	1	100%	0	
13 évesek	13	31% / 69%	7	100%
14 évesek	13	46% / 54%	14	14% / 86%
15 évesek	36	11% / 89%	27	15% / 85%
16 évesek	41	22% / 78%	41	24% / 76%
17 évesek	51	12% / 88%	45	18% / 82%
18+ évesek	81	19% / 81%	70	29% / 71%

Magyar Diáksport Szövetség - 2022



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

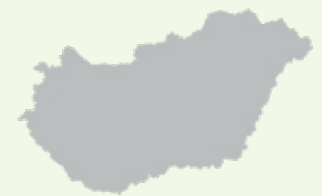
Dugonics András Piarista Gimnázium, Alapfokú Művészeti Iskola és Kollégium

Létszám: 454 / 243 fiú, 211 lány

Tanév: 2021/2022

Adatfeltöltöttségi állapot: 93,22 %

Nyomtatás dátuma: 2023.03.02 13:38:59



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
11 évesek	19	19	19	0.00							1 fő - 100%
13 évesek	14	31	23	5.13	16	25	20	3.06	4 fő - 20%	4 fő - 20%	12 fő - 60%
14 évesek	16	25	19	2.99	17	29	20	3.27	1 fő - 3%	5 fő - 18%	22 fő - 79%
15 évesek	15	32	21	3.32	15	28	20	3.13	1 fő - 2%	9 fő - 14%	53 fő - 84%
16 évesek	16	31	21	4.27	16	39	21	4.03	6 fő - 8%	6 fő - 7%	70 fő - 85%
17 évesek	17	39	22	4.34	16	36	21	3.41	4 fő - 5%	9 fő - 9%	83 fő - 86%
18+ évesek	16	34	23.00	3.59	16	35	22.00	3.62	8 fő - 5%	21 fő - 14%	124 fő - 81%
Összesen:									5 %	12 %	83 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	13	13	13	0.00							1 fő - 100%
13 évesek	6	38	25	9.73	14	29	22	4.66	2 fő - 10%	7 fő - 37%	10 fő - 53%
14 évesek	5	34	14	7.70	11	33	23	6.62		4 fő - 15%	22 fő - 85%
15 évesek	5	40	16	8.66	10	38	25	8.31	4 fő - 7%	14 fő - 24%	41 fő - 69%
16 évesek	5	44	17	11.02	17	43	26	6.22	8 fő - 9%	15 fő - 19%	58 fő - 72%
17 évesek	5	35	15	7.29	6	43	25	7.57	3 fő - 3%	21 fő - 23%	69 fő - 74%
18+ évesek	6	35	17.00	6.64	5	43	28.00	6.31	3 fő - 2%	34 fő - 23%	110 fő - 75%
Összesen:									5 %	22 %	73 %

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
11 évesek	53	53	53	0.00							1 fő - 100%
13 évesek	34	57	44	6.44	40	49	46	2.65	4 fő - 20%	1 fő - 5%	15 fő - 75%
14 évesek	40	58	49	4.98	39	51	44	3.69		2 fő - 8%	24 fő - 92%
15 évesek	36	70	52	8.06	36	61	44	5.68	5 fő - 8%	3 fő - 5%	52 fő - 87%
16 évesek	34	70	51	8.73	35	55	43	5.11	9 fő - 12%	9 fő - 12%	56 fő - 76%
17 évesek	32	69	50	7.49	32	56	44	5.24	5 fő - 6%	13 fő - 16%	65 fő - 78%
18+ évesek	30	71	50.00	8.86	28	52	40.00	5.26	24 fő - 17%	28 fő - 19%	92 fő - 64%
Összesen:									12 %	14 %	74 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	80	80	80	0.00						1 fő - 100%
13 évesek	36	80	70	16.88	52	80	76	9.80		20 fő - 100%
14 évesek	48	80	75	10.85	40	80	74	12.51		26 fő - 100%
15 évesek	44	80	75	10.84	40	80	77	10.12		63 fő - 100%
16 évesek	27	80	77	12.01	40	80	76	10.78		81 fő - 100%
17 évesek	78	80	80	0.28	40	80	78	8.19		96 fő - 100%
18+ évesek	20	80	77.00	10.01	13	80	74.00	14.94	2 fő - 1%	148 fő - 100%
Összesen:									0 %	100 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	23	23	23	0.00						1 fő - 100%
13 évesek	13	30	22	4.41	20	30	27	3.49	8 fő - 40%	12 fő - 60%
14 évesek	9	30	22	5.73	19	30	26	3.52	9 fő - 33%	18 fő - 67%
15 évesek	11	30	25	5.58	9	30	25	5.24	21 fő - 33%	42 fő - 67%
16 évesek	12	30	24	4.94	10	30	26	5.46	28 fő - 35%	53 fő - 65%
17 évesek	11	30	27	3.82	18	30	28	3.49	11 fő - 12%	84 fő - 88%
18+ évesek	12	30	26.00	4.67	12	30	27.00	3.92	34 fő - 22%	118 fő - 78%
Összesen:									25 %	75 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	17	17	17	0.00						1 fő - 100%
13 évesek	7	40	16	9.58	4	29	19	8.31	5 fő - 25%	15 fő - 75%
14 évesek	10	29	19	6.14	5	28	16	5.86	4 fő - 15%	23 fő - 85%
15 évesek	7	69	25	11.90	7	36	19	6.66	6 fő - 10%	56 fő - 90%
16 évesek	2	46	23	9.08	2	80	21	12.80	10 fő - 12%	72 fő - 88%
17 évesek	3	45	23	7.94	4	50	17	7.82	15 fő - 16%	81 fő - 84%
18+ évesek	10	50	24.00	8.59	2	25	14.00	5.80	26 fő - 17%	123 fő - 83%
Összesen:									15 %	85 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

FIÚK	LÁNYOK	FELADATELLÁTÁSI HELY
------	--------	----------------------

	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	20	20	20	0.00							1 fő - 100%
13 évesek	15	39	26	6.79	18	29	23	3.40	5 fő - 25%	9 fő - 45%	6 fő - 30%
14 évesek	21	40	30	4.92	12	39	24	5.68	6 fő - 21%	12 fő - 43%	10 fő - 36%
15 évesek	16	57	36	8.42	20	34	27	3.46	8 fő - 13%	17 fő - 27%	38 fő - 60%
16 évesek	25	58	40	8.05	18	42	28	6.16	14 fő - 17%	27 fő - 33%	41 fő - 50%
17 évesek	22	64	43	7.96	15	38	29	4.85	11 fő - 11%	26 fő - 27%	60 fő - 62%
18+ évesek	28	68	48.00	8.63	18	45	29.00	5.59	15 fő - 10%	46 fő - 30%	91 fő - 60%

Összesen: 13 % 31 % 56 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	155	155	155	0.00						1 fő - 100%
13 évesek	111	188	147	21.35	115	185	155	22.05	11 fő - 55%	9 fő - 45%
14 évesek	121	205	171	24.33	110	171	134	18.79	15 fő - 56%	12 fő - 44%
15 évesek	120	260	198	31.09	121	215	170	23.77	10 fő - 16%	53 fő - 84%
16 évesek	120	260	198	30.45	118	210	168	23.67	17 fő - 22%	62 fő - 78%
17 évesek	120	270	204	30.38	120	220	171	25.33	19 fő - 21%	72 fő - 79%
18+ évesek	140	280	212.00	28.45	110	195	164.00	20.20	32 fő - 21%	117 fő - 79%

Összesen: 24 % 76 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	28	28	28	0.00						1 fő - 100%
13 évesek	13	33	24	6.46	29	37	34	2.99	4 fő - 20%	16 fő - 80%
14 évesek	12	42	24	8.54	10	45	31	8.21	8 fő - 30%	19 fő - 70%
15 évesek	14	48	28	7.16	16	50	36	6.75	8 fő - 13%	55 fő - 87%
16 évesek	8	46	29	8.42	21	50	35	7.45	19 fő - 23%	63 fő - 77%
17 évesek	7	50	29	9.14	17	50	36	6.85	14 fő - 15%	82 fő - 85%
18+ évesek	3	50	29.00	9.26	15	50	35.00	7.72	35 fő - 23%	116 fő - 77%

Összesen: 20 % 80 %