netfit

Fokozott fejlesztés szükséges
Fejlesztés szükséges
Egészségzóna

Paksi Bezerédj Általános Iskola

Létszám: **204 / 117 fiú, 87 lány**
Tanév: **2017/2018**

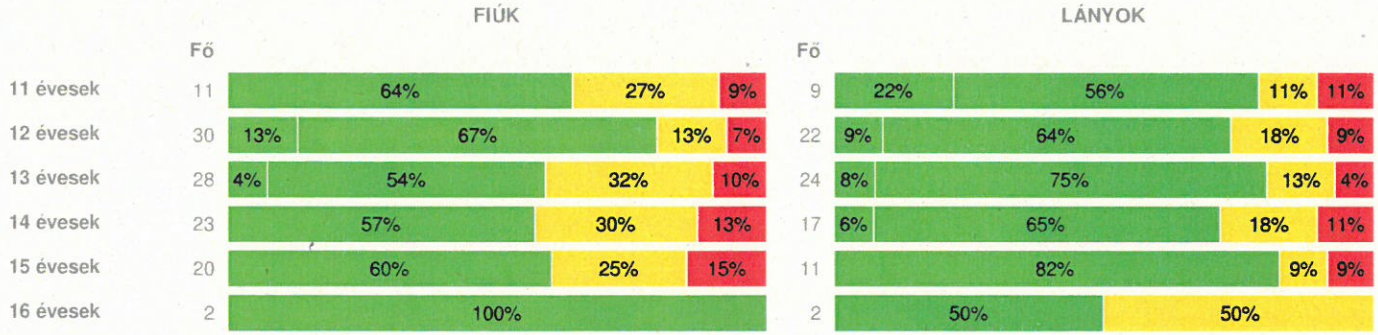


Adatfeltöltöttségi állapot: 99,84 %
Nyomtatás dátuma: 2019.06.24 07:58:50

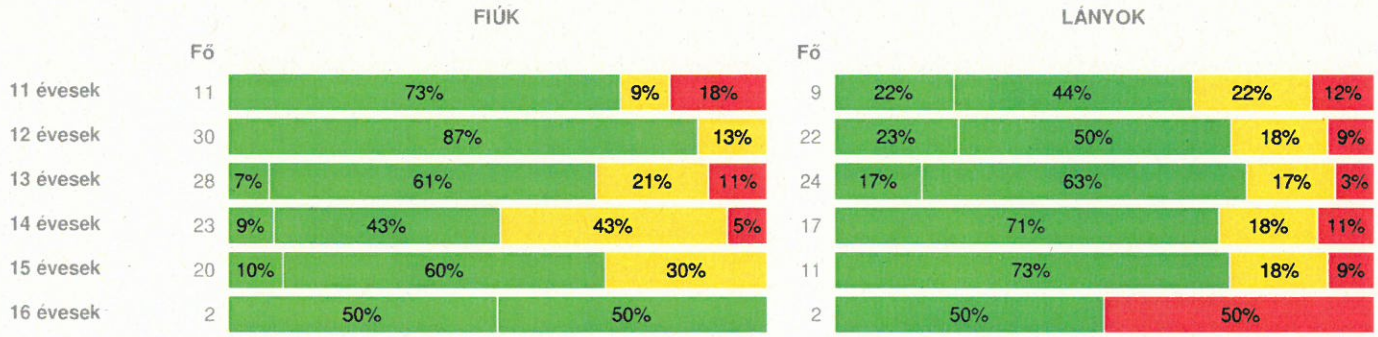
INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m^2)



Testzsír százalék (TZS %)



AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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



VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)



14 évesek	22	5%	95%	17	100%
15 évesek	20	5%	95%	11	9% 91%
16 évesek	2		100%	2	100%

Törzsemelés (cm)

	FIÚK Fő			LÁNYOK Fő		
11 évesek	11	91%	9%	9	89%	11%
12 évesek	31	100%		21	62%	38%
13 évesek	28	71%	29%	25	68%	32%
14 évesek	23	87%	13%	16	50%	50%
15 évesek	20	45%	55%	11	73%	27%
16 évesek	2	100%		2	50%	50%

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK Fő			LÁNYOK Fő		
11 évesek	9	100%		9	100%	
12 évesek	29	14%	86%	22	9%	91%
13 évesek	27	19%	81%	25	4%	96%
14 évesek	23	48%	52%	17	41%	59%
15 évesek	19	37%	63%	11	18%	82%
16 évesek	2	100%		2	100%	

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK Fő			LÁNYOK Fő		
11 évesek	11	36%	64%	9	11%	89%
12 évesek	31	42%	58%	21	14%	86%
13 évesek	28	7%	93%	24	8%	92%
14 évesek	22	5%	95%	17	100%	
15 évesek	20	5%	95%	11	100%	
16 évesek	2	100%		2	100%	

Helyből távolugrás (cm)

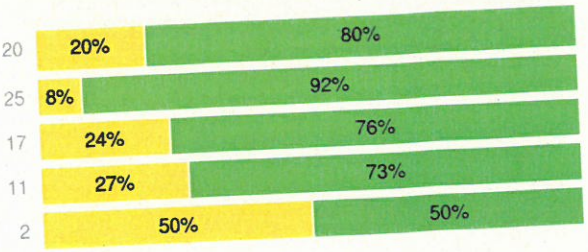
	FIÚK Fő			LÁNYOK Fő		
11 évesek	11	18%	82%	9	11%	89%
12 évesek	30	23%	77%	22	9%	91%
13 évesek	28	25%	75%	25	20%	80%
14 évesek	23	30%	70%	17	35%	65%
15 évesek	20	15%	85%	11	27%	73%
16 évesek	2	100%		2	50%	50%

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)

	FIÚK Fő			LÁNYOK Fő		
11 évesek	12	25%	75%	9	11%	89%





SZÉCHENYI TERV

Magyar Diáksport Szövetség - 2018

netfit

Fokozott fejlesztés szükséges
Fejlesztés szükséges
Egészségzóna

Paksi Bezerédj Általános Iskola

Létszám: **204 / 117 fiú, 87 lány**
Tanév: **2017/2018**



Adatfeltöltöttségi állapot: 99,84 %
Nyomtatás dátuma: 2019.06.24 07:58:50

INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	15.24	33.17	19.85	5.26	14.55	27.27	18.74	3.85	2 fő - 10%	4 fő - 20%	14 fő - 70%
12 évesek	14.58	27.03	18.53	3.31	13.71	31.52	19.57	4.51	4 fő - 8%	8 fő - 15%	40 fő - 77%
13 évesek	15.27	33.02	21.33	4.41	14.06	28.92	19.72	3.39	4 fő - 8%	12 fő - 23%	36 fő - 69%
14 évesek	16.93	38.73	23.14	5.14	15.95	34.15	21.41	4.68	5 fő - 12%	10 fő - 25%	25 fő - 63%
15 évesek	16.77	31.02	22.74	4.18	17.92	31.02	21.22	3.70	4 fő - 13%	6 fő - 19%	21 fő - 68%
16 évesek	17.99	19.37	18.68	0.69	16.79	28.12	22.46	5.67		1 fő - 25%	3 fő - 75%
									Összesen:	10 %	21 %	69 %

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	10.50	40.00	20.89	9.49	7.90	39.70	18.81	10.10	3 fő - 15%	3 fő - 15%	14 fő - 70%
12 évesek	9.00	33.70	17.02	5.79	6.60	40.20	19.07	9.01	2 fő - 4%	8 fő - 15%	42 fő - 81%
13 évesek	7.30	40.40	19.80	9.37	7.90	36.60	20.93	7.45	4 fő - 8%	10 fő - 19%	38 fő - 73%
14 évesek	5.00	35.50	19.66	8.38	14.70	42.30	24.60	8.25	3 fő - 7%	13 fő - 33%	24 fő - 60%
15 évesek	5.00	33.10	16.52	8.53	15.60	44.40	26.81	7.73	1 fő - 3%	8 fő - 26%	22 fő - 71%
16 évesek	5.00	9.60	7.30	2.30	18.40	37.70	28.05	9.65	1 fő - 25%		3 fő - 75%
									Összesen:	7 %	21 %	72 %

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	33.66	52.63	43.19	5.19	38.17	45.47	41.58	2.30	2 fő - 10%	4 fő - 19%	15 fő - 71%
12 évesek	36.07	54.11	43.73	5.53	36.23	49.29	41.85	3.84	7 fő - 13%	9 fő - 17%	37 fő - 70%
13 évesek	33.28	57.13	44.29	7.21	34.24	53.86	42.06	5.78	10 fő - 20%	10 fő - 20%	30 fő - 60%
14 évesek	31.63	57.49	43.57	8.25	33.03	47.94	37.61	3.39	16 fő - 40%	9 fő - 23%	15 fő - 38%

15 évesek	32.61	56.49	41.30	7.48	32.37	45.55	36.20	3.37	15 fő - 50%	9 fő - 30%	6 fő - 20%
16 évesek	31.95	51.49	41.72	9.77	33.48	34.54	34.01	0.53	3 fő - 75%		1 fő - 25%
								Összesen:	27 %	21 %	52 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	13.00	80.00	61.27	21.18	32.00	80.00	52.00	20.40	1 fő - 7%	13 fő - 93%
12 évesek	20.00	80.00	60.93	21.97	20.00	80.00	58.42	23.67		49 fő - 100%
13 évesek	6.00	80.00	67.35	22.96	18.00	80.00	62.00	21.96	2 fő - 4%	47 fő - 96%
14 évesek	20.00	80.00	66.91	18.91	24.00	80.00	49.71	21.41	1 fő - 3%	38 fő - 97%
15 évesek	13.00	80.00	69.85	16.61	8.00	80.00	45.27	23.65	2 fő - 6%	29 fő - 94%
16 évesek	80.00	80.00	80.00	0.00	30.00	39.00	34.50	4.50		4 fő - 100%
							Összesen:		3 %	97 %

Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	12.60	27.70	18.10	4.33	15.40	24.00	19.77	2.24	18 fő - 90%	2 fő - 10%
12 évesek	8.50	22.50	16.65	4.23	11.70	30.00	20.56	4.95	44 fő - 85%	8 fő - 15%
13 évesek	9.00	26.30	19.43	4.56	12.00	28.00	20.21	4.39	37 fő - 70%	16 fő - 30%
14 évesek	7.90	30.00	18.82	5.46	13.80	30.00	23.76	6.06	28 fő - 72%	11 fő - 28%
15 évesek	12.60	30.00	23.12	5.87	14.90	30.00	21.50	4.89	17 fő - 55%	14 fő - 45%
16 évesek	26.00	30.00	28.00	2.00	22.00	24.00	23.00	1.00	1 fő - 25%	3 fő - 75%
							Összesen:		73 %	27 %

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	10.00	30.00	18.56	6.24	8.00	35.00	19.56	8.17		18 fő - 100%
12 évesek	5.00	37.00	19.00	8.42	5.00	36.00	17.32	8.50	6 fő - 12%	45 fő - 88%
13 évesek	0.00	41.00	17.81	9.96	5.00	37.00	16.92	7.88	6 fő - 12%	46 fő - 88%
14 évesek	0.00	23.00	12.52	4.91	1.00	15.00	8.12	4.51	18 fő - 45%	22 fő - 55%
15 évesek	2.00	20.00	13.95	4.97	5.00	20.00	10.55	3.77	9 fő - 30%	21 fő - 70%
16 évesek	20.00	27.00	23.50	3.50	8.00	11.00	9.50	1.50		4 fő - 100%
							Összesen:		20 %	80 %

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	14.95	31.75	21.17	4.89	14.05	24.65	18.71	3.47	5 fő - 25%	15 fő - 75%
12 évesek	11.80	38.60	20.55	5.39	8.65	28.20	20.60	5.10	16 fő - 31%	36 fő - 69%
13 évesek	17.70	40.25	27.61	6.24	14.25	33.55	24.44	5.21	4 fő - 8%	48 fő - 92%
14 évesek	18.90	62.25	32.05	10.84	16.75	32.60	24.34	4.64	1 fő - 3%	38 fő - 97%
15 évesek	22.75	51.55	37.48	7.56	18.70	27.85	23.53	3.04	1 fő - 3%	30 fő - 97%
16 évesek	41.05	42.40	41.73	0.68	22.70	35.75	29.23	6.53		4 fő - 100%
							Összesen:		14 %	86 %

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	111.00	182.00	150.18	18.07	120.00	173.00	143.00	13.74	3 fő - 15%	17 fő - 85%
12 évesek	117.00	210.00	160.40	22.46	110.00	190.00	150.91	16.43	9 fő - 17%	43 fő - 83%
13 évesek	102.00	250.00	174.71	34.91	96.00	190.00	154.36	22.25	12 fő - 23%	41 fő - 77%
14 évesek	100.00	230.00	171.70	26.56	103.00	181.00	144.88	21.16	13 fő - 33%	27 fő - 68%
15 évesek	130.00	230.00	195.00	25.21	120.00	180.00	152.36	19.48	6 fő - 19%	25 fő - 81%
16 évesek	240.00	241.00	240.50	0.50	130.00	142.00	136.00	6.00	1 fő - 25%	3 fő - 75%
								Összesen:	22 %	78 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	14.00	31.50	24.38	5.45	22.50	37.25	31.37	4.79	4 fő - 19%	17 fő - 81%
12 évesek	10.00	32.00	20.90	5.95	21.00	48.50	32.78	6.96	14 fő - 30%	33 fő - 70%
13 évesek	11.50	29.50	21.38	4.77	13.00	45.50	31.51	6.54	13 fő - 25%	40 fő - 75%
14 évesek	9.00	33.50	22.40	5.98	15.00	43.75	29.04	8.33	11 fő - 28%	29 fő - 73%
15 évesek	8.00	39.50	27.38	8.61	24.25	37.00	29.91	4.34	8 fő - 26%	23 fő - 74%
16 évesek	21.50	28.00	24.75	3.25	29.50	34.25	31.88	2.38	1 fő - 25%	3 fő - 75%
								Összesen:	26 %	74 %