

Intézményi zónaösszesítő - Szőnyi Benjám Református Általános Iskola

2025/2026 tanév

Adatfeltöltöttségi állapot: 99,41 %

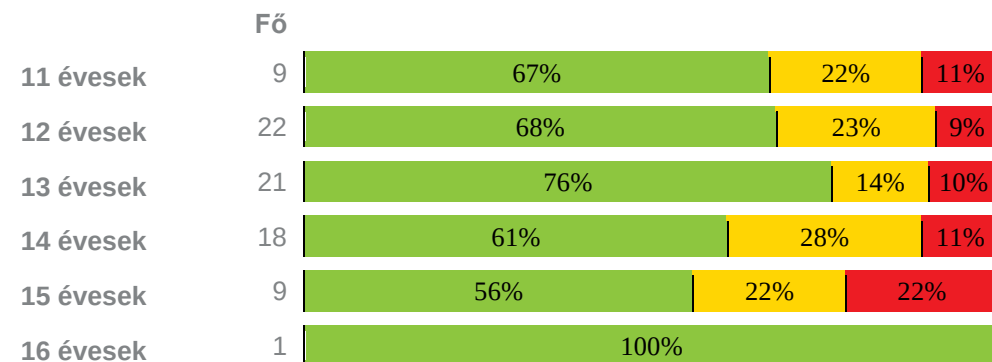
Létszám: 169 fő (fiú: 86, lány: 83)

Átlagéletkor: 13

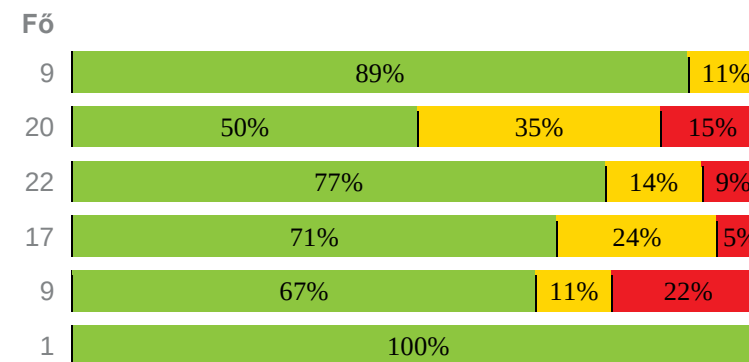
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

FIÚK



LÁNYOK



FIÚK

Min.	Max.	Átlag	Szórás
------	------	-------	--------

LÁNYOK

Min.	Max.	Átlag	Szórás
------	------	-------	--------

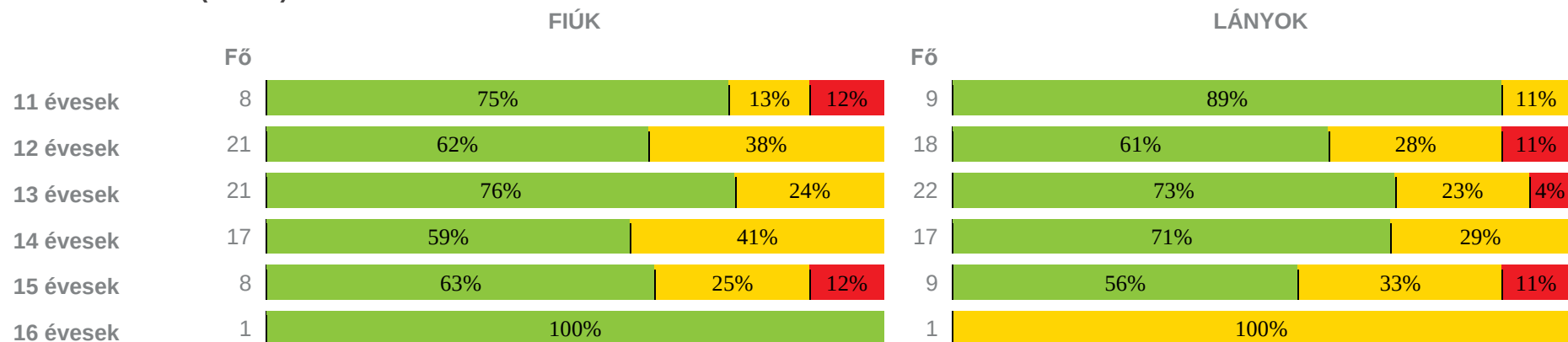
INTÉZMÉNY



11 évesek	16.77	28.52	20.16	3.59	14.17	23.45	18.68	2.46	1 fő - 5%	3 fő - 17%	14 fő - 78%
12 évesek	14.76	27.99	19.18	3.67	15.42	34.95	21.75	5.22	5 fő - 11%	12 fő - 29%	25 fő - 60%
13 évesek	14.03	31.02	20.05	3.95	14.46	31.21	21.14	4.09	4 fő - 9%	6 fő - 14%	33 fő - 77%
14 évesek	15.87	32.36	22.10	4.54	9.79	33.00	20.22	5.02	3 fő - 8%	9 fő - 26%	23 fő - 66%
15 évesek	17.86	31.78	23.02	5.29	17.51	33.83	24.13	5.06	4 fő - 22%	3 fő - 17%	11 fő - 61%
16 évesek	21.75	21.75	21.75	0.00	23.61	23.61	23.61	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	13.00	38.70	21.90	7.37	7.90	30.90	18.76	6.93	1 fő - 6%	2 fő - 12%	14 fő - 82%
12 évesek	8.00	29.00	18.73	6.98	7.10	40.00	23.18	10.35	2 fő - 5%	13 fő - 33%	24 fő - 62%
13 évesek	5.00	32.00	16.85	7.87	5.30	39.90	23.35	7.51	1 fő - 3%	10 fő - 23%	32 fő - 74%
14 évesek	5.20	33.00	17.79	10.39	14.00	35.20	22.97	6.57		12 fő - 35%	22 fő - 65%

15 évesek	5.70	34.50	17.95	8.98	19.60	42.20	28.59	6.69	2 fő - 12%	5 fő - 29%	10 fő - 59%
16 évesek	6.60	6.60	6.60	0.00	36.90	36.90	36.90	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

	Fő	
11 évesek	10	10% 10% 80%
12 évesek	24	17% 13% 70%
13 évesek	21	14% 5% 81%
14 évesek	19	11% 11% 78%
15 évesek	9	33% 22% 45%
16 évesek	1	100%

LÁNYOK

	Fő	
	9	22% 78%
21	21	14% 24% 62%
23	23	22% 43% 35%
17	17	12% 29% 59%
10	10	30% 20% 50%
1	1	100%

FIÚK

	Min.	Max.	Átlag	Szórás
11 évesek	36.32	50.76	43.07	4.12
12 évesek	36.42	57.35	45.11	6.53
13 évesek	33.99	63.04	46.50	6.93
14 évesek	34.97	55.17	46.61	5.31
15 évesek	35.34	56.49	43.52	6.83
16 évesek	49.62	49.62	49.62	0.00

LÁNYOK

	Min.	Max.	Átlag	Szórás
	38.76	51.13	44.39	4.01
21	35.30	50.48	42.60	4.59
23	34.05	46.19	39.30	3.26
17	34.18	52.62	39.94	4.02
10	34.37	55.14	41.98	7.13
1	35.20	35.20	35.20	0.00

INTÉZMÉNY

	FFSZ	FSZ	EZ
	1 fő - 5%	3 fő - 16%	15 fő - 79%
7 fő - 16%		8 fő - 18%	30 fő - 67%
8 fő - 18%		11 fő - 25%	25 fő - 57%
4 fő - 11%		7 fő - 19%	25 fő - 69%
6 fő - 32%		4 fő - 21%	9 fő - 47%
1 fő - 50%			1 fő - 50%

Összesen: 0 % 0 % 0 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

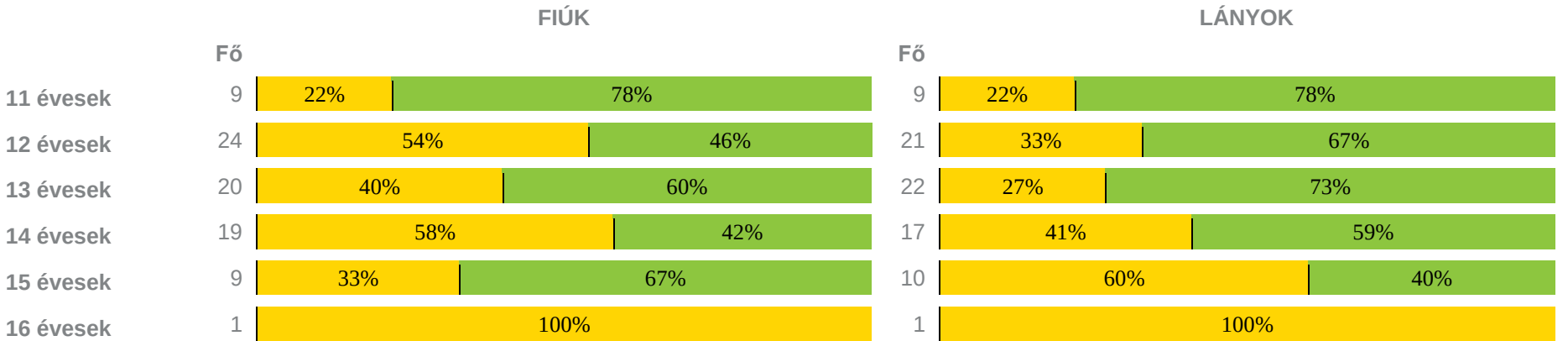
Ütemezett hasizom teszt (db)

	FIÚK		LÁNYOK	
	Fő		Fő	
11 évesek	10	10% 90%	9	100%
12 évesek	24	13% 87%	21	10% 90%
13 évesek	18	100%	22	100%
14 évesek	19	21% 79%	17	18% 82%
15 évesek	9	11% 89%	10	20% 80%
16 évesek	1	100%	1	100%

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	2.00	80.00	35.60	24.40	26.00	80.00	52.78	21.82	1 fő - 5%	18 fő - 95%
12 évesek	6.00	80.00	54.46	26.82	12.00	80.00	50.00	23.74	5 fő - 11%	40 fő - 89%
13 évesek	23.00	80.00	54.44	21.72	20.00	80.00	53.50	22.65		40 fő - 100%
14 évesek	13.00	80.00	48.89	24.37	7.00	80.00	50.71	25.29	7 fő - 19%	29 fő - 81%
15 évesek	5.00	80.00	55.89	27.38	10.00	80.00	47.70	28.77	3 fő - 16%	16 fő - 84%
16 évesek	50.00	50.00	50.00	0.00	10.00	10.00	10.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%

Összesen: 0 % 0 %

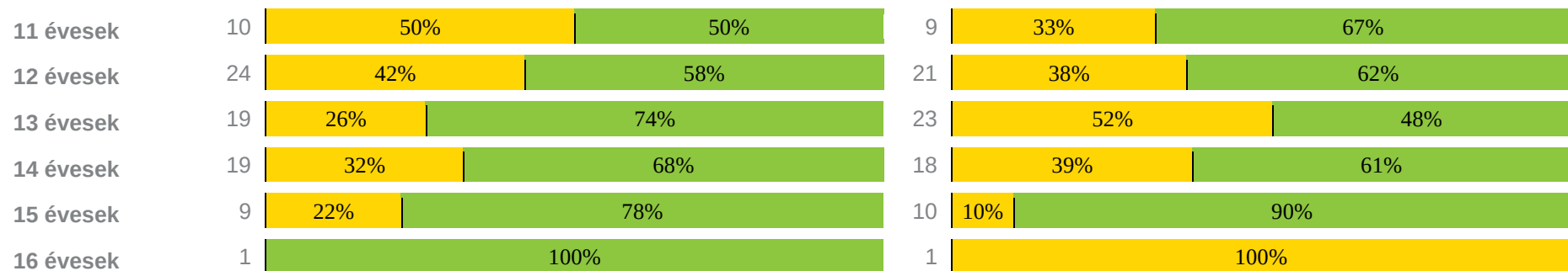
Törzsemelés teszt (cm)



	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	20.10	29.00	24.70	2.62	20.10	30.00	26.20	3.78	4 fő - 22%	14 fő - 78%
12 évesek	14.30	28.00	21.79	3.96	15.30	30.00	25.00	4.08	20 fő - 44%	25 fő - 56%
13 évesek	14.00	30.00	23.07	4.92	19.20	30.00	25.40	3.46	14 fő - 33%	28 fő - 67%
14 évesek	13.70	30.00	21.13	4.15	15.00	30.00	24.68	5.39	18 fő - 50%	18 fő - 50%
15 évesek	12.40	28.00	22.57	5.21	19.00	30.00	23.57	4.33	9 fő - 47%	10 fő - 53%
16 évesek	16.40	16.40	16.40	0.00	20.00	20.00	20.00	0.00	2 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %

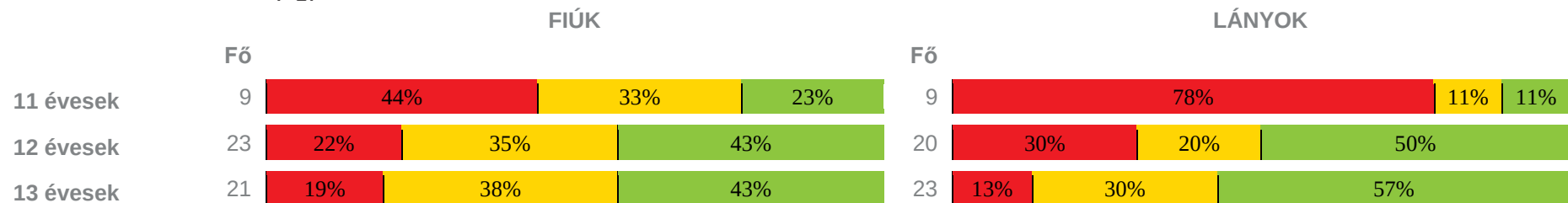
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

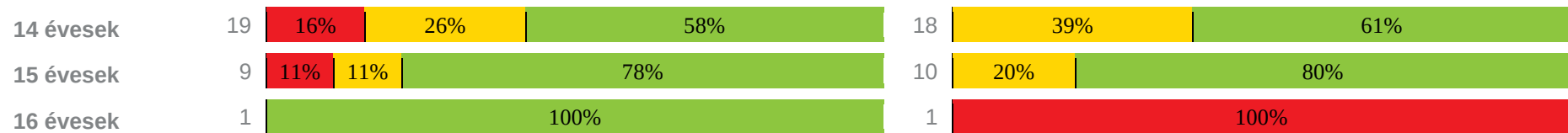




	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	1.00	26.00	9.60	7.70	2.00	21.00	9.89	5.88	8 fő - 42%	11 fő - 58%
12 évesek	2.00	40.00	13.75	10.08	1.00	28.00	11.14	7.27	18 fő - 40%	27 fő - 60%
13 évesek	3.00	21.00	14.63	6.48	1.00	22.00	7.57	5.55	17 fő - 40%	25 fő - 60%
14 évesek	3.00	32.00	16.84	8.13	0.00	16.00	8.33	4.93	13 fő - 35%	24 fő - 65%
15 évesek	12.00	30.00	20.22	5.41	3.00	22.00	12.30	5.59	3 fő - 16%	16 fő - 84%
16 évesek	29.00	29.00	29.00	0.00	2.00	2.00	2.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %

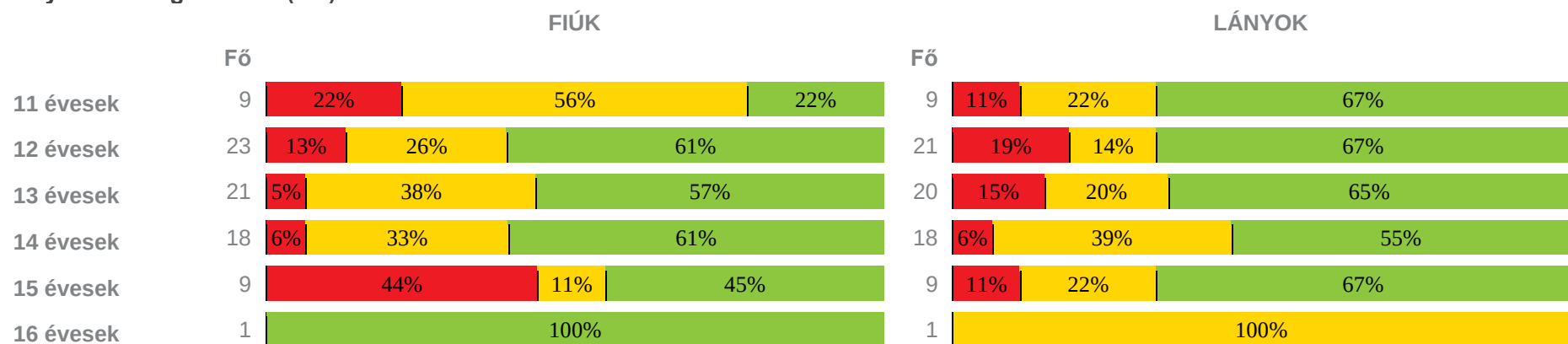
Kézi szorítóerő mérése (kg)





	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FFSZ	 FSZ	 EZ
11 évesek	8.40	25.30	16.62	5.43	8.20	23.80	14.73	3.93	11 fő - 61%	4 fő - 22%	3 fő - 17%
12 évesek	12.70	34.60	20.77	5.55	8.40	32.70	20.61	6.17	11 fő - 26%	12 fő - 28%	20 fő - 47%
13 évesek	15.00	42.00	25.91	6.73	18.00	35.70	23.68	3.78	7 fő - 16%	15 fő - 34%	22 fő - 50%
14 évesek	18.90	54.80	34.39	10.22	20.60	33.10	25.50	3.55	3 fő - 8%	12 fő - 32%	22 fő - 59%
15 évesek	24.80	58.20	42.11	9.10	22.40	39.50	31.10	4.94	1 fő - 5%	3 fő - 16%	15 fő - 79%
16 évesek	49.10	49.10	49.10	0.00	21.60	21.60	21.60	0.00	1 fő - 50%		1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)



	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FFSZ	 FSZ	 EZ
11 évesek	69.00	156.00	125.33	24.05	95.00	165.00	136.11	21.15	3 fő - 17%	7 fő - 39%	8 fő - 44%
12 évesek	106.00	206.00	145.17	25.99	86.00	178.00	131.90	21.59	7 fő - 16%	9 fő - 20%	28 fő - 64%
13 évesek	110.00	224.00	163.86	26.80	75.00	173.00	138.25	22.95	4 fő - 10%	12 fő - 29%	25 fő - 61%
14 évesek	123.00	224.00	177.83	30.04	111.00	196.00	147.72	22.24	2 fő - 6%	13 fő - 36%	21 fő - 58%
15 évesek	145.00	215.00	173.78	28.14	120.00	197.00	153.44	21.67	5 fő - 28%	3 fő - 17%	10 fő - 56%
16 évesek	218.00	218.00	218.00	0.00	130.00	130.00	130.00	0.00		1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

		FIÚK				LÁNYOK	
	Fő				Fő		
11 évesek	10	50%	50%		9	33%	67%
12 évesek	24	50%	50%		21	29%	71%
13 évesek	20	55%	45%		23	30%	70%
14 évesek	19	53%	47%		18	28%	72%
15 évesek	9	44%	56%		10	70%	30%
16 évesek	1	100%			1	100%	

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	6.50	25.50	17.90	6.04	22.50	38.00	29.61	5.40	8 fő - 42%	11 fő - 58%
12 évesek	4.50	31.00	19.69	6.27	12.50	42.00	27.86	6.89	18 fő - 40%	27 fő - 60%
13 évesek	1.00	29.00	19.05	7.20	15.00	41.00	28.54	7.01	18 fő - 42%	25 fő - 58%
14 évesek	6.00	37.00	19.89	8.53	21.00	42.00	29.83	6.28	15 fő - 41%	22 fő - 59%
15 évesek	3.50	34.00	20.67	9.59	13.50	37.00	23.60	8.32	11 fő - 58%	8 fő - 42%
16 évesek	27.00	27.00	27.00	0.00	30.50	30.50	30.50	0.00		2 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %

Egészségzónák magyarázata

Fokozott fejlesztés szükséges

Fejlesztés szükséges

Egészségzóna