Fokozott fejlesztés szükséges
Fejlesztés szükséges
Egészségzóna

Bajai III. Béla Gimnázium

Létszám: **596 / 266 fiú, 330 lány**
Tanév: **2025/2026**



Adatfeltöltöttségi állapot: 96,74 %
Nyomtatás dátuma: 2026.11.06 08:56:01

INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m^2)

	FIÚK Fő				LÁNYOK Fő			
13 évesek	12	92%		8%	16	75%	19%	6%
14 évesek	30	83%	7%	10%	28	86%	11%	3%
15 évesek	40	75%	23%	2%	42	79%	19%	2%
16 évesek	48	83%	10%	7%	62	89%		11%
17 évesek	50	86%	10%	4%	72	92%	4%	4%
18+ évesek	83	78%	13%	9%	102	85%	12%	3%

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK Fő				LÁNYOK Fő			
13 évesek	12	75%	25%		16	88%		12%
14 évesek	30	73%	23%	4%	28	96%		4%
15 évesek	38	63%	29%	8%	42	93%		7%
16 évesek	48	38%	60%	2%	62	87%		13%
17 évesek	48	35%	65%		65	88%		12%
18+ évesek	76	58%	39%	3%	99	94%	5%	1%

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK Fő				LÁNYOK Fő			
13 évesek	11	9%	9%	82%	14	36%		64%
14 évesek	29	3%	7%	90%	24	13%		87%
15 évesek	39	5%	5%	90%	38	3%	18%	79%
16 évesek	46	11%	11%	78%	61	21%	31%	48%
17 évesek	47	6%	13%	81%	67	31%	30%	39%
18+ évesek	77	26%	14%	60%	90	39%	30%	31%

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

FIÚK Fő

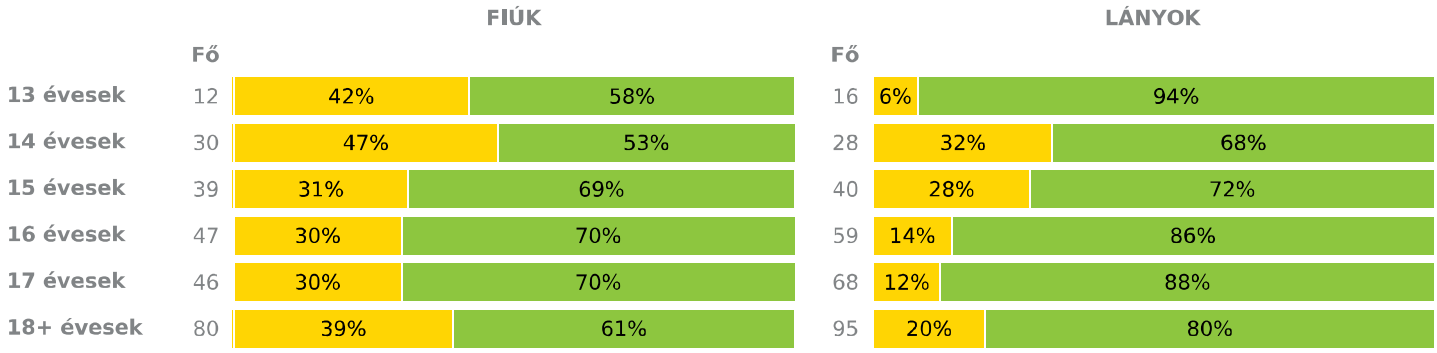
LÁNYOK Fő

Törzsemelés teszt (cm)

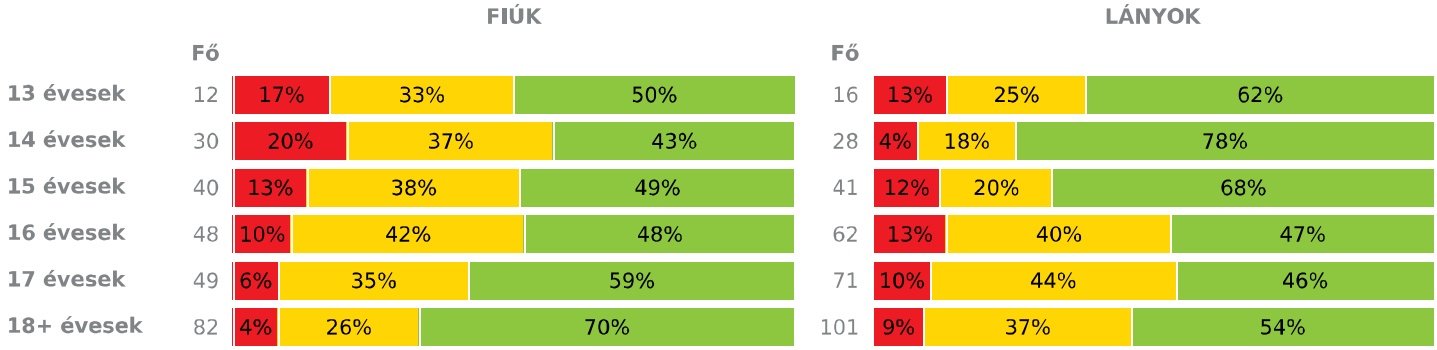
FIÚK Fő

LÁNYOK Fő

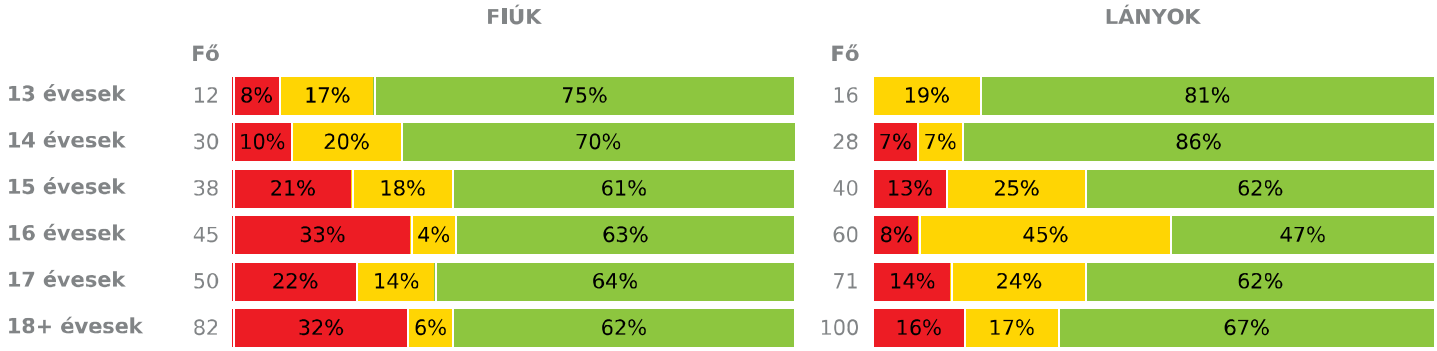
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)

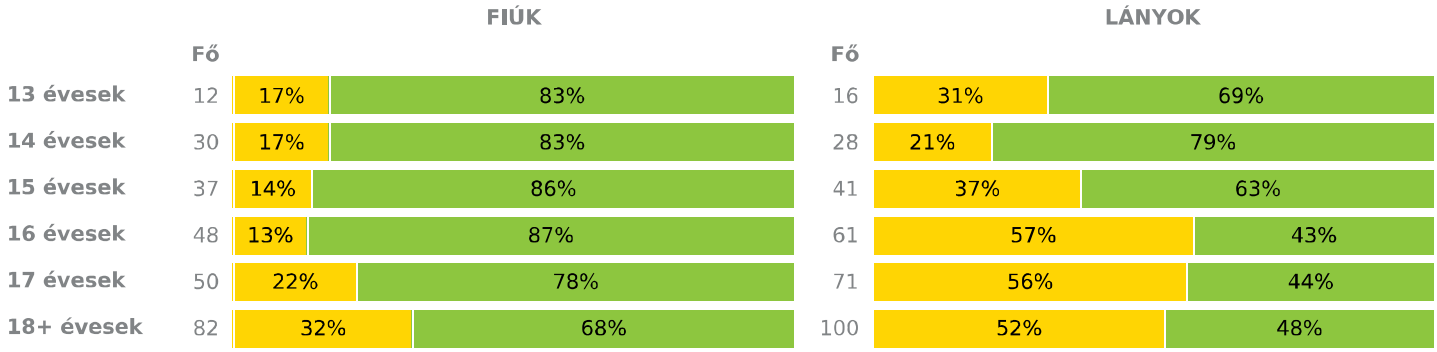


Helyből távolugrás teszt (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)



Fokozott fejlesztés szükséges
Fejlesztés szükséges
Egészségzóna

Tanév: **2025/2026**

Adatfeltöltöttségi állapot: 96,74 %
Nyomtatás dátuma: 2026.11.06 08:56:01



INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m^2)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
13 évesek	15.15	32.77	19.20	4.63	15.62	27.78	20.63	3.03	2 fő - 7%	3 fő - 11%	23 fő - 82%
14 évesek	14.18	28.67	19.83	3.64	16.97	28.20	20.36	2.66	4 fő - 7%	5 fő - 9%	49 fő - 84%
15 évesek	14.79	30.27	21.30	3.32	16.69	30.61	21.28	3.33	2 fő - 2%	17 fő - 21%	63 fő - 77%
16 évesek	16.62	34.61	21.29	3.39	16.01	29.14	21.08	2.81	3 fő - 3%	12 fő - 11%	95 fő - 86%
17 évesek	16.84	31.35	21.63	3.10	15.61	34.72	20.77	3.52	5 fő - 4%	8 fő - 7%	109 fő - 89%
18+ évesek	16.85	38.03	22.94	4.05	15.80	41.57	21.33	3.64	10 fő - 6%	23 fő - 12%	152 fő - 82%
Összesen:									4 %	12 %	84 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
13 évesek	7.00	29.00	18.50	7.08	8.00	31.00	18.63	8.09		5 fő - 18%	23 fő - 82%
14 évesek	5.00	38.00	18.01	7.24	9.00	36.00	17.07	5.73	1 fő - 2%	8 fő - 14%	49 fő - 84%
15 évesek	8.00	35.00	19.90	6.97	10.00	31.00	21.31	5.52	3 fő - 3%	14 fő - 18%	63 fő - 79%
16 évesek	11.00	35.00	21.54	4.80	13.00	36.00	23.00	5.37	1 fő - 1%	37 fő - 35%	72 fő - 65%
17 évesek	7.00	31.00	21.74	5.33	9.00	36.00	21.29	5.99		39 fő - 35%	74 fő - 65%
18+ évesek	10.00	40.00	21.29	6.22	12.00	39.00	20.94	5.58	3 fő - 2%	35 fő - 20%	137 fő - 78%
Összesen:									1 %	24 %	75 %

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
13 évesek	37.15	54.48	47.68	5.49	37.77	55.23	43.98	5.17	1 fő - 4%	6 fő - 24%	18 fő - 72%
14 évesek	37.71	64.88	48.94	5.48	36.69	52.64	44.99	4.62	1 fő - 2%	5 fő - 9%	47 fő - 89%
15 évesek	37.83	64.51	49.50	5.90	35.34	49.55	42.26	3.67	3 fő - 4%	9 fő - 12%	65 fő - 84%
16 évesek	34.87	63.99	48.35	6.69	32.12	53.58	39.25	4.24	18 fő - 17%	24 fő - 22%	65 fő - 61%
17 évesek	38.39	58.46	47.04	4.20	29.94	47.59	38.23	3.90	24 fő - 21%	26 fő - 23%	64 fő - 56%
18+ évesek	25.18	61.17	44.70	6.07	29.09	50.49	36.73	4.44	55 fő - 33%	38 fő - 23%	74 fő - 44%
Összesen:									19 %	20 %	61 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
Összesen:								0 %	0 %

Törzsemelés teszt (cm)

FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
						Összesen:		0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
13 évesek	3.00	21.00	13.33	5.59	5.00	16.00	11.94	3.17	6 fő - 21%	22 fő - 79%
14 évesek	3.00	31.00	14.40	6.18	0.00	20.00	9.18	5.29	23 fő - 40%	35 fő - 60%
15 évesek	4.00	40.00	19.31	8.37	2.00	29.00	10.63	5.44	23 fő - 29%	56 fő - 71%
16 évesek	5.00	58.00	21.19	8.35	1.00	22.00	11.68	5.05	22 fő - 21%	84 fő - 79%
17 évesek	10.00	47.00	22.02	7.06	2.00	25.00	12.43	5.46	22 fő - 19%	92 fő - 81%
18+ évesek	3.00	50.00	20.93	8.85	1.00	26.00	11.38	5.48	50 fő - 29%	125 fő - 71%
							Összesen:		26 %	74 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
13 évesek	13.00	34.00	25.25	5.95	15.00	33.00	24.88	4.88	4 fő - 14%	8 fő - 29%	16 fő - 57%
14 évesek	16.00	46.00	30.27	8.06	19.00	38.00	27.93	4.25	7 fő - 12%	16 fő - 28%	35 fő - 60%
15 évesek	22.00	57.00	36.43	7.73	20.00	40.00	28.41	4.83	10 fő - 12%	23 fő - 28%	48 fő - 59%
16 évesek	21.00	63.00	40.85	9.74	21.00	49.00	27.69	4.95	13 fő - 12%	45 fő - 41%	52 fő - 47%
17 évesek	25.00	72.00	43.45	9.27	21.00	41.00	28.17	4.19	10 fő - 8%	48 fő - 40%	62 fő - 52%
18+ évesek	27.00	70.00	48.11	8.74	20.00	40.00	29.18	4.41	12 fő - 7%	58 fő - 32%	113 fő - 62%
								Összesen:	10 %	34 %	56 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
13 évesek	120.00	205.00	165.33	22.44	124.00	195.00	156.19	23.86	1 fő - 4%	5 fő - 18%	22 fő - 79%
14 évesek	120.00	215.00	175.13	27.62	110.00	210.00	162.39	25.45	5 fő - 9%	8 fő - 14%	45 fő - 78%
15 évesek	110.00	230.00	183.08	26.47	110.00	207.00	153.80	23.84	13 fő - 17%	17 fő - 22%	48 fő - 62%
16 évesek	105.00	252.00	187.33	29.79	100.00	204.00	150.38	21.53	20 fő - 19%	29 fő - 28%	56 fő - 53%
17 évesek	140.00	245.00	196.74	25.39	90.00	195.00	151.28	20.99	21 fő - 17%	24 fő - 20%	76 fő - 63%
18+ évesek	140.00	288.00	204.73	30.37	90.00	215.00	154.29	24.32	42 fő - 23%	22 fő - 12%	118 fő - 65%
								Összesen:	18 %	18 %	64 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
13 évesek	17.50	33.00	25.83	4.99	19.00	44.00	29.75	6.64	7 fő - 25%	21 fő - 75%
14 évesek	9.50	37.50	26.58	6.15	15.00	41.50	29.52	6.98	11 fő - 19%	47 fő - 81%
15 évesek	11.50	41.00	28.05	6.11	11.00	41.00	29.34	6.27	20 fő - 26%	58 fő - 74%
16 évesek	10.50	37.50	27.52	7.00	11.00	43.00	28.28	7.31	41 fő - 38%	68 fő - 62%
17 évesek	9.50	43.00	26.67	7.27	10.50	44.50	29.25	6.37	51 fő - 42%	70 fő - 58%
18+ évesek	10.50	47.50	25.86	8.24	7.00	50.00	30.71	8.43	78 fő - 43%	104 fő - 57%
							Összesen:		36 %	64 %