

ORGANISATION UND DURCHFÜHRUNG

Um eine zuverlässige und aussagekräftige Erfassung der motorischen Fähigkeiten zu erreichen, gibt es ein paar Dinge zu beachten. Dies betrifft die Räumlichkeiten und den Testaufbau, die Testmaterialien sowie das Verhalten des Testleiters – in diesem Fall die pädagogische Fachkraft oder den Übungsleiter. Im Folgenden finden Sie hierzu Informationen.

4.1 TESTLEITER

Der Testleiter spielt bei der Durchführung des Motorik-Tests eine wesentliche Rolle: Er erklärt und zeigt den Kindern die Testaufgaben, motiviert die Kinder, ihre bestmögliche Leistung zu zeigen und erfasst die erbrachte Leistung. Damit dies bestmöglich gelingt, sollte der Testleiter:

- freundlich und motiviert auf die Kinder zugehen.
- die Testaufgaben in einfachen, verständlichen Worten erklären und die Aufgabe immer vormachen.
- dem Kind durch Worte und Körpersprache signalisieren, dass es um die maximale Leistung geht.
- die richtige Position zum Erklären, Messen und Beobachten wählen.
- sich konsequent an die Testanleitung halten, keine zusätzlichen Probe- oder Wertungsdurchgänge und kein „Schummeln“ erlauben.
- die Kinder auch dafür loben, dass sie sich angestrengt haben.
- helfen, eine ruhige Testatmosphäre zu gestalten.
- den zügigen Testablauf unterstützen, die Kinder aber nicht hetzen.
- Vorbild sein und sportliche Kleidung tragen.



4.2 RÄUMLICHE VORAUSSETZUNGEN UND AUFBAU DER TESTSTATIONEN

RÄUMLICHE VORAUSSETZUNGEN

Der Motorik-Test für Kinder kann in jedem größeren Raum oder in der Sporthalle durchgeführt werden. Um das Modul 2 umzusetzen, muss die Durchführung des 20m-Sprints möglich sein.

BEGRÜSSUNGSZONE UND WARTEBEREICHE

Für die Begrüßung der Kinder sollte eine Bank so aufgestellt werden, dass die Testdurchführung nicht beeinträchtigt wird. Diese Bank dient auch als Wartezone. Bei der Aufgabe Balancieren rückwärts sollte zusätzlich ein kleiner Kasten als Wartebereich bereitstehen.

20m-SPRINT

Um falsche Distanzen und wiederholtes Ausmessen zu vermeiden, werden die Start- und die Ziellinie grundsätzlich mit Kreppband markiert. Wird der 20m-Sprint diagonal aufgebaut, unterstützt eine „Laufgasse“ aus Hütchen die Raumorientierung der Kinder. Vielen Kindern fällt es ohne diese optische Hilfe schwer, eine gerade Strecke zu laufen. Der Auslaufbereich wird durch Weichbodenmatten an der Wand gesichert.

STANDWEITSPRUNG

Der Standweitsprung sollte mit Blick in den Raum und nicht auf eine Wand aufgebaut werden.

SEITLICHES HIN- UND HERSPRINGEN

Die Aufgabe erfordert sowohl vom Kind als auch vom Testleiter ein hohes Maß an Konzentration. Das Feld wird deshalb immer in einer Ecke aufgeklebt, die Testdurchführung erfolgt mit Blick zur Wand.

BALANCIEREN RÜCKWÄRTS

Auch für diese Aufgabe wird viel Konzentration benötigt. Die Balancierbalken werden aus diesem Grund in einer ruhigen Ecke, mit Blick zur Wand und ausreichend Abstand voneinander aufgebaut

RUMPFBEUGE

Die Testaufgabe Rumpfbeuge und die Erfassung von Größe und Gewicht werden an einer Station durchgeführt. Manche Kinder fühlen sich beim Wiegen unwohl, deshalb wird diese Station etwas „abseits“ aufgebaut.

6-MINUTEN-LAUF

In kleinen Sporthallen weichen die Maße des Volleyballfeldes teilweise von den Originalmaßen (9 x 18m) ab. Das Volleyballfeld wird deshalb vor Testbeginn ausgemessen und eventuell mit Markierungen aus Kreppband auf 9 x 18m vergrößert.

Legende:
 Seitliches Hin- und Herspringen (SHH), Rumpfbeuge (RB), Standweitsprung (SW), Balancieren Rückwärts (Bal rw), Liegestütz (LS), Sit-ups (SU)

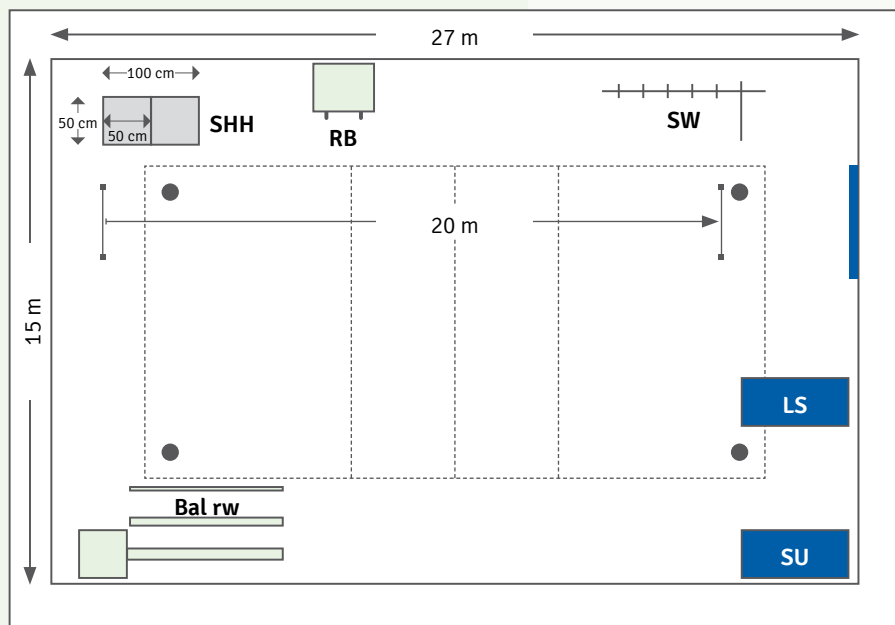
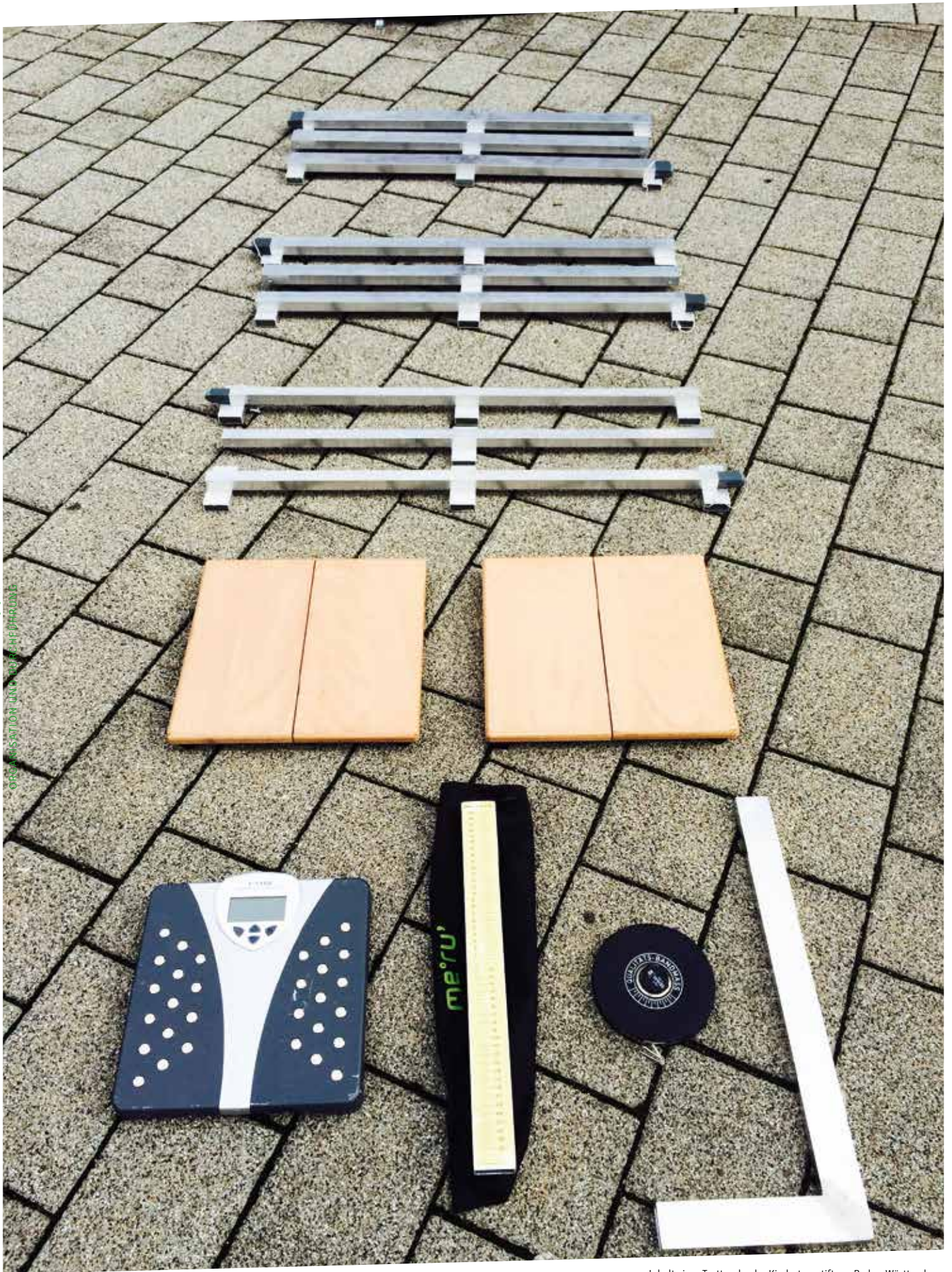


Abb. 4.1: Idealtypischer Ablaufplan in einer Sporthalle

KAPITEL [4] //
ORGANISATION UND VERFAHREN



Inhalt einer Testtasche der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg

4.3 TESTMATERIALIEN

Zur Durchführung des Motorik-Tests werden die folgenden Materialien benötigt. Die Anzahl der Materialien richtet sich nach der in Kapitel 4.4 beschriebenen Testdurchführung.

CHECKLISTE TESTMATERIALIEN

Testmaterialien, die vorhanden sein sollten

MODUL [2] GRUNDSCHULALTER

- Gymnastikmatten
- 1 Langbank
- 3 Stoppuhren
- 6 Markierungshütchen/Pylone
- 1 Maßband 5m
- 1 Maßband 20m
- Evtl. 1 Handzählgerät

SPEZIELLE TESTMATERIALIEN

(sind in der Testtasche der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg enthalten*)

- 3 Balancierbalken: Breite: 6 cm, 4,5 cm und 3 cm;
Länge: je 3m; Höhe: je 5 cm
- 2 Startbretter: Breite: 40 cm;
Länge 40 cm; Höhe: 5 cm
- 1 Rumpfbeuge-Schiene
- 1 Holzwinkel (für exaktes Ablesen beim Standweitsprung)
- 1 Waage
- 1 Maßband 2m

VERBRAUCHSMATERIALIEN

- Kreppband
- Ersatzbatterien für Waage und Stoppuhren
- Haargummis
(lange, offene Haare stören bei der Testdurchführung)

MATERIALIEN FÜR DIE TESTLEITER

- Erfassungsbögen (s. Anhang)
- Kugelschreiber
- Evtl. Klemmbretter/Schreibunterlagen
- Namensschilder

*Alle Informationen zum Kauf, Verleih sowie zur Bauanleitung finden Sie unter www.turnbeutelbande.de

4.4 ABLAUF EINER TESTUNG

Eine Testung beinhaltet immer die Bausteine Begrüßung, Erwärmung, Testdurchführung und Abschluss. Bei der Durchführung der Testaufgaben ist zu beachten, dass der 20m-Sprint immer als erste, der 6-Minuten-Lauf immer als letzte Testaufgabe durchgeführt wird. Wie viele Kinder in welcher Zeitspanne getestet werden können, ist abhängig von der Anzahl der Testhelfer, der zur Verfügung stehenden Zeit sowie der Raumkapazität. **Optimalerweise können sieben Testleiter 10 Kinder in 45 Minuten testen.** Nach dem 20m-Sprint werden sechs Aufgaben im Stationsbetrieb durchgeführt.

Die Testleiter und Kinder teilen sich für den ersten Durchgang folgendermaßen auf:

	ANZAHL DER TESTLEITER	ANZAHL DER KINDER
Standweitsprung	1	2
Sit-Ups	1	1
Liegestütz	1	1
Seitliches Hin- und Herspringen	1	2
Balancieren rückwärts	2	2
Rumpfbeuge	1	2

Abb. 4.2: Verteilung von 7 Testleitern und 10 Kindern im Stationsbetrieb

KAPITEL [4] // ORGANISATION UND DURCHFÜHRUNG

IDEALTYPISCHER ABLAUFPLAN

MODUL 2 GRUNDSCHULALTER

ERLÄUTERUNG UND TIPPS FÜR EINEN REIBUNGSLOSEN ABLAUF

BEGRÜSSUNG DER KINDER

Der Teamchef begrüßt die Kinder und erläutert kurz den Ablauf der Testung. Bei allen Kindern wird noch einmal geprüft, ob sie Sportschuhe anhaben, da ansonsten die Testergebnisse verfälscht werden können.

GEMEINSAME ERWÄRMUNG

LAUFEN

Die Kinder laufen sich gemeinsam mit dem Teamchef oder einem Testleiter zwei Runden ein. Die Runden sollten ca. die Größe eines Volleyballfelds (9 x 18m) umfassen.

TESTDURCHFÜHRUNG

Keine feste Reihenfolge; zwei Minuten Pause zwischen zwei Stationen

■ **20m-SPRINT**

Während des 20m-Sprints fungiert ein Testleiter als Starter, ein Testleiter als Zeitnehmer und ein Testleiter als Zeitenschreiber, der die Zeiten in die Erfassungsbögen einträgt. Die Übung kann auch an mehreren Bahnen durchgeführt werden, hierfür benötigt man entsprechend mehr Testleiter (jew. drei Testleiter pro Bahn).

- **STANDWEITSPRUNG**
- **SIT-UPS**
- **LIEGESTÜTZ**
- **SEITLICHES HIN- UND HERSPRINGEN**
- **BALANCIEREN RÜCKWÄRTS**
- **RUMPFBEUGE**

Diese sechs Aufgaben werden im Stationsbetrieb durchgeführt; die Kinder erhalten klare Anweisungen, welche Station sie als nächstes durchführen sollen. Da die Kinder zwischen den zwei Wertungsdurchgängen eine Pause machen müssen, kann in dieser Pause das nächste Kind seinen ersten Wertungsdurchgang durchführen. Beim Balancieren Rückwärts sollte ein zusätzlicher Testleiter eingesetzt werden, damit immer zwei Kinder gleichzeitig getestet werden können. Sobald ein Tester mit seinem Kind am ersten Balken (6cm) das Probalancieren vorwärts und rückwärts sowie, wenn notwendig, zwei Wertungsdurchgänge absolviert hat, kann der zweite Testleiter dort mit seinem Kind beginnen. Der Testleiter führt die Aufgabe immer mit einem Kind komplett an allen drei Balken durch und testet erst danach das nächste Kind.

■ **6-MINUTEN-LAUF**

Haben alle 10 Testpersonen den Stationsbetrieb komplett absolviert, wird der 6-Minuten-Lauf gemeinsam durchgeführt. Dabei ist zu beachten, dass sich die Kinder nicht gegenseitig behindern.

ABSCHLUSS

Zum Schluss bedanken sich die Testleiter bei den Kindern für die Teilnahme am Motorik-Test und heißen sie in der Turnbeutelbande willkommen.

Abb. 4.3: Standardisierter Ablauf einer Testung