



Referenzperzentile des DigiMot-Testprofils

Zur Untersuchung

Stichprobengröße

1.149 Kinder & Jugendliche 5-17 Jahre

Erhebung

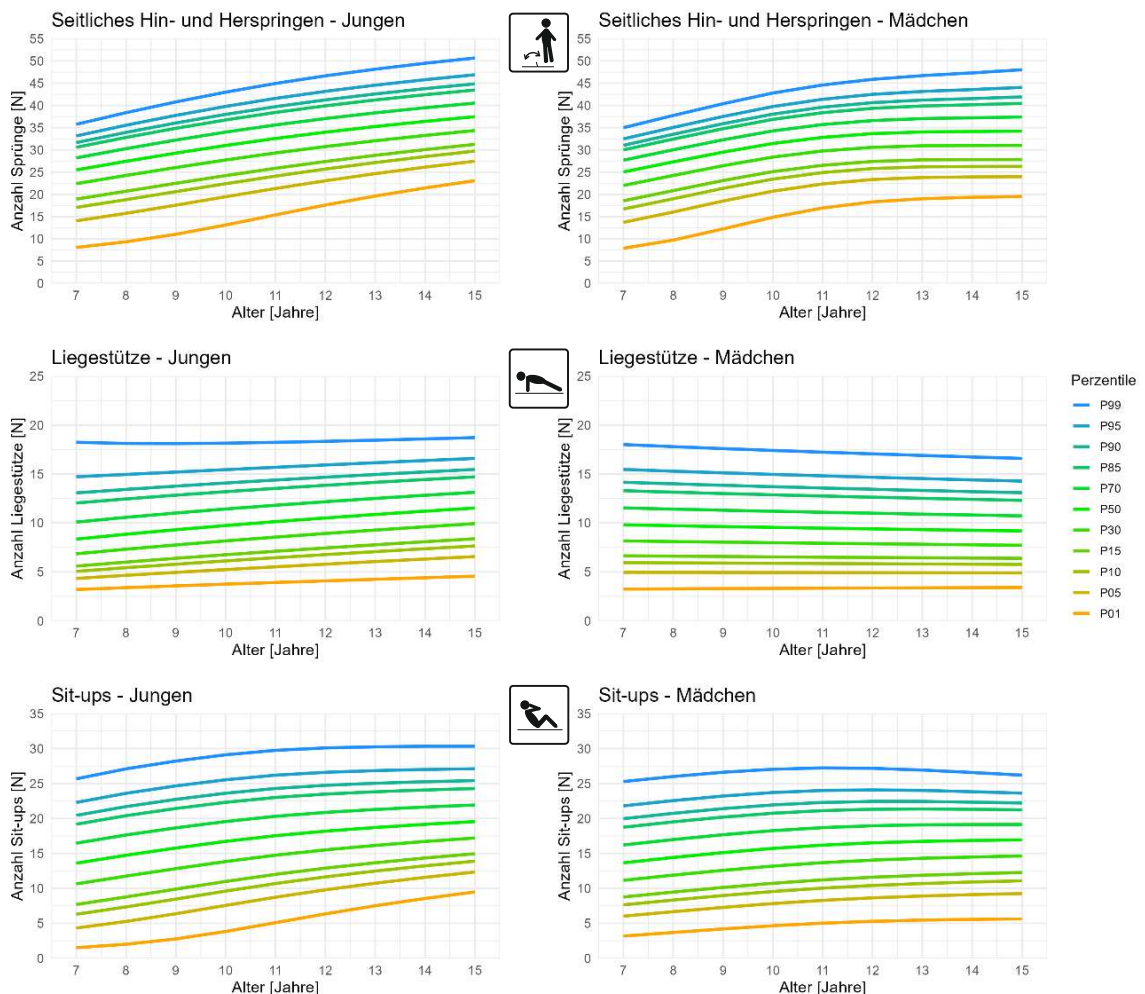
Digitale körperliche Fitnessstests per Videokonferenz

Testaufgaben

Seitliches Hin- & Herspringen, Liegestütze, Sit-ups und Rumpfbeuge

Unsere Ergebnisse

Abbildung 1: Referenzperzentile für das Seitliche Hin- und Herspringen, Liegestütze und Sit-ups von Jungen und Mädchen zwischen 7 und 15 Jahren. Das Perzentil gibt an, wie viele Prozent der Gleichaltrigen eine geringere Leistung erzielt haben. Ein Kind im 50. Perzentil (P50) hat besser abgeschnitten als die Hälfte seiner Altersgruppe. Ein Kind im 90. Perzentil (P90) übertrifft 9 von 10 Gleichaltrigen.



Was bedeuten die Ergebnisse?

- Die DigiMot-Referenzperzentile sind die ersten Vergleichsdaten für digitale Fitnesswerte von Kindern und Jugendlichen überhaupt
- Leistungsvergleiche zwischen Altersgruppen und Geschlechtern sind möglich
- Die Referenzperzentile ermöglichen eine breitere Anwendung der digitalen Fitnessdiagnostik

Quellen:

Klein, T., Worth, A., Niessner, C., Merk, S., & Hanssen-Doose, A. (2026). Reference percentiles for children and adolescents for the digital motor performance test (DigiMot): results from the COMO-study. Scientific reports, 16(1), 6714. <https://doi.org/10.1038/s41598-026-40270-7>

Weiterführende Links

Homepage: www.como-studie.de

Instagram: @como_studie