

## 4. TVM Sportlehrertag: „Motivation im und durch Sport!“ am 22. September 2017 in Daun

# AK 16: Motorische Entwicklung und der Kinderturntest<sup>plus</sup>

*Sophia Heger*

- Leistung (Wettkampf, Erfolg)                       Ausdruck (Darstellung, Gestaltung)  
 Gesundheit (Fitness und Wohlbefinden)    Miteinander (soziales Lernen, Umwelt)  
 Spannung, Spiel (Risiko, Abenteuer)            Eindruck (Körpererfahrung)

**Zielgruppe:** Kita- und Grundschul Kinder im Alter zwischen 3 – 10 Jahren

**Lernziele & Kompetenzen:** motorische Fähigkeiten (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Koordination und Beweglichkeit) überprüfen und verbessern

**Materialien:**

1 Bank	6 Pylonen	3 Balancierbalken
2 Turnmatten	3 Stoppuhren	Kreppband
	2 Maßbänder (2m)	90°-Winkel
	1 Maßband (20m)	Personenwaage

## **Didaktisch-methodische Vorüberlegungen**

Die motorische Entwicklung kann durch ein Zusammenspiel von Reifungs- und Lernprozessen beschrieben werden und ist anhand von Verbesserungen in den Verhaltensweisen wie beispielsweise Greifen, Kriechen, Gehen oder Stehen erkennbar. Jedes Kind eignet sich diese Fähigkeiten selbst an und hat sein individuelles Entwicklungstempo. Vielfältige Anreize, die zur Bewegung motivieren, fördern die Entwicklung des Kindes.

Motorische Fähigkeiten, das sind Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination, sind trainierbar und wirken sich auf die Alltagsmotorik, beispielsweise das Gehen aus.

Der Kinderturntest<sup>plus</sup> ist ein von Prof. Klaus Bös entwickelter Test, um motorische Fähigkeiten kindgerecht zu erfassen und dennoch analysefähige Daten zu generieren. Ziel ist es daher, Stärken und Schwächen mit Hilfe des Auswertungstools des Kinderturntest<sup>plus</sup> frühzeitig zu erkennen, um im Sportunterricht dann gezielt Verbesserungen zu erwirken.

Ein weiterer Test, nach beispielsweise zwei Monaten Schulsport, soll den Kindern zeigen, wie sich ihr fleißiges Üben auch im Sport auswirkt.

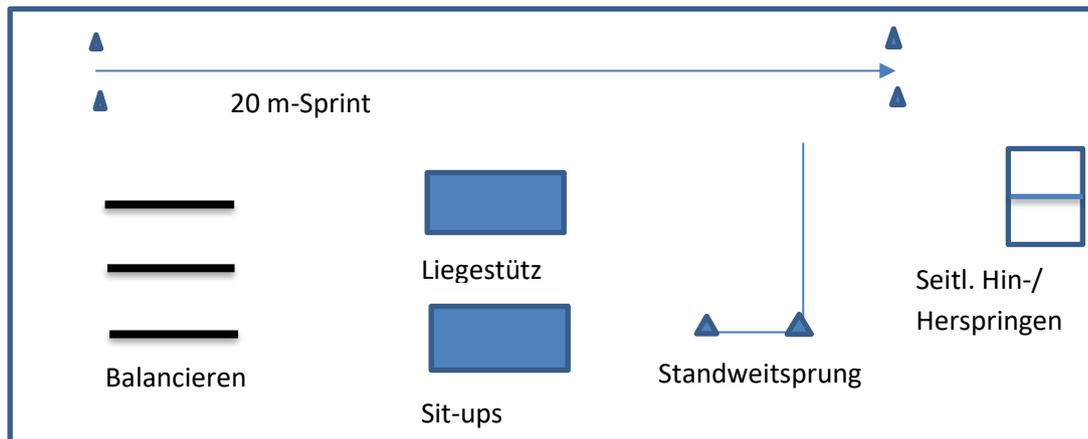
## **Beschreibung der Unterrichtseinheit**

Zunächst werden die Kinder gemeinsam begrüßt, dann erfolgt eine Erwärmung, die spielerisch bereits die später folgenden Testaufgaben vorbereitet. Der Test besteht aus acht Aufgaben. Um eine schnelle Durchführung zu garantieren, ist es empfehlenswert, den Test mit ca. sieben Testhelfern und maximal 20 Teilnehmern durchzuführen. Bestenfalls wechseln die Schülerinnen und Schüler in Dreiergruppen von Station zu Station. Aufgrund der personalintensiven Testdurchführung ist es ratsam, einen Testtag (Projekttag) für alle Kinder einer Schule bzw. Klassenstufe durchzuführen.

Ein kindgerechter Abschluss des Tests, beispielsweise durch eine Bewegungsgeschichte oder ein Spiel, lenkt das Kind von der absolvierten Testung ab und motiviert es erneut zur Bewegung.

## Vorbereitung, Aufbau & Besonderheiten

Es gibt acht Stationen, die aufgebaut werden müssen. Der 6-min-Lauf wird jedoch ganz am Ende erst aufgebaut, wenn alle Schüler, die restlichen Tests durchgeführt haben.



Aufbau der einzelnen Stationen:

- **20m-Sprint:** Die Start- und Ziellinie werden mit Kreppband und Hütchen markiert. Wichtig: Es sollte genügend Auslauf dahinter sein!
- **Standweitsprung:** Beim Aufbau ist darauf zu achten, dass die Schüler nicht auf eine Wand zuspringen. Die Startlinie wird mit Kreppband und Hütchen markiert. Neben dem Sprungsektor wird ein Maßband im rechten Winkel zur Startlinie auf dem Boden befestigt.
- **Sit-ups:** Hierfür wird eine Turnmatte benötigt.
- **Liegestütz:** Man benötigt auch hier nur eine Turnmatte.
- **Seitliches Hin- und Herspringen:** Die Testfläche wird mit den Innenmaßen 50x100 cm mit Kreppband aufgeklebt. Anschließend wird die Mittellinie festgeklebt. Während der Durchführung sollten die Schüler Richtung Wand schauen.
- **Balancieren rückwärts:** Die drei Balken werden der Breite nach sortiert und im Abstand von einem Meter neben einander hingelegt. Das Startbrett wird so hingelegt, dass die Schüler bei der Durchführung Richtung Wand schauen.
- **Rumpfbeuge:** Die Zentimeterskalar wird senkrecht an der Bank befestigt. Der Nullpunkt befindet sich auf Höhe der Bankoberfläche.
- **6-min-Lauf:** Vor dem 6-min-Lauf werden die anderen Stationen abgebaut. Der Lauf wird um das Volleyballfeld (9x18m) durchgeführt. An jedem Eck wird leicht nach innen versetzt ein Hütchen aufgestellt.

Zusätzlich sollte von jedem Schüler das Körpergewicht und die Körpergröße erfasst werden.

## Verlaufsübersicht der Einheit

Zeit	Phase	Lehraktivität	Erwartete Lernaktivität	Material/ Anmerkung
5 min	Einführung	Begrüßung und Vorstellen des motorischen Tests	Kinder setzen sich mit ihrem körperlichen Entwicklungsprozess auseinander	Urkunden mit Tiermotiven werden präsentiert
10 min	Vorbereitung	Spielerische Erwärmung	Kinder lernen andere Bewegungsangebote kennen	Entsprechend der Spiele
60 min	Durchführung des Tests	Erfassung des Leistungsstandes	Lernen ihre Stärken und Schwächen im Vergleich mit anderen Kindern kennen	Siehe Beschreibung der Testaufgaben
10 min	Gemeinsame Bewegungsaktivität	Bewegungsgeschichte oder Spiel	Freude an der Bewegung, Kombination zielgerichteter und freier Bewegungsräume und -aufgaben	Entsprechend der gewählten Aktivität
5 min	Verabschiedung	Ausgabe der Urkunden	Personale Kompetenz	Urkunden

## Literaturhinweise & Empfehlungen zum Thema

Bös, K., Schlenker, L., Kunz, R., Seidel, I. (2013). Kinderturn-Test<sup>PLUS</sup>. Testanleitung für 3-10-Jährige (2. überarb. Aufl.). Stuttgart: Kinderturnstiftung Baden-Württemberg.

[http://www.sport.kit.edu/foss/Projekte\\_1314.php](http://www.sport.kit.edu/foss/Projekte_1314.php)