

Christian Herrmann

Ilaria Ferrari

Marina Wälti

Sarah Wacker

Jürgen Kühnis

MOBAK - KG

Motorische Basiskompetenzen im Kindergarten



TESTMANUAL



Impressum

Autoren:

Dr. Christian Herrmann
Dr. Ilaria Ferrari Ehrensberger
Marina Wälti
Sarah Wacker
Prof. Dr. Dr. Jürgen Kühnis

Gestaltung:

Marina Wälti

Bildnachweis:

noch offen

Logo MOBAK-KG:

erstellt von Kümmel, www.kuemmel-cartoon.de

Auflagen:

1. Auflage: April 2018

Copyright:

Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit
(DSBG) der Universität Basel.

*Ohne ausdrückliche Genehmigung der Autoren ist es nicht
gestattet, den Inhalt dieses Manuals zu vervielfältigen.*

Kurzfassung MOBAK-KG

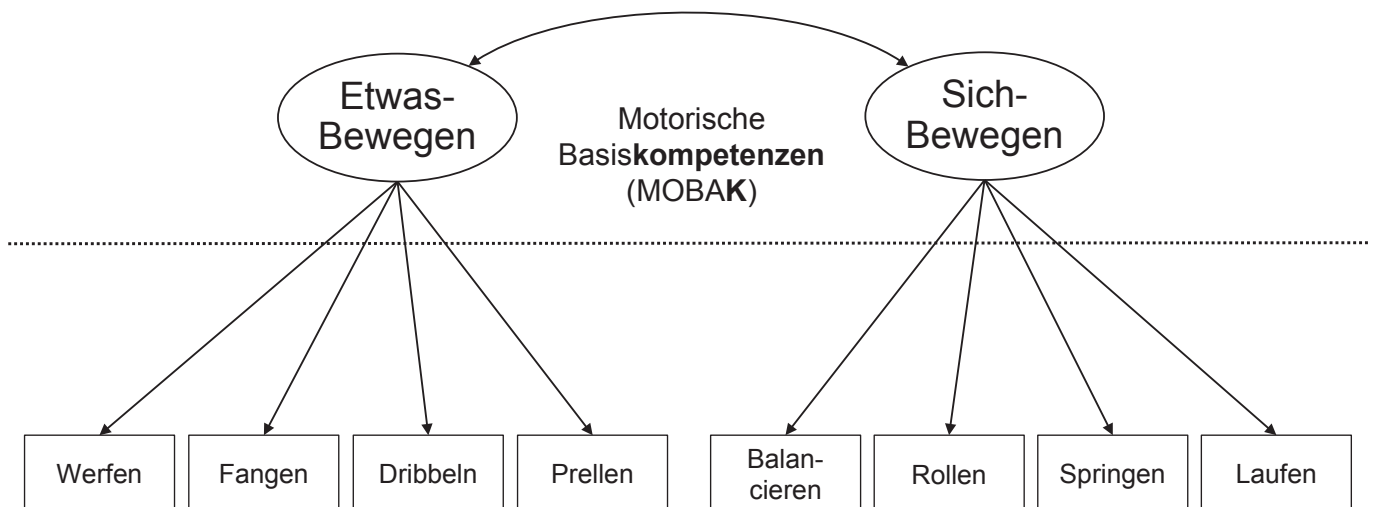
Ausgangssituation

Im Zuge einer systematischen Qualitätssicherung in Bildungsinstitutionen stellt sich zunehmend die Frage, welche Lernergebnisse die Kinder im Sport und Sportunterricht erreichen. Als zentrale Lernziele des Unterrichts im Kindergarten und Primarschule gelten die curricular verankerten motorischen Basiskompetenzen, die Kindern eine aktive Teilhabe an der Sport- und Bewegungskultur ermöglichen.

Für eine systematische Förderung motorischer Basiskompetenzen ist eine gezielte Diagnostik eine unverzichtbare Voraussetzung. Durch die Beschreibung des motorischen Leistungsstandes der Kinder werden Informationen gewonnen, die den Lehrenden helfen, ihr methodisch-didaktisches Handeln an die Voraussetzungen der Kinder anzupassen. Zur Einschätzung und Messung von motorischen Basiskompetenzen werden daher valide und gleichzeitig für die Unterrichtspraxis praktikable Erhebungsinstrumente benötigt.

Testaufbau und Testinhalte

Der MOBAK-KG ist für 4- bis 6-jährige Kinder konstruiert. Damit können Fragestellungen zum Stand sowie zur Entwicklung motorischer Basiskompetenzen im frühen Kindesalter bearbeitet werden. Erfasst werden die motorischen Basiskompetenzen *Sich-Bewegen* mit vier Aufgaben (Balancieren, Rollen, Springen, Laufen) und *Etwas-Bewegen* mit vier Aufgaben (Werfen, Fangen, Prellen, Dribbeln). Die Schwierigkeit und die Komplexität der in den MOBAK-Aufgaben gestellten Anforderungen sind an das Alter der Kinder angepasst.



Testdurchführung

Der MOBAK-KG ermöglicht für wissenschaftliche Testungen wie auch für Testungen in der sportunterrichtlichen Praxis eine standardisierte und ökonomische Erfassung motorischer Basiskompetenzen. Die Durchführung der unterrichtsnahen MOBAK-Aufgaben ist in einer Sporthalle schnell und einfach möglich.

Für wissenschaftliche Testungen wird ein Stationsbetrieb empfohlen, bei dem ein/e Testleiter/in¹ mit drei bis vier Kindern jede der acht Aufgaben einzeln nacheinander absolviert. Der vollständige Durchlauf nimmt ca. 35 Minuten in Anspruch und lässt sich innerhalb einer 45-minütigen Lektion gut umsetzen.

Für Testungen in der sportunterrichtlichen Praxis wird empfohlen, die Aufgaben auf mehrere Lektionen zu verteilen und einzeln zu bewerten. Durch diese Vorgehensweise ist der Einsatz des MOBAK-KG auch für einzelne Lehrpersonen praktikabel.

Testbewertung und Testauswertung

Die Bewertung der MOBAK-Aufgaben ist aufgrund der dichotomen Kodierung (bestanden vs. nicht bestanden) und der klaren Standardisierungskriterien leicht umsetzbar. Die Auswertung kann über die beiden MOBAK-Kompetenzbereiche *Sich-Bewegen* und *Etwas-Bewegen* sowie über einen *MOBAK-Gesamtwert* vorgenommen werden. Über die Bildung von Summenwerten wird die Auswertung deutlich erleichtert. Förderbedürftige Kinder können auch ohne das Ablesen von Normwerten anhand einfacher Rohwertsummen diagnostiziert werden.

Testgütekriterien

Zur Sicherung der Inhaltsvalidität erfolgte die Konstruktion und Auswahl der Aufgaben für den MOBAK-KG in enger Anknüpfung an die Zielstellungen in den deutschsprachigen Lehrplänen. In einer Validierungsstudie (N = 403 Kinder, 53 % männlich, M = 5.69 Jahre, SD = 0.56, Range: 4.58–6.58 Jahre) konnte die Konstruktvalidität des MOBAK-KG mittels konfirmatorischer Faktorenanalysen bestätigt werden. Die Reliabilitätsprüfung erfolgte ebenfalls mit Hilfe konfirmatorischer Faktorenanalysen, welche es ermöglichen, die Reliabilität der Konstruktmessung zu prüfen. Die zugehörigen Faktorreliabilitäten (*Sich-Bewegen*: FR = .67; *Etwas-Bewegen*: FR = .71) fallen zufriedenstellend aus.

Anwendungsbereiche

Mit dem MOBAK-KG soll die Bearbeitung folgender Fragestellungen zum Stand und zur Entwicklung motorischer Basiskompetenzen ermöglicht werden:


- *Screening*: Wie ist der aktuelle Stand der motorischen Basiskompetenzen?
- *Monitoring*: Werden die motorischen Basiskompetenzen von den Kindern im Sportunterricht erreicht und wie kann der Sportunterricht dahingehend optimiert werden?
- *Charakterisierung von Gruppen*: Welche Unterschiede zwischen Gruppen (z. B. nach Geschlecht, Alter, ...) bestehen bezüglich der motorischen Basiskompetenzen?
- *Diagnostik*: Welche motorischen Basiskompetenzen sollten gezielt gefördert werden?
- *Beschreibung der Entwicklungsverläufe*: Wie verändern sich die motorischen Basiskompetenzen in der kindlichen Entwicklung?
- *Evaluation von Interventionen*: Verändern sich die motorischen Basiskompetenzen nach einer gezielten Förderung?


Zusammenfassung

Der MOBAK-KG ermöglicht eine standardisierte und ökonomische Erfassung motorischer Basiskompetenzen bei 4–6-jährigen Kindern. Die *Durchführung* der unterrichtsnahen MOBAK-Aufgaben ist in einer Sporthalle schnell und einfach möglich. Die *Bewertung* der Aufgaben kann aufgrund des dichotomen Skalenniveaus (bestanden vs. nicht bestanden) und der klaren Standardisierungskriterien leicht und nachvollziehbar vorgenommen werden. Die *Auswertung* wird über die Bildung von Summenwerten deutlich erleichtert.


¹ Im Interesse einer besseren Lesbarkeit wird im Folgenden nicht ausdrücklich in geschlechtsspezifischen Personenbezeichnungen differenziert. Die gewählte männliche Form schließt eine adäquate weibliche Form gleichberechtigt ein.




Etwas-Bewegen				
	Werfen (1)	Fangen (2)	Prellen (3)	Dribbeln (4)
				
Testaufgabe	Ein Objekt gezielt mit einem Ball treffen können.	Einen Ball fangen können.	Einen Ball mit den Händen prellen und fangen können.	Einen Ball kontrolliert mit den Füßen dribbeln können.
Testaufbau	Die Zielscheibe wird in 1.1 m (Unterkante) Höhe an einer Wand aufgehängt. 1.5 m vor der Zielscheibe wird eine Abwurflinie markiert.	Zwei Linien werden im Abstand von 1.5 m zueinander mit Klebeband markiert. Diese Linien werden durch eine senkrecht dazu stehende Linie miteinander verbunden und in der Mitte bei 0.75 m markiert.	Ein Ball liegt auf einer freien Fläche bereit. Am Boden ist ein Kreuz aus Klebeband markiert.	Mittels Klebeband markierter Korridor (2.8 x 9.0 m Innenmaße) mit Hütchen in allen Ecken. Nach 3.0 m und nach 6.0 m wird versetzt je ein Schwedenkastenteil quer in den Korridor gelegt.
Testdurchführung	Das Kind wirft von der Abwurflinie sechs Wurfälle auf die Zielscheibe.	Der Testleiter wirft den Basketball auf die mittlere Bodenmarkierung, so dass der Ball ca. 1.1 m hochspringt. Das Kind fängt den Ball nach dem Aufspringen.	Das Kind prellt den Ball beidhändig auf den Boden und fängt ihn wieder, ohne dabei den Ball zu verlieren.	Das Kind dribbelt den Ball mit den Füßen um die Schwedenkastenteile durch den Korridor.
Kriterien	Das Kind steht hinter dem Schwedenkastenteil. Die Berührung der Zielscheibe zählt als Treffer.	Der Ball muss mit den Handflächen gefangen werden. Der Ball darf nicht im „Körbchen“ gefangen oder zum Halten an die Brust gedrückt werden.	Mind. 5x rhythmisch ohne Fehler prellen (max. 1 sek Pause). Ball darf nicht verloren gehen. Es muss eine aktive Beschleunigung des Balles durch eine Unterarm-Stossbewegung erfolgen. Der Ball muss mit den Handinnenflächen gefangen werden.	Flüssige, kontinuierliche Vorwärtsbewegung. Der Ball darf nicht mit den Händen berührt werden. Der seitliche Korridor darf vom Kind und vom Ball nicht verlassen werden. Die Seitenlinien und die Kastenteile dürfen nicht berührt werden.
Bewertung	6 Versuche, Anzahl der Treffer wird notiert.	6 Versuche, Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.	2 Versuche, Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.	2 Versuche, Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.
Material	<ul style="list-style-type: none"> • 6 Wurfälle/Jonglierbälle (ø: 65 mm; Gewicht: 80g) • 1 runde Zielscheibe (ø: 40 cm) • 1 Schwedenkastenzwischenteil • Klebeband (ca. 30 mm breit) 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 kleiner Basketball (Grösse 3) • 1 Malstab • Klebeband (ca. 30 mm breit) 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Volleyball (Grösse 5) • Klebeband (ca. 30 mm breit) 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Futsal (Größe 4) • 4 Hütchen • 2 Schwedenkastenteile (L: 1.5 m) • Klebeband (ca. 30 mm breit)

Sich-Bewegen				
	Balancieren (5)	Rollen (6)	Springen (7)	Laufen (8)
				
Testaufgabe	Über eine umgedrehte Langbank balancieren können.	Vorwärts rollen können.	Kontinuierlich (einbeinig) vorwärts springen können.	Vorwärts und rückwärts laufen können.
Testaufbau	Eine umgedrehte Langbank liegt flach auf dem Boden. Darauf ist mittig eine Distanz von 3.0 m mit Klebeband markiert.	Zwei Matten werden längs hintereinander auf ein Sprungbrett gelegt. Davor wird ein Schwedenkastenoberteil platziert.	2 Linien im Abstand von 3.0 m werden mit Klebeband und Hütchen markiert.	Ein Korridor von 0.6 x 4.0 m wird senkrecht zur Wand mit Klebeband und Hütchen markiert. Die Startlinie wird mit Klebeband markiert.
Testdurchführung	Das Kind balanciert ab der ersten Markierung vorwärts über die umgedrehte Langbank bis zur zweiten Markierung, berührt diese und balanciert dann rückwärts wieder zurück zur ersten Markierung.	Das Kind turnt auf der schiefen Ebene eine Rolle vorwärts und kommt in einem Fluss wieder auf die Füße zum Stehen.	Gestartet wird im beidbeinigen Stand hinter der Startlinie. Das Kind springt kontinuierlich auf einem Bein bis über die Endlinie. Danach dreht es sich um und springt auf dem anderen Bein bis über die Startlinie zurück.	Das Kind startet hinter der Startlinie, läuft im Korridor vorwärts bis zur Wand und berührt diese mit der Hand. Danach läuft es rückwärts zurück bis es die Startlinie berührt und wiederholt das Ganze.
Kriterien	Es muss eine kontinuierliche Vorwärts- bzw. Rückwärtsbewegung erkennbar sein. Die Markierungen müssen berührt werden. Die Langbank darf nicht verlassen werden. Die Hüfte des Kindes muss senkrecht zur Langbank sein. Nachstellschritte sind nicht erlaubt.	Die Bewegungsausführung ist flüssig ohne Unterbrechung bis zum Stand. Die Abrollbewegung ist gerade mit rundem Rücken und erfolgt über den Nacken und wenn nötig Hinterkopf. Seitliches Abrollen über die Schulter oder Überkreuzen der Beine beim Aufstehen sind nicht erlaubt.	Das Kind springt kontinuierlich ohne länger als 1 sek stehen zu bleiben. Das Einbeinspringen muss über die gesamte Distanz beibehalten werden.	Das Kind macht kontinuierliche Schritte und läuft ohne Unterbrechung zweimal hin und zurück. Die Hütchen sowie die Seitenlinien dürfen nicht berührt werden. Die Wand und die Startlinie müssen jeweils berührt werden. Die Hüfte bleibt senkrecht zur Laufrichtung.
Bewertung	2 Versuche, Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.	2 Versuche, Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.	2 Versuche, Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.	2 Versuche, Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.
Material	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Langbank (38 cm hoch, unten mind. 3.2 m lang, 10 cm breit) • Klebeband (ca. 30 mm breit) 	<ul style="list-style-type: none"> • 2 Turnmatten (ca. 7 cm dick) • Sprungbrett • Schwedenkastenoberteil 	<ul style="list-style-type: none"> • 4 Hütchen • Klebeband (ca. 30 mm breit) 	<ul style="list-style-type: none"> • 6 Hütchen • Klebeband (ca. 30 mm breit)

Werfen (1)

Testbatterie	MOBAK-KG	
Faktor/Bereich	Etwas-Bewegen	
Testaufgabe	Ein Objekt gezielt mit einem Ball treffen können.	
Testaufbau	Eine Zielscheibe wird in 1.1 m (Unterkante) Höhe an einer Wand aufgehängt. 1.5 m vor der Zielscheibe wird eine Abwurflinie markiert. Die Kante eines Schwedenkastenzwischenteils wird an die Abwurflinie angelegt.	
Testdurchführung	Das Kind wirft von der Abwurflinie sechs Wurfballs auf die Zielscheibe.	
Kriterien	<ul style="list-style-type: none">• Das Kind steht hinter dem Schwedenkastenteil.• Die Berührung der Zielscheibe zählt als Treffer.	
Bewertung	6 Versuche, die Anzahl der Treffer wird notiert.	
Material	<ul style="list-style-type: none">• 6 Schlagbälle/Jonglierbälle (Durchmesser: 65 mm; Gewicht: 80 g)• 1 runde Zielscheibe (Durchmesser: 40 cm)• Schwedenkastenzwischenteil• Klebeband (ca. 30 mm breit)	
Anweisungen/ Demonstration	„Stellt euch hinter das Kastenteil und werft mit den Bällen auf die Zielscheibe. Ihr habt insgesamt sechs Versuche. Schaut her, ich mache es euch einmal vor.“ (Demonstration)	
Hinweise	<ul style="list-style-type: none">• Die Art des Werfens ist frei wählbar (Stossen des Balles ist erlaubt).• Demonstration eines Schlagwurfs/Kernwurfs.	

Fangen (2)

Testbatterie	MOBAK-KG	
Faktor/Bereich	Etwas-Bewegen	
Testaufgabe	Einen Ball fangen können.	
Testaufbau	Zwei Linien werden im Abstand von 1.5 m zueinander mit Klebeband markiert. Diese Linien werden durch eine senkrecht dazu stehende Linie miteinander verbunden und in der Mitte bei 0.75 m markiert. Zur Orientierung wird ein Malstab in der Höhe von 1.1 m markiert und neben die Linie gestellt.	
Testdurchführung	Der Testleiter und das Kind stellen sich jeweils hinter die 1.5 m entfernten Linien. Der Testleiter wirft den Basketball aus den schräg nach oben ausgestreckten Armen auf die mittlere Bodenmarkierung, so dass der Ball ca. 1.1 m nach oben springt. Das Kind fängt den Ball nach dem Aufspringen.	
Kriterien	<ul style="list-style-type: none">• Der Ball wird nach dem Aufspringen gefangen.• Der Ball muss mit den Handinnenflächen gefangen werden.• Der Ball darf nicht im „Körbchen“ gefangen oder zum Halten an die Brust gedrückt werden.	
Bewertung	6 Versuche, die Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.	
Material	<ul style="list-style-type: none">• 1 kleiner Basketball (Grösse 3, Durchmesser: 16 cm; Gewicht: 300 g)• 1 Malstab• Klebeband (ca. 30 mm breit)	
Anweisungen/ Demonstration	„Stellt euch hinter die Linie. Ich prelle den Ball gleich einmal auf den Boden. Ihr fangt den Ball nach dem Aufspringen. Fangt den Ball mit den Händen, so dass er die Brust nicht berührt.“ (Demonstration)	
Hinweise	<ul style="list-style-type: none">• Demonstration: Testleiter positioniert sich vor dem Kind und hält den Ball mit gestreckten Armen vor dem Kopf hoch.• Der Ball darf mit beiden Händen gefangen werden.• Der Testleiter übt das Werfen des Balles vorher, damit der Ball wirklich ca. 1.1 m hoch springt.• Vorsicht vor wegspringenden Bällen.• Der Ball kann direkt nach dem Aufspringen oder nach dem Umkehrpunkt gefangen werden.	


Prellen (3)

Testbatterie	MOBAK-KG	
Faktor/Bereich	Etwas-Bewegen	
Testaufgabe	Einen Ball mit den Händen prellen und fangen können.	
Testaufbau	Ein Ball liegt auf einer freien Fläche bereit. Am Boden ist ein Kreuz aus Klebeband markiert.	
Testdurchführung	Das Kind prellt den Ball beidhändig auf den Boden und fängt ihn wieder, ohne dabei den Ball zu verlieren.	
Kriterien	<ul style="list-style-type: none">• Es muss ab Beginn des Versuchs mindestens fünf Mal am Stück ohne Fehler geprellt werden.• Der Ball darf nicht verloren gehen.• Es muss eine aktive Beschleunigung des Balles durch eine Unterarm-Stossbewegung erfolgen (kein reines Fallenlassen).• Der Ball muss rhythmisch auf den Boden geprellt werden.• Zwischen den „Würfen“ darf maximal 1 sek vergehen.• Der Ball muss ca. auf Abwurfhöhe gefangen werden.• Der Ball muss mit den Handflächen gefangen werden.	
Bewertung	2 Versuche, die Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.	
Material	<ul style="list-style-type: none">• 1 Volleyball (Grösse 5)• Klebeband (ca. 30 mm breit)	
Anweisungen/ Demonstration	„Stellt euch mit dem Ball in den Händen und leicht gegrätschten Beinen hin. Prellt den Ball jeweils auf den Boden und fangt ihn wieder. Macht dies so häufig wie ihr könnt. Ich sage dann stopp. Schaut her, ich mache es euch einmal vor.“ (Demonstration)	
Hinweise	<ul style="list-style-type: none">• Demonstration mit leicht gegrätschten Beinen.• Einhändiges prellen ist erlaubt.• Kind pro Versuch bis zu zehn Mal prellen lassen, danach Versuch beenden.• Sobald ein Fehler geschieht, gilt der Versuch als beendet.	

Dribbeln (4)

Testbatterie	MOBAK-KG	
Faktor/Bereich	Etwas-Bewegen	
Testaufgabe	Einen Ball kontrolliert mit den Füßen dribbeln können.	
Testaufbau	Mittels Klebeband markierter Korridor (2.8 x 9.0 m Innenmaße) mit Hütchen in allen Ecken. Nach 3.0 m und nach 6.0 m wird versetzt je ein Schwedenkastenzwischenteil quer in den Korridor gelegt. Der Startpunkt in der Mitte der kurzen Seite wird mit einem Kreuz aus Klebeband markiert.	
Testdurchführung	Das Kind dribbelt den Ball mit den Füßen um die Schwedenkastenteile durch den Korridor.	
Kriterien	<ul style="list-style-type: none">• Das Kind muss sich flüssig und kontinuierlich vorwärtsbewegen.• Der Ball darf nicht mit den Händen berührt werden.• Der seitliche Korridor darf vom Kind <u>und</u> vom Ball nicht verlassen werden.• Die Seitenlinien dürfen nicht berührt werden.• Die Schwedenkastenteile dürfen nicht berührt werden.	
Bewertung	2 Versuche, die Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.	
Material	<ul style="list-style-type: none">• 1 Futsal-Ball (Größe 4)• 4 Hütchen• 2 Schwedenkastenzwischenteile (1.5 m lang)• Klebeband (ca. 30 mm breit)	
Anweisungen/ Demonstration	„Stellt euch mit dem Ball am Fuß hinter die Startlinie. Dribbelt den Ball zwischen den Schwedenkastenteilen durch den Korridor bis über die Ziellinie. Bleibt dabei im Feld zwischen den beiden Linien und versucht, die Schwedenkastenteile nicht zu berühren. Schaut her, ich mache es euch einmal vor.“ (Demonstration) „Denkt daran, dass es nicht um Geschwindigkeit geht, sondern dass die Aufgabe ohne Fehler ausgeführt wird.“	
Hinweise	<ul style="list-style-type: none">• Es darf mit beiden Füßen gedribbelt werden.• Das Kind darf nicht länger als 1 sek am Ort stehen bleiben.• Wettbewerbe zwischen den Kindern, welche zu unsauberem Ausführen der Aufgabe führen, sollten frühzeitig unterbunden werden.	

Balancieren (5)

Testbatterie	MOBAK-KG	
Faktor/Bereich	Sich-Bewegen	
Testaufgabe	Über eine umgedrehte Langbank balancieren können.	
Testaufbau	Eine umgedrehte Langbank liegt flach auf dem Boden mit einem Ende in Richtung Wand. Darauf ist mittig eine Distanz von 3.0 m mit Klebeband markiert.	
Testdurchführung	Das Kind balanciert ab der ersten Markierung vorwärts über die umgedrehte Langbank bis zur zweiten Markierung, berührt diese und balanciert dann rückwärts wieder zurück zur ersten Markierung.	
Kriterien	<ul style="list-style-type: none">• Das Kind balanciert ohne stehen zu bleiben.• Es muss eine kontinuierliche Vorwärts- bzw. Rückwärtsbewegung erkennbar sein.• Die Markierungen müssen berührt werden.• Die Langbank darf nicht verlassen werden.• Seitwärts balancieren ist nicht erlaubt.• Die Hüfte des Kindes muss senkrecht zur Langbank sein.• Nachstellschritte sind nicht erlaubt.	
Bewertung	2 Versuche, die Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.	
Material	<ul style="list-style-type: none">• 1 Langbank (38 cm hoch, Unterseite: mind. 3.2 m lang und 10 cm breit)• Klebeband (ca. 30 mm breit)	
Anweisungen/ Demonstration	„Steigt auf die Langbank und geht darüber. Zuerst geht ihr vorwärts bis zur Markierung und dann rückwärts zurück zur ersten Markierung. Schaut her, ich mache es euch einmal vor.“ (Demonstration)	
Hinweise	<ul style="list-style-type: none">• Das Kind darf nicht länger als 1 sek am Ort stehen bleiben.• Korrekturen des Gleichgewichts sind erlaubt.• Der Testleiter sagt das Erreichen der Endmarkierung beim Rückwärtsgehen an.	

Rollen (6)

Testbatterie	MOBAK-KG	
Faktor/Bereich	Sich-Bewegen	
Testaufgabe	Vorwärts rollen können.	
Testaufbau	Zwei Matten werden längs hintereinander auf ein Sprungbrett gelegt. Davor wird ein Schwedenkastenoberteil platziert.	
Testdurchführung	Das Kind turnt auf der schiefen Ebene eine Rolle vorwärts und kommt in einem Fluss wieder auf die Füße zum Stehen.	
Kriterien	<ul style="list-style-type: none">• Die Bewegungsausführung ist flüssig ohne Unterbrechung bis zum Stand.• Die Abrollbewegung ist gerade mit rundem Rücken und erfolgt über den Nacken und wenn nötig Hinterkopf.• Seitliches Abrollen über die Schulter ist nicht erlaubt.• Das Überkreuzen der Beine beim Aufstehen ist nicht erlaubt.	
Bewertung	2 Versuche, die Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.	
Material	<ul style="list-style-type: none">• 2 Turnmatten (ca. 7 cm dick)• Sprungbrett• Schwedenkastenoberteil	
Anweisungen/ Demonstration	„Stellt euch auf das Schwedenkastenoberteil. Geht in die Hocke und stützt die Hände vor euch ab. Legt euer Kinn auf die Brust und macht eine Rolle vorwärts auf der Matte bis zum Stand. Ihr dürft euch beim Aufstehen mit den Händen abstützen. Schaut her, ich mache es euch einmal vor.“ (Demonstration ohne Unterstützung der Hände beim Aufstehen)	
Hinweise	<ul style="list-style-type: none">• Start im Kauerstand.• Kinn auf die Brust.• Die Hände dürfen beim Aufstehen unterstützen.• Der Testleiter leistet Sicherheitsstellung. Ein Eingreifen gilt als nicht bestanden.	

Springen (7)

Testbatterie MOBAK-KG

Faktor/Bereich Sich-Bewegen



Testaufgabe Kontinuierlich (einbeinig) vorwärts springen können.

Testaufbau 2 Linien im Abstand von 3.0 m werden mit Klebeband und Hütchen markiert.

Testdurchführung Gestartet wird im beidbeinigen Stand hinter der Startlinie. Das Kind springt kontinuierlich auf einem Bein bis über die Endlinie. Danach dreht es sich um und springt auf dem anderen Bein bis über die Startlinie zurück.

Kriterien

- Das Kind springt kontinuierlich ohne länger als 1 sek stehen zu bleiben.
- Das Einbeinspringen muss über die gesamte Distanz beibehalten werden.

Bewertung 2 Versuche, die Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.

Material


- 4 Hütchen
- Klebeband (ca. 30 mm breit)

**Anweisungen/
Demonstration** „Stellt euch mit beiden Beinen hinter die Startlinie. Springt nun auf einem Bein bis über die Endlinie. Danach dreht ihr euch um und springt auf dem anderen Bein bis über die Startlinie zurück. Schaut her, ich mache es euch einmal vor.“ (Demonstration)

Hinweise

- Das Kind entscheidet frei, mit welchem Bein es startet.
- Für den Richtungswechsel darf kurz abgestanden werden.
- Hinweis nach dem Hinweg geben, dass das Bein gewechselt werden muss.

Laufen (8)

Testbatterie	MOBAK-KG	
Faktor/Bereich	Sich-Bewegen	
Testaufgabe	Vorwärts und rückwärts laufen können.	
Testaufbau	Ein Korridor von 0.6 x 4.0 m wird senkrecht zur Wand mit Klebeband und Hütchen markiert. Die Startlinie (kurze Seite des Korridors) wird mit Klebeband markiert.	
Testdurchführung	Das Kind startet hinter der Startlinie, läuft im Korridor vorwärts bis zur Wand und berührt diese mit der Hand. Danach läuft es rückwärts zurück bis es die Startlinie berührt und wiederholt das Ganze. Zweimal hintereinander hin und zurück laufen gilt als ein Versuch.	
Kriterien	<ul style="list-style-type: none">• Das Kind macht kontinuierliche Schritte und läuft ohne Unterbrechung zweimal hin und zurück.• Die Hütchen sowie die Seitenlinien dürfen nicht berührt werden.• Die Wand und die Startlinie müssen jeweils berührt werden.• Die Hüfte (Körperquerachse) bleibt senkrecht zur Laufrichtung.	
Bewertung	2 Versuche, die Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.	
Material	<ul style="list-style-type: none">• 6 Hütchen• Klebeband (ca. 30 mm breit)	
Anweisungen/ Demonstration	„Stellt euch hinter die Linie zwischen die Hütchen. Lauft nun vorwärts bis zur Wand und berührt diese. Dann läuft ihr rückwärts zurück bis ihr die Startlinie zwischen den Hütchen berührt und macht das Ganze gleich noch einmal. Bleibt dabei zwischen den seitlichen Hütchen. Schaut her, ich mache es euch einmal vor.“ (Demonstration)	
Hinweise	<ul style="list-style-type: none">• Demonstrieren mit Hinweis: hin, zurück, hin, zurück.• Erinnerung für zweimaliges Absolvieren der Strecke.	

Kontakt

Dr. Christian Herrmann

Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit

Universität Basel

Birsstrasse 320 B

CH-4052 Basel

Schweiz

Tel.: 0041 61 207 47 81

Fax: 0041 61 207 47 89

E-Mail: christian.herrmann@unibas.ch

Homepages: www.mobak.info / www.dsb.g.unibas.ch

