

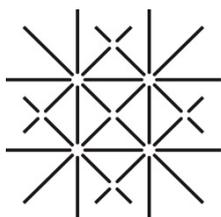
Sara Seiler, Christian Herrmann & Erin Gerlach

Universität Basel
Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit

Testmanual IMPEQT-MOBAQ

Motorische Basisqualifikationen in der 7. & 8. Klasse

Stand: Januar 2016



UNI
BASEL



UNIVERSITÄT BASEL
Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit

Impressum

Autoren:

Sara Seiler
Dr. Christian Herrmann
Prof. Dr. Erin Gerlach

Mitarbeit:

Marina Bacchetta
Gavin Brupbacher

Gestaltung:

Sara Baur
Marina Bacchetta
Anne Sagafe

Auflagen:

1. Auflage: Januar 2016

Bildnachweis:

Dr. Christian Herrmann

Copyright:

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

Alle Rechte vorbehalten. Ohne ausdrückliche Genehmigung der Autoren ist es nicht gestattet, den Inhalt dieser Handreichung oder Teile daraus auf foto-, drucktechnischem oder digitalem Weg für gewerbliche Zwecke zu vervielfältigen.

Inhalt

1. Problemstellung	3
2. Theoretischer Hintergrund	3
3. Die IMPEQT-MOBAQ Testbatterie	5
3.1. <i>Entwicklung der Testaufgaben</i>	5
3.2. <i>Durchführung der Testaufgaben</i>	6
3.3. <i>Beschreibung der Testaufgaben</i>	7
3.4. <i>Auswertung der Testaufgaben</i>	7
4. Literatur	8
Anhang 1: Beschreibung der Testaufgaben	9
Anhang 2: Kurzfassung der Testaufgaben und Erhebungstabelle	22

1. Problemstellung

Unsere Gesellschaft ist geprägt von verschiedenen Kulturen, unter anderem der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur. Es steht außer Frage, dass die Beteiligung an dieser Kultur jedem Individuum zugänglich sein sollte. Jedoch bedarf es gewissen „motorischen Grundwerkzeugen“ im Sinne von bestimmtem Bewegungskönnen, um aktiv und gestaltend an dieser Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur teilzuhaben.

Bewegungskönnen ist eine der zentralen Voraussetzungen, um einerseits physische Anforderungen im Alltag zu bewältigen, sowie andererseits aktiv und gestaltend an der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur einer jeweiligen Gesellschaft partizipieren zu können. Nur dann ist auch eine aktive Beteiligung am Sportunterricht der Schule gewährleistet, der dazu beiträgt das individuelle Bewegungsrepertoire zu erweitern und das Bewegungskönnen eines jeden Schülers auf vielfältige Weise zu ergänzen und zu vertiefen.

Allerdings häufen sich die Indizien und Belege für einen Mangel an Bewegungserfahrung und Bewegungskönnen im Kindes- und Jugendalter. Entsprechend kann nicht davon ausgegangen werden, dass jedes Kind die benötigten motorischen Voraussetzungen zur aktiven Teilhabe an der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur besitzt.

Das vorliegende Manual beschreibt ein Instrument zur Erfassung motorischer Basisqualifikationen als Mindestvoraussetzungen zur aktiven Teilhabe an der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur. Das Instrument basiert auf ursprünglich für die 5. Jahrgangsstufe entwickelten Testaufgaben und wurde für einen Einsatz in der 7. Jahrgangsstufe angepasst.

2. Theoretischer Hintergrund

Um dem Bewegungsmangel entgegen zu wirken und allen Kindern eine Teilhabe an der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur zu ermöglichen, wurde aus wissenschaftlicher Sicht die Frage gestellt, über welche Bewegungsqualifikationen ein Kind in einem bestimmten Alter mindestens verfügen sollte. Damit einhergehend begann eine Orientierung an Mindeststandards, um eine Grundlage zu setzen, die alle Kinder erreichen sollten und die gleichzeitig als Voraussetzung für eine aktive Teilhabe an Sportangeboten bzw. der gesamten Bewegungskultur dient. Diese Orientierung an Mindeststandards beschreibt ein Kompetenzniveau, bei dem zwar die curricularen Vorgaben noch nicht komplett erreicht werden, es jedoch Ziel der Bildungssysteme sein sollte, dass alle Schülerinnen und Schüler diese Mindeststandards als Basis und Ausgangspunkt für höhere Kompetenzstufen erreichen (Fischer & Feindt, 2002, S. 223).

Diese motorischen Basisqualifikationen (MOBAQ) werden benötigt, um ...

... an der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur aktiv teilnehmen zu können.

... Bewegung, Spiel und Sport als etwas Wertvolles im Leben zu erfahren und zu verstehen.

... eine fundierte Entscheidung treffen zu können, welchen Bestandteil Bewegung, Spiel und Sport im individuellen Lebensstil besitzen soll (Gogoll, 2012; Kurz, Fritz & Tscherpel, 2008).

Der Verwendungszweck des MOBAQ-Ansatzes liegt in der *Lernstanderhebung*, um zu fragen, was Schüler am Ende einer bestimmten Ausbildungszeit (z.B. am Ende der Primarschulzeit) können. Auch als *Diagnose-Instrument* ist der MOBAQ-Ansatz nützlich, um besonderen Förderbedarf für bestimmte Gruppen zu identifizieren (Bildungs-Monitoring). Auf diese Weise kann auch die Voraussetzung zur aktiven Teilhabe am Sportunterricht und der außerschulischen Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur überprüft werden. Kinder, die nicht ausreichend über Basisqualifikationen verfügen, können kaum im Sportunterricht gefördert werden, da eine adäquate aktive Teilhabe sichtlich erschwert ist (Kurz, 2007; Kurz & Fritz, 2007). Entsprechend hat es sich der Ansatz der motorischen Basisqualifikationen zur Aufgabe gemacht, funktionale, lebensweltliche Aufgaben zu entwickeln, für die Erhebung einfacher bis komplexer Fertigkeiten, die erlernbar und erwerbbar sind und den aktuellen Könnens-Stand der Schüler/innen einer bestimmten Jahrgangsstufe repräsentieren.

Die Erfassung motorischer Basisqualifikationen zeigt sich auf mehrfache Weise kompatibel mit einer kompetenztheoretischen Herangehensweise. Motorische Basisqualifikationen ...

- ... sind nachhaltig erlernbar und stellen keine unveränderbaren Bestandteile der menschlichen Motorik dar.
- ... berücksichtigen Vorerfahrungen und sind durch Üben verbesserbar.
- ... sind explizit Kulturwerkzeuge zum Verständnis und zum Zugang zur Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur.
- ... sind ausdrücklich kontextabhängig und beziehen sich auf spezifische Anforderungssituationen im Fach Sport.
- ... stellen funktionale Leistungsdispositionen für die Beteiligung an der Bewegungs-, Spiel und Sportkultur dar und konkretisieren die Ziele des Faches in einem definierten Kernbereich. Es wird jedoch nicht beansprucht, den gesamten Bildungsauftrag des Faches zu erfassen, vielmehr beschreiben die MOBAQs die psycho-motorischen Voraussetzungen dafür, dass ein Zugang zu höheren Bildungsgegenständen im Fach Sport möglich wird.

Eine motorische Basisqualifikation zeigt sich durch das praktische Lösen einer komplexen, kontextgebundenen Aufgabe. Sie beinhaltet motorische Ansprüche, kognitive, motivationale und volitionale Voraussetzungen und unterscheidet sich damit grundlegend von Fähigkeiten bzw. fähigkeitsorientierten Tests (Kurz et al., 2008). Eine motorische Basisqualifikation ist entweder vorhanden oder es weist sich ein Defizit auf. Entsprechend sind die Testaufgaben entweder nur zu bestehen oder man besteht eine (oder mehrere) Aufgabe/n nicht.

3. Die IMPEQT-MOBAQ Testbatterie

3.1. Entwicklung der Testaufgaben

Ausgehend von dieser Frage nach Mindeststandards wurden motorische Basisqualifikationen als Voraussetzung für ein bewegungsaktives Leben normativ gesetzt. Bereits 2005 hat eine Forschergruppe in Nordrhein-Westfalen (NRW) mit der Arbeit zur Entwicklung von solchen Testaufgaben begonnen. In Zusammenarbeit mit Fachdidaktikern und Sportpraktikern wurden Testaufgaben entwickelt, die Partizipationskompetenzen in den Bewegungsfeldern „Schwimmen“, „Ballspiel“, „Turnen“, „Laufen und Springen“, „Rhythmisches Bewegen“ und „Fahrrad fahren“ erfassen (Kurz et al., 2008). Bei der Erarbeitung der Testaufgaben orientierte man sich einerseits an den Lehrplänen für das Fach Sport, andererseits an den Verbreitungsdaten sportlichen Engagements in der Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen.

In der IMPEQT-Studie bestand die endgültige Testbatterie aus zwölf Testaufgaben die sich normativ zu drei Bewegungsbereichen des „Laufen, Springen, Werfen“, der „Bewegungskünste“ und der „Ballspiele“ zuordnen ließen. Dabei orientierte man sich an den zuvor entwickelten Testaufgaben der NRW-MOBAQ-Studie (Kurz, Fritz & Tscherpel, 2007) und passte diese Aufgaben für eine Erhebung in der siebten Jahrgangsstufe und an das Schweizer Curriculum an. Die Erweiterung und Anpassung der Testaufgaben erfolgte in Kooperation mit einem Team der Universitäten Luxemburg und Bielefeld¹.

Vor dem Hintergrund des ursprünglichen Einsatzzwecks des MOBAQ-Instruments in der Erhebung eines dummy-kodierten motorischen Mindeststandard wurden zur Anpassung der Schwierigkeiten der Testaufgaben für einige Testaufgaben eine aufbauende zweite Schwierigkeitsstufe eingeführt, die jedoch nicht als ein normativ definierter Maximalstandard verstanden werden darf. Damit konnte der Leistungsbereich der Items weiter ausgeschöpft werden. Die Testaufgaben „Laufen“, „Hindernislauf“, „Sprungparcours“, „Abzug vom Reck“ und „Mauersprung“ blieben in der bisherigen Form bestehen. Eine zweite Schwierigkeitsstufe wurde bei den Aufgaben „Prellen“, „Passen“, „Seilspringen“, „Hangeln“ und „Zielwerfen“ eingeführt: Bei den Aufgaben „Prellen“ und „Passen“ wurde die Beidseitigkeit der Hände bzw. Füße als Ergänzung in die Aufgabe mit aufgenommen. Diese Aufgaben wurden sowohl mit der leistungsstärkeren als auch der leistungsschwächeren Hand, bzw. mit dem bevorzugten und weniger bevorzugtem Fuss ausgeführt. Die Testaufgabe „Seilspringen“ wurde durch einen Rhythmuswechsel erweitert. Das „Hangeln“ wurde sowohl vorwärts als auch rückwärts durchgeführt. Beim Zielwerfen sollte in einen abgesteckten Bereich getroffen werden, der sich in einem kleineren und drum herum grösseren Bereich aufteilte. Die Aufgabe „Zielwerfen“ wurde zum zweiten Messzeitpunkt zusätzlich in der Wiederholungszahl der Wurfausübung erhöht. Zu den bisherigen zwei Versuchen kamen sechs weitere Versuche hinzu, sodass insgesamt acht Versuche pro Schüler/in erhoben wurden.

Die Komplexität der Testaufgabe „Werfen und Fangen“ wurde durch das Wahrnehmen einer angezeigten Zahl während der Durchführung der Aufgabe gesteigert. Ebenso wurde die Aufgabe des „Balancierens“ durch das Hinzufügen einer Zusatzaufgabe während des Balancierens (Ball hoch werfen und fangen) erschwert. Die ursprünglichen Testaufgaben aus den Bereichen Schwimmen und Radfahren wurden in der IMPEQT-Studie aus ökonomischen und aus curricularen Gründen nicht eingesetzt.

¹ An dieser Stelle sei ein herzliches Dankeschön gerichtet an Prof. Dr. Dietrich Kurz, Sabine Rethorst und Uta Lindemann (Universität Bielefeld) sowie an Claude Scheuer und Prof. Dr. Werner Becker (Universität Luxemburg).



Abbildung 1: Die zwölf MOBAQ-Testitems der IMPEQT-Studie.

Alle eingesetzten Aufgaben sind mit dem Kompetenzraster des Schulsportamtes des Kantons Zürich (Zürich, 2016), als auch mit den im Lehrplan 21 (D-EDK, 2015) formulierten Kompetenzbereichen kompatibel.

Die IMPEQT-MOBAQ Testaufgaben wurden in einer Validierungsstudie einer empirischen Überprüfung unterzogen (ausführlich Herrmann, Seiler, Pühse & Gerlach, submitted for publication). Es konnte mittels exploratorischer und konfirmatorischer Faktorenanalyse eine zweifaktorielle Struktur bei guter Modellanpassung ermittelt und bestätigt werden. Dabei fallen die Testaufgaben „Laufen“, „Laufen über Hindernisse“, „Sprungparcours“, „Hangeln“, „Seilspringen“ und „Mauersprung“ einem übergeordneten Faktor „MOBAK-Körper“ zu, der als Kompetenz des „Sich-Bewegens“ bezeichnet werden kann (motorische Basis-Kompetenz). Die anderen Testaufgaben „Zielwerfen“, „Prellen“, „Passen“ und „Werfen & Fangen“ kennzeichnen sich alle durch die Benutzung eines Objektes aus und sind somit einem Faktor „MOBAK-Ball“ und der Kompetenz „Etwas-Bewegen“ zuzuordnen. Dabei ließ sich in explorativen Voranalysen das Item „Balancieren“ aufgrund hoher Nebenladungen keinem Faktor eindeutig zuordnen. Dies konnte inhaltlich mit der zweifachen Anforderung begründet werden, auf der Langbank zu balancieren und gleichzeitig einen Ball zu werfen und zu fangen. Daher wurde dieses Item aus der Analyse ausgeschlossen. In diesem Testmanuals wird das Testitem „Balancieren“ als Zusatzaufgabe weiter aufgeführt.

3.2. Durchführung der Testaufgaben

Die Testaufgaben werden von Testleitern in zwei Unterrichtsstunden (insgesamt 90 Minuten) in einer Schulsporthalle durchgeführt. Dabei wird als Organisationsform ein Stationenbetrieb gewählt, bei dem ein Testleiter mit einer Kleingruppe an Schülern/Schülerinnen jede Testaufgabe einzeln durchläuft. Jede Testaufgabe wird vom Testleiter einmal erklärt und einmal demonstriert. Die Schüler/innen haben einen Probeversuch. Danach haben sie jeweils zwei Versuche pro Testaufgabe. Lediglich die beiden Aufgaben „Laufen“ und „Zielwerfen“ sind Ausnahmen. Bei der Testaufgabe „Laufen“ gibt es weder eine Demonstration noch einen Probeversuch. Bei der Testaufgabe „Zielwerfen“ haben die Schüler/innen sechs Versuche.

Es werden immer alle Versuche notiert. Die Kriterien des Bestehens bzw. Nichtbestehens für die jeweiligen Testaufgaben können den Beschreibungen der Testaufgaben im folgenden Kapitel entnommen werden.

3.3. Beschreibung der Testaufgaben

Im Anhang 1 dieses Manuals wird jede Testaufgabe ausführlich beschrieben. Dabei wird im Speziellen auf die Kriterien zur Beurteilung der jeweiligen Aufgaben sowie der für den Testaufbau benötigten Materialien eingegangen. Es folgt eine leicht verkürzte Zusammenfassung aller Aufgaben in tabellarischer Form (Anhang 2).

3.4. Auswertung der Testaufgaben

Zur Erhebung der elf bzw. zwölf (inkl. Zusatzaufgabe „Balancieren“) IMPEQT-MOBAQ-Testaufgaben liegt diesem Manual ein Erhebungsbogen (Anhang 2) bei.

Die Aufgaben werden als bestanden bzw. als nicht bestanden anhand der formulierten Kriterien bewertet (siehe Beschreibung der Testaufgaben). Die Testaufgaben sind bestanden, sofern die Kriterien der jeweiligen Aufgaben erfüllt wurden.

Die Auswertung erfolgt auf Basis der Einzel-Testitems. Im Sinne einer Bestandsaufnahme über den Mindest-Könnens-Stand von Schülern/Schülerinnen wird dabei zwischen der Anzahl bestandener und nicht bestandener Aufgaben differenziert. Ein Nichtbestehen einer Testaufgabe bedeutet ein Defizit im Teilbereich der „Sich-Bewegen“ oder „Etwas-Bewegen“-Aufgaben.

In der ursprünglich von Kurz, et al. (2008) entwickelten Testbatterie wurde das Bestehen eines Kompetenzbereiches (übergeordneter Bewegungsbereich wie „Laufen, Springen, Werfen“ oder „Ballspiele“, etc.) anhand der bestandenen Testaufgaben innerhalb dieses Kompetenzbereiches festgelegt. Zum erfolgreichen Bestehen eines Kompetenzbereiches müssen mindestens die Hälfte aller dazugehörigen Testaufgaben bestanden werden. Ist dies nicht der Fall, deutet dies auf unzureichendes Vorhandensein von Mindeststandards im jeweiligen Bereich hin und kann eine aktive Teilhabe am Sportunterricht und vor allem an der außerschulischen Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur erschweren.

Überträgt man diesen Ansatz auf die beiden Kompetenzbereiche, die durch die IMPEQT-MOBAQ-Testaufgaben erhoben werden können, bedeutet dies, dass für den Bereich „Sich-Bewegen“ mindestens vier Testaufgaben bestanden werden müssen und für den Bereich „Etwas-Bewegen“ mindestens zwei der dazugehörigen vier Aufgaben bestanden werden müssen.

Die Einführung und Erhebung der zweiten Stufe spielt nur für Zwecke der Unterrichtsforschung eine Rolle und kann an dieser Stelle aussen vor gelassen werden. Ebenso ist die Modellierung der einzelnen Testitems zu latenten Faktoren für die Unterrichtsforschung relevant, weniger für ein Screening von aktuellen Lernleistungen der Schüler/innen im Sportunterricht.

Daher empfehlen wir die Erhebung aller Testaufgaben und ein Vergleich der Schüler/innen untereinander in der Häufigkeit der bestandenen und nicht bestandenen Testaufgaben.

4. Literatur

- D-EDK, D.E. (2015). *Lehrplan 21*. Zugriff am unter <http://www.lehrplan.ch>
- Fischer, D. & Feindt, A. (2010). Vom Kompetenzmodell zum Unterricht - Fach Evangelische Religion. In A. Gehrmann, U. Hericks & M. Lüders (Hrsg.), *Bildungsstandards und Kompetenzmodelle* (S. 223-236). Bad Heilbrunn: Julius Klinkhardt.
- Gogoll, A. (2012). Sport- und bewegungskulturelle Kompetenz - ein Modellentwurf für das Fach Sport. In A.-C. Roth, E. Balz, J. Frohn & P. Neumann (Hrsg.), *Kompetenzorientiert Sport unterrichten. Grundlagen, Befunde, Beispiele*. Aachen: Shaker.
- Herrmann, C., Seiler, S., Pühse, U. & Gerlach, E. (submitted for publication). *Empirische Überprüfung der Struktur von motorischen Basisqualifikationen im Schulsport*. Unveröffentlichtes Manuskript.
- Kurz, D. (2007). Bildungsstandards für das Fach Sport. In P. Labudde (Hrsg.), *Bildungsstandards am Gymnasium. Korsett oder Katalysator?* (S. 293-303). Bern: h.e.p.-Verlag.
- Kurz, D. & Fritz, T. (2007). *Motorische Basisqualifikationen von Kindern. Ergebnisse einer repräsentativen Untersuchung in Nordrhein-Westfalen. Abschlussbericht über das Forschungsprojekt MOBAQ I und II*. Bielefeld: Universität.
- Kurz, D., Fritz, T. & Tscherpel, R. (2007). *MOBAQ. Motorische Basisqualifikationen von Kindern. Testmanual*. Bielefeld: Universität.
- Kurz, D., Fritz, T. & Tscherpel, R. (2008). Der MOBAQ-Ansatz als Konzept für Mindeststandards für den Sportunterricht? In V. Oesterhelt, J. Hofmann, M. Scholz & H. Altenberger (Hrsg.), *Sportpädagogik im Spannungsfeld gesellschaftlicher Erwartungen, wissenschaftlicher Ansprüche und empirischer Befunde* (S. 97-106). Hamburg: Czwalina.
- Zürich, S. (2016). *Kompetenzraster Sportunterricht*. Zugriff am 11.01.2016 unter <https://www.stadt-zuerich.ch/ssd/de/index/sport/unterstuetzung-fuer-lehrpersonen/kompetenzraster.html>

ANHANG – 1

Beschreibung der Testaufgaben

Laufen (1)

Testbatterie IMPEQT-MOBAQ

Faktor/Bereich Sich-Bewegen



Qualifikation 10 Minuten am Stück laufen können.

Testaufgabe Die Testperson läuft zehn Minuten ohne Pause im selbstgewählten Tempo.

Kriterien

- Ohne Unterbrechung zehn Minuten laufen
- Tempo darf selbst bestimmt und variiert werden

Bewertung 1 Versuch

Testaufbau Die Eckpunkte der Runde werden markiert.

Material

- 4 Pylonen
- Stoppuhr

Laufen über Hindernisse (2)

Testbatterie IMPEQT-MOBAQ

Faktor/Bereich Sich-Bewegen



Qualifikation Hindernisse im 3er-Rhythmus überlaufen können.

Testaufgabe Die Testperson läuft im 3er-Rhythmus über aufgestellte Bananenkartons.

Kriterien

- Die Bananenkartons werden im 3er-Rhythmus übersprungen (drei Schritte zwischen den Bananenkartons – dies entspricht vier Bodenkontakten zwischen den Bananenkartons)
- Die Testperson springt immer mit demselben Bein ab
- Das Bein wird über den Bananenkarton geführt (nicht seitlich vorbei)
- Die Bananenkartons werden nicht berührt

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

Testaufbau



Eine Start- und eine Zielpylone sowie drei Bananenkartons stehen auf einer Linie. Der erste Bananenkarton steht 6.50 m hinter der Startpylone, danach folgen zwei weitere Bananenkartons im Abstand von je 6.50 m. Die Zielpylone steht 2.50 m hinter dem letzten Bananenkarton. Die Abstände werden mit Klebeband markiert.

Material

- 3 Bananenkartons
- 2 Pylonen
- Massband
- Klebeband

Sprungparcours (3)

Testbatterie IMPEQT-MOBAQ

Faktor/Bereich Sich-Bewegen



Qualifikation Einbeinig und beidbeinig kontrolliert und flüssig springen können.

Testaufgabe Die Testperson durchspringt einen Parcours im vorgegebenen Rhythmus und Beinwechsel.

Rhythmus und Beinwechsel:

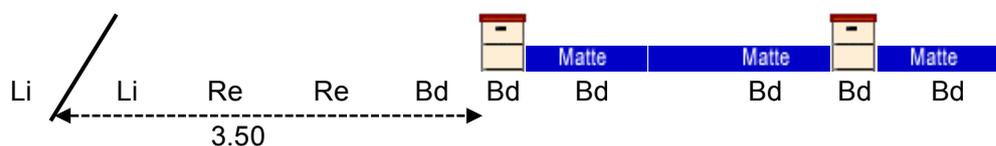
- Start auf dem linken Bein hinter der Absprunglinie
- 1 Sprung auf den linken Fuss (Li), 2 Sprünge auf dem rechten Fuss (Re), danach beidbeinige (Bd) Landung vor dem Kasten
- Beidbeiniger Sprung auf den Kasten
- Zwei Kontakte auf der ersten Matte (beidbeinige Sprünge)
- Sprung über die querliegende Matte
- Zwei Kontakte auf der dritten Matte (beidbeinige Sprünge)
- Sprung auf den Kasten (beidbeiniger Sprung)
- Sprung vom Kasten auf die vierte Matte (beidbeiniger Sprung)

Kriterien

- Korrekter Rhythmus
- Korrekte Beinwechsel
- Querliegende Matte wird nicht berührt
- Sicherer Stand von mind. zwei Sekunden nach dem letzten Sprung
- Der Parcours wird ohne Pause und flüssig durchsprungen

Bewertung 2 Versuche

Testaufbau Nach der Absprunglinie wird nach 3.50 m ein zweiteiliger Kasten quer aufgestellt.



Dahinter liegen drei Matten aneinander, wobei nur die mittlere Matte quer liegt. Danach folgt ein weiterer zweiteiliger Kasten, gefolgt von einer längs liegenden Matte.

Material

- 2 zweiteilige Kästen
- 4 kleine Turnmatten
- Massband
- Klebeband

Abzug vom Reck (4)

Testbatterie	IMPEQT-MOBAQ
Faktor/Bereich	Sich-Bewegen



Qualifikation

Sich kontrolliert um die Reckstange drehen können.

Testaufgabe

Die Testperson springt in den Stütz am Reck und hält diesen für zwei Sekunden. Die Testperson dreht sich daraufhin nach vorne um die Stange und landet mit beiden Füßen hinter der Markierung unterhalb der Reckstange.

- Die Testperson stellt sich an das Reck und greift mit gebeugten Armen schulterbreit von oben auf die Reckstange.
- Jetzt springt die Person nach oben ab und streckt dabei kräftig die Arme. Nun ist die Person im Stütz und hält diesen für zwei Sekunden.
- Die Testperson hockt die Beine an und dreht sich langsam vorwärts um die Stange.
- Die Füße werden langsam und leise auf dem Boden, hinter der markierten Linie, aufgesetzt.

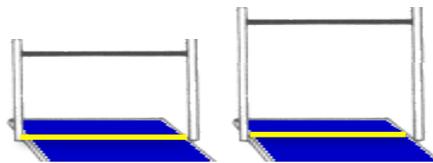
Kriterien

- Stütz für zwei Sekunden mit gestrecktem Körper (Arme, Hüfte, Beine)
- Langsame, kontinuierliche Drehung um die Reckstange
- Langsame und leise Landung hinter der Markierung
- Der Abzug muss in einem Zug vollführt werden.

Bewertung

2 Versuche, die Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.

Testaufbau



2 Recks werden in unterschiedlichen Höhen (etwa auf Brusthöhe der Testperson, ca. 1.15 m und 1.30 m) aufgebaut. Markierung unter der Reckstange auf der Matte. Sicherung mit Turnmatten.

Material

- 2 Recks (unterschiedliche Höhen, ca. 1.15 m und 1.30 m)
- Turnmatten
- Klebeband

Seilspringen (5)

Testbatterie	IMPEQT-MOBAQ
Faktor/Bereich	Sich-Bewegen

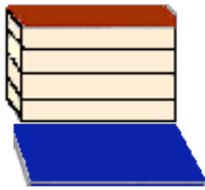


Qualifikation	Variabel Seilspringen können.
Testaufgabe	Die Testperson springt zehn Sekunden lang in einem beliebigen Rhythmus, dann muss der Rhythmus für weitere zehn Sekunden gewechselt werden. Der Testleiter sagt den Wechsel an.
Kriterien	<ul style="list-style-type: none">• Rhythmus wird für je zehn Sekunden durchgehalten• Testperson springt ohne Fehler und Unterbrechung• Testperson macht einen deutlichen Formen- bzw. Rhythmuswechsel <p>Schwierigkeitsstufe 1: Die ersten zehn Sekunden werden ohne Unterbrechung und ohne Fehler Seil gesprungen.</p> <p>Schwierigkeitsstufe 2: Es werden insgesamt 20 Sekunden ohne Unterbrechung und ohne Fehler Seil gesprungen. Der Formen- bzw. Rhythmuswechsel findet nach zehn Sekunden reibungslos statt.</p>
Bewertung	2 Versuche (nach kurzem Einspringen), die Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.
Testaufbau	Springseile liegen auf einer freien Fläche bereit.
Material	<ul style="list-style-type: none">• Springseile• Stoppuhr(en)

Mauersprung (6)

Testbatterie	IMPEQT-MOBAQ
Faktor/Bereich	Sich-Bewegen



Qualifikation	Ein Hindernis im Sprung überwinden können.
Testaufgabe	Die Testperson springt aus dem Anlauf eine Hockwende über den Kasten.
Kriterien	<ul style="list-style-type: none">• Absprung mit beiden Füßen• Abstützen mit beiden Händen (zur Seite gedreht)• Der Bauch zeigt beim Absprung zum Kasten• Der Kasten darf nur mit den Händen berührt werden• Landung mit beiden Füßen gleichzeitig
Bewertung	2 Versuche, die Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.
Testaufbau	 <p>Nach einem Anlauf von ca. 3 m wird ein vierteiliger Kasten quer aufgestellt. Dahinter liegt eine Turnmatte.</p>
Material	<ul style="list-style-type: none">• 4-teiliger Kasten• Turnmatte

Hangeln (7)

Testbatterie	IMPEQT-MOBAQ
Faktor/Bereich	Sich-Bewegen



Qualifikation Seinen eigenen Körper in hängender Position halten und bewegen können.

Testaufgabe Die Testperson muss sich vom Kasten aus mit mindestens fünf Handgriffen entlang der Stange vor und mit mindestens fünf weiteren Handgriffen rückwärts zum Ausgangspunkt zurück hangeln.

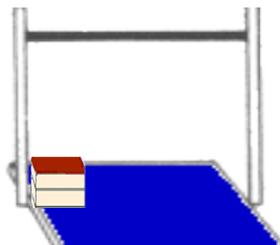
- Kriterien**
- Mindestens fünf Handgriffe für eine Länge
 - Es muss abwechselnd gegriffen werden (eine Hand vor die andere)
 - Auf- und Abstieg über den Kasten

Schwierigkeitsstufe 1: Es wird mit mindestens fünf Handgriffen vorwärts die Stange entlang gehangelt.

Schwierigkeitsstufe 2: Es wird direkt ohne Unterbrechung rückwärts mit mindestens fünf weiteren Handgriffen zurück gehangelt.

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

Testaufbau



- Material**
- Reck
 - Turnmatten
 - kleiner Kasten

Zielwerfen (8)

Testbatterie	IMPEQT-MOBAQ
Faktor/Bereich	Etwas-Bewegen



Qualifikation Einen Ball gezielt weit werfen können.

Testaufgabe Die Testperson wirft von der Startpylone aus einen Tennisball in die vorgegebene Zielzone, bzw. auf die darin liegende Turnmatte.

Kriterien

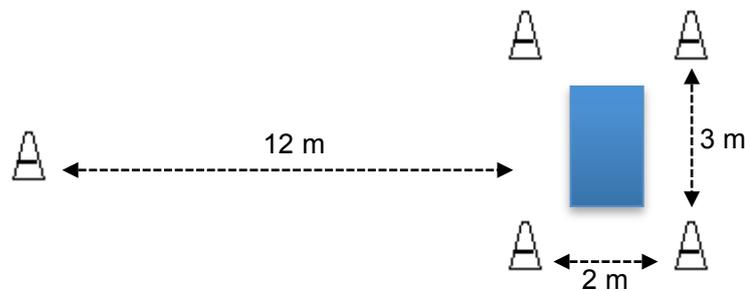
- Abwurf in Schrittstellung
- Überkopfwurf
- Ball landet in der Zielzone oder auf der Turnmatte

Schwierigkeitsstufe 1: Die Zielzone wird getroffen.

Schwierigkeitsstufe 2: Die Turnmatte wird getroffen.

Bewertung 8 Versuche, die Anzahl der Treffer wird notiert.

Testaufbau



Mittels Pylonen markierte Zielzone von 3 m x 2 m in 12 m Entfernung zur Abwurfposition. In der Mitte der Zielzone liegt eine Turnmatte.

Material

- 5 Pylonen
- 8 Tennisbälle
- eine Turnmatte

Werfen und Fangen (9)

Testbatterie IMPEQT-MOBAQ

Faktor/Bereich Etwas-Bewegen



Qualifikation Einen Ball zielgerichtet werfen und sicher fangen können.

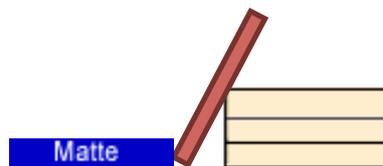
Testaufgabe Die Testperson stellt sich hinter die Abwurflinie, wirft den Ball mit einer Hand an die Kastenoberfläche und fängt ihn anschliessend direkt wieder mit beiden Händen. Während der Flugphase des Balls schaut die Testperson zum Testleiter/in, der/die neben dem Kasten steht und mit seinen/ihren Fingern einer Hand eine Zahl zwischen 0-5 anzeigt. Die Testperson nennt diese Zahl laut bis zum Fangen des Balles.

Kriterien

- Ball muss hinter der Abwurflinie abgeworfen werden
- Ball wird direkt wieder gefangen (ohne Bodenkontakt)
- Abwurfposition darf zum Fangen verlassen werden
- Angezeigte Zahl muss laut ausgesprochen werden und korrekt sein

Bewertung 4 Versuche, die Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.

Testaufbau



Ein hochkant gestellter Kastendeckel lehnt schräg an seinen Unterteilen (Abstand auf dem Boden vom Deckel zum Kasten 50 cm), welche direkt vor der Wand stehen. Eine Matte sichert den Deckel ab. Abwurflinie in 3.50 m Abstand zum Deckel.

Material

- Kasten mit Kastenoberteil
- Turnmatte
- Handball
- Massband
- Klebeband

Prellen (10)

Testbatterie	IMPEQT-MOBAQ
Faktor/Bereich	Etwas-Bewegen



Qualifikation Einen Ball kontrolliert prellen können.

Testaufgabe Die Testperson prellt im Slalom einen Ball um die Stangen. Danach prellt sie jeweils einmal in die Zwischenräume der Kartons. Weiterprellen bis zur hinteren Pylone. Der Rückweg wird mit der anderen Hand durchgeführt.

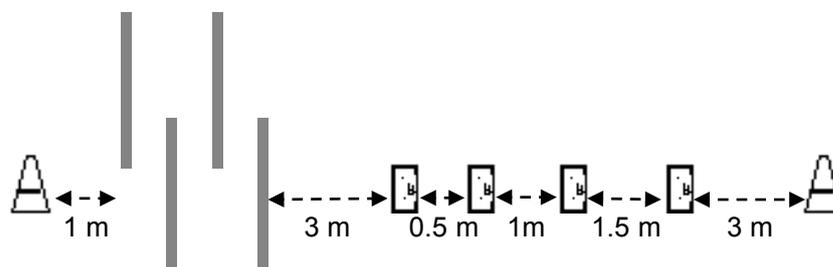
- Kriterien**
- Ball darf nur mit einer Hand geprellt werden
 - Ball wird kontinuierlich geprellt
 - Korrekter Slalom um die Stangen
 - Nur jeweils 1x Prellen zwischen den Kartons
 - Kartons und Slalomstangen dürfen nicht berührt werden
 - Rückweg nach Handwechsel
 - Dauer insgesamt max. 30 Sekunden.

Schwierigkeitsstufe 1: Der Hinweg mit der bevorzugten Hand verläuft reibungslos, fehlerfrei und fließend.

Schwierigkeitsstufe 2: Der Rückweg verläuft mit der weniger bevorzugten Hand reibungslos, fehlerfrei und fließend nach dem Handwechsel an der letzten Pylone. Dafür werden insgesamt nicht mehr als 30 Sekunden benötigt.

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

Testaufbau



Im Abstand von 1 m zur ersten Stange wird ein Startpunkt mit einer Pylone markiert. Danach folgen drei weiteren Stangen (versetzt im 45°Winkel, immer eine Stangenlänge auseinander). Anschliessend werden vier Bananenkartons hintereinander mit steigendem Abstand von 0.5 m, 1 m und 1.50 m aufgestellt. Im Abstand von 3m zum letzten Karton steht die zweite Pylone.

- Material**
- 2 Pylonen
 - 4 Stangen
 - 4 Bananenkartons
 - Basketball/-bälle
 - Massband

Passen (11)

Testbatterie IMPEQT-MOBAQ

Faktor/Bereich Etwas-Bewegen



Qualifikation Einen Ball zielgenau passen können.

Testaufgabe Die Testperson spielt einen Ball mit dem Fuss nacheinander in die einzelnen vorgegebenen Zonen auf zwei gekippten Langbänken. Dabei darf sie den 1 m breiten Korridor nicht verlassen. Rückweg erfolgt mit dem anderen Fuss.

Kriterien

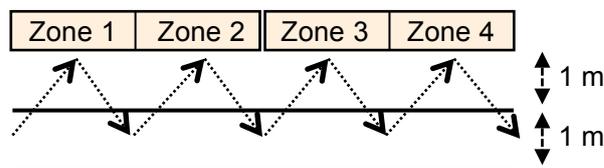
- Jede Zone muss genau einmal angespielt werden
- Ball wird direkt und nur im Korridor gespielt
- Ball darf nicht verloren gehen
- Testperson bleibt im Korridor
- Es wird auf dem Hin- und auf dem Rückweg immer mit dem selben Fuss gespielt
- Rückweg mit anderem Fuss

Schwierigkeitsstufe 1: Der Hinweg mit dem bevorzugten Fuss verläuft reibungslos, fehlerfrei und fließend.

Schwierigkeitsstufe 2: Der Rückweg verläuft mit dem weniger bevorzugten Fuss reibungslos, fehlerfrei und fließend nach dem Fusswechsel.

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

Testaufbau



Zwei Langbänke liegen auf einer Linie mit der Sitzfläche nach vorne. Parallel dazu wird im Abstand von 1 m ein wiederum 1 m breiter Korridor mit Klebeband aufgeklebt. Die Langbänke werden mittels Klebeband in vier Zonen geteilt.

Material

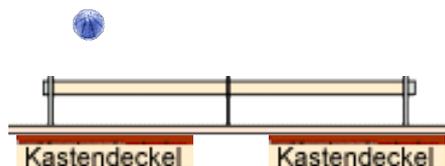
- 2 Langbänke
- Fussball/-bälle
- Klebeband
- Massband

Balancieren (Zusatzaufgabe 1)

Testbatterie	IMPEQT-MOBAQ
Faktor/Bereich	Bewegungskünste

Qualifikation	Auf einer erhöhten umgedrehten Langbank vorwärts und rückwärts sicher balancieren können.
Testaufgabe	Die Testperson balanciert auf einer umgedrehten Langbank und wirft im Gehen dabei einen Ball 4x über Kopfhöhe hoch und fängt ihn wieder. Am Ende der Bank macht die Testperson eine ganze Drehung um die Längsachse. Danach geht sie rückwärts zurück, wobei der Ball noch weitere 4x hoch geworfen und wieder gefangen wird.
Kriterien	<ul style="list-style-type: none">• Ball wird über Kopfhöhe geworfen• Mindestens vier Würfe pro Länge• Bank wird nicht verlassen• Ball geht nicht verloren• Füße berühren sich beim Gehen nicht• Komplette Drehung um 360° am Ende des Hinwegs• Auf dem Rückweg wird rückwärtsgegangen <p>Schwierigkeitsstufe 1: Der Hinweg verläuft reibungslos, fehlerfrei und fließend.</p> <p>Schwierigkeitsstufe 2: Der Rückweg verläuft ebenfalls reibungslos, fehlerfrei und fließend. Während des Rückwärtsgehens wird der Ball weitere vier Mal sicher hoch geworfen und wieder gefangen.</p>
Bewertung	2 Versuche, die Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.

Testaufbau



Eine Langbank wird umgedreht auf die zwei Kastendeckel gelegt.

Material	<ul style="list-style-type: none">• 2 Kastendeckel• 1 Langbank• Gymnastik- oder Handball
-----------------	--

ANHANG – 2

Kurzfassung der Testaufgaben und Erhebungstabelle