

„Gesundheitsförderung macht Schule“

Erster Erfahrungsbericht
über standardisierte
Motorik-Tests
in Volksschulen

Dr. Georg Werthner, 26. Mai 2010
Wien-Schönbrunn



...je früher, desto besser ...



**VOLKSSCHUL-
ALTER -**

DAS

Schlüsselalter

beim

Bewegungs-

Lernen

KOORDINATION



Rhythmisierungsfähigkeiten

Reaktionsfähigkeiten

Gleichgewichtsfähigkeiten

Steuerungsfähigkeiten

Orientierungsfähigkeiten

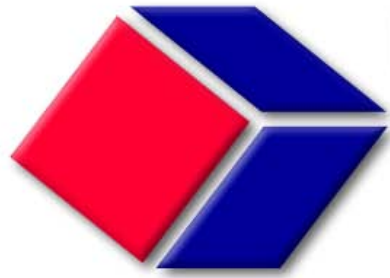
Schnelligkeit

Koordination



Selbst bei
elementaren
Bewegungsformen
sollte rechtzeitig
geschult werden . . .





TDS

Talent Diagnose System



werthner.at 
sport consulting keg

TDS-Talent Diagnose System

Computerunterstützte Talent & Trainingsdiagnostik

TDS - Software 1.0 for Windows

Ablage Personen Tests 1 Tests 2 Animation Report Information Hardware Statistik

Aktive Datenbank = C:\tds\Gruppen\ul14.tds Connection is OK 6

TDS Person

Startnummer: 2

Vorname: Hans

Name: Luger

Geb: 02.10.1968 32,5

Nr.	Nach	Vor
1	Werthner	Uli
2	Luger	Hans
301	Babutzky	Martin
302	Bell	Christo
303	Brändle	Benjar
304	Diem	Lukas
305	Drexel	Daniel
306	Fussenegger	Mathie
307	Greinix	Michae
308	Karlinger	Philipp
309	Kogler	Lukas
310	Lais	Marc

Neue Person

Person löschen

Acceleration (0-10m)

Testanweisungen
Drücke die Taste 'Start' für einen neuen Lauf

TDS - Acceleration (0-10m)

0,988 sec

1. Lauf 0,988 s löschen

2. Lauf s löschen

3. Lauf s löschen

Interface Info ... **Start** Stop

Rangliste

Aktuelle Rangliste
Acceleration (0-10m)

Pos	Nr	Name	Ergebnis
1	302	Bell C.	0,437 sec
2	2	Luger H.	0,988 sec
3	1	Werthner U.	1,385 sec
4	311	Morscher P.	1,855 sec
5	311	Morscher P.	1,869 sec
6	306	Fussenegger M.	1,907 sec
7	307	Greinix M.	1,908 sec
8	308	Karlinger P.	1,917 sec
9	310	Lais M.	1,921 sec
10	310	Lais M.	1,932 sec
11	308	Karlinger P.	1,941 sec
12	307	Greinix M.	1,947 sec
13	312	Rapatz G.	1,956 sec
14	305	Drexel D.	1,984 sec
15	305	Drexel D.	2,006 sec
16	306	Fussenegger M.	2,010 sec
17	312	Rapatz G.	2,037 sec
18	309	Kogler L.	2,046 sec
19	302	Bell C.	2,051 sec
20	309	Kogler L.	2,054 sec
21	304	Diem L.	2,118 sec
22	304	Diem L.	2,143 sec

(c) by Werthner Sport Consulting Keg Lizenz: Werthner Ulrich - 10001 Donnerstag: 22.03.01 Zeit: 21:20

TDS-Talent Diagnose System

Computerunterstützte Talent & Trainingsdiagnostik





**Das
TDS
setzt
sich
zusammen
aus:**

**Zwei
Doppel-
Licht-
schranken**



...einer Bodenkontakt-Platte...

**... zwei
Hand-
sensor-
Flächen
und
einem
Interface**





**... schon
hunderte
Sportler
aus
vielen
Sport-
arten**

**z.B. 1860
München**



18 TESTS für Volksschule

- 11 TDS-Tests mit dem Computer
- 7 manuell gemessene Feldtests
- Dauer bei 20-Schülerklasse etwa 2 Stunden
- drei Stationen (2 x TDS, eine Feldstation)
- seit 2008 1200 Schüler/-innen in Kärnten getestet
- Spittal, Molzbichl, Treffling, Lieserhofen, Gmünd, Hermagor, Millstatt, Radenthein, Lind, Treffen

18 TESTS

- die Tests dauern zw. 1 Sekunde und max. 30 sek
- daher nur geringe Ermüdung
- obwohl 40 Konzentrationsvorgänge beinhaltet sind
- hoher Animationsgrad, viel Begeisterung
- Ranking in neuer Software gleich einsehbar



Einführung

Aufwärmen



STATION 1

6 Tests

10 m-Lichtschranken-Strecke



**10 m
Beschleunigung**

TDS-„Acceleration“

10 m-Lauf fliegend nach Anlauf

TDS-„Sprint“



10 m-Gitterlauf (2 x 8 Reifen)

TDS-„Gittersprint“



10 m-Ballslalom (1,3,5,7,9 m)

TDS-„Ballslalom“



10 m-Slalom (ohne Ball)



02/04/2008



10 m- Shuttle- Lauf

(7 m vor -
4 m zurück -
7 m vor)

STATION 2

5 Tests

TDS-Bodenplatte und -Handsensorflächen



Rhythmtest
„Dance“

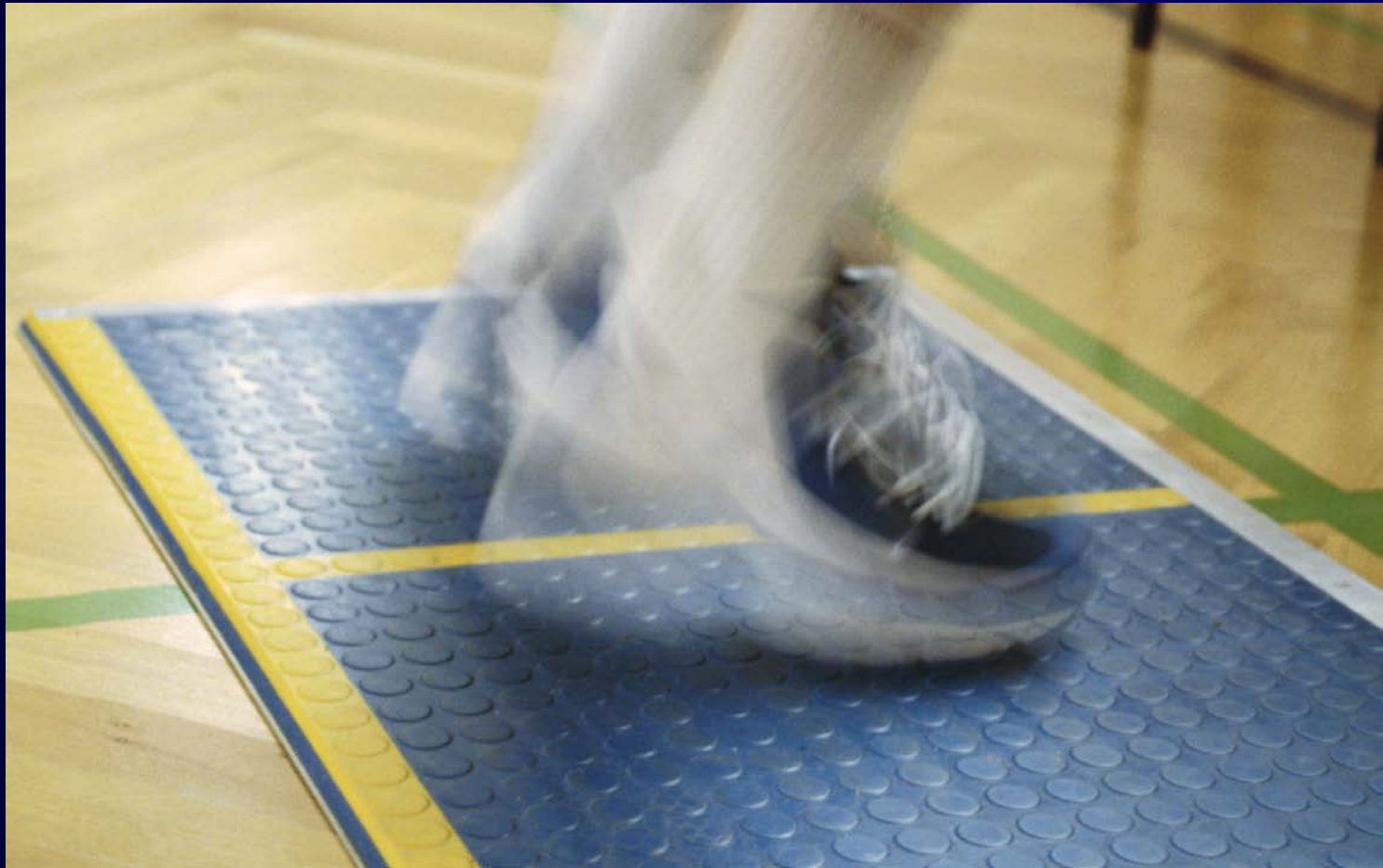
TDS „Drop Jump“



Frequenz

„Tapping
Lateral –
Hände“

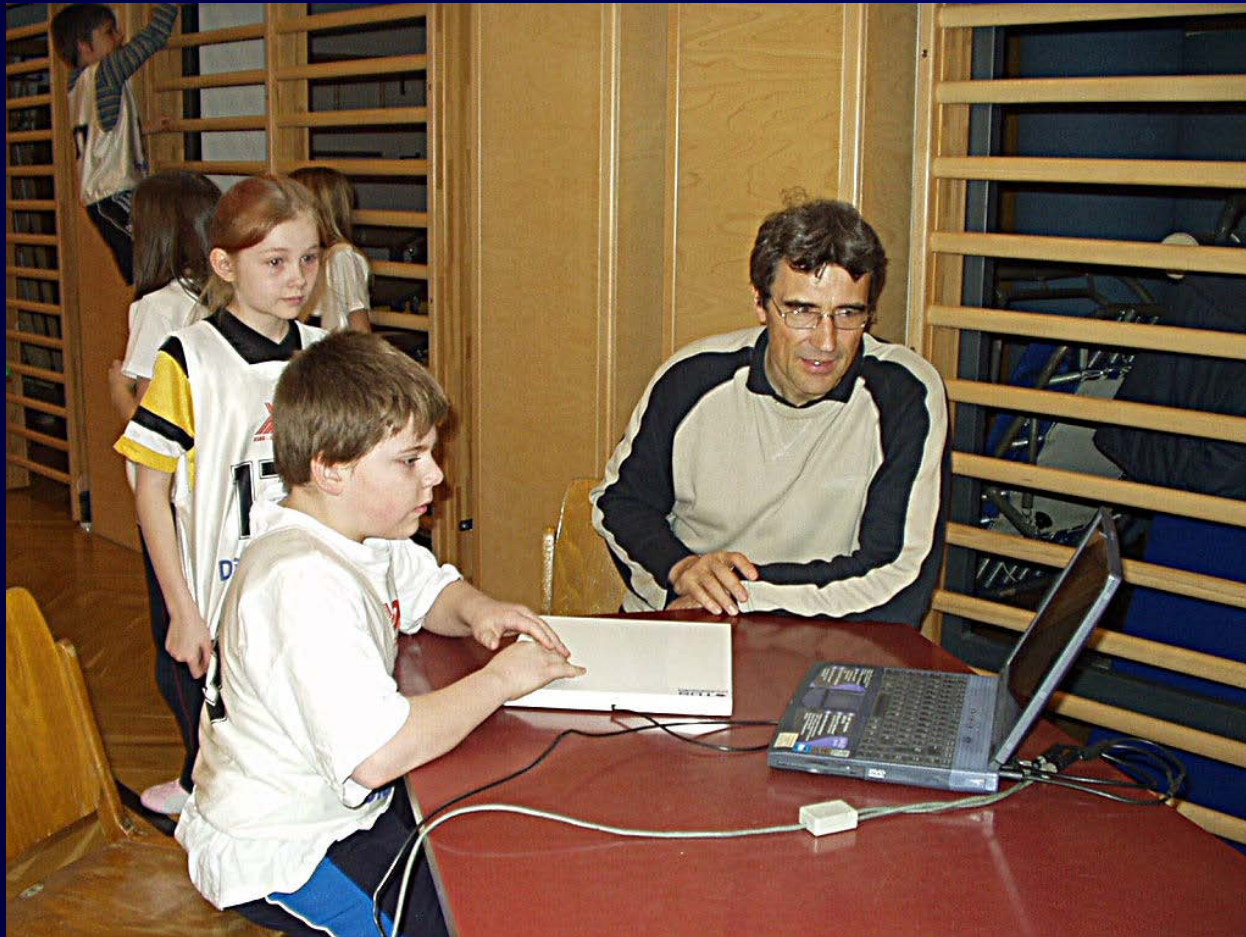




„Tapping Beine stehend“
Höchstfrequenz, Testdauer nur 2 x 3 sek

TDS „Reaction“

(8 Einzelreaktionen auf optisches Signal, Mittelw)



STATION 3

7 Tests

Verschiedene Feldtests im Turnsaal

„Werfen-Fangen“ 1,5 m Abstand zur Wand





„Balance“

4 m vor,
Drehung,
und
zurück am
Balken



Wurf

Schlagwurf
mit
Gymnastik-
Ball aus
Stand



Kleiner
**Hindernis-
Lauf**



Stangen- Klettern

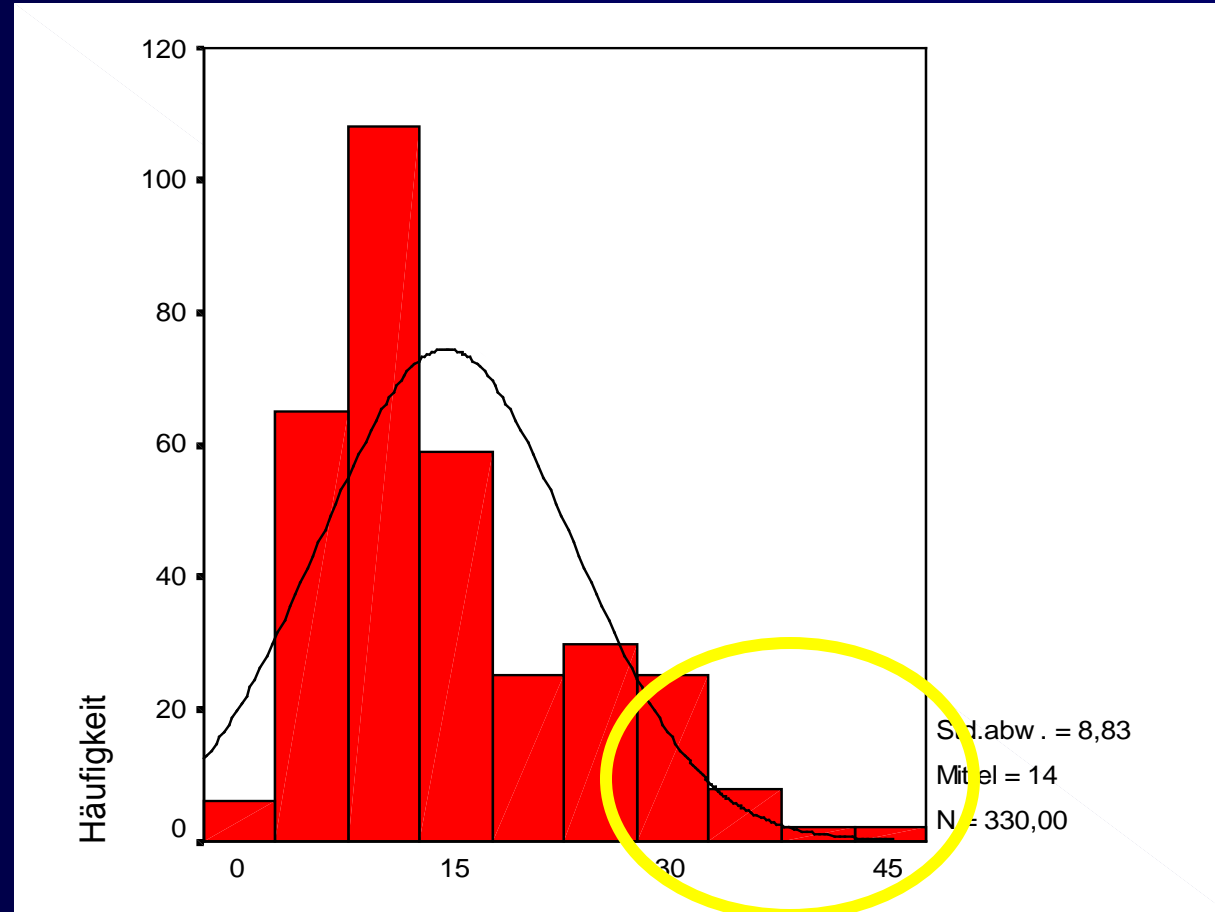
bis 2,5 m-Marke



Stand-Weitsprung



Schnurspringen







**Prominente Zuseher
und Eltern**

Fußballgymnasium

Herzog Christoph

Geb. Datum: 22.01.86 Alter am Testtag: 15.9 Jahre Testdatum: 12.12.01 Hollabrunn, Österreich

TDS Test	Auswertoparameter					besser als ..% der Vergleichsgruppe			All-time Best
						0%	50%	100%	
1	Bodydata	Größe	169	cm	37	%	Norm (männl.) von 15 bis 16		
1	Bodydata	Gewicht	53	kg	36	%	Norm (männl.) von 15 bis 16		
1	Bodydata	Bodymassindex	18,6	BMI	35	%	Norm (männl.) von 15 bis 16		
3	Acceleration (0-10m)	Beschleunigungsfähigkeit	1,689	sec	88	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		1,5
4	Sprint (10-20m)	Sprintschnelligkeit	1,294	sec	86	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		1,15
13	Shuttle Sprint 3er (links)	Wechselsprint(dr.links)	4,284	sec	74	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		3,85
14	Shuttle Sprint 3er (rechts)	Wechselsprint(dr. rechts)	4,43	sec	61	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		3,85
15	Tapping 4x3	Max-Freq.	16,39	Hz	99	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		16,44
15	Tapping 4x3	Kon-Li	95	ms	77	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		38
15	Tapping 4x3	Kon-Re	102	ms	62	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		38
15	Tapping 4x3	Hub-Li	38	ms	100	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		36
15	Tapping 4x3	Hub-Re	39	ms	100	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		36
15	Tapping 4x3	Koef.	16,7	Koef.	98	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		21,56
20	Dropjump (lc)	Bodenkontaktz.(rechts)	133	ms	77	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		99
20	Dropjump (tc)	Seitigkeit Beine	3	%	88	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		0
24	Highjump o.A.	Eff. Koeffizient	0,98	Koef.	49	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		2,03
25	Highjump m.A.	Eff. Koeffizient	1,22	Koef.	68	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		2,07
30	Gittersprung	Freq./Rhythmusprung	4,555	sec	77	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		3,93
31	Gittersprint	Frequenz/Rhythmuslauf	4,346	sec	82	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		3,79
32	Rhythm Sprint (2er)	Rhythmusf.(Zeitdruck)	2,073	sec	84	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		1,77
33	Rhythm Sprint (3er)	Rhythmusf.(Zeitdruck)	2,374	sec	97	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		2,31
36	TT-R Sprint (10m)	Orient.f.(Zeitdruck)	2,144	sec	96	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		1,89
40	Hand-Reaction (visuell)	Reaktionszeit	198	ms	96	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		176
41	H-Reaction (akustisch)	Reaktionszeit	174	ms	84	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		144
42	Flashjump	Reaktionszeit	286	ms	96	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		241
45	Match 4 Points	Kompl.-Reaktionf. 1.Ver.	13,62	sec	99	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		13,49
45	Match 4 Points	Kompl.-Reaktionf. 2.Ver.	13,85	sec	97	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		11,55
45	Match 4 Points	Kompl.-Reaktionf. 3.Ver.	12,9	sec	96	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		10,62
50	Timing Fixed (+00)	Abweichung	15	ms	89	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		8
52	Timing Steps	Abweichung	10,8	%	93	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		2
60	FB Dribbling (eng)-beidb.	Slalom (beidb.)	10,2	sec	96	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		9,61
61	FB Dribbling (eng)-Typ A	Slalom (dom. Bein)	9,839	sec	99	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		9,85
62	FB Dribbling (Eng)-Typ B	Slalom (n.d. Bein)	10,956	sec	95	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		10,06
63	FB Dribbling (weit)-beidb.	Slalom (beidb.)	2,466	sec	86	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		1,98
80	Steeplechase	kompl. Gewandtheit	21,3	sec	93	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		18,98
110	Ballspeed Soccer	Schussgeschwindigkeit	91	km/h	79	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		121
300	Dance 2001	Rhythmusanpassung	76,8	%	93	%	Fußball (männl.) von 15 bis 16		83,5

Sportmotorische Talent- & Entwicklungsdiagnostik

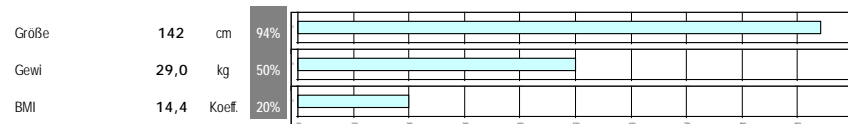
Volksschultests Hermagor - 23. April 2009

Jost Antonia

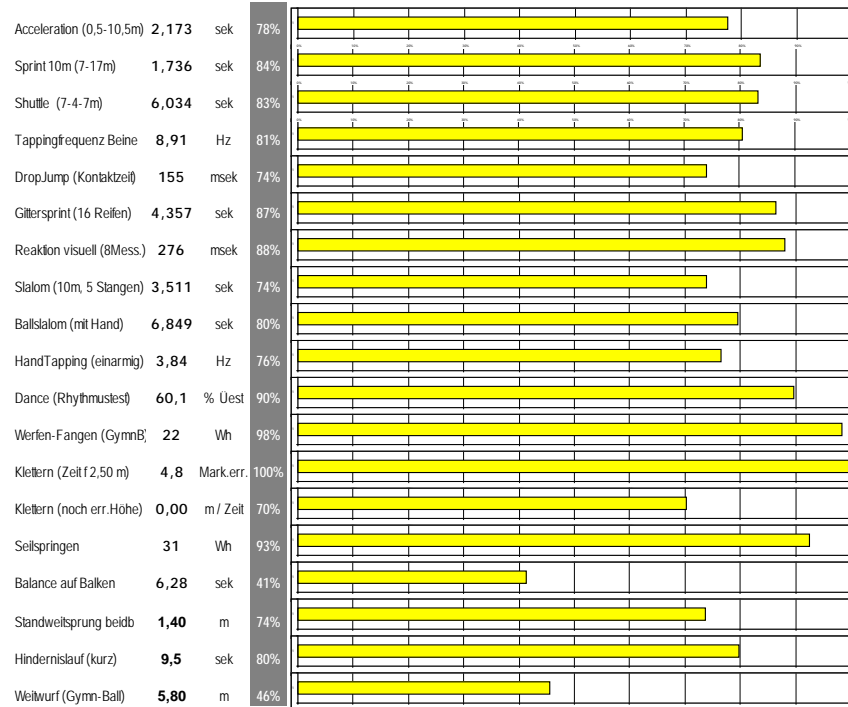
Mädchen 8 - 9

Geboren: 28.08.00 Alter am Testtag: 8,65 Testtag: 23.04.2009
 Schule: VSHe Klasse: 3M Testtitel: GW/UW

Bodydata: höher als % der Vergleichsgruppe: Mädchen 8 - 9



Test Ergebnis besser als % der Vergleichsgruppe: Mädchen 8 - 9



Beispiel

Balkengraphik

Volksschultests



Großartige Einzel- Ergebnisse

z.B. 16,01
Kontakte pro
Sekunde beim
Tapping!



Großartige Einzel- Ergebnisse

z.B. 69 Durchzüge
beim
Schnurspringen
in 20 sek!

Sportarten-Vorschlagsliste

Antonia Jost

VSHe

8,65

3M

Als Gesundheits- und Freizeit-Sportarten eignen sich in der Region Oberkärnten besonders:

Wandern, Bergwandern, Nordic-Walzen, Jogging, Eislaufen, Schwimmen, Skilanglauf, Radfahren am Radweg.

Diese Sportarten bergen nur geringe Unfall-Gefahren, stärken Organe und Immunsystem - und helfen am Weg zu einer guten Figur!
Für die Motorik und Geschicklichkeit sind Ballsportarten, Zweikampfsportarten, Skisport und Leichtathletik sehr geeignet.

Als Anstoß zu Überlegungen innerhalb der Familie kann auch folgende Vorschlagsliste von 45 Sportarten betrachtet werden. Aus insgesamt über 80 in Österreich anerkannten Sportarten wurden hier vom Computer jene mit der höheren Korrelation zu den Ergebnissen der sportmotorischen Tests vom **23.Apr** ausgewählt. Vielleicht ergibt die dadurch angeregte Diskussion in der Familie die Wahl oder zumindest Erprobung einer neuen Freizeitaktivität. Wenn auch leistungssportliche Überlegungen angestellt werden, dann sind in diesen hier genannten Sportarten die relativ höchsten Verwirklichungsaussichten gegeben!

Beispiel

Sportarten-Vor-
schlags-Liste

Volksschultests

1	Eishockey	hohes Talent erkennbar
2	Skisprung	hohes Talent erkennbar
3	Ski-Alpin-Slalom	hohes Talent erkennbar
4	Ski-Alpin-Speed	hohes Talent erkennbar
5	LA-Sprung	hohes Talent erkennbar
6	Schwimmen	hohes Talent erkennbar
7	Tennis	hohes Talent erkennbar
8	Fußball-Feldspieler	hohes Talent erkennbar
9	Triathlon	hohes Talent erkennbar
10	LA-Sprint	hohes Talent erkennbar
11	Volleyball	hohes Talent erkennbar
12	Skilanglauf	hohes Talent erkennbar
13	Klettern	viel Talent erkennbar
14	Radsport	viel Talent erkennbar
15	LA-Mittel u Langstrecke	viel Talent erkennbar
16	Turnen (Bodenturnen)	viel Talent erkennbar
17	LA-Hürdenlauf	viel Talent erkennbar
18	Wasserski	viel Talent erkennbar
19	Fechten	viel Talent erkennbar
20	Basketball	viel Talent erkennbar
21	Snowboard	viel Talent erkennbar
22	Tischtennis	viel Talent erkennbar
23	Biathlon	viel Talent erkennbar
24	Handball	viel Talent erkennbar
25	Segeln	viel Talent erkennbar
26	Fußball-Tormann	viel Talent erkennbar
27	Judo	viel Talent erkennbar
28	Tanzen	viel Talent erkennbar
29	Golf	viel Talent erkennbar
30	Rudern	viel Talent erkennbar
31	Rodeln	viel Talent erkennbar
32	Karate	viel Talent erkennbar
33	LA-Wurf	viel Talent erkennbar
34	Rudern - Leichtgewicht	viel Talent erkennbar
35	Badminton	viel Talent erkennbar
36	Go-Kart	viel Talent erkennbar
37	Eiskunstlauf	viel Talent erkennbar
38	Aerobic	viel Talent erkennbar
39	Land-Hockey	viel Talent erkennbar
40	Paddeln	viel Talent erkennbar
41	Trampolinspringen	viel Talent erkennbar
42	Sportschießen	viel Talent erkennbar
43	Ski-Freestyle	viel Talent erkennbar
44	Motocross, Trial	viel Talent erkennbar
45	Gewichtheben	viel Talent erkennbar

1.495% aus 18
164% aus 3

Das Auswerteprogramm schließt keine Sportarten aus, weil heute grundsätzlich fast alle Sportarten auch für Mädchen zugänglich sind.

Abstufung: hohes Talent erkennbar - viel Talent erkennbar - gut geeignet - ohne Attribut

Die Liste soll vornehmlich als Schnuppergrundlage betrachtet werden. Das Programm ist neu und wurde mit größter Sorgfalt und Erfahrung aus 4 Olympiateilnahmen von G.Werthner erstellt.
Würden nicht alle 18 Tests absolviert, so ist unter Umständen die Formulierung weniger ermunternd als möglich gewesen wäre, die Reihung der Sportarten sollte aber weitgehend zutreffen.

INTERPRETATIONSBLATT zu den Balkengraphiken

Millstatt, am 20. November 2008

Sehr geehrte Eltern!

Anhand des beiliegenden Auswertungsblattes erhalten Sie einen umfassenden Überblick über den sportmotorischen Entwicklungsstand Ihres Kindes im Altersvergleich. Das Vergleichssample bilden nicht nur die Spittaler Kinder pro Jahrgang, sondern auch hunderte Kinder aus weiteren Bundesländern.

Die ersten drei Balken beziehen sich auf die anthropometrischen Daten (Größe, Gewicht, BMI). Wenn Körpergröße und Gewicht über dem Mittelwert liegen, dann deutet das eher auf ein Voraussein in der körperlichen Entwicklung hin, wenn diese beiden Balken eher kurz geraten sind, dann handelt es sich wahrscheinlich um sogenannte „Spätentwickler“ (die später im realen (Sport)-Leben sehr erfolgreich nachziehen - auch überholen – können). Die Eltern selbst können hier am besten beurteilen, weil sie ihren jeweils eigenen Entwicklungsverlauf noch in Erinnerung haben und auch von ihrer Größe/ihrem BMI schließend eine recht zuverlässige Prognose in Richtung der zu erwartenden Körperdaten ihres Kindes geben können.

Grundsätzlich kann man bei Kindern, die am Anfang des Jahrganges liegen (z.B. 8,02 Jahre) bei der Interpretation aller Balken etwas „nachsichtiger“ sein, weil sie ja doch verglichen werden mit Mittelwerten, in deren Berechnung auch Ergebnisse von 8,98 Jahre alten Mitschülern eingeflossen sind. Ähnliche „Nachsicht“ gilt auch für kleine und späterentwickelnde Kinder bei manchen Tests, wo Kraft eine Rolle spielt (z.B. Beschleunigung, Standweit, Ballstoß).

Einige Interpretationsansätze:

Wenn der Größe-Balken deutlich kürzer ist als der Gewichtsbalken -> deutet auf Übergewicht

Wenn umgekehrt -> deutet auf Schlankheit oder Spätentwicklung, für Gesundheit und meisten Sportarten günstiger!

BMI ist lediglich eine Funktion aus Größe/Gewicht, charakterisiert aber am besten die „Figur“.

Acceleration: zeigt Beschleunigungsfähigkeit, wichtig auch im Alltag bei Unfallvermeidung, wertvoll bei Ballspielen.

Sprint (fliegend): zeigt maximale Laufgeschwindigkeit, diese ist als Stärke in 80 % aller Sportarten äußerst hilfreich.

Shuttle: Wendigkeit und Trittsicherheit, in vielen Sportarten von Tischtennis, Eishockey bis Ski-Alpin von Bedeutung.

Tapping Beine: Frequenz, unabhängig vom biologischen Alter u Vortraining eine elementares Indiz auf Schnelligkeit.

DropJump: hier wird die Reaktivität in den Fußgelenken getestet, hilfreich z.B. beim Bodenturnen oder bei Ski-Slalom.

Gittersprint: Frequenz und Trittsicherheit – vom Tanzen über Geräteturnen bis Dribbeln u. Hürdenlaufen bedeutsam.

Reaktion: gute Werte bringen Vorteile im Straßenverkehr, beim Startkommando, bei überraschenden Spielsituationen.

Slalom: Speziell die Relation zum Sprint zeigt Wendigkeit, Elastizität. Wichtig für Ski-Alpin, Ballspiele, Zweikampfsport.

Ballslalom: zeigt Auge-Hand-Koordination, Ballgefühl. Ergebnis hängt auch v. Vortraining ab. Für alle Ballsportarten.

Hand-Tapping einarmig: Oft punkten auch scheinbar „Unsportliche“. Wichtig für Tischtennis, Schlagzeug, Orgelspiel.
Dance: Rhythmustest zeigt musikalisches, tänzerisches Talent, auch Flexibilität u Entschlußkraft. Manager sind meist gut!
Werfen-Fangen: Auge-Hand-Koordination, Fangsicherheit, große Streuung d. Ergebnisse, für viele Sportarten wichtig.
Klettern: dieser Balken zeigt entweder 0 oder 100 %, je nachdem, ob die 2,50 m-Marke an der Stange erreicht wurde.
Klettern: Zeitbewertung, wenn bis oben, sonst zeigt dieser Balken Einstufung der erreichten Höhe. Turnen, Stabhoch.
Seilspringen: Zahl der Durchzüge in 20 sek zeigt Koordination, große Streuung deutet auf unterschiedliche Vorübung.
Balance: Übg auf umgedr. Langbank zeigt Gleichgewicht u Sicherheit auf labilem, schmalem Grund. Klettern, Turnen.
Standweitsprung: sagt viel über Beinkraft, Beschleunigung. Mehr Korrelation zu Skispringen als zu einb. Weitspringen.
Hindernislauf: Beweglichkeit, Wendigkeit, Schnelligkeit. In vielen Ball-, Zweikampf- und Wintersportarten wichtig.
Weitwurf: Wurfgeschick, schneller Arm, bedeutsam für Tennis, Handball, Basketball, Eishockey, Baseball, Speerwurf.

Zur Gesamtbeurteilung: Wenn viele Balken über 50 % ragen, dann ist das sicher ein Indiz für hohe Eignung für eine Vielzahl von Sportarten, aber auch eine Hilfe für den Alltag und die Unfallvermeidung. Wenn nur wenige Balken über 50% ragen, so kann man auch aus der Kombination dieser Stärken gut passende Sportarten ermitteln. Für die Ausübung von Freizeit- und Gesundheitssport ist es auch gar kein Problem, wenn keine Balken über 30 % hinausgehen. Vieles kann in einer späteren Phase der Entwicklung auch noch nachträglich gestärkt, geübt und geschult werden!

Viel Freude an der Bewegung, Ihr G e o r g W e r t h n e r

Beispiel: Radfahrer

Eignungstests

Alter: 14,67 Jahre

Vergleichsgruppe: Männer von 14,0 bis 15,0		besser als ...% der Vergleichsgruppe			All-time Best
Auswerteparameter	TDS Test	0%	50%	100%	
Größe		172,0 cm	81 %		188,0
Gewicht		54,0 kg	75 %		63,0
1. Tap.Freq. (Bein/steh.)	Tapping Beine	10,333 Hz	72 %		14,85
2. Tap.Freq. (Bein/sitz.)	Tapping Beine	13,333 Hz	97 %		14,5
3. Tap.Freq. (Bein/lieg.)	Tapping Beine	12,833 Hz	98 %		14,3
4. Tap.Freq. (Hand/steh.)	Tapping Hände	12,166 Hz	92 %		14,8
5. Tap.Ausc. (Bein/steh.)	Tapping Beine	9,5 Hz	75 %		13,0
6. Tap.Ausc. (Bein/sitz.)	Tapping Beine	13,142 Hz	99 %		13,5
7. Tap.Ausc. (Bein/lieg.)	Tapping Beine	10,0 Hz	84 %		13,4
8. Tap.Ausc. (Hand/steh.)	Tapping Hände	12,285 Hz	99 %		13,4
9. Tap.Freq. (lat. Hände)	Lateral-Tapping	6,2 Hz	83 %		7,4
10. Tap.Ausc. (lat. Hände)	Lateral-Tapping	6,0 Hz	87 %		6,8
11. Beschleunigungsfähigkeit	Acceleration	1,860 sec	62 %		1,57
12. Sprintschnelligkeit	Sprint	1,378 sec	79 %		1,16
13. Rhythmusf. (Zeitdruck)	Rhythmssprint	1,976 sec	86 %		1,77
14. Reaktivität	Jump	143 ms	63 %		81
15. Reaktivität Highjump	Highjump	332 ms	29 %		122
16. vertikale Sprungkraft	Highjump	45,0 cm	99 %		52,8
17. Effektivitätskoeff.	Highjump	0,922	76 %		1,72
18. Reaktionsschnelligkeit	Flashjump	236 ms	96 %		191
19. Antagonistenaktivierung	Flashjump	91 ms	34 %		23
20. Auge-Hand Reakt.	Match	0,590 sec	78 %		0,43
21. Auge-Bein Reakt.	Match	0,765 sec	72 %		0,51
22. komplexe Reakt.	Match	0,958 sec	62 %		0,53
23. Rhythm. Umstellungsf.	Dance	79,6 %	77 %		90,6
24. Rhythmusstabilität	Dance	84,6 %	89 %		92,5
25. kinast. Diff./Steuer.	Timing	50 ms	87 %		20
26. Punktwert	Timing	26,81	77 %		78,9
27. dyn. Gleichgewicht	Balance	3,157 sec	97 %		4,1
28. Senkheit Arme	Lateral-Tapping	14 %	53 %		
29. Senkheit Beine	Jump	3 %	76 %		
30. aerob/anaerobe Ausdauer	Distance	20,5 Rd.	97 %		23,4
31. allg. Gewandtheit	Steeplechase	21,07 sec	96 %		20,33

Beispiel: Surfer

Eignungstests

Alter: 16,59 Jahre

Auswerteparameter	TDS Test	besser als ...% der Vergleichsgruppe	Vergleichsgruppe: Männer von 16.0 bis 17.0			All-time Best
			0%	50%	100%	
Größe		178,0 cm	73 %		203,0	
Gewicht		71,0 kg	68 %		99,0	
1. Tap.Freq. (Beine/steh.)	Tapping Beine	9,5 Hz	45 %		13,9	
2. Tap.Freq. (Beine/sitz.)	Tapping Beine	8,633 Hz	52 %		15,1	
4. Tap.Freq. (Hand/steh.)	Tapping Hände	9,166 Hz	52 %		15,2	
5. Tap.Ausd. (Beine/steh.)	Tapping Beine	9,5 Hz	70 %		13,5	
6. Tap.Ausd. (Beine/sitz.)	Tapping Beine	9,0 Hz	59 %		13,7	
8. Tap.Ausd. (Hand/steh.)	Tapping Hände	10,571 Hz	93 %		13,5	
9. Tap.Freq. (lat. Hände)	Lateral-Tapping	7,4 Hz	96 %		7,6	
10. Tap.Ausd. (lat. Hände)	Lateral-Tapping	6,6 Hz	92 %		7,2	
11. Beschleunigungsfähigkeit	Acceleration	1,976 sec	39 %		1,59	
12. Sprintschnelligkeit	Sprint	1,461 sec	54 %		1,1	
14. Reaktivität	Jump	144 ms	61 %		81	
15. Reaktivität Highjump	Highjump	215 ms	67 %		118	
16. vertikale Sprungkraft	Highjump	30,4 cm	61 %		56,0	
17. Effektivitätskoeff.	Highjump	0,958	76 %		1,79	
18. Reaktionsgeschwindigkeit	Flashjump	299 ms	84 %		189	
19. Antagonistenaktivierung	Flashjump	83 ms	38 %		22	
20. Auge-Hand Reakt.	Match	0,512 sec	87 %		0,41	
21. Auge-Bein Reakt.	Match	0,771 sec	69 %		0,5	
22. komplexe Reaktion	Match	0,699 sec	87 %		0,51	
23. Rhythm. Umstellungsf.	Dance	75,1 %	48 %		91,0	
24. Rhythmusstabilität	Dance	80,0 %	73 %		92,8	
25. kinast. Diff./Steuer.	Timing	41 ms	90 %		17	
26. Punktwert	Timing	41,81	96 %		80,8	
27. dyn. Gleichgewicht	Balance	3,351 sec	98 %		4,14	
28. Seichtigkeit Arme	Lateral-Tapping	%	89 %			
29. Seichtigkeit Beine	Jump	%	76 %			
30. aerob/anaerobe Ausdauer	Distance	19,8 Rd.	86 %		23,8	
31. allg. Gewandtheit	Steepchase	24,8 sec	83 %		19,98	

Hochspringer

Eignungstests

Alter: 14.75 Jahre

Vergleichsgruppe: Männer von 14,0 bis 15,0		besser als ...% der Vergleichsgruppe			All-time Best
Auswerteparameter	TDS Test		0%	50%	
Größe		175,0 cm	88 %		188,0
Gewicht		54,0 kg	71 %		83,0
1. Tap.Freq. (Beine/steht.)	Tapping Beine	10,166 Hz	68 %		14,65
2. Tap.Freq. (Beine/sitz.)	Tapping Beine	9,666 Hz	87 %		14,5
3. Tap.Freq. (Beine/liegend.)	Tapping Beine	9,833 Hz	67 %		14,3
5. Tap.Ausd. (Beine/steht.)	Tapping Beine	10,0 Hz	86 %		13,0
6. Tap.Ausd. (Beine/sitz.)	Tapping Beine	7,833 Hz	42 %		13,5
7. Tap.Ausd. (Beine/liegend.)	Tapping Beine	8,333 Hz	56 %		13,4
9. Tap.Freq. (lat. Hände)	Lateral-Tapping	6,4 Hz	87 %		7,4
10. Tap.Ausd. (lat. Hände)	Lateral-Tapping	6,4 Hz	92 %		6,8
11. Beschleunigungsfähigkeit	Acceleration	2,276 sec	24 %		1,87
12. Sprintschnelligkeit	Sprint	1,677 sec	39 %		1,16
13. Rhythmusf. (Zeitdruck)	Rhythmsprint	2,425 sec	46 %		1,77
14. Reaktivität	Jump	105 ms	93 %		81
15. Reaktivität Highjump	Highjump	161 ms	83 %		122
16. vertikale Sprungkraft	Highjump	36,8 cm	90 %		52,8
17. Effektivitätskoeff.	Highjump	1,546	98 %		1,72
18. Reaktionsschnelligkeit	Flashjump	255 ms	92 %		191
19. Antagonistenaktivierung	Flashjump	91 ms	34 %		23
23. Rhythm. Umstellungsf.	Dance	62,1 %	16 %		90,8
24. Rhythmusstabilität	Dance	78,5 %	68 %		92,5
25. kinäst. Diff./Steuer.	Timing	90 ms	61 %		20
26. Punktwert	Timing	24,621	72 %		76,9
27. dyn. Gleichgewicht	Balance	2,059 sec	76 %		4,1
28. Seitigkeit Arme	Lateral-Tapping	33 %	9 %		
29. Seitigkeit Beine	Jump	%	86 %		
30. aerob/anaerobe Ausdauer	Distance	17,4 Rd.	53 %		23,4
31. allg. Gewandtheit	Steeplechase	27,35 sec	73 %		20,33



Trainerblick

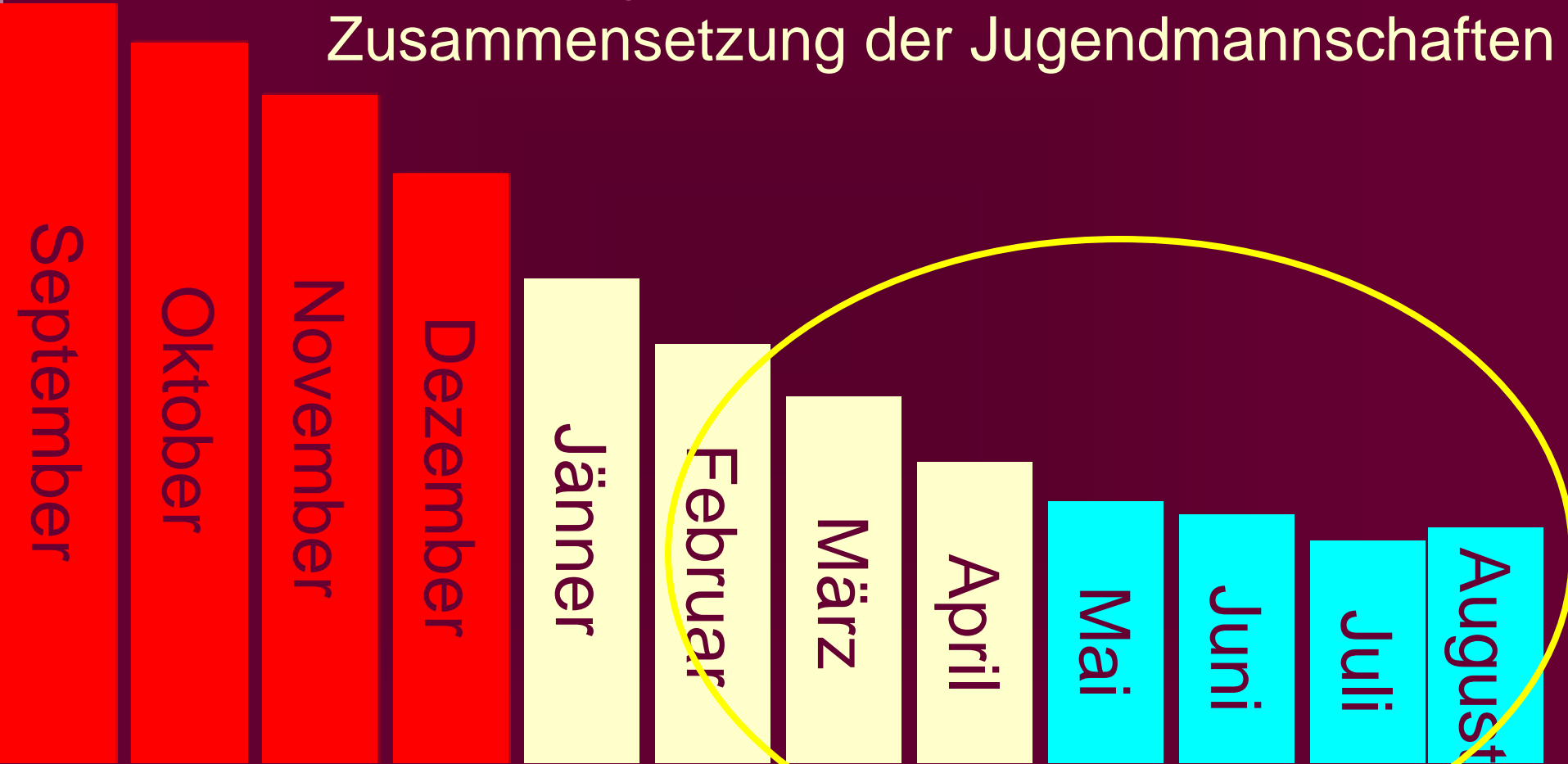
Experten???



biologisches Alter
≠
kalendarisches Alter

Fußball

Selektion von Jugendmannschaften
bei Stichtag 1. September -
Zusammensetzung der Jugendmannschaften



Mehr als 50% der Nationalspieler
von England (1986, 1990, 1994, 1998),
Schweden, Belgien,
sind in den
Monaten
September, Oktober, November, Dezember
geboren

WILLIAMS/ REILLY 2000



Botschafter der Bewegung auf vielen Ebenen



**3-facher Senioren-Europameister 2008 in
Laibach**

**Danke
für die
Aufmerksamkeit**



KINDER IN BEWEGUNG

Ziele: 670 Spittaler Kinder wurden freiwillig in ihrer Bewegungspalette gefördert. Ziel war es, Kinder zu mehr Bewegung zu animieren, die Gesundheit zu stärken, die Eltern zu mehr Aktivitäten und die Sportvereine anzukurbeln.

Proble: Es ergibt sich nach 18 verschiedenen Tests bei jedem Kind ein Stimm- und Schwachprofil, das mit Sport gefördert und ausgeglichen werden soll.

Schrittmacher für die Kinder gab es von Richard Sobota, Karin Dohr und Georg Werthner (von links).

Neue junge Sporttalente für Spittal

Schüler nahmen an sportmotorischer Studie „Kids und Bewegung“ teil. Dabei wurden 40 „universelle“ und 100 „spezielle“ Talente entdeckt.

MARTINA FINKER

Das Volkswahljahr ist die ideale Zeit, musikalische Grundfertigkeiten wie Laufen, Springen, Klettern, Schwimmen und vieles mehr zu erlernen, darin sind sich Experten einig.

Die Stadtgemeinde Spittal hat daher an den mehrfachen Zehnkampf-Olympiasieger Georg Werthner den Auftrag erteilt, an Spittaler Volksschulen einen breit angelegten sportmotorischen Test durchzuführen. 670 Spittaler Kinder nahmen von März bis Mai dieses Jahres daran teil, die Ergebnisse wurden gestern präsentiert. Unter dem Projekttitel „Kids und Bewegung“ wurde erreicht, dass

die Kinder bei Reaktions- und Beschleunigungstests deutlich über dem Bundesdurchschnitt liegen, bei Frequenz- und Rhythmusstests eher darunter. „Zwanzig Prozent der sechs- bis zehnjährigen sind übergewichtig“, betont Werthner.

Es haben sich auch 40 große Universal-Sporttalente herauskristalliert, die, laut Werthner, dem Sport nicht verloren gehen sollten. Buzid händeln Spezialtalente befanden sich unter den 670 getesteten Kindern. Die Eltern konnten sich gestern die Auswertungen anschauen und sich hinsichtlich geeigneter Sportvereine über Kinder beraten lassen. Dafür stand das restliche Team mit dem

Sportwissenschaftlern Karin Dohr und Richard Sobota, Stadtrat Harald Oberlechner (Gesundheitsreferent) sowie Gemeinderätin Angelika Hirsinger (Obfrau des Ausschusses für Jugend und Sport) zur Verfügung.

FÜR SIE DA

Redaktion: (0 47 52) 32 56, Anna Steiner (29 03), Helmut Sobota (09 13), Maria Nowak (29 20), Fax: 34 11 • Mail: spittal@sonntag.at • Druck: 6.9600 Seiten

Anzeigen: Druckpreis: 1,50 € • Kontakt: (0 47 52) 32 56 (09 13)

Aboservice: (0 47 52) 52 00 (09 13)

KLEINE ZEITUNG, SONNTAG, 4. OKTOBER 2008 www.kleinezeitung.at

KLEINE ZEITUNG

Mediales Echo

Mediales Echo

QUERKÄRNTEN (ANZEIGEN) — Donnerstag, 20. März 2008

Motorik-Test der Kinder in Molzbichl • Konzept „Kids in Bewegung“-Projekt an

Bewegungs-Projekt an



aus Molzbichl waren bei der Auswertung der Tests waren interessiert. Gerade sportliche Betätigung ist

Das Team knabbert

20. März 2008 — **QUERKÄRNTEN (ANZEIGEN)**

g": Einbindung der Spittaler Sportvereine

an Volksschulen

ringen, Klettern – das motorische Können, an denen Körntner regelt. In Spittal ein Bewegt ins Leben: Schüler nehmen an Sportis teil.

„Bewegung“ ist s-Projekt, das r Gesundheits-Harald Ober-Leben gürden an der Volksschule ist's im r Gesundheits-test: die ersten k-Tests.

den die sportlängen der Kinde Reaktions-nationsfähigkeits. So ist es alle Übungen

möglich, die Vertiefungsgefahr im Alltag zu vermindern. Die Ergebnisse der Tests waren nicht nur für die Wissenschaftler, sondern auch für Lehrer und Eltern sehr aufschlussreich. Die Tests wurden von Zehnkampf-Olympiateilnehmer Georg Werthner und dem Sportwissenschaftler Richard Sobota durchgeführt. „Die Tests waren in ruhiger und motivierender Art gestaltet, sodass alle Schüler begeistert mitmachen“, erzählt Direktorin Elfriede Kloder.

In nächster Zeit soll das Projekt „Kids in Bewegung“ an allen Volksschulen im Bezirk Spittal durchgeführt werden. Ziel der Aktion ist die Unterstützung eines regelmäßigen, vielfältigen und adäquaten Bewegungsangebotes. Weiters sollen die Informationen bei der Entscheidungsfindung bezüglich

Oft sind Springen oder Laufen ein Problem für die Kinder von heute. Nur mit gezielter Förderung kann man dem entgegenwirken. In Molzbichl wird alles getan,

einer geeigneten Sportart für das Kind helfen. Aber auch das Aufzeigen von Defiziten in der motorischen und koordinativen Leistungsfähigkeit gehören dazu. Diese Defizite sollen durch gezielte Übungen abgebaut

die Bewegung Kinder nach dem ist es in neuen Projekten auch die Spittal ein mit einem



mer an der Niederlage im Herbst

3346 Euro

Finanzierungsbeispiele

VS Lieserhofen/Treffling: 40 % Gemeinde 35 % Sponsorbank 25 % Eltern

VS Hermagor: 70 % Armin Assinger Stiftung 30 % Elternverein

VS Gmünd: 40 % Gemeinde 50 % Sponsorbank 10 % Eltern direkt

VS Spittal: 100 % Gemeinde, refinanziert über Gesundheitsland Kärnten