

Angebote für Tageseltern, Kindertageseinrichtungen und Schulen

Kinder-Fitnesstest

Was ist der Kinder-Fitnesstest?

Der Test basiert auf einem von Prof. Klaus Bös vom Schulsportforschungszentrum am Institut für Sport und Sportwissenschaft der Universität Karlsruhe entwickelten Programm. Dafür wurden Normwerte festgelegt, die den Vergleich gleichaltriger Kinder gleichen Geschlechts ermöglichen und somit Aussagen über die motorische Leistungsfähigkeit jedes einzelnen Kindes erlauben. Bewertet werden insbesondere die verschiedenen Fähigkeitsdimensionen Kraft, Koordination, Beweglichkeit und Ausdauer.

Was bringt der Kinder-Fitnesstest?

Ziel des Kinder-Fitnesstests ist die Erfassung der motorischen Leistungsfähigkeit der drei- bis zehnjährigen Kinder. Nach fachkundiger Auswertung können den ÜbungsleiterInnen, LehrerInnen und ErzieherInnen sowie Eltern Handlungsempfehlungen gegeben werden. Individuell zugeschnittene Anschlussangebote des BewegungsReichs fördern die Kinder genau an ihren Schwachstellen bzw. fördern sie präventiv.

Der Test wird in Kitas und Schulen kostenfrei durchgeführt.