Testverfahren zur Früherkennung

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Mobile : die Fachzeitschrift für Sport**

Band (Jahr): **5 (2003)**

Heft 2

PDF erstellt am: **03.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-991918

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Haltungsschwächen bei Kindern

Testverfahren zur Früherkennung

Spielräume, die immer kleiner werden, bewegungsarmer Unterricht und der Computer als «bester Freund» verheissen nichts Gutes: Haltungsschwächen und damit verbundene, oft lebenslange Probleme beginnen meist in der Kindheit. Mit einfachen Testverfahren können muskuläre- und koordinative Defizite schon früh festgestellt werden.

Um Haltungsschwächen rechtzeitig erkennen zu können, wurden verschiedene Haltungs- und Krafttests entwickelt. Besonders oft wird der Armvorhaltetest nach Matthiass als «Minimaltest» durchgeführt:

Ziel: Messung der Halteleistung, des Haltungsgefühls und der Haltungskoordination.

Durchführung: Der Testleiter erklärt der Versuchsperson die einzunehmende Haltung, indem er das Kind vor die Testwand stellt und in die gewünschte Position bringt. Das Kind soll dabei den Rumpf maximal aufrichten, die Bauch- und Gesässmuskulatur anspannen sowie die Schulterblätter zurücknehmen. Zusätzlich werden beide Arme nach vorne in die Waagerechte gebracht. Das Kind wird aufgefordert, diese Position so lange wie möglich ohne Verlagerung des Rumpfes beizubehalten. Es wird gemessen (in Sekunden), wie lange das Kind in dieser Haltung stehen bleiben kann.

Bewertung: Das Gitterraster im Hintergrund dient dazu, die Veränderungen der aktiven Haltung zu erkennen. Lässt die Versuchsperson die Arme sinken oder verlagert den Rumpf, wird die Zeit angehalten. Spätestens wenn sich die Position um ein Rasterkästchen verändert oder die vertiefte Ruhehaltung eingenommen wurde, wird der Test abgebrochen. Hält das Kind die aktive Position zwei Minuten (maximale Haltezeit), wird der Test ebenfalls abgebrochen.

Bemerkung: Sinnvollerweise sollte ein solcher Kraft-Haltungstest in eine ärztliche Schuleintrittsprüfung integriert werden. In der Schule und im Vereinssport könnten Haltungs- und Krafttests als Standortbestimmung vor einer individuellen Trainingsplanung oder zum Nachweis von Trainingsfortschritten regelmässig durchgeführt werden. **m**

Bild links: Ausgangsposition bei Testbeginn.
Bild rechts: Veränderte Rumpfhaltung als Testabbruchkriterium.

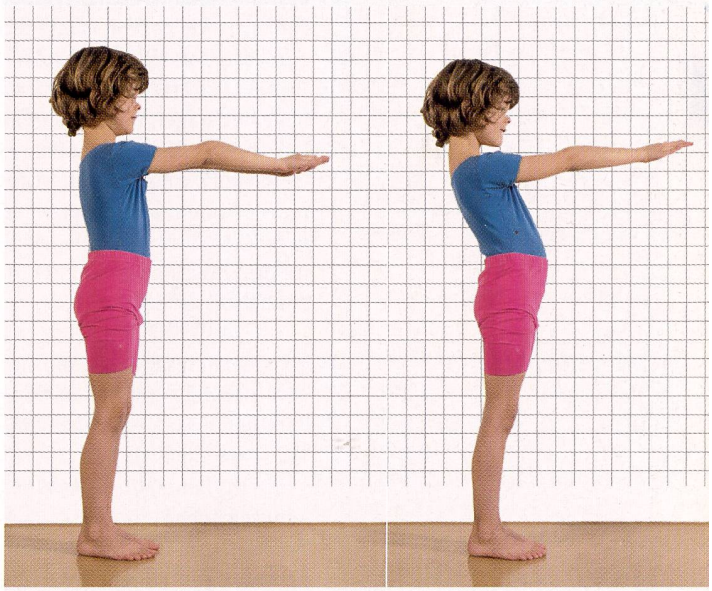

Foto: Daniel Käsermann

Normentabelle zur Testauswertung: Leistungsbeurteilung (in Sekunden) der Mädchen und Knaben

Alter (Jahre)	weit überdurchschnittlich		überdurchschnittlich		durchschnittlich		unterdurchschnittlich		weit unterdurchschnittlich	
	♀	♂	♀	♂	♀	♂	♀	♂	♀	♂
6	>68	>74	54–68	58–74	44–53	46–57	28–43	28–45	<28	<28
7	>86	>83	68–86	64–83	55–67	51–63	36–54	31–50	<36	<31
8	>90	>94	72–90	73–94	59–71	59–72	40–58	38–58	<40	<38
9	>89	>96	72–89	76–96	60–71	62–75	43–59	41–61	<43	<41
10	>99	>94	79–99	74–94	65–78	61–73	45–64	41–60	<45	<41