

## Persönliche Daten

In diesem Bereich sind die Angaben zu Geburtsdatum und Geschlecht zu finden. Der Body-Mass-Index (BMI) ist eine Verhältniszahl zwischen Körpergewicht und Körpergröße, der sich wie folgt berechnet:

$$\text{BMI} = \frac{\text{Körpergewicht (in kg)}}{\text{Größe (in m)} \times \text{Größe (in m)}}$$

Der. Entsprechend dem Alter und dem Geschlecht verändert sich der BMI im Laufe des Wachstums. Deswegen ist der BMI bei Kindern anders zu bewerten als der von Erwachsenen, zur Interpretation werden somit andere Vergleichswerte herangezogen. Damit der BMI richtig interpretiert wird, erfolgt die Beschreibung des BMI in Worten anhand der WHO-Kategorisierung nach Kromeyer-Hauschild 1991.

Beschreibung des BMI (Interpretation)	Anteil in der Gesamtbevölkerung (Percentile)
Testperson ist stark übergewichtig.	3 % (P98-P100)
Testperson ist übergewichtig.	7 % (P91-P97)
Testperson neigt zum Übergewicht.	15 % (P76-P90)
BMI in altersgemäßer Norm.	50 % (P25-P75)
Testperson neigt zum Untergewicht.	15 % (P10-P24)
Testperson ist untergewichtig.	7 % (P3-P9)
Testperson ist stark untergewichtig.	3 % (P0-P2)

## Sportmotorische Tests

In der Tabelle finden Sie die Ergebnisse ihrer Schülerinnen und Schüler zu den sportmotorischen Tests mit der erreichten Punktezah. Z.B. hat das Kind beim 20m Sprint (1. Spalte) mit der Zeit von 3,59 sec (2. Spalte) 5 Punkte (3. Spalte) erreicht. Die Punktezah errechnet sich aus dem Vergleich mit der gleichen Altersgruppe (11 Jahre) des gleichen Geschlechts (männlich) und des gleichen Schultyps (Sportschule).

Die jeweiligen Punkte sind farblich hinterlegt, wobei rot für einen Punkt bis weiß für fünf Punkte steht. Je mehr Punkte bei einem Test erreicht werden, umso besser ist das Ergebnis. Beispielsweise sollte bei der unten stehenden Auswertung die Testperson die Ausdauer stark verbessern (nur 1,2 Punkte beim 8min Lauf). Bei der Beinkraft gibt es auch noch Verbesserungsmöglichkeiten (2,9 Punkte beim Standweitsprung). Mit der Bewegungskoordination und der Armkraft (3,3 Punkte beim Bumerang-Lauf und 3,8 Punkte bei den Klimmzügen) darf unser Schüler zufrieden sein. Besonders hebt sich der Schüler im Schnelligkeitsbereich (5 Punkte beim 20m Sprint) vom österreichischen Durchschnitt ab.

Damit man sieht, mit welchen Werten das jeweilige Ergebnis verglichen wird, finden Sie von Spalte 4 – 8 die dem Alter und Geschlecht entsprechenden Normwerte. Die Normwerte wurden aufgrund einer österreichweiten Testerhebung festgelegt. Liegt die Testperson genau im Durchschnitt der erhobenen Testergebnisse erhält sie 3 Punkte. Ist sie besser als der Durchschnitt, dann bekommt die Testperson mehr als 3 Punkte. Liegt sie unter dem Durchschnitt, dann bekommt sie entsprechend weniger Punkte.

Die Punkteverteilung erfolgt nicht linear, sondern nach der Normalverteilung. Ausgehend vom Mittelwert wird für den Punkteraum von 2,5 – 3,5 eine gesamte Standardabweichung herangezogen. Für den Punkteraum 1,5 – 2,5 bzw. 3,5 – 4,5 wird jeweils nur eine halbe Standardabweichung nach oben bzw. nach unten berücksichtigt. Für den Punkteraum unter 1,5 bzw. über 4,5 wird jeweils nur ein Viertel der Standardabweichung herangezogen.

Aus allen erreichten Punkten wird ein Leistungskoeffizient ermittelt. Das ist der Mittelwert aus allen 5 sportmotorischen Tests.

Unter der Tabelle findet man ein Diagramm, in der das Leistungsprofil (Stärken – Schwächen) der Schülerinnen bzw. Schüler abgebildet ist. Die Balken zeigen, welche Punktezah bei den von Ihnen

Testpersonen durchgeführten Tests erreicht wurden und in welchem Farbbereich Ihre Schülerinnen und Schüler mit der Leistung liegen. Dann heißt es entweder „fleißig üben!“ oder „großartig!“.

### Muskelfunktionstests

Ganz unten findet man – falls man diese Tests mit Ihren Schülerinnen und Schülern absolviert hat – die Auswertung der Muskelfunktionstests. Auf der linken Bildhälfte ist die Körpervorderseite des Kindes und auf der rechten Bildhälfte die Rückseite des Körpers abgebildet. Die eingezeichneten Muskeln sind jene, die auf deren Funktion (Dehnfähigkeit und Abschwächung) überprüft wurden.

	Linkes Bild	Rechtes Bild
Überprüfung auf Dehnfähigkeit	gerade Oberschenkelstrecker	
	große Brustmuskel	
	Hüftbeuger	Oberschenkelbeugemuskulatur
Überprüfung auf Abschwächung	gerader Bauchmuskel	Schulterblattfixatoren
		Rückenstrecker der BWS
		großer Gesäßmuskel