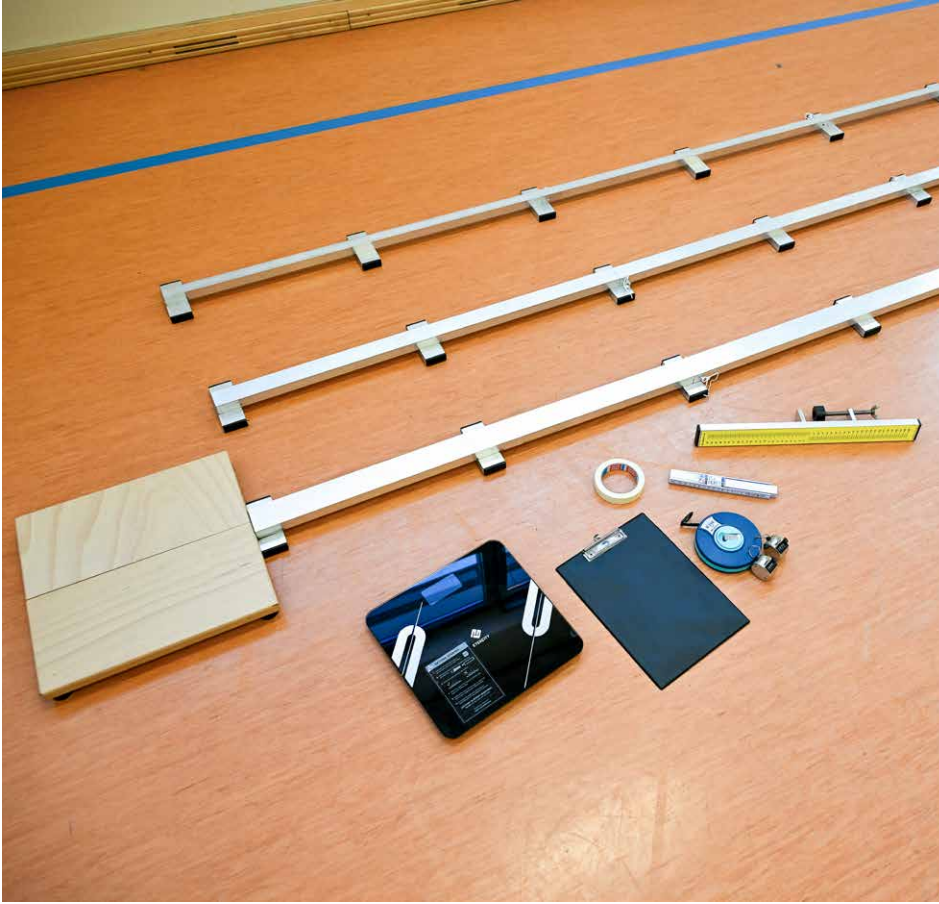


MATERIAL



TESTTASCHE BESTEHEND AUS:

- 3 Balancierbalken mit 1 Startbrett
- 1 Zentimeterskala Rumpfbeuge
- 1 Markierungsband (Kreppband)
- 2 Handzähler
- 1 Personenwaage
- 1 Zollstock
- 1 Klemmbrett
- 20 Meter Maßband

ZUSÄTZLICHES MATERIAL:

Aus dem Bestand der Sporthalle

- 2 Gymnastikmatten
- 1 Langbank
- 4 Stoppuhren (optional Timer)
- 12 Pylonen

MATERIAL FÜR TESTHELFENDEN:

- Analog:
Erfassungsbogen, Klemmbrett, Kugelschreiber ODER
- Digital:
Smartphone, Tablet oder Laptop

TESTABLAUF

VOR DEM TEST

- Einwilligungserklärung Eltern herunterladen und ausdrucken:
<https://bewegungcheck.hessen.de>
- Entscheidung für ein Testmodell:
Sie können aus unterschiedlichen Testmodellen mit unterschiedlicher Anzahl an Testhelfenden wählen.
Weitere Infos finden Sie hier:
<https://bewegungcheck.hessen.de>
- Entscheidung für eine Erfassungsmethode:
Ausdruck des Erfassungsbogens
<https://bewegungcheck.hessen.de>
ODER
digitale Erfassung auf Mobiltelefon oder Tablet.
<https://bewegungcheck.hessen.de>

AM TESTTAG

- Aufbau aller Teststationen
- Der Test beginnt mit dem 20-Meter-Sprint und endet mit dem 6-Minuten-Lauf. Start- und Endstation einhalten.
Die Reihenfolge der anderen Stationen kann individuell frei gewählt werden.
- Mit festen Turnschuhen oder im Ausnahmefall mit Turnschlappchen am Test teilnehmen.
- An der Station 4 (Rumpfbeuge) und der Station Körpergewicht & Körpergröße wird ohne Schuhe getestet.

NACH DEM TEST

- Auswertung
- Urkundendruck
- Rückmeldung
- Anschlussangebote
<https://bewegungcheck.hessen.de>