

# 9. MOTORIK-TESTS

## DER STUFEN ROT, ORANGE UND GRÜN

### ÜBERSICHT DER KINDER MOTORIK-TESTS

GESCHICKLICHKEIT

**Luftballons jonglieren**  
Das Kind spielt zwei Luftballons gleichzeitig möglichst lang in der Luft hoch. Dabei nutzt es Hände, Füße, Knie und Kopf. Es hat drei Versuche.  
Wie lange schafft es das Kind (in Sekunden)?

**Slalom**  
Das Kind lenkt Tennisbälle mit einem Schläger durch einen Hütchen-Slalomparcours (8 Hütchen im Abstand von 1 Meter hintereinander, Start ist direkt beim ersten Hütchen, nach Umrunden des letzten Hütchens läuft es gerade an den Hütchen vorbei zurück, Stopp ist beim ersten Hütchen).  
Wie lange braucht das Kind (in Sekunden)?

**Bälleprellen**  
Das Kind prellt gleichzeitig 2 Tennisbälle auf den Boden. Dann fängt es diese abwechselnd mit dem Handrücken nach unten bzw. oben zeigend wieder auf. Es hat 3 Versuche.  
Wie oft fängt das Kind die Bälle ohne Fehler?

**Geschicklichkeit Luftballons jonglieren**  
**Geschicklichkeit Slalom**  
**Geschicklichkeit Bälleprellen**

Name Kind 1	Name Kind 2	Name Kind 3	Name Kind 4	Name Kind 5	Name Kind 6	Name Kind 7	Name Kind 8	Name Kind 9	Name Kind 10
Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden
Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden
Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl

GESCHICKLICHKEIT

LAUFEN

**Koordinationsleiter**  
Das Kind läuft vier Bahnen in der Koordinationsleiter mit unterschiedlichen Vorgaben: Side-Step rechtes Bein voraus, Side-Step linkes Bein voraus, Kniehebelauf, abwechselnd in und neben die Leiter tippen (rechten und linken Fuß in dasselbe „Kästchen“ rechten und linken Fuß neben das nächste Kästchen usw.) Die Bewegungen sollten flüssig sein und das Kind sollte nicht auf die Leiter treten.  
Wie lange braucht das Kind (in Sekunden)?

**Linientappings**  
Das Kind steht mit den Zehenspitzen vor einer Linie. Es hat 20 Sekunden lang Zeit, so oft wie möglich mit beiden Füßen nacheinander vor- und wieder hinter die Linie zu tippen. (Rechts vor, links vor, rechts zurück, links zurück)  
Wie oft schafft es das Kind?

**Ballholen**  
Es liegen 5 Tennisbälle auf folgenden Punkten im Großfeld: Kreuz Grundlinie/ Einzellinie (rechts und links), Kreuz T-Linie/ Einzellinie (rechts und links), in der Mitte der T-Linie. Das Kind startet in der Mitte der Grundlinie, holt jeden Ball einzeln und legt ihn auf einen in der Mitte der Grundlinie liegenden Schläger ab.  
Wie lange braucht das Kind (in Sekunden)?

**Laufen Koordinationsleiter**  
**Laufen Linien-Tappings**  
**Laufen Ballholen**

Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden
Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl
Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden

LAUFEN

SPRINGEN

**Linien sprünge**  
Das Kind hüpfte vier Bahnen die T-Linie entlang: Einbeinig links, einbeinig rechts, zweibeinig vorwärts, zweibeinig rückwärts. Es sollte die Bewegungen flüssig ausführen und möglichst nicht von der Linie abkommen.  
Wie lange braucht das Kind?

**Seilspringen**  
Das Kind zeigt unterschiedliche Seilsprungvarianten (Beidbeinig, auf einem Bein, Doppeldurchzug, im Laufen etc.) Es sollte fehlerfrei mindestens 2 unterschiedliche Techniken kombinieren. Es hat 3 Versuche.  
Wie lange schafft es das Kind ohne Fehler (in Sekunden)?

**Weitsprung**  
Das Kind macht von der Grundlinie ohne Anlauf 3 beidbeinige Sprünge hintereinander in die Feldmitte.  
Wie weit kommt das Kind (in Metern)?

**Springen Linien sprünge**  
**Springen Seilspringen**  
**Springen Weitsprung**

Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden
Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden	Sekunden
Meter	Meter	Meter	Meter	Meter	Meter	Meter	Meter	Meter	Meter

SPRINGEN

WERFEN/FANGEN

**Ballfangen**  
Das Kind fängt einen großen Ball (Gymnastikball) auf einem Bein stehend und wirft ihn ohne „umzukippen“ zurück zum Trainer, der 3 Meter entfernt steht. Es hat 3 Versuche.  
Wie oft schafft es das Kind ohne Fehler?

**Weitwurf**  
Das Kind wirft einen Tennisball von der T-Linie aus über das Netz. Es hat 3 Versuche.  
Wie weit kommt das Kind (in Metern)?

**Reaktionsfangen**  
Das Kind steht mit dem Rücken zum Trainer. Dieser wirft ihm im Abstand von 3 Metern einen Tennisball zu. Auf Zuruf (sobald der Ball die Hand verlässt) dreht es sich um und fängt den Ball direkt aus der Luft mit einem Hütchen. Es hat 3 Versuche.  
Wie oft schafft es das Kind ohne Fehler?

**Werfen/Fangen Ballfangen**  
**Werfen/Fangen Weitwurf**  
**Werfen/Fangen Reaktionsfangen**

Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl
Meter	Meter	Meter	Meter	Meter	Meter	Meter	Meter	Meter	Meter
Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl

WERFEN/FANGEN