





Erläuterungen zur SMBA Winterthur 1. Klasse

Test-Disziplinen

				
Seitliches Springen	Tapping	Standweitsprung	20m-Sprint	Shuttle-Run
Beidbeiniges seitliches Hin- und Herspringen über eine 2cm hohe Holzleiste.	Einhändiges seitliches Hin- und Herklopfen mit der dominanten Hand auf zwei Kreise im Abstand von 80cm bei fixierter Gegenhand.	Beidbeiniger Absprung mit Ausholen zur Landung auf den Füßen.	Sprint aus Hochstart.	Pendellauf in vorgegebener Geschwindigkeit auf einer 20m-Strecke, wobei die Geschwindigkeit jede Minute gesteigert wird.
Anzahl Sprünge in 15 sec	Zeit für 25 Zyklen (hin + her)	Sprungweite	Laufzeit über 20m	Anzahl mit korrekter Geschwindigkeit absolvierter 20m-Strecken

- Im Jahr 2024 wurden 1190 Erstklass-Kinder untersucht.
- Für die Einzelresultate werden Mädchen mit den anderen Mädchen und Knaben mit den anderen Knaben des Jahrgangs verglichen.
- Untersuchungen des Pädiatrisch Endokrinologischen Zentrums Zürich (PEZZ) haben bestätigt, dass Grösse, Gewicht und Alter keinen relevanten Einfluss auf die Testresultate haben.