



Projecto modelo „Promoção do desporto e da actividade física nas escolas primárias“

Caras Senhoras e Senhores, caros Pais,

em cooperação com o Rhein-Sieg-Kreis a federação desportiva distrital gostaria de fazer um levantamento das capacidades motoricas dos alunos. O teste motorico será realizado pelo Ministério da Família, Infância, Juventude, Cultura e Desporto de NRW.

O teste foi concebido para avaliar o nível actual de capacidades motoricas das crianças no segundo ano. Serve como base para registar as capacidades de coordenação e desenvolvimento de crianças e adolescentes.

A federação desportiva distrital decidiu esta opção de teste para fim de obter um elevado grau de comparabilidade e documentar o estado das crianças e dos jovens numa comparação nacional.

O teste deve ser repetido a pós de dois anos. Isto permite mostrar as tendências no desenvolvimento pessoal de cada criança e, por vezes, também podem ser feitas recomendações para programas de actividade física.

Ficáramos encantados se nos apoiassem no projecto para que possamos continuar a encorajar e apoiar a diversão do movimento, do jogo e do desporto para os nossos alunos.

Proteccao de dados:

Para que o seu filho ou filha participe no exame motorico desportivo e para que possamos recolher os dados relevantes, precisamos do seu consentimento assinado para o processamento de dados. (Ver anexo).

Como s melhores cumprimentos

Julia Ulmke
Orador
Sportjugend Rhein-Sieg

O que será perguntado e testado?

Inquérito sobre o comportamento

desportivo e de lazer:

- Associação de membros, Desporto.
- Participação em atividades desportivas na escola (AGs).
- Flutuabilidade (Natação).

Diminuição dos dados antropométricos:

- Altura
- Peso corporal (> BMI)
- Perímetro abdominal

Teste de motores (em grupos):

Energia

Push-ups & Sit-ups
(Números em quarenta segundos)

Salto em pé em comprimento
(Distância de saltos em cm)

Coordenação

Suporte com uma perna
(Pôr os pés para baixo em trinta segundos)

Para & Para
(Números em trinta segundos)

Mobilidade

Dobra do tronco
(Distância dos dedos dos pés aos dedões dos pés em cm)

Velocidade

Sprint de vinte m
(Tempo em segundos)

Endurance

6 minutos de corrida
(Distância percorrida em m)

A sua pessoa de contacto:

Julia Ulmke
Referentin

Sportjugend Rhein-Sieg
ulmke@ksb-rhein-sieg.de

Wilhelmstr. 8 a
53721 Siegburg
Tel: +49 177 -6433751
Fax: +49 2241 - 971413
kontakt@sportjugend-rheinsieg.de
www.ksb-rhein-sieg.de