

CHECK'D – Bewegungs-,  
Sport-, Talentförderung

# Wie fit ist mein Kind?

Düsseldorf  
Nähe trifft Freiheit



InCHECK'D

# Wozu ist der InCHECK'D gut?

## Sportmotorischer Test für Düsseldorfer Schulkinder

Die Förderung der motorischen Fähigkeiten ist für Kinder sehr wichtig, um körperlich und geistig fit zu bleiben.

Damit jedes Kind in Düsseldorf den Spaß am Sport entdecken und verschiedene Sportarten kennenlernen kann, hat das Sportamt der Landeshauptstadt Düsseldorf gemeinsam mit mehreren Partnern CHECK'D – das Düsseldorfer Modell der Bewegungs-, Sport- und Talentförderung entwickelt.



Die sportmotorischen Tests PreCHECK'D, InCHECK'D und ReCHECK'D sind zentrale Elemente in diesem Modell und bilden die Grundlage für Beratungen, Sportartempfehlungen und Fördermaßnahmen.

Die Tests und Auswertungen wurden mit der Bergischen Universität Wuppertal, Prof. Dr. Theodor Stemper, entwickelt und erfolgen unter Einhaltung aller Erfordernisse des Datenschutzes in Zusammenarbeit mit dem Datenschutzbeauftragten der Landeshauptstadt Düsseldorf.

# Wie läuft der Test ab?

## Kleiner Aufwand – großer Erfolg

Der InCHECK'D wird von einem Testteam des Sportamtes im Sportunterricht durchgeführt. Der Test überprüft mittels acht altersgerechter Übungen die fünf sportmotorischen Grundfähigkeiten Schnelligkeit, Koordination, Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit:

- 10-Meter-Sprint
- Standweitsprung
- Ball-Beine-Wand
- Sit-ups
- Hindernislauf
- Rumpftiefbeuge
- Medizinballstoßen
- 6-Minuten-Lauf.



Zusätzlich werden Körpergewicht, Körperlänge und Body-Mass-Index (BMI) der Kinder ermittelt.

Alle Kinder mit entsprechendem Einverständnis der Eltern erhalten Auswertungen, Empfehlungen und Fördermaßnahmen. Bitte füllen Sie daher die beigegefügte Einverständniserklärung aus.

Die Auswertung gibt eine zuverlässige Einschätzung über die sportmotorischen Fähigkeiten. Die Ergebnisse sind nicht mit der Schulsportnote vergleichbar und beeinflussen diese nicht.

## Bewegungs-, Sport- und Talentförderung

PreCHECK'D  
Schuleingangsuntersuchung



# Was kommt dann?

## Kids in Action, Fördergruppen, Talentiade und Talentgruppen



© Sidekick - iStock

### **Sportförderung**

Alle Kinder werden zum Sportinformationstag Kids in Action eingeladen.

Hier kann die Vielfalt der Düsseldorfer Sportlandschaft mit attraktiven Mitmachangeboten erlebt und vielleicht ein neuer Lieblingssport gefunden werden.

### **Bewegungsförderung**

Das Sportamt hat kostenfreie Bewegungsfördergruppen eingerichtet, in denen die Vermittlung von Spaß an Sport und Bewegung im Vordergrund steht. In kleinen Gruppen unter geschulter Leitung erweitern die Kinder ihre motorischen Fähigkeiten.

### **Talentförderung**

Die sportlich begabtesten Kinder werden zur Talentiade eingeladen, um dort die Sportarten kennenzulernen, in denen in Düsseldorf eine Förderung bis in den Spitzensport hinein stattfindet. Fachleute aus den Düsseldorfer Leistungszentren und des Sportamtes informieren die Kinder und ihre Eltern über Fördermaßnahmen und Angebote im Leistungssport.



InCHECK'D  
2. Klasse



ReCHECK'D  
5. Klasse

# Wer macht mit?

## Borussia Düsseldorf unterstützt den InCHECK'D durch Patenschaft

Die Tischtennisprofis von Borussia Düsseldorf unterstützen das Düsseldorfer Modell seit 2011. Mit der Patenschaft einer der erfolgreichsten Mannschaften Europas wird CHECK'D – das Düsseldorfer Modell für Kinder noch attraktiver und aufregender.

Bei den Folgeveranstaltungen des InCHECK'D werden die Profis von Borussia gemeinsam mit dem Sportamt der Landeshauptstadt Düsseldorf die Schulkinder noch mehr für Sport begeistern.

Geplant sind verschiedene Aktionen, an denen alle InCHECK'D-Kinder teilnehmen können – unabhängig vom sportlichen Leistungsstand.

**Aktuelle Informationen** zum InCHECK'D und zur Patenschaft von Borussia Düsseldorf unter:  
[www.duesseldorf.de/check-d](http://www.duesseldorf.de/check-d)



Timo Boll  
© Borussia Düsseldorf



Dang Qiu  
© Borussia Düsseldorf

# CHECK'D – das Düsseldorf-Modell

2002 hat Düsseldorf als erste deutsche Großstadt ein umfassendes Modell zur Bewegungs-, Sport- und Talentförderung in verschiedenen Altersstufen entwickelt:

- Vorschule: PreCHECK'D zur Schuleingangsuntersuchung
- Grundschule: InCHECK'D in der 2. Klasse
- Weiterführende Schule: ReCHECK'D in der 5. Klasse.

Seitdem nehmen jährlich über 15.000 Kinder an den sportmotorischen Tests PreCHECK'D, InCHECK'D und ReCHECK'D teil. Neben den sportmotorischen Tests beinhaltet CHECK'D eine Reihe gezielter und erfolgreicher Fördermaßnahmen.

## Fördermaßnahmen im CHECK'D

- Integration durch Sport
- Bewegungspädagogik im Vorschulalter
- Kindergartenschwimmen
- Kindergartensportfest
- Kita-Bewegungscamp
- Bewegungsfördergruppen
- Sportaktionstag Kids in Action
- Olympic Adventure Camp
- Talentiade
- Tag der Talente
- Beratung für Kinder, Eltern und Lehrkräfte
- Gastfamilien-Programm
- Spitzensportförderung
- NRW-Sportschule und Elite-Schule des Fußballs





## **Kontakt**

Landeshauptstadt Düsseldorf –

Sportamt

Telefon 0211 89-95200

E-Mail [check@duesseldorf.de](mailto:check@duesseldorf.de)

[www.duesseldorf.de/check-d](http://www.duesseldorf.de/check-d)

## **Social Media:**

**Facebook und Instagram**

checkduesseldorf



Landeshauptstadt Düsseldorf  
Sportamt

## **Herausgegeben von der**

Landeshauptstadt Düsseldorf

Der Oberbürgermeister

Sportamt

Arena-Straße 1, 40474 Düsseldorf

**Verantwortlich** Eva Kulot

IX/22-7.

[www.duesseldorf.de](http://www.duesseldorf.de)

