

Fragebögen: Zuordnung der Items zu den Dimensionen

Illustrierte Skala zur Erfassung des physischen Selbstkonzepts im Kindesalter (ISPS)

Dimension	Item
Freude	Item 1: Dieser Junge macht ziemlich gern Sport. / Dieser Junge macht nicht so gern Sport.
Beweglichkeit	Item 2: Dieser Junge kann sich nicht so gut nach vorne beugen. / Dieser Junge kann sich ziemlich gut nach vorne beugen.
Sportlichkeit	Item 3: Dieser Junge macht ziemlich gern Sport. / Dieser Junge macht nicht so gern Sport.
Aussehen	Item 4: Dieser Junge findet, dass er nicht so gut aussieht. / Dieser Junge findet, dass er ziemlich gut aussieht.
Ausdauer	Item 5: Dieser Junge kann ziemlich gut lange laufen. / Dieser Junge kann nicht so gut lange laufen.
Schnelligkeit	Item 6: Dieser Junge kann nicht gut schnell rennen. / Dieser Junge kann ziemlich gut schnell rennen.
Kraft	Item 7: Dieser Junge kann schwere Dinge ziemlich leicht hochheben. / Dieser Junge kann schwere Dinge nicht so leicht hochheben.
Koordination	Item 8: Dieser Junge ist nicht so gut darin, zwei Übungen im Sport gleichzeitig zu machen, wie zum Beispiel laufen und Ballprellen. / Dieser Junge ist ziemlich gut darin, zwei Übungen im Sport gleichzeitig zu machen, wie zum Beispiel laufen und Ballprellen.

Tietjens, M., Dreiskaemper, D., Utesch, T., Schott, N., Barnett, L. M., & Hinkley, T. (2018). Pictorial Scale of Physical Self-Concept for Younger Children (P-PSC-C): A Feasibility Study. *Journal of Motor Learning and Development*, 6(2), 391-402. <https://doi.org/10.1123/jmld.2016-0088>

Pictorial Scale of Physical Self-Concept for younger children (P-PSC-C)

Dimension	Item
Joy	Item 1: This boy likes to do sports. / This boy doesn't like to do sports.
Flexibility	Item 2: This boy isn't very good at bending and twisting his body. / This boy is pretty good at bending and twisting his body.
Fitness	Item 3: This boy is pretty good at all sports. / This boy isn't very good at all sports.
Appearance	Item 4: This boy thinks he doesn't look very good. / This boy thinks he looks pretty good.
Endurance	Item 5: This boy is pretty good at running for a long time. / This boy isn't very good at running for a long time.
Speed	Item 6: This boy isn't very good at running fast. / This boy is pretty good at running fast.
Strength	Item 7: This boy is pretty strong. / This boy isn't very strong.
Coordination	Item 8: This boy isn't very good at doing two things at the same time like running and bouncing the ball. / This boy is pretty good at doing two things at the same time like running and bouncing the ball.

Tietjens, M., Barnett, L. M., Dreiskämper, D., Holfelder, B., Utesch, T. O., Lander, N., ... Schott, N. (2020). Conceptualising and testing the relationship between actual and perceived motor performance: A cross-cultural comparison in children from Australia and Germany. *Journal of Sports Sciences*, 38(17), 1984–1996. <https://doi.org/10.1080/02640414.2020.1766169>

Fragebogen zur Messung des physischen Selbstkonzepts im Kindesalter (PSK-K)

Dimension	Item
Kraft	1. Ich bin stark.
Ausdauer	2. Ich kann lange laufen, ohne anzuhalten.
Schnelligkeit	3. Ich bin schnell.
Beweglichkeit	4. Ich bin beweglich.
Koordination	5. Ich kann auch zwei Übungen zusammen machen (z. B. beim Laufen mit einem Ball schießen).
Sportlichkeit	6. Ich bin gut in Sport.
Aussehen	7. Ich mag mein Aussehen.
Ausdauer	8. Ich kann eine weite Strecke rennen ohne Pause.
Beweglichkeit	9. Ich kann mich gut biegen.
Sportlichkeit	10. Ich bin ein/-e gute Sportler/-in.
Ausdauer	11. Ich bin mit meinem Körper zufrieden.
Kraft	12. Ich habe viel Kraft in meinem Körper.
Schnelligkeit	13. Ich kann schnell rennen.
Ausdauer	14. Ich sehe gut aus.
Koordination	15. Ich kann mehrere Übungen verbinden (z. B. erst einen Ball fangen und dann in den Korb werfen).
Beweglichkeit	16. Ich kann mich weit nach vorne beugen.
Sportlichkeit	17. Ich bin sehr sportlich.
Kraft	18. Ich kann schwere Dinge leicht hoch heben.
Ausdauer	19. Ich kann lange Sport machen, ohne müde zu werden.
Aussehen	20. Ich finde mein Aussehen toll.
Schnelligkeit	21. Ich kann mich schnell bewegen.
Koordination	22. Ich kann viele Übungen nacheinander machen (z. B. balancieren, rückwärts laufen und eine Rolle vorwärts machen)

Dreiskämper, D., Tietjens, M., Honemann, S., Naul, R., & Freund, P. A. (2015). PSK-Kinder–Ein Fragebogen zur Erfassung des physischen Selbstkonzepts von Kindern im Grundschulalter. *Zeitschrift für Sportpsychologie*, 2015(3), 97-111. <https://doi.org/10.1026/1612-5010/a000141>

Fragebogen zu Wahrgenommenen Motorischen Kompetenzen für Kinder (WMK-K)

Dimension	Item
Objektkontrolle	T1) Ich kann einen Ball weit werfen.
Lokomotion	(R1) Ich bin ein guter Sprinter.
Koordination/Objektkontrolle	(C1) Ich kann einen hart geworfenen Ball gut fangen.
Stabilität	(H1) Ich kann gut auf einem Bein hüpfen.
Objektkontrolle	(K1) Ich kann einen Ball hart schießen.
Koordination/Lokomotion	(L1) Ich kann den Hopslerlauf gleichmäßig mit beiden Beinen machen.
Objektkontrolle	(B1) Ich kann einen Ball gut prellen.
Lokomotion	(J1) Ich kann weit springen, wenn ich mit beiden Beinen aus dem Stand abspringe.
Objektkontrolle	(T2) Ich kann einen Ball gut auf ein Ziel werfen.
Lokomotion	(R2) Ich bin gut darin, so schnell zu laufen wie es geht.
Objektkontrolle	(C2) Ich kann einen kleinen Ball (Tennisball) gut fangen.
Stabilität/Lokomotion	(H2) Ich bin gut darin, auf einem Bein zu hüpfen.
Objektkontrolle	(K2) Ich bin gut darin, einen Ball zu schießen.
Koordination/Objektkontrolle	(L2) Ich bin gut im Hopslerlauf.
Koordination/Objektkontrolle	(B2) Ich kann einen Ball mit beiden Händen abwechselnd gut prellen.
Lokomotion	(J2) Ich kann beim beidbeinigen Abspringen aus dem Stand weit springen.
Objektkontrolle	(T3) Ich bin gut im Ballwerfen.
Lokomotion	(R3) Ich kann gut sprinten.
Koordination	(C3) Ich kann einen Ball gut fangen.
Lokomotion	(H3) Ich kann beim Auf-einem-Bein-hüpfen weit nach vorne hüpfen.
Objektkontrolle	(K3) Ich bin gut darin, mit einem Ball auf ein Ziel zu schießen.
Koordination/Lokomotion	(L3) Ich kann mich beim Hopslerlauf gut nach oben abdrücken.
Objektkontrolle	(B3) Ich kann einen Ball beim Pellen sicher kontrollieren.
Lokomotion	(J3) Ich bin gut darin, mit beiden Beinen aus dem Stand abzuspringen.

The Perceived Motor Competence Questionnaire for Children (PMC-C)

Dimension	Item
Object Control	(T1) I am good at throwing a ball far.
Locomotion	(R1) I am a good sprinter.
Coordination/Object Control	(C1) I am good at catching a hard thrown ball.
Stability	(H1) I can hop on one leg very well.
Object Control	(K1) I am good at kicking a ball hard.
Coordination/Locomotion	(L1) I am good at leaping constantly with both legs.
Object Control	(B1) I can bounce a ball very well.
Locomotion	(J1) I can jump forwards very far with both legs.
Object Control	(T2) I am good at throwing a ball on a target.
Locomotion	(R2) I am good at running as fast as possible.
Object Control	(C2) I am good at catching a small Ball (e.g., a Tennis ball).
Stability/Locomotion	(H2) I am good at hopping.
Object Control	(K2) I am good at kicking a ball.
Coordination/Object Control	(L2) I am good at leaping.
Coordination/Object Control	(B2) I am good at bouncing a ball alternating with both hands.
Locomotion	(J2) I am good at jumping forwards very far with both legs.
Object Control	(T3) I am good at throwing a ball.
Locomotion	(R3) I am good at running.
Coordination	(C3) I can catch a ball well.
Locomotion	(H3) I am good at hopping very far.
Object Control	(K3) I am good at kicking a ball at a target.
Coordination/Locomotion	(L3) I am good at doing a high leap.
Object Control	(B3) I am good at controlling a ball while bouncing.
Locomotion	(J3) I am good at jumping forwards with both legs.

Dreiskaemper, D., Utesch, T., & Tietjens, M. (2018). The perceived motor competence questionnaire in childhood (PMC-C). *Journal of motor learning and development*, 6(2), 264-280. <https://doi.org/10.1123/jmld.2016-0080>

Deutsche Kurzform des Physical Self Inventory (PSI-S-R)

Dimension	Item
Genereller Selbstwert	1. Ich habe eine gute Meinung von mir.
Physischer Selbstwert	2. Im Großen und Ganzen bin ich stolz auf meine körperlichen Leistungen.
Aussehen	3. Ich mag mein Aussehen nicht besonders.
Kraft	4. Ich bin körperlich stärker als die meisten anderen.
Genereller Selbstwert	5. Es gibt viele Dinge an mir, die ich ändern würde.
Physischer Selbstwert	6. Ich bin mit dem, was ich körperlich leisten kann, zufrieden.
Ausdauer	7. Ich wäre gut in Ausdauerleistungen.
Physischer Selbstwert	8. Ich finde, dass ich generell im Sport gut bin.
Aussehen	9. Mein Körper sieht gut aus.
Kraft	10. Ich wäre gut in Sportarten, die Kraft erfordern.
Physischer Selbstwert	11. Ich habe ein gutes körperliches Selbstwertgefühl.
Ausdauer	12. Ich denke, lange laufen zu können, ohne zu ermüden.
Genereller Selbstwert	13. Im Großen und Ganzen bin ich so, wie ich bin, zufrieden.
Physischer Selbstwert	14. In allen Sportarten weiß ich mir bei Schwierigkeiten zu helfen.
Aussehen	15. Niemand findet mich gutaussehend.
Kraft	16. Ich biete in Situationen, in denen Kraft erforderlich ist, sofort meine Hilfe an.
Ausdauer	17. Ich kann fünf Kilometer laufen, ohne anhalten zu müssen.
Physischer Selbstwert	18. Ich bin gut im Sport.
Genereller Selbstwert	19. Ich möchte so bleiben, wie ich bin.
Aussehen	20. Ich mag mein Aussehen.
Aussehen	21. Jeder findet, ich sehe gut aus.

Bei den hervorgehobenen Items handelt es sich um zusätzlich hinzugefügte Items.

Mañano, C., Morin, A. J., Tietjens, M., Bastos, T., Luiggi, M., Corredeira, R., ... & Sánchez-Oliva, D. (2023). German, Portuguese and Spanish versions of the revised short form of the Physical Self-Inventory (PSI-S-R). *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 27(1), 10-20. <https://doi.org/10.1080/1091367X.2022.2034164>

English Short Form of the Physical Self Inventory (PSI-S-R)

Dimension	Item
Global Selfworth	1. I have a good opinion of myself.
Physical Selfworth	2. Globally, I am proud of what I can do physically.
Physical Attractiveness	3. I am really pleased with the appearance of my body.
Physical Strength	4. I'm physically stronger than most people.
Global Selfworth	5. Overall I am satisfied with being the way I am.
Physical Selfworth	6. I am happy with what I can do physically.
Physical Condition	7. I would be good at physical stamina exercises.
Sport Competence	8. I find that I'm good in all sports.
Physical Attractiveness	9. I have a nice body to look at.
Physical Strength	10. I would be good at exercises that require strength.
Physical Selfworth	11. I'm confident about my physical self-worth.
Physical Condition	12. I think I could run for a long time without tiring.
Sport Competence	13. I can find a way out of difficulties in all sports.
Physical Attractiveness	14. I am really pleased with the appearance of my body.
Physical Strength	15. Faced with a situation requiring physical strength, I'm the first one to offer assistance.
Physical Condition	16. I could run five kilometers without stopping.
Sport Competence	17. I do well in sports.
Global Selfworth	18. I would like to stay as I am.

Mañano, C., Morin, A. J., Tietjens, M., Bastos, T., Luiggi, M., Corredeira, R., ... & Sánchez-Oliva, D. (2023). German, Portuguese and Spanish versions of the revised short form of the Physical Self-Inventory (PSI-S-R). *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 27(1), 10-20. <https://doi.org/10.1080/1091367X.2022.2034164>