

## 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., Hofhelder, 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)

| <b>Dimension</b> | <b>Item</b>                                                                                                         |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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)

| <b>Dimension</b>             | <b>Item</b>                                                                      |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| 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 Hopserlauf 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 Hopserlauf.                                                  |
| Koordination/Objektkontrolle | (B2) Ich kann einen Ball mit beiden Händen abwechselt 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 Hopserlauf gut nach oben abdrücken.                      |
| Objektkontrolle              | (B3) Ich kann einen Ball beim Prellen sicher kontrollieren.                      |
| Lokomotion                   | (J3) Ich bin gut darin, mit beiden Beinen aus dem Stand abzuspringen.            |

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>

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

| <b>Dimension</b>            | <b>Item</b>                                                    |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------|
| 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)

| <b>Dimension</b>             | <b>Item</b>                                                                           |
|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 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.                                |
| <b>Genereller Selbstwert</b> | <b>5. Es gibt viele Dinge an mir, die ich ändern würde.</b>                           |
| 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.                   |
| <b>Aussehen</b>              | <b>15. Niemand findet mich gutaussehend.</b>                                          |
| 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.                                               |
| <b>Aussehen</b>              | <b>20. Ich mag mein Aussehen.</b>                                                     |
| Aussehen                     | 21. Jeder findet, ich sehe gut aus.                                                   |

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

Maiano, C., Morin, A. J., Tietjens, M., Bastos, T., Luijgi, 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)

| <b>Dimension</b>        | <b>Item</b>                                                                                    |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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.                                                              |

Mařano, C., Morin, A. J., Tietjens, M., Bastos, T., Lüggi, 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>