



Burg-Gymnasium, Hetlage 5, 48455 Bad Bentheim

48455 Bad Bentheim, den 15.11.2020

Telefon: (05922) 90480

Telefax: (05922) 904828

email: [sekretariat@burg-gymnasium.de](mailto:sekretariat@burg-gymnasium.de)

## **Hinweise und Grundsätze zur Leistungsbewertung im Fach Sport am Burg-Gymnasium**

*(als Grundlage für die Ermittlung der Endnote werden das Kerncurriculum Sport für die gymnasiale Oberstufe und die Vorgaben des Kerncurriculums Sport für die Klassen 5-10 herangezogen)*

Die Endnote setzt sich zu **zwei Dritteln aus Praxisnoten** und zu **einem Drittel aus mündlichen und schriftlichen Leistungen** zusammen.

Die Lehrkraft hat die pädagogische Aufgabe, in der Notenfindung die verschiedenen Bezugsnormen (**Sachnorm, Individualnorm, Sozialnorm**) angemessen zu berücksichtigen. Die Ermittlung der Praxisnoten erfolgt anhand von Wertungstabellen (siehe Anhang). Liegen keine normierten Wertungstabellen vor (z.B. Gymnastik, Tanz) sind die allgemeinen Vorgaben EPA-EB-Sport (2019) anzuwenden. Neben der Beobachtung der Schülerinnen und Schüler im Lernprozess und ihrer individuellen Lernentwicklung sind die Ergebnisse sportmotorischer und sonstiger Leistungen heranzuziehen.

Zu den sonstigen Leistungen zählen z. B.:

- Beiträge zum Unterrichtsgespräch,
- mündliche bzw. schriftliche Überprüfungen,
- schriftliche Ausarbeitungen,
- Unterrichtsdokumentationen (z. B. Protokoll, Lernbegleitheft, Lerntagebuch, Portfolio usw.),
- Anwenden fachspezifischer Methoden und Arbeitsweisen,
- Präsentationen, auch mediengestützt (z. B. durch Einsatz von Multimedia, Plakat, Modell usw.),
- Ergebnisse von Partner- oder Gruppenarbeiten und deren Darstellung,
- verantwortungsvolle Zusammenarbeit im Team,
- Langzeitaufgaben und Lernwerkstattprojekte sowie
- freie Leistungsvergleiche (z. B. Schülerwettbewerbe).

### **Wertungstabellen:**

**Für die Jahrgangsstufe 11-13** werden die Wertungstabellen der Abiturprüfung (EPA-EB-Sport 2019 Tabellen) herangezogen, wobei die Prozentangaben der Leistungen so anzuwenden sind, dass **75% = 15 Notenpunkten** entspricht und die weiteren Notenpunkte in 5% Schritten bis 5 Notenpunkte und ab da in 3% Schritten berechnet werden. **Die jeweilige Note wird im Ergänzungsfach und Prüfungsfach Sport im Jahrgang 12 um 3 Notenpunkte und im Jahrgang 11 um 6 Notenpunkte erhöht.** (Tabelle S.12-15, Übersichtstabelle S.22-23)

**Für Jahrgangsstufen 5-10** werden die angepassten Wertungstabellen verwendet.

### **Anhang:**

- Auszüge der Grundsätze der Leistungsbewertungen aus den Kerncurricular.
- Wertungstabellen Sek I Seite 5-7, Schwimmen 8-9
- Wertungstabellen Sek II Seiten 12-15 und Übersichtstabelle Seiten 22-23

## Kerncurriculum für die Sekundarstufe I Jahrgänge 5-10

### **Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung**

Der an einem Kompetenzerwerb orientierte Unterricht bietet den Schülerinnen und Schülern einerseits ausreichend Gelegenheiten, Problemlösungen zu erproben, andererseits fordert er den Kompetenznachweis in Leistungssituationen. Ein derartiger Unterricht schließt die Förderung der Fähigkeit zur Selbsteinschätzung der Leistung ein.

In Lernsituationen dienen Fehler und Umwege den Schülerinnen und Schülern als Erkenntnismittel, den Lehrkräften geben sie Hinweise für die weitere Unterrichtsplanung. Das Erkennen von Fehlern und der produktive Umgang mit ihnen sind konstruktiver Teil des Lernprozesses. Für den weiteren Lernfortschritt ist es wichtig, bereits erworbene Kompetenzen herauszustellen und Schülerinnen und Schüler zum Weiterlernen zu ermutigen.

In Leistungs- und Überprüfungssituationen ist das Ziel, die Verfügbarkeit der erwarteten Kompetenzen nachzuweisen. Leistungsfeststellungen und Leistungsbewertungen geben den Lernenden und deren Erziehungsberechtigten Rückmeldungen über die erworbenen Kompetenzen und den Lehrkräften Orientierung für notwendige Maßnahmen zur individuellen Förderung. Zur Leistungsbewertung im Sportunterricht werden sowohl die inhaltsbezogenen als auch die prozessbezogenen Kompetenzen herangezogen. Dabei stellen die sportpraktischen Leistungen einen wesentlichen Bestandteil der Gesamtnote dar. Die Leistungsstandards der Sportpraxis werden durch die Fachkonferenz in Orientierung an die im Vorfeld angeführten Kompetenzen der einzelnen Bewegungsfelder festgelegt.

Die Lehrkraft hat die pädagogische Verantwortung, in der Notenfindung die folgenden Bezugsnormen angemessen zu berücksichtigen:

- a) **Sachnorm** (Erfüllung der im Kerncurriculum Sport genannten Kompetenzen),
- b) **Individualnorm** (Differenz zwischen der individuellen Anfangs- und Endleistung unter Berücksichtigung persönlicher Ausgangsbedingungen, vgl. Kap. 2.3) und
- c) **Sozialnorm** (Relation der festgestellten Leistung im Vergleich zur Gruppe).

Der Sachnorm kommt logisch und zeitlich die vorrangige Bedeutung zu, da sich Individual- und Sozialnorm auf die Erfüllung der Sachanforderungen beziehen.

Die Grundsätze der Leistungsfeststellung und der Leistungsbewertung müssen für die Schülerinnen und Schüler sowie für die Erziehungsberechtigten transparent sein und erläutert werden können. Leistungs-feststellungen sollen regelmäßig zu den verschiedenen unterrichtlichen Schwerpunkten erfolgen, damit die Leistungsbewertung auf eine breite Basis gestellt wird. In Lernkontrollen werden nur Kompetenzen überprüft, die im unmittelbar vorangegangenen Unterricht erworben werden konnten.

Die Feststellung des Leistungsstandes im Fach Sport begleitet den Lernprozess der Lernenden. Dabei ist die lernbegleitende Rückmeldung durch die Lehrkraft unverzichtbar, um die motorische, kognitive, soziale und emotionale Entwicklung der Schülerinnen und Schüler zu fördern und sie zum lebensbegleitenden Sporttreiben zu motivieren. Die prozessbegleitende Vergewisserung der Schülerinnen und Schüler über ihren individuellen Lernfortschritt unterstützt die realistische Selbsteinschätzung und die zunehmende Eigensteuerung des Lernprozesses. Dadurch wird ihre individuelle Anstrengungs- und Leistungsbereitschaft angeregt, erhalten und weiterentwickelt. Neben der Beobachtung der Schülerinnen und Schüler im Lernprozess und ihrer individuellen Lernentwicklung sind die Ergebnisse sportmotorischer und sonstiger Leistungen heranzuziehen. Zu den sonstigen Leistungen zählen z. B.:

- Beiträge zum Unterrichtsgespräch,
- mündliche bzw. schriftliche Überprüfungen,
- schriftliche Ausarbeitungen,
- Unterrichtsdokumentationen (z. B. Protokoll, Lernbegleitheft, Lerntagebuch, Portfolio usw.),
- Anwenden fachspezifischer Methoden und Arbeitsweisen,
- Präsentationen, auch mediengestützt (z. B. durch Einsatz von Multimedia, Plakat, Modell usw.),
- Ergebnisse von Partner- oder Gruppenarbeiten und deren Darstellung,

- verantwortungsvolle Zusammenarbeit im Team,
- Langzeitaufgaben und Lernwerkstattprojekte sowie
- freie Leistungsvergleiche (z. B. Schülerwettbewerbe).

Im Fach Sport fließen die sonstigen Leistungen zu mindestens 25%, die sportmotorischen Leistungen zu mindestens 50% in die Gesamtnote ein.

Bei kooperativen Arbeitsformen sind sowohl die individuelle Leistung als auch die Gesamtleistung der Gruppe in die Bewertung einzubeziehen. So werden neben methodisch-strategischen auch die sozial-kommunikativen Leistungen angemessen berücksichtigt.

## **Kerncurriculum Sport für die gymnasiale Oberstufe**

### **Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung**

Leistungsfeststellungen und Leistungsbewertungen geben den Schülerinnen und Schülern und deren Erziehungsberechtigten Rückmeldungen über den erreichten Kompetenzstand. Den Lehrkräften geben sie Orientierung für die weitere Planung des Unterrichts sowie für notwendige Maßnahmen zur individuellen Förderung.

Grundsätzlich ist zwischen Lern- und Leistungssituationen zu unterscheiden. In Lernsituationen ist das Ziel der Kompetenzerwerb. Fehler und Umwege dienen den Schülerinnen und Schülern als Erkenntnismittel, den Lehrkräften geben sie Hinweise für die weitere Unterrichtsplanung. Das Erkennen von Fehlern und der produktive Umgang mit ihnen sind konstruktiver Teil des Lernprozesses. Für den weiteren Lernfortschritt ist es wichtig, bereits erworbene Kompetenzen herauszustellen und Schülerinnen und Schüler zum Weiterlernen zu ermutigen. Dies schließt die Förderung der Fähigkeit zur Selbsteinschätzung der Leistung ein. Ein an Kompetenzerwerb orientierter Unterricht bietet den Schülerinnen und Schülern durch geeignete Aufgaben einerseits ausreichend Gelegenheiten, Problemlösungen zu erproben, andererseits fordert er den Kompetenznachweis in anspruchsvollen Leistungssituationen ein. Leistungs- und Überprüfungssituationen sollen die Verfügbarkeit der erwarteten Kompetenzen nachweisen.

Für eine transparente Leistungsbewertung sind den Lernenden die Beurteilungskriterien rechtzeitig mitzuteilen. Dabei ist zu berücksichtigen, dass nicht nur die Quantität, sondern besonders die Qualität der Beiträge für die Beurteilung maßgeblich ist. Im Laufe des Schulhalbjahres sind die Lernenden mehrfach über ihren aktuellen Leistungsstand zu informieren.

Die Mitarbeit im Unterricht gibt im besonderen Maße Auskunft über den Erwerb und die Verfügbarkeit der Kompetenzen. Ausgehend von der kontinuierlichen Beobachtung der Schülerinnen und Schüler im Lernprozess und ihrer persönlichen Lernfortschritte sind die Ergebnisse sportpraktischer, mündlicher und anderer fachspezifischer Lernkontrollen zur Leistungsfeststellung heranzuziehen.

Zur Mitarbeit im Unterricht (mündliche und andere fachspezifische Leistungen) zählen z. B.:

- sachbezogene Beiträge zum Unterrichtsgespräch und zur Unterrichtsgestaltung,
- Anwenden sportspezifischer Methoden, Medien und Arbeitsweisen (z. B. Videoanalyse, Bewegungskorrektur, Hilfestellung),
- verantwortungsvolle Zusammenarbeit im Team (z. B. planen, strukturieren, reflektieren),
- Ergebnisse von Partner- oder Gruppenarbeiten und deren Darstellung,
- Anfertigen von schriftlichen Ausarbeitungen,
- Präsentationen, auch mediengestützt (z. B. Referat, Ausstellung, Video),
- mündliche Überprüfungen,
- Unterrichtsdokumentationen (z. B. Protokolle, Arbeitsmappen, Materialdossiers, Portfolios),
- freie Leistungsvergleiche (z. B. Teilnahme an Schülerwettbewerben).

Bei kooperativen Arbeitsformen sind sowohl die individuelle Leistung als auch die Gesamtleistung der Gruppe in die Bewertung einzubeziehen. So finden neben den methodisch-strategischen auch die sozial-kommunikativen Leistungen Berücksichtigung. Zur Leistungsfeststellung im Sportunterricht werden sowohl die inhaltsbezogenen als auch die prozessbezogenen Kompetenzen herangezogen. Dabei stellen die sportpraktischen

Leistungen einen wesentlichen Bestandteil der Gesamtnote dar. Die Leistungsstandards der Sportpraxis werden durch die Fachkonferenz in Orientierung an die Vorgaben der EPA-EB Sport festgelegt.

Die Lehrkraft hat die pädagogische Aufgabe, in der Notenfindung die verschiedenen Bezugsnormen (**Sachnorm, Individualnorm, Sozialnorm**) angemessen zu berücksichtigen. Im **Prüfungsfach Sport** sind zudem die Ergebnisse der Klausuren heranzuziehen. In den Klausuren der Qualifikationsphase werden die Schülerinnen und Schüler an das in den EPA-EB-Sport formulierte Niveau der Abiturklausuren schrittweise herangeführt. Die Teilaufgaben werden so zusammengestellt, dass verschiedene im Unterricht vermittelte Kompetenzen überprüft und die drei Anforderungsbereiche berücksichtigt werden. Dabei liegt der Schwerpunkt im Anforderungsbereich II, den Anforderungsbereich I gilt es stärker zu berücksichtigen als den Anforderungsbereich III. Klausuren sind materialgebunden. Mit Materialien sind nicht nur Quellen wie Texte, Bilder bzw. Bildfolgen, Karikaturen u. a. gemeint, sondern auch Trainingspläne, Videosequenzen, Grafiken, Tabellen und Darstellungen, an die sich Analyse und Beurteilung anschließen. Alle Hilfsmittel, die in der Abiturprüfung benutzt werden sollen, müssen im Unterricht und in den Klausuren mehrfach verwendet worden sein.

### **Zur Ermittlung der Gesamtzensur werden ...**

- in der **Einführungsphase** (Jahrgang 11) der Gesamtschule (G9), des Kollegs und des Fachgymnasiums sowie im **Ergänzungsfach** die **sportpraktischen Anteile mit zwei Dritteln**, die **Mitarbeit im Unterricht mit einem Drittel** gewichtet.
- in der **Qualifikationsphase** im Prüfungsfach Sport die **sportpraktischen und sporttheoretischen Anteile im Verhältnis 1:1 gewichtet** (s. Nr. 7.7 EB-VO-GO21). Die Teilzensur in der Sporttheorie setzt sich aus der Bewertung der Mitarbeit im Unterricht und aus den Ergebnissen der Klausuren zusammen. Dabei darf der Anteil der schriftlichen Leistungen ein Drittel an der Teilzensur nicht unterschreiten und 50% nicht überschreiten.

Ist Sport als **fünftes Prüfungsfach (P5)** gewählt, tritt an die mündliche Abiturprüfung eine besondere Fachprüfung, welche aus einem **mündlichen** sowie einem **sportpraktischen Teil** besteht. Der **mündliche Prüfungsteil kann auch als Präsentationsprüfung** durchgeführt werden.

Der sportpraktische Teil umfasst **zwei Teilprüfungen**, wobei die Bewegungsfeldgruppen **A und B** zu berücksichtigen sind. Bei beiden Teilprüfungen müssen wettkampfnaher Situationen beinhalten.

Die Festlegung der sportpraktischen **Gesamtnote** erfolgt durch **alle beteiligten Lehrkräfte** der Teilprüfungsausschüsse. Die sportpraktischen und die mündliche Noten gehen im **Verhältnis 2:1** in die Gesamtnote ein. Die sportpraktische Note kann erst ermittelt werden, wenn beide sportpraktischen Teilprüfungen absolviert worden sind. Ist der sportpraktische oder der mündliche Teil der Prüfung mit mangelhaft oder ungenügend bewertet worden, kann die Gesamtnote für die P5-Abiturprüfung bei mangelhaft nicht über 06 und bei ungenügend nicht über 03 Punkte hinausgehen.

Die sportpraktischen Teilprüfung in einer Sportart ist jeweils an einem Tag durchzuführen.

## Die Bewegungsfeldgruppen A und B

<b>Bewegungsfeldgruppe A</b>
<b>Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Schwimmen</li> <li>▪ Wasserspringen</li> </ul>
<b>Turnen und Bewegungskünste</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Gerätturnen / Bewegungskünste</li> </ul>
<b>Gymnastische, rhythmische und tänzerische Bewegungsgestaltung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Gymnastik</li> <li>▪ Tanz</li> </ul>
<b>Laufen, Springen, Werfen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Leichtathletik</li> </ul>
<b>Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Rudern</li> </ul>
<b>Kämpfen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Judo</li> <li>▪ Karate</li> </ul>
<b>Ausdauerorientierte Mehrkämpfe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Triathlon</li> <li>▪ vergleichbare ausdauerorientierte Mehrkämpfe</li> </ul>

<b>Bewegungsfeldgruppe B</b>
<b>Spielen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Badminton</li> <li>▪ Basketball</li> <li>▪ Faustball</li> <li>▪ Fußball</li> <li>▪ Handball</li> <li>▪ Hockey</li> <li>▪ Rugby</li> <li>▪ Squash</li> <li>▪ Tennis</li> <li>▪ Tischtennis</li> <li>▪ Volleyball</li> </ul>

## **Bewertungshinweise und Tabellen:**

Oberstufe Schwimmen	Seite 6- 8
Oberstufe Turnen	Seite 9-14
Oberstufe Gymnastik / Tanz	Seite 15-16
Oberstufe Leichtathletik	Seite 17-19
Oberstufe Ausdauer	Seite 20
Oberstufe Spiele	Seite 21-22
Mittelstufe Leichtathletik	Seite 23-26
Mittelstufe Schwimmen	Seite 27-30
Übersichtstabellen Oberstufe	
Leichtathletik Jungen	Seite 31
Leichtathletik Mädchen	Seite 32
Leichtathletik Cooper Jungen	Seite 33
Leichtathletik Cooper Mädchen	Seite 34

Wertungstabellen für die Abiturprüfung JG 13,  
 Sportkurs 13 +3 Pkt., Sportkurs 12 + 3 Pkt., Sportkurs 11 + Plus 6 Pkt.  
 EPA-EB-Sport 2019

Wertungstabelle Schwimmen Jungen I						
Punkte	50 m F	100 m F	200 m F	600 m F	100 m L	200 m L
15	0:31,7	1:14,6	2:50,1	10:43,1	1:25,1	3:11,2
14	0:32,6	1:17,1	2:56,0	11:05,4	1:27,8	3:17,3
13	0:33,6	1:19,9	3:02,3	11:29,7	1:30,7	3:24,1
12	0:34,7	1:22,8	3:09,2	11:56,1	1:33,9	3:31,3
11	0:36,0	1:26,0	3:16,6	12:24,6	1:37,3	3:39,2
10	0:37,3	1:29,4	3:24,6	12:55,1	1:40,9	3:47,6
09	0:38,6	1:33,0	3:33,1	13:27,7	1:44,8	3:56,6
08	0:40,2	1:36,9	3:42,1	14:02,2	1:48,9	4:06,1
07	0:41,9	1:41,0	3:51,6	14:38,8	1:53,3	4:16,2
06	0:43,6	1:45,3	4:01,7	15:17,4	1:57,9	4:26,8
05	0:45,4	1:49,9	4:12,3	15:58,0	2:02,7	4:38,1
04	0:47,4	1:54,1	4:22,9	16:40,6	2:07,7	4:50,2
03	0:49,4	1:59,3	4:33,5	17:24,0	2:12,9	5:03,3
02	0:51,4	2:04,5	4:44,1	18:07,4	2:18,1	5:16,4
01	0:53,4	2:09,7	4:54,7	18:50,8	2:23,3	5:29,5

Wertungstabelle Schwimmen Jungen II							
Punkte	50 m B	100 m B	200 m B	600 m B	50 m R/S	100 m R/S	200 m R/S
15	0:40,6	1:29,0	3:17,4	11:37,5	0:37,3	1:25,1	3:11,2
14	0:41,7	1:31,4	3:23,0	11:57,7	0:38,3	1:27,8	3:17,3
13	0:42,9	1:34,2	3:29,2	12:19,9	0:39,4	1:30,7	3:24,1
12	0:44,3	1:37,2	3:36,1	12:44,4	0:40,6	1:33,9	3:31,3
11	0:45,7	1:40,2	3:43,5	13:11,3	0:41,9	1:37,3	3:39,2
10	0:47,3	1:44,0	3:51,6	13:40,4	0:43,3	1:40,9	3:47,6
09	0:49,1	1:47,8	3:59,3	14:11,6	0:44,8	1:44,8	3:56,6
08	0:50,9	1:51,0	4:09,6	14:45,1	0:46,4	1:48,9	4:06,1
07	0:52,9	1:56,3	4:19,5	15:20,8	0:48,2	1:53,3	4:16,2
06	0:55,1	2:00,9	4:30,1	15:58,8	0:50,1	1:57,9	4:26,8
05	0:57,3	2:05,8	4:41,3	16:39,0	0:52,1	2:02,7	4:38,1
04	0:59,5	2:11,0	4:53,1	17:21,4	0:54,2	2:07,7	4:50,2
03	1:02,0	2:16,4	5:05,5	18:06,1	0:56,4	2:12,9	5:03,3
02	1:04,5	2:22,1	5:18,5	18:51,1	0:58,7	2:18,1	5:16,4
01	1:07,0	2:27,8	5:32,0	19:38,0	1:01,1	2:23,3	5:29,5

Wertungstabellen für die Abiturprüfung JG 13,  
 Sportkurs 13 +3 Pkt., Sportkurs 12 + 3 Pkt., Sportkurs 11 + Plus 6 Pkt.  
 EPA-EB-Sport 2019

Wertungstabelle Schwimmen Mädchen I						
Punkte	50 m F	100 m F	200 m F	600 m F	100 m L	200 m L
15	0:35,7	1:25,1	3:11,2	11:34,6	1:35,7	3:35,3
14	0:36,7	1:27,8	3:17,3	11:57,5	1:38,5	3:42,8
13	0:37,8	1:30,7	3:24,1	12:22,3	1:41,6	3:51,1
12	0:39,0	1:33,9	3:31,3	12:49,4	1:44,9	3:59,8
11	0:40,3	1:37,3	3:39,2	13:18,4	1:48,5	4:09,4
10	0:41,7	1:40,9	3:47,6	13:49,6	1:52,4	4:19,6
09	0:43,2	1:44,8	3:56,6	14:22,9	1:56,5	4:30,5
08	0:44,8	1:48,9	4:06,1	14:58,1	2:00,9	4:42,1
07	0:46,5	1:53,3	4:16,2	15:35,5	2:05,5	4:54,4
06	0:48,3	1:57,9	4:26,8	16:15,0	2:10,4	5:07,3
05	0:50,2	2:02,7	4:38,1	16:56,4	2:15,6	5:21,0
04	0:52,3	2:07,7	4:50,3	17:39,9	2:21,1	5:35,7
03	0:54,4	2:12,7	5:02,6	18:25,0	2:26,8	5:51,0
02	0:56,5	2:17,9	5:15,1	19:11,1	2:32,8	6:06,9
01	0:58,6	2:22,9	5:27,6	19:57,2	2:38,9	6:23,4

Wertungstabelle Schwimmen Mädchen II							
Punkte	50 m B	100 m B	200 m B	600 m B	50 m R/S	100 m R/S	200 m R/S
15	0:44,6	1:39,2	3:37,9	12:38,7	0:41,4	1:35,7	3:35,3
14	0:45,8	1:41,8	3:43,7	12:59,6	0:42,4	1:38,5	3:42,8
13	0:47,1	1:44,7	3:50,3	13:22,9	0:43,6	1:41,6	3:51,1
12	0:48,5	1:47,9	3:57,4	13:48,3	0:44,9	1:44,9	3:59,8
11	0:50,0	1:51,3	4:05,2	14:16,1	0:46,2	1:48,5	4:09,4
10	0:51,7	1:55,1	4:13,7	14:46,2	0:47,7	1:52,4	4:19,6
09	0:53,5	1:59,1	4:22,8	15:18,7	0:49,3	1:56,5	4:30,5
08	0:55,4	2:03,4	4:32,6	15:53,4	0:51,0	2:00,9	4:42,1
07	0:57,5	2:08,0	4:43,0	16:30,5	0:52,8	2:05,5	4:54,4
06	0:59,7	2:12,9	4:54,1	17:09,8	0:54,8	2:10,4	5:07,3
05	1:02,0	2:18,1	5:05,8	17:51,6	0:56,8	2:15,6	5:21,0
04	1:04,5	2:23,6	5:18,2	18:35,5	0:59,0	2:21,1	5:35,7
03	1:07,0	2:29,3	5:31,2	19:21,9	1:01,3	2:26,8	5:51,0
02	1:09,5	2:35,3	5:44,9	20:10,8	1:03,7	2:32,8	6:06,9
01	1:12,2	2:41,5	5:59,5	21:03,0	1:06,2	2:38,9	6:23,4

## Bewertungshinweise für die technische Bewertung einer Schwimmleistung

### Qualitative Merkmale der Bewegung und Beobachtungsschwerpunkte

Für die **Technikprüfung** können z. B. folgende **Beobachtungskriterien** Anwendung finden:

- Zug- und Druckphase
- Vortrieb
- Stabilisierung der Körperlage durch die Beinbewegung in Koordination zur Armbewegung
- Atemrhythmus
- Kopfhaltung
- Dynamik, Flüssigkeit und Geschwindigkeit der Bewegungsabläufe
- Bewegungsausführung im Übergang vom Startsprung zur Schwimmphase
- Bewegungsausführung im Übergang von der Wende zur Schwimmphase

Eine **ausreichende** Bewertung (**05 Punkte**):

Die Bewegungsausführung zeichnet sich unter anderem aus durch:

- einen Bewegungsfluss, der sich nur zum Teil durch fließende Übergänge von einer Bewegungsphase zur anderen auszeichnet,
- einen Bewegungsumfang, der die Realisierung der Zieltechnik noch ermöglicht,
- einen Kraftaufwand, der räumlich, zeitlich und dynamisch weitgehend angemessen eingesetzt wird,
- eine Bewegungskonstanz, die eine grundlegende Realisierung der Technik in Grobform ermöglicht.

Eine **gute** Bewertung (**11 Punkte**):

Die Bewegungsausführung zeichnet sich unter anderem aus durch:

- einen Bewegungsfluss, der einem harmonischen Gesamtbewegungsablauf der Zieltechnik entspricht,
- einen Bewegungsumfang, der die Realisierung der Zieltechnik deutlich ermöglicht,
- einen Kraftaufwand, der räumlich, zeitlich und dynamisch ökonomisch eingesetzt wird,
- eine Bewegungskonstanz, die eine stabile Realisierung der Technik in Feinform ermöglicht.



## Bewertungshinweise Oberstufe Turnen:

Schwierigkeitsstufe	Maximal erreichbare Punktzahl	Mindestanzahl der geforderten Übungsteile
I	15 Punkte	2 S + 4 M
II	13 Punkte	2 S + 3 M
III	11 Punkte	1 S + 4 M
IV	08 Punkte	1 S + 3 M
V	05 Punkte	1S + 2M oder 4 M

Ein misslungener Teil gilt als nicht geturnt; in diesem Fall ist die Schwierigkeitsstufe der Übung zu überprüfen und ggf. neu festzusetzen. Bei jeder Kürübung kann der Prüfling die Schwierigkeitsstufe separat wählen.

### Qualitative Merkmale der Bewegung und Beobachtungsschwerpunkte

Für die **Ausführungsqualität** der Kürprüfung können z. B. folgende **Beobachtungskriterien**

Anwendung finden:

- Grad der Beherrschung der Elemente,
- Körperhaltung,
- Bewegungsfluss,
- Bewegungsrhythmus,
- Dynamik und Bewegungsweite.

Bei der Beurteilung der Qualität des Übungsaufbaus ist es von entscheidender Bedeutung, dass die einzelnen Elemente ohne Zwischenschwünge geturnt werden.

Der Beurteilung der <b>Qualität der Ausführung</b> liegen folgende Notendefinitionen zugrunde:	
sehr gut (15 - 13 Punkte)	Die Übung entspricht den o. g. Kriterien in besonderem Maße, die einzelnen Elemente werden sicher beherrscht, die Übung wird fließend und mit rhythmischer Betonung geturnt, sodass der Gesamteindruck auch durch kleinere Haltungsmängel nicht beeinträchtigt wird.
gut (12 - 10 Punkte)	Die Übung entspricht den o. g. Kriterien voll, in der Beherrschung der einzelnen Elemente und in der Haltung treten zwar kleinere Mängel auf, die Übung wird aber noch fließend und mit rhythmischer Betonung geturnt und somit der Gesamteindruck nicht wesentlich beeinträchtigt.
befriedigend (09 - 07 Punkte)	Die Übung entspricht im Allgemeinen den o. g. Kriterien, in der Beherrschung der einzelnen Elemente treten zwar wiederholt Unsicherheiten auf, Bewegungsfluss und -rhythmus werden aber dadurch nur leicht beeinträchtigt, der gesamte Bewegungsablauf kann aber noch als zusammenhängend angesehen werden.
ausreichend (06 - 04 Punkte)	Die Übung lässt zwar Mängel in der Beherrschung der einzelnen Elemente erkennen und in der Haltung treten deutlich Mängel auf, durch die der Bewegungsfluss unterbrochen wird, aber der gesamte Bewegungsablauf kann noch als zusammenhängend angesehen werden.
mangelhaft (03 - 01 Punkte)	Die Übung entspricht den o. g. Kriterien im allgemeinen nicht mehr, es treten in der Beherrschung der einzelnen Elemente deutliche Mängel auf, der Bewegungsfluss wird mehrfach unterbrochen, ein Bewegungsrhythmus ist nicht mehr zu erkennen, der Bewegungsablauf ist insgesamt gestört.
ungenügend (00 Punkte)	Die Übung entspricht nicht den o. g. Kriterien, die Elemente werden überwiegend schlecht geturnt, ein Gesamtzusammenhang ist nicht zu erkennen.

Ausführung Schwierigkeitsstufe	15	14	13	12	11	10	09	08	07	06	05	04	03	02	01	00
I	15	15	14	14	13	12	11	10	09	08	07	06	05	04	02	00
II	13	13	12	12	11	10	09	08	07	06	05	04	03	02	01	00
III	11	11	10	10	09	09	08	07	06	05	04	03	02	01	00	00
IV	08	08	07	07	06	06	05	05	04	03	02	01	00	00	00	00
V	05	05	05	04	04	03	03	02	02	01	00	00	00	00	00	00

**Beispiele für Prüfungselemente im Pflichtbereich Turnen**  
(S- und M-Teile Jungen / Mädchen)

<b>S- und M-Teile (Jungen)</b>		
	<b>S-Teile</b>	<b>M-Teile</b>
<b>Bodenturnen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Salto vw, rw</li> <li>▪ Radwende Salto gehockt</li> <li>▪ Radwende Flick-Flack</li> <li>▪ Flick-Flack aus dem Stand</li> <li>▪ Handstützüberschläge</li> <li>▪ Rolle rw in den Handstand (2 Sek.)</li> <li>▪ Felgrolle rw in den flüchtigen Handstand</li> <li>▪ Spagat</li> <li>▪ Heben in den Handstand mit gestreckten Armen (Schweizer Handstand)</li> <li>▪ Freies Rad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Handstand-Überschlag seitwärts (Rad)</li> <li>▪ Rolle rw durch den flüchtigen Handstand</li> <li>▪ Handstand (2 Sek.)</li> <li>▪ Radwende</li> <li>▪ Standwaage mit Abrollen</li> <li>▪ Flugrolle</li> <li>▪ Sprünge mit 1/1 (360°) LAD</li> </ul>
<b>Hochreck</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kippaufschwung in den Stütz</li> <li>▪ ½ Riesenfelge</li> <li>▪ Riesenfelgumschwung</li> <li>▪ Schwungstemmen rw</li> <li>▪ Fallkippe</li> <li>▪ freie Felge</li> <li>▪ Hocke als Abgang zum Stand</li> <li>▪ Abgänge mit Salto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Hüftaufzug oder Felgaufschwung</li> <li>▪ Hüftumschwung vl vw</li> <li>▪ Hüftumschwung vl rw</li> <li>▪ Spreizumschwung</li> <li>▪ Felgabschwung aus dem Kontern</li> <li>▪ Unterschwung aus dem Stütz</li> <li>▪ Aufgrätschen und Unterschwung (auch mit ½ (180°) LAD)</li> <li>▪ Aufhocken und Absprung</li> <li>▪ Hockwende als Abgang zum Stand</li> </ul>
<b>Parallelbarren</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Stemmaufschwung vw</li> <li>▪ Stemmaufschwung rw</li> <li>▪ Oberarmkippe in den Stütz</li> <li>▪ Kippe in der Barrenmitte</li> <li>▪ Handstand (2 Sek.)</li> <li>▪ Rolle rw in den Oberarmhang oder in den Stütz</li> <li>▪ Unterschwung aus dem Stand in den Oberarmhang / in den Stütz</li> <li>▪ Unterschwung aus dem Stütz in den Oberarmhang</li> <li>▪ Grätschwinkelstütz auf 1 Holm (längs oder quer)</li> <li>▪ Dreh-Hocke</li> <li>▪ Salto vw Abgang</li> <li>▪ Salto rw Abgang</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kippe in den Grätschsitz</li> <li>▪ aus dem Grätschsitz Rolle vw in den Oberarmhang</li> <li>▪ Heben in den Oberarmstand (2 Sek.) aus dem Grätschsitz</li> <li>▪ Abrollen aus dem Oberarmstand (2 Sek.) in den Grätschsitz</li> <li>▪ Grätschwinkelstütz auf zwei Holmen (2 Sek.)</li> <li>▪ Wende mit ½ (180°) LAD</li> <li>▪ Kehre mit ½ (180°) LAD</li> </ul>

<b>Trampolin</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Salto rw c (gehockt), b (gebückt), a (gestreckt)</li> <li>▪ Salto rw zum Sitz c, b zum Rücken</li> <li>▪ Barani frei</li> <li>▪ Salto vw c (gehockt), b (gebückt), a (gestreckt)</li> <li>▪ <math>\frac{3}{4}</math> Salto vw zur Rückenlandung</li> <li>▪ 1/1 Schraube zur Rückenlandung</li> <li>▪ Bauchsprung 1/2 Bauchsprung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ alle Fußsprungschrauben mit und mit mehr als 1/1 Schraube</li> <li>▪ aus der Rückenlage <math>\frac{1}{2}</math> Schraube zum Stand</li> <li>▪ <math>\frac{1}{2}</math> Schraube zur Rückenlage</li> <li>▪ Bauchsprung</li> <li>▪ Sitz – <math>\frac{1}{2}</math> – Sitz</li> </ul>
<b>Ringe (stillhängend)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Stemmaufschwung vw</li> <li>▪ Stemmaufschwung rw</li> <li>▪ Zugstemme in den Stütz</li> <li>▪ Einkugeln - Stemme rückwärts in den Stütz</li> <li>▪ Kippe aus dem Sturzhang in den Stütz</li> <li>▪ Schleudern mit deutlichem Druck auf die Ringe</li> <li>▪ statische Kraftteile (2 Sek., z. B. Winkelstütz, Grätschwinkelstütz Hangwaage vorlings / rücklings, Kreuzhang, Stützwaage gegrätscht)</li> <li>▪ Heben in Handstand mit geb. Körper und Armen (2 Sek.)</li> <li>▪ Saltobewegungen (in Ringhöhe)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aufzug aus dem Hang in den Stütz</li> <li>▪ Heben in den Kipphang</li> <li>▪ Heben in den Strecksturzhang</li> <li>▪ Einkugeln gebeugt</li> <li>▪ Absenken aus dem Stütz in den Sturzhang, sowohl vw als auch rw</li> <li>▪ Schleudern</li> <li>▪ Hocksalto (unter Ringhöhe)</li> </ul>
<b>Ringe (schwingend)</b>  (Bei der Ausführung ist die Schwinghöhe mit zu bewerten)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kippe am Ende des Vor- oder Rückschwungs (Kippaufschwung)</li> <li>▪ Schwungstemme am Ende des Vor- oder Rückschwungs (Stemmaufschwung)</li> <li>▪ (Aus-) Schleudern (Schleuderfelge)</li> <li>▪ Einkugeln</li> <li>▪ Ausgrätschen</li> <li>▪ Salti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Schwingen im Langhang mit <math>\frac{1}{2}</math> oder 1/1 Drehung</li> <li>▪ <math>\frac{1}{2}</math> Drehung vw im Vorschwung</li> <li>▪ <math>\frac{1}{2}</math> Drehung rw im Rückschwung</li> <li>▪ 1/1 Drehung rw im Rückschwung</li> <li>▪ 1/1 Drehung vw im Vorschwung</li> <li>▪ Schwingen im Sturzhang mit Schwungverstärkung (Pumpen)</li> <li>▪ Heben in den Beuge-Sturzhang am Ende des Vor- oder Rückschwungs</li> </ul>

<b>Sprung Jungen</b>	<b>Schwierigkeitsstufe</b>	<b>Maximal erreichbare Punktzahl</b>	<b>Pferd / Kasten lang (1,10m hoch) oder Tisch (mind. 1,10m hoch)</b>	<b>Kasten quer (1,10 m hoch)</b>
	I	15	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Überschläge</li> <li>▪ Bücke (Pferd, Tisch)</li> </ul>	
	II	13	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Radwende</li> <li>▪ Hocke</li> <li>▪ Bücke (Kasten)</li> </ul>	
	III	11	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Grätsche (Pferd, Tisch)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Überschläge</li> </ul>
	IV	8	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Grätsche (Kasten)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Radwende</li> </ul>
Bewertungskriterien bei den Sprüngen sind Höhe und Weite der ersten und zweiten Flugphase, Richtungsgenauigkeit, Landung, Technik, Haltung				

<b>S- und M-Teile (Mädchen)</b>		
	<b>S-Teile</b>	<b>M-Teile</b>
<b>Bodenturnen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bogengang vw</li> <li>▪ Bogengang rw</li> <li>▪ Flick-Flack aus dem Stand</li> <li>▪ Radwende – Flick-Flack</li> <li>▪ Handstützüberschläge</li> <li>▪ Spagat</li> <li>▪ Schrittüberschlag</li> <li>▪ Salto rw</li> <li>▪ Salto vw</li> <li>▪ (Felg-)Rolle rw in den Handstand</li> <li>▪ Freies Rad</li> <li>▪ Durchschlagsprung mit Drehung</li> <li>▪ Gymnastische Sprünge (mit mind. 180° LAD und Spagatphase, z. B. Kadettsprung)</li> <li>▪ Gymnastische Sprünge (mit mind. 360° LAD) in Verbindung mit einem weiteren Teil</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Rad</li> <li>▪ Radwende</li> <li>▪ Flugrolle</li> <li>▪ Rolle rw durch den flüchtigen Handstand</li> <li>▪ Standwaage – Rolle vw mit gestreckten Armen</li> <li>▪ Durchschlagsprung</li> <li>▪ 1/1 (360°) LAD auf einem Bein</li> <li>▪ Quergrätschsprung (mind. 90° LAD)</li> <li>▪ Handstand ½ Drehung abrollen</li> </ul>
<b>Schwebebalken (Höhe 1,20 m)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Anlauf - einbeiniges Durchhocken</li> <li>▪ Anlauf - Aufhocken mit Seitspreizen eines Beines (auch gegengleich)</li> <li>▪ Freies Aufhocken</li> <li>▪ Aufrollen</li> <li>▪ Rolle vw</li> <li>▪ Rolle rw</li> <li>▪ Handstand</li> <li>▪ Sprünge mit ½ (180°) LAD oder Spagatphase</li> <li>▪ Spagat</li> <li>▪ Bogengang vw / rw</li> <li>▪ 1/1 (360°) LAD einbeinig</li> <li>▪ Rad (auch als Abgang)</li> <li>▪ Handstütz-Überschlag (auch als Abgang)</li> <li>▪ Salto vw (als Abgang)</li> <li>▪ Salto rw (als Abgang)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sprungaufhocken</li> <li>▪ Anlauf mit einbeinigem Absprung und Auflaufen aus dem Schrägstand (Stütz einer Hand erlaubt)</li> <li>▪ Sprung in den Stütz mit Überspreizen eines Beines, ¼ (90°)-Drehung in den Grätschsitz (und Spitzwinkelsitz)</li> <li>▪ ½ (180°) LAD auf einem Bein</li> <li>▪ Standwaage</li> <li>▪ Aufschwingen in den flüchtigen Handstand mit Rücksenken</li> <li>▪ Kniewaage</li> <li>▪ Quergrätschsprung (mind. 90°)</li> <li>▪ Hocksprung (auch als Abgang)</li> <li>▪ Radwende (Abgang)</li> </ul>
<b>Stufenbarren</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Schwebekippe</li> <li>▪ Langhangkippe</li> <li>▪ Fallkippe</li> <li>▪ Durchhocken aus dem Stütz</li> <li>▪ Aufgrätschen aus dem Stütz</li> <li>▪ ½ Riesenfelge</li> <li>▪ Riesenfelgumschwung</li> <li>▪ Freie Felge in freien Stütz</li> <li>▪ aus dem Anlauf oder Stütz</li> <li>▪ Übergrätschen über den nH in den Langhang am hH</li> <li>▪ Abgänge über den hH aus dem Stütz am hH</li> <li>▪ Salto Abgang</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aufzug</li> <li>▪ Aufhocken aus dem Stütz</li> <li>▪ Aufhocken aus dem Anlauf</li> <li>▪ Felgumschwung vl rw</li> <li>▪ Felgumschwung vl vw</li> <li>▪ ½ (180°) LAD am hH mit Überspreizen und Nachspreizen der Beine</li> <li>▪ Unterschwingung aus dem Stütz am nH</li> </ul>

<b>Hochreck / Stufenbarren</b>	Alternativ können die meisten der beim Stufenbarren aufgeführten Teile auch am Reck geturnt werden. Es gilt dann dieselbe Einteilung nach S- und M-Teilen.
<b>Trampolin</b>	Es gilt dieselbe Einteilung in S- und M-Teile wie bei den Jungen.
<b>Ringe (schwingend)</b>	Es gilt dieselbe Einteilung in S- und M-Teile wie bei den Jungen.

<b>Sprung Mädchen</b>	<b>Schwierigkeitsstufe</b>	<b>Maximal erreichbare Punktzahl</b>	<b>Pferd quer (mind. 1,10 m hoch)</b>	<b>Kasten lang / Tisch (mind. 1,10 m hoch)</b>	<b>Kasten quer (1,10 m hoch)</b>
	I	15	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Überschläge</li> <li>▪ Bücke</li> <li>▪ Radwende</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Überschläge</li> <li>▪ Bücke</li> </ul>	
	II	13	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Grätsche</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Hocke</li> </ul>	
	III	11	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Hocke</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Grätsche</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Radwende</li> </ul>
	IV	08			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Hocke</li> <li>▪ Grätsche</li> </ul>
Bewertungskriterien bei den Sprüngen sind Höhe und Weite der ersten und zweiten Flugphase, Richtungsgenauigkeit, Landung, Technik, Haltung.					

<b>Übungsteile Akrobatik</b> (Die Einteilung in S- und M-Teile gilt für beide Geschlechter)	<b>Schwierigkeitsstufe</b>	
	<i>Untere Position (Base)</i>	<i>Obere Position (Flyer)</i>
Kniestand (vorlings, rücklings) – „Galionsfigur“	M-Teil	M-Teil
Fahne / Oberschenkelstand einbeinig – mit Griffhilfe	M-Teil	M-Teil
Freie Fahne / Oberschenkelstand einbeinig - freihändig	S-Teil	S-Teil
Standwaage auf einem Oberschenkel	S-Teil	S-Teil
Handstand auf den Knien des Baseturners – nach Aufgang mit einem Handstützüberschlag seitwärts	S-Teil	S-Teil
Knie-Schulterstand	M-Teil	M-Teil
Hand-Schulterstand	S-Teil	S-Teil
Hand-Schulterstand zur Hand-Schulterwaage	S-Teil	S-Teil
Schulter-Fußstand (vorlings, rücklings) –Schulterstand (Flyer) auf den Füßen (Base)	M-Teil	M-Teil
Flieger auf den Füßen	M-Teil	M-Teil
Rückwärtsflieger auf den Füßen	M-Teil	M-Teil
Flieger auf den Füßen mit Übergang in die Kerzenposition	S-Teil	M-Teil
Flieger auf einer Schulter – Standposition (Base)	S-Teil	M-Teil
Hoher Flieger	S-Teil	M-Teil
Fuß-Hüftwaage rl - Rückwärtsflieger auf den Füßen	M-Teil	M-Teil
Fuß-Sitz vl in den Flieger	M-Teil	M-Teil
Hoher Rückwärtsflieger	S-Teil	S-Teil
Rücken-Waage zum Rücken-Sitz	M-Teil	M-Teil
Waage seitlings auf den Füßen	M-Teil	M-Teil
Mittelhohe Waage seitlings auf den Händen	M-Teil	M-Teil
Hohe Waage seitlings auf den Händen	S-Teil	M-Teil
Schwebestütz auf den Knien	M-Teil	S-Teil
Schwebestütz auf den Händen	S-Teil	S-Teil
Hoher Schwebestütz auf den Händen	S-Teil	S-Teil
Überschlag rw aus dem Sitz auf den Füßen	M-Teil	M-Teil
Fuß-Hüftüberschlag rw / Freier Überschlag rw	S-Teil	S-Teil
Stand auf den Schultern	M-Teil	M-Teil
Stand in den Händen	S-Teil	S-Teil
Stand in den Händen aus dem Sitz auf den Füßen	S-Teil	S-Teil
Stand in den Händen aus dem Sprung vom Boden	S-Teil	S-Teil
Standwaage auf einer Schulter	S-Teil	S-Teil
Raddrehung über einen Arm	M-Teil	M-Teil
Babysalto	M-Teil	M-Teil
Handstand Überschlag vw, geführt	M-Teil	M-Teil
Kopf- oder Nackenkippe über die Bank	-	S-Teil
Salto vw von den Schultern	S-Teil	S-Teil
Sprung auf die Schultern	S-Teil	S-Teil

# **Bewertungshinweise Oberstufe gymnastische und tänzerische Bewegungsgestaltung**

## **Beobachtungsschwerpunkte und Bewertungskriterien**

- Technische Ausführung  
z. B. Schwierigkeit und Anzahl der Körper- und Gerätetechniken, Beherrschung des Handgeräts, Objekts oder Materials, Bewegungsansatz und -weite, Körperhaltung, Gesamtkoordination von Geräte- und Körperbewegung, Schwierigkeit der Übergänge, Bewegungsfluss.
- Musikalität/Beziehung zwischen Musik bzw. Rhythmus und Bewegung  
z. B. Übereinstimmung von Musik/Rhythmus und Bewegung, Spannungsbogen von Musik und Bewegung, Musik- und Rhythmusinterpretation, Dynamik.
- Ausdrucksfähigkeit und Originalität  
z. B. ideenreiche Umsetzung des Themas, Variation der Bewegung und des Geräteeinsatzes bzw. -tausches, Identifikation mit der Bewegung, Bewegungsausdruck, Ausstrahlung, Kreativität.
- Gestaltungsaufbau  
z. B. Übereinstimmung mit der Aufgabenstellung, Choreografie (Vielseitigkeit der Raumwege, Wechsel der Ebenen, Raum- und Personenbezug, Gruppenanordnungen), Dynamik, sinnvolle zeitlich/räumliche Abfolge, Übungsverbindungen und -übergänge, Einhaltung der vorgegebenen bzw. selbst festgelegten Reihenfolge.
- Zusammenwirken in der Gruppe  
z. B. Abstimmung und Wechselbeziehungen zwischen den Gruppenmitgliedern bzw. mit Partnerinnen oder Partnern, Harmonie der Übungsabläufe/des Gerätewechsels, Weite des Gerätewechsels.

Anforderungen und Beispiele für Prüfungselemente befinden sich auf den Seiten 32 bis 40 der EPA-EB-Sport 2019

Note	Technische Ausführung	Musikalität/ Beziehung zwischen Musik bzw. Rhythmus und Bewegung	Ausdrucksfähigkeit und Originalität	Gestaltungsaufbau	Zusammenwirken in der Gruppe
sehr gut (15 - 13 Punkte)	technisch richtige Ausführung aller Elemente; schwierige Übungen in dichter Folge mit Übergängen von technisch hohem Wert; sichere Handhabung der Objekte; sehr gute Körperhaltung; harmonischer Bewegungsfluss.	sehr hohe Übereinstimmung von Musik bzw. Rhythmus und Bewegung; deutliche Umsetzung von Tempi, Rhythmen und Stimmungen; sehr gelungene Interpretationen musikalischer Spannungsbögen.	sehr gute Ausdrucksfähigkeit und Ausstrahlung; hohes Maß an Darstellungskönnen; sehr ideenreiche Übungsvariationen und originelle Übungsverbindungen; sehr harmonisches Wechselspiel zwischen Körper und Objekt.	vielseitige horizontale Raumaussnutzung; sinnvoller Wechsel der vertikalen Ebenen; dynamische Kontraste und originelle Gruppenformationen.	sehr harmonisches Bild des Zusammenwirkens; sehr präzise zeitliche Übereinstimmung der einzelnen Übungsteile; sehr hohe Synchronität.
gut (12 - 10 Punkte)	technisch richtige Ausführung der meisten Elemente; Übungen mittlerer Schwierigkeit in dichter Folge mit gelungenen Übergängen; meist sichere Handhabung der Objekte; gute Körperhaltung; weitgehend harmonischer Bewegungsfluss.	meist gelungene Übereinstimmung von Musik bzw. Rhythmus und Bewegung; Tempi, Rhythmen und Stimmungen deutlich aufgegriffen und umgesetzt.	gute Ausdrucksfähigkeit und Ausstrahlung; abwechslungsreiche und originelle Verbindung der Übungen; harmonisches Wechselspiel zwischen Körper und Objekt.	gelungene Variation der Raumwege; Bewegung der einzelnen Übungen auf verschiedenen vertikalen Ebenen; einige dynamische Kontraste und ideenreiche Gruppenformationen.	überwiegend harmonisches Zusammenwirken; überwiegend gelungene zeitliche Übereinstimmung einzelner Übungsteile; erkennbar synchrones Zusammenwirken.
befriedigend (09 - 07 Punkte)	wiederholt kleinere technische Fehler; leichte Unsicherheiten im Umgang mit dem Objekt; kleine Ungenauigkeiten in der Körperhaltung; Bewegungsfluss nicht immer harmonisch.	teilweise Abweichungen von Musik und Bewegung; Rhythmus eingehalten, Tempi usw. jedoch eher vernachlässigt.	wenig ausgeprägte Ausdrucksfähigkeit und Ausstrahlung; wenige Gestaltungselemente; solide, wenig ideenreiche Präsentation.	nicht immer gelungener Wechsel in der Raumaussnutzung; wenige dynamische Kontraste; wenige originelle Gruppenformationen.	einige Abweichungen in der Koordination gemeinsamer Übungsteile; Übungsfluss oder Bezug zueinander leicht gestört.
ausreichend (06 - 04 Punkte)	wiederholt technische Fehler; zu kleinräumige und teilweise unsichere Führung der Objekte; Körperhaltung oft fehlerhaft; Bewegungsfluss wiederholt unterbrochen.	häufig fehlende Beziehung von Musik bzw. Rhythmus und Bewegung; Rhythmus nicht immer eingehalten, kaum Berücksichtigung weiterer Merkmale der Musik.	wenig wahrnehmbarer Ausdruck in der Bewegung; Fehlen origineller Gestaltungselemente; ideenarme Präsentation.	geringe Raumaussnutzung; kaum Dynamik; reproduzierte Gruppenformationen.	häufig keine Übereinstimmung mit der Gruppe; Koordinierung der Übungen oft fehlerhaft, Übungsfluss oder Bezug zueinander teilweise unterbrochen.
mangelhaft (03 - 01 Punkte)	größere technische Fehler; Körperhaltung fehlerhaft und ohne Spannung; unsichere und fehlerhafte Handhabung des Objekts; Bewegungsfluss häufig unterbrochen.	kaum Übereinstimmung von Musik und Bewegung; kaum interpretatorische Umsetzung der Musik.	kaum Ausdruck erkennbar; äußerst geringe Gestaltungsansätze.	Wiederholung der Raumwege; keine Dynamik; wenige Variationen der Gruppenformation.	überwiegend fehlende Übereinstimmung in der Gruppe; Übungsfluss sehr häufig gestört.
ungenügend (00 Punkte)	grobe technische Fehler in allen Elementen; unsachgemäße Handhabung der Objekte; fehlender Bewegungsfluss.	keine Übereinstimmung zwischen Rhythmus und Bewegung; keine Interpretation der Musik.	ohne Ausdruck; keine erkennbaren Ansätze von Gestaltung.	völlig fehlende Raumaussnutzung; keine Dynamik; keine Variation der Gruppenformation.	keine Übereinstimmung in der Gruppe erkennbar; Übungsablauf durch mangelnde Koordination unterbrochen.



## Bewertungshinweise Oberstufe Leichtathletik:

### Handlungsempfehlungen für Technikprüfungen:

An nachfolgendem Beispiel haben sich die von dem Fachprüfungsausschuss zu entwickelnden Kriterien für den Wahlpflichtbereich, in dem eine sportliche Kompetenz ohne Wettkampfnähe (Technikprüfung) demonstriert wird, zu orientieren.

#### Disziplinbeispiel Sprünge

##### Qualitative Merkmale der Bewegung und Beobachtungsschwerpunkte

- Bewegungstempo (als Maß für Absprunggeschwindigkeit/Geschwindigkeitsmaximierung zum Absprung)
- Bewegungsstärke (als Indikator des Krafteinsatzes beim Bewegungsvollzug/Absprungkraft)
- Bewegungspräzision (zeigt sich in der Genauigkeit der Bewegungsteilphasen)

Eine **ausreichende** Bewertung (05 Punkte):

Die Bewegungsausführung zeichnet sich *unter anderem* aus durch:

- einen Bewegungsfluss, der sich nur zum Teil durch fließende Übergänge von einer Bewegungsphase zur anderen auszeichnet,
- einen Bewegungsumfang, der die Realisierung der Zieltechnik noch ermöglicht,
- einen Kraftaufwand, der räumlich, zeitlich und dynamisch weitgehend angemessen eingesetzt wird,
- eine Bewegungskonstanz, die eine grundlegende Realisierung der Technik in Grobform ermöglicht.

Eine **gute** Bewertung (11 Punkte):

Die Bewegungsausführung zeichnet sich *unter anderem* aus durch:

- einen Bewegungsfluss, der einem harmonischen Gesamtbewegungsablauf der Zieltechnik entspricht,
- einen Bewegungsumfang, der die Realisierung der Zieltechnik deutlich ermöglicht,
- einen Kraftaufwand, der räumlich, zeitlich und dynamisch ökonomisch eingesetzt wird,
- eine Bewegungskonstanz, die eine stabile Realisierung der Technik in Feinform ermöglicht.

Wertungstabellen für die Abiturprüfung JG 13,  
Sportkurs 13 +3 Pkt., Sportkurs 12 + 3 Pkt., Sportkurs 11 + Plus 6 Pkt.  
EPA-EB-Sport 2019

Wertungstabelle Leichtathletik Jungen I							
Pkt.	100 m	200 m	400 m	800 m	1000 m	1500 m	3000 m
	(Sek.)	(Sek.)	(Sek.)	(min)	(min)	(min)	(min)
100	11,5	23,8	54,6	2:11,0	2:48,0	4:30,0	9:55,0
95	11,6	24,0	54,9	2:12,0	2:50,0	4:33,0	10:03,0
90	11,7	24,2	55,2	2:13,0	2:52,0	4:36,0	10:20,0
85	11,9	24,6	55,9	2:16,0	2:57,5	4:43,0	10:29,0
80	12,0	24,8	56,3	2:18,0	3:00,0	4:47,0	10:39,0
75	12,1	25,0	56,7	2:20,0	3:03,0	4:51,0	10:50,0
70	12,2	25,2	57,2	2:22,0	3:06,0	4:57,0	11:02,0
65	12,3	25,4	57,8	2:24,0	3:09,5	5:03,0	11:15,0
60	12,4	25,6	58,4	2:26,0	3:13,5	5:09,0	11:29,0
55	12,6	26,0	59,2	2:29,0	3:17,5	5:15,0	11:44,0
50	12,8	26,4	60,0	2:32,5	3:21,5	5:21,0	12:01,0
45	13,0	26,8	60,8	2:36,0	3:26,0	5:27,0	12:28,0
40	13,2	27,2	61,8	2:39,5	3:31,0	5:34,0	12:45,0
35	13,4	27,6	62,8	2:43,0	3:36,5	5:43,0	13:12,0
30	13,6	28,2	63,8	2:46,5	3:41,5	5:52,0	13:39,0
25	13,9	28,8	65,0	2:50,5	3:47,0	6:04,0	14:06,0
20	14,2	29,0	66,4	2:54,5	3:53,5	6:16,0	14:33,0
15	14,5	29,4	67,6	2:58,5	4:00,0	6:28,0	15:00,0
10	14,8	29,8	68,7	3:02,5	4:06,5	6:40,0	15:27,0
5	15,1	30,2	70,0	3:06,5	4:13,5	6:52,0	15:54,0
0	15,5	30,7	71,5	3:11,5	4:21,5	7:04,5	16:21,0

  

Wertungstabelle Leichtathletik Jungen II									
Pkt.	110 m Hürden	Weit-sprung	Drei-sprung	Hoch-sprung	Stabhoch-sprung	Kugelstoß (6,0 kg)	Diskus-wurf (1,75 kg)	Speerwurf (800 g)	Schleuder-ball (1,5 kg)
	(Sek.)	(m)	(m)	(m)	(m)	(m)	(m)	(m)	(m)
100	17,0	6,06	13,25	1,78	3,15	11,00	33,10	42,50	48,00
95	17,1	6,01	13,00	1,76	3,10	10,85	32,60	41,90	47,50
90	17,2	5,96	12,75	1,74	3,05	10,70	32,10	41,20	47,00
85	17,3	5,85	12,50	1,70	2,95	10,35	31,60	39,70	45,00
80	17,5	5,78	12,25	1,68	2,90	10,15	30,50	38,90	44,00
75	17,7	5,70	12,00	1,66	2,84	9,95	29,80	38,00	43,00
70	17,9	5,61	11,75	1,64	2,78	9,70	29,10	37,10	41,50
65	18,1	5,51	11,50	1,62	2,72	9,45	28,30	36,10	40,00
60	18,3	5,40	11,25	1,60	2,66	9,20	27,50	35,10	39,50
55	18,5	5,28	11,00	1,57	2,57	8,95	26,70	33,90	37,00
50	19,0	5,15	10,75	1,54	2,48	8,70	25,60	32,70	35,50
45	19,5	5,01	10,50	1,51	2,39	8,45	24,50	31,50	34,00
40	20,0	4,87	10,25	1,47	2,25	8,15	23,40	30,00	31,50
35	20,5	4,73	10,00	1,43	2,14	7,85	22,20	28,50	29,00
30	21,0	4,59	9,75	1,39	2,02	7,55	21,00	27,00	26,50
25	21,5	4,42	9,50	1,35	1,90	7,10	19,80	25,20	24,00
20	22,0	4,24	9,20	1,31	1,77	6,60	18,00	23,40	21,50
15	22,5	4,06	8,90	1,27	1,64	6,10	16,20	21,60	19,00
10	23,0	3,88	8,60	1,23	1,51	5,60	14,40	19,80	16,50
5	23,5	3,70	8,30	1,19	1,38	5,10	12,60	18,00	13,50
0	24,0	3,52	8,00	1,15	1,25	4,60	10,80	16,20	10,50

Gehört der Prüfling zum Zeitpunkt der Leichtathletik-Prüfung jahrgangsmäßig noch der U18 an (laut aktueller DLV-Vorgabe), gelten die folgenden Gewichte: für Kugelstoß 5 kg, für Diskuswurf 1,5 kg und für Speerwurf 700 g.

Wertungstabelle Leichtathletik Mädchen I							
Pkt.	100 m	200 m	400 m	800 m	1000 m	1500 m	3000 m
	(Sek.)	(Sek.)	(Sek.)	(min)	(min)	(min)	(min)
100	13,0	27,6	63,5	2:36,8	3:22,0	5:25,7	11:56,5
95	13,1	27,8	64,0	2:39,9	3:26,0	5:32,2	12:10,8
90	13,2	28,0	64,5	2:43,0	3:30,0	5:38,6	12:24,9
85	13,6	28,8	65,0	2:46,1	3:34,0	5:45,1	12:39,2
80	13,7	29,0	65,5	2:49,2	3:38,0	5:51,5	12:53,3
75	13,8	29,3	66,0	2:53,8	3:44,0	6:01,2	13:14,6
70	13,9	29,5	67,0	2:58,5	3:50,0	6:10,9	13:36,0
65	14,0	29,7	68,0	3:03,1	3:56,0	6:20,6	13:57,3
60	14,1	30,0	69,0	3:09,3	4:04,0	6:33,5	14:25,7
55	14,4	30,4	70,0	3:15,6	4:12,0	6:46,4	14:54,1
50	14,6	30,9	71,0	3:21,8	4:20,0	6:59,3	15:22,5
45	14,8	31,4	73,0	3:28,0	4:28,0	7:12,2	15:50,8
40	15,0	31,8	75,0	3:35,7	4:38,0	7:28,2	16:26,3
35	15,3	32,3	77,0	3:43,5	4:48,0	7:44,4	17:01,7
30	15,5	33,0	79,0	3:51,2	4:58,0	8:00,5	17:37,1
25	15,9	33,5	81,0	3:59,0	5:08,0	8:16,7	18:12,7
20	16,2	33,9	84,0	4:06,8	5:18,0	8:32,8	18:48,2
15	16,5	34,4	87,0	4:14,5	5:28,0	8:48,9	19:23,6
10	16,8	34,9	90,0	4:22,3	5:38,0	9:05,0	19:59,0
5	17,1	35,4	93,0	4:30,0	5:48,0	9:21,2	20:34,6
0	17,4	35,9	96,0	4:37,8	5:58,0	9:37,3	21:10,1

Wertungstabelle Leichtathletik Mädchen II									
Pkt.	100 m Hürden	Weit-sprung	Drei-sprung	Hoch-sprung	Stabhoch-sprung	Kugelstoß (4,0 kg)	Diskus-wurf (1,0 kg)	Speer-wurf (600 g)	Schleuder-ball (1,0 kg)
	(Sek.)	(m)	(m)	(m)	(m)	(m)	(m)	(m)	(m)
100	16,0	4,77	10,45	1,50	2,44	9,15	28,30	28,00	40,50
95	16,2	4,72	10,20	1,48	2,38	9,05	27,50	27,50	40,00
90	16,4	4,67	9,95	1,46	2,32	8,95	27,00	27,00	39,50
85	16,8	4,60	9,70	1,44	2,26	8,85	26,50	25,80	39,00
80	17,0	4,55	9,45	1,42	2,20	8,70	25,90	25,30	38,50
75	17,2	4,49	9,20	1,40	2,14	8,55	25,30	24,80	36,50
70	17,5	4,42	8,95	1,38	2,10	8,40	24,70	24,40	35,50
65	17,8	4,36	8,70	1,36	2,06	8,20	24,10	23,80	34,50
60	18,0	4,28	8,45	1,34	2,00	8,00	23,40	23,20	33,50
55	18,8	4,20	8,20	1,32	1,94	7,80	22,60	22,50	32,50
50	19,2	4,10	7,95	1,30	1,88	7,55	21,60	21,80	31,00
45	19,6	4,00	7,70	1,28	1,82	7,30	20,50	21,10	29,50
40	20,0	3,89	7,45	1,26	1,76	7,05	19,30	20,30	27,50
35	20,4	3,77	7,20	1,24	1,70	6,75	18,10	19,50	25,50
30	20,9	3,64	6,95	1,21	1,64	6,46	17,10	18,70	23,50
25	21,4	3,52	6,70	1,18	1,58	6,20	16,10	17,50	21,50
20	22,0	3,40	6,35	1,15	1,52	5,85	15,10	16,50	19,50
15	22,6	3,20	6,00	1,12	1,46	5,50	14,10	15,50	17,50
10	23,2	3,00	5,65	1,09	1,40	5,15	13,10	14,50	15,00
5	23,8	2,80	5,30	1,06	1,34	4,80	12,10	13,50	12,50
0	24,4	2,60	4,95	1,03	1,28	4,45	11,10	12,50	10,00

Geht der Prüfling zum Zeitpunkt der Leichtathletik-Prüfung jahrgangsmäßig noch der U18 an (laut aktueller DLV-Vorgabe), gelten die folgenden Gewichte: für Kugelstoß 3 kg, für Diskuswurf 1,0 kg und für Speerwurf 500 g.

## Bewertungshinweise Oberstufe Ausdauerorientierte Wettkämpfe

### Triathlon:

Der Triathlon setzt sich aus den Disziplinen Schwimmen, Radfahren und Laufen zusammen. Der Wettkampf ist in dieser Reihenfolge ohne Unterbrechung der Zeitnahme durchzuführen. Bei der Organisation des Wettkampfes sollen die folgenden Streckenlängen eingehalten werden, wobei Abweichungen von bis 20 % pro Disziplin zulässig sind:

Schwimmen	500 m
Radfahren	20 km
Laufen	5 km.

### Duathlon, Swim and run:

Auf der Basis entsprechender Kurse können auch weitere Kombinationen für Mehrkämpfe als sportpraktische Prüfung durchgeführt werden. Hinsichtlich der Anforderungen sind die Mehrkämpfe ausdauerorientiert und dem Triathlon vergleichbar; Inhalte werden vom Prüfling in Absprache mit der Prüferin bzw. dem Prüfer gewählt; sie sind mit dem Fachprüfungsausschuss abzustimmen. Bei der Organisation der Wettkämpfe sollen die folgenden Streckenlängen eingehalten werden, wobei Abweichungen von bis 20 % pro Disziplin zulässig sind:

<i>Duathlon</i>	<i>Swim and run</i>
Laufen 3 km	Schwimmen 750 m
Radfahren 20 km	Laufen 5 km
Laufen 1,5 km	

Triathlon mit den Distanzen 500 m Schwimmen, 20 km Radfahren und 5 km Laufen:

Punkte	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
<b>m.</b>	1:17	1:19	1:21	1:23	1:25	1:27	1:29	1:31	1:33	1:35	1:37	1:39	1:41	1:43	1:45
<b>w.</b>	1:25	1:27	1:29	1:31	1:33	1:35	1:37	1:39	1:41	1:43	1:45	1:47	1:49	1:51	1:53

Duathlon mit den Distanzen 3 km Laufen, 20 km Rad fahren, 1,5 km Laufen:

Punkte	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
<b>m.</b>	1:04	1:06	1:08	1:10	1:12	1:14	1:16	1:18	1:20	1:22	1:24	1:26	1:28	1:30	1:32
<b>w.</b>	1:12	1:14	1:16	1:18	1:20	1:22	1:24	1:26	1:28	1:30	1:32	1:34	1:36	1:38	1:40

Swim-and-rund mit den Distanzen 750 m Schwimmen, 5 km Laufen:

Punkte	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
<b>m.</b>	0:41	0:43	0:45	0:47	0:49	0:51	0:53	0:55	0:57	0:59	1:01	1:03	1:05	1:07	1:09
<b>w.</b>	0:45	0:47	0:49	0:51	0:53	0:55	0:57	0:59	1:01	1:03	1:05	1:07	1:09	1:11	1:13

Bei abweichenden Distanzen hat der Fachprüfungsausschuss die Bewertungstabelle mit folgendem Berechnungsschlüssel anzupassen:

Schwimmen	2:00 Minuten pro 100 m,
Radfahren	2:00 Minuten pro 1 Km,
Laufen	4:30 Minuten pro 1 Km.

## Bewertungshinweise Oberstufe Spiele

Überprüft werden im

- Teil 1: die Umsetzung technischer Fertigkeiten bei festgelegtem Handlungsprogramm,
- Teil 2: die Umsetzung technischer Fertigkeiten in offenerem Handlungsprogramm,
- Teil 3: die Handlungsfähigkeit im wettkampfgemäßen Spiel.

### Bewertung

Bei der Bildung der Endnote haben die Teilergebnisse folgende Gewichtung:

Teil 1: 30 %

Teil 2: 30 %

Teil 3: 40 %

Die errechnete Endnote wird mathematisch gerundet.

### Bewertungsgruppe für die Teilprüfungen 1 und 2

sehr gut (15 - 13 Punkte)	Die technischen Elemente werden unter wechselnden Bedingungen sicher beherrscht, genau ausgeführt und fließend in komplexe Bewegungshandlungen eingefügt; das taktische Verhalten passt sich unterschiedlichen Einflussgrößen und Situationen jederzeit angemessen und schnell an.
gut (12 - 10 Punkte)	Die technischen Elemente werden unter wechselnden Bedingungen gut beherrscht, zweckmäßig ausgeführt und insgesamt fließend in komplexe Bewegungshandlungen eingefügt; das taktische Verhalten passt sich unterschiedlichen Einflussgrößen und Situationen in der Regel angemessen und rasch an.
befriedigend (09 - 07 Punkte)	Die technischen Elemente werden unter wechselnden Bedingungen beherrscht und zufriedenstellend in komplexe Bewegungshandlungen eingefügt; das taktische Verhalten passt sich unterschiedlichen Einflussgrößen und Situationen in der Tendenz meistens richtig an, zeitliche Verzögerungen und gelegentliche Verhaltenskorrekturen sind jedoch nicht zu übersehen.
ausreichend (06 - 04 Punkte)	Die technischen Elemente werden auch unter einfachen Bedingungen nicht zufriedenstellend ausgeführt und kaum in komplexe Bewegungshandlungen eingefügt; das taktische Verhalten passt sich unterschiedlichen Einflussgrößen und Situationen häufig nur zögernd und gelegentlich auch verkehrt an; die Fähigkeit zu schnellem Korrigieren fehlerhafter Verhaltensweisen ist wenig ausgeprägt.
mangelhaft (03 - 01 Punkte)	Auch einfache technische Elemente werden überwiegend fehlerhaft ausgeführt; die Fähigkeit zur Koordinierung von Bewegungen ist gering; das taktische Verhalten passt sich unterschiedlichen Einflussgrößen und Situationen nicht oder nur nach massiver Hilfe an.
ungenügend (00 Punkte)	Die technischen Grundelemente werden weder einzeln noch in Verbindung beherrscht; für richtiges taktisches Verhalten und taktische Maßnahmen ist kein Verständnis erkennbar.

## Bewertungsgruppe für die Teilprüfungen 3

Die Beurteilung der Spielfähigkeit im Teil 3 der Prüfung orientiert sich an folgenden Notendefinitionen; die Noten werden – je nach Tendenz – in Punkte umgesetzt.

sehr gut (15 - 13 Punkte)	Nahezu alle Spielhandlungen werden erfolgreich ausgeführt.
gut (12 - 10 Punkte)	Die meisten Spielhandlungen werden erfolgreich ausgeführt.
befriedigend (09 - 07 Punkte)	Die Anzahl der erfolgreichen Spielhandlungen ist größer als die der nicht erfolgreichen.
ausreichend (06 - 04 Punkte)	Die Anzahl der nicht erfolgreichen und erfolgreichen Spielhandlungen ist in etwa gleich groß.
mangelhaft (03 - 01 Punkte)	Die meisten Spielhandlungen werden nicht erfolgreich ausgeführt.
ungenügend (00 Punkte)	Nahezu alle Spielhandlungen misslingen.

## Mädchen 5-10 Jahrgang

## Mädchen 5-10 Jahrgang

<b>10</b>	100 m	800 m	Dauer- lauf	12-Min- lauf	Weit- sprung	Hoch- sprung	Kugel 4 kg	Speer 400g/600g	Schld.ball 1 kg
	Note	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:
1	14,7	3:15	35	2450	4,07	1,29	7,30	20,50	28,00
2	15,5	3:36	31	2250	3,71	1,22	6,50	18,50	24,50
3	16,4	4:00	27	2000	3,32	1,14	5,60	15,00	18,00
4	17,4	4:28	21	1750	2,70	1,07	4,60	12,50	11,00
5	18,5	5:00	14	1450	2,10	0,98	3,60	10,0	4,50

<b>9</b>	100 m	800 m	Dauer- lauf	12-Min- lauf	Weit- sprung	Hoch- sprung	Kugel 3 kg	Speer 400g/600g	Schld.ball 1 kg
	Note	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:
1	15,0	3:20	33	2400	4,01	1,26	7,50	19,00	25,00
2	15,9	3:43	30	2200	3,64	1,19	6,80	16,60	22,00
3	16,8	4:08	25	1950	3,24	1,12	6,00	13,90	17,00
4	17,8	4:36	20	1700	2,61	1,03	5,00	11,10	10,00
5	19,0	5:07	13	1400	2,04	0,92	3,80	8,00	4,00

<b>8</b>	75 m	800 m	Dauer- lauf	12-Min- lauf	Weit- sprung	Hoch- sprung	Kugel 3 kg		Schld.ball 1 kg
	Note	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:		ab:
1	11,6	3:25	30	2350	3,92	1,22	7,20		22,00
2	12,3	3:50	27	2150	3,55	1,15	6,50		19,10
3	13,1	4:16	23	1900	3,14	1,06	5,70		19,00
4	14,0	4:44	18	1650	2,55	0,97	4,70		8,50
5	14,9	5:14	12	1350	2,00	0,86	3,50		4,00

## Mädchen 5-10 Jahrgang

## Mädchen 5-10 Jahrgang

<b>7</b>	75 m		Dauer- lauf	12-Min- lauf	Weit- sprung	Hoch- sprung	Ball 200 g		
Note	ab:		ab:	ab:	ab:	ab:	ab:		
1	11,9		27	2300	3,80	1,18	25,00		
2	12,7		24	2100	3,43	1,11	21,60		
3	13,5		21	1850	3,03	1,02	18,00		
4	14,4		16	1600	2,59	0,92	14,10		
5	15,4		11	1300	2,12	0,80	10,00		

<b>6</b>	50 m		Dauer- lauf	12-Min- lauf	Weit- sprung	Hoch- sprung	Ball 200 g		
Note	ab:		ab:	ab:	ab:	ab:	ab:		
1	8,4		24	2250	3,60	1,10	25,00		
2	8,9		21	2050	3,24	1,03	22,30		
3	9,5		18	1800	2,86	0,94	19,20		
4	10,2		14	1550	2,45	0,85	15,80		
5	11,0		10	1250	2,01	0,74	12,00		

<b>5</b>	50 m		Dauer- lauf	12-Min- lauf	Weit- sprung	Hoch- sprung	Ball 200 g		
Note	ab:		ab:	ab:	ab:	ab:	ab:		
1	8,7		20	2200	3,40	1,03	20,00		
2	9,3		18	2000	3,06	0,97	17,80		
3	9,9		15	1750	2,70	0,89	15,40		
4	10,6		12	1500	2,31	0,80	12,80		
5	11,5		8	1200	1,90	0,68	10,00		



## Jungen 5-10 Jahrgang

## Jungen 5-10 Jahrgang

<b>10</b>	100 m	1000 m	Dauer- lauf	12-Min- lauf	Weit- sprung	Hoch- sprung	Kugel 5 kg	Speer 600 g	Schld.ball 1,5 kg
	Note	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:
1	13,2	3:15	35	2800	4,98	1,45	8,60	32,50	33,00
2	13,9	3:31	13	2600	4,57	1,40	7,70	28,10	26,00
3	14,7	3:49	27	2350	4,12	1,29	6,40	23,00	20,50
4	15,5	4:09	21	2000	3,62	1,17	5,00	17,50	12,50
5	16,4	4:30	14	1600	3,06	1,05	4,30	12,00	4,50

<b>9</b>	100 m	1000 m	Dauer- lauf	12-Min- lauf	Weit- sprung	Hoch- sprung	Kugel 4 kg	Speer 600 g	Schld.ball 1,5 kg
	Note	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:
1	13,6	3:20	33	2750	4,70	1,40	9,00	31,00	31,50
2	14,3	3:38	30	2500	4,31	1,35	8,10	27,10	24,50
3	15,2	3:59	25	2250	3,88	1,26	7,00	22,50	18,00
4	16,1	4:21	20	1950	3,41	1,15	5,80	17,00	11,00
5	17,1	4:45	13	1550	2,89	1,01	4,50	11,00	4,50

<b>8</b>	75 m	1000 m	Dauer- lauf	12-Min- lauf	Weit- sprung	Hoch- sprung	Kugel 4 kg		Schld.ball 1 kg
	Note	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:		ab:
1	10,9	3:25	30	2700	4,41	1,34	8,30		27,00
2	11,5	3:45	27	2450	4,04	1,27	7,40		23,00
3	12,2	4:09	23	2200	3,63	1,19	6,40		15,50
4	13,0	4:33	18	1900	3,19	1,09	5,30		10,50
5	13,8	5:00	12	1500	2,71	0,95	4,10		4,00

## Jungen 5-10 Jahrgang

## Jungen 5-10 Jahrgang

<b>7</b>	75 m		Dauer- lauf	12-Min- lauf	Weit- sprung	Hoch- sprung	Ball 200 g		
	Note	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:		
1	11,4		27	2600	4,13	1,25	39,00		
2	12,1		24	2400	3,77	1,19	35,00		
3	12,9		21	2150	3,39	1,11	30,00		
4	13,7		16	1850	2,97	1,01	23,90		
5	14,6		11	1450	2,52	0,89	16,40		

<b>6</b>	50 m		Dauer- lauf	12-Min- lauf	Weit- sprung	Hoch- sprung	Ball 200 g		
	Note	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:		
1	8,1		24	2500	3,85	1,17	33,00		
2	8,6		21	2300	3,51	1,11	29,90		
3	9,2		18	2050	3,14	1,03	26,00		
4	9,9		14	1750	2,75	0,94	20,90		
5	10,6		10	1350	2,33	0,83	12,00		

<b>5</b>	50 m		Dauer- lauf	12-Min- lauf	Weit- sprung	Hoch- sprung	Ball 200 g		
	Note	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:	ab:		
1	8,5		20	2400	3,56	1,10	33,00		
2	9,1		18	2250	3,24	1,02	28,80		
3	9,7		15	2000	2,89	0,94	24,30		
4	10,4		12	1700	2,52	0,85	19,50		
5	11,2		8	1300	2,13	0,76	14,40		

# Bewertungshinweise Mittelstufe Schwimmen Mädchen

## Schwimmen – Mädchen

	Alter	1 P	2 P	3 P	4 P	5 P	6 P	7 P	8 P	9 P	10 P	11 P	12 P	13 P	14 P	15 P
25 K	10	37	36	35	34	33	32	31	30	29	28	27,5	27	26,5	26	25,5
	11	36	35	34	33	32	31	30	29	28	27	26,5	26	25,5	25	24,5
	12	34	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24,5	24	23,5	23	22,5
	13	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23,5	23	22,5	22	21,5
25 B	10	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30
	11	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30	29	28
	12	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30	29	28	27	26
	13	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30	29	28	27	26	25
	14	37,5	36,5	35,5	34,5	33,5	32,5	31,5	30,5	29,5	28,5	27,5	26,5	25,5	24,5	23,5
	15	36,5	35,5	34,5	33,5	32,5	31,5	30,5	29,5	28,5	27,5	26,5	25,5	24,5	23,5	22,5
	16	36	35	34	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22
	17	35,5	34,5	33,5	32,5	31,5	30,5	29,5	28,5	27,5	26,5	25,5	24,5	23,5	22,5	21,5
	18	35	34	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21
50 K	10	1:15	1:13	1:11	1:09	1:07	1:05	1:03	1:01	59	57	56	55	54	53	52
	11	1:13	1:11	1:09	1:07	1:05	1:03	1:01	59	57	55	54	53	52	51	50
	12	1:11	1:09	1:07	1:05	1:03	1:01	59	57	55	53	52	51	50	49	48
	13	1:08	1:06	1:04	1:02	1:00	58	56	54	52	50	49	48	47	46	45
	14	1:06	1:04	1:02	1:00	58	56	54	52	50	48	47	46	45	44	43
	15	1:05	1:03	1:01	59	57	55	53	51	49	47	46	45	44	43	42
	16	1:04	1:02	1:00	58	56	54	52	50	48	46	45	44	43	42	41
	17	1:03	1:01	59	57	55	53	51	49	47	45	44	43	42	41	40
	18	1:02	1:00	58	56	54	52	50	48	46	44	43	42	41	40	39
50 B	10	1:29	1:27	1:25	1:23	1:21	1:19	1:17	1:15	1:13	1:11	1:09	1:07	1:05	1:03	1:01
	11	1:26	1:24	1:22	1:20	1:18	1:16	1:14	1:12	1:10	1:08	1:06	1:04	1:02	1:00	58
	12	1:23	1:21	1:19	1:17	1:15	1:13	1:11	1:09	1:07	1:05	1:03	1:01	59	57	55
	13	1:21	1:19	1:17	1:15	1:13	1:11	1:09	1:07	1:05	1:03	1:01	59	57	55	53
	14	1:19	1:17	1:15	1:13	1:11	1:09	1:07	1:05	1:03	1:01	59	57	55	53	51
	15	1:17	1:15	1:13	1:11	1:09	1:07	1:05	1:03	1:01	59	57	55	53	51	49
	16	1:16	1:14	1:12	1:10	1:08	1:06	1:04	1:02	1:00	58	56	54	52	50	48
	17	1:15	1:13	1:11	1:09	1:07	1:05	1:03	1:01	59	57	55	53	51	49	47
	18	1:14	1:12	1:10	1:08	1:06	1:04	1:02	1:00	58	56	54	52	50	48	46
100 K	14	2:24	2:20	2:16	2:12	2:08	2:04	2:00	1:56	1:52	1:48	1:46	1:44	1:42	1:40	1:38
	15	2:22	2:18	2:14	2:10	2:06	2:02	1:58	1:54	1:50	1:46	1:44	1:42	1:40	1:38	1:36
	16	2:20	2:16	2:12	2:08	2:04	2:00	1:56	1:52	1:48	1:44	1:42	1:40	1:38	1:36	1:34
	17	2:18	2:14	2:10	2:06	2:02	1:58	1:54	1:50	1:46	1:42	1:40	1:38	1:36	1:34	1:32
	18	2:16	2:12	2:08	2:04	2:00	1:56	1:52	1:48	1:44	1:40	1:38	1:36	1:34	1:32	1:30
100 B	14	2:51	2:47	2:43	2:39	2:35	2:31	2:27	2:23	2:19	2:15	2:11	2:07	2:03	1:59	1:55
	15	2:47	2:43	2:39	2:35	2:31	2:27	2:23	2:19	2:15	2:11	2:07	2:03	1:59	1:55	1:51
	16	2:45	2:41	2:37	2:33	2:29	2:25	2:21	2:17	2:13	2:09	2:05	2:01	1:57	1:53	1:49
	17	2:43	2:39	2:35	2:31	2:27	2:23	2:19	2:15	2:11	2:07	2:03	1:59	1:55	1:51	1:47
	18	2:41	2:37	2:33	2:29	2:25	2:21	2:17	2:13	2:09	2:05	2:01	1:57	1:53	1:49	1:45

# Bewertungshinweise Mittelstufe Schwimmen Jungen

## Schwimmen - Jungen

	Alter	1 P	2 P	3 P	4 P	5 P	6 P	7 P	8 P	9 P	10 P	11 P	12 P	13 P	14 P	15 P
25 K	10	37	36	35	34	33	32	31	30	29	28	27,5	27	26,5	26	25,5
	11	36	35	34	33	32	31	30	29	28	27	26,5	26	25,5	25	24,5
	12	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23,5	23	22,5	22	21,5
	13	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22,5	22	21,5	21	20,5
25 B	10	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30
	11	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30	29	28
	12	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30	29	28	27	26
	13	37	36	35	34	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23
	14	36	35	34	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22
	15	35	34	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21
	16	34	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20
	17	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19
18	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	
50 K	10	1:14	1:12	1:10	1:08	1:06	1:04	1:02	1:00	58	56	55	54	53	52	51
	11	1:12	1:10	1:08	1:06	1:04	1:02	1:00	58	56	54	53	52	51	50	49
	12	1:10	1:08	1:06	1:04	1:02	1:00	58	56	54	52	51	50	49	48	47
	13	1:07	1:05	1:03	1:01	59	57	55	53	51	49	48	47	46	45	44
	14	1:04	1:02	1:00	58	56	54	52	50	48	46	45	44	43	42	41
	15	1:02	1:00	58	56	54	52	50	48	46	44	43	42	41	40	39
	16	1:00	58	56	54	52	50	48	46	44	42	41	40	39	38	37
	17	59	57	55	53	51	49	47	45	43	41	40	39	38	37	36
18	58	56	54	52	50	48	46	44	42	40	39	38	37	36	35	
50 B	10	1:28	1:26	1:24	1:22	1:20	1:18	1:16	1:14	1:12	1:10	1:08	1:06	1:04	1:02	1:00
	11	1:25	1:23	1:21	1:19	1:17	1:15	1:13	1:11	1:09	1:07	1:05	1:03	1:01	59	57
	12	1:22	1:20	1:18	1:16	1:14	1:12	1:10	1:08	1:06	1:04	1:02	1:00	58	56	54
	13	1:19	1:17	1:15	1:13	1:11	1:09	1:07	1:05	1:03	1:01	59	57	55	53	51
	14	1:16	1:14	1:12	1:10	1:08	1:06	1:04	1:02	1:00	58	56	54	52	50	48
	15	1:14	1:12	1:10	1:08	1:06	1:04	1:02	1:00	58	56	54	52	50	48	46
	16	1:12	1:10	1:08	1:06	1:04	1:02	1:00	58	56	54	52	50	48	46	44
	17	1:10	1:08	1:06	1:04	1:02	1:00	58	56	54	52	50	48	46	44	42
18	1:08	1:06	1:04	1:02	1:00	58	56	54	52	50	48	46	44	42	40	
100 K	14	2:23	2:19	2:15	2:11	2:07	2:03	1:59	1:55	1:51	1:47	1:45	1:43	1:41	1:39	1:37
	15	2:19	2:15	2:11	2:07	2:03	1:59	1:55	1:51	1:47	1:43	1:41	1:39	1:37	1:35	1:33
	16	2:15	2:11	2:07	2:03	1:59	1:55	1:51	1:47	1:43	1:39	1:37	1:35	1:33	1:31	1:29
	17	2:13	2:09	2:05	2:01	1:57	1:53	1:49	1:45	1:41	1:37	1:35	1:33	1:31	1:29	1:27
	18	2:11	2:07	2:03	1:59	1:55	1:51	1:47	1:43	1:39	1:35	1:33	1:31	1:29	1:27	1:25
100 B	14	2:47	2:43	2:39	2:35	2:31	2:27	2:23	2:19	2:15	2:11	2:07	2:03	1:59	1:55	1:51
	15	2:43	2:39	2:35	2:31	2:27	2:23	2:19	2:15	2:11	2:07	2:03	1:59	1:55	1:51	1:47
	16	2:39	2:35	2:31	2:27	2:23	2:19	2:15	2:11	2:07	2:03	1:59	1:55	1:51	1:47	1:43
	17	2:35	2:31	2:27	2:23	2:19	2:15	2:11	2:07	2:03	1:59	1:55	1:51	1:47	1:43	1:39
	18	2:31	2:27	2:23	2:19	2:15	2:11	2:07	2:03	1:59	1:55	1:51	1:47	1:43	1:39	1:35

## Ausdauer- Zeitschwimmen Jungen und Mädchen 5-10

Notenpunkte Zeitschwimmen 20 min								
Strecke (m)	Runden	Alter 17						
		Klasse <b>10er</b>	16	<b>9er</b>	15	<b>8er</b>	14	<b>7er</b>
900		15						
850	17	14	15					
825		13	14	15				
800	16	12	13	14	15			
775		11	12	13	14	15		
750	15	10	11	12	13	14	15	
725		9	10	11	12	13	14	15
700	14	8	9	10	11	12	13	14
675		7	8	9	10	11	12	13
650	13	6	7	8	9	10	11	12
625		5	6	7	8	9	10	11
600	12	4	5	6	7	8	9	10
575		3	4	5	6	7	8	9
550	11	2	3	4	5	6	7	8
525		1	2	3	4	5	6	7
500	10	0	1	2	3	4	5	6
475			0	1	2	3	4	5
450	9			0	1	2	3	4
425					0	1	2	3
400	8					0	1	2
375							0	1

## JUNGEN: Leichtathletik EP - QP - Abitur (EPA-EB-Sport 2019)

Jahrgang				100m	200m	400m	800m	1000m	1500m	3000m	110m Hürden	Weit- sprung	Hoch- sprung	Kugel	Diskus	Speer	Schleu- derball
Abi	13	12	11	(sec)	(sec)	(sec)	(min)	(min)	(min)	(min)	91,4 cm			5,0/6,0 kg	1,75 kg	800 g	1,5 kg
15				<b>12,1</b>	25,0	56,7	<b>02:20,0</b>	<b>03:03,0</b>	04:51,0	10:50,0	<b>17,7</b>	<b>5,70</b>	<b>1,66</b>	<b>9,95</b>	29,80	38,00	<b>43,00</b>
14				<b>12,2</b>	25,2	57,2	<b>02:22,0</b>	<b>03:06,0</b>	04:57,0	11:02,0	<b>17,9</b>	<b>5,61</b>	<b>1,64</b>	<b>9,70</b>	29,10	37,10	<b>41,50</b>
13	15			<b>12,3</b>	25,4	57,8	<b>02:24,0</b>	<b>03:09,5</b>	05:03,0	11:15,0	<b>18,1</b>	<b>5,51</b>	<b>1,62</b>	<b>9,45</b>	28,30	36,10	<b>40,00</b>
12	14	15		<b>12,4</b>	25,6	58,4	<b>02:26,0</b>	<b>03:13,5</b>	05:09,0	11:29,0	<b>18,3</b>	<b>5,40</b>	<b>1,60</b>	<b>9,20</b>	27,50	35,10	<b>39,50</b>
11	13	14	15	<b>12,6</b>	26,0	59,2	<b>02:29,0</b>	<b>03:17,5</b>	05:15,0	11:44,0	<b>18,5</b>	<b>5,28</b>	<b>1,57</b>	<b>8,95</b>	26,70	33,90	<b>37,00</b>
10	12	13	14	<b>12,8</b>	26,4	60,0	<b>02:32,5</b>	<b>03:21,5</b>	05:21,0	12:01,0	<b>19,0</b>	<b>5,15</b>	<b>1,54</b>	<b>8,70</b>	25,60	32,70	<b>35,50</b>
09	11	12	13	<b>13,0</b>	26,8	60,8	<b>02:36,0</b>	<b>03:26,0</b>	05:27,0	12:28,0	<b>19,5</b>	<b>5,01</b>	<b>1,51</b>	<b>8,45</b>	24,50	31,50	<b>34,00</b>
08	10	11	12	<b>13,2</b>	27,2	61,8	<b>02:39,5</b>	<b>03:31,0</b>	05:34,0	12:45,0	<b>20,0</b>	<b>4,87</b>	<b>1,47</b>	<b>8,15</b>	23,40	30,00	<b>31,50</b>
07	09	10	11	<b>13,4</b>	27,6	62,8	<b>02:43,0</b>	<b>03:36,5</b>	05:43,0	13:12,0	<b>20,5</b>	<b>4,73</b>	<b>1,43</b>	<b>7,85</b>	22,20	28,50	<b>29,00</b>
06	08	09	10	<b>13,6</b>	28,2	63,8	<b>02:46,5</b>	<b>03:41,5</b>	05:52,0	13:39,0	<b>21,0</b>	<b>4,59</b>	<b>1,39</b>	<b>7,55</b>	21,00	27,00	<b>26,50</b>
05	07	08	09	<b>13,9</b>	28,8	65,0	<b>02:50,5</b>	<b>03:47,0</b>	06:04,0	14:06,0	<b>21,5</b>	<b>4,42</b>	<b>1,35</b>	<b>7,10</b>	19,80	25,20	<b>24,00</b>
04	06	07	08	<b>14,2</b>	29,0	66,4	<b>02:54,5</b>	<b>03:53,5</b>	06:16,0	14:33,0	<b>22,0</b>	<b>4,24</b>	<b>1,31</b>	<b>6,60</b>	18,00	23,40	<b>21,50</b>
03	05	06	07	<b>14,5</b>	29,4	67,6	<b>02:58,5</b>	<b>04:00,0</b>	06:28,0	15:00,0	<b>22,5</b>	<b>4,06</b>	<b>1,27</b>	<b>6,10</b>	16,20	21,60	<b>19,00</b>
02	04	05	06	<b>14,8</b>	29,8	68,7	<b>03:02,5</b>	<b>04:06,5</b>	06:40,0	15:27,0	<b>23,0</b>	<b>3,88</b>	<b>1,23</b>	<b>5,60</b>	14,40	19,80	<b>16,50</b>
01	03	04	05	<b>15,1</b>	30,2	70,0	<b>03:06,5</b>	<b>04:13,5</b>	06:52,0	15:54,0	<b>23,5</b>	<b>3,70</b>	<b>1,19</b>	<b>5,10</b>	12,60	18,00	<b>13,50</b>
00	02	03	04	<b>15,5</b>	30,7	71,5	<b>03:11,5</b>	<b>04:21,5</b>	07:04,5	16:21,0	<b>24,0</b>	<b>3,52</b>	<b>1,15</b>	<b>4,60</b>	10,80	16,20	<b>10,50</b>
	01	02	03	<b>15,9</b>	31,2	73,0	<b>03:16,5</b>	<b>04:29,5</b>	07:17,0	16:48,0	<b>24,5</b>	<b>3,34</b>	<b>1,11</b>	<b>4,10</b>	9,00	14,40	<b>7,50</b>
	00	01	02	<b>16,3</b>	31,7	74,5	<b>03:21,5</b>	<b>04:37,5</b>	07:29,5	17:15,0	<b>25,0</b>	<b>3,16</b>	<b>1,07</b>	<b>3,60</b>	7,20	12,60	<b>4,50</b>
		00	01	<b>16,7</b>	32,2	76,0	<b>03:26,5</b>	<b>04:45,5</b>	07:42,0	17:42,0	<b>25,5</b>	<b>2,98</b>	<b>1,03</b>	<b>3,10</b>	5,40	10,80	<b>1,50</b>

## Mädchen: Leichtathletik EP - QP - Abitur (EPA-EB-Sport 2019)

Jahrgang				100m	200m	400m	800m	1000m	1500m	3000m	110m Hürden	Weit- sprung	Hoch- sprung	Kugel	Diskus	Speer	Schleu- derball
Abi	13	12	11	(sec)	(sec)	(sec)	(min)	(min)	(min)	(min)	91,4 cm			4,0 kg	1 kg	600 g	1 kg
15				<b>13,8</b>	29,3	66,0	<b>02:53,8</b>	<b>03:44,0</b>	06:01,2	13:14,6	<b>17,20</b>	<b>4,49</b>	<b>1,40</b>	<b>8,55</b>	25,30	24,80	<b>36,50</b>
14				<b>13,9</b>	29,5	67,0	<b>02:58,5</b>	<b>03:50,0</b>	06:10,9	13:36,0	<b>17,50</b>	<b>4,42</b>	<b>1,38</b>	<b>8,40</b>	24,70	24,40	<b>35,50</b>
13	15			<b>14,0</b>	29,7	68,0	<b>03:03,1</b>	<b>03:56,0</b>	06:20,6	13:57,3	<b>17,80</b>	<b>4,36</b>	<b>1,36</b>	<b>8,20</b>	24,10	23,80	<b>34,50</b>
12	14	15		<b>14,1</b>	30,0	69,0	<b>03:09,3</b>	<b>04:04,0</b>	06:33,5	14:25,7	<b>18,00</b>	<b>4,28</b>	<b>1,34</b>	<b>8,00</b>	23,40	23,20	<b>33,50</b>
11	13	14	15	<b>14,4</b>	30,4	70,0	<b>03:15,6</b>	<b>04:12,0</b>	06:46,4	14:54,1	<b>18,80</b>	<b>4,20</b>	<b>1,32</b>	<b>7,80</b>	22,60	22,50	<b>32,50</b>
10	12	13	14	<b>14,6</b>	30,9	71,0	<b>03:21,8</b>	<b>04:20,0</b>	06:59,3	15:22,5	<b>19,20</b>	<b>4,10</b>	<b>1,30</b>	<b>7,55</b>	21,60	21,80	<b>31,00</b>
09	11	12	13	<b>14,8</b>	31,4	73,0	<b>03:28,0</b>	<b>04:28,0</b>	07:12,2	15:50,8	<b>19,60</b>	<b>4,00</b>	<b>1,28</b>	<b>7,30</b>	20,50	21,10	<b>29,50</b>
08	10	11	12	<b>15,0</b>	31,8	75,0	<b>03:35,7</b>	<b>04:38,0</b>	07:28,2	16:26,3	<b>20,00</b>	<b>3,89</b>	<b>1,26</b>	<b>7,05</b>	19,30	20,30	<b>27,50</b>
07	09	10	11	<b>15,3</b>	32,3	77,0	<b>03:43,5</b>	<b>04:48,0</b>	07:44,4	17:01,7	<b>20,40</b>	<b>3,77</b>	<b>1,24</b>	<b>6,75</b>	18,10	19,50	<b>25,50</b>
06	08	09	10	<b>15,5</b>	33,0	79,0	<b>03:51,2</b>	<b>04:58,0</b>	08:00,5	17:37,1	<b>20,90</b>	<b>3,64</b>	<b>1,21</b>	<b>6,46</b>	17,10	18,70	<b>23,50</b>
05	07	08	09	<b>15,9</b>	33,5	81,0	<b>03:59,0</b>	<b>05:08,0</b>	08:16,7	18:12,7	<b>21,40</b>	<b>3,52</b>	<b>1,18</b>	<b>6,20</b>	16,10	17,50	<b>21,50</b>
04	06	07	08	<b>16,2</b>	33,9	84,0	<b>04:06,8</b>	<b>05:18,0</b>	08:32,8	18:48,2	<b>22,00</b>	<b>3,40</b>	<b>1,15</b>	<b>5,85</b>	15,10	16,50	<b>19,50</b>
03	05	06	07	<b>16,5</b>	34,4	87,0	<b>04:14,5</b>	<b>05:28,0</b>	08:48,9	19:23,6	<b>22,60</b>	<b>3,20</b>	<b>1,12</b>	<b>5,50</b>	14,10	15,50	<b>17,50</b>
02	04	05	06	<b>16,8</b>	34,9	90,0	<b>04:22,3</b>	<b>05:38,0</b>	09:05,0	19:59,0	<b>23,20</b>	<b>3,00</b>	<b>1,09</b>	<b>5,15</b>	13,10	14,50	<b>15,00</b>
01	03	04	05	<b>17,1</b>	35,4	93,0	<b>04:30,0</b>	<b>05:48,0</b>	09:21,2	20:34,6	<b>23,80</b>	<b>2,80</b>	<b>1,06</b>	<b>4,80</b>	12,10	13,50	<b>12,50</b>
00	02	03	04	<b>17,4</b>	35,9	96,0	<b>04:37,8</b>	<b>05:58,0</b>	09:37,3	21:10,1	<b>24,40</b>	<b>2,60</b>	<b>1,03</b>	<b>4,45</b>	11,10	12,50	<b>10,00</b>
	01	02	03	<b>17,7</b>	36,4	99,0	<b>04:45,6</b>	<b>06:08,0</b>	09:53,4	21:45,6	<b>25,00</b>	<b>2,40</b>	<b>1,00</b>	<b>4,10</b>	10,10	11,50	<b>7,50</b>
	00	01	02	<b>18,0</b>	36,9	102,0	<b>04:53,4</b>	<b>06:18,0</b>	10:09,5	22:21,1	<b>25,60</b>	<b>2,20</b>	<b>0,97</b>	<b>3,75</b>	9,10	10,50	<b>5,00</b>
		00	01	<b>18,3</b>	37,4	105,0	<b>05:01,2</b>	<b>06:28,0</b>	10:25,6	22:56,6	<b>26,20</b>	<b>2,00</b>	<b>0,94</b>	<b>3,40</b>	8,10	9,50	<b>2,50</b>

Cooper-Test

Wertungstabelle

Laufstrecke in 12 Minuten

Punkte:

Kursstufe 12 und 13

Mädchen

15	2775
14	2725
13	2675

Note	11 Jahre	12 Jahre	13 Jahre	14 Jahre	15 Jahre	16 Jahre	17 Jahre	12	2625
1	2400	2450	2500	2550	2600	2650	2700	11	2575
1,5	2200	2250	2300	2350	2400	2450	2500	10	2500
2	2000	2050	2100	2150	2200	2250	2300	9	2425
2,5	1800	1850	1900	1950	2000	2050	2100	8	2350
3	1600	1650	1700	1750	1800	1850	1900	7	2250
3,5	1450	1500	1550	1600	1650	1700	1750	6	2150
4	1300	1350	1400	1450	1500	1550	1600	5	2050
4,5	1150	1200	1250	1300	1350	1400	1450	4	1925
5	1000	1050	1100	1150	1200	1250	1300	3	1800
5,5	850	900	950	1000	1050	1100	1150	2	1650
6	weniger	weniger	weniger	weniger	weniger	weniger	weniger	1	1500



## Cooper-Test

## Wertungstabelle

Laufstrecke in 12 Minuten

Punkte:

Kursstufe 12 und 13

Jungen
--------

Note	11 Jahre	12 Jahre	13 Jahre	14 Jahre	15 Jahre	16 Jahre	17 Jahre		
1	2600	2650	2700	2750	2800	2850	2900	12	3025
1,5	2400	2450	2500	2550	2600	2650	2700	11	2975
2	2200	2250	2300	2350	2400	2450	2500	10	2900
2,5	2000	2050	2100	2150	2200	2250	2300	9	2825
3	1800	1850	1900	1950	2000	2050	2100	8	2750
3,5	1650	1700	1750	1800	1850	1900	1950	7	2650
4	1500	1550	1600	1650	1700	1750	1800	6	2250
4,5	1350	1400	1450	1500	1550	1600	1650	5	2450
5	1200	1250	1300	1350	1400	1450	1500	4	2325
5,5	1050	1100	1150	1200	1250	1300	1350	3	2200
6	weniger	weniger	weniger	weniger	weniger	weniger	weniger	2	2050
								1	1900