

Bewertungskonzept für die Sekundarstufe I

Klassenstufe 5

Leichtathletik:

- **50 m-Sprint**

Mädchen		Jungen	
Note	Zeit in Sekunden	Note	Zeit in Sekunden
sehr gut	8,9	sehr gut	8,6
gut	9,3	gut	9,1
befriedigend	9,7	befriedigend	9,7
ausreichend	10,8	ausreichend	10,6
mangelhaft	>10,8	mangelhaft	>10,6

- **800 m-Lauf**

Mädchen		Jungen	
Note	Zeit in Minuten	Note	Zeit in Minuten
sehr gut	4:00	sehr gut	3:50
gut	4:20	gut	4:05
befriedigend	4:45	befriedigend	4:20
ausreichend	5:20	ausreichend	4:50
mangelhaft	>5:20	mangelhaft	>4:50

- **Weitsprung**

Mädchen		Jungen	
Note	Weite in Meter	Note	Weite in Meter
sehr gut	3,00	sehr gut	3,20
gut	2,80	gut	3,00
befriedigend	2,50	befriedigend	2,70
ausreichend	2,15	ausreichend	2,30
mangelhaft	< 2,15	mangelhaft	< 2,30

- **Schlagball (Gewicht: 80 g)**

Mädchen		Jungen	
Note	Weite in Meter	Note	Weite in Meter
sehr gut	25	sehr gut	33
gut	22	gut	30
befriedigend	17,5	befriedigend	25
ausreichend	12	ausreichend	18
mangelhaft	<12	mangelhaft	<18

Turnen:

Mädchen / Jungen

Schwierigkeitsgrad	1-8
Note	Punktzahl*
sehr gut	18
gut	14
befriedigend	10
ausreichend	6
mangelhaft	3

*Details zur Beauftragung sind den jeweiligen Übungskarten zu entnehmen

Klassenstufe 6

Leichtathletik:

- **800 m-Lauf / 1000 m-Lauf**

Mädchen (800 m)		Jungen (1000 m)	
Note	Zeit in Minuten	Note	Zeit in Minuten
sehr gut	3:40	sehr gut	4:20
gut	4:00	gut	4:35
befriedigend	4:20	befriedigend	4:50
ausreichend	5:00	ausreichend	5:40
mangelhaft	>5:00	mangelhaft	>5:40

- **Hallenrundlauf (ohne Pause!)**

Mädchen		Jungen	
Note	Zeit in Minuten	Note	Zeit in Minuten
sehr gut	20	sehr gut	20
gut	15	gut	15
befriedigend	12	befriedigend	12
ausreichend	09	ausreichend	09
mangelhaft	06	mangelhaft	06

Schwimmen

- **200 m Brust**

Mädchen		Jungen	
Note	Zeit in Minuten	Note	Zeit in Minuten
sehr gut	06:00	sehr gut	06:00
gut	07:30	gut	07:30
befriedigend	09:15	befriedigend	09:15
ausreichend	13:30	ausreichend	13:30
mangelhaft	>13:30	mangelhaft	>13:30

- **25 m Brust**

Mädchen		Jungen	
Note	Zeit in Sekunden	Note	Zeit in Sekunden
sehr gut	33	sehr gut	33
gut	38	gut	38
befriedigend	45	befriedigend	45
ausreichend	58	ausreichend	58
mangelhaft	>58	mangelhaft	>58

- **Streckentauchen**

Mädchen		Jungen	
Note	Strecke in Meter	Note	Strecke in Meter
sehr gut	12,5	sehr gut	12,5
gut	10,0	gut	10,0
befriedigend	8,5	befriedigend	8,5
ausreichend	6,0	ausreichend	6,0
mangelhaft	4,0	mangelhaft	4,0

- **Deutsches Jugendschwimmabzeichen Bronze**

- ✓ Sprung vom Beckenrand und 200 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten
- ✓ einmal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes
- ✓ Sprung aus 1 m Höhe oder Startsprung
- ✓ Kenntnis der Baderegeln

Schwimmen

- 25 m Freistil (Technik frei wählbar)

Mädchen (Brust)

Jungen (Brust)

Note	Zeit in Sekunden	Note	Zeit in Sekunden
sehr gut	23	sehr gut	22
gut	25	gut	24
befriedigend	28	befriedigend	27
ausreichend	33	ausreichend	32
mangelhaft	>33	mangelhaft	>32

Mädchen (Kraul)

Jungen (Kraul)

Note	Zeit in Sekunden	Note	Zeit in Sekunden
sehr gut	21	sehr gut	20
gut	23	gut	22
befriedigend	26	befriedigend	25
ausreichend	32	ausreichend	30
mangelhaft	>33	mangelhaft	>30

- Kraulschwimmen Technik

Beobachtungsschwerpunkte: Beinarbeit, Armarbeit, Atmung, Gesamtkoordination, Startsprung mit Übergang zur Lage;

Vorschwimmen: Startsprung und 25-Meter Bahn

Note	Technikmerkmale
sehr gut	<p><u>Startsprung</u> kopfwärts mit effektiv-flacher Eintauchtiefe und gestreckter Körperhaltung, Arme voraus, kein Armzug unter Wasser, einseitiger Armzug als <u>Übergang</u> zur Lage ohne Geschwindigkeitsverlust</p> <p>Sehr rhythmischer, regelmäßiger <u>Beinschlag</u> aus der Hüfte ohne Brustbeinschläge, sehr ökonomische Körperlage (gestreckt, flach)</p> <p>Rollen des Körpers entlang der Längsachse</p> <p>Wasserrücken mit gestrecktem <u>Arm</u>; Arm über Wasser gebeugt und locker parallel, nah des Körpers geführt; Druckphase bis zur Hüfte</p> <p>Kopf permanent im Wasser, <u>Atmung</u> zur Seite ohne merkbares Anheben des Kopfes im Vergleich zur Lage</p>

gut	<p><u>Startsprung</u> kopfwärts mit effektiv-flacher Eintauchtiefe, Arme voraus, kein Armzug unter Wasser, einseitiger Armzug als <u>Übergang</u> zur Lage</p> <p>Rhythmischer, regelmäßiger <u>Beinschlag</u> aus der Hüfte ohne Brustbeinschläge, ökonomische Körperlage (gestreckt, flach)</p> <p>Rollen des Körpers entlang der Längsachse</p> <p>Wasserfassen mit meist gestrecktem <u>Arm</u>; Arm über Wasser gebeugt und locker entlang des Körpers; Druckphase erkennbar</p> <p>Kopf permanent im Wasser, <u>Atmung</u> zur Seite ohne starkes Anheben des Kopfes im Vergleich zur Lage</p>
befriedigend	<p><u>Startsprung</u> kopfwärts, Arme voraus, möglichst kein Armzug unter Wasser, Übergang zur Lage ggf. stockend/ ggf. ohne Startsprung</p> <p>In der Regel rhythmischer, regelmäßiger <u>Beinschlag</u> aus der Hüfte ohne starke Brustbeinschlagansätze</p> <p>Rollen des Körpers entlang der Längsachse in Ansätzen erkennbar</p> <p>Wasserfassen mit gestrecktem <u>Arm</u>; Arm in der Regel über Wasser gebeugt und locker entlang des Körpers; Druckphase</p> <p>Kopf in der Regel im Wasser, <u>Atmung</u> in der Regel zur Seite mit teilweisen Anheben des Kopfes</p>
ausreichend	<p>Ohne <u>Startsprung</u></p> <p>In der Regel regelmäßiger <u>Beinschlag</u> aus der Hüfte mit vereinzelt Brustbeinschlägen</p> <p>Kein/wenig Rollen des Körpers entlang der Längsachse</p> <p>Wasserfassen mit gebeugtem <u>Arm</u>; Arm über Wasser meist gestreckt und seitlich geführt</p> <p>Kopf meist außerhalb des Wassers, <u>Atmung</u> selten/nicht zur Seite</p> <p>Gesamtkoordination wenig Rhythmus und durch Pausen unterbrochen</p>
mangelhaft	Elementare Techniken der Lage nicht erkennbar

Leichtathletik

- **Hochsprung (Höhe und Technik des Fosbury Flop)**

Mädchen		Jungen	
Note	Höhe in Meter	Note	Höhe in Meter
sehr gut	1,15	sehr gut	1,25
gut	1,10	gut	1,20
befriedigend	1,05	befriedigend	1,15
ausreichend	0,90	ausreichend	1,00
mangelhaft	< 0,90	mangelhaft	< 1,00

- **Technikkriterien (Fosbury Flop)**

1. Bogenförmiger Anlauf, flüssiges Beschleunigen
2. Vor dem Absprung (letzten 3 Schritte) tiefgehen, einbeiniger Absprung mit dem „lattenfernen“ Bein, Gegen- bzw. Doppelarmschwung
3. Lattenüberquerung mit Bogenspannung (Hüfte u. Rücken = überstreckt)
4. Landung auf dem Rücken in „L-Position“
5. Gesamtkoordination der Teilbewegungen sowie dynamische Ausführung

Note	Bewegungsmerkmale
sehr gut	Die wesentlichen Kriterien des Fosbury Flops sind erkennbar. (Bewegungsfluss = stabil, Bewegungsfluss = optimal)
gut	Hauptmerkmale des Fosbury Flops sind sichtbar. (Bewegungsausführung = geringe Unsicherheiten, Bewegungsfluss = geringe Abstriche)
befriedigend	Der Bewegungsablauf weist gewisse Abweichungen auf. (Bewegungsausführung = nicht ganz beständig, Bewegungsfluss = eingeschränkt)
ausreichend	Eingeschränkte Anzahl von Merkmalen des Bewegungsablaufs noch erkennbar, aber der Bewegungsfluss ist stockend

- **75m-Sprint**

Mädchen		Jungen	
Note	Zeit in Sekunden	Note	Zeit in Sekunden
sehr gut	11,6	sehr gut	11,2
gut	12,0	gut	11,7
befriedigend	12,6	befriedigend	12,4
ausreichend	13,1	ausreichend	13,2
mangelhaft	14,0	mangelhaft	13,8

- **800 m-Lauf Mädchen // 1000 m – Lauf Jungen**

Mädchen		Jungen	
Note	Zeit in Minuten	Note	Zeit in Minuten
sehr gut	3:25	sehr gut	4:00
gut	3:40	gut	4:15
befriedigend	3:50	befriedigend	4:30
ausreichend	4:45	ausreichend	5:20
mangelhaft	5:30	mangelhaft	6:00

Klassenstufe 9

Leichtathletik

- **3 Disziplinen insgesamt. Je Kategorie eine auszuwählen: Hochsprung oder Weitsprung; Kugel oder Schleuderball; 100m oder 1000m/2000m/Geländelauf.**
- **Hochsprung (Höhe)**

Mädchen		Jungen	
Note	Höhe in Meter	Note	Höhe in Meter
sehr gut	1,20	sehr gut	1,30
gut	1,15	gut	1,25
befriedigend	1,10	befriedigend	1,20
ausreichend	0,95	ausreichend	1,05
mangelhaft	< 0,95	mangelhaft	< 1,05

- **Weitsprung (Weite)**

Mädchen		Jungen	
Note	Weite in Meter	Note	Weite in Meter
sehr gut	3,40	sehr gut	4,10
gut	3,10	gut	3,80
befriedigend	2,80	befriedigend	3,30
ausreichend	2,50	ausreichend	2,80
mangelhaft	< 2,50	mangelhaft	< 2,80

- **Schleuderball (Gewicht: 1 kg)**

Mädchen		Jungen	
Note	Weite in Meter	Note	Weite in Meter
sehr gut	21	sehr gut	31
gut	18	gut	27
befriedigend	14	befriedigend	20
ausreichend	10	ausreichend	15
mangelhaft	<10	mangelhaft	<15

- **Kugel (Gewicht: 4 kg – weiblich // 5 kg - männlich)**

Mädchen		Jungen	
Note	Weite in Meter	Note	Weite in Meter
sehr gut	5,40	sehr gut	7,20
gut	5,10	gut	6,50
befriedigend	4,60	befriedigend	5,20
ausreichend	3,70	ausreichend	4,30
mangelhaft	<3,70	mangelhaft	<4,30

- **100 m (Zeit)**

Mädchen		Jungen	
Note	Zeit in Sekunden	Note	Zeit in Sekunden
sehr gut	15,3	sehr gut	14
gut	15,8	gut	14,6
befriedigend	16,5	befriedigend	15,3
ausreichend	17,7	ausreichend	17,0
mangelhaft	>17,7	mangelhaft	>17

- **Zeiten für 1000m/2000m/Geländelauf nach Leichtathletiktabelle**

Schwimmen

- **Deutsches Rettungsschwimmabzeichen Bronze**

Note 1 bei besonderen Leistungen

Note 2 bei Erreichen des Abzeichens

Note 3 Bedingungen des Abzeichens werden teilweise erreicht

Note 4 Bedingungen werden ansatzweise/ unvollständig erreicht

Klassenstufe 10

Leichtathletik

- **Hochsprung (Höhe/ Fosbury Flop)**

Mädchen		Jungen	
Note	Höhe in Meter	Note	Höhe in Meter
sehr gut	1,25	sehr gut	1,35
gut	1,20	gut	1,30
befriedigend	1,15	befriedigend	1,25
ausreichend	1,10	ausreichend	1,10
mangelhaft	< 1,10	mangelhaft	< 1,10

- **Weitsprung (alternativ zum Hochsprung)**

Mädchen		Jungen	
Note	Weite in Meter	Note	Weite in Meter
sehr gut	3,50	sehr gut	4,30
gut	3,20	gut	4,00
befriedigend	2,90	befriedigend	3,50
ausreichend	2,60	ausreichend	3,00
mangelhaft	< 2,60	mangelhaft	< 3,00

- **Schleuderball (Gewicht: 1 kg)**

Mädchen		Jungen	
Note	Weite in Meter	Note	Weite in Meter
sehr gut	23	sehr gut	34
gut	20	gut	30
befriedigend	16	befriedigend	23
ausreichend	12	ausreichend	17
mangelhaft	<12	mangelhaft	<17

- **Kugel (Gewicht: 4 kg – weiblich // 5 kg - männlich)**

Mädchen		Jungen	
Note	Weite in Meter	Note	Weite in Meter
sehr gut	5,50	sehr gut	7,50
gut	5,20	gut	6,80
befriedigend	4,70	befriedigend	5,70
ausreichend	3,80	ausreichend	4,60
mangelhaft	<3,80	mangelhaft	<4,60

Hinweis:

Das vorliegende Konzept wurde auf der Fachkonferenz Sport am 30.11.2016 einstimmig verabschiedet. Die Gültigkeit wurde für den Zeitraum ab dem 2. Halbjahr des Schuljahres 2016/17 festgelegt.

Das Konzept ist dynamisch und soll kontinuierlich weiterentwickelt werden. Die Bewertungsnormen werden in der Praxis überprüft und evtl. auf einer späteren Fachkonferenz modifiziert.