sportunterricht.eu

Deutscher Normwertatlas
Das Original für den Schul-, Vereins- und Freizeitsport!

3000-m-Lauf: Bewertungstabelle für Klasse 9 bis 10

https://sportunterricht.eu/normwertatlas/3000-m-lauf/ · Deutscher Normwertatlas · sportunterricht.eu · Stand 2026 · nicht amtlich

3000-m-Lauf Klasse 9

3000-m-Lauf, Klasse 9: Noten für Jungen und Mädchen

NOTE	JUNGEN	MÄDCHEN
Note 1 (sehr gut)	**bis 12:10 min**	keine Angabe
Note 2 (gut)	**bis 12:55 min**	keine Angabe
Note 3 (befriedigend)	**bis 14:16 min**	keine Angabe
Note 4 (ausreichend)	**bis 15:30 min**	keine Angabe
Note 5 (mangelhaft)	**bis 17:00 min**	keine Angabe

Jungen: aus 2 Ländertabellen gerechnet.

3000-m-Lauf Klasse 10

3000-m-Lauf, Klasse 10: Noten für Jungen und Mädchen

NOTE	JUNGEN	MÄDCHEN
Note 1 (sehr gut)	**bis 11:52 min**	keine Angabe
Note 2 (gut)	**bis 12:30 min**	keine Angabe
Note 3 (befriedigend)	**bis 13:36 min**	keine Angabe
Note 4 (ausreichend)	**bis 14:45 min**	keine Angabe
Note 5 (mangelhaft)	**bis 16:10 min**	keine Angabe

Jungen: aus 2 Ländertabellen gerechnet.

Woher die Werte kommen

Copyright 2026 sportunterricht.eu | StraightXEdge Media Design · Deutscher Normwertatlas · nicht amtlich

Jeder Wert ist der Median der Quellen, die für genau diese Klassenstufe, dieses Geschlecht, diese Note und dieses Gerät einen Wert ausweisen – eine Stimme je Quellenfamilie, mindestens zwei Stimmen. Gerundet wird auf die Schrittweite der Quellen, bei genauer Mitte zugunsten der Schülerinnen und Schüler. Es wird nichts umgerechnet: Anforderungsstufen, Abitur- und Leistungspunkte bleiben außen vor. Ausnahme 12-Minuten-Lauf (Cooper): Weil es dafür zu wenige Länderquellen gibt, stimmt die Normierung von Schneider 2002 (Revision von Cooper 1968) mit, in Klasse 6 auch die bayerische Empfehlung von 1993. Ein Quellenkonsens veröffentlichter Setzungen, keine empirische Norm.

Eingeflossen sind Bewertungstabellen aus: Brandenburg, Thüringen. Wie weit die Quellen auseinanderliegen und welche Tabelle welchen Wert liefert, zeigt der Normwertatlas an jedem einzelnen Wert. Wer mitstimmt und warum nichts umgerechnet wird: So entstehen die Konsenstabellen.

Copyright 2026 sportunterricht.eu | StraightXEdge Media Design · Deutscher Normwertatlas · nicht amtlich