

Normwertatlas Schulsport

Bewertungstabellen für den Schulsport

800-m-Lauf: Bewertungstabelle für Klasse 3 bis 10

<https://sportunterricht.eu/normwertatlas/800-m-lauf/> · Normwertatlas Schulsport ·
sportunterricht.eu · Stand 2026 · nicht amtlich

800-m-Lauf Klasse 3

800-m-Lauf, Klasse 3: Noten für Jungen und Mädchen

NOTE	JUNGEN	MÄDCHEN
Note 1 (sehr gut)	bis 3:40 min	bis 3:50 min
Note 2 (gut)	bis 4:00 min	bis 4:10 min
Note 3 (befriedigend)	bis 4:27 min	bis 4:37 min
Note 4 (ausreichend)	bis 5:00 min	bis 5:13 min
Note 5 (mangelhaft)	bis 5:40 min	bis 5:57 min

Jungen: aus 2 Ländertabellen gerechnet, Spanne bei Note 1 von 3:25 bis 3:55 min. Mädchen: aus 2 Ländertabellen gerechnet, Spanne bei Note 1 von 3:35 bis 4:05 min.

800-m-Lauf Klasse 4

800-m-Lauf, Klasse 4: Noten für Jungen und Mädchen

NOTE	JUNGEN	MÄDCHEN
Note 1 (sehr gut)	bis 3:25 min	bis 3:43 min
Note 2 (gut)	bis 3:47 min	bis 3:57 min
Note 3 (befriedigend)	bis 4:14 min	bis 4:24 min
Note 4 (ausreichend)	bis 4:48 min	bis 5:00 min
Note 5 (mangelhaft)	bis 5:22 min	bis 5:40 min

Jungen: aus 2 Ländertabellen gerechnet, Spanne bei Note 1 von 3:10 bis 3:40 min. Mädchen: aus 2 Ländertabellen gerechnet, Spanne bei Note 1 von 3:30 bis 3:55 min.

800-m-Lauf Klasse 5

800-m-Lauf, Klasse 5: Noten für Jungen und Mädchen

NOTE	JUNGEN	MÄDCHEN
Note 1 (sehr gut)	bis 3:00 min	bis 3:20 min
Note 2 (gut)	bis 3:15 min	bis 3:45 min
Note 3 (befriedigend)	bis 3:45 min	bis 4:18 min
Note 4 (ausreichend)	bis 4:25 min	bis 4:48 min
Note 5 (mangelhaft)	bis 5:00 min	bis 5:29 min

Jungen: aus 3 Ländertabellen gerechnet, Spanne bei Note 1 von 2:51 bis 3:25 min. Mädchen: aus 4 Ländertabellen gerechnet, Spanne bei Note 1 von 3:14 bis 3:45 min.

800-m-Lauf Klasse 6

800-m-Lauf, Klasse 6: Noten für Jungen und Mädchen

NOTE	JUNGEN	MÄDCHEN
Note 1 (sehr gut)	bis 2:56 min	bis 3:17 min
Note 2 (gut)	bis 3:07 min	bis 3:41 min
Note 3 (befriedigend)	bis 3:40 min	bis 4:13 min
Note 4 (ausreichend)	bis 3:58 min	bis 4:41 min
Note 5 (mangelhaft)	bis 4:50 min	bis 5:18 min

Jungen: aus 3 Ländertabellen gerechnet, Spanne bei Note 1 von 2:49 bis 3:10 min. Mädchen: aus 4 Ländertabellen gerechnet, Spanne bei Note 1 von 3:06 bis 3:35 min.

800-m-Lauf Klasse 7

800-m-Lauf, Klasse 7: Noten für Jungen und Mädchen

NOTE	JUNGEN	MÄDCHEN
Note 1 (sehr gut)	bis 2:54 min	bis 3:16 min
Note 2 (gut)	bis 3:11 min	bis 3:42 min
Note 3 (befriedigend)	bis 3:39 min	bis 4:10 min
Note 4 (ausreichend)	bis 4:01 min	bis 4:39 min
Note 5 (mangelhaft)	bis 4:37 min	bis 5:09 min

Jungen: aus 2 Ländertabellen gerechnet, Spanne bei Note 1 von 2:52 bis 2:55 min. Mädchen: aus 3 Ländertabellen gerechnet, Spanne bei Note 1 von 3:13 bis 3:25 min.

800-m-Lauf Klasse 8

800-m-Lauf, Klasse 8: Noten für Jungen und Mädchen

NOTE	JUNGEN	MÄDCHEN
Note 1 (sehr gut)	bis 2:45 min	bis 3:15 min
Note 2 (gut)	bis 3:02 min	bis 3:41 min
Note 3 (befriedigend)	bis 3:25 min	bis 4:06 min
Note 4 (ausreichend)	bis 3:46 min	bis 4:30 min
Note 5 (mangelhaft)	bis 4:18 min	bis 5:01 min

Jungen: aus 2 Ländertabellen gerechnet. Mädchen: aus 3 Ländertabellen gerechnet, Spanne bei Note 1 von 3:15 bis 3:22 min.

800-m-Lauf Klasse 9

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

NOTE	JUNGEN	MÄDCHEN
Note 1 (sehr gut)	bis 2:39 min	bis 3:18 min
Note 2 (gut)	bis 2:56 min	bis 3:41 min
Note 3 (befriedigend)	bis 3:16 min	bis 4:04 min
Note 4 (ausreichend)	bis 3:34 min	bis 4:28 min
Note 5 (mangelhaft)	bis 4:05 min	bis 5:02 min

Jungen: aus 3 Ländertabellen gerechnet, Spanne bei Note 1 von 2:39 bis 2:43 min. Mädchen: aus 4 Ländertabellen gerechnet, Spanne bei Note 1 von 3:14 bis 3:20 min.

800-m-Lauf Klasse 10

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

NOTE	JUNGEN	MÄDCHEN
Note 1 (sehr gut)	bis 2:37 min	bis 3:17 min
Note 2 (gut)	bis 2:51 min	bis 3:38 min
Note 3 (befriedigend)	bis 3:07 min	bis 4:01 min
Note 4 (ausreichend)	bis 3:24 min	bis 4:24 min
Note 5 (mangelhaft)	bis 3:53 min	bis 4:57 min

Jungen: aus 3 Ländertabellen gerechnet, Spanne bei Note 1 von 2:34 bis 2:39 min. Mädchen: aus 4 Ländertabellen gerechnet, Spanne bei Note 1 von 3:13 bis 3:19 min.

Woher die Werte kommen

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: Bayern, Berlin, Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen, Thüringen. Wie weit die Quellen auseinanderliegen und welche Tabelle welchen Wert liefert, zeigt der [Normwertatlas](#) an jedem einzelnen Wert.