

### **3. Durchführung des 12-Minuten-Laufs**

Beim 12-Minuten-Lauf wird die Laufstrecke ermittelt, die Schülerinnen und Schüler in diesem Zeitintervall zurücklegen.

Idealerweise wird der Test auf einer Leichtathletik-Bahn (z. B. 400 m – Bahn) durchgeführt. Steht solch eine Bahn nicht zur Verfügung, können auch andere Strecken eingesetzt werden, vorausgesetzt, dass ein störungsfreies Laufen für die Schülerinnen und Schüler möglich ist und sich die zurückgelegte Laufstrecke eindeutig bestimmen lässt. Es ist erlaubt, dass während des Laufes gegangen wird. Wenn Schülerinnen oder Schüler jedoch die Laufbahn verlassen, wird die bis zu diesem Zeitpunkt zurückgelegte Distanz gewertet. Schülerinnen und Schüler, die die Laufstrecke zum Erreichen von 15 Punkten zurückgelegt haben, können ihren Lauf beenden.

In der Bewertungstabelle sind den Zensurenpunkten Streckenlängen zugeordnet. Diese Laufleistungen sind mindestens zu erbringen, um die entsprechenden Zensurenpunkte zu erhalten. So wird z. B. für eine Schülerin im 1. Semester eine Laufleistung von 1870 m mit acht Zensurenpunkten bewertet.

Schülerinnen und Schüler mit Beeinträchtigungen sind im Rahmen ihrer Möglichkeiten ebenfalls zur Schulung ihrer Ausdauerleistungsfähigkeit anzuhalten und dementsprechend einer Leistungsüberprüfung zu unterziehen. Die Form der Leistungsüberprüfung und die Bewertung müssen sensibel und individuell abgestimmt sein und den Voraussetzungen der Schülerinnen und Schüler entsprechen. Derzeit existieren keine Umrechnungsfaktoren wie beispielsweise bei den Bundesjugendspielen. Beim Behinderten-Sportverband Berlin e. V. ist eine Entwicklung entsprechender Faktoren angeregt worden. Ergebnisse liegen gegenwärtig nicht vor.

**4. Bewertungstabelle für den 12-Minuten-Lauf**

<b>Bewertungstabelle für den 12-Minuten-Lauf</b>											
Erstmals gültig für Schülerinnen und Schüler, die zum 01.08.2015 in die Qualifikationsphase eingetreten sind.											
Punkte	<b>MÄDCHEN</b>					<b>JUNGEN</b>					Punkte
	Qualifikationsphase Lst I				Abitur Lst II	Qualifikationsphase Lst I				Abitur Lst II	
	Q 1	Q 2	Q 3	Q 4	4. PF	Q 1	Q 2	Q 3	Q 4	4. PF	
15	2450	2500	2550	2600	2700	2950	3000	3050	3100	3200	15
14	2350	2400	2450	2500	2650	2850	2900	2950	3000	3150	14
13	2250	2300	2350	2400	2600	2750	2800	2850	2900	3100	13
12	2150	2200	2250	2300	2550	2650	2700	2750	2800	3050	12
11	<b>2100</b>	<b>2150</b>	<b>2200</b>	<b>2250</b>	<b>2500</b>	<b>2600</b>	<b>2650</b>	<b>2700</b>	<b>2750</b>	<b>3000</b>	11
10	2000	2050	2100	2150	2400	2500	2550	2600	2650	2900	10
9	1900	1950	2000	2050	2300	2400	2450	2500	2550	2800	9
8	1850	1900	1950	2000	2200	2350	2400	2450	2500	2700	8
7	1750	1800	1850	1900	2100	2250	2300	2350	2400	2600	7
6	1650	1700	1750	1800	2000	2150	2200	2250	2300	2500	6
5	<b>1600</b>	<b>1650</b>	<b>1700</b>	<b>1750</b>	<b>1950</b>	<b>2100</b>	<b>2150</b>	<b>2200</b>	<b>2250</b>	<b>2450</b>	5
4	1550	1600	1650	1700	1900	2000	2050	2100	2150	2400	4
3	1450	1500	1550	1600	1850	1900	1950	2000	2050	2350	3
2	1400	1450	1500	1550	1800	1850	1900	1950	2000	2300	2
1	1350	1400	1450	1500	1750	1750	1800	1850	1900	2250	1

Q 1 - 1. Semester    Q 3 - 3. Semester    Lst - Leistungsstufe    [Streckenlänge in Meter]  
 Q 2 - 2. Semester    Q 4 - 4. Semester