



100 Jahre
Deutsches Sportabzeichen
1913–2013

Sportabzeichen Information 2013



Reform Sportabzeichen 2013



Im Jahr 2013 wird das Deutsche Sportabzeichen (DSA) 100 Jahre alt.

Vor diesem Hintergrund hat der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) mit seinen Mitgliedsorganisationen, eine umfassende Reform des DSA initiiert.

Reform Sportabzeichen 2013



Diese Reform ist gekennzeichnet durch sechs zentrale Eckpunkte:

1.) Kern ist ein nach sportwissenschaftlichen Gesichtspunkten überarbeiteter Leistungskatalog, der sich an den vier motorischen Grundfähigkeiten Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Koordination orientiert, wobei auf Beweglichkeit als motorische Grundfähigkeit angesichts ihrer hohen sportartspezifischen Relevanz verzichtet wird.

Reform Sportabzeichen 2013



2.) Entsprechend dieser Grundfähigkeiten gliedert sich der neue Leistungskatalog in vier Gruppen zur Prüfung dieser Fähigkeiten. Die Prüfung erfolgt mit Hilfe von Einzeldisziplinen aus den Sportarten Leichtathletik, Schwimmen, Gerätturnen und Radfahren.

Reform Sportabzeichen 2013



- 3.) Die individuelle Leistungsfähigkeit wird auf den drei Leistungsstufen Bronze, Silber und Gold geprüft.
- 4.) Der kumulative Charakter des DSA bleibt erhalten.
- 5.) Sportartspezifische Leistungsabzeichen von Mitgliedsorganisationen des DOSB können als alternativer Leistungsnachweis für eine der vier Disziplingruppen anerkannt werden.
- 6.) Der Nachweis der Schwimmfertigkeit ist notwendige Voraussetzung zum Erwerb des DSA.

Reform Sportabzeichen 2013



Nachweis der Schwimmfertigkeit

Der Nachweis der Schwimmfertigkeit ist notwendige Voraussetzung für den Erwerb des DSA. Für den Nachweis gibt es 4 Möglichkeiten.

Die Dauer der Gültigkeit des Nachweises ist im Erwachsenenalter auf fünf Jahre begrenzt. Im Jugendbereich genügt ein einmaliger Nachweis.

Reform Sportabzeichen 2013



1. Ablegen einer Schwimmdisziplin aus einer der vier Gruppen im Zuge der DSA-Prüfung
2. 15 min Dauerschwimmen (Prüfung auch in offenen Gewässern möglich)
3. <12 Jahre: 50 m Schwimmen ohne Zeitlimit
≥ 12 Jahre: 200 m Schwimmen in maximal 11 min
4. Nachweis über das „Deutsche (Jugend-) Schwimmbzeichen“ in Bronze

Reform Sportabzeichen 2013



Dreistufige Leistungseinteilung und Abzeichen mit Zahl

Die auf den Ebenen Bronze, Silber und Gold erbrachten Leistungen werden mit Punkten bewertet:

Bronze = 1 Punkt;

Silber = 2 Punkte,

Gold = 3 Punkte.

Reform Sportabzeichen 2013



Um das DSA zu erwerben, müssen mindestens vier Leistungen (eine Disziplin pro Disziplingruppe) auf der Ebene Bronze (= 4 Punkte) erbracht werden. Die Gesamtbewertung nach Punkten und die jeweilige Zuordnung zu den drei Leistungsebenen stellt sich wie folgt dar:

4 - 7 Punkte = Bronze

8 - 10 Punkte = Silber

11 - 12 Punkte = Gold

Reform Sportabzeichen 2013



Beispiel:

Mann, 35 Jahre

Gruppe 1: 800 m schwimmen

Bronze: 29:00 min (1 Punkt)

Silber: 24:00 min (2 Punkte)

Gold: 19:00 min (3 Punkte)

Erbrachte Leistung: 22:45 min → 2 Punkte

Reform Sportabzeichen 2013



Beispiel:

Mann, 35 Jahre

Gruppe 2: Standweitsprung

Bronze:	1,65 m	(1 Punkt)
Silber:	1,95 m	(2 Punkte)
Gold:	2,25 m	(3 Punkte)

Erbrachte Leistung: 2,30 m → 3 Punkte

Reform Sportabzeichen 2013



Beispiel:

Mann, 35 Jahre

Gruppe 3: 100 m Lauf

Bronze:	16,0 sec	(1 Punkt)
Silber:	14,30 sec	(2 Punkte)
Gold:	12,60 sec	(3 Punkte)

Erbrachte Leistung: 15,1 sec → 1 Punkt

Reform Sportabzeichen 2013



Beispiel:

Mann, 35 Jahre

Gruppe 4: Hochsprung

Bronze:	1,25 m	(1 Punkt)
Silber:	1,35 m	(2 Punkte)
Gold:	1,45 m	(3 Punkte)

Erbrachte Leistung: 1,40 m → 2 Punkt

Reform Sportabzeichen 2013



Beispiel:

Mann, 35 Jahre

Zusammenfassung

Gruppe 1:	Ausdauer	2 Punkte
Gruppe 2:	Kraft	3 Punkte
Gruppe 3:	Schnelligkeit	1 Punkt
Gruppe 4:	Koordination	<u>2 Punkte</u>
Gesamtpunkte:		<u>8 Punkte = Silber</u>

Reform Sportabzeichen 2013



Abzeichen mit Zahl

Ab der fünften Wiederholung kann im Erwachsenenbereich das „Abzeichen mit Zahl“ abgefordert werden. Dabei ist es für das „Abzeichen mit Zahl“ **unerheblich**, ob in den fünf Jahren des Erwerbs das DSA in Bronze, Silber oder Gold erlangt wurde. D.h., nach jedem fünften (5ten, 10ten, 15ten, etc.) erfolgreichen Erwerb des DSA wird das „Abzeichen mit Zahl“ vergeben. Dieses Abzeichen würdigt folglich die persönliche Kontinuität, unabhängig von den erreichten Leistungsstufen (Bronze, Silber, Gold) in den Vorjahren.

Reform Sportabzeichen 2013



Beispiel:

1999:	Sportabzeichen in Bronze
2000:	Wiederholung
2001:	Sportabzeichen in Silber
2002:	Wiederholung
2003:	Sportabzeichen in Gold
2004 – 2007:	Wiederholung
2008:	Sportabzeichen in Gold mit Zahl (10)
2009 – 2012:	Wiederholung
2013:	Sportabzeichen Bicolor mit Zahl (15)

Reform Sportabzeichen 2013



Erwachsene

Gruppe 1: Ausdauer

3000 m Lauf (in min)
10 km Lauf (in min)
Schwimmen (in min)
7,5 km Walking / Nordic Walking (in min)
20 km Radfahren (in min)

Reform Sportabzeichen 2013



Kinder / Jugend

Gruppe 1: Ausdauer

Lauf (in min)
Dauer- / Geländelauf (in min)
Schwimmen (in min)
Radfahren (in min)

Reform Sportabzeichen 2013



Erwachsene

Gruppe 2: Kraft

Medizinballwurf (2 kg) (in m)
Kugelstoßen (in m)
Steinstoß (5 kg) (in m)
Standweitsprung (in m)
Gerätturnen

Reform Sportabzeichen 2013



Kinder / Jugend

Gruppe 2: Kraft

Schlagball (80g) / Wurfball (200g) (in m)
Kugelstoßen (in m)
Standweitsprung (in m)
Gerätturnen

Reform Sportabzeichen 2013



Erwachsene

Gruppe 3: Schnelligkeit

Laufen (in sek)

25 m Schwimmen (in sek)

200 m Radfahren (fl. Start, in sek)

Gerätturnen

Reform Sportabzeichen 2013



Kinder / Jugend

Gruppe 3: Schnelligkeit

Laufen (in sek)

25 m Schwimmen (in sek)

200 m Radfahren (fl. Start, in sek)

Gerätturnen

Reform Sportabzeichen 2013



Erwachsene

Gruppe 4: Koordination

Hochsprung (in m)
Zonenweitsprung (in Punktwerten)
Weitsprung (in m)
Schleuderball (1 kg, in m)
Seilspringen
Gerätturnen

Reform Sportabzeichen 2013



Kinder / Jugend

Gruppe 4: Koordination

Hochsprung (in m)
Zonenweitsprung (in Punktwerten) Weitsprung (in m)
Zielwurf (in Punktwerten) Schleuderball (1 kg, in m)
Seilspringen
Gerätturnen

Reform Sportabzeichen 2013



Die neue Saison beginnt am
Montag den **06.Mai 2013**
um 18:00 Uhr

Reform Sportabzeichen 2013



Quelle:

www.sportabzeichen.de

Mit freundlicher Genehmigung des DOSB.

