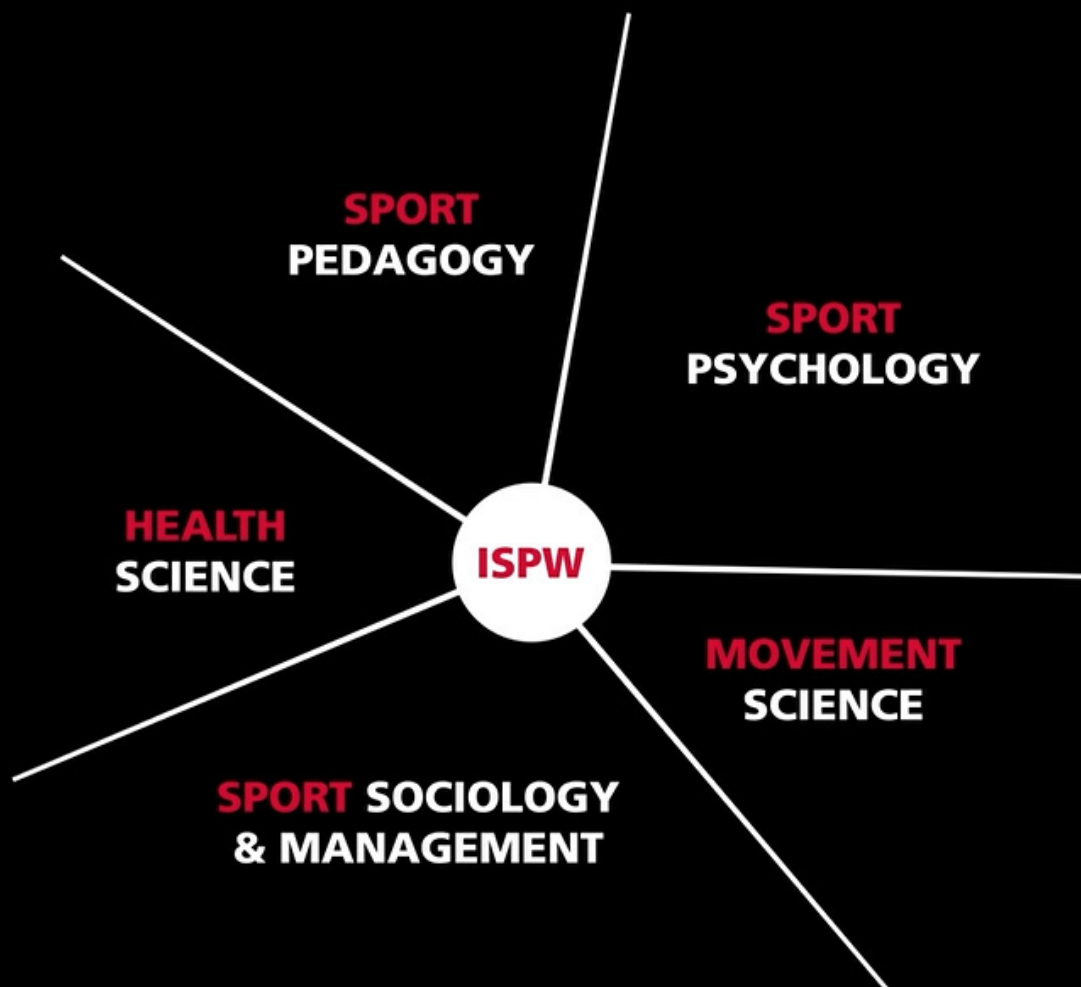


# Institut für Sportwissenschaft Jahresbericht 2021-2022



Schauen Sie sich unsere Imagefilme an:



## Sportwissenschaft – ein Studienfach mit Zukunft

Im Frühjahr 2022 wurde unser Bachelorstudiengang Sportwissenschaft evaluiert. Die Ergebnisse der Online-Befragung und Fokusgruppengespräche liefern sowohl für Studieninhalte und -aufbau als auch hinsichtlich Studierbarkeit, persönlicher Betreuung und Lernerfolg durchweg positive Rückmeldungen. Die Evaluation zeigt jedoch auch Ansatzpunkte für die Weiterentwicklung des Studienprogramms Bachelor Sportwissenschaft auf. Seit August 2022 beschäftigt sich die entsprechende Kommission vor allem mit folgenden Stossrichtungen, die im Reformprozess berücksichtigt werden sollen: (1) Die sportpraktisch-methodische Ausbildung soll weiterhin integraler Bestandteil des Studiengangs sein, jedoch wird eine noch stärkere Verknüpfung mit den sportwissenschaftlichen Grundlagen angestrebt. (2) Durch die gezielte Anpassung von Studienmodulen und Lernformaten sollen die Studierenden nicht nur die gesamte Breite an sportwissenschaftlichen Perspektiven kennenlernen, sondern ein vertieftes Verständnis für die komplexen Problemstellungen des Sports aufbauen und dadurch Wissen und Kompetenzen für die Tätigkeit in berufsbezogenen Praxisfeldern erlangen – ganz im Sinne der Leitidee der Universität Bern „Wissen schafft Wert“. Denn im Kontext der dynamischen Entwicklung des modernen Sports, insbesondere der Kommerzialisierung und Professionalisierung, wächst in verschiedenen Sportbereichen die Nachfrage nach wissenschaftlich ausgebildetem Personal. Mit dem anschliessenden Masterstudiengang sind unsere Absolventinnen und Absolventen nicht nur für Unterricht und Coaching in verschiedenen Sportsettings, sondern auch für Management-Aufgaben bei kommerziellen Sportunternehmen und Nonprofit-Sportorganisation sowie für Tätigkeiten in der Gesundheitsförderung, in der sportbezogenen Forschung und in weiteren ausserschulischen Berufsfeldern qualifiziert.

Unsere Forschung orientiert sich einerseits an hohen wissenschaftlichen Standards, andererseits geht es uns darum, dass unsere Erkenntnisse immer auch einen gesellschaftlichen Impact haben, womit sie auch mit der berufsfeldorientierten Lehre gewinnbringend verknüpft werden können. Neben Projekten, die vom SNF und anderen Forschungsinstitutionen gefördert werden, führen wir regelmässig Studien in Kooperation mit Partnern aus verschiedenen Feldern des Sports durch und unterstützen mit unserer problemorientierten Ausrichtung eine wissens- und evidenzbasierte Praxis. Die Berichte der fünf sportwissenschaftlichen Abteilungen, die

Vielzahl an Publikationen, meist in internationalen Zeitschriften, wie auch unser neues Video, liefern ein eindrückliches Bild der grossen Breite unserer Forschung. Weiterhin zeigen die Doktrats-Abschlüsse, Habilitationen und Nachwuchspreise die gelungene Förderung des sportwissenschaftlichen Nachwuchses.

Die erfolgreiche Durchführung von Forschungsprojekten und die zukunftsweisende Gestaltung von Studiengängen ist nur möglich mit kompetenten, motivierten und engagierten Mitarbeitenden, die eine gute Zusammenarbeit pflegen und im administrativen Bereich zielgerichtet unterstützt werden. Herzlichen Dank an das ganze ISPW-Team!

Wir haben dieses im vergangenen Berichtsjahr gezielt verstärkt. Seit August 2021 ist Prof. Dr. Noora Ronkainen Assistenzprofessorin für Sportpsychologie mit Tenure Track Transition. Sie soll nach positiver Evaluation auf eine ausserordentliche Professur befördert werden und die Nachfolge von Prof. Dr. Achim Conzelmann nach dessen Emeritierung im Juli 2024 antreten. PD Dr. Julia Schmid verstärkt seit 1. August 2021 als Dozentin für Sportwissenschaft mit dem Schwerpunkt Gesundheitsförderung die entsprechende Abteilung in Lehre und Forschung. Schliesslich haben wir im aktuellen Berichtsjahr mit Unterstützung der Universitätsleitung eine Dozentur für Sportwissenschaft mit dem Schwerpunkt „Mensch in digitaler Transformation“ eingerichtet. Diese soll das aktuelle universitäre Schwerpunktthema am ISPW in Forschung und Lehre vertreten und gleichzeitig das entsprechende fakultäre Netzwerk aktiv mitgestalten. Die Stelle ist der Abteilung Sportpädagogik zugeordnet und wird gemeinsam durch PD Dr. André Klostermann, der gleichzeitig in der Hochschuldidaktik angestellt ist, und Dr. Johanna Korte vertreten.

Ich bin zuversichtlich, dass wir unsere strategischen Ziele in Lehre und Forschung zukunftsorientiert weiterverfolgen. Im Namen der Institutsleitung wünsche ich eine anregende Lektüre unseres Jahresberichts 2021-2022. Wir würden uns freuen, wenn wir Sie bei der nächsten Jahrestagung der Sportwissenschaftlichen Gesellschaft der Schweiz am 15./16. Februar 2023 in Bern an der UniS begrüssen dürften ([www.sgs2023.unibe.ch](http://www.sgs2023.unibe.ch)).

Prof. Dr. Siegfried Nagel  
Direktor des Instituts für Sportwissenschaft (ISPW)

## FIL-Projekt „Bewegungen lehren und lernen“

Stephan Zahno

Im Rahmen des UniBE-Programms „Förderung innovativer Lehre“ wurde im HS 2021 die Neukonzeption des BSc-Seminars „Bewegungen lehren und lernen“ unterstützt. Im Zentrum dieser Überarbeitung stand das auf eine problemorientiert-interdisziplinäre Sportwissenschaft ausgerichtete Kernanliegen des ISPW Bern, Perspektiven unterschiedlicher sportwissenschaftlicher Teildisziplinen zu verknüpfen und in dieser Verknüpfung auf Praxisprobleme anzuwenden. Im Detail sah das neue Konzept vor, dass die Studierenden in Kleingruppen konkrete, selbst ausgearbeitete Praxisprobleme bearbeiten und dies zunächst einmal aus der Perspektive der Sportmotorik tun, um Unterrichts- oder Trainingssequenzen zu entwickeln, umzusetzen und theoretisch zu begründen. Im darauf aufbauenden Block zur

Mehrperspektivität nehmen die Studierenden hingegen explizit die Sichtweisen unterschiedlicher sportwissenschaftlicher Teildisziplinen ein – beispielsweise diejenige der Sportpädagogik –, um Aspekte zu thematisieren, die über die Effektivierung von motorischen Lernprozessen hinausgehen. Zu diesem Aufbaublock werden ISPW-Expertinnen und -Experten aus den entsprechenden Teildisziplinen eingeladen, sodass in Diskussionsrunden vielfältige Verknüpfungen zwischen Vorlesungen und den behandelten Praxisproblemen hergestellt werden. Die Teilnehmenden gaben die Rückmeldung, dass es mit diesem Konzept sehr gut gelungen sei, anhand konkreter Praxisprobleme Vorlesungsinhalte zu vertiefen und dadurch ihr Interesse an sportwissenschaftlicher Theorie zu steigern.

## BougerBouger im Mastermodul „Lernen im Sport“

Valentin Benzing

Sport wird über die Lebensspanne hinweg ein vielfältiges Förderpotenzial zugeschrieben. So machen zum Beispiel Kinder und Jugendliche im Rahmen von (schulischen und ausserschulischen) Sportangeboten eine Vielzahl an individuellen und sozialen Lernerfahrungen. Diese können beispielsweise zur Sozialisation in unserer Gesellschaft und zur Förderung der körperlich-motorischen und der psychischen Entwicklung beitragen. Unter bestimmten Bedingungen kann der Sport also als ein einzigartiger Förderraum gesehen werden, der es ermöglicht vielfältige Lernerfahrungen zu machen. Wie eine zielgerichtete Förderung aber genau auszusehen hat, damit die häufig proklamierten Lerneffekte erzielt werden, bleibt aus empirischer Sicht oft ungeklärt.

Ziel des Master-Moduls „Lernen im Sport“ ist es daher, Lernfelder, Wirkweisen und Wirkungen von Sport und Bewegung aus theoretischer und praktischer Sicht unter die Lupe zu nehmen. Dafür wurde das Master-Modul nun schon das zweite Mal in Zusammenarbeit mit dem Innovationslabor „lab7x1“ des BASPO durchgeführt. Teil dieser Zusammenarbeit ist es gemeinsame Überlegungen zur Zukunft der Bewegungsförderung in der Schweiz und zu verschiedenen Dimensionen des Lernens durch Sport (motorisch, kognitiv, affektiv und sozial) anzustellen. Diese Überlegungen werden dann im Rahmen des Seminars mittels theoretischer und praktischer Einheiten vertieft und die Studierenden verfolgen darüber hinaus eigene (Forschungs-)Projekte zum Thema Lernen im Sport.

Für die (wissenschaftlichen) Projekte gilt es zunächst interessengeleitet ein Problem zu identifizieren, welches dann von den Studierenden mit Unterstützung der Dozierenden während des Semesters bearbeitet wird. Nachdem im letzten Jahr (neben mehreren weiteren Projekten) „Rock the Block“ im Rahmen des Seminars entwickelt wurde, machte dieses Jahr „Bouger-Bouger“ auf sich aufmerksam. Für dieses Projekt haben sich fünf Masterstudierende zusammengeschlossen, die endlich für mehr Bewegung an der Schule sorgen wollten. Neben einem Podcast (erhältlich auf [Spotify](#) und [Podbean](#)) haben sie eigens dafür eine Website ([www.bougerbouger.ch](http://www.bougerbouger.ch)) und einen [Instagram](#) Kanal aufgebaut, der Lehrpersonen helfen soll in der Schule für Bewegung zu sorgen.



# Wissenschaftlicher Nachwuchs

## Habilitationen



**Noora Ronkainen**

Cultural transitions in athletes' careers: Moving the research field forward

Zur Bedeutung von Bewegung und Sport für das Wohlbefinden in der zweiten Lebenshälfte

**Julia Schmid**



## Promotionen



**Betty Alemu**

Sport and social intergration of Ethiopian and Eritrean women and broader Habesha communities in Switzerland and Europe

Critical oxygenation: Can muscle oxygenation inform us about critical power?

**Andri Feldmann**



**Vitus Furrer**

Soziale Partizipation im inklusiven Sportunterricht: Zur Bedeutung von Klassen-, Unterrichts- und Lehrpersonenmerkmalen

Sport and leisure-time physical activity behavior over the life course: Description and explanation of factors and events of individual trajectories

**Lars Lenze**



**Michael Schmid**

Personorientierte Analysen von Karrieren im und nach dem Spitzensport

Von der Theorie in die Praxis: Konzeption, Umsetzung und Wirksamkeitsüberprüfung einer individuellen Sportberatung

**Nina Schorno**



## Preise

**Matthias Buser:**

Young Researcher Award der European Association for Sociology of Sport (eass), 1. Platz

Beitrag: The role of team structures in social integration in Swiss football clubs: A multilevel analysis

**Sascha Ketelhut:**

Preis für herausragende Lehre des wissenschaftlichen Nachwuchses der Phil-hum-Fakultät 2021

**Lars Lenze:**

Young Investigator Award der Sportwissenschaftlichen Gesellschaft der Schweiz (SGS), 2. Platz

Beitrag: Patterns of leisure-time physical activity in youth as predictors for lifelong activity? A latent profile analysis with retrospective life course data

**Stephan Zahno:**

Young Investigator Award der Sportwissenschaftlichen Gesellschaft der Schweiz (SGS), 3. Platz

Beitrag: Creativity in elite youth football: Enhancing players' motor skills rather than a divergent thinking ability fosters creative actions

Young Investigator Award der FEPSAC, 2. Platz

Beitrag: Creativity in team sports: Enhancing players' motor skills rather than divergent thinking fosters creative actions

## Abteilung Bewegungs- und Trainingswissenschaft



Prof. Dr. Ernst-Joachim Hossner *Ordinarius*  
 Prof. Dr. Daniel Erlacher, Dr. Ralf Kredel, Dr. Lukas Magnaguagno, Dr. Andrea Schärli *Dozierende*  
 Katia Haller, PD Dr. André Klostermann *Wissenschaftliche Mitarbeitende*  
 Dr. Christian Vater *Postdoktorand*  
 Damian Beck, Andri Feldmann, Heinz Hegi, Emma Peters, Dino Tartaruga, Stephan Zahno *Doktorierende, Assistierende*  
 Pavlos Konstantinidis *Informatiker*  
 Yeşim Ege Vogel, Barbara Oesch *Sekretärinnen*  
 Prof. Dr. Heiner Baur, Dr. Andri Feldmann, Svitlana Pinchuk, Anna Schrefl *Assoziierte*  
 Marc Gürber, Julia Hernandez *Forschungsstudierende*  
 Noah Benhauresch, Gianluca Bernasconi, Manuel Brückel, Elias Büchel, Manuel Burger, Maurin Frank, Elio Fritschi, Jakob Heitz, Fabio Jud, Elias Lenherr, Hannah Meier, Nicolas Moor, Anna Murri, Panchal Purav, Lucas Schlegel, Yannick Schürch, Nicolas Tognini, Tim Wagner, Mirjam Weber, Martin Widmer *Hilfsassistenten*  
 Maybel Lena Dietler, Fabienne Epp, Maurin Franck, Jakob Heitz, Gian Jäger, Maximilian Scheidegger, Fadila Spielmann, Patrik Thaler, Marie-Claude von Almen, Mario Walther, Mara Widmer *Praktikant\*innen*

In der Abteilung Bewegungs- und Trainingswissenschaft richtet sich die Forschung vornehmlich auf Fragen der Bewegungskontrolle und des Bewegungslernens. In der Regel nehmen Forschungsprojekte ihren Ausgangspunkt in praxisrelevanten Problemen des Sports, um die Problemlösungen am Ende des Forschungsprozesses wieder der Sportpraxis zuzuführen. Vorzugsweise werden dabei solche Probleme in den Blick genommen, die erst im Zusammenhang mit den komplexen Anforderungen des Sports entstehen und die deshalb nicht nur aus Anwendungsperspektive interessant sind, sondern für die zugleich Forschungsbedarf in grundlagenorientierter Hinsicht besteht.

### Kreativität im Sportspiel

In der Sportpraxis wie der Sportwissenschaft wurde Kreativität bislang vor allem als divergente Denkfähigkeit von Spielerinnen und Spielern verstanden, d.h. als ein der Bewegungskompetenz übergeordnetes kognitives Vermögen, in Spielsituationen eine Vielfalt an Lösungsideen zu generieren. In der grundlagenorientierten Kreativitätsforschung wird Kreativität hingegen weniger als Fähigkeit, sondern vielmehr als Leistung konzipiert, die Aussenstehenden aufgrund ihrer Originalität als kreativ erscheint. Aus einem solch relationalen Kreativitätskonzept lässt sich die Hypothese ableiten, dass als kreativ wahrgenommene Sportspielaktionen eher auf einem erweiterten motorischen Fertigkeitenreperoire beruhen als auf einer divergenten Denkfähigkeit. Diese Hypothese konnte Stephan Zahno im Rahmen seines – von UEFA und FIFA geförderten – Promotionsprojekts in einer Reihe von Korrelationsstudien im Leistungsfussball bestätigen. Experimentelle Interventionsstudien erbrachten darüber hinaus, dass die Wahrscheinlichkeit für kreative Aktionen bei Nachwuchsfussballern eher durch ein auf die Erweiterung des eigenen Verhaltensrepertoires zugeschnittenes Fertigkeitstraining gesteigert wird als durch ein kognitiv-divergentes Denktraining. Im Rahmen eines aufbauenden Promotionsprojekts von Adina Hauser sind in Kooperation mit dem SFV aktuell weitere praxisnahe Studien zum Wahrnehmen, Entscheiden und Handeln im Fussball in Vorbereitung.

### Weitere Projekte

Eine enge Verbindung von Grundlagen- und Anwendungsforschung zeigt sich auch in anderen Abteilungsprojekten. So untersuchen Daniel Erlacher und Emma Peters im Rahmen eines SNF-Projekts, wie externe Stimulationen von Körpersinnen zu nutzen sind, um – allfällig das sportliche Training unterstützende – Klarträume zuverlässig herbeizuführen. Mit der Kopplung von Wahrnehmung und Handlung in der Bewegungskontrolle befassen sich mit einem Fokus auf die foveale Wahrnehmung André Klostermann, auf die periphere Wahrnehmung Christian Vater und auf den Zusammenhang von Blickbewegungen und Gleichgewichtsstabilisierung Andrea Schärli. Der Umgang mit Unsicherheit umschreibt ein weiteres Forschungsgebiet der Abteilung, in dem Arbeiten von Damian Beck, Ernst-Joachim Hossner, Lukas Magnaguagno und Stephan Zahno zusammengeführt werden. Hierbei geht es auf sensorischer Seite um die Einschätzung von Auftreffpunkten beim Tennis-Service, auf motorischer Seite um die Berücksichtigung der Streuung beim Zielwurf und in sportpraktischer Einbindung um die Nutzung von Kontextinformationen in der Handball-Abwehr. Ralf Kredel schliesslich zeichnet verantwortlich für zwei extern finanzierte Praxis Kooperationen, nämlich mit Dino Tartaruga für die Zusammenarbeit mit Swiss Shooting zu Präzisionsleistungen im Luftgewehrschiessen und mit Heinz Hegi für die Innosuisse-geförderte Evaluation und Optimierung des Koordinationstrainings-tools SensoPro.



## Abteilung Gesundheitswissenschaft



Prof. Dr. Claudio R. Nigg *Ordinarius*  
Dr. Julia Schmid, Roland Schütz *Dozierende*  
Dr. Sascha Ketelhut *Postdoktorand*  
Tania Bermudez, Ivana Igic, Lea Reimann, Patrick Zimmermann  
*Wissenschaftliche Mitarbeitende*  
Claudia Kubica, Fluri A. M. Wieland *Doktorierende, Assistierende*  
Yeşim Ege Vogel, Barbara Oesch *Sekretärinnen*  
Dario Breitenmoser, Benjamin Dütschler, Valentina Fischle,  
Franziska Gurschler, Sally Haddad, Jeannine Jäggi, Samanda  
Krasniqi, Thomas Ries, Sandra Schnegg, Marc von Gernler  
*Hilfsassistierende*  
Remo Lehmann *Forschungsstudent*  
Jan Anderegg, Steffi Brefin *Praktikant\*innen*

### Forschungsschwerpunkte

- 1) Körperliche Aktivitäts-Theorie und Intervention
  - a) Theorien zu Sport und körperlicher Aktivität, Motivation & Aufrechterhaltung
  - b) Verbreitung evidenzbasierter klinischer und Community-basierter Interventionen
- 2) Gesundheitsförderung und Prävention über die Lebensspanne
  - a) Adipositasprävention bei Kindern und Jugendlichen
  - b) Betriebliches Gesundheitsmanagement
  - c) Sport und körperliche Aktivität bei Seniorinnen und Senioren
- 3) Methoden
  - a) Multiple Health Behavior Change
  - b) Technologie und Gesundheitsförderung
  - c) Health Data Science

Die Abteilung Gesundheitswissenschaft beschäftigt sich in Forschung und Lehre mit Fragestellungen der sportwissenschaftlichen Gesundheitsforschung. Unter der Vision „Moving towards better health“ ist die Abteilung bestrebt, Forschung im Bereich der sportbezogenen Gesundheitsforschung zu betreiben, die nächste Generation von Sport- und Gesundheitsfachleuten auszubilden und die Öffentlichkeit und Gesundheitsexperten und -expertinnen in Gesundheitsfragen zu beraten. Das Gesundheits-Physiologie-Labor und das Exergaming-Labor unterstützen uns bei der Beantwortung gesundheitsrelevanter Fragestellungen. Es folgen zwei Beispielprojekte.

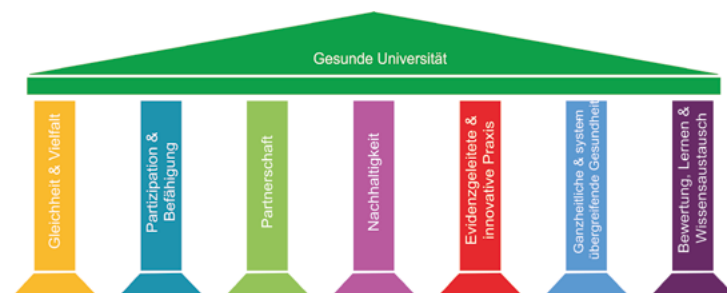
### Technologie und körperliche Aktivitäts-Förderung: Eine Web-App

- Die Web-App (ein „Expertensystem“) erstellt massgeschneidertes Feedback um körperliche Aktivität zu motivieren, sie basiert auf dem Transtheoretischen Modell (TTM).
- Das erste Feedback umfasst normative Vergleiche, während das Folgefeedback normative und ipsative (im Vergleich zu den Antworten des vorherigen Zeitpunkts) Komponenten enthält.
- Dieses System ist für Smartphones, Tablets und Computers gemacht und wird jetzt getestet.

### Betriebliches Gesundheitsmanagement: Gesunde Universität Bern

Mit der Initiative „Gesunde Universität Bern“ wird eine nachhaltige Promotion und Prävention der Gesundheit an der Universität Bern angestrebt.

- Mit Unterstützung der Universitätsleitung wurde im Jahr 2021 eine Bedarfsanalyse durchgeführt.
- Darauf aufbauend wird jetzt ein Massnahmenplan für eine „Gesunde Universität Bern“ entwickelt und implementiert.



Quelle: Dooris, M., Cawood, J., Doherty, S., & Powell, S. (2010). *Healthy Universities: Concept, model and framework for applying the healthy settings approach within higher education in England. Final project report.* Preston & London.

## Abteilung Sportpädagogik



Prof. Dr. Mirko Schmidt *Extraordinarius*  
 Dr. Stefan Valkanover *Dozent*  
 Dr. Valentin Benzing, Dr. Fabienne Egger, Mario Kamer  
*Wissenschaftliche Mitarbeitende*  
 Sofia Anzeneder, Carina Nigg, Fabian Rindlisbacher, Amie  
 Wallman-Jones, Cäcilia Zehnder *Doktorierende, Assistierende*  
 Rahel Tschudi, Valentina Wettstein *Sekretärinnen*  
 Marion Gasser, Lairan Koch, Erika Marti, Till Moser, Laura Müller,  
 Iwan Rogger, Bianca Schmidli, Cäcilia Zehnder *Hilfsassistierende*

Die Abteilung Sportpädagogik beschäftigt sich mit den Wirkungen und Wirkungsweisen von Bewegung und Sport im Kindes- und Jugendalter. Im Zentrum der Forschung steht die Entwicklung von Interventionen zur Förderung der kognitiven Leistung, der Persönlichkeitsentwicklung sowie der körperbezogenen Selbstwahrnehmung. Zudem interessieren Modelle der ganzheitlichen schulischen Bewegungsförderung, welche eine evidenzbasierte Implementation sowie Evaluation schulbezogener Sport- und Bewegungsprogramme ermöglichen.

Die Forschung im akademischen Jahr 2021-2022 war geprägt von der Weiterführung des SNF-Eccellenza Projekts SPAC und der Durchführung weiterer Forschungsprojekte wie etwa Untersuchungen zur physischen Aktivität von Kindern während der Corona-Massnahmen, der Erforschung von Bewegungsbarrieren bei Jugendlichen oder Untersuchungen zum Effekt von Exergames auf die kognitive Leistung. Etwas detaillierter beschreiben wir im Folgenden ein Forschungsprojekt, welches aktuell anläuft sowie ein Qualifikationsvorhaben, das Ende des Jahres abgeschlossen werden soll.

### Active School – Nachhaltige schulische Bewegungsförderung

Kinder und Jugendliche sind weiterhin zu wenig aktiv, sodass es gelingender Konzepte bedarf, welche die Kinder in Bewegung bringen. Da Kinder und Jugendliche einen beträchtlichen Teil des Tages in der Schule verbringen, wird der Schule ein enormes Potenzial zur Bewegungsförderung beigemessen. Positive Effekte früherer schulischer Bewegungsförderprogramme waren allerdings selten überdauernd. Das Projekt Active School adressiert genau dieses Problem, indem durch einen integrativen Ansatz nachhaltige Strukturen geschaffen werden sollen. Dies erfordert eine differenzierte Betrachtung verschiedener Förderbereiche, eine Unterscheidung mehrerer Förderebenen sowie eine klare Definition der Verantwortlichkeiten, Ziele und Massnahmen. In Kooperation mit dem Fachdidaktikzentrum Sport der PHBern werden in ausgewählten Projektschulen des Kantons Bern ein individuelles (Schulentwicklungs-)Konzept zur ganzheitlichen und nachhaltigen schulischen Bewegungsförderung erarbeitet, implementiert und evaluiert.

### Interozeption – „The Sense of the Internal Body“

Eine gut ausgeprägte Interozeption – der Wahrnehmung körperinnerer Signale – wird mit psychischer, physischer und emotionaler Gesundheit in Zusammenhang gebracht, da adäquat auf Bedürfnisse und Defizite des Körpers reagiert werden kann. Es wird vermutet, dass sportliche Aktivität helfen kann, die Genauigkeit der Interozeption zu verbessern. Eben diese Annahme wurde im Promotionsprojekt von Amie Wallmann-Jones untersucht, indem nach einer theoretischen Fassung der Mechanismen Labor- und Feldstudien durchgeführt wurden, um formulierte Hypothesen empirisch zu überprüfen. Unter anderem konnte experimentell gezeigt werden, dass eine Bewegungsintervention mit moderat bis intensiver Belastung zu signifikant besseren Interozeptionsleistungen führt als eine Kontrollbedingung unter Ruhe. In der Feldstudie zeigten sich zudem gesundheitsrelevante Verbesserungen im psychologischen Wohlbefinden nach einer Entspannungsintervention, die das Ziel hatte, die Interozeption zu fördern.

## Abteilung Sportpsychologie und Forschungsmethoden



Prof. Dr. Achim Conzelmann *Ordinarius*  
Prof. Dr. Noora Ronkainen *Assistenzprofessorin Tenure Track Transition*  
Dr. Jürg Schmid, Dr. Marc Zibung *Dozierende*  
Dr. Claudia Zuber *Postdoktorandin*  
Bryan Charbonnet, Helena Hlasová, Violetta Oblinger-Peters, Merlin Örencik, Dr. Michael Schmid, Dr. Nina Schorno, *Doktorierende, Assistierende*  
Rahel Tschudi, Valentina Wettstein *Sekretärinnen*  
Melanie Agner, Erik Baumann, Anna Bleiker, Nicola Lang, Oliver Schulz *Hilfsassistenten*

Die Abteilung Sportpsychologie und Forschungsmethoden verfolgt vier Forschungsthemen:

- 1) Das Forschungsprogramm „Massgeschneiderte Sportförderung im Freizeit- und Gesundheitssport“ wird von Nina Schorno und Achim Conzelmann in Zusammenarbeit mit Julia Schmid (Gesundheitswissenschaft) bearbeitet. Im Berichtsjahr wurde eine neue (interaktive) Homepage eingerichtet und wesentliche Arbeiten für eine Monographie geleistet, mit der wir die Errungenschaften dieses Forschungsprogramms breiteren Bevölkerungskreisen zugänglich machen möchten.
- 2) Die „Talentgruppe“ mit Bryan Charbonnet, Merlin Örencik, Jürg Schmid, Michael Schmid, Marc Zibung und Claudia Zuber sowie Achim Conzelmann bearbeitet zum einen Probleme der Talentdiagnose und der Talentförderung aus einer vornehmlich personorientierten Perspektive. Zum zweiten geht es um retrospektive und prospektive Analysen von Karrieren im und nach dem Spitzensport.
- 3) In der 2022 ins Leben gerufenen Forschungsgruppe „Meaning and Identity“ beschäftigen sich Noora Ronkainen, Violetta Oblinger-Peters und Helena Hlasová mit sinn- und identitätsstiftenden Aspekten von Sport und körperlicher Aktivität. Dabei untersuchen sie mit primär qualitativen Zugängen anhand unterschiedlicher Zielgruppen, auf welche Weise Sinn im Sportkontext erlebt oder gefährdet werden kann, und wie Sport und körperliche Aktivität zu einem sinnerfüllten Leben beitragen können. In engem Zusammenhang werden Fragen zur Entwicklung des Selbst und der Identität aus einer (kultur-)psychologischen Perspektive untersucht. Darüber hinaus erforscht die Arbeitsgruppe Faktoren, die es Athleten und Athletinnen ermöglichen bzw. erschweren, ihre individuellen Karrieren im (Spitzen-)Sport nachhaltig zu gestalten sowie ihr Wohlbefinden und ihre Gesundheit positiv zu beeinflussen.
- 4) In den letzten Monaten haben wir die forschungsmethodischen Zugänge der „Talentgruppe“ (quantitative Personorientierung) und der „Meaning and Identity Arbeitsgruppe“ (qualitative Zugänge) zu einem Mixed-Methods-Ansatz zusammengeführt, um so in dem vom Schweizerischen Nationalfond ab 1. Oktober 2022 geförderten Projekt „Closing a Chapter? A Longitudinal Mixed Methods Study on Retirement from Elite Sport“ ein tieferes Verständnis zu den mit dem Karriereende im Spitzensport einhergehenden Belastungen und deren Bewältigung zu gewinnen.



## Abteilung Sportsoziologie und -management



Prof. Dr. Siegfried Nagel *Ordinarius*  
 Dr. Christoffer Klenk, Dr. Grazia Lang, Dr. Christian Moesch  
*Dozierende*  
 Betelihem Alemu, Matthias Buser, Lars Lenze, Romano Meier,  
 Sarah Piller, Pascal Stegmann, Alexander Steiger, Sarah Vögtli,  
*Doktorierende, Assistierende*  
 Rahel Spring *Beauftragte Öffentlichkeitsarbeit, Höhere Sachbearbeiterin*  
 Sue McClements *Übersetzerin*  
 Guillaume Reesink, Mélodie Schneider, Raphael Stieger  
*Hilfsassistentin*

Die aktuelle Forschung in der Abteilung Sportsoziologie & -management beschäftigt sich insbesondere mit folgenden Themenfeldern: Sportvereins- und Sportverbandsentwicklung mit Fokus auf Professionalisierung, Nachhaltigkeit und Diversity Management; Soziale Integration im Sport; Sportpartizipation im Lebenslauf; Management in Sportorganisationen, mit Fokus auf digitaler Transformation im Sportmarketing.

### Aktuelle Entwicklungen in Sportorganisationen

Sportvereine spielen eine zentrale Rolle für die Sportaktivitäten der Bevölkerung und haben vielfältige gesellschaftliche Funktionen, wie die Förderung von Gesundheit und sozialer Integration. Sportvereine mit ihren ehrenamtlichen Strukturen artikulieren jedoch zunehmend Probleme, ihre Ziele und Aufgaben zu erfüllen. Ein Teil der Vereine versucht den entsprechenden Herausforderungen mit Professionalisierung, d.h. mit einer verstärkten Strategieorientierung, Managementkonzepten und bezahltem Personal, zu begegnen. Im Mittelpunkt unseres aktuellen SNF-Projekts „Professionalisierung in Sportvereinen“ steht die Frage nach förderlichen Bedingungen und Barrieren im Kontext entsprechender Organisationsentwicklungs- und Entscheidungsprozesse. Dabei interessiert insbesondere, ob die mit der Professionalisierung angestrebten Ziele erreicht werden und welche unerwünschten Nebeneffekte zu beobachten sind. In Zusammenarbeit mit der TU Chemnitz untersuchen wir im Rahmen von Fallstudien ausgewählte Vereine in der Schweiz und in Deutschland, welche in den vergangenen Jahren verschiedene Schritte der Professionalisierung vollzogen haben, z.B. die Einrichtung einer Geschäftsstelle und bezahlter Stellen in Führung, Administration und Sport, die Anpassung der strategischen Ausrichtung sowie der Führungs- und Organisationsstrukturen oder die Weiterentwicklung des Angebots in Richtung Gesundheits- und Trendsport. Die Erkenntnisse tragen zur Beantwortung der Frage bei, welche Professionalisierungsformen für welche Sportvereine sinnvoll sind. Das Wissen über gelungene Professionalisierungsprozesse liefert Grundlagen für eine zukunftsorientierte Sportvereinsentwick-

lung und entsprechende Managementempfehlungen.

Das vom BASPO geförderte Projekt „Bewegungs- und Integrationsförderung von Mädchen und jungen Frauen in Schweizer Sportverbänden“ untersucht Massnahmen und Programme, die aktuell von Sportverbänden mit einem geringen Anteil an aktiven Sportlerinnen lanciert werden. Im Rahmen von Fallstudien in den Sportarten Badminton, Eishockey und Fussball wird analysiert, welche verbandspolitischen Diskurse sowie Strukturen und Entscheidungsprozesse dem Förderengagement zugrunde liegen. An der Schnittstelle zu Sportvereinen interessiert uns weiterhin die Frage, wie Massnahmen und Initiativen auf lokal-regionaler Ebene implementiert und wie Förderprogramme für Mädchen und junge Frauen in den jeweiligen Sportvereinen umgesetzt werden. Ziel ist es Wissensgrundlagen zu generieren, welche Rahmenbedingungen und Faktoren für die erfolgreiche Sport- und Bewegungsförderung in Sportvereinen relevant sind und welche Barrieren der Erhöhung des Anteils an weiblichen Mitgliedern entgegenstehen.

### Weitere Projekte

Im Berichtszeitraum wurden darüber hinaus zwei weitere Drittmittelprojekte durchgeführt:

- „Integration of Newly Arrived Migrants through Organized Sport“ (INAMOS; gefördert durch das EU-Programm ERASMUS+, durchgeführt in Zusammenarbeit mit Partnern aus vier weiteren europäischen Ländern sowie Australien und Kanada)
- Evaluation des Education Plans und der Ausbildungsaktivitäten von Swiss Sport Integrity (in Kooperation mit Swiss Sport Integrity)

## Stabsabteilung



Dr. Lukas Magnaguagno *Geschäftsführer*  
Yeşim Ege Vogel *Sekretariatsleiterin*  
Edith Imthurn *Bibliothekarin*  
Doris Kern *Studienadministration*  
Franziska Krebs *Bibliothekarin*  
James Matheka *Informatiker*  
Barbara Oesch *Sekretariatsleiterin*  
Jonathan Schlede *Informatiker*  
Rahel Spring *Öffentlichkeitsarbeit*  
Rahel Tschudi *Sekretariatsleiterin*  
Eveline Waag *Finanzadministration*  
Elisabeth Waldvogel *Personaladministration*  
Valentina Wettstein *Sekretariatsleiterin*  
Carla Winkelmann *Weiterbildungssekretariat*

Die Stabsabteilung schaut auf ein ereignisreiches Jahr zurück. Im Spätsommer 2021 haben uns zwei Mitarbeiterinnen, Barbara Oesch und Stephanie Zumsteg, verlassen, um eine neue berufliche Herausforderung anzugehen. Ebenso mussten wir bereits nach einem halben Jahr Rahel Tschudi wieder verabschieden. Die dadurch entstandenen Vakanzen in den Abteilungssekretariaten konnten mit Yeşim Ege Vogel und Valentina Wettstein, die beide bereits viel Wissen und Erfahrung im universitären Umfeld mitbringen, neu besetzt werden. Valentina Wettstein hat nebst der Leitung zweier Abteilungssekretariate überdies eine Querschnittsfunktion in der zentralen Administration eingenommen. Mit diesem Team ist die ISPW-Verwaltung gut aufgestellt, um Herausforderungen insbesondere im Zuge der Digitalisierung, zu bewältigen.

Die sportpraktisch-methodische Ausbildung konnte nach zwei Studienjahren unter erschwerten Bedingungen (Covid-19-Pandemie) nahezu in den gewohnten Modus zurückkehren und die Hallen wurden während dem Semester wieder mit Leben gefüllt. Gleichwohl haben die Dozentinnen und Dozenten der sportpraktisch-methodischen Ausbildung die Erfahrungen mit digitalisierten Lehr-/Lernformen, die sie in den Vorjahren gemacht haben, genutzt, um Bewährtes zu übernehmen und nachhaltig in ihre Veranstaltung zu integrieren. Die Theorie-Praxis-Verknüpfung – ein Lehrschwerpunkt des Instituts – erhielt dadurch einen zusätzlichen Implementationsschub. Hierfür einen wesentlichen Beitrag geleistet haben neben unseren internen ISPW-Lehrbeauftragten auch unsere externen Lehrbeauftragten:

Christoph Ammann (Verantwortlicher PHBern S1)	Samuel Imhof (Leichtathletik)
Reto Balmer (Unihockey)	Nik Jud (Fitness/Gesundheit)
Roland Bärtsch (Fitness/Gesundheit)	Sabrina Jud (Tanz)
Pamela Battanta (Tanz)	Mario Kamer (Fitness/Leichtathletik)
Thomas Bäumle (Eishockey)	Nicolas Kamer (Tanz)
Lukas Berther (Basketball)	Kenneth Krebs (Fitness/Gesundheit)
Stefan Bichsel (Leichtathletik)	Nicolas Kuran (Tanz)
Marc Blaser (Sportspiele)	Nora Linder (Schwimmsport)
Beatrice Brandenberger (Leichtathletik)	Christian Meier (Handball)
Patrick Bruggmann (Fussball)	Ruth Meyer (Volleyball)
Julia Conzelmann (Fitness/Gesundheit)	Priska Roth (Badminton)
Philippe Dick (Tanz)	Philippe Seiler (Leichtathletik)
Peter Egli (Schwimmsport)	Anna Siffert (Volleyball)
Michael Gabi (Geräteturnen)	Fabian Studer (Fitness/Gesundheit)
Markus Graf (Eishockey)	Andreas Trauffer (Eishockey)
Sonja Gross Diserens (Schwimmsport)	Andrea Wirz (Schwimmsport),
Thomas Hodel (Orienteering)	Christine Zimmermann (Geräteturnen)

## Ausgewählte Publikationen

Am Institut für Sportwissenschaft sind im Zeitraum von August 2021 bis Juli 2022 zahlreiche Publikationen erschienen, darunter sind Monografien, peer-reviewed Journalbeiträge, Herausgeberwerke, Handbuchbeiträge und sonstige Publikationen. Die gesamte Publikationsliste der einzelnen Personen kann auf deren Homepage eingesehen werden. Hier finden Sie eine Auswahl der wichtigsten Publikationen:

- Aksum, K. M., Brotangen, L., Bjørndal, C. T., Magnaguagno, L., & Jordet, G. (2021). Scanning activity of elite football players in 11 vs. 11 match play: An eye-tracking analysis on the duration and visual information of scanning. *PLoS ONE*, 16(8), Article e0244118. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0244118>
- Albrecht, J., Nagel, S., & Klenk, C. (2021). "Just taking part or fully participate with others!": Social integration of members with disabilities in mainstream sports clubs. *Sport und Gesellschaft*, 18(3), 253-279. <https://doi.org/10.1515/sug-2021-0021>
- Benzing, V., Gaillard, P., Scheidegger, D., Dössegger, A., Nigg, C. R., & Schmidt, M. (2022). COVID-19: Physical activity and quality of life in a sample of Swiss school children during and after the first stay-at-home. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), Article 2231. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042231>
- Benzing, V., Nosrat, S., Aghababa, A., Barkoukis, V., Bondarev, D., Chang, Y.-K., Cheval, B., Cihat Ç. M., Elsanedy, H. M., Guinto, M. L. M., Huang, Z., Kopp, M., Kristjánssdóttir, H., Kuan, G., Mallia, L., Rafnsson, D., Oliveira, G. T. A., Pesola, A. J., Pesce, C., Ronkainen, N. J. . . . Brand, R. (2021). Staying active under restrictions: Changes in type of physical exercise during the initial COVID-19 lockdown. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(22), 1-18. <https://doi.org/10.3390/ijerph182212015>
- Benzing, V., Siegwart, V., Anzeneder, S., Spitzhüttl, J., Grotzer, M., Roebbers, C. M., Steinlin, M., Leibundgut, K., Everts, R., & Schmidt, M. (2022). The mediational role of executive functions for the relationship between motor ability and academic performance in pediatric cancer survivors. *Psychology of Sport and Exercise*, 60, Article 102160. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102160>
- Berger, R., Rubeli, B., & Valkanover, S. (2021). Mit kreativem Darstellen und Tanzen sich selbst kennenlernen. *Sportunterricht*, 70(6), 265-268.
- Bermudez, T., Bolger, N., Bierbauer, W., Bernardo, A., Fleisch-Silvestri, R., Hermann, M., Schmid, J.-P., & Scholz, U. (2021). Physical activity after cardiac rehabilitation: Explicit and implicit attitudinal components and ambivalence. *Health Psychology*, 40(8), 491-501. <https://doi.org/10.1037/hea0001109>
- Bezold J., Trautwein, S., Barisch-Fritz, B., Scharpf, A., Krell-Roesch, J., Nigg, C. R., & Woll, A. (2021). Effects of a 16-week multimodal exercise program on performance of activities of daily living in institutionalized individuals with dementia: a multicenter randomized controlled trial. *German Journal of Exercise and Sport Research*, 51(4), 506-517. <https://doi.org/10.1007/s12662-021-00760-4>
- Chroni, S. A., Ronkainen, N., Elbe, A.-M., & Ryba, T. V. (2021). Negotiating a transnational career around borders: women's stories in boundaryless academia. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 56, Article 101990. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101990>
- Chueh, T.-Y., Hsieh, S.-S., Tsai, Y.-J., Yu, C.-L., Hung, C.-L., Benzing, V., Schmidt, M., Chang, Y.-K., Hillman, C. H., & Hung, T.-M. (2021). Effects of a single bout of moderate-to-vigorous physical activity on executive functions in children with attention-deficit/hyperactivity disorder: A systematic review and meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 58, Article 102097. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.102097>
- Egger, F. (2021). Machen Bewegungspausen schlau? *SCHULEkonkret*, 3(21), 34-37.
- Egger, F. (2021). Moving Minds – Bewegungspausen zur Förderung kognitiver Fähigkeiten. *Sportpädagogik. Zeitschrift für Sport, Spiel und Bewegungserziehung*, 45(1), 6/7.
- Elmose-Østerlund, K., Feiler, S., Breuer, C., Adler Zwahlen, J., & Nagel, S. (2022). Characteristics of voluntary sports clubs with targeted initiatives for underrepresented population groups: The role of organisational goals, resources, structure and context. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 13, 29-55.
- Elmose-Østerlund, K., Schlesinger, T., Ehnold, P., & Nagel, S. (2022). The relevance of migration status for voluntary tasks in sports clubs. *Journal of Civil Society*, 17(3-4), 323-344. <https://doi.org/10.1080/17448689.2021.2018805>
- Engels, E., Nigg, C. R., & Reimers, A. (2022). Predictors of physical activity behavior change based on the current stage of change – An analysis of young people from Hawai'i. *Journal of Behavioral Medicine*, 45, 38-49. <https://doi.org/10.1007/s10865-021-00255-5>
- Erlacher, D., Furrer, V., Ineichen, M., Braillard, J., & Schmid, D. (2022). Combining wake-up-back-to-bed with cognitive induction techniques: Does earlier sleep interruption reduce lucid dream induction rate? *Clocks & Sleep*, 4(2), 230-239. <https://doi.org/10.3390/clocks-sleep4020021>
- Erlacher, D., Fujii, M., Tazuke, S., Sugiyama, T., Ganzert, F., Stumbrys, T., & Schredl, M. (2022). Lucid dream sport practice in Japanese college athletes: A questionnaire study. *International Journal of Sport and Health Science*, 20, 117-122. <https://doi.org/10.5432/ijshs.202056>
- Feldmann, A., Ammann, L., Gächter, F., Zibung, M., & Erlacher, D. (2022). Muscle oxygen saturation breakpoints reflect ventilatory thresholds in both cycling and running. *Journal of Human Kinetics*, 83(1), 87-97. <https://doi.org/10.2478/hukin-2022-0054>
- Feldmann, A., Lehmann, R., Wittmann, F., Wolf, P., Baláš, J., & Erlacher, D. (2022). Acute effect of high-intensity climbing on performance and muscle oxygenation in elite climbers. *Journal of Science in Sport and Exercise*, 4, 145-155. <https://doi.org/10.1007/s42978-021-00139-9>

- Furrer, V., Mumenthaler, F., Valkanover, S., Eckhart, M., & Nagel, S. (2021). Zum Zusammenhang zwischen der Einstellung der Lehrkraft zu inklusivem Sportunterricht und sozialer Interaktionen von Kindern. *Zeitschrift für Grundschulforschung*, 14(2), 237-256. <https://doi.org/10.1007/s42278-021-00108-9>
- Giurgiu, M., Kolb, S., Nigg, C., Burchartz, A., Timm, I., Becker, M., Rulf, E., Doster, A.-K., Koch, E., Busmann, J. B. J., Nigg, C., Ebner-Priemer, U. W., & Woll, A. (2022). Assessment of 24-hr physical behaviour in children and adolescents via wearables: A systematic review of free-living validation studies. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine*, 8(2), Article e001267. <http://dx.doi.org/10.1136/bmjsem-2021-001267>
- Gut, V., Conzelmann, A., & Schmid, J. (2022). What do adolescents and young adults strive for in sport and exercise? An explorative study on goal profiles in sport and exercise. *Journal of Sports Sciences*, 40(5), 571-582. <https://doi.org/10.1080/02640414.2021.2004703>
- Gut, V., Schmid, J., Imbach, L., & Conzelmann, A. (2022). Stability of context in sport and exercise across educational transitions in adolescence: hello work, goodbye sport club? *BMC Public Health*, 22(1), 152. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-12471-4>
- Hossner, E.-J., & Künzell, S. (2022). *Einführung in die Bewegungswissenschaft*. Limpert.
- Hossner, E.-J., & Zahno, S. (2022). Beyond task-space exploration: On the role of variance for motor control and learning. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 935273. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.935273>
- Ibsen, B., Nichols, G., Piątkowska, M., Nagel, S., Llopis-Goig, R., & Elmose-Østerlund, K. (2022). What can explain the differences between European countries' public policies for sports clubs? *International Journal of Sport Policy and Politics*, 14(3), 435-451. <https://doi.org/10.1080/19406940.2022.2052148>
- Ketelhut, S., Ketelhut, R. G., Kircher, E., Röglin, L., Hottenrott, K., Martin-Niedecken, A. L., & Ketelhut, K. (2022). Gaming instead of training? Exergaming induces high-intensity exercise stimulus and reduces cardiovascular reactivity to cold pressor test. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, 9, Article 798149. <https://doi.org/10.3389/fcvm.2022.798149>
- Ketelhut, S., Möhle, M., Gürlich, T., Hottenrott, L., & Hottenrott, K. (2022). Optimizing sprint interval exercise for post-exercise hypotension: A randomized crossover trial. *European Journal of Sport Science*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/17461391.2022.2046860>
- Kircher, E., Ketelhut, S., Ketelhut, K., Röglin, L., Hottenrott, K., Martin-Niedecken, A. L., & Ketelhut, R. G. (2022). A game-based approach to lower blood pressure? Comparing acute hemodynamic responses to endurance exercise and exergaming: A randomized crossover trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), Article 1349. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031349>
- Kircher, E., Ketelhut, S., Ketelhut, K., Röglin, L., Martin-Niedecken, A. L., Hottenrott, K., & Ketelhut, R. G. (2022). Acute effects of heart rate-controlled exergaming on vascular function in young adults. *Games for Health Journal*, 11(1), 58-66. <https://doi.org/10.1089/g4h.2021.0196>
- Klostermann, A. (2021). Does the Simon effect interfere with the synergy between perception and action? *Perceptual and Motor Skills*, 128(4), 1765-1784. <https://doi.org/10.1177/00315125211022917>
- Lang, G., Schlesinger, T., & Nagel, S. (2021). Professionalisierung von Sportverbänden. In L. Thieme & T. Wojciechowski (Hrsg.), *Sportverbände. Stand und Perspektiven der Forschung*. (S. 117-132). Hofmann.
- Magnaguagno, L., Zahno, S., Kredel, R., & Hossner, E.-J. (2022). Contextual information in situations of uncertainty: The value of explicit-information provision depends on expertise level, knowledge acquisition and prior-action congruency. *Psychology of Sport and Exercise*, 59, Article 102109. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.102109>
- Moesch, C., Christen, S., & Ströbel, T. (2022). It's getting tight in the Alps – Challenges and implications of the e-mountain bike boom for sustainable tourism management. *International Journal of Sport Management and Marketing*, 22(1/2), 73-95. <https://doi.org/10.1504/IJSM.2022.10045433>
- Mumenthaler, F., Eckhart, M., & Nagel, S. (2022). Ethisch geleitete Netzwerkforschung in inklusiven Grundschulklassen: Ein Vergleich zweier Methoden. *Zeitschrift für Grundschulforschung*, 15(1), 119-135. <https://doi.org/10.1007/s42278-021-00129-4>
- Nigg, C., Burchartz, A., Reichert, M., Woll, A., & Niessner, C. (2022). Children and adolescents do not compensate for physical activity but sedentary behavior. *German Journal of Sport and Exercise Research*, 52, 273-281. <https://doi.org/10.1007/s12662-022-00808-z>
- Nigg, C., Niessner, C., Nigg, C. R., Oriwol, D., Schmidt, S. C. E., & Woll, A. (2021). Relating outdoor play to sedentary behavior and physical activity in youth - Results from a cohort study. *BMC Public Health*, 21, Article 1716. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11754-0>
- Nigg, C., Schipperijn, J., Hennig, O., Petzold, M. B., Rulf, E., Meyer-Lindenberg, A., Tost, H., Ebner-Priemer, U. W., & Reichert, M. (2022). Time to go green? Nature-based physical activity as potential treatment for mental disorders. *Sports Psychiatry*, 1(3), 116-118. <https://doi.org/10.1024/2674-0052/a000018>
- Nigg, C., Weber, C., Schipperijn, J., Reichert, M., Oriwol, D., Worth, A., Woll, A., & Niessner, C. (2022). Urban-rural differences in children's and adolescent's physical activity and screen time trends across 15 years. *Health Behavior & Education*, 49(5), 789-800. <https://doi.org/10.1177/10901981221090153>
- Nigg, C. R., Chard, C., Guangxiang, Z., & Nigg, C. (2022). Children's physical activity and sedentary behavior is related between different parts of a day. *Current Issues in Sport Science*, 7, Article 002. <https://doi.org/10.36950/2022ciss002>
- Örencik, M., Schmid, M. J., Schmid, J., & Conzelmann, A. (2022). The differentiation of single and dual career athletes falls short: A person-oriented approach to characterize typical objective life situations of elite athletes. *International Journal of Sports Science & Coaching*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/17479541221090941>
- Pesce, C., Ballester, R., & Benzing, V. (2021). Giving physical activity and cognition research 'some soul': Focus on children and adolescents. *European Journal*



- of *Human Movement*, 47, 1-7. doi: 10.21134/eur-jhm.2021.47.1
- Robinson, K. J., Lubans, D. R., Mavilidi, M. F., Hillman, C. H., Benzing, V., Valkenborghs, S. R., Barker, D., & Riley, N. (2022). Effects of classroom-based resistance training with and without cognitive training on adolescents' cognitive function, on-task behavior, and muscular fitness. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 811534. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.811534>
- Röglin, L., Ketelhut, S., Ketelhut, K., Kircher, E., Ketelhut, R. G., Martin-Niedecken, A. L., Hottenrott, K., & Stoll, O. (2021). Adaptive high-intensity exergaming: The more enjoyable alternative to conventional training approaches despite working harder. *Games for Health Journal*, 10(6), 400-407. <https://doi.org/10.1089/g4h.2021.0014>
- Ronkainen, N., Aggerholm, K., Allen-Collinson, J., & Ryba, T. V. (2022). Beyond life-skills: Talented athletes, existential learning and (un)learning the life of an athlete. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2022.2037694>
- Rosenstiel, S., Volk, C., Schmid, J., Wagner, W., Demetriou, Y., Höner, O., Thiel, A., Trautwein, U., & Sudeck, G. (2021). Promotion of physical activity-related health competence in physical education: A person-oriented approach for evaluating the GEKOS intervention within a cluster randomized controlled trial. *European Physical Education Review*, 28(1), 279-299. <https://doi.org/10.1177/1356336X211037432>
- Schlesinger, T., Klenk, C., & Nagel, S. (2021). Beratung von Sportvereinen. In L. Thieme & T. Wojciechowski (Hrsg.), *Sportverbände. Stand und Perspektiven der Forschung*. (S. 277-294). Hofmann.
- Schluchter, T., Eckhart, M., Nagel, S., & Valkanover, S. (2021). Selbstkonzept und sportliche Aktivität von Kindern mit geistiger Behinderung. *Empirische Sonderpädagogik*, 2021(3), 185-200.
- Schmid, M. J., Örencik, M., Gojanovic, B., Schmid, J., & Conzelmann, A. (2022). Period prevalence of SARS-CoV-2 infections and willingness to vaccinate in Swiss elite athletes. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine*, 8(2), Article e001330. <https://doi.org/10.1136/bmjsem-2022-001330>
- Schmid, M. J., Örencik, M., Schmid, J., Nagel, S., & Conzelmann, A. (2021). Vocational careers of retired Olympic athletes from Switzerland: A person-oriented study. *International Review for the Sociology of Sport*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/10126902211062432>
- Schorno, N.; Gut, V.; Conzelmann, A., & Schmid, J. (2022). Effectiveness of individual exercise and sport counseling based on motives and goals: A randomized controlled trial. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 44(2), 103-115. <https://doi.org/10.1123/jsep.2021-0018>
- Siegwart, V., Schürch, K., Benzing, V., Roessler, J., & Everts, R. (2022). Personal and social resources are linked to cognition and health-related quality of life in childhood cancer survivors. *Children*, 9(7), Article 936. <https://doi.org/10.3390/children9070936>
- Stegmann, P., Nagel, S., & Ströbel, T. (2021). The digital transformation of value co-creation: A scoping review towards an agenda for sport marketing research. *European Sport management quarterly*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/16184742.2021.1976241>
- Stodden, D., Lakes, K. D., Côté, J., Aadland, E., Benzing, V., Brian, A., Draper, C. E., Ekkekakis, P., Fumagalli, G., Laukkanen, A., Mavilidi, M. F., Mazzoli, E., Neville, R. D., Niemistö, D., Rudd, J., Sääkslahti, A., Schmidt, M., Tomporowski, P. D., Tortella, P., Vazou, S., & Pesce, C. (2021). Exploration: An overarching focus for holistic development. *Brazilian Journal of Motor Behavior*, 15(5), 301-320. <https://doi.org/10.20338/bjmb.v15i5.254>
- Thiel, A., Sudeck, G., Niess, A., Eschweiler, G.W., Altmeier, D., Haigis, D., Pomiersky, R., Schmid, J., & Frahsa, A. (2021). BaSAIt – A mixed-methods study protocol on setting-based physical activity promotion and counseling in nursing homes. *Contemporary Clinical Trials Communications*, 23, Article 100828. <https://doi.org/10.1016/j.conctc.2021.100828>
- Valkanover, S., & Meyer, P. (2022). Selbstkonzeptförderung im Spiegel psychomotorischer Praxislehrmittel. *motorik*, 45(3), 118-126. <http://dx.doi.org/10.2378/mot2022.art22d>
- Valkanover, S., Rubeli, B., Rordorf-Keller, V., & Berger, R. (2021). Selbstkonzeptförderung durch Darstellen und Tanzen im Sportunterricht. Zur Bedeutung von Feedback. *Sportunterricht*, 70(6), 258-263.
- Wolfe, B., & Rosenholtz, R. (2022). Peripheral vision in real-world tasks: A systematic review. *Psychonomic Bulletin & Review*, 29, 1531-1557. <https://doi.org/10.3758/s13423-022-02117-w>
- Wallman-Jones, A., Mölders, C., Schmidt, M., & Schärli, A. (2022). Feldenkrais to improve interoceptive processes and psychological well-being in female adolescent ballet dancers: A feasibility study. *Journal of Dance Education*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/15290824.2021.2009121>
- Wallman-Jones, A., Perakakis, P., Tsakiris, M., & Schmidt, M. (2021). Physical activity and interoceptive processing: Theoretical considerations for future research. *International Journal of Psychophysiology*, 166, 38-49. <https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2021.05.002>
- Wunsch, K., Nigg, C. R., Weyland, S., Jekauc, D., Niessner, C., Burchartz, A., Schmidt, S. C. E., Meyrose, A.-K., Manz, K., Baumgarten, F., & Woll, A. (2021). The relationship of self-reported and device-based measures of physical activity and health-related quality of life in adolescents. *Health and Quality of Life Outcomes*, 19, Article 67. <https://doi.org/10.1186/s12955-021-01682-3>
- Zuber, C., Sieghartsleitner, R., Zibung, M., & Conzelmann, A. (2022). "Who made it to the Pros?" A 5-year longitudinal study on the role of achievement motivation in football. *International Journal of Sport Psychology*, 53, 75-82. <https://doi.org/10.7352/IJSP.2022.53.075>



## Vom MSc-Modul zum nationalen Symposium

Bryan Charbonnet & Achim Conzelmann

Das Problem der optimalen Trainingsgestaltung im Kindesalter hat im Nachwuchsleistungssport und auch innerhalb der Sportwissenschaft eine lange Tradition und bleibt bisher ungelöst: Sollen sich sportliche Talente bereits im Kindesalter auf eine Sportart spezialisieren und in dieser systematisch trainieren oder sollen sie eher spielerisch unterschiedliche Erfahrungen in mehreren Sportarten sammeln? Diesem Problem widmeten wir uns im Frühjahrssemester 2022 im MSc-Modul „Entwicklungswissenschaftliche Fragen des Sports“.

Um ein – bislang nur unzureichend vorliegendes – Problemverständnis zu entwickeln, betrachteten wir das Problem aus verschiedenen Perspektiven: z.B. motorische Entwicklung, Persönlichkeitsentwicklung, langfristige Trainingsplanung, Soziologie des Hochleistungssports. Mit dem präzisierten Verständnis und einem daraus abgeleiteten Interviewleitfaden führten die Studierenden Gespräche mit nationalen Nachwuchsverantwortlichen aus elf Schweizer Sportverbänden durch. Die Ergebnisse wurden im Rahmen eines von Swiss Olympic und der Universität Bern organisierten Symposiums am 10. Juni 2022 in Ittigen präsentiert und mit 70 Vertreterinnen und Vertretern aus der Praxis des Schweizer Nachwuchsleistungssports sowie Kolleginnen und Kollegen aus der Sportwissenschaft diskutiert.

In zweifacher Hinsicht war das Modul ein Gewinn:

Die Studierenden konnten ein Verständnis für die Funktionsweise und den Mehrwert einer problemorientierten Sportwissenschaft aufbauen und sich und ihre Erkenntnisse einem interessierten und äusserst sachkundigen Publikum präsentieren.

Beim und mit dem Symposium konnten wir aufzeigen, dass die Berner Sportwissenschaft durch ihre explizite Fokussierung auf relevante Probleme des Sports in der Lage ist, nicht nur einen wissenschaftlichen, sondern auch einen gesellschaftlichen Impact zu erzielen.

## Kolloquium „Berner Gespräche zur Sportwissenschaft“

Sascha Ketelhut

Auch in diesem akademischen Hochschuljahr wurden die Berner Gespräche coronabedingt teilweise als Online-Event oder in hybrider Form durchgeführt. Die Teilnehmendenzahlen an den Kolloquien lagen im Schnitt bei ca. 60 Personen. Die nationalen und internationalen Gäste referierten und diskutierten wieder zu einer Vielfalt an aktuellen Themen aus der Sportwissenschaft. Die Beiträge befassten sich unter anderem mit den Themen Bewegungsmangel in der Schule, innovative Ansätze zum motorischen Lernen, Sport bei Menschen mit Beeinträchtigung, Ansätze zur interdisziplinären Forschung, Depression in der Gesellschaft und im Spitzensport und lieferten spannende Berichte aus dem Leistungssport und zur dualen Karriere.

### Termine, Vortragstitel sowie Referentinnen und Referenten der Berner Gespräche im Hochschuljahr 2021/2022

#### Herbstsemester 2021

18.10.21	Prof. Dr. John van der Kamp: Towards an ecological pedagogy for motor skill education
01.11.21	Prof. Dr. David Lubans: Addressing adolescent physical inactivity in schools: A theory informed pragmatic approach
15.11.21	Prof. Dr. Markus Lang: Regulation in professionellen Sportligen
06.12.21	Dr. Gareth Wiltshire: Looking to philosophy of science to help guide interdisciplinary research
20.12.21	Dr. Ágnes Kovács: Goals for success: Moving on a double path for a dual carrier

#### Frühjahrssemester 2022

28.02.22	Adrian Rothenbühler: Die schnellste Bernerin! Einblick in die Trainingssysteme von Mujinga Kambundi
14.03.22	Prof. Dr. Andreas Küttel: Athletic career and identity seen from a holistic-ecological perspective
28.03.22	Prof. Dr. Sonia Lippke: Was bringen gemeindebasierte Interventionen? Verbesserung depressiver Verstimmung und Materialien für Ihre Nutzung!
09.05.22	Stefan Häusermann: Der Sport von Menschen mit Beeinträchtigung im Spannungsfeld zwischen Separation und Inklusion - historische Aspekte und aktuelle Entwicklungen in der Schweiz
23.05.22	Prof. Dr. Felix Kühnle: Depression im Spitzensport als gesellschaftlicher Diskurs: Soziologische Befunde

## Forumsgespräch Massenphänomen Sport

Siegfried Nagel

Im August und September 2021 nahmen die Berner Forumsgespräche ausgewählte Aspekte des modernen Sports in den Blick. Das Forum für Universität und Gesellschaft der Universität Bern hatte in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sportwissenschaft ein breites Programm zusammengestellt, das in drei Veranstaltungen die Bedeutung des Sports als wichtigste Nebensache der Welt hinterfragte. In der ersten Veranstaltung wurde die Entwicklung zum Massenphänomen skizziert sowie die gesellschaftliche und wirtschaftliche Bedeutung des Sports thematisiert. Die zweite Veranstaltung stellte den Spitzensport in den Mittelpunkt und fragte nach Chancen und Risiken von Karrieren im Hochleistungssport. Die dritte Veranstaltung widmete sich den Potentialen des Sports und diskutierte politische Erwartungen und empirische Realität bezogen auf Gesundheit, Persönlichkeitsentwicklung und soziale Integration.

Moderiert durch Susi Schär zeigten die jeweiligen Referentinnen und Referenten zu den einzelnen Themen vielfältige Facetten auf, die anschliessend unter Einbezug des zahlreich erschienenen Publikums kritisch diskutiert wurden. Trotz der damals geltenden Corona-Beschränkungen blicken wir auf eine gelungene Vortragsreihe zum Massenphänomen Sport zurück.

## Auszeichnung Achim Conzelmann für exzellente Nachwuchsförderung

Im Rahmen der jährlichen Konferenz der Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie vom 16.-18. Juni 2022 in Münster hat Achim Conzelmann den Preis „die goldene Hand“ für die exzellente Unterstützung des wissenschaftlichen Nachwuchses erhalten.

Die Betreuung von Promotionen kann sehr zeitintensiv und kräfteraubend sein, denn eine sehr gute Betreuung sollte neben der methodischen und inhaltlichen Unterstützung auch die individuelle Wahrnehmung und die Wertschätzung des Promovierenden beinhalten. Wünschenswert sind dabei konstruktives Feedback und eine vertrauensvolle Zusammenarbeit. Mit dieser ideellen Auszeichnung möchte die Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie ihre Wertschätzung für die Leistung von Achim Conzelmann während der Betreuung etlicher Promotionen zum Ausdruck bringen.



## Das ISPW in Zahlen

### Anzahl Studierende pro Kalenderjahr

Studiengang	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022
BSc Major	441	436	418	430	411
BSc Minor	226	223	215	217	216
MSc Major	147	142	160	163	164
MSc Minor	20	25	24	16	10
SSR-Maser	13	13	12	5	9
Fachdidaktik-Master	23	26	26	28	32
Doktorat	22	28	26	29	29
DAS Sportpsychologie	13	20	20	20	10
CAS Dance Science	17	17	13	21	28
MAS Dance Science	23	38	18	6	13
<b>Total</b>	<b>945</b>	<b>968</b>	<b>932</b>	<b>935</b>	<b>922</b>

Universität Bern  
Institut für Sportwissenschaft  
Bremgartenstrasse 145  
3012 Bern

[www.ispw.unibe.ch](http://www.ispw.unibe.ch)  
[info.ispw@unibe.ch](mailto:info.ispw@unibe.ch)

**Impressum**

Herausgeber: Institut für Sportwissenschaft  
Universität Bern

Texte: Mitarbeitende des ISPW

Gestaltung: Rahel Spring

Fotos/Bilder: Valentin Benzing, Achim Conzelmann, Ernst-Joachim Hossner, Claudio R. Nigg, Rahel Spring, Alexander Steiger

Bern, November 2022