

# Institut für Sportwissenschaft

## Jahresbericht 2019-2020



## Zwei neue Abteilungen: Gesundheitswissenschaft und Sportpädagogik

Mit der Einrichtung der beiden neuen Abteilungen für Sportwissenschaft mit den Schwerpunkten Gesundheitswissenschaft (Leitung: Claudio Nigg) und Sportpädagogik (Leitung: Mirko Schmidt) konnte der Prozess der strukturellen Weiterentwicklung Anfang des Jahres 2020 erfolgreich abgeschlossen werden. Mit der Erweiterung von vier auf fünf Abteilungen ist das Institut für Sportwissenschaft (ISPW) inhaltlich breiter ausgerichtet und zentrale Themenbereiche der Sportwissenschaft werden in Forschung und Lehre noch fundierter vertreten. Sport- und bewegungsbezogene Gesundheitsförderung stellt ein gesellschaftlich relevantes Problemfeld dar, das im Kontext einer breit angelegten Public-Health-Politik in Zukunft vermutlich noch an Bedeutung gewinnen wird. Durch die neu geschaffene Abteilung erhöht das ISPW zudem seine Anschlussfähigkeit an den gesamtuniversitären Strategiebereich Gesundheit und eröffnet mögliche Kooperationen sowohl innerhalb der Philosophisch-humanwissenschaftliche Fakultät als auch mit der Medizinischen Fakultät. Die Sportpädagogik vertritt die relevanten sportwissenschaftlichen Themen Lehren und Lernen, die in vielen Berufsfeldern, insbesondere im Schulsport, von zentraler Bedeutung sind. Hervorzuheben sind in diesem Kontext die bereits laufenden Kooperationen mit der PH Bern zu Fragen der empirischen Schulsportforschung, die dazu beitragen, theoretisch und methodisch fundierte Forschung mit Anwendungsbezug und Wissenstransfer zu verknüpfen.

Der Aufbau der Abteilung Gesundheitswissenschaft wird unterstützt durch die Neueinrichtung einer Dozentur für Sportwissenschaft mit dem Schwerpunkt Health Promotion, die ab Sommer 2021 besetzt werden soll. Ziel ist die Stärkung des Forschungsprofils im Bereich der sportbezogenen Gesundheitswissenschaft, aber vor allem ein Beitrag in der Lehre, insbesondere hinsichtlich der Profilierung im Masterstudiengang „Health Promotion“. Damit können zukünftig Studierende in allen drei Profilierungsrichtungen „Health Promotion“, „Sport Management“ und „Teaching and Learning“ durch verantwortliche Dozierende sehr gut betreut und das seit Herbstsemester 2019 reformierte Mastercurriculum noch zielgerichteter ausgestaltet werden – im Sinne einer Kombination von hohem fachwissenschaftlichen Niveau bei gleichzeitiger Berufsfeld- und Praxisorientierung.

Wir haben trotz der besonderen Situation unsere Strukturentwicklung zielgerichtet fortgesetzt. Besonders hervorzuheben sind das revidierte Organisationsreglement und das damit verbundene neue Organigramm sowie der Strukturbericht im Zusammenhang mit der Ausschreibung einer Assistenzprofessur mit Tenure Track Transition für Sportwissenschaft mit dem Schwerpunkt Sportpsychologie (Nachfolge Achim Conzelmann). Dabei ist geplant, dass bereits drei Jahre vor dem Ausscheiden des Leiters der aktuellen Abteilung für Sportwissenschaft mit den Schwerpunkten Sportpsychologie und Forschungsmethoden die Stelle im Sommer 2021 vorbesetzt wird und die erfolgreiche Bewerberin oder der erfolgreiche Bewerber bei positiver Evaluation anschliessend die Position einer ausserordentlichen Professur und die Abteilungsleitung übernimmt.

Es ist mir in diesem Jahr ein besonderes Anliegen, dem ganzen ISPW-Team einen grossen Dank auszusprechen für den ausserordentlichen Einsatz, insbesondere während der Phase des Shutdowns. Die Umstellung auf Homeoffice und digitale Lehre innerhalb weniger Tage hat uns alle herausgefordert und – vor allem im Bereich der praktisch-methodischen Ausbildung sowie in laufenden Forschungsprojekten – weitreichende Anpassungen und zusätzliche Arbeit generiert. Auch in der Administration hat sich durch veränderte Prozesse und Arbeitsbedingungen ein deutlicher Mehraufwand ergeben. Durch den hohen gemeinsamen Einsatz und das kompetente Engagement des gesamten Teams haben wir jedoch alle Aufgaben und Herausforderungen sehr gut gemeistert.

Ich bin zuversichtlich, dass wir trotz der nach wie vor besonderen Lage die erfolgreiche Entwicklung des ISPW fortsetzen und die Position der Berner Sportwissenschaft national und international weiter stärken können. Im Namen der gesamten Institutsleitung wünsche ich eine gleichzeitig spannende und entspannte Lektüre des Jahresberichts 2019-2020.

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

## Revidiertes Organisationsreglement und neues Organigramm

Siegfried Nagel

Mit der Erweiterung von vier auf fünf ISPW-Abteilungen war eine grundlegende Revision des Organisationsreglements und die Entwicklung eines neuen Organigramms naheliegend (vgl. unten). Das Institut besteht nun aus fünf wissenschaftlichen Abteilungen für Sportwissenschaft mit folgenden Schwerpunkten (alphabetische Reihenfolge): Bewegungs- und Trainingswissenschaft, Gesundheitswissenschaft, Sportpädagogik, Sportpsychologie und Forschungsmethoden, Sportsoziologie und -management. Die neu geschaffene Stabsabteilung wird durch die geschäftsführende Mitarbeiterin/den geschäftsführenden Mitarbeiter (derzeit Lukas Magnaguagno) geleitet und umfasst die Bereiche Verwaltung (Studienadministration, Personal, Finanzen, Öffentlichkeitsarbeit, IT/Technik-Support) und sportpraktisch-methodische Ausbildung mit allen externen Lehrbeauftragten, deren Zugehörigkeit zum Institut gestärkt werden soll.

Neben der Leitungskonferenz, bestehend aus allen Leiterinnen und Leitern der wissenschaftlichen Abteilungen sowie der geschäftsführenden Mitarbeiterin/dem geschäftsführenden Mitarbeiter, wurde als neues Organ die Institutsversammlung eingerichtet, welche die bislang bereits

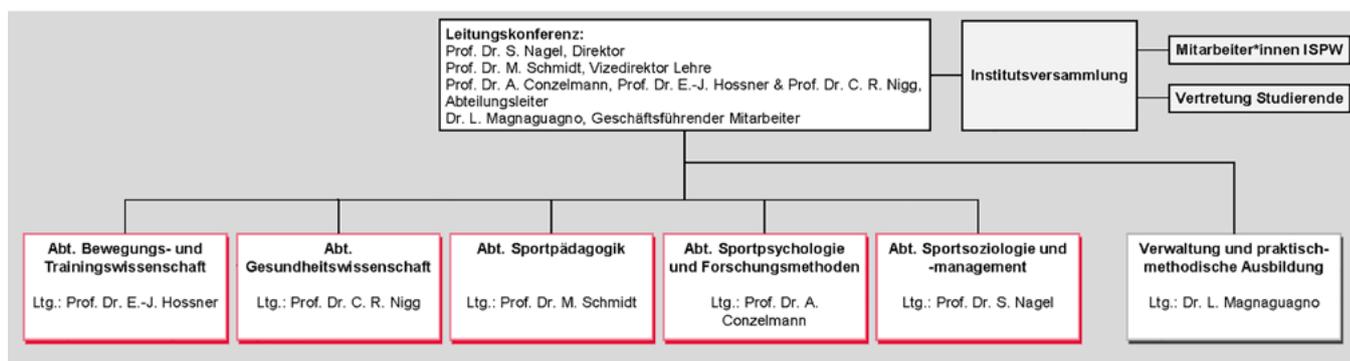
praktizierte Mitsprachemöglichkeit aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter formalisiert. Die Institutsversammlung ist das oberste Mitwirkungsorgan des Instituts und findet in der Regel einmal pro Semester statt. Sie besteht aus allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie aus einer Vertretung der Studierenden. Der Mittelbau und die Studierendenvertretung können im Rahmen der Institutsversammlung Anliegen und Vorschläge einbringen. Dabei erfolgen die Aktivitäten der Institutsversammlung in einer Kultur der Mitsprache und haben empfehlenden Charakter hinsichtlich strategischer Fragen des Instituts. Das Organisationsreglement sieht weiterhin vor, dass für wichtige strategische Geschäfte (z. B. Revision von Studienprogrammen, Stellenbesetzungen) Kommissionen mit einer angemessenen Vertretung von Mittelbau und Studierenden einzurichten sind.

Das neue Organigramm schafft die strukturellen Rahmenbedingungen, um die Ziele des ISPW – attraktive Studiengänge und hohe Qualität in der Lehre, theoretisch und methodisch fundierte Forschung mit Anwendungsbezug, gute Nachwuchsförderung und internationale Ausrichtung – konsequent verfolgen zu können.

## Organigramm Institut für Sportwissenschaft

u<sup>b</sup>

UNIVERSITÄT  
BERN



## Digitalisierung in der Lehre

Mirko Schmidt & Lukas Magnaguagno

Die technologischen Veränderungen der letzten Jahre und Jahrzehnte haben beinahe all unsere Lebensbereiche nachhaltig verändert. Nicht nur wir als Individuen, sondern auch die Hochschulen als Bildungsinstitutionen haben sich den aus der digitalen Transformation erwachsenen Herausforderungen zu stellen und zu entscheiden, wie und vor allem wozu digitale Innovationen sowohl in der Forschung, als auch in der Lehre eingesetzt werden sollen. So sind im Zuge der Digitalisierung zum einen neue didaktische Möglichkeiten der Wissensvermittlung entstanden. Zum anderen wurde eine Vielzahl an neuen technischen Tools entwickelt, mit denen der Unterricht prinzipiell „digitalisiert“ werden *könnte*. Bei der Beantwortung der Frage, ob bestimmte Lerninhalte oder Lehrformen überhaupt digitalisiert werden *sollten*, scheint uns allerdings eine Orientierung weniger an der Machbarkeit als vielmehr am Nutzen zur Erreichung vordefinierter Bildungsziele angezeigt. Denn versteht man Bildung im Sinne Klafkis noch immer als die „Befähigung zu vernünftiger Selbstbestimmung“, wird rasch augenfällig, dass einer Bildungsinstitution von einer reinen, allenfalls durch die Hinzunahme von digitalen Hilfsmitteln ökonomisierten, Wissensvermittlung abzuraten ist.

Bedingt durch die drastischen Massnahmen, die im Frühling 2020 ergriffen werden mussten, um der Corona-Pandemie entgegenzuwirken, wurde uns allen bewusst, welche Möglichkeiten zum Fernunterricht die digitale Transformation eröffnet hat. Den meisten hat die Zeit im Shutdown aber auch gezeigt, welche Elemente der Lehre verloren gehen oder zumindest stark eingeschränkt sind, sobald kein Präsenzunterricht mehr stattfinden darf. Gerade die ungeplanten Begegnungen unter den Studierenden aber auch diejenigen zwischen Studierenden und Mitarbeitenden, aus denen sich gelegentlich inhaltsbezogene, viel öfter aber persönliche Gespräche ergeben, können Ausgangspunkte für informelle Bildungsprozesse oder zukünftige Netzwerke sein.

Wie an allen anderen Instituten mussten auch am ISPW die in der Lehre involvierten Mitarbeitenden in kürzester Zeit von den lieb gewonnenen Präsenzveranstaltungen Abschied nehmen, um in der Folge auf digitalisierte Lehrformen umzustellen. Während kleinere Veränderungen (beispielsweise der Wechsel einer Präsenzvorlesung hin zu einer Podcast-Aufzeichnung) ohne nennenswerte Probleme und Qualitätseinbußen vonstatten gingen, stellte die Umstellung auf den

Fernunterricht insbesondere die Verantwortlichen der sportpraktisch-methodischen Veranstaltungen vor grössere Herausforderungen. Durch einen lösungsorientierten und gleichsam pragmatischen Umgang mit digitalen Lehrmöglichkeiten konnte aber auch in der sportpraktisch-methodischen Ausbildung ein Grossteil der formulierten Lernziele erreicht werden. Beispielhaft darf an dieser Stelle vielleicht die Anpassung der Outdoor-kurse erwähnt werden: Als Ersatz für die abgesagten Outdoor-kurse erarbeiteten, rekognoszierten und dokumentierten die Studierenden in Eigenregie eine grosse Vielfalt an Outdoor-Tagestouren, die nun unter <http://www.spw.unibe.ch/touren/> eingesehen (und vielleicht sogar nachgeahmt) werden können.



Neben solchen Ad-hoc-Lösungen wurden im vergangenen Jahr aber auch Entwicklungen angestossen, welche die Lehre am ISPW nachhaltig verändern dürften. Zum einen wurde durch fakultäre Strategiemittel ein Do-it-yourself-Videostudio finanziert, das nun im Keller des Gebäudes C von allen Mitgliedern der Fakultät zur Produktion von semiprofessionellen Lehrvideos genutzt werden kann. Zum anderen wurde der Hörsaal C 001 technisch dahingehend erweitert, dass Präsenzveranstaltungen in diesem Raum dank Livestreaming gleichzeitig auch einem grösseren Publikum zugänglich gemacht werden können.

Nun bleibt die Hoffnung auf eine Zukunft, in der wir wenn immer sinnvoll von diesen neuen (digitalen) Möglichkeiten Gebrauch machen *dürfen*, aber nicht *müssen*.



## Spitzensport-Coronastudie

Achim Conzelmann, Jürg Schmid, Michael Schmid & Merlin Örencik

Die Corona-Pandemie und die damit verbundenen Einschränkungen haben die Lebenssituation aller Schweizer Spitzensportler\*innen massiv verändert. Mit der Absage fast aller Wettkämpfe, der Verschiebung der Olympischen Sommerspiele in Tokio auf das Jahr 2021 und erheblichen Einschränkungen im Trainingsbetrieb haben ihre leistungssportlichen Karrieren gravierende Einschnitte erfahren. Das Forschungsteam um Achim Conzelmann hat in Zusammenarbeit mit Swiss Olympic und der Stiftung Schweizer Sporthilfe die „Swiss Athletes Corona Study“ durchgeführt, um die aktuelle Lebenssituation von Schweizer Spitzensportler\*innen (1'411 der derzeit aktiven Swiss Olympic Athlet\*innen nahmen teil; Rücklaufquote: 53,5 %) zum Zeitpunkt des Shutdowns zu erfassen.

Schweizer Spitzenathlet\*innen, so das Gesamtfazit der Studie, haben die Einschränkungen durch Corona bisher gut überstanden. Die erheblichen Trainingsausfälle während des Shutdowns konnten beispielsweise zur physischen und psychischen Erholung oder zum Pflegen von persönlichen Beziehungen genutzt werden. Zudem wurde der Shutdown als nicht allzu stressvolle Zeit wahrgenommen und finanzielle Verluste waren eine Ausnahme. Allerdings werden einige negative Auswirkungen erst in den kommenden Monaten sichtbar werden. So kann es sein, dass zum Jahresende Sponsoren aussteigen oder weitere wichtige Wettkämpfe abgesagt werden.

## Förderung von mehr körperlicher Aktivität und weniger Bewegungsmangel während der Corona-Situation – SportStudisMoveYou (SSMY): Eine randomisierte kontrollierte Studie

Claudio R. Nigg

Der coronabedingte Shutdown reduzierte Möglichkeiten für körperliche Aktivität (KA) und erhöhte das Risiko für sitzendes Verhalten (SV). SportStudisMoveYou, durchgeführt von den Health Promotion-Studierenden, untersuchte den Effekt einer innovativen, auf der sozial-kognitiven Lerntheorie basierenden Intervention zur Förderung der körperlichen Aktivität und Reduzierung von sitzendem Verhalten bei Erwachsenen während des Shutdowns. Studienteilnehmende (n = 129) wurden zufällig einer von zwei Interventionsgruppen (G1: Steigerung körperliche Aktivität; G2: Verringerung sitzendes Verhalten) oder einer Kontrollgruppe (Gemüse- und Fruchtkonsum) zugeteilt. Jeder Gruppe wurden fünf Videos zur Verfügung gestellt, die das entsprechende Verhalten verändern sollten. Die Auswertung zeigte, dass die körperliche Aktivität-Interventionsgruppe die stärksten Effekte auf körperliche Aktivität (~ +20 Minuten/Woche) und die sitzendes Verhalten-Interventionsgruppe die stärksten Effekte auf sitzendes Verhalten (~ -20 Minuten/Tag) hatte. In Anbetracht der kurzen Interven-

tionsdauer, der relativ kleinen Stichprobengrösse, der niedrigen Interventionsdosis und der Verwendung von nur einer Interventionsmodalität sind die Gesamtergebnisse vielversprechend.



## Promotionen



### Daniel Birrer

Psychische Anforderungen im Hochleistungssport und mentale Strategien zu deren Bewältigung

### Fabienne Egger

School-based physical activity and children's cognitive functions: Does the type of physical activity matter?!



### Vanessa Gut

Potentiale und Herausforderungen des personorientierten Ansatzes zur Erklärung des individuellen Sportverhaltens von Jugendlichen und jungen Erwachsenen

### Roland Sieghartsleitner

Talentforschung im Fussball zwischen holistisch-interaktionistischer Theorie und reduktionistischer Empirie



## Preise

**Betelihem Alemu:** Young Researcher Award 2020 der European Association for Sociology of Sport (eass)  
Beitrag: Social integration of Ethiopian and Eritrean women in Switzerland through informal sport setting

**Vanessa Gut:** Posterpreis der asp-Tagung, 3. Platz  
Beitrag: Anderer Ausbildungskontext – anderer Sportkontext?! Der Einfluss des Bildungsübergangs auf den Kontext des Sporttreibens von Jugendlichen

**Kirstin Seiler:** dvs-Publikationspreis, 3. Platz  
Beitrag: Nonverbal behaviour and person perception in (team) sports (Dissertation)

**Stephan Zahno:** Nachwuchspreis der dvs-Kommission Fussball, 1. Platz  
Beitrag: Kreativitätstraining verbessert Kreativitätstestresultate – funktionales Techniktraining verbessert Kreativität im Spiel

Alumni-Preis  
Beitrag: Kreativität im Sportspiel. Eine Kritik an der Konzeptualisierung als divergente Denkfähigkeit (Masterarbeit)

## Die fünf Abteilungen

### Abteilung Bewegungs- und Trainingswissenschaft



Prof. Dr. Ernst-Joachim Hossner *Ordinarius*  
 Prof. Dr. Daniel Erlacher, Dr. Ralf Kredel, Dr. Lukas Magnaguagno, Dr. Andrea Schärli *Dozierende*  
 Catherine Haber, Katia Haller, PD Dr. André Klostermann *Wissenschaftliche Mitarbeitende*  
 Dr. Christian Vater *Postdoktorand*  
 Andri Feldmann, Florian Reinbold, Daniel Schmid, Dino Tartaruga, Stephan Zahno *Doktorierende, Assistierende*  
 Michael Single *Informatiker*  
 Barbara Oesch *Sekretärin*  
 Gianni Ehrensperger, Line Wider *Assoziierte*  
 Marc Gürber, Daniel Müller, Eliane Zemp *Forschungsstudierende*  
 John Braillard, Manuel Brückel, Elio Fritschi, Fabio Jud, Aris Konstantinidis, Pavlos Konstantinidis, Remo Lehmann, Elias Lenherr, Ian Louis, Hannah Meier, Jacqueline Meyer, Nicolas Moor, Lucas Schlegel, Lukas Streit, Nicolas Tognini, Robin von Känel, Tim Wagner *Hilfsassistenten*  
 Benjamin Dütschler, Maurin Franck, Jakob Heitz, Maximilian Scheidegger, Mario Walthert *Praktikant\*innen*

In der Abteilung für 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.

#### Koordinationstraining am SensoPro

Ein gutes Beispiel für die Umsetzung der skizzierten Forschungsstrategie ist das in Kooperation mit SensoPro, einem Schweizer Anbieter für Fitnessgeräte, lancierte Projekt zur Optimierung des Koordinationstrainings. In dem von Innosuisse geförderten Projekt (CHF 190'000) soll mittels Inertialsensorik an den Standflächen des Trainingsgeräts das individuelle Bewegungsverhalten erfasst und analysiert werden, um leistungsrelevante Kennziffern in Echtzeit zur Verfügung zu stellen. Neben der Entwicklung und Validierung der Software-Infrastruktur zur Einbindung der Sensorik in das bestehende Videotrainingssystem werden hierzu von Heinz Hegi im Rahmen seines Dissertationsvorhabens sowohl Quer- als auch Längsschnittdaten erhoben. Über die Entwicklung und Validierung der Rückmelderoutinen für das interaktive Training hinaus besteht eine wissenschaftliche Herausforderung darin, unter Nutzung von Machine-Learning-Ansätzen Merkmale der erfassten Standflächenbewegungen zu aufgabenrelevanten Bewegungsmerkmalen von Personen unterschiedlichen Koordinationsniveaus zuzuordnen, die einerseits qualitativ aus Expertenratings stammen, andererseits quantitativ aufgrund einer Ganzkörpererfassung von Bewegungsdaten durch ein Motion-Capture-System vorliegen. Eine erfolgreiche Projektbearbeitung verspricht die Entwicklung einer Algorithmik, die über den Fitnessbereich hinaus auch in der Sturzprävention eingesetzt werden könnte, indem bei älteren Menschen frühzeitig Koordinationsdefizite registriert werden.

#### Weitere Projekte

Eine enge Verbindung von Grundlagen- und Anwendungsforschung wird auch in anderen Projekten der Abteilung angestrebt. Dabei steht das Phänomen einer vorteilhaften langen Fixation vor Bewegungsbeginn im Zentrum eines SNF-geförderten Projekts unter der Leitung von André Klostermann, während Christian Vater die Nutzung der peripheren visuellen Wahrnehmung untersucht, etwa hinsichtlich erfolgversprechender Blickverankerungsstrategien im Sportspiel. Das Blickverhalten spielt auch in den von Andrea Schärli durchgeführten Studien zur Gleichgewichtsstabilisierung bei Pirouetten im Ballett eine wichtige Rolle. Lukas Magnaguagno richtet seinen Fokus auf Kontextinformationen im Sportspiel, etwa über die Stärken von Nachbarnspielern für das eigene Abwehrverhalten im Handball. Darüber hinaus befassen sich im Rahmen von Dissertationsvorhaben Stephan Zahno mit dem Kreativitätstraining im Sportspiel (mit YB Bern), Dino Tartaruga mit Präzisionsleistungen im Luftgewehrschiessen (mit dem Schweizer Schiesssportverband) und Andri Feldmann mit der Diagnostik muskulärer Erschöpfung mittels Nahinfrarotspektroskopie (mit der Idiag AG). Im Rahmen eines weiteren Forschungsschwerpunkts zur Bedeutung des Schlafs für motorische Lernprozesse, geleitet durch Daniel Erlacher, Ernst-Joachim Hossner und Ralf Kredel, richtet sich schliesslich das Promotionsinteresse von Daniel Schmid auf die Aufklärung von Effekten bestimmter Schlafphasen auf die motorische Gedächtniskonsolidierung bei Bewegungsaufgaben unterschiedlicher Komplexität.

## Abteilung Gesundheitswissenschaft



Prof. Dr. Claudio R. Nigg *Ordinarius*  
Roland Schütz *Dozierender*  
Dr. Sascha Ketelhut *Postdoktorand*  
Patrick Zimmermann *Wissenschaftlicher Mitarbeiter*  
Claudia Kubica, Fluri A. M. Wieland *Doktorierende, Assistierende*  
Barbara Oesch *Sekretärin*  
Benjamin Dütschler, Timo Felder, Luna Greco, Samanda Krasniqi,  
Sandra Schnegg *Hilfsassistentin*  
Remo Lehmann *Forschungsstudierender*

Die Abteilung Gesundheitswissenschaft unter der Leitung von Prof. Dr. Claudio R. Nigg beschäftigt sich in Forschung und Lehre mit Fragestellungen aus der sportwissenschaftlichen Gesundheitsforschung. Unter der Vision „Moving towards better health“ ist die Abteilung bestrebt, Forschung im Bereich der sportbezogenen Gesundheitsförderung zu betreiben, die nächste Generation von Sport- und Gesundheitsfachleuten auszubilden und Beratungen für die Öffentlichkeit sowie für Gesundheitsexperten zu offerieren. Das neu ausgestattete Leistungsphysiologielabor (LePhLab) unterstützt uns dabei gesundheitsrelevante Forschungsfragen zu beantworten.

### Forschungsschwerpunkte

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

### Betriebliche Gesundheitsförderung: Gesunde Universität Bern (Healthy *u<sup>b</sup>*)

Einer unserer Forschungsschwerpunkte konzentriert sich auf den Aufbau einer gesunden Universität Bern (Healthy *u<sup>b</sup>*). In Zusammenarbeit mit den verschiedenen Instituten der Fakultät und der Personalabteilung entwickelt unser Team zurzeit ein Konzept zur Gesundheitsförderung der Mitarbeitenden der Universität Bern. Die Grundsätze dieser Initiative sind: Gleichheit & Vielfalt, Partizipation & Befähigung, Partnerschaft, Nachhaltigkeit, evidenzgeleitete & innovative Praxis, systemübergreifende Gesundheit sowie Wissensaustausch & Verbesserung. Ebenso von Bedeutung ist hierbei eine ganzheitliche Betrachtung, die durch einen sozialökologischen Ansatz

ermöglicht wird. Basierend auf einer flächendeckenden Bedarfsanalyse und dem folgenden Implementationsplan, werden vorhandene gesundheitsfördernde Massnahmen zusammengefasst, eine entsprechende Umgestaltung der Administrations-, Lehr- und Forschungstätigkeiten vorangetrieben und neue Massnahmen der Gesundheitsförderung für die Forschung und Lehre erarbeitet und umgesetzt.

Bei der Gestaltung eines Prozessmodells, das nach der Implementierung durchlaufen wird, wurde darauf geachtet, dass ein partizipativer, proaktiver und systematischer Prozess gestaltet wird, in dem Verantwortlichkeiten und eine konkrete Vorgehensweise festgelegt sind. Das Ziel dieses Prozessmodells ist es, dass die Initiative auf bestehenden Strukturen aufgebaut wird (keine Parallelstrukturen), dass regelmässig und nachhaltig auf aktuelle Veränderungen eingegangen und gleichzeitig die gesunde Universität Bern kontinuierlich weiterentwickelt werden kann.

Die Universität Bern besitzt dafür eine unvergleichliche Bandbreite an Expertise, die in die Initiative einfließen und dadurch weit umfassender als bisherige Initiativen der Gesundheitsförderung gestaltet werden kann. Diese ausserordentliche Ausgangslage ermöglicht eine systematische, wissenschaftlich fundierte und praxisorientierte Umsetzung der betrieblichen Gesundheitsförderung sowie einen Transfer zwischen Forschung und Praxis. Die Universität Bern kann als gesundheitsorientierter Arbeitgeber zusätzlich ihre Attraktivität steigern und als Vorbild für andere Bildungsinstitutionen, Privatwirtschaft und Politik vorangehen.

## Abteilung Sportpädagogik



Prof. Dr. Mirko Schmidt *Extraordinarius*  
 Dr. Stefan Valkanover *Dozent*  
 Dr. Fabienne Egger, Mario Kamer *Wissenschaftliche Mitarbeitende*  
 Sofia Anzeneder, Dr. Valentin Benzing, Amie Wallman-Jones *Doktorierende, Assistierende*  
 Stephanie Zumsteg *Sekretärin*  
 Marion Gasser, Erika Marti, Cäcilia Zehnder *Hilfsassistenten*

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.

Im vergangenen Jahr war die Arbeit neben der Weiterführung laufender Projekte geprägt vom Aufbau der neu gegründeten Abteilung und vom Projektstart des durch den Schweizerischen Nationalfonds (SNF) geförderten Eccellenza-Projektes (Fördersumme CHF 435'000), das daher im Folgenden etwas ausführlicher beschrieben wird.

### Sport und Kognition in der Schule

Obwohl die positiven Auswirkungen regelmässiger körperlicher Aktivität auf die physische und psychische Gesundheit im Kindes- und Jugendalter weithin anerkannt sind, ist noch immer nicht abschliessend geklärt, durch welche spezifischen Charakteristiken sich Bewegungs- und Sportaktivitäten auszeichnen müssen, um positive Effekte auf die kognitiven Fähigkeiten von Kindern und Jugendlichen zu erzielen. Daher wird im Eccellenza-Forschungsprojekt „School-based physical activity and children's cognitive functioning: The quest for theory-driven interventions“ untersucht, wie schulbezogene Sport- und Bewegungsaktivitäten gestaltet sein sollten, um die körperliche und kognitive Leistungsfähigkeit von Primarschulkindern zu fördern. Insbesondere wird untersucht, durch welche Dauer und welche kognitive Beanspruchung sich Bewegungsaktivitäten auszeichnen sollten. Um diese Fragen zu beantworten, werden mehrere Experimente im Schulkontext durchgeführt.

Mit einem ersten, eher grundlagenorientierten Teilprojekt wird das Ziel verfolgt, eine allfällige Dosis-Wirkungs-Beziehung zwischen den Charak-

teristiken der Bewegungsaktivität und der kognitiven Leistung zu untersuchen. Drei experimentelle Studien sollen neben der Rolle der Dauer und Intensität von kognitiver Beanspruchung auch die Bedeutung von positiven Feedbacks und affektiven Reaktionen zur Förderung der Kognition beleuchten. In einem zweiten, eher anwendungsorientierten Teilprojekt geht es darum, Bewegungsinterventionen für die Schule zu entwickeln und deren Wirksamkeit zu prüfen. In beiden Teilprojekten besteht die Bewegungsaktivität aus einem Exergame; eine Wortneuschöpfung, die auf eine Kombination von körperlicher Übung – „Exercise“ – und computergesteuertem Spiel – „Game“ verweist. Moderne Exergames ermöglichen es, die physischen und kognitiven Charakteristiken der Bewegungsaktivität gezielt zu manipulieren. Das in diesem Projekt eingesetzte Exergame wurde in Zusammenarbeit mit dem Züricher FitTech Startup Sphery entwickelt ([sphery.ch](http://sphery.ch)). Die Erkenntnisse beider Teilprojekte sollen schliesslich in konkreten Ratschlägen für die Unterrichtspraxis und der Entwicklung schulbasierter Bewegungsinterventionen münden.

## Abteilung Sportpsychologie und Forschungsmethoden



Prof. Dr. Achim Conzelmann *Ordinarius*  
Martin Joss, Dr. Jürg Schmid, Dr. Marc Zibung *Dozierende*  
Dr. Vanessa Gut *Wissenschaftliche Mitarbeiterin*  
Merlin Örencik, Benjamin Rubeli, Dr. Julia Schmid, Michael Schmid, Nina Schorno, Dr. Roland Sieghartsleitner, Dr. Claudia Zuber *Doktorierende, Assistierende, Postdoktorierende*  
Stephanie Zumsteg *Sekretärin*  
Andreas Bieri, Bryan Charbonnet, Thomas Haupt, Lars Imbach, Lea Reimann *Hilfsassistentin*

Die Abteilung Sportpsychologie und Forschungsmethoden verfolgt zwei Forschungsthemen:

- 1) Das Forschungsprogramm „Massgeschneiderte Sportförderung im Freizeit- und Gesundheitssport“ wird von Vanessa Gut, Julia Schmid (Leitung), Nina Schorno sowie Achim Conzelmann bearbeitet.
- 2) Die „Talentgruppe“ mit Bryan Charbonnet, Merlin Örencik, Roland Sieghartsleitner, Jürg Schmid, Michael Schmid, Marc Zibung und Claudia Zuber (Leitung) sowie Achim Conzelmann bearbeitet einerseits 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 Hochleistungssport. Exemplarisch wird in dieser Ausgabe des Jahresberichts die retrospektive Studie zu nachsportlichen Karrieren vorgestellt.

### Nachsportliche Karrieren ehemaliger Olympiateilnehmer\*innen

Eine erfolgreiche Karriere im Spitzensport erfordert über Jahre grosse zeitliche und personelle Investitionen seitens der Sportler\*innen. Je nach Sportart müssen sogar andere Lebensbereiche (z. B. Ausbildung oder Familie) zugunsten des Sports vernachlässigt werden, was zwar kurzfristig funktioniert, allerdings für die nachsportliche Karriere ein Problem darstellen kann.

Interessanterweise haben in der Studie von Conzelmann, Gabler und Nagel (2001) ehemalige deutsche Olympiateilnehmer\*innen im Vergleich zur Gesamtbevölkerung ein höheres Bildungsniveau aufgewiesen und sich durch vergleichsweise hochwertige berufliche Bildungszertifikate ausgezeichnet. Dies deutet darauf hin, dass der Spitzensport trotz den beschriebenen Schwierigkeiten keine gravierenden negativen Effekte auf die nachsportliche, insbesondere die berufliche Karriere hatte. Durch die zunehmende Professionalisierung des Spitzensports stellt sich jedoch die Frage, ob diese Resultate auch noch heute ihre Gültigkeit haben.

In Zusammenarbeit mit Swiss Olympic wurde deshalb das Projekt „Nachsportliche Karrieren ehemaliger Olympiateilnehmer\*innen“ initiiert. Dabei wird untersucht, welche Auswirkungen ein langjähriges Engagement im Spitzensport auf den weiteren Lebenslauf und ausgewählte Persönlichkeitsmerkmale dieser Personen haben.

Von 640 der 696 Personen, welche die Schweiz an den Olympischen Spielen zwischen 1988 und 2012 vertraten, konnten die Kontaktdaten ermittelt werden. Mit einer Online-Befragung im Frühjahr 2020 wurden diese ehemaligen Spitzensportler\*innen zu ihrer Sport- und Ausbildungskarriere, beruflichen Laufbahn sowie Gesundheit, Lebenszufriedenheit und ihrem Selbstwertgefühl befragt. Davon haben insgesamt 327 (33 % weiblich, 67 % männlich) den Fragebogen vollständig ausgefüllt (Rücklaufquote: 51.2 %). Die ersten Ergebnisse deuten darauf hin, dass auch die meisten Schweizer Olympiateilnehmer\*innen eine erfolgreiche berufliche Laufbahn nach ihrer Spitzensportkarriere lancieren konnten: Rund 60 % aller Befragten sind mit dem beruflichen Werdegang seit Beendigung ihrer Spitzensportkarriere ziemlich bis sehr zufrieden. Eine relativ grosse Zahl der Befragten gibt zudem an, dass das Engagement im Spitzensport ihre heutige berufliche Position (51 %), ihre körperliche (56.3 %) und psychische Gesundheit (76.4 %), ihre Lebenszufriedenheit (82.9 %) und ihr Selbstwertgefühl (89.2 %) positiv beeinflusst hat. In den nächsten Monaten stehen neben der vertieften Auswertung der Daten auch noch qualitative Interviews an, bevor dann das Projekt im Sommer 2021 abgeschlossen wird. Die gewonnenen Ergebnisse sollen Schweizer Sportverbänden helfen, die Karriereberatung und den Karrieresupport für ihre Athletinnen und Athleten weiter zu verbessern.

## Abteilung Sportsoziologie und -management



Prof. Dr. Siegfried Nagel *Ordinarius*  
 Dr. Christian Moesch, Dr. habil. Tim Ströbel *Dozierende*  
 Dr. Grazia Lang *Wissenschaftliche Mitarbeiterin*  
 Julia Albrecht, Betelihem Alemu, Matthias Buser, Pascal Stegmann, Alexander Steiger, Roman Zehl *Doktorierende, Assistierende*  
 Rahel Spring *Beauftragte Öffentlichkeitsarbeit, Höhere Sachbearbeiterin*  
 Sue McClements *Übersetzerin*  
 Andrea Meile, Sarah Piller, Delphine Reymond, Melanie Weber *Hilfsassistentin*

Die aktuelle Forschung in der Abteilung Sportsoziologie & -management beschäftigt sich mit folgenden Themenfeldern: Soziale Integration im organisierten und informellen Sport, Sportpartizipation im Lebenslauf, Sportvereins- und Sportverbandsentwicklung, Management in Sportorganisationen, Markenstrategien im Sport sowie digitale Transformation im Sportmarketing.

### Soziale Integration im Vereinssport

Sportvereinen wird in sportpolitischen Debatten ein hohes Potential für die Förderung des sozialen Zusammenhalts in der Gesellschaft zugeschrieben. Dabei wird angenommen, dass der Vereinssport insbesondere bei der Integration von Menschen mit Migrationshintergrund oder mit Handicap einen wichtigen Beitrag leisten kann. Allerdings sind gerade diese Bevölkerungsgruppen nach wie vor unterrepräsentiert und die gelingende Partizipation am Vereinsleben erfolgt nicht automatisch. Diese Problemstellung wurde in den vergangenen Jahren im Rahmen einer breit angelegten internationalen Forschungskoope- ration vergleichend auf europäischer Ebene analysiert. Im Projekt „Social Inclusion and Volunteering in Sport Clubs in Europe“ (in Kooperation mit Partnern aus 10 europäischen Ländern; Förderung durch das Programm ERASMUS+ der EU) wurden hierfür Daten von über 35'000 Sportvereinen und über 13'000 Sportvereinsmitgliedern erhoben und anhand von Mehrebenen-Analysen ausgewertet. Die Befunde zeigen, dass Sportvereine die zugeschriebenen Integrationsansprüche weitgehend erfüllen können, wobei es kaum Unterschiede zwischen den untersuchten Ländern gibt. Mitglieder in Sportvereinen pflegen soziale Netzwerke und Freundschaften, sie identifizieren sich mit dem Verein und fühlen sich in der Regel respektiert und akzeptiert. Dies gilt mehrheitlich auch für Mitglieder mit Migrationshintergrund oder Handicap. Die Ergebnisse zeigen weiterhin, dass die Gestaltung des Vereinslebens und die Einbindung der Mitglieder in Form von Sportaktivitäten und ehrenamtlichen Tätigkeiten für die Förderung der sozialen Integration relevant sind. Der kürzlich auf der Grundlage der Projektdaten veröffentlichte Sammelband „Functions of Sport Clubs in European Societies. A Cross-National

Comparative Study“ zeigt darüber hinaus, dass Sportvereine für weitere gesellschaftspolitisch bedeutsame Funktionen eine Rolle spielen können. Durch Angebote für regelmässiges Sporttreiben leisten sie einen Beitrag zur Gesundheitsförderung. Das ehrenamtliche Engagement der Mitglieder und ihre demokratische Partizipation im Verein ist ein wichtiger Teil bürgerschaftlichen Engagements und trägt damit zu einer lebendigen Zivilgesellschaft bei.

Seit Anfang 2020 läuft ein weiteres EU-Projekt, das unter dem Titel „Integration of Newly Arrived Migrants through Organized Sport“ (INAMOS) folgende weiterführenden Forschungsfragen auf der Grundlage von qualitativen Fallstudien in mehreren europäischen Ländern vergleichend untersucht: (1) Welche Programme zur Integrationsförderung existieren in den einzelnen Ländern und wie erfolgt die Implementation in Sportvereinen? (2) Welche Faktoren spielen auf Vereinsebene eine Rolle bei der erfolgreichen Umsetzung eines entsprechenden Programms? (3) Welche Erfahrungen machen Menschen mit Migrationshintergrund im Rahmen eines solchen Programms? (4) Welche beabsichtigten, aber auch unbeabsichtigten Folgen der Umsetzung ergeben sich aus Sicht der übrigen Mitglieder?

### Weitere Projekte

Im Berichtszeitraum wurden darüber hinaus folgende Drittmittelprojekte durchgeführt:

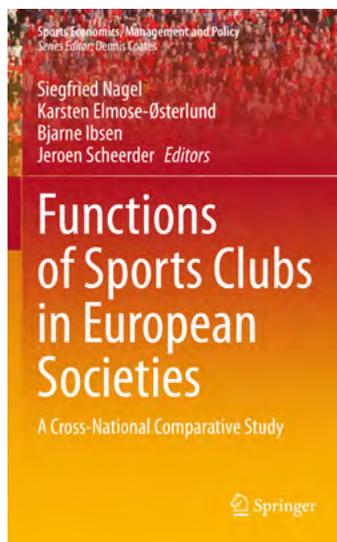
- *Soziale Partizipation von Kindern mit kognitiver Beeinträchtigung im Schul- und Vereinssport (So-PaSi)* (in Kooperation mit der PHBern; gefördert durch den Schweizer Nationalfond SNF)
- *Soziale Integration in Schweizer Fussballvereinen* (gefördert durch den Schweizer Fussballverband SFV)

## Ausgewählte Publikationen

Am Institut für Sportwissenschaft sind im Zeitraum von August 2019 bis Juli 2020 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:

- Adler Zwahlen, J., Nagel, S. & Schlesinger, T. (2019). Zur Bedeutung soziodemografischer, sportbezogener und soziokultureller Merkmale für die soziale Integration junger Migranten in Schweizer Sportvereinen. *Sport und Gesellschaft*, 16, 125-154. <https://doi.org/10.1515/sug-2019-0008>
- Albrecht, J., Baumann, F. T. & Wiskemann, J. (2019). Erfassung der Versorgungsmerkmale von Krebsnachsorgegruppen in Nord- und Südbaden. *Leipziger sportwissenschaftliche Beiträge*, 60(1), 179-198.
- Baird, B., Erlacher, D., Czisch, M., Spormaker, V. I. & Dresler, M. (2019). Consciousness and meta-consciousness during sleep. In H. C. Driegenberg (Ed.), *Handbook of Sleep Research* (pp. 283-295). Amsterdam: Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-813743-7.00019-0>
- Benzing, V. (2020). Exergaming - A physical activity intervention to benefit children with ADHD? (PhD Academy Award). *British Journal of Sports Medicine*, 54, 930-931. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-101920>
- Benzing, V. & Schmidt, M. (2019). The effect of exergaming on executive functions in children with ADHD: A randomized clinical trial. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 29, 1243-1253. <https://doi.org/10.1111/sms.13446>
- Burchartz, A., Anedda, B., Auerswald, T., Giurgiu, M., Hill, H., Ketelhut, S., Kolba, S., Mall, C., Nigg, C. R., Reichert, M., Sprengeler, O., Wunsch, K. & Matthews, C. E. (2020). Assessing physical behavior through accelerometry – State of the science, best practices and future directions. *Psychology of Sport and Exercise*, 49, 101703. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101703>
- Cleven, L., Krell-Roesch, J., Nigg, C. R. & Woll, A. (2020). The association between physical activity with incident obesity, coronary heart disease, diabetes and hypertension in adults: A systematic review of longitudinal studies published after 2012. *BMC Public Health*, 20, 726. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-08715-4>
- Conzelmann, A. & Schmidt, M. (2020). Persönlichkeitsentwicklung durch Sport. In J. Schüler, M. Wegner & H. Plessner (Hrsg.) *Sportpsychologie. Grundlagen und Anwendung* (S. 337-354). Berlin & Heidelberg: Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-662-56802-6\\_14](https://doi.org/10.1007/978-3-662-56802-6_14)
- Elmose-Østerlund, K., Ibsen, B., Nagel, S. & Scheerder, J. (2020). The contribution of sports clubs to public welfare in European societies: A cross-national comparative perspective. In S. Nagel, K. Elmose-Østerlund, B. Ibsen & J. Scheerder (Eds.), *Functions of Sports Clubs in European Societies. A Cross-National Comparative Study* (Sports Economics, Management and Policy 13, pp. 345-385). Cham: Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-48535-1\\_14](https://doi.org/10.1007/978-3-030-48535-1_14)
- Elmose-Østerlund, K., Seippel, Ø., Llopis-Goig, R., van der Roest, J.-W., Adler Zwahlen, J. & Nagel, S. (2019). Social integration in sports clubs: Individual and organisational factors in a European context. *European Journal for Sport and Society*, 16, 268-290. <https://doi.org/10.1080/16138171.2019.1652382>
- Erlacher, D. (2019). *Sport und Schlaf. Angewandte Schlafforschung für die Sportwissenschaft*. Berlin: Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-58132-2>
- 
- Erlacher, D., Fujii, M., Tazuke, S., Sugiyama, T., Ganzert, F. & Schredl, M. (2020). Frequency of sport dreams in Japanese college athletes. *International Journal of Dream Research*, 13, 127-130. <https://doi.org/10.11588/ijodr.2020.1.71838>
- Erlacher, D., Schmid, D., Schuler, S. & Rasch, B. (2020). Inducing lucid dreams by olfactory-cued reactivation of reality testing during early-morning sleep: A proof of concept. *Consciousness and Cognition*, 83, 102975. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2020.102975>
- Erlacher, D. & Stumbrys, T. (2020). Wake up, work on dreams, back to bed and lucid dream: A sleep laboratory study. *Frontiers in Consciousness Research*, 11, 1383. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01383>
- Feldmann, A. M., Erlacher, D., Pfister, S. & Lehmann, R. (2020). Muscle oxygen dynamics in elite climbers during finger-hang tests at varying intensities. *Scientific Reports*, 10, 3040. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-60029-y>
- Feldmann, A., Schmitz, R. & Erlacher, D. (2019). Near-infrared spectroscopy-derived muscle oxygen saturation on a 0% to 100% scale: Reliability and validity of the Moxy Monitor. *Journal of Biomedical Optics*, 24, 115001. <https://doi.org/10.1117/1.JBO.24.11.115001>

- Giurgiu, M., Plotnikoff, R. C., Nigg, C. R., Koch, E. D., Ebner-Priemer, U. W. & Reichert, M. (2020). Momentary mood predicts upcoming real-life sedentary behaviour. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 30, 1276-1286. <https://doi.org/10.1111/sms.13652>
- Gut, V., Schmid, J. & Conzelmann, A. (2020). The interaction of behavioral context and motivational-volitional factors for exercise and sport in adolescence: Patterns matter. *BMC Public Health*, 20, 570. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-08617-5>
- Hossner, E.-J. (2019) Techniktraining im Volleyball. *SportPraxis*, 60(11+12), 6-11.
- Hossner, E.-J. (2019). Update Sportwissenschaft: Koordinationsschulung nach dem Baukastensystem. *SportPraxis*, 60(9+10), 42-45.
- Ketelhut, S. & Ketelhut, R. G. (2020). Type of exercise training and training methods. In J. Xiao (Ed.), *Physical Exercise for Human Health* (Advances in Experimental Medicine and Biology 1228, pp. 25-43). Singapore: Springer. [https://doi.org/10.1007/978-981-15-1792-1\\_2](https://doi.org/10.1007/978-981-15-1792-1_2)
- Ketelhut, S., Ketelhut, S. R. & Ketelhut, K. (2020). School-based exercise intervention improves blood pressure and parameters of arterial stiffness in children: A randomized controlled trial. *Pediatric Exercise Science*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1123/pes.2020-0053>
- Ketelhut, S., Kirchenberge, T. & Ketelhut, R. G. (2020). Hemodynamics in young athletes following high-intensity interval or moderate-intensity continuous training. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 60, 1202-1208. <https://doi.org/10.23736/S0022-4707.20.10814-4>
- Ketelhut, S., Möhle, M. & Hottenrott, K. (2020). Acute effects of self-myofascial release using a foam roller on arterial stiffness in healthy young adults. *Artery Research*. Advance online publication. <https://doi.org/10.2991/artres.k.200615.001>
- Klostermann, A. (2019). Especial skill vs. quiet eye duration in basketball free throw: Evidence for the inhibition of competing task solutions. *European Journal of Sport Science*, 19, 964-971. <https://doi.org/10.1080/17461391.2019.1571113>
- Klostermann, A. & Moeinirad, S. (2020). Fewer fixations of longer duration? Expert gaze behavior revisited. *German Journal of Exercise and Sport Research*, 50, 146161. <https://doi.org/10.1007/s12662-019-00616-y>
- Klostermann, A., Vater, C., Kredel, R. & Hossner, E.-J. (2020). Perception and action in sports. On the functionality of foveal and peripheral vision. *Frontiers in Sports and Active Living*, 1, 66. <https://doi.org/10.3389/fspor.2019.00066>
- Magnaguagno, L. & Hossner, E.-J. (2020). The impact of self-generated and explicitly acquired contextual knowledge on anticipatory performance. *Journal of Sports Sciences*, 38, 2108-2117. <https://doi.org/10.1080/02640414.2020.1774142>
- Mavilidi, M. F., Drew, R., Morgan, P. J., Lubans, D. R., Schmidt, M. & Riley, N. (2020). Effects of different types of classroom physical activity breaks on children's on-task behaviour, academic achievement and cognition. *Acta Paediatrica*, 109, 158-165. <https://doi.org/10.1111/apa.14892>
- Nagel, S., Elmoose-Østerlund, K., Adler Zwahlen, J. & Schlesinger, T. (2020). Social integration of people with a migration background in European sports clubs. *Sociology of Sport Journal*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1123/ssj.2019-0106>
- Nagel, S., Elmoose-Østerlund, K., Ibsen, B. & Scheerder, J. (2020). Conceptual framework and research design. In S. Nagel, K. Elmoose-Østerlund, B. Ibsen & J. Scheerder (Eds.), *Functions of Sports Clubs in European Societies. A Cross-National Comparative Study* (Sports Economics, Management and Policy 13, pp. 9-33). Cham: Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-48535-1\\_2](https://doi.org/10.1007/978-3-030-48535-1_2)
- Nagel, S., Elmoose-Østerlund, K., Ibsen, B. & Scheerder, J. (Eds.). (2020). *Functions of Sports Clubs in European Societies. A Cross-National Comparative Study* (Sports Economics, Management and Policy 13). Cham: Springer. doi: 10.1007/978-3-030-48535-1
- Nagel, S., Seippel, Ø., Breuer, C., Feiler, S., Elmoose-Østerlund, K., Llopis-Goig, R., Nichols, G., Perényi, S., Piątkowska, M. & Scheerder, J. (2019). Volunteer satisfaction in sports clubs: A multilevel analysis in 10 European countries. *International Review for the Sociology of Sport*, 55, 1074-1093. <https://doi.org/10.1177/1012690219880419>



- Nagel, S., Stegmann, P., Bürgi, R. & Lamprecht, M. (2020). Switzerland: Autonomous sports clubs as contributors to public welfare. In S. Nagel, K. Elmoose-Østerlund, B. Ibsen & J. Scheerder (Eds.), *Functions of Sports Clubs in European Societies. A Cross-National Comparative Study* (Sports Economics, Management and Policy 13, pp. 289-313). Cham: Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-48535-1\\_12](https://doi.org/10.1007/978-3-030-48535-1_12)
- Nigg, C. R., Phu, T. & Mnich, C. (2020). Strategies to prevent (STOP) substance use: A website for adolescents in Hawaii. *Journal of Substance Use*, 25, 88-94. <https://doi.org/10.1080/14659891.2019.1664659>

- Reinbold, F. (2020). Realitätsübergreifendes Training im Leistungssport. *Leistungssport*, 50(5), 11-16.
- Rouse, P. C., Turner, P. J. F., Siddall, A. G., Schmid, J., Standage, M. & Bilzon, J. L. J. (2020). The interplay between psychological need satisfaction and psychological need frustration within a work context: A variable and person-oriented approach. *Motivation and Emotion*, 44, 175-189. <https://doi.org/10.1007/s11031-019-09816-3>
- Rubeli, B., Oswald, E., Conzelmann, A., Schmid, J., Valkanover, S. & Schmidt, M. (2020). Promoting schoolchildren's self-esteem in physical education: Testing the effectiveness of a five-month teacher training. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 25, 346-360. <https://doi.org/10.1080/17408989.2020.1712348>
- Rubeli, B., Oswald, E., Conzelmann, A. & Schmidt, M. (2019). Predicting global self-esteem in early adolescence: The importance of individual and gender-specific importance of perceived sports competence. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 29, 1243-1253. <https://doi.org/10.1037/spy0000196>
- Scheerder, J., Helsen, K., Elmoose-Østerlund, K. & Nagel, S. (2020). Exploring pan-European similarities and differences in club organised sport: A cross-national and cross-temporal comparison. In S. Nagel, K. Elmoose-Østerlund, B. Ibsen & J. Scheerder (Eds.), *Functions of Sports Clubs in European Societies. A Cross-National Comparative Study* (Sports Economics, Management and Policy 13, pp. 315-343). Cham: Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-48535-1\\_13](https://doi.org/10.1007/978-3-030-48535-1_13)
- Schlesinger, T., Egli, B. & Nagel, S. (2019). Determinants of stable volunteering in Swiss soccer clubs. *Soccer and society*, 20, 543-559. <https://doi.org/10.1080/14660970.2017.1355789>
- Schmid, D. & Erlacher, D. (2020). Lucid dream induction by auditory stimulation and reality testing during early-morning sleep. *International Journal of Dream Research*, 13, 99-104. <https://doi.org/10.11588/ijodr.2020.1.71695>
- Schmid, D., Erlacher, D., Klostermann, A., Kredel, R. & Hossner, E.-J. (2020). Sleep-dependent motor memory consolidation in healthy adults: A meta-analysis. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 118, 270-281. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.07.028>
- Schmid, J., Gut, V., Yanagida, T. & Conzelmann, A. (2020). Who stays on? The link between psychosocial patterns and changes in exercise and sport behaviour when adolescents make transitions in education. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 12, 312-334. <https://doi.org/10.1111/aphw.12186>
- Schmid, J., Haible, S. & Sudeck, G. (2020). Patterns of physical activity-related health competence: Stability over time and associations with subjective health indicators. *German Journal of Sport and Exercise Research*, 50, 218-228. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12662-020-00650-1>
- Schredl, M. & Erlacher, D. (2020). Fever dreams: An online study. *Frontiers in Theoretical and Philosophical Psychology*, 11, 53. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00053>
- Sieghartsleitner, R., Zuber, C., Zibung, M., Charbonnet, B. & Conzelmann, A. (2019). Talent selection in youth football: Technical skills rather than general motor performance predict future player status of football talents. *Current Issues in Sport Science*, 4, 011. [https://doi.org/10.15203/CISS\\_2019.011](https://doi.org/10.15203/CISS_2019.011)
- Stegmann, P., Scheitlin, Y. & Ströbel, T. (2020). Interaktionspotenziale im Rahmen der Marketingkommunikation auf sozialen Netzwerkplattformen am Beispiel eines Schweizer Fußballklubs. *transfer - Zeitschrift für Kommunikation und Markenmanagement*, 66(1), 12-19.
- Stocker, E., Seiler, R., Schmid, J. & Englert, C. (2020). Hold your strength! Motivation, attention, and emotion as potential psychological mediators between cognitive and physical self-control. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 9, 167-182. <https://doi.org/10.1037/spy0000173>
- Vater, C. (2019). How selective attention affects the detection of motion changes with peripheral vision in MOT. *Heliyon*, 5, e0202282. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e02282>
- Vater, C. (2019). Periphere Wahrnehmung im Sport: Eine Diskussion zu Mechanismen und methodischen Herausforderungen. *Zeitschrift für Sportpsychologie*, 26, 159-165. <https://doi.org/10.1026/1612-5010/a000274>
- Vater, C., Klostermann, A., Kredel, R. & Hossner, E.-J. (2020). Detecting motion changes with peripheral vision: On the superiority of fixating over smooth-pursuit tracking. *Vision Research*, 171, 46-52. <https://doi.org/10.1016/j.visres.2020.04.006>
- Vater, C., Luginbühl, S. & Magnaguagno, L. (2019). Testing the functionality of peripheral vision in a mixed-methods football field study. *Journal of Sports Sciences*, 37, 2789-2797. <https://doi.org/10.1080/02640414.2019.1664100>
- Wagner, A. F., Galvez, D. & Nigg, C. R. (2020). Leadership in Public Health: Provider perspectives. *California Journal of Health Promotion*, 18(1), 60-64. <https://doi.org/10.32398/cjhp.v18i1.2455>
- Zuber, C. (2020). Talente diagnostizieren. Auch die Sportpsychologie kennt diagnostische Verfahren. Um etwa Fussballtalente zu erkennen. *Psychoscope*, 2020(2), 26-28.
- Zuber, C. & Conzelmann, A. (2019). Motivational patterns as an instrument for predicting performance not only in football? A replication study with young talented ice hockey players. *Frontiers in psychology*, 10, 2357. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02357>
- Zuber, C., Schmid, M. J. & Conzelmann, A. (2020). Achievement-motivated behavior in individual sports: Evidence for the construct and criterion validity of the AMBIS-I coach-rating scale. *Journal of Sports Science & Medicine*, 19, 10-19.

## Kolloquium „Berner Gespräche zur Sportwissenschaft“

André Klostermann

Das Kolloquium „Berner Gespräche zur Sportwissenschaft“ dient der Förderung des interdisziplinären Austauschs im Bereich der Sportwissenschaft. In jedem Semester laden die Abteilungen des ISPW vier bis fünf (inter-)nationale Gäste ein, die zu aktuellen Forschungsthemen referieren und zunächst im grossen Plenum und abschliessend in kleinerer Runde in post-kolloquialer Atmosphäre zur Diskussion stellen. Die Kolloquiumsreihe ist sowohl für Institutsangehörige als auch für Sportwissenschaftlerinnen und Sportwissenschaftler sowie weitere Interessierte ausserhalb des Instituts offen.

Die zweite Hälfte des Hochschuljahres 2019/2020 war – wie auch alle anderen Bereiche des öffentlichen und universitären Lebens – durch die Einschränkungen der Corona-Pandemie geprägt, so dass auch das Berner Gespräch im Frühjahrssemester 2020 – nach der Antrittsvorlesung von Claudio Nigg, in der er Einblicke in seine bisherigen und kommenden wissenschaftlichen Arbeiten gab – leider nicht wie geplant fortgesetzt werden konnte. Für das Herbstsemester 2019 konnten wir demgegenüber drei externe Gäste begrüssen, die zu Aspekten des motorischen Lernens (Keith Davids), gesundheitswirksamen Effekten von Bewegung (Ralf Brand) und zu Beiträgen der Nachhaltigkeit des Sports (Jörg Königstorfer) referierten. Das Herbstsemester abschliessen durfte Mirko Schmidt mit seiner Antrittsvorlesung zur Funktion sportlicher Aktivitäten auf die Kognition.

Termine, Vortragstitel sowie Referentinnen und Referenten der Berner Gespräche im Hochschuljahr 2019/2020	
<b>Herbstsemester 2019</b>	
30.09.19	Prof. Dr. Keith Davids (Sheffield): Balancing specificity and generality in motor learning can transform lives of beginners and elite performers in sport
28.10.19	Prof. Dr. Ralf Brand (Potsdam): Affective-reflective theory of physical inactivity and exercise
18.11.19	Prof. Dr. Jörg Königstorfer (München): Beiträge des Sports zum Erreichen der Sustainable Development Goals
16.12.19	Prof. Dr. Mirko Schmidt (Bern): Kognitiv anspruchsvolle sportliche Aktivität und kognitive Funktionen. Was wir noch immer nicht wissen! (Antrittsvorlesung)
<b>Frühjahrssemester 2020</b>	
09.03.20	Prof. Dr. Claudio Nigg (Bern): The journey to Bern: Lessons learned & lessons to be learned (Antrittsvorlesung)

## Das ISPW in Zahlen

### Abschlüsse pro Kalenderjahr (davon Frauen)

	2015	2016	2017	2018	2019
BSc Major	95 (44)	71 (30)	76 (29)	113 (44)	105 (48)
MSc Major	35 (14)	38 (18)	49 (21)	52 (22)	46 (25)
Promotionen	3 (1)	3 (2)	5 (3)	3 (3)	6 (2)
Habilitationen	1 (0)	0 (0)	1 (0)	3 (0)	0 (0)

### Publikationen (pro Kalenderjahr)

	2015	2016	2017	2018	2019
Journal (davon peer-reviewed)	40 (27)	32 (29)	30 (26)	40 (40)	37 (35)
Monografien	2	1	1	5	1
Beiträge in Sammelbänden	15	5	11	9	8
Herausgeberbände	3	2	2	0	2

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: Martin de Bruin, Helga Dizdari,  
Nina Schorno, Rahel Spring

Bern, November 2020