



# Campus Sport



## Aktuelles vom Institut für Sportwissenschaft

WiSe 2020/2021  
Ausgabe 7

### Das Institut in turbulenten Zeiten

Die Geschäftsführung oder die Studienganskoordination des Instituts für Sportwissenschaft inne zu haben, fühlt sich seit mittlerweile einem Jahr an, wie Krisenmanagement als Dauerzustand. Auf die IT-Krise folgte postwendend die Corona-Krise. Nachdem alle Großrechner, PCs, Laptops und externen Festplatten des Instituts dreifach gescannt und ohne Schäden wieder funktionsfähig waren, wurde die IT-Infrastruktur der JLU unmittelbar und in ganz neuer Leistungsstärke benötigt, um unsere Präsenzstudiengänge in Rekordzeit in weitgehend digitale „Fernstudiengänge“ zu verwandeln.

In dieser turbulenten Zeit haben alle Lehrenden am Institut mit riesigem Engagement, viel Kreativität und erheblichem zeitlichen Mehraufwand neue Lehr- und Lernformate entwickelt und erprobt. Sportpraxiskurse wurden rein virtuell, mit viel Abstand in den Außenanlagen oder „hybrid“ durchgeführt, Prüfungsformen an die neuen Lernbedingungen angepasst, Vorlesungen aufgezeichnet oder live gestreamt und Seminardiskussionen per Webmeeting geführt.



Institut für Sportwissenschaft

Was Digitalisierung angeht, haben wir als Institution einen Riesenschritt gemacht. Nicht alles hat auf Anhieb geklappt, manches verlief im „Try and Error“-Modus und vieles musste in einer sich dynamisch verändernden Pandemielage immer wieder neu angepasst werden. Studierende klagten, dass der Workload zu häufig viel zu hoch und zu selten viel zu gering war. **[Weiterlesen auf Seite 2]**



### Die „Wiege der deutschen Sportwissenschaft“: Gießener Institut feiert das 100-jährige Bestehen

Am 22. Oktober 1920 wurde in einer Feierstunde im Liebighörsaal das Institut für Körperkultur der Universität Gießen offiziell gegründet. Aus heutiger Sicht war dies ein Meilenstein in der Geschichte der Sportwissenschaft. Das damalige Institut war das erste wissenschaftliche Universitätsinstitut seiner Art und kann heute als die Wiege der deutschen Sportwissenschaft betrachtet werden. In einem aktuellen Beitrag ordnet Prof. Norbert Gissel die Bedeutung der Gießener Institutsgründung sporthistorisch ein und spricht von einem Meilenstein, denn in Gießen „drangen die Leibesübungen erstmals in den Kanon der wissenschaftlichen Fächer einer Universität ein“ (Gissel, 2020)

Das damalige Institut zielte auf die Erforschung und Gestaltung der Körperkultur und die Verbreitung von Sportaktivitäten ab. Mit zwei Abteilungen – einem medizinischen und einem pädagogisch-philosophischen Bereich – waren von Anfang an unterschiedliche wissenschaftliche Disziplinen und Perspektiven am Institut vertreten. Der Aufgabenschwerpunkt der Sportmedizin, unter der Leitung des Mediziners Otto Werner Gustav Huntemüller, bestand anfangs darin, in groß angelegten Untersuchungen den Einfluss von körperlichen Übungen auf den Gesundheitszustand der Studentenschaft zu erforschen. **[Weiterlesen auf Seite 6]**

# Rückblick auf das Sommersemester 2020

Fortsetzung von Seite 1: **Das Institut in turbulenten Zeiten**

Auch unter den Lehrenden gab es nur allzu verständliche Anspannung angesichts der Ungewissheit, die jede verbindliche Planung ad absurdum führte. Das alles wissen wir. Und trotzdem bleibt unterm Strich der Eindruck: Wir alle gemeinsam haben es mit einer großen Kraftanstrengung sehr gut hinbekommen, den „Laden am Laufen“ zu halten.



Wir hatten als einer der ersten Campusbereiche ein ausgefuchstes Wegekonzept, 10 von 11 Fachbereichen nutzten unsere Sporthallen für Klausuren (wofür wir mit Dank überhäuft wurden), wir konnten unter Hygieneauflagen viele Sportpraxiskurse anbieten, sodass alle unsere Studierenden auf bestmöglichem Niveau weiterstudieren konnten. Innerhalb des JLU-

Krisenstabs konnten wir vermitteln, dass wir als Institut auf ein gewisses Maß an Präsenz angewiesen sind und erreichten zugleich, dass man uns und unseren Hygienekonzepten vertraut hat. Wir haben nach unserer Kenntnis bislang keine Corona-Infektion vermeiden müssen, weder unter Sportstudierenden noch unter den Lehrenden.

Das alles ist alles andere als selbstverständlich. Es ist eine Gemeinschaftsleistung, für die wir allen Mitarbeitenden und Lehrenden unseren großen Dank aussprechen möchten! Danke für Euer Engagement, Flexibilität und Improvisationstalent! Und auch allen Studierenden möchten wir an dieser Stelle für ihre Rücksichtnahme und ihr Verständnis, das hohe Maß an Selbstorganisation und besonders ihre Geduld danken. Wir werden – das deutet sich an – noch ein wenig mehr Geduld aufbringen müssen, bis die Pandemie vorüber ist. Bleiben wir geduldig und verantwortungsbewusst so lange das Einhalten der Abstandsregeln und der Hygienemaßnahmen und die weitgehend virtuelle Lehre notwendig sind, um das Corona-Virus einzudämmen.

Wir wünschen allen Studierenden und Mitarbeitenden weiterhin viel Kraft und gute Nerven in dieser Zeit, aber vor allem Gesundheit!

Yvonne Zimmer-Ackermann,  
Mathias Hegele und Michael Mutz

## Sporthallen werden zu Prüfungsräumen - Klausuren in den Hallen am Campus Sport

Im überwiegend digitalen Sommersemester 2020 gab es auch ohne die Anwesenheit der Studierenden nur wenig Raumkapazitäten für die Durchführung von Klausuren an der JLU: So konnte der Hörsaal am Campus Kugelberg, welcher normalerweise Platz für 150 Personen bietet, aufgrund der Abstandsregelungen nur von maximal 30 Personen genutzt werden. Aus dieser Raumknappheit heraus entstand die Idee, die Turn- und Sporthalle als Prüfungsräume für Klausuren zu bestuhlen und gleichzeitig allen Fachbereichen der JLU zur Verfügung zu stellen.



Spielhalle 120 Plätze

**Der Aufbau:** Zunächst mussten die Hallenböden mit speziellen Brandschuttmatten ausgelegt werden. Es folgte die Möblierung mit den gerade neu gelieferten Hörsaalstühlen und 200 Tischen aus unterschiedli-

chen Bereichen der Universität. Weiterhin wurden die Hallen mit Empfangstischen mit Spuckschutz, Desinfektionstüchern und neuer Beschilderung ausgestattet. Im Außenbereich wurden die Wege zu den Hallen und die Wartebereiche in verschiedenen Farben ausgewiesen. Und zu guter Letzt wurde noch ein umfangreiches Hygienekonzept mit Wegeleitplänen und Teilnehmerlisten zusammengestellt.



Turnhalle 80 Plätze

Zwischen dem 25. Mai und dem 13. Oktober haben 10 von 11 Fachbereichen die „neuen“ Prüfungsräume für insgesamt 112 Klausuren genutzt. Wir danken Dezernat E3, insbesondere dem Campusleiter Herrn Menduina-Sanchez und seinem Team für die immense Kraftanstrengung beim Umbau der Hallen. Den vielfältigen Dank der einzelnen Fachbereiche geben wir gern auch an dieses Team weiter. (MHL)



# Rückblick auf das Sommersemester 2020

## Bericht aus dem Kollegium zum überwiegend digitalen Semester

### Von heute auf morgen...

...Stift fallen lassen! Wir haben ein Problem! Ja, aber auch eine Chance, eine Chance, an der (bewusst) vorwiegend auf Präsenzlehre ausgerichteten JLU die bis hierhin angebotenen Formate digitaler Lehre mehr zu nutzen und zu erweitern. Dazu mussten sich alle umstellen; Software durch das HRZ, weitere Hardware für alle. Nicht alles stand zu Vorlesungsbeginn, aber es wurde; ILIAS/sports-edu bekamen eine performantere Serverstruktur, weil sich nun die Power von 28.000 Studierenden zeigte, alle fanden den Weg in ihre virtuellen Konferenzen, und dies vom HRZ und Datenschutzbeauftragten geprüft und wohlsortiert. Und mit der „Corona-Satzung“ wurde besiegelt, dass einem Time-to-Change eine Chance gegeben wurde.



### Unsere Lehre am Institut...



Umfunktionierung des Hörsaals am Kugelberg

...bewusst wurden von den Lehrenden des IfS vor dem Hintergrund bundesweit begrenzter digitaler Infrastruktur und auch pandemiebedingt zusätzlicher persönlicher Belastungen asynchrone Lehrformate mit neuen Lehrkonzepten durchgeführt. Dies fand auch positive Resonanz bei den Studierenden. War doch so ermöglicht, im eigenen Tempo in dieser stressigen Phase dem Lehrstoff zu folgen, ihn zu wiederholen und eigene Beiträge wie Referate zu erstellen.

...gerade sportpraktische Inhalte stellten eine besondere Herausforderung dar und wurden kreativ von Studierenden (Staubsaugerschlauch als Schwimmmudel) und Lehrenden gemeistert. Daneben wurden auch Hybrid-Veranstaltungen mit asynchronem und synchronem Format durchgeführt, wo Sportpraxisveranstaltungen unter besonderen Hy- und Sicherheitsmaßnahmen später im Semester als Block durchgeführt wurden und andere Hybrid-Veranstaltungen im synchronen Teil zwar nicht „hier und jetzt“, sondern „virtuell und jetzt“ erfolgten, der wichtige soziale Kontakt so aber auch etwas besser bestand. Daneben wurden Vorlesungen und Seminare wöchentlich live in Cisco Webex Meeting und MS Teams durchgeführt, was gut vorbereitet erfolgreich war, Rückmeldungen Studierender auch hier konstruktiv und positiv waren. (TF)

## INFO

### Semestersprecher\*innen

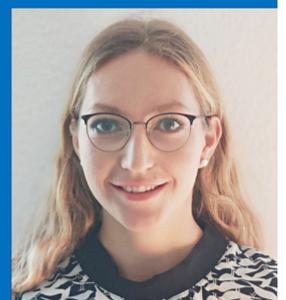
...sind die Sprecher\*innen für den Jahrgang ihres Studiengangs und sind Ansprechpartner\*in für ihre Kommilitonen\*innen, die Studienkoordinatorin, der Institutsleitung und Fachschaft in allen Belangen von Lehr- und Studienangelegenheiten.

### Semestersprecher\*innen berichten

*(auf den nachfolgenden Seiten sind Kurzberichte der Semestersprecher\*innen zu finden)*

#### Lisa Zoller, B.Sc. Bewegung und Gesundheit, 6. Fachsemester

Das Sommersemester 2020 war für die meisten Studierenden dieser Kohorte das letzte Semester im Bachelorstudium. Auch unter den besonderen Umständen wurde das Möglichste dafür getan, dass jeder sein Studium im vorgesehenen Zeitraum vollenden konnte. Dazu wurden wenn nötig Fristen entsprechend verlängert oder andere Wege gefunden, um Veranstaltungen zu absolvieren. Hier ist beispielsweise der Wanderführerlehrgang zu nennen, dessen Konzept geändert wurde. Die Lehrenden waren stets bemüht, Alternativen anzubieten, auf Vorschläge einzugehen und sich den Bedingungen anzupassen. In den Seminaren konnten die praktischen Inhalte jedoch nicht identisch mit einer Präsenzlehre vermittelt werden. Auch wenn einige Themen und Seminare interaktiv sehr ansprechend gestaltet wurden, fielen praktische Ausführungen in Nordic Walking, Sportspiele, Aquagymnastik und so weiter etwas knapp aus. Der Transfer von Theorie und Screenlehre in die tatsächliche Praxis ist daher etwas erschwert. Die Vorlesungen erfolgten in diesem Semester zum größten Teil in zeitunabhängiger Form, was die eigenständige Planung unter Herausforderungen stellte, zumal die Screencasts nicht nach Wochenplan, sondern sehr verstreut innerhalb des Semesters erschienen. Technische Probleme führten auch zu einem etwas höher empfundenen Workload als es in den vorherigen Semestern der Fall war.





# Start in das Wintersemester 2020/2021

## „Virtueller Campusrundgang“ für die neuen Erstsemester der Lehramtsstudiengänge

Aufgrund der gegebenen Einschränkungen durch das Corona-Virus stellte sich in diesem Jahr die Frage, wie es trotzdem gelingen kann, unsere neuen Erstsemester am Institut für Sportwissenschaft zu begrüßen. Als Lösung tat sich das Institut zusammen und entwickelte unter Federführung von **Prof. Verena Oesterhelt** sowie mit tatkräftiger Unterstützung durch Sandra Elisath, Doktorandin im Arbeitsbereich Sportwissenschaft mit Schwerpunkt Sportdidaktik und der Fachschaft Sport einen virtuellen Rundgang über den Campus am Kugelberg.

Auf dem Weg mit der Kamera von Arbeitsbereich zu Arbeitsbereich über die Sekretariate zur Studienkordinatorin, durch die Hallen und das Schwimmbad, waren an jedem Ort Professor/innen, Mitarbeiter/innen oder die Fachschaft coronagerecht präsent, um sich selbst sowie die Funktion des jeweiligen Bereichs in kurzen oder auch längeren Worten vorzustellen. Besonders eindrücklich waren dabei unter anderem die Begrüßungsworte des stellvertretenden Geschäftsführers des Instituts Prof. Mathias Hegele.



Nach der gelungenen Premiere kamen die entstandenen Filmsequenzen dann auch in der Begrüßung der Erstsemester im Bachelorstudiengang Bewegung und Gesundheit und in den Masterstudiengängen zum Einsatz.

Die Veranstaltung fand zum Abschluss der Studieneinführungswoche am Freitag, den 23.10.20 statt. Über 150 Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren der Einladung gefolgt und begleiteten online den wortgewandten Moderator und Fachschaftsvertreter Markus Pepler, der sich bereits in der Vorbereitung stark engagiert hatte, über den Campus.

Wenngleich ein direkter Kontakt und die persönliche Erfahrung vor Ort im Grunde unersetzlich sind, so konnte doch ein wenig Nähe hergestellt und ein erster Einblick gegeben werden. Deutlich wurde zudem, dass das Institut für Sportwissenschaft den neuen Jahrgang der Lehramtsstudierenden in den fünf Studiengängen trotz schwieriger Zeiten herzlich empfangen wird. Einen großen Dank an alle, die sich an dem Format beteiligt haben! (VO)

## Informationen aus der Studienkoordination

Liebe Studierende,  
im Namen des Kollegiums des Instituts für Sportwissenschaft heißen wir Sie herzlich willkommen an der JLU und am Campus Kugelberg!  
Mein Name ist **Dr. Yvonne Zimmer-Ackermann** und ich bin die für Sie zuständige Studienkordinatorin am Institut.  
Informationen zu meiner Person und Aufgabengebieten finden Sie aus unserer Homepage: [www.uni-giessen.de/fbz/fb06/sport/studium/stuko](https://www.uni-giessen.de/fbz/fb06/sport/studium/stuko)



Sofern nach der Studieneinführungswoche weitere Fragen oder Anliegen zu Studium und Lehre auftreten, nutzen Sie gerne die umfangreichen Informationsquellen und -systeme des Instituts und der JLU:

Hier finde ich mein Studienangebot  
<https://setup.uni-giessen.de/23>

Akademisches Prüfungsamt  
Geisteswissenschaften  
für Bachelor- und Masterstudiengänge FB 06  
<https://www.uni-giessen.de/fbz/paemter/gwis>

Umgang mit der Coronasituation:  
Aktuelles zu Studium und Lehre

- Homepage
- Inst. für Sportwissenschaft
- Campus Kugelberg
- Arbeitsbereiche
- Studium
- Internationales & Alumni
- Infos zum Semester
- Stellenmarkt

Hier finde ich Studienverlaufspläne und Modulbeschreibungen  
<https://setup.uni-giessen.de/21>

Prüfungsverwaltungssystem flexnow  
<https://setup.uni-giessen.de/24>

Zentrum für Lehrerbildung (ZfL)  
Prüfungsamt Lehramtsausbildung  
<https://www.uni-giessen.de/fbz/zentren/zfl/orga>

Prüfungsangelegenheiten  
Prüfungsangelegenheiten  
Kurs- und Prüfungsanmeldung mit Flexnow im WiSe 20/21  
Prüfungsorganisation  
Prüfungstermine WiSe 20/21 & SoSe 2021

News vom Kugelberg  
Bewegung und Gesundheit



## Start in das Wintersemester 2020/2021

Die Lehrveranstaltungen aller acht Studiengänge am Institut starteten in der ersten Vorlesungswoche weitestgehend im Onlineformat. In der Lehramtsausbildung, in der die Vermittlung von Demonstrations- und Präsentationsfähigkeiten ein Lehrschwerpunkt darstellt, wurde das vom Institut erstellte Hygiene- und Maßnahmenkonzept genehmigt, so dass Seminare auch mit praktischen Bewegungsphasen in Präsenz stattfinden können.

Informationen für Studierende zum Hygiene- und Maßnahmenkonzept sowie dem Wegeleitplan des Instituts sind zu finden unter:

<https://www.uni-giessen.de/fbz/fb06/sport/seiten/Coronasituation/Hygienekonzepte>

## Aktuelles zum Umgang mit der Coronasituation



Sie finden stets die neuesten Informationen zur aktuellen Coronasituation auf unserer Homepage:

<https://www.uni-giessen.de/fbz/fb06/sport/seiten/Coronasituation>

## Freiversuchsregelung für Prüfungen

Der Senat der JLU hat in seiner Sitzung vom 15. Juli 2020 eine umfassende Freiversuchsregelung für alle Prüfungen unter Aufsicht beschlossen. Für diese Prüfungen in der Verantwortung der JLU wird jeweils einmalig ein nach dem 12. März 2020 nicht bestandener Versuch als Freiversuch gewertet und nicht auf die Anzahl möglicher Prüfungsversuche angerechnet. Unberührt von dieser Regelung, die bis zum Ende des Wintersemesters 2020/21 gelten soll, bleiben bundes- oder landesrechtliche Regelungen über Staatsprüfungen. Weitere Informationen sind auf den Homepages der Prüfungsämter zu finden. (YZA)

## Aussetzung der Teilnahmevoraussetzung für das Vertiefungsmodul L3 im WiSe 20/21 und SoSe 21

Auf Grund der aktuellen Pandemie-Situation wird die Voraussetzung des Abschlusses der Module Sportspiele und Individualsport für die Anmeldung zum Vertiefungsmodul im Wintersemester 2020/2021 und im Sommersemester 2021 ausgesetzt.

L3-Studierende ab dem 5. Fachsemester können sich im WiSe 20/21 und SoSe 21 für eine Vertiefungsveranstaltung selbstständig einflexen, auch wenn ein oder beide Module zu diesem Zeitpunkt noch nicht abgeschlossen wurden.

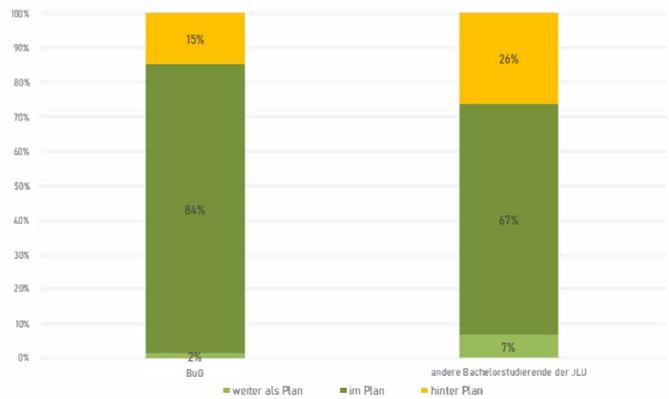
Dieses Vorgehen entspricht der Satzung der Justus-Liebig-Universität Gießen über Abweichungen im Studien- und Prüfungsrecht während der Sars-CoV-2-Pandemie im Jahre 2020. (YZA)

# Servicestelle Lehrevaluation

## Die Servicestelle Lehrevaluation berichtet: Erfolgreiches Studiengangsmanagement

Ergebnisse aus der Studierendenbefragung zeigen, das Studiengangsmanagement im Bereich der Sportwissenschaft ist sehr erfolgreich. Gut 85% der Studierenden des Bachelorstudiengangs Bewegung und Gesundheit geben an, dass ihr Studienfortschritt mindestens dem Studienverlaufsplan entspricht, für alle anderen Bachelorstudierenden an der JLU liegt dieser Wert bei etwa 74%.

Einschätzung des Studienfortschritts anhand des Studienverlaufsplans (Bachelor Bewegung und Gesundheit, n = 63)



Frage C2: Wie weit sind Sie in Ihrem Studium (gemäß Studienverlaufsplan)? Quelle: Studierendenbefragung der JLU 2020

In einem Gespräch mit der verantwortlichen Studiengangsmanagerin Frau Dr. Zimmer-Ackermann und Mitarbeitenden der Servicestelle Lehrevaluation konnten folgende Faktoren für dieses erfolgreiche Studiengangsmanagement identifiziert werden:

- Der Studiengang ist strukturell gut geplant.
- Der Studienverlaufsplan ist sinnhaft aufbauend und studierbar angelegt.
- Die Semesterplanung (Veranstaltungs- und Prüfungsplanung wird akribisch mit verschiedenen Planungstools (Planungssoftware SKED und dem Modell der Geschützten Zeiten) durchgeführt und ständig optimiert.

Seit einigen Semestern wurde auf Anregung der hochschulweiten AG-Qualitätsmanagement das Konzept der Semestersprecher eingeführt: Die Semestersprecherinnen und Semestersprecher vertreten jeweils eine Studiengangskohorte und treffen sich regelmäßig mit der Studiengangsmanagerin, um kleinere Schwierigkeiten in Studium und Lehre zu besprechen, bevor diese zu großen Problemen werden.

Wahrscheinlich führt auch insbesondere dieses Mikro-Management zur guten Studierbarkeit des Bachelorstudiengangs Bewegung und Gesundheit. (CT)



## Die „Wiege der deutschen Sportwissenschaft“: Gießener Institut feiert das 100-jährige Bestehen

Fortsetzung von Seite 1

Der Leiter des pädagogisch-philosophischen Bereichs, der Sport- und Turnlehrer Walter Werner, betonte den ästhetischen und kulturellen Eigenwert der Leibesübungen. Eine spezifische Frage, mit der sich Werner auseinandersetzte, war die Verbindung von Körperhaltung und Atmung bei gymnastischen Übungen.



In den ersten Aufbaujahren gelang es schnell, einen regulären Lehr- und Forschungsbetrieb herzustellen. Im Sommersemester 1921 begann die Ausbildung von „Turnlehrern“. Unterrichtet und geprüft wurde u.a. die „Lehrweise im Turnen“, die „Geschichte des Turnens“, „Gerätekunde“ oder die „Lehre vom menschlichen Körper“. Die sportpraktischen Kurse – angeboten wurden unter anderem „Rasensport“, Rudern, Tennis und Hallenturnen – erreichten schon bald einen Großteil der damaligen Gießener Studierenden.

Heute – 100 Jahre später – gehört das Institut für Sportwissenschaft der Justus-Liebig-Universität Gießen bundesweit zu den größeren sportwissenschaftlichen Einrichtungen. Die sechs Arbeitsbereiche verdeutlichen die Perspektivenvielfalt und die Ausdifferenzierung, die in der Sportwissenschaft bis heute stattgefunden hat. Sie setzen in zahlreichen Grundlagen- und Anwendungsfeldern der sportwis-

senschaftlichen Forschung wichtige Impulse. Am ältesten sportwissenschaftlichen Universitätsinstitut, der Wiege der deutschen Sportwissenschaft, studieren aktuell 1560 junge Menschen, darunter 450 im ersten Semester. In den kommenden Monaten sind am Institut zahlreiche Feierlichkeiten geplant, um diesen Anlass gebührend zu würdigen – darunter ein Festakt, aber auch eine Vortragsreihe und ein Sportfest. (MM)

Zum Nachlesen:

Gissel, N. (2020). *100 Jahre Sportwissenschaft in Deutschland – und wo steht die Sportpädagogik?* German Journal of Exercise and Sport Research. <https://doi.org/10.1007/s12662-020-00667-6>

Gissel, N. (1996). *Die Wissenschaft von der Körperkultur*. Spiegel der Forschung, 13, 12-19.

## Digitale Hochschulsportkurse im Wintersemester 2020/21

Aufgrund des dynamischen Infektionsgeschehens im Landkreis Gießen hat das JLU-Präsidium beschlossen, dass die für das Wintersemester 2020/2021 geplanten ahs-Präsenz-Indoorveranstaltungen vorerst bis zum 31. Dezember 2020 nicht stattfinden werden. Daher kann der Allgemeine Hochschulsport in dem ersten Sportprogrammblock (2. November - 18. Dezember 2020) keine Indoorsportkurse am Campusbereich Sport/Kugelberg anbieten. Aufgrund des Bund-Länder-Beschlusses vom 28. Oktober 2020 zur Eindämmung der Corona-Pandemie fallen bis 30. November 2020 ebenso alle ahs-Outdoorsportkurse aus. Weitere Regelungen zum ahs-Präsenzbetrieb über den 1. bzw. 31. Dezember 2020 hinaus wird die JLU auf Grundlage der aktuellen Pandemie-Entwicklung zu gegebener Zeit entscheiden und bekanntgeben. Der ahs bringt aber wieder mit seinem Online-Sportprogramm „*ahs@home*“ den Sport nach Hause. Daher finden die Onlinekurse wie geplant statt. Eine aktuelle Kursübersicht ist hier zu finden: [www.ahs-buchsys.sport.uni-giessen.de/angebote/aktueller\\_zeitraum](http://www.ahs-buchsys.sport.uni-giessen.de/angebote/aktueller_zeitraum)

Der Buchungsstart für JLU-Angehörige ist am Mittwoch, 28. Oktober 2020 (8.00 Uhr). Alle wichtigen Fragen rund um die Onlinekurse beantworten wir hier: [www.uni-giessen.de/fbz/svc/ahs/spgindex/faqs-ahsathome](http://www.uni-giessen.de/fbz/svc/ahs/spgindex/faqs-ahsathome)

Nach dem Ausfall der Präsenz-Indoorsportkurse arbeitet der ahs daran, das Online-Sportprogramm zu erweitern.

erweitern. Ab dem 9. November 2020 starten zusätzliche Onlinekurse. Es lohnt es sich also, regelmäßig das ahs-Programm zu prüfen! (AHS)

Alle Infos unter:  
[www.uni-giessen.de/ahs](http://www.uni-giessen.de/ahs)

**JLU**  
NEUE WEGE. SEIT 1607

JUSTUS-LIEBIG-  
UNIVERSITÄT  
GIESSEN

ahs  
giessen  
ALLGEMEINER HOCHSCHULSPORT  
80-100-2 DEUTSCHE WEGE

**WIR BEWEGEN  
KLUGE KÖPFE...**  
SPORTPROGRAMM WINTERSEMESTER 2020/21



# Aus den Arbeitsbereichen

## Aus dem Arbeitsbereich Trainingswissenschaft

Prof. Dr. Hermann Müller

### **Neue Messvorrichtungen zur Untersuchung des Fasziengewebes**

Seit vielen Jahren beschäftigen sich **Dr. Heiko Maurer** und **Christofer Segieth** mit dem Thema *"Anwendung und Effekte des Faszien-Trainings"*. Studierende waren in diese Forschungsarbeiten in unterschiedlicher Form eingebunden. Viele haben die Untersuchungen als Probanden erlebt, einige haben im Rahmen ihrer Abschlussarbeiten als Versuchsleiter selbst Messungen durchgeführt und andere haben sogar bei der kontinuierlichen Weiterentwicklung der Messapparaturen mitgewirkt.

In der Anfangsphase mussten zunächst technische Lösungen gefunden werden, um die mechanische Belastung durch die Faszienrolle hinsichtlich Intensität, Anwendungsdauer und -geschwindigkeit kontrolliert applizieren zu können. Damit wurden die Voraussetzungen geschaffen, um propagierte Effekte der Faszienrollen-Anwendung auf das Gewebe überprüfen zu können. Mit steigendem Anspruch an die Messgenauigkeit haben sich die im Projekt zur Anwendung gebrachten Messinstrumente und -vorrichtungen verändert. Am Anfang wurde der Einsatz allgemeinerer Messsysteme, wie einer Kraftmessplatte und einem Druckmesssystem der Firma *medilogic* oder einem 3D-Bewegungserfassungssystem mit einem aktiven Markersystem der Firma Steinbichler favorisiert. Unter aktiver Beteiligung von Studierenden des BMB-Studiengangs im Rahmen von Projektarbeiten und tatkräftiger Unterstützung durch das Team um Hartmut Studenroth in der Fachbereichswerkstatt wurden in der Zwischenzeit spezifischere Systeme entwickelt.

Die Vorrichtung (**Abb. 1**) ermöglicht zum einen eine standardisierte Faszienrollen-Anwendung am Unterschenkel und zum anderen werden zeitgleich die Veränderungen der horizontalen und vertikalen Position der Faszienrolle auf dem Unterschenkel mittels

Laser-Abstandssensoren erfasst. Diese genaue Positionserfassung ermöglicht es, die Eindringtiefe der Faszienrolle in die Gewebsstrukturen zu bestimmen, um hieraus Rückschlüsse auf die Veränderung der Stiffness des Gewebes ziehen zu können. Mit dem ergänzenden Messgerät (**Abb. 2**) kann eine motorgesteuerte Bewegungsmessung am Sprunggelenk realisiert werden. Hier wird neben der Winkelstellung mit einem Kraftaufnehmer der Dehnungswiderstand erfasst, was ebenfalls Informationen über Gewebsveränderungen liefert.

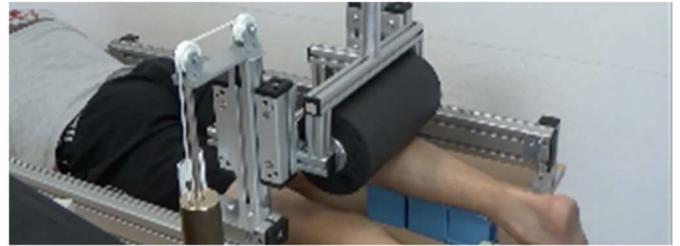


Abbildung 1

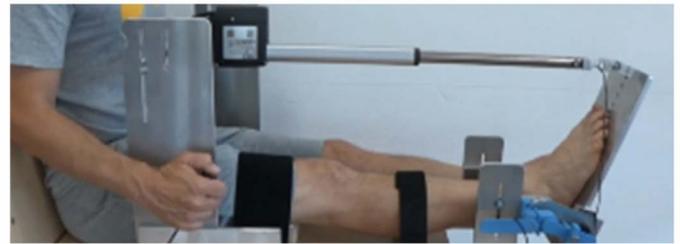


Abbildung 2

Im Rahmen der Vortragsreihe *"WissenSchaftt Gesundheit - Erkenntnisse aus Psychologie und Sport"* im Fachbereich 06, die ab Mai 2020 zu unterschiedlichen Themen live per Videokonferenz stattgefunden hat, wurden diese Entwicklungen und ausgewählte Ergebnisse der letzten Jahre zum Thema *"Fitness – welche Trends halten einer wissenschaftlichen Betrachtung stand?"* einem breiten Publikum präsentiert. Weitere Informationen hierzu unter: (CS, HMA) <https://www.uni-giessen.de/fbz/fb06/vortragsreihe>

### Kurzbericht der Semestersprecherin und des Semestersprechers:

**Anna Schnier & Andreas Arlt, Lehramt für Grundschulen, 2. Fachsemester**



Der Start in das SoSe 2020, welcher unter der bundesweiten Lock-Down-Phase beginnen musste, brachte viele Unsicherheiten für alle Sportstudenten der JLU mit sich. Ob und in welcher Form die sportpraktischen Seminare nun stattfinden würden, konnte sich nur relativ kurzfristig entscheiden. Die Dozent\*innen rund um unsere Kohorte L1 19/20 haben uns jedoch regelmäßig und so ausführlich wie möglich über den Planungsstand informiert und standen häufig auch kurzfristig für Fragen und Anregungen zur Verfügung. Die Anwendungsfelder konnten - mit Ausnahme von Tanzen – glücklicherweise stattfinden, wenn auch mit zeitlicher Verzögerung. Den schriftlichen und aktiven Arbeitsaufträgen in der Vorlesungszeit folgten



daher meist sportpraktische Blockveranstaltungen in Präsenz während der vorlesungsfreien Zeit im Sommer. Bei den Prüfungsanforderungen wurden die coronabedingten Einschränkungen (zeitweise Sperrung von Sportanlagen, Ausfall und Verschiebung von Tutorien) berücksichtigt und es wurden z.B. mehrere Termine angeboten, um die sportpraktische Mindestleistung zu absolvieren oder wir konnten Video-Nachweise versenden.

Wir hoffen natürlich, dass das kommende Wintersemester weiterhin wie geplant stattfinden kann, wissen aber auch, dass uns selbst bei einer spontanen Veränderung der Planung keine Nachteile entstehen werden.



# Aus den Arbeitsbereichen

## Aus dem Arbeitsbereich Sozialwissenschaften des Sports

Prof. Dr. Michael Mutz

### **Gießener Studie untersucht Sportaktivität während des Corona-Lockdowns**

Sportvereine, Fitnessstudios, Schwimmbäder und öffentliche Sportanlagen – während des pandemiebedingten Lockdowns von März bis Ende Mai 2020 war auch die Sport- und Freizeitinfrasturktur in Deutschland aus guten Gründen geschlossen. Welche Auswirkungen hatte dies auf die Sport- und Bewegungsaktivität der Bevölkerung? Der Arbeitsbereich Sozialwissenschaften des Sports hat dies in einer Studie untersucht. Sie zeigt, dass sich die Menschen während des Lockdown insgesamt weniger bewegt haben.



Befragt wurde eine repräsentative Stichprobe von Personen ab 14 Jahren in einer deutschlandweiten Umfrage in Kooperation mit FORSA. Dabei zeigen

sich drei Gruppen, die jeweils etwa ein Drittel der Bevölkerung umfassen: Die erste Gruppe, die „Inaktiven“, war weder vor der Pandemie noch währenddessen sportlich aktiv (36%). Eine zweite Gruppe, die „Aussteiger“, hat ihre sportlichen Aktivitäten mit Beginn des Lockdowns sehr stark reduziert oder mit dem Sporttreiben komplett pausiert (31%). Einer dritten Gruppe, den „Weiter Aktiven“, gelang es hingegen, ihr Sportpensum trotz weitreichender Einschränkungen des öffentlichen Lebens aufrecht zu erhalten oder sogar zu intensivieren (33%).

Ein genauerer Blick auf die häufigsten Veränderungen lässt erkennen, dass vor allem leichte Bewegungsaktivitäten sowie Ausdauersport im Freien wie Joggen oder Radfahren während der Pandemie zugenommen haben. Rund ein Viertel der Deutschen war während der Pandemie verstärkt im Freien aktiv. Darüber hinaus hat jede sechste Person versucht, zu Hause mit Fitnessübungen wie Gymnastik, Krafttraining, Yoga oder Online-Fitnesskursen aktiv zu bleiben. Jüngere Menschen unter 30 Jahren haben ihre Sportaktivitäten deutlich seltener reduziert als ältere Personen. Sie sind neuen Sportaktivitäten gegenüber grundsätzlich aufgeschlossener und berichteten von weniger Angst, sich selbst mit SARS-CoV-2 zu infizieren.

Die Beiträge zu dieser Studie sind im *International Review for the Sociology of Sport* und in *European Societies* erschienen. (MM)

### Kurzbericht der Semestersprecherin:

**Sophie Nagel, Lehramt für Förderschulen, 4. Fachsemester**

Das digitale Corona-Semester war für uns L5-Studierende eine ganz besondere Herausforderung. Es begann mit der Ungewissheit bezüglich des lang erwarteten Praxissemesters, erstreckte sich über Fragen wie ein Fußballseminar am Laptop aussehen kann und ob wir den Studienverlaufsplan kurzfristig über Bord werfen sollen. Der Sommer endete mit der Erkenntnis, dass „normal“ studieren viel schöner ist als wir uns jemals zu hoffen wagten. Speziell das Sportstudium lebt von der persönlichen Interaktion der Studierenden, dem gemeinsamen Trainieren, Entwickeln, Ermutigen. Normalerweise überlegen wir uns zusammen Unterrichtsvorhaben und testen diese in Seminaren aus und am Ende des Semesters feuern wir uns gegenseitig an und sprechen uns Mut zu, wenn die praktischen Prüfungen im Turnen, Basketball oder Schwimmen auf dem Programm stehen. Nun saßen wir wochenlang latent überfordert alleine zu Hause oder bei unseren Eltern in der Heimat, mussten (gefühlte?) viel öfter Hausaufgaben einreichen als sonst und vermissten die gemeinsamen Zeiten am Kugelberg. Zum Glück haben wir auf Seiten der Dozierenden oftmals Nachsicht erfahren, wenn technische oder persönliche Schwierigkeiten unsere Wege kreuzten und für Fußballdilettanten war die Online-Alternative notenttechnisch auf jeden Fall ein Bonus. Auch die Anpassung der Mindestanforderungen in der Leichtathletik nutzten einige Studierende, um endlich den Häkchentest zu bestehen. So wurde des einen Leid dann doch noch des anderen Freud. Und am Ende haben wir vielleicht alle gelernt wie wichtig Struktur und Selbstorganisation in einem erfolgreichen Studium sind.





# Aus den Arbeitsbereichen

## Aus dem Arbeitsbereich Bewegungswissenschaft & Sportpsychologie

Prof. Dr. Jörn Munzert

### Wie lässt sich aus den Bewegungen bei der menschlichen Interaktion auf die Emotionen der Akteure schließen?

Ergebnisse eines Forschungsprojektes zur Emotionswahrnehmung aus Körperbewegungen wurden kürzlich von einer Arbeitsgruppe aus dem AB Bewegungswissenschaft/Sportpsychologie im Journal „*Cognition and Emotion*“ veröffentlicht. Innerhalb dieses Projektes wurde mit Hilfe der sogen. Point-Light Technik getestet, welche Teile des Körpers zentrale Informationen über emotionale Zustände vermitteln. Mit einem Okklusions-Paradigma wurden entweder der Rumpf oder die Arme aus den Videoclips ausgeblendet.



Es zeigte sich, dass insbesondere Armbewegungen zentrale Informationen über Ärger und Freude vermitteln, während sich Trauer sehr stark in Rumpfbewegungen abbildet. Zuneigung scheint gleichermaßen in Arm- und Rumpfbewegung repräsentiert zu sein. Außerdem fanden die Autoren heraus, dass Personen, die über eine höhere subjektive emotionale Expressivität verfügen, das heißt ihre eigenen Emotionen stärker körperlich ausdrücken, diese auch besser bei anderen Personen erkennen können. (JM)

## Aus dem Arbeitsbereich Leistungsphysiologie und Sporttherapie

Prof. Dr. Karsten Krüger

### Vorstellung Gießener Immunalterungsstudie

Die Abteilung für Leistungsphysiologie und Sporttherapie untersucht in Zusammenarbeit mit Dr. Pascal Bauer aus der Kardiologie des Universitätsklinikum Gießen, inwieweit regelmäßige körperliche Aktivität das Immunsystem und die Gefäßgesundheit im Alter beeinflusst. Komponenten des alternden Immunsystems sind an der Entstehung von Gefäßentzündungen beteiligt, aus der sich eine Arteriosklerose mit der Folge eines Herzinfarkts oder Schlaganfalls entwickeln kann. Regelmäßige körperliche Aktivität wirkt diesen Prozessen durch seine anti-entzündlichen Effekte entgegen. Das Team um **Prof. Dr. Krüger und Dr. Christopher Weyh** will dabei speziell untersuchen, wie sich ein niederschwelliges Sportprogramm auf das Immunsystem im Zusammenhang mit der Gefäßalterung auswirkt. Weitere Informationen zur Studie: <https://bit.ly/35ze6QE>



„Die Infektionshäufigkeit und die Infektionsverläufe sind bei älteren Menschen häufig schlimmer oder dramatischer. Das zeigt sich übrigens auch in der Reaktion des Körpers auf eine Impfung. Wenn wir beispielsweise einen Grippeimpfstoff einem älteren Menschen verabreichen, dann ist der weniger gut geschützt im Vergleich zu einem jungen Menschen. Man kann aber durch einen

aktiven Lebensstil oder durch regelmäßige körperliche Aktivität erreichen, dass der Impfschutz verbessert wird.“

Univ.-Prof. Dr. rer. nat. Karsten Krüger, Leiter der Leistungsphysiologie und Sporttherapie, Justus-Liebig-Universität Gießen

Einen Fernsehbeitrag über das Projekt hat der Bayerische Rundfunk am Dienstag den 27.10.2020 um 19:00 Uhr, in der Sendung "Gesundheit" gesendet: <https://bit.ly/2TAjQ79> (KK)

## Personalia am Institut für Sportwissenschaft

### Einstellungen

Melanie Neumann, wiss. Mitarbeiterin  
Sandra Elisath, wiss. Mitarbeiterin  
Britta Hinneberg, wiss. Mitarbeiterin

### Ausgeschieden

Anke Bumann, wiss. Mitarbeiterin  
Dr. Kerstin Muders, wiss. Mitarbeiterin  
Dr. Michael Joch, wiss. Mitarbeiter

### Kurzbericht der Semestersprecherin:

#### Ronja Griebner, B.Sc. Bewegung und Gesundheit, 2. Fachsemester

Für unseren Jahrgang ist das Studium seit Beginn einiges - nur nicht langweilig. Nach der großen Aufregung um ein digitales Virus im letzten Jahr, direkt nach Studienbeginn, hat in diesem Jahr das „*Real-Life-Virus*“ zugeschlagen und den gerade so mühsam eingerichteten „*Studienalltag*“ erst mal wieder komplett über den Haufen geworfen. Die Digitalisierung unserer Veranstaltungen klappte überraschend schnell und lückenlos, die meisten Veranstaltungen konnten „*planmäßig*“ (nach dem verschobenen Semesterstart) abgehalten werden. Genau wie die Lehrenden mussten auch wir erst mal lernen mit sämtlichen online-Meeting-portalen klarzukommen - Zoom über Webex bis Teams war alles dabei. Der Arbeits- und Zeitaufwand war für uns alle im vergangenen Semester extrem hoch, manch einer geriet dabei an seine Grenzen - Nebenjobs wurden pausiert, um noch mehr Zeit für die digitalen Arbeitsaufträge zu haben: Videos drehen und schneiden, Portfolios erstellen, Audios anfertigen, alles immer inklusive der üblichen technischen Probleme, die jeder von uns kennt, zusätzliche Zeitfresser. Doch auch dieses Semester haben wir irgendwie überstanden und zu einem guten Abschluss gebracht. Jetzt kanns ja nur noch besser werden, wir hoffen auf einen ruhigen Studienverlauf, vor allem ohne weitere Viren.



# Aus den Arbeitsbereichen

## Erfolgreiche wissenschaftliche Karriere am Institut für Sportwissenschaft

Mit Beginn des Wintersemesters 20/21 werden uns einige langjährige Mitarbeiter verlassen, um ihren beruflichen Weg außerhalb der Universität weiterzugehen. So sehr der bevorstehende Weggang von **Michael Joch**, **Johannes Kurz** und **Adam Zabicki** auch einen Verlust an Kompetenz und Erfahrung sowohl in der Lehre als auch in Forschungsprojekten darstellt, so sehr freuen wir uns darüber, wie erfolgreich sie ihren Weg über alle Qualifikationsstufen hinweg gegangen sind. Während Johannes Kurz nach einem Bachelorabschluss an der Universität Mainz nach Gießen kam, hat Adam Zabicki zunächst einen Diplomstudiengang in Physik an der JLU abgeschlossen.



Dr. Adam Zabicki

Dr. Michael Joch

Dr. Johannes Kurz

Michael Joch durchlief sogar seinen gesamten Qualifikationsweg am Institut für Sportwissenschaft und absolvierte als Erststudium den Bachelorstudiengang Bewegung und Gesundheit. Nächste Maßnahme war für alle dann der Masterstudiengang Biomechanik-Motorik-Bewegungsanalyse. Im Masterstudiumsverlauf haben sich die drei in unterschiedlichen Projekten sehr engagiert in laufende Forschungsarbeiten am Institut eingebracht, woraus nicht nur exzellente Abschlussarbeiten resultierten, sondern bei ihnen auch ein besonderes Interesse erwachsen ist, den Forschungsfragen im Rahmen einer Promotion vertiefter nachzugehen. Ein besonderer Vorteil war, dass die betreffenden Projekte in größere Forschungsverbünde eingebunden waren. So konnten alle drei in besonderer Weise davon profitieren, dass sich durch regelmäßige Kolloquien Forschungsaufenthalte im Ausland, Summer Schools, Workshops und Meetings im Rahmen der Internationalen Internationalen Graduiertenschule IRTG „The Brain in Action“, des DFG-Sonderforschungsbereichs SFB/TRR135 „Cardinal Me-

chanisms of Perception“ bzw. des DFG Schwerpunktprogramms SPP1772 „Multitasking“ sehr schnell Kontakte zu international führenden Wissenschaftlern aufbauen ließen.

Auf dieser Basis sind dann auch hervorragende Dissertationen entstanden. Bei allen dreien haben sich nun nach einer mehr oder weniger langen Post-Doc-Phase fast gleichzeitig Weichenstellungen für den weiteren beruflichen Weg ergeben. Michael Joch wird sein wissenschaftliches Know-How in der Entwicklungsabteilung eines international führenden Orthopädieunternehmens einbringen, Johannes Kurz, wird in ein Start-Up wechseln, das Virtual-Reality-Szenarios für den Sport entwickelt.

Bei allen dreien bedauern wir sehr, dass sie in Zukunft nicht mehr als Wissenschaftler, als Lehrende aber insbesondere auch als Person am Institut sein werden, möchten ihnen aber auch auf diesem Weg alles Gute für ihren weiteren beruflichen Weg wünschen. Im Rückblick sehen wir die Biographien als gute Beispiele dafür an, welche Entwicklungsmöglichkeiten am Institut für Sportwissenschaft für Studierende bestehen, die eine akademische Laufbahn anstreben und vielleicht auch als Vorbilder, wie diese genutzt werden können. (HM)

### **Erfolgreich promoviert**

Am 01.10.2020 konnte **Katharina Alack**, Mitarbeiterin der Abteilung für Leistungsphysiologie und Sporttherapie, erfolgreich ihre Doktorarbeit mit dem Titel „Einfluss des Ausdauertrainingsstatus auf die Aktivität von Proteinkinasen und die molekulargenetische Regulation der Apoptose in humanen Lymphozyten“ abschließen. Frau Alack studierte zunächst den Bachelorstudiengang Bewegung und Gesundheit bevor sie sich über den Masterstudiengang Klinische Sportphysiologie und Sporttherapie für eine Promotion qualifizierte. Die Disputation, die den Abschluss der Doktorarbeit bildet, fand unter entsprechenden Hygienevorgaben als Hybridveranstaltung statt. Hier zeigte Frau Alack bei der Verteidigung ihrer Arbeit eine herausragende Leistung. Alle Mitarbeiter des Sportinstituts gratulieren herzlich zu diesem wichtigen Schritt der akademischen Laufbahn. (KK)

### **Kurzbericht des Semestersprechers:**

#### **Robin Sinkovec, M.Sc. Biomechanik-Motorik-Bewegungsanalyse, 2. Fachsemester**

Die Studierenden aus dem zweiten Semester des Masters BMB empfanden den Einstieg ins Onlinesemester sehr holprig. Dies lag vor allem an die Umgewöhnung auf die digitale Lehre, die zum einen dieses Semester durch schlechte Eigenorganisation erschwerte und zum anderen auch von den Dozenten, nicht nur viel erwartet wurde, sondern auch von Ihnen selbst kaum Absprachen mit den Studis eingehalten werden konnten. Nach einiger Zeit mit der Onlinelehre pendelte sich jedoch der Alltag für viele recht schnell wieder ein. Hierbei konnten einige den Studienalltag trotz sehr vieler Aufgaben gut von zuhause aus bewältigen, andere hingegen kamen mit den Nachbereitungen nicht mehr hinterher. Dabei wurden alle Veranstaltungen durchgeführt, die man mithilfe eines Online Seminars durchführen konnte. Die Praktika, die die Vorlesungen begleiten sollten, konnten jedoch erst in der vorlesungsfreien Zeit durchgeführt werden. Dies wurde bei sehr vielen Studierenden als schade empfunden, weil man den praktischen Bezug aus den Vorlesungen nur mit einer größeren Verzögerung kennenlernen konnte.



# Fachschaft Sport

## Die Cafete am Kugelberg

Sicher ist euch unser Cafete bzw. „Kugelbar“, zwischen ahs und Trainingswissenschaft am Eingang des Instituts, oberhalb des Stadions schon das ein oder andere Mal aufgefallen.

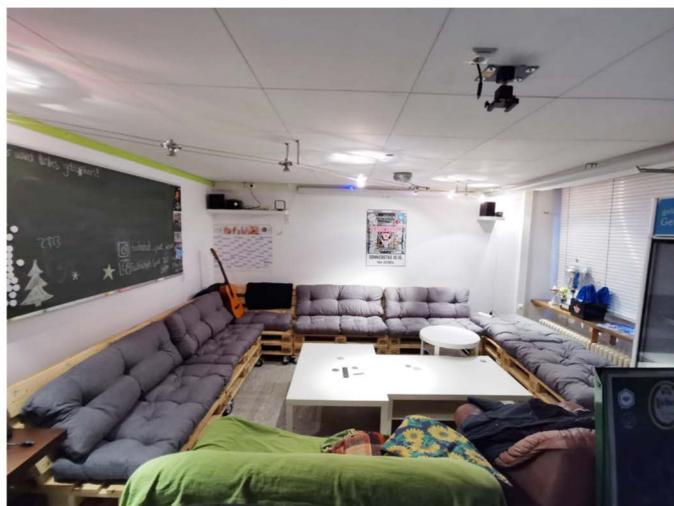


### Für uns ist sie...

- Aufenthaltsort für alle Studenten
- Arbeitsraum der Fachschaft Sport
- Lager von unserem Inventar
- Ort der Ideenfindung für coole Aktionen
- Ausstellungsplatz der Kugelbergkollektion
- Kaffeplatz und Chill-Area
- Entspannungsoase
- Rückzugsort
- Musik Lounge

Letzes Jahr war die Cafete Start- und Endpunkt vieler **Aktionen und Events**, die dort geplant und umgesetzt wurden:

- Ersti-Abend und andere Aktionen wie Ersti-Shirts oder -beutel
  - Licher-Brauereiführung
  - Wintersportevent
  - Absolventenfeier
  - Beachvolleyballturnier
  - Adventskalender
  - Wintersport Filmevent
  - Partys
  - Kugelbergkollektion
  - Hochschulpolitik (Gremien & Ausschüsse)
  - Kontakt zu Institut und Dozierenden
- u.v.m.



Kugelbar

### Ihr wart noch nicht dort? – Dann wird es höchste Zeit uns dort mal einen Besuch abzustatten!

Denn in der Fachschaft Sport geht es um mehr als nur um Kaffeetrinken, Hacky-Sack spielen oder in Hängematten dösen! Aufgrund von Corona und dem Online-Semester sind viele dieser Aktionen für euch leider nicht möglich gewesen, daher dürfte der/die eine oder andere von euch die neue Inneneinrichtung in der Cafete noch nicht live gesehen haben.

Die alten Sofas sind rausgeworfen worden und durch schicke, bequeme, selbstgebaute Sitzbänke aus Paletten ersetzt worden. Außerdem haben wir nun im Foyer einen eigenen Schaukasten, in dem Informationen aufgehängt werden. Doch die Renovierung wird noch weiter gehen, bleibt also gespannt!



Absolventenfeier

### Cafete und Corona

Welche Aktionen wir trotz der großen Einschränkungen durch Corona für euch auf die Beine stellen könnt ihr unter den folgenden Social-Media-Accounts erfahren:

- Fachschaft Sport JLU Gießen (Facebook)
- fachschaft\_sport\_giessen (Instagram)

Dort und unter **fs-sport@sport.uni-giessen.de** könnt ihr uns jeder Zeit bzgl. Fragen und Problemen rund um Studium, Institut, Universität oder anderen Dingen schreiben!

Auch bei Interesse an einem Beitritt der Fachschaft könnt ihr gerne diese Kontaktmöglichkeiten nutzen, um euch bei uns zu melden! (FS)



Liebe Interessierte und Studierende,

wir, die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen sowie die Studierenden des Fachbereichs Psychologie und Sportwissenschaft sowie des Allgemeinen Hochschulsports möchten Ihnen Informationen rund um verschiedene Themenbereiche bereitstellen, die in der gegenwärtigen Situation für Sie von Interesse sein könnten.

Wir stellen Ihnen von uns selbst erarbeitete Informationen oder Videos zur Verfügung, aber auch Links zu anderen Informationsquellen im Netz, deren Qualität wir vorher geprüft haben. Die Website ist in verschiedene Bereiche unterteilt, je nachdem welches Thema für Sie von Interesse sein könnte. Wir wünschen und erhoffen uns, dass Sie die eine oder andere für Sie hilfreiche Information auf unseren Seiten finden. Wir aktualisieren und erweitern diese Informationsseiten kontinuierlich, es lohnt sich also, immer mal wieder vorbeizuschauen.

*Ihr Fachbereich Psychologie und Sportwissenschaft der JLU*

Unter [www.uni-giessen.de/fbz/fb06/hilfe\\_corona](http://www.uni-giessen.de/fbz/fb06/hilfe_corona) finden Sie unter anderem folgenden Themen Videos und Beiträge:

- Freizeitgestaltung und Sport
- Familie und Kinder
- Wie reagieren Menschen in Ausnahmesituationen? Was ist normal?
- In diesen schwierigen Zeiten... - Wenn zu viel Zeit belastend wird. Was tun, wenn man das Gefühl hat, dass alles zu viel wird?
- Stress und Belastung verringern
- Hilfe mit chronischen Schmerzen

### **Vortragsreihe "WissenSchaftt Gesundheit - Erkenntnisse aus Psychologie und Sport"**

Am Fachbereich 06 fand ab Mai 2020 die Vortragsreihe "**WissenSchaftt Gesundheit - Erkenntnisse aus Psychologie und Sport**" statt, die sich an die breite Öffentlichkeit wandte. Die Vorträge fanden live online statt, es gab die Möglichkeit, Fragen zu stellen, die im Anschluss an den Vortrag von der/dem Referenten/in beantwortet wurden. Die Aufzeichnungen und Folien können Ihnen bei Interesse gerne zur Verfügung gestellt werden.

Vortragsthemen waren u.a.:

- **Dr. Jana Strahler**, Klinische Psychologie und Psychotherapie, JLU:  
*„Resilienz: Stärkung der psychischen Widerstandskraft durch gesundes Verhalten?!“*
- **Prof. Dr. Karsten Krüger**, Leistungsphysiologie und Sporttherapie, JLU:  
*„Healthy (Immun-)Aging: wie Lebensstilfaktoren die Infektionsanfälligkeit beeinflussen“*
- **Prof. Dr. Jan Häusser**, Sozialpsychologie, JLU:  
*„Soziale Isolation - Warum Einsamkeit krank macht“*
- **Dr. Heiko Maurer/Christofer Segieth**, Dipl. Sportwissenschaft, Trainingswissenschaft, JLU:  
*„Fitness - welche Trends halten einer wissenschaftlichen Betrachtung stand?“*

Die Aufzeichnungen und Folien können Ihnen bei Interesse gerne zur Verfügung gestellt werden. Weitere Informationen unter: [www.uni-giessen.de/fbz/fb06/vortragsreihe](http://www.uni-giessen.de/fbz/fb06/vortragsreihe)

---

#### **-Impressum-**

**Herausgeber:** Justus-Liebig-Universität, Institut für Sportwissenschaft

**Redaktion:** Prof. Dr. Michael Mutz (MM), Dr. Yvonne Zimmer-Ackermann (YZA), Martina Hänel (MHL), Prof. Dr. Jörn Munzert (JM), Prof. Dr. Verena Oesterhelt (VO), Prof. Dr. Hermann Müller (HM), Prof. Dr. Karsten Krüger (KK), Torsten Frech (TF), Christian Treppesch (CT), Christofer Segieth (CS), Dr. Heiko Maurer (HMA), Allgemeiner Hochschulsport (AHS), Fachschaft (FS), Eduard Geist (EG)

**Fotos & Abbildungen:** iStock, Wikipedia CC, JLU Pressestelle, Privat, Pixabay

**Kontakt der Redaktion:** Justus-Liebig-Universität Gießen – Institut für Sportwissenschaft – Kugelberg 62 – 35394 Gießen, E-Mail: [institut@sport.uni-giessen.de](mailto:institut@sport.uni-giessen.de)