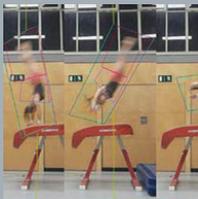




FORSCHUNG AKTUELL #2-2018

Der Forschungsnewsletter der Deutschen Sporthochschule Köln

INHALT



PAPER /

Blickverhalten von KampfrichterInnen

S.01



PROJEKTE /

VOICE: Betroffenen eine Stimme geben

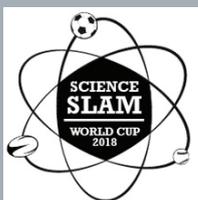
S.02



PERSONEN /

„Das Essen darf kein Stressfaktor sein, sondern Teil der Erholung.“

S.03

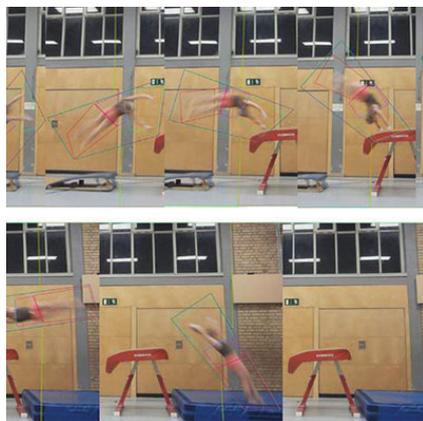


NEWS /

S.04

PAPER - Blickverhalten von KampfrichterInnen

In technischen Sportarten wie Turnen, Eiskunstlaufen oder Turmspringen müssen die KampfrichterInnen – manchmal in Millisekunden – Fehler erkennen und Abzüge markieren, um die Qualität der Leistung und somit ein wettbewerbsfähiges Urteil bestimmen zu können. WissenschaftlerInnen der Deutschen Sporthochschule Köln haben jetzt untersucht, inwieweit das Lizenzlevel der KampfrichterInnen und das Niveau als ehemalige Turnerin bzw. ehemaliger Turner einen Einfluss auf die Beurteilung hat und ob es sich im Blickverhalten der KampfrichterInnen widerspiegelt.



KONTAKT

Dr. Alexandra Pizzera
Institut für Trainingswissenschaft und Sportinformatik
a.pizzera@dshs-koeln.de
+49 221 4982-4370

Abb.: Bewegungsabfolge eines Handstütz-Sprungüberschlags mit halber Drehung am Sprungtisch

In der Studie wurden 35 KampfrichterInnen (ein Mann) gebeten, einen Handstütz-Sprungüberschlag mit halber Drehung am Sprungtisch zu beurteilen. Die KampfrichterInnen wurden nach zwei verschiedenen Kriterien eingestuft: Beurteilung von Fachwissen und spezifische motorische Erfahrung (SME). Die Gruppe mit SME (n=18) umfasste KampfrichterInnen, die in der Lage waren, das Element selbst zu turnen. Die Gruppe ohne SME (n=17) schloss KampfrichterInnen ein, die die Übung nicht ausführen konnten. Die Beurteilungsexpertise war in beiden Gruppen ähnlich. Alle KampfrichterInnen hatten eine offizielle Lizenz für die Beurteilung im Gerätturnen (Level A bis Level D).

Um die Beurteilungssituation für alle KampfrichterInnen gleich zu gestalten, wurden Videoclips mit einer Hochgeschwindigkeitskamera erstellt. Sieben Turnerinnen führten jeweils sechs Handstütz-Sprungüberschläge durch. Aus diesen Übungen wurden drei herausgesucht, die unterschiedliche Fähigkeiten und Bewertungskriterien aufwiesen, die die KampfrichterInnen normalerweise auch im Wettkampf sehen. Die Dauer der Clips betrug ca. 4,27 s. Für alle Videoclips wurden Referenzwerte durch detaillierte Videoanalysen in Zeitlupe ermittelt. Basierend auf den Bewertungen von drei ExpertInnen (zweithöchste nationale Ebene), die die Clips so oft ansehen konnten, wie sie wollten, wurde eine durchschnittliche Punktzahl abgeleitet, die den endgültigen Referenzwert ergab.

Um das Blickverhalten der KampfrichterInnen zu messen, wurden Eye-Tracking-Brillen verwendet, die die Augenbewegungen aufzeichnen. Zusätzlich kam ein Fragebogen zum Einsatz, zur Beurteilung der Erfahrung der KampfrichterInnen und der sportmotorischen Fähigkeit. Abgefragt wurden beispielsweise die Anzahl der Jahre als aktiver Kampfrichter bzw. aktive KampfrichterIn, die Anzahl der Einsätze pro Jahr oder ob sie das im Video gezeigte Element beherrschen.

Nachdem die TeilnehmerInnen den Fragebogen ausgefüllt hatten, wurden sie gebeten, nach den Kriterien des Internationalen Turnerbundes (Fédération Internationale de Gymnastique) die Überschläge zu bewerten. Nach der Instruktion startete die Eye-Tracking-Aufzeichnung. Nach drei Eingewöhnungsvideos mussten die 35 KampfrichterInnen 21 Videoclips in zufälliger Reihenfolge bewerten.

Alle KampfrichterInnen zeigten eine gute Beurteilungsqualität, mit einer mittleren Abweichung von 0,66 vom Referenzwert. Während der gesamten Turnübung lag die durchschnittliche Anzahl der Fixationen der KampfrichterInnen an der Turnerin bei 5,48 (SD = 0,77), mit der höchsten Anzahl von Fixationen während der Stützphase. Die KampfrichterInnen verweilten durchschnittlich 1,18 s (SD = 0,16) auf der Turnerin, wobei der Mittelwert der Videoclips 1,98 s betrug. Insgesamt richteten die KampfrichterInnen daher 60% ihrer Beobachtungszeit auf die Turnerin.

Bezogen auf die Ausgangsfragestellung, inwieweit das Lizenzlevel der KampfrichterInnen einen Einfluss auf die Beurteilung hat und ob es sich im Blickverhalten der RichterInnen widerspiegelt, ergaben sich folgende Ergebnisse: Die Auswertungen zeigen eine bessere Leistung bei KampfrichterInnen mit einem höherem Lizenzniveau im Vergleich zu KampfrichterInnen mit einem niedrigeren Lizenzlevel und mehr Fixationen während der Landephase, speziell auf den Kopf und die Arme der Turnenden. SME hat keinen Einfluss auf die Beurteilungsleistung; KampfrichterInnen mit SME zeigen jedoch ähnliche Blickmuster wie KampfrichterInnen mit einem hohen Lizenzniveau, allerdings mit einem verstärkten Fokus auf die Füße der Turnerinnen.

Das Fazit der StudienleiterInnen: Überlegene Beurteilungsperformance scheint sich in einem spezifischen Blickverhalten niederzuschlagen. Dieses Blickverhalten scheint teilweise auf die eigenen sensomotorischen Erfahrungen der KampfrichterInnen für diese Fähigkeit zurückgeführt werden zu können. Aus praktischer Sicht deuten die Ergebnisse darauf hin, dass die Beurteilung der Leistung durch die Anwendung spezifischer Blickstrategien verbessert werden könnte. SupervisorInnen könnten KampfrichterInnen trainieren, um sich auf bestimmte Teile des Körpers zu konzentrieren, um eine höhere Beurteilungsgenauigkeit zu erreichen. Durch die visuelle Steuerung der Blickmuster von KampfrichterInnen könnte die Beurteilung der Leistung verbessert werden.

AutorInnen: Dr. Alexandra Pizzera (Deutsche Sporthochschule Köln, Institut für Trainingswissenschaft und Sportinformatik), Dr. Carsten Möller (Deutsche Sporthochschule Köln, Institut für Kommunikations- und Medienforschung), Prof. Henning Plessner (Universität Heidelberg, Institut für Sport und Sportwissenschaft)

Die AutorInnen bedanken sich bei Franziska Baehr und Sylvia Kling für ihre Unterstützung bei der Datenerhebung und -analyse sowie allen RichterInnen und Turnerinnen für ihre Teilnahme.

Text: Lena Overbeck

PROJEKTE - VOICE: Betroffenen eine Stimme geben

Mit dem Projekt „VOICE“ setzt das Institut für Soziologie und Genderforschung seine Arbeit zur sexualisierten Gewalt im Sport fort. Auf der Basis von Erfahrungsberichten Betroffener werden Umstände erkennbar, die Übergriffe begünstigen. Und es entstehen Bildungsmaterialien, die zur Aufklärung und zur Vorbeugung beitragen sollen.



KONTAKT

Dr. Bettina Rulofs
Institut für Soziologie und
Genderforschung
rulofs@dshs-koeln.de
+49 221 4982-7230

Derzeit vergeht fast kein Tag, ohne dass die großen Medien an prominenter Stelle neue Wendungen, Enthüllungen, Prozesse oder Erfahrungsberichte über sexualisierte Gewalt publizieren. Die „#MeToo“-Bewegung verliert nicht an Fahrt, und längst hat auch der Sport begonnen, sich intensiv mit diesem Problem zu befassen. „Ich denke, dass die Zeit reif ist. Die Gesellschaft, viele Organisationen und die darin handelnden Personen wollen dieses Thema nicht weiter tabuisieren“, sagt Dr. Bettina Rulofs vom Institut für Soziologie und Genderforschung an der Deutschen Sporthochschule Köln, wo im vorigen Jahr das viel beachtete Projekt »SafeSport« abgeschlossen wurde. Die ForscherInnen fanden heraus, dass 37 Prozent der befragten Leistungssportlerinnen und -sportler in ihrer Karriere eine Form von sexualisierter Gewalt und Belästigung im Sportumfeld erfahren haben. Mitte des Jahres werden nun die Ergebnisse eines weiteren Projektes namens „VOICE“ veröffentlicht, das sich sehr konkret den Schicksalen betroffener Athletinnen und Athleten zuwendet. Das von der EU geförderte Projekt findet in sieben Ländern statt und wird an der Deutschen Sporthochschule Köln geleitet.

Rund 70 Betroffene, die Erfahrungen mit sexualisierter Gewalt gemacht haben, berichteten in tiefgehenden Interviews – oftmals über viele Stunden – ausführlich von ihren Erlebnissen, was einen tiefen Einblick in die Bedingungen ermöglicht, die sexuelle Übergriffe im Sportkontext begünstigen. „Wir stellen fest, dass die Strukturen, in denen das passiert, oft durch ein ganz enges Zusammenspiel von Sport und privatem Umfeld gekennzeichnet sind“, berichtet Rulofs. „Immer wieder zeigen die Interviews, dass Täter eng mit der Familie der Betroffenen verbunden sind, zum Beispiel der gute Freund der Mutter, der wiederum Trainer des missbrauchten Sohnes ist.“ In solchen Konstellationen werden Hinweise und Hilferufe häufig ignoriert oder nicht ernst genommen.

Darüber hinaus erkennen junge Menschen nicht unbedingt sofort in voller Klarheit, dass sie ein Missbrauchopfer sind. „Der Sport mit seiner Ausrichtung auf hartes Training erzeugt mitunter ein Klima, wo die Betroffenen bereit sind, ganz viel hinzunehmen“, sagt Rulofs. Kinder und Jugendliche glauben unter diesen Bedingungen, dass es „dazu gehört, wenn ein strenger Trainer auch mal übergriffig wird, als Autorität verfügt er über eine Disziplinierungsmacht, der sich die Betroffenen nur schwer entziehen können“. Aus solchen Erkenntnissen, die die Deutsche Sporthochschule Köln in Kooperation mit sechs anderen Universitäten gewonnen hat, werden in einem nächsten Schritt Vorbeugungs- und Schutzmaßnahmen entwickelt.

Auf der Basis der Interviews werden Lehrmaterialien entwickelt, so entstehen beispielsweise Filme, die in der Trainerausbildung verwendet werden können. Außerdem fordern die Verbände ihre Basis dazu auf, sensibler auf Hinweise und Gerüchte zu reagieren, statt Andeutungen und Symptome zu ignorieren. Und nicht zuletzt finden so genannte „Acknowledgement Forums“

statt, in denen Betroffene zwar in einem geschützten Raum, aber doch vor Publikum von ihren Erlebnissen erzählen. Zu diesen Hearings werden Politikerinnen und Politiker und Verantwortliche aus Vereinen und Verbänden eingeladen, um ein Gefühl für die Bedeutung des Themas vermittelt zu bekommen. „Niemand im Publikum kann sich verschließen, wenn Betroffene von ihren Missbrauchserfahrungen berichten und schildern, welche Auswirkungen dies auf ihr Leben hat“, erzählt Rulofs. Und bei den Betroffenen von Gewalt erzeugt das Sprechen über die traumatischen Erlebnisse oftmals ein Gefühl der Befreiung. Das Sprechen und Anhören stärkt auf diese Weise sowohl die Betroffenen als auch die Sportorganisationen bei der Aufarbeitung.

Neben der Analyse persönlicher Geschichten hat das Projekt aber auch zum Ziel, Erfahrungen mit sexualisierter Gewalt in unterschiedlichen europäischen Ländern zu vergleichen. „Eine erste Erkenntnis war, dass wir das Projekt in Ungarn nicht realisieren konnten. Anscheinend sind die gesellschaftlichen Bedingungen dort noch andere, denn die ungarische Partnerin konnte zum Beispiel keine Verbände finden, die das Projekt unterstützen wollten“, berichtet Rulofs. Ansonsten beteiligen sich an dem Projekt Hochschulen, Sport- und Opferschutzorganisationen aus Slowenien, Dänemark, Österreich, Belgien, Spanien, England und Deutschland.

Am 4. und 5. Mai wird „VOICE“ nun in Bergisch Gladbach mit einer Abschlusskonferenz enden, aber das Thema wird die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler weiterhin beschäftigen. Vieles deutet darauf hin, dass sexualisierte Übergriffe auch im Alltag der Menschen im Breitensport stattfinden, bisher hat die Forschung sich aber fast ausschließlich mit den Erfahrungen im Leistungssport befasst. Und nicht zuletzt zeigen die internationalen Vergleiche, die im Rahmen von „VOICE“ gezogen wurden, dass Deutschland mit seiner DDR-Vergangenheit eine Sonderrolle zufällt. „Dort gab es die Kinder- und Jugendsportschulen. Auch aus dieser Zeit haben sich Opfer von Gewalt und Machtmissbrauch bei uns gemeldet“, sagt Rulofs. Die Doping-Vergangenheit der DDR sei zum Teil aufgearbeitet worden, die Fälle von emotionaler, körperlicher und sexueller Gewalt, die in diesem Umfeld stattgefunden haben, sind dagegen weitgehend unerforscht.

Text: Daniel Theweleit

PERSONEN - „Das Essen darf kein Stressfaktor sein, es sollte Teil der Erholung bleiben.“

Im gleichen Lehrgang wie Jürgen Klopp erwarb Hans Braun einst seine A-Lizenz der Fußballtrainer, und noch immer ist der Ernährungsexperte vom Institut für Biochemie der Deutschen Sporthochschule Köln dem Fußball eng verbunden. Heute bildet er an der Hennes-Weisweiler-Akademie Trainer aus, forscht im Bereich der Sporternährung und gibt Orientierungshilfe im Dschungel der angeblichen Ernährungswahrheiten.



KONTAKT

Hans Braun
Institut für Biochemie
h.braun@dshs-koeln.de
+49 221 4982-4932

Wenn man die zahllosen Veröffentlichungen zum Thema Sportlernährung im Internet und in vielen Fachzeitschriften verfolgt, hat man den Eindruck, dass die Wissenschaft alle paar Wochen andere Empfehlungen gibt: Mal low-carb, mal laktosefrei, mal vegan, mal viel Fett, mal wenig Fett, gibt es überhaupt verlässliches Wissen zur richtigen Ernährung für Sportler?

Wie bei der allgemeinen vollwertigen, gesunden Ernährung gibt es auch im Bereich der Sporternährung einige Grundpfeiler, die sehr stabil sind: Sportlerinnen und Sportler schwitzen stark, also brauchen sie mehr Flüssigkeit als Nichtaktive, sie haben einen größeren Kohlehydratbedarf, und sie benötigen mehr Eiweiß. Das sind Dinge, die wissen wir seit den 60er und 70er Jahren des vorigen Jahrhunderts. Wenn wir dann noch etwas weiter in die Tiefe gehen, brauchen Athletinnen und Athleten zum Beispiel individuelle Mengen an Elektrolyten, die verloren gehen, abhängig von den klimatischen Bedingungen, aber auch vom Geschlecht. Aktuell liegt ein wissenschaftlicher Schwerpunkt der Sporternährung in der Individualisierung der Ernährung und dem Zeitpunkt der Nährstoffzufuhr in Abhängigkeit von der akuten Trainingsbelastung zur Unterstützung trainingsbedingter Anpassungsprozessen.

Das klingt halbwegs überschaubar. Warum brauchen Hochleistungssportler dann oft speziell ausgebildete Berater, die bei der richtigen Ernährung helfen sollen?

Heute geht es zunehmend um eine feine Anpassung der Nahrung auf den einzelnen Athleten. Wir wissen zum Beispiel, dass ein Ausdauersportler nicht immer viele Kohlehydrate braucht, je nach Trainingsgestaltung kann das variieren. Es gibt beispielsweise Ansätze, dass Sportlerinnen und Sportler in manchen Trainingseinheiten mit leeren Kohlehydratspeichern trainieren, um Anpassungen zu erzielen, die dann im Wettkampf Wochen später gewisse Leistungsverbesserungen begünstigen. Die Umsetzung beim einzelnen Athleten benötigt physiologische und ernährungswissenschaftliche Kenntnisse, die eben nicht Allgemeinwissen sind.

Ist es denkbar, dass irgendwann exakt ermittelt werden kann, was eine Sportlerin oder ein Sportler an welchem Tag idealerweise essen soll, um perfekte Leistungssteigerungen zu erzielen?

Möglich ist vieles, aber wann sowas verfügbar ist, ist schwer zu sagen. Aber es gibt schon ‚den Traum‘, dass man zwei Tropfen Kapillarblut nimmt, und damit recht genau weiß, was in der Ernährungsberatung umgesetzt werden muss. Das wird aber wahrscheinlich nicht funktionieren, weil nicht jeder relevante Marker über das Blut messbar ist. Trotzdem sehe ich hier spannende Möglichkeiten, in der Zukunft noch genauer konkrete Anweisungen an die Athleten oder an ein Team zu geben, wie die Nährstoffzufuhr gestaltet werden kann. Allerdings kann ich alleine durch Essen niemanden besser machen, das geschieht durch

Training. Und wenn wir die individuelle Steuerung der Ernährung so verkomplizieren, dass Stress entsteht, ist das auch nicht sinnvoll. Das Essen darf kein Stressfaktor sein, es sollte Teil der Erholung bleiben.

Was Sie vermutlich nicht davon abhält, immer neues Detailwissen über Ernährung zu generieren. Wo sehen Sie noch Forschungsbedarf?

Ein bisher eher untergeordnetes Thema im Forschungsfeld der Sporternährung ist für mich das Feld der Mikronährstoffe im Leistungssport. Wir wissen aus unseren Erhebungen, dass Leistungssportler einen relativ hohen Konsum an Nahrungsergänzungsmitteln haben. Bevorzugt werden Vitamine und Mineralstoffe und in Einzelfällen in Mengen konsumiert, die im Verdacht sind, Nebenwirkungen zu haben. Dabei ist im Regelfall unbekannt, wie hoch der tatsächliche Mikronährstoffbedarf ist. Es ist schon eine große Herausforderung, für die Allgemeinbevölkerung eine Empfehlung zur Zufuhr einzelner Mikronährstoffe zu formulieren. Wie viel Vitamin C brauchen wir? Wie viel Vitamin D? Für Sportlerinnen und Sportler gibt es dazu überhaupt keine belastbaren Datensätze, die beispielsweise sagen: Der Marathonläufer braucht das Doppelte und der Gewichtheber das Drei- oder Vierfache. Oder gibt es vielleicht gar keinen erhöhten Bedarf?

Ein Teil Ihrer Forschungsarbeit findet seit langem im Nachwuchsbereich statt. Gibt es dafür einen besonderen Grund?

Wir haben über das Projekt momentum engen Kontakt zu vielen Athletinnen und Athleten, der sich nun schon über zehn Jahre erstreckt. Wir haben da wirklich mittlerweile einen schönen Datensatz mit über 800 Athleten, der zeigt, dass das Ernährungswissen jugendlicher Sportler eher unzureichend ist, der Nahrungsergänzungsmittelkonsum relativ hoch, wohingegen die Nährstoffzufuhr über die Nahrung nicht dem entspricht, was allgemein Sportlern empfohlen wird. Das ist interessant und möglicherweise ein einzigartiger Datenpool, denn der Nachwuchsbereich spielt über alle Sportarten hinweg nur eine sehr untergeordnete Rolle in der Ernährungsforschung. Etwas intensiver haben wir uns im Rahmen eines von der FIFA geförderten Projekts mit dem Ernährungs- und Flüssigkeitsstatus bei jugendlichen Fußballerinnen beschäftigt. So zeigte sich, dass ein recht hoher Anteil der Spielerinnen aufgrund eines schlechten Trinkmanagements bereits mit einem Flüssigkeitsdefizit in ein Spiel gegangen ist. Grundsätzlich können wir sagen: Es ist dringend notwendig, die Gruppe der Nachwuchssportler viel stärker aufzuklären, was die Ernährung und den Umgang mit Nahrungsergänzungsmitteln betrifft.

Sie unterrichten das Fach Ernährung auch an der Hennes-Weisweiler-Akademie, wo die deutsche Fußball-Trainer-Elite ausgebildet wird. Sind Ihre Schüler dort an dem Spezialthema interessiert?

Interessiert sind die angehenden Trainer wahrscheinlich alle. Trotzdem ist das für einen Trainer tatsächlich ein schwieriges Feld, weil die Vorkenntnisse nicht einheitlich sind und eine detaillierte Auseinandersetzung mit Ernährung sehr viel Zeit kostet, und die haben wir in der Ausbildung nicht. Ziel ist es, die Trainer über grundlegende Aspekte der Sporternährung aufzuklären und Ihnen für bestimmte Situationen Handlungsempfehlungen zu geben. Gleichzeitig sollen sie auch erkennen lernen, dass es nicht sinnvoll ist, jedem Trend oder Hype im Bereich Ernährung zwingend nachzugehen. In meinen Augen gehört im Umfeld des Profifußballs die Frage nach der richtigen Ernährung eigentlich nicht in die Hände des Cheftrainers. Mein Ziel ist eher, den Trainern aufzuzeigen, welche Chancen das Thema birgt, welche Grenzen es hat und wie es dann von einem echten Spezialisten im Alltag umgesetzt werden kann.

Gibt es keine Klubs, die extra Ernährungsberater beschäftigen?

Die gibt es, es ist aber eher selten, dass diese im Verein angestellt sind. Ehrlich gesagt, verstehe ich hier viele Lizenzvereine nicht richtig. Unterhalb des Pro-

fikaders spielen ja noch viele Nachwuchsmannschaften, da kommt man schnell auf 150 bis 200 Spieler, und da könnte ein Ernährungsberater, der alle Spielerinnen und Spieler betreut, jedem Klub weiterhelfen.

Im Rahmen Ihrer Arbeit für die Deutsche Gesellschaft für Ernährung machen Sie Ihr Wissen Freizeitsportlern zugänglich. Wie funktioniert das?

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung hat die Arbeitsgruppe Sporternährung ins Leben gerufen, um ausgebildete Ernährungsberater, aber auch Hobbysportler und leistungsorientierte Freizeitsportler, die zum Beispiel auf einen Halbmarathon trainieren, mit wissenschaftlich fundierten Informationen zu versorgen. Quasi als ein kleiner Gegenpol zu Empfehlungen und Tipps im Internet, denen teilweise jede wissenschaftliche Grundlage fehlt. Ziel unserer Arbeitsgruppe ist es, Positionspapiere zu verschiedenen Themen zu formulieren, die letztendlich der Allgemeinheit zur Verfügung stehen.

Haben Sie schon einmal einer Sportlerin oder einem Sportler durch Tipps zu großen Erfolgen verholfen?

Ich würde mich nicht über den jahrelangen Trainingsfleiß eines Sportlers erheben und sagen, die Ernährung hat zum Sieg verholfen. Wenn man einen Olympiasieg nimmt, ist die Ernährung ja nur ein Faktor. Umso mehr freut es einen natürlich, wenn die Athletinnen oder Athleten von ihren Wettkämpfen zurückkommen, einen zu einer Goldmedaillenfeier einladen und sich bedanken, manchmal sogar namentlich. Ich finde es dann irrelevant, wie groß der Anteil an einem Erfolg ist. Ein besonders schönes Erlebnis war aber 2006 die Hockey-WM in Mönchengladbach, als ich mit der Nationalmannschaft, dem Hotel und mit Blick auf den Spielplan genau abgestimmt habe, was es wann zu Essen gibt. Und am Ende stand der WM-Titel.

Text: Daniel Theweleit

NEWS



Science Slam WM an der Sporthochschule

Was ist schon die Fußball-Weltmeisterschaft 2018 in Russland im Vergleich zu einer Science Slam WM in Köln? In Anlehnung an das sportliche Großereignis dieses Jahres wird die Deutsche Sporthochschule Köln ebenfalls ein „Turnier“ veranstalten, und zwar unter dem Motto: Excite the public with your research! Vom 19. bis 24. November findet die Science Slam WM an der Sporthochschule statt. Die Idee: Es sollen Partnerschaften zu Volluniversitäten in den Mutterdisziplinen der Sportwissenschaften, also Sozial-, Geistes- und Lebenswissenschaften, aufgebaut werden; dazu werden weltweit kommunikationsstarke Nachwuchswissenschaftlerinnen und -wissenschaftler aufgefordert, sich mit einem Video zu bewerben, in welchem sie ihre Forschung anschaulich und kreativ beschreiben. Mit dem Konzept Science Slam WM hat die Deutsche Sporthochschule Köln im Rahmen eines Ideenwettbewerbs der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG) den „Start-up“-Sonderpreis in Höhe von 75.000 Euro gewonnen. Das Preisgeld wird nun für die Organisation des Slams genutzt. Mehr Infos unter www.dshs-koeln.de/scienceslam



15 Projekte erhalten hochschulinterne Forschungsförderung

Die Deutsche Sporthochschule Köln hat ihre hochschulinterne Forschungsförderung für Forschungsprojekte in der Bewerbungsrunde 2017/18 vergeben und dabei insgesamt 177.000 Euro auf 15 Anträge verteilt. Die 15 Projekte wurden aus 55 Bewerbungen von Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern in den Gesellschafts- und Lebenswissenschaften ausgewählt, darunter auch vier Anträge von Masterstudierenden. In der Förderlinie 1, eine Forschungsförderung für den jungen wissenschaftlichen Nachwuchs, wurden sieben Projekte ausgewählt; in der Förderlinie 2, zur Förderung von Projekt- und Anschubfinanzierungen für Postdocs, fünf Projekte; in der Förderlinie 4 zur Forschungsförderung von Postdocs wurde ein Projekt ausgewählt und in der erstmalig ausgeschriebenen Förderlinie 5 zur Förderung der Forschungstätigkeit von promovierten wissenschaftlich Beschäftigten mit Lehrverpflichtung werden zwei Projekte gefördert. [Mehr lesen...](#)



Was hat Weltraumforschung mit Demenz zu tun?

Aktuelle Forschungsergebnisse interessierten Bürgerinnen und Bürgern auf anschauliche Weise zu präsentieren, darum geht es in der Vortragsreihe „Wissenschaft im Rathaus“ (WiR). Regelmäßig beteiligen sich hier auch Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler der Deutschen Sporthochschule Köln. Dem Zusammenhang von Weltraumforschung und Demenz widmete sich in diesem Rahmen Univ.-Prof. Dr. Stefan Schneider vom Institut für Bewegungs- und Neurowissenschaft. Schritt für Schritt wurde das Publikum an die Forschung der Deutschen Sporthochschule im Hinblick auf das Leben im All herangeführt. Denn, was man zunächst nicht vermute: Die Forschung im Rahmen von Weltraumexpeditionen liefert auch wichtige Erkenntnisse für das Leben auf der Erde, denn in Schwerelosigkeit laufen viele Prozesse im menschlichen Körper wie im Zeitraffer ab. So zeigen erste Forschungsergebnisse klar, dass Sport und Bewegung nicht nur physisch einen Nutzen bringen, sondern vor allem auch psychisch wesentlichen Einfluss auf die Weltraumforscher haben. Das Ausmaß der positiven Effekte von Sport und Bewegung auf die Stressreduktion bei Astronauten ist enorm, da, so Schneider, körperliche Aktivität das Gehirn entspannt und gleichzeitig fordert. [Mehr lesen...](#)

IMPRESSUM

Redaktion: Deutsche Sporthochschule Köln, Stabsstelle Akademische Planung und Steuerung, Abt. Presse und Kommunikation
Am Sportpark Müngersdorf 6 | 50933 Köln, Telefon: +49 (0)221 4982-3850, E-Mail: presse@dshs-koeln.de