

## Andreas Osterroth, Jürgen Gießing und Björn Eichmann: Sport an der Konsole

Eine Studie der Universität Landau kommt zu dem Ergebnis, dass ein zwölfwöchiges Training mit dem Programm WiiFit keine messbaren physiologischen Auswirkungen auf die teilnehmenden Probanden hat. Andreas Osterroth ist Realschullehrer mit den Fächern Sport, Mathematik und Deutsch. Dr. Jürgen Gießing ist Professor für Sportwissenschaft an der Universität Koblenz-Landau am Campus Landau. Björn Eichmann ist wissenschaftlicher Mitarbeiter und Doktorand am Institut für Sportwissenschaft der Universität Koblenz-Landau in Landau.

### Literatur:

Feltz, Deborah L./Landers, Daniel M. (1983). The effects of mental practice on motor skill learning and performance: A meta-analysis. *Journal of Sport Psychology*, 5, S. 25-57.

Fromm, Rainer (2003). *Digital Spielen – real morden? Shooter, Clans und Fragger. Computerspiele in der Jugendszene.* Marburg: Schüren.

Gunzenhäuser, Randi/Hahn, Angela/Keitel, Evelyne/Süß, Gunter (2003). *Computerspiele – Eine Provokation für die Kulturwissenschaften?* Lengerich: Pabst Science Publishers.

Lemola, Sakiri/Brand, Serge/Vogler, Nicole/Perkinson-Gloor, Nadine/Allemand, Mathias/ Grob, Alexander (2011). Habitual computer game playing at night is related to depressive symptoms. *Personality and Individual Differences*, April 18, 2011.

Lenhart, Peter/Seibert, Wolfgang (2001). *Funktionelles Bewegungstraining: muskuläre Dysbalancen erkennen, beseitigen und vermeiden.* München: Urban & Fischer.

Roberts, Glyn C. (2001). *Advances in Motivation in Sport and Exercise.* Illinois: Human Kinetics.

Schrammel, Sabrina (2007). E-Sport: Der Computer als Spiel- und Sportgerät. *Medienimpulse*, 16 (62), S. 51-54.

Stratton, Gareth/Ridgers, Nicola D. (2007). Comparison of energy expenditure in adolescents when playing new generation and sedentary computer games: cross sectional study.

Schmidt, Ute (2008). *Konsolentraining für Sport. Eine Studie mit Bowling Novizen.* *Kognitive Systeme – Human Computer Interaction.* WS 07/08 Universität Bamberg.

Tittlbach, Susanne/Sygyusch, Ralf/Brehm, Walter/Woll, Alexander/Lampert, Thomas/Abele, Andrea E./Bös, Klaus (2011). Association between physical activity and health in German adolescents, In: *European Journal of Sport Science*, 11:4, (S. 283-291).