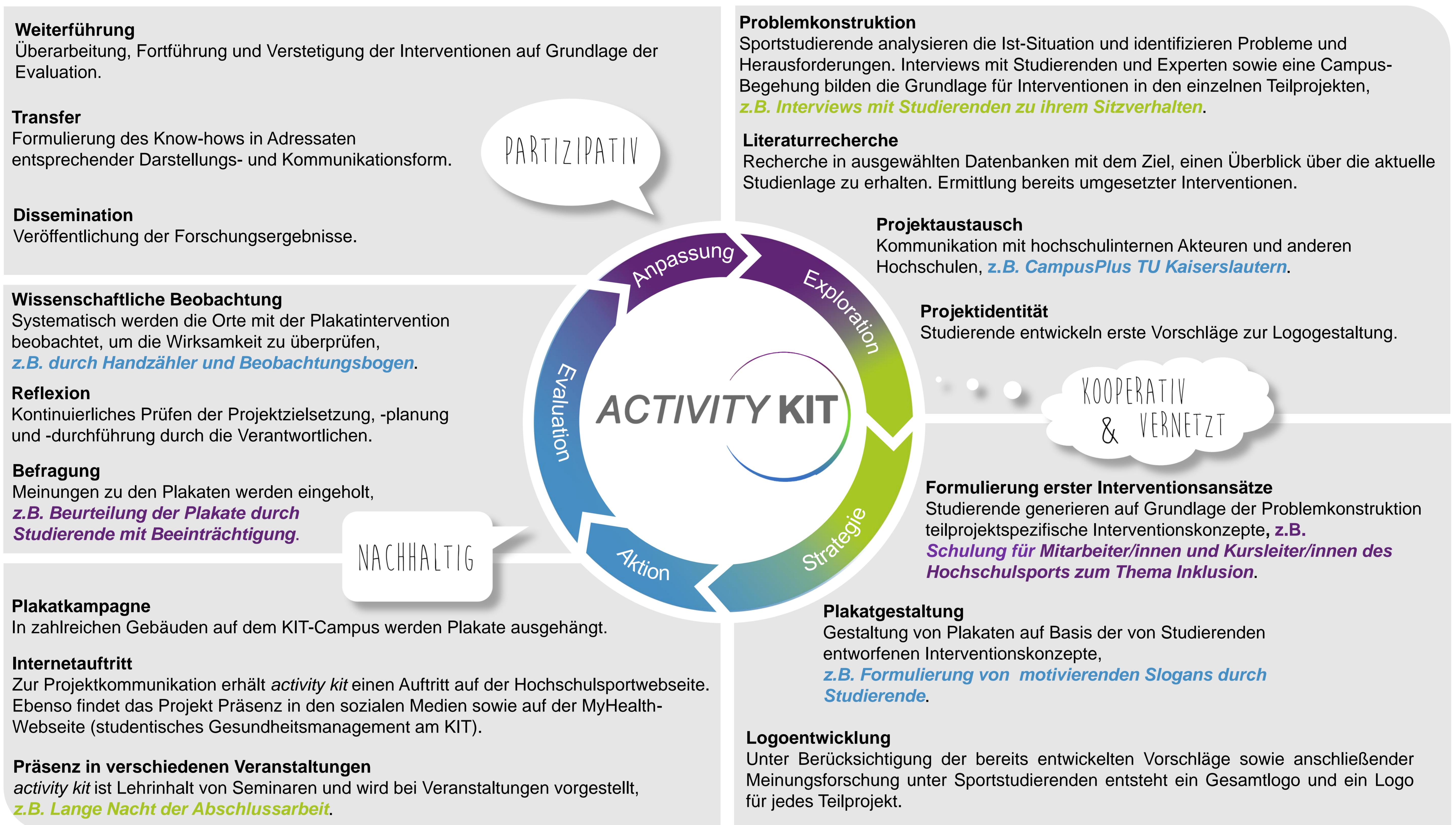


# activity kit

## Der Bewegungsbaukasten für KIT-Studierende

*activity kit* ist Teil der deutschlandweiten Initiative „Bewegt studieren – Studieren bewegt!“ des Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverbands (adh) und der Techniker Krankenkasse (TK). Das Projekt zielt darauf ab, Studierenden am KIT mehr Bewegung im Alltag zu ermöglichen.



### Kooperativ und vernetzt

#### am Beispiel von Inklusiv mobil

In Absprache mit dem Hochschulsport und Studierenden mit Beeinträchtigung soll ein regelmäßiges inklusives und barrierefreies Sportangebot entstehen. Eine enge Kooperation besteht unter anderem auch mit dem Studienzentrum für Sehgeschädigte und der Beauftragten für Studierende mit Behinderung und chronischer Krankheit. Das Team arbeitet zum Beispiel bei der Erstellung des inklusiven Sportangebots „Kleine Spiele“ mit.

ACTIVITY KIT  
Inklusiv mobil

### Nachhaltig

#### am Beispiel von Stand up, students!

Eine stehfreundliche Lehr- und Lernumgebung am KIT soll Studierenden bewegungsaktives Arbeiten und Lernen ermöglichen. Die Implementierung von Stehpausen in der Lehre hat zum Ziel, lange Sitzzeiten während Veranstaltungen zu unterbrechen. Langfristig sollen Studierende für das Thema „sedentary behaviour“ sensibilisiert und die an der Hochschule etablierte Sitzkultur herausgefordert werden.

ACTIVITY KIT  
Stand up, students!

### Partizipativ

#### am Beispiel von Students on stairs

In den Seminaren „Sportentwicklung und Gesundheitsförderung in verschiedenen Settings“ und „Projektmanagement – live und in Farbe“ identifizieren Studierende unterschiedlicher Fachrichtungen geeignete Orte für eine Treppenintervention sowie praktische Lösungsansätze. Methodisch werden zum Beispiel World Cafés, Fokusgruppen und Befragungen eingesetzt. Diese wertvollen Vorarbeiten werden von studentischen Hilfskräften aufgegriffen und umgesetzt.

ACTIVITY KIT  
Students on stairs

Projektleitung: Dr. Jule Kunkel, Philip Bachert, Dr. Rainer Neumann  
Studentische Hilfskräfte: Maike Paulus, Nils Erley, Katrin Geiger  
E-Mail: [activity.kit@sport.kit.edu](mailto:activity.kit@sport.kit.edu)  
<https://www.sport.kit.edu/hochschulsport/activitykit.php>



allgemeiner deutscher  
hochschulsportverband



Gesundheitspartner

