

## Stand up, Students! – Beobachtungsstudie im Mathematikgebäude

Studierende zum Aufstehen zu bewegen, ist eine der Kernaufgaben des Teilprojekts *Stand up, Students!*. Stehen verbessert die Konzentration und die Merkfähigkeit, und dazu wird im Vergleich zum Sitzen auch noch mehr Energie verbraucht – genügend Gründe also, um beim Lernen zwischen Stehen und Sitzen abzuwechseln.

Im Mathematikgebäude, das mit Steh-Sitz-Tischen in den frei zugänglichen Lernecken ausgestattet ist, wurden in diesem Zusammenhang im Januar Plakate und Tischaufsteller mit motivierenden Sprüchen und einer kurzen Information zu den Vorteilen des Stehens platziert. Ob die Mathematikstudierenden dadurch zum vermehrten Stehen bewegt wurden, hat das *activity-kit*-Team über einen Zeitraum von drei Wochen beobachtet. Bevor die Poster und Tischaufsteller angebracht wurden, hat das Team die Baseline-Daten erhoben. Für die Beobachtung in den folgenden beiden Wochen waren die beschriebenen Poster und Tischaufsteller in allen Lernecken verteilt worden. Es konnte sich ein signifikanter Rückgang vom Sitzen zum vermehrten Stehen bzw. „aktiv sein“ beobachten lassen. Die Poster verbleiben auch nach der Intervention im Mathematikgebäude und werden so hoffentlich noch viele Studierende dazu bewegen, während des Lernens aufzustehen.