

Projekt zur Bachelorarbeit im BA Angewandte Sportwissenschaft

Modul B18

Titel des Projektes:

Charakterisierung von Trainingsinterventionen zur Förderung der reaktiven Agilität: Eine systematische Analyse der Methoden und Zielparameter

Hintergrund und übergeordnete Forschungsfrage

Die reaktive Agilität, die schnelle reaktive Richtungswechselläufe erfordert, ist eine zentrale Fähigkeit in Sportsportarten. Um diese Fähigkeit gezielt zu trainieren, werden verschiedene Trainingsinterventionen (z.B. kognitive, Dual-Task- oder spezifische motorische Trainingsinterventionen) eingesetzt. Für eine evidenzbasierte Trainingssteuerung ist eine klare Übersicht darüber notwendig, welche Interventionen mit welchen spezifischen Methoden arbeiten und welche Determinanten der Agilität (motorisch, kognitiv, perzeptuell) sie zu beeinflussen suchen.

Methoden

Systematische Literaturrecherche, PICO-T, PRISMA

Betreuer

Romina Müller

Kooperationspartner (wenn notwendig)

-

Kontakt

romina.mueller@uni-paderborn.de

Erforderliche/empfohlene Vorkenntnisse

Umgang mit Zitationsmanager wünschenswert

Literatur zur Orientierung

Friebe, D., Banzer, W., Giesche, F., Haser, C., Hülsdünker, T., Pfab, F., Rußmann, F., Sieland, J., Spataro, F., & Vogt, L. (2024). Effects of 6-Week Motor-Cognitive Agility Training on Football Test Performance in Adult Amateur Players – A Three-Armed Randomized Controlled Trial. Journal of Sports Science and Medicine, 276–288. <https://doi.org/10.52082/jssm.2024.276>