

# Projekt zur Bachelorarbeit im BA Angewandte Sportwissenschaft

## Modul B18

### **Titel des Projektes:**

Geschlechterunterschiede in der reaktiven Agilität: Eine Analyse der Leistung in unterschiedlichen Komplexitätsgraden des Functional Agility Square Test [FAST]

### **Hintergrund und übergeordnete Forschungsfrage**

Die reaktive Agilität, die schnelles Reagieren und Richtungswechsel erfordert, ist in Spielsportarten elementar. Der FAST ist eine neue Testbatterie zur Messung dieser Fähigkeit, die aus unterschiedlichen Komplexitätsgraden bzw. Testbedingungen besteht. Mögliche Leistungsunterschiede zwischen männlichen und weiblichen Athleten (Sportlerinnen und Sportlern) könnten auf unterschiedliche Beanspruchungen der motorischen und kognitiven Determinanten der reaktiven Agilität hinweisen und somit Ableitungen für angepasste Trainingsinterventionen ermöglichen.

### **Methoden**

Experimentelle Querschnittsstudie

### **Betreuer**

Romina Müller

### **Kooperationspartner (wenn notwendig)**

### **Kontakt**

[romina.mueller@uni-paderborn.de](mailto:romina.mueller@uni-paderborn.de)

### **Erforderliche/empfohlene Vorkenntnisse**

- Planung & Durchführung einer experimentellen Studie
- Umgang mit FITLIGHT
- Grundkenntnisse in statistischer Analyse

### **Literatur zur Orientierung**

Müller, R., Büchel, D., & Baumeister, J. (2025). *Validation, Reliability, and Usefulness of the Functional Agility Square Test [FAST]*. <https://doi.org/10.3390/ifmk10020126>

Zwierko, M., Jedziniak, W., Popowczak, M., & Rokita, A. (2023). Reactive Agility in Competitive Young Volleyball Players: A Gender Comparison of Perceptual-Cognitive and Motor Determinants. *Journal of Human Kinetics*, 85(1), 87–96. <https://doi.org/10.2478/hukin-2022-0112>