

Projekt zur Bachelorarbeit im BA Angewandte Sportwissenschaft

Modul B18

Titel des Projektes

Welche Tests zur Handlungsschnelligkeit (agility) gibt es im Kontext „Gesundheit bei Älteren“

Hintergrund und übergeordnete Forschungsfrage

Handlungsschnelligkeit bezieht sich auf die Fähigkeit einer Person, schnell auf Reize zu reagieren und daraufhin multidirektionale motorische Handlungen schnell, effektiv und präzise auszuführen. Dieses Konstrukt hat ebenfalls große Relevanz im Bereich Gesundheit und hier z.B. bei Älteren. Die Evaluation solcher Programme setzt voraus, dass man den Effekt solcher Trainingsinterventionen messen kann. Dazu wurden in der näheren Vergangenheit verschiedene Tests entwickelt, die auch bei älteren Menschen eingesetzt werden können. Ziel der Arbeit ist ein Überblick aktuell existierender Handlungsschnelligkeits-/Agility-Tests im Bereich „Gesundheit bei Älteren“ zu generieren und die Testverfahren zu beurteilen.

Methoden

PICO-T, PRISMA, PeDro

Betreuer

Prof. Dr. Jochen Baumeister

Kooperationspartner (wenn notwendig)

/

Kontakt

jochen.baumeister@universität-paderborn.de

Erforderliche/empfohlene Vorkenntnisse

Umgang mit einem Zitationsmanager wünschenswert

Literatur zur Orientierung

Morat, M., Faude, O., Hanssen, H., Ludyga, S., Zacher, J., Eibl, A., Albracht, K., & Donath, L. (2020). Agility Training to Integratively Promote Neuromuscular, Cognitive, Cardiovascular and Psychosocial Function in Healthy Older Adults: A Study Protocol of a One-Year Randomized-Controlled Trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6), 1853. <https://doi.org/10.3390/ijerph17061853>

Lichtenstein, E., Faude, O., Zubler, A., Roth, R., Zahner, L., Rössler, R., Hinrichs, T., Dieën, J. H. van, & Donath, L. (2019). Validity and Reliability of a Novel Integrative Motor Performance Testing Course for Seniors: The “Agility Challenge for the Elderly (ACE).” *Frontiers in Physiology*, 10, 44. <https://doi.org/10.3389/fphys.2019.00044>