

# Projekt zur Bachelorarbeit im BA Angewandte Sportwissenschaft

Modul B18

## Titel des Projektes

Alternative Analysemöglichkeiten im Counter Movement Jump zur Quantifizierung neuromuskulärer Ermüdung

## Hintergrund

Der Counter Movement Jump (CMJ) ist ein praktisches Monitoring Werkzeug, das zur Untersuchung Ermüdung der unteren Extremitäten eingesetzt wird. Es ist bekannt, dass der CMJ Einblicke in verschiedene Aspekte der neuromuskulär-koordinativen Funktion liefert, aber es ist noch unklar, welche Variablen am empfindlichsten auf körperliche Ermüdung reagieren. Die Analyse konzentriert sich üblicherweise auf grobe Werte wie die Sprunghöhe. Das Ziel dieses Projektes ist es, die Eignung alternativer CMJ-Variablen zur Beurteilung von ermüdungsinduzierten Veränderungen der neuromuskulär-koordinativen Funktion zu beschreiben.

## Methoden

PICO-T, PRISMA, PeDro

## Betreuer

Prof. Dr. Jochen Baumeister

## Kooperationspartner (wenn notwendig)

-

## Kontakt

Jochen.baumeister@uni-paderborn.de

## Erforderliche/empfohlene Vorkenntnisse

## Literatur zur Orientierung

Heishman, A. D., Daub, B. D., Miller, R. M., Freitas, E. D. S., Frantz, B. A., & Bembien, M. G. (2018). Countermovement Jump Reliability Performed With and Without an Arm Swing in NCAA Division 1 Intercollegiate Basketball Players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, Publish Ahead of Print(NA;), NA; <https://doi.org/10.1519/jsc.0000000000002812>