

Projekt zur Bachelorarbeit im BA Angewandte Sportwissenschaft

Modul B18

Titel des Projektes:

Geschlechtsspezifische Anforderungsprofile im Profihandball

Hintergrund und übergeordnete Forschungsfrage
--

Moderne Handball ist ein körperlich anspruchsvoller Kontaktsport, der durch individuelle Leistung, taktische Komponenten und Teaminteraktion geprägt ist. Bekannte physiologische Unterschiede zwischen den Geschlechtern zeigen, dass Männer im Allgemeinen größer, schwerer, muskulöser, stärker und schneller sind und eine höhere VO ₂ -max haben als Frauen. Trainingsprogramme – auch für Frauen - basieren jedoch oft auch heute noch auf Daten, die an Männern erhoben wurden.

Dieses Review soll geschlechtsspezifische Unterschiede in den körperlichen Anforderungen im Profihandball untersuchen. Das Ziel ist es, die Anforderungen des Wettkampfes an männliche und weibliche Athleten vergleichend zu beschreiben. Falls Unterschiede bestehen, sollte das Training im Profihandball geschlechtsspezifisch angepasst werden, um den spezifischen Anforderungen gerecht zu werden.

Methoden

PICO-T, Prisma, PeDro

Betreuer

Prof. Dr. Jochen Baumeister

Kooperationspartner (wenn notwendig)

keine

Kontakt

jochen.baumeister@uni-paderborn.de

Erforderliche/empfohlene Vorkenntnisse

Literatur zur Orientierung

Michalsik, L. B., & Aagaard, P. (2014). Physical demands in elite team handball: comparisons between male and female players. <i>The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness</i> , 55(9), 878–891.
--