

Projekt zur Bachelorarbeit im BA Angewandte Sportwissenschaft

Modul B18

Titel des Projektes:

Einfluss intensiver körperlicher Belastung auf die Leistung im FAST-Agility-Test

Hintergrund und übergeordnete Forschungsfrage

Das Anforderungsprofil in den Sportsportarten erfordert von AthletInnen nicht nur, sich schnell fortzubewegen, sondern auch, schnell und präzise auf Umweltveränderungen zu reagieren. Darüber hinaus müssen AthletInnen diese Fähigkeiten über die Wettkampfdauer aufrechterhalten, um wettkampffähig zu bleiben und Fehler zu vermeiden. In der vorliegenden Arbeit soll untersucht werden, inwiefern sich die Agilitätsleistung unter intensiven Belastungsbedingungen verändert. Dafür werden Agilitätstests vor und nach intensiver körperlicher Belastung auf dem Fahrradergometer durchgeführt. Leistungsreduktionen in den verschiedenen Bedingungen der FAST-Batterie können Aufschluss darüber geben, welche Teilkomponenten der Agilität besonders sensitiv für Ermüdungserscheinungen sind. Demnach können die Ergebnisse Indikationen für das Training der Koordination liefern.

Methoden

Fitlights, Fahrradergometer, Herzfrequenz, Statistische Auswertung quantitativer Daten

Betreuer

Daniel Büchel

Kooperationspartner (wenn notwendig)**Kontakt**

Daniel.buechel@upb.de

Erforderliche/empfohlene Vorkenntnisse**Literatur zur Orientierung**

Büchel, D., Gokeler, A., Heuvelmans, P., & Baumeister, J. (2022). Increased Cognitive Demands Affect Agility Performance in Female Athletes - Implications for Testing and Training of Agility in Team Ball Sports. *Perceptual and Motor Skills*, 129(4), 1074–1088. <https://doi.org/10.1177/00315125221108698>

Bilić, Z.; Sinković, F.; Barbaros, P.; Novak, D.; Zemkova, E. Exercise-Induced Fatigue Impairs Change of Direction Performance and Serve Precision among Young Male Tennis Players. *Sports* 2023, 11, 111. <https://doi.org/10.3390/sports11060111>