



JOHANNES GUTENBERG
UNIVERSITÄT MAINZ



INSTITUT FÜR SPORT
WISSENSCHAFT MAINZ

Bachelorarbeit

Evaluation einer Software zur Bestimmung des Delayed Onset Muscle Soreness (DOMS)

Die Arbeitsgruppe Theorie und Praxis der Sportarten vergibt eine interessante Bachelorarbeit mit dem Thema **Evaluation einer Software zur Bestimmung des Delayed Onset Muscle Soreness (DOMS)**

Beschreibung:

Der Delayed Onset Muscle Soreness (DOMS) (Deutsch: Muskelkater) kann mit Hilfe des Visual Analog Scale (VAS) gemessen werden. Ein Sportler markiert hierzu auf einer Skala zwischen 0 (kein Schmerz) und 10 (extreme Schmerzen) durch einen Strich, wie stark seine muskulären Schmerzen sind.

Die Messung erfolgt auch heute noch auf Papier. Die Markierungen müssen anschließend aufwändig mit Hilfe eines Lineals ausgemessen werden und z.B. in eine Excel Tabelle übertragen werden. Bei vielen Probanden und vielen Messungen kann dieses Verfahren sehr aufwändig werden.

Daher wurde im Rahmen des REGman Projekts in der Abteilung Theorie und Praxis der Sportarten eine Software zur Ermittlung des DOMS mit Hilfe des VAS entwickelt. Dabei muss der Sportler lediglich einen Mausklick innerhalb der Skala machen.

Im Rahmen der Bachelorarbeit soll dieses neue Verfahren mit dem klassischen Papierverfahren verglichen werden. Zum einen sollte untersucht werden, ob das neue Verfahren vergleichbare Ergebnisse liefert und zum anderen soll der zeitliche Vorteil untersucht werden, den das neue Verfahren bietet.

Arbeitsschritte des Projekts:

- Akquirierung von vielen Probanden (> 100; muss keine homogene Gruppe sein)
- Durchführung der Messung am PC und in Papierform
- Zeit Messung insbesondere der Papierauswertung
- Statistische Auswertung der erhobenen Daten

Voraussetzungen:

- Gute Kommunikationsfähigkeit
- Organisationstalent von Vorteil
- Offenheit bezüglich neuer (informatischer) Verfahren

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Dr. Stefan Endler per Mail an endler@uni-mainz.de