

Sportunterrichts (PIN-BEG) zu keiner Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit führt. Im Gegensatz dazu verbessert sich diese durch die Tägliche Bewegungs- und Sporteinheit signifikant, insbesondere Mädchen und leistungsschwache Kinder profitieren von der Intervention. Zusätzlich wird durch das Modell die Kooperation zwischen Schule und Verein gefördert.

Die Erhebungen zeigen somit, dass der Schulsport in der Grundschule im Sinne der Gesundheitsförderung sowohl quantitativ als auch qualitativ unzureichend ist. Da er eine wichtige Basis bildet, bedürfen Initiativen zur Qualitäts- und Quantitätssteigerung dringender Unterstützung. Ebenso gilt es, Eltern und Kinder über weitere Möglichkeiten der Sportteilnahme aufzuklären.

Bös, K. (2009). Deutscher Motorik-Test 6-18. Hamburg: Feldhaus, Czwilina.

Kleiner, K., Höger, B. et al. (2018). Tägliche Bewegungs- und Sporteinheit (TBuS) an den Schulen der 1. - 9. Schulstufe Modellregion Burgenland (Forschungsbericht). Wien.

Kleiner, K., Höger, B. et al. (2019). PINBEG - Prospektive Interventionsstudie und Ressourcenanalyse zur Bewegungs-, Ernährungs- und Gesundheitskompetenz bei SchülerInnen der 1. - 4. Schulstufe an Volksschulen des Burgenlandes (Forschungsbericht). Wien.

Schlüsselwörter: Schulsport, Gesundheitsförderung, Tägliche Bewegungs- und Sporteinheit

<http://dx.doi.org/10.1016/j.orthtr.2019.04.019>

K. Fehske¹, A. Bischoff², R. Meffert³, O. Hoos⁴, R. Latzel⁵

¹Universitätsklinikum Würzburg, Klinik und Poliklinik für Unfallchirurgie, Würzburg, Germany

²Klinik für diagnostische und interventionelle Radiologie, Klinikum Landshut, Landshut, Germany

³Universitätsklinikum Würzburg, Klinik und Poliklinik für Unfallchirurgie, Würzburg, Germany

⁴Sportzentrum, Julius-Maximilian Universität, Würzburg, Germany

⁵Technische Hochschule Deggendorf, Angewandte Sportwissenschaften, Deggendorf, Germany

E-Mail: kai.fehske@web.de

Fragestellung: Die Prävention von Verletzungen hat gerade im Profisportbereich zunehmend an Gewicht gewonnen. McGill konnte 2012 zeigen, dass eine Korrelation zwischen Leistungstests in der Saisonvorbereitung und Widerstandsfähigkeit gegenüber Verletzungen besteht. Neben der medizinischen Eingangsuntersuchung könnte somit ein Sportart-spezifischer Leistungstest Hinweis auf Defizite bringen, die eine Verletzung begünstigen.

Methodik: In 5 aufeinanderfolgenden Saisons (2012/13-2016/17) wurde der komplette Kader einer Basketball-Profi-Mannschaft im Rahmen der medizinischen Eingangsuntersuchung einem Leistungstest unterzogen. Die Testbatterie war angelehnt an den NBA Combine Test und umfasste einen 3/4-Court-Sprint, einen T-Test, eine Messung des Standing Reach, des No Step Vertical Jump und des Maximum Vertical Jump, Bankdrücken sowie einen Yoyo-Test. Die prospek-

tiv erfassten Verletzungen wurden dann in Korrelation mit den Ergebnissen der Testbatterie gesetzt.

Ergebnisse und Schlussfolgerung: 142 Verletzungen führten zum verletzungsbedingten Ausfall (Training und/oder Wettkampf) von mindestens 24 Stunden. Im Schnitt erlitten die Athleten 2 Verletzungen pro Saison. Basketballer, welche für den T-Test mehr Zeit benötigten, verletzten sich signifikant häufiger ($r = 0,34$; $p = 0,029$).

Athleten mit Oberschenkelverletzungen schnitten im Yoyo-Test signifikant schlechter ab ($p = 0,012$). Ein schlechter Wert im One-repetition-maximum-Test korrelierte mit dem Auftreten von Fingerverletzungen ($p = 0,048$) oder Frakturen ($p = 0,002$). Knieverletzungen korrelierten mit überdurchschnittlichen Leistungen im No-step Vertical Jump ($p = 0,008$) sowie Maximal Vertical Jump ($p = 0,019$).

Die Durchführung von Basketball-spezifischen Leistung-Tests als Erweiterung der medizinischen Eingangsuntersuchung ist sinnvoll. Defizite, die eine Verletzung begünstigen, können detektiert und im Rahmen der Saisonvorbereitung gezielt angegangen werden. Darüber hinaus können die erhobenen Basiswerte im Falle einer Verletzung dazu genutzt werden, den individuellen Zeitpunkt eines Return-to-Play zu bestimmen.

Schlüsselwörter: Basketball, Verletzungsprävention, Performancetesting, NBA combine

<http://dx.doi.org/10.1016/j.orthtr.2019.04.020>

HT05-67

Performance = Gesunderhaltung? – Leistungsdiagnostik als Prädiktor für Verletzungsrisiko im Profibasketball

HT06 Sport mit Arthrose – geht's noch?

HT06-46

Belastungsinduzierte Änderungen von Knorpelbiomarkern vor und