Ergebnisbericht der Plagiatsprüfung

Untersuchter Text

Eingangsdatei	ST_25Seiten_Bachelorarbeit.docx
Autor	n/v
Prüfdatum	18.03.2026
Projekt	n/v

Prüfergebnis

Kopierte / gesamte Wörter: 34 / 8271
Verdächtige Quellen: 1
Akzeptierte Quellen: 0
Ausgeschlossene Quellen: 0

0.41%

Prozentsatz kopierte Wörter / gesamte Wörter

Anordnung kopierter Abschnitte

Legende und Erklärungen

Originaler Text	Text ohne identifizierte relevante Online- oder Bibliotheksquellen.
Verdächtige Quelle	Text mit identifizierten Übereinstimmungen in Online- oder Bibliotheksquellen. Der Text wurde möglicherweise umgeschrieben.
Akzeptierte Quelle	Text mit korrekt zitierten Übereinstimmungen in Online- oder Bibliotheksquellen. Der Text wurde möglicherweise umgeschrieben.

Durchsuchte Quellen und Einstellungen

Minimale Zeichen in einer Phrase	125	Suche in Online Quellen	Ja
Minimale Zeichen in einer Phrase	50	Suche in Bibliotheksquellen	Nein
Minimale Wortzahl pro Quelle	15	Minimale Ähnlichkeit	100%

© 2026 PlagAware GmbH

Dokumentenanalyse

Leistungssteigernde Effekte von Kreatinsupplementierung im Kraft- vs. Ausdauersport Bachelorarbeit

Max Mustermann Musterstraße 12, 12345 Musterstadt E-Mail: max.mustermann@example.com

Matrikelnummer: 1234567 Studiengang, 3. Fachsemester Universität Musterstadt

Dozent: Prof. Dr. Anna Beispiel Titel der Veranstaltung: Beispiel Semester: Wintersemester 2025/26

Inhaltverzeichnis Abkürzungsverzeichnis IV Tabellenverzeichnis V 1. Einleitung 1 1.1 Problemstellung und Relevanz 1 1.2 Zielsetzung, … [927 Wörter übersprungen] … tatsächlich leistungsbestimmend ist. Besonders relevant ist hier das Phosphagensystem aus ATP und Kreatinphosphat (PCr), weil Kreatin primär diesen Speicher- und Resyntheseweg adressiert (Abel, 2016, S. 3). Die intramuskulären Vorräte sind klein und zeitlich stark begrenzt. Im Muskel liegen etwa 5 mmol ATP und 15–20 mmol PCr pro kg Muskelfeuchtgewicht vor; zusammengenommen sind diese Vorräte nach 6–8 s maximaler Belastung erschöpft (Abel, 2016, S. 3). PCr ist dabei in etwa drei- bis vierfach höherer Konzentration als ATP gespeichert und erlaubt deshalb nur wenige Sekunden maximale Arbeit. Heck (2006) beschreibt, dass damit maximale Muskelkontraktionen über etwa 5–6 s möglich sind (S. 23). Gleichzeitig erfolgt die ATP-Resynthese aus PCr und ADP bereits während der Kontraktion so schnell, dass die ATP-Konzentration im Muskel trotz hoher Intensität nahezu konstant bleibt (Heck, 2006, S. 23). Die Kapazität dieses Systems bleibt dennoch der zentrale Engpass hochintensiver Leistung. Von insgesamt rund 25 mmol Phosphagen pro kg Muskulatur sind nur etwa 22 mmol nutzbar, weil bereits bei einem Abfall des ATP um etwa ein Drittel Kontraktionsunvermögen eintritt (Heck, 2006, S. 25). Damit wird verständlich, warum Kraft- und Sprintleistungen in der Praxis häufig durch sehr kurze, „alaktazide“ Phasen geprägt sind. Für Trainings- und Wettkampfformen mit Wiederholungen sind zudem die Erholungskinetiken relevant. Für die Phosphagenspeicher wird eine Halbwertszeit von 30–60 s angegeben (Heck, 2006, S. 26), was kurze Pausen zwischen Sätzen oder Sprints als kritischen Faktor erscheinen lässt. Die Dynamik zeigt sich exemplarisch im Sprint: Beim 100-m-Lauf fällt PCr zu Beginn deutlich ab und flacht danach ab (Heck, 2006, S. 27). Auch in mittellangen, hochintensiven Belastungen spielt der Phosphagenpool am Start eine große Rolle; beim 800-m-Lauf dominiert zu Beginn der alaktazide Anteil, und die „Erschöpfung“ dieser Kapazität wird als Ursache für den Belastungsabbruch nach 1:46,5 min beschrieben (Heck, 2006, S. 27). Demgegenüber gewinnt bei ausdauerorientierten Belastungen der aerobe Abbauweg an Bedeutung (Abel, 2016, S. 4). In klassischen Ausdauersportarten mit Belastungsdauern von mehr als 20 min sind daher keine Leistungsverbesserungen durch Kreatin zu erwarten (Swiss Sports Nutrition Society, 2023, S. 1), weil die Leistung hier primär durch oxidative Energiebereitstellung und nicht durch die kurzfristige PCr-Verfügbarkeit begrenzt wird. Für die spätere Analyse ist … [6929 Wörter übersprungen] … S. 2). Damit spricht die Literatur für eine klare Empfehlung im Kraftsport und für Zurückhaltung bei VO₂max und ökonomiesensitiver Ausdauer. Wenn Ausdauersportarten wiederholte Sprints oder Endspurts verlangen, kann ein Nutzen eher über diese Anteile entstehen, was sich im Befund „Sprint/MVC verbessert, 6 min Time Trial unverändert“ spiegelt (Moesgaard et al., 2024, S. 9), sodass Kreatin vor allem dort sinnvoll ist, wo das Anforderungsprofil kurz und hochintensiv bleibt (Pöttgen, 2019, S. 91).

© 2026 PlagAware GmbH

Verdächtige Quellen

1 www.kup.at/kup/pdf/6108.pdf
Verdächtige Online-Quelle - 34 Worte in 9 Phrasen (0.41%)

© 2026 PlagAware GmbH

PlagAware Leitfaden zum Prüfbericht

Das Wichtigste auf einen Blick

Der PlagAware-Ergebnisbericht ist ein interaktives Dokument, das Textübereinstimmungen zwischen Ihrem eingereichten Dokument und verschiedenen Quellen anzeigt. Der Bericht zeigt **Textähnlichkeiten**, keinen Plagiatsbeweis. Die endgültige Bewertung liegt immer beim Prüfer. Quellen können je nach Kontext überprüft, akzeptiert oder ausgeschlossen werden. Das Prozentergebnis spiegelt nur verdächtige (nicht akzeptierte) Übereinstimmungen wider.

Aufbau des Berichts

Das **Deckblatt** bietet einen Überblick mit Dokumenttitel, Einreichungsdatum, Gesamt-Ähnlichkeitswert, Quellenaufschlüsselung nach Kategorie sowie Wortanzahl und Analysestatistiken.

Der **Textanalyse-Bereich** zeigt Ihren Text mit farbiger Hervorhebung für übereinstimmende Phrasen, Quellenkarten auf der rechten Seite mit Links zu den Originalquellen und Verbindungslinien, die zeigen, welcher Text zu welcher Quelle gehört.

Die **Quellenliste** enthält alle erkannten Quellen mit Quellennummer, Titel, URL oder Bibliotheksreferenz sowie Übereinstimmungsstatistik einschließlich Anzahl der Phrasen und Ähnlichkeitsprozentsatz.

Wichtige Begriffe erklärt

Der **Prüftext** ist das zur Plagiatsprüfung eingereichte Dokument. Eine **Quelle** ist ein Dokument (Webseite, Bibliothekstext oder frühere Einreichung) mit übereinstimmendem Text. Eine **Phrase** ist ein zusammenhängender Textabschnitt, der zwischen Ihrem Dokument und einer Quelle übereinstimmt. Die **Ähnlichkeit** ist der prozentuale Anteil der Übereinstimmung zwischen einer Phrase und ihrem Quellentreffer.

Wichtig: PlagAware kann nicht feststellen, welcher Text das „Original" und welcher die „Kopie" ist. Das Tool identifiziert Übereinstimmungen; die Interpretation erfordert menschliches Urteilsvermögen.

Herkunft der Quellen

Online-Quellen (Web) sind frei zugängliche Inhalte im Internet, einschließlich Websites, Wikipedia, Online-Publikationen, Blogs und Nachrichtenartikel. Sie werden im Bericht durch ein Globus-Symbol gekennzeichnet.

Bibliotheks-Quellen sind benutzerdefinierte Referenztexte, die in die Bibliothek Ihrer Organisation hochgeladen wurden. Sie können frühere Studierendenarbeiten, Kursmaterialien und interne Dokumente umfassen. Sie werden im Bericht durch ein Buch-Symbol gekennzeichnet.

© 2026 PlagAware GmbH

Signatur-Quellen sind Dokumente, bei denen nur ein kryptografischer „Fingerabdruck" gespeichert wird. Sie werden für datenschutzsensible Vergleiche verwendet, z.B. institutionsübergreifende Prüfungen. Der Originaltext kann nicht angezeigt werden, nur die Bestätigung der Übereinstimmung.

Quellenstatus-Kategorien

Verdächtige Quellen (Rot) sind Übereinstimmungen, die potenziell problematisch erscheinen. Sie tragen zum Gesamt-Prozentergebnis bei und erfordern Überprüfung, ob korrekt zitiert wurde. Sie werden mit roter Hervorhebung dargestellt.

Akzeptierte Quellen (Grün) sind Übereinstimmungen, die als korrekt zitiert oder legitim eingestuft wurden. Sie tragen NICHT zum Prozentergebnis bei. Beispiele sind korrekt zitierte Passagen, Literaturverzeichniseinträge und Standardphrasen. Sie werden mit grüner Hervorhebung dargestellt.

Ausgeschlossene Quellen sind Quellen, die bewusst von der Analyse ausgenommen wurden. Sie sind nützlich zum Ignorieren irrelevanter Übereinstimmungen wie Aufgabenstellungen. Sie erscheinen nicht in der Endergebnisberechnung.

Überdeckte Quellen sind Quellen, deren Übereinstimmungen redundant sind (bereits von einer anderen Quelle abgedeckt). Sie werden automatisch gruppiert, um denselben Text nicht mehrfach zu zählen.

Visuelle Elemente verstehen

Hervorhebungsfarben: Rot oder Pink zeigt eine verdächtige Übereinstimmung an, die überprüft werden muss. Grün zeigt eine akzeptierte Übereinstimmung an, die korrekt zitiert wurde. Gelb zeigt die aktuell ausgewählte Phrase an.

Unterstreichungsstile: Eine durchgezogene Unterstreichung kennzeichnet eine verdächtige Phrase. Eine gepunktete Unterstreichung kennzeichnet eine akzeptierte Phrase.

Quellenkarten zeigen die Quellennummer und Phrasenanzahl (z.B. „Quelle 3 | Stelle 2/4"), den Quellentitel oder die URL als klickbaren Link, den Ähnlichkeitsprozentsatz für diese spezifische Phrase und ein Symbol für den Quellentyp (Buch für Bibliothek, Globus für Web).

Verbindungslinien sind geschwungene Linien, die hervorgehobenen Text mit der entsprechenden Quellenkarte verbinden und es einfach machen nachzuvollziehen, von welcher Quelle jede Übereinstimmung stammt.

Ergebnisse interpretieren

Der **Prozentsatz** stellt den Anteil Ihres Textes dar, der mit verdächtigen Quellen übereinstimmt. Er zeigt NICHT automatisch Plagiat an. Ein hoher Prozentsatz kann legitim sein (z.B. Fachterminologie, Zitate). Ein niedriger Prozentsatz garantiert keine Originalität.

Zu berücksichtigende Faktoren: Kontext (stammt die Übereinstimmung aus einem Zitat, einer Quellenangabe oder einer gängigen Phrase?), Zuschreibung (ist die Quelle ordnungsgemäß referenziert?), Länge (kurze Übereinstimmungen können zufällig sein; lange Übereinstimmungen verdienen Aufmerksamkeit) und Quellentyp (akademische Quellen vs. allgemeine Webinhalte).

© 2026 PlagAware GmbH

Häufige legitime Übereinstimmungen umfassen korrekt zitierte Zitate, Standardterminologie und Definitionen, Rechts- oder Gesetzestexte, im Dokument enthaltene Aufgabenstellungen und Literaturverzeichniseinträge.

Best Practices für Prüfer

Überprüfen Sie jede Quelle einzeln vor der Beurteilung. Gleichen Sie Zitate mit dem übereinstimmenden Text ab. Berücksichtigen Sie den Dokumenttyp (Thesis, Essay, technischer Bericht). Nutzen Sie die Akzeptieren/Ausschließen-Funktionen zur Verfeinerung der Analyse. Dokumentieren Sie Ihre Entscheidungen für Transparenz.

Weitere Informationen zum Prüfbericht

© 2026 PlagAware GmbH