



lernen:digital
Kompetenzzentrum
Musik/Kunst/Sport

Fortbildungsbeschreibung

Digitale Körperbilder & YouTube im Sportunterricht

Kritische Reflexion & praxisnahe Anwendung

Autor:in Fides Berkel





Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	2
Fortbildungsbeschreibung	3
Das Gesamtkonzept der Fortbildung:	3
Die Lernziele des Fortbildungsangebots sind:	5
Kurzbeschreibung der enthaltenen Fortbildungsbausteine und Hinweise zum Veranstaltungsformat	6
Verlaufsplanung	7
Baustein 1 – Relevanz und Aktualität des Themas (45 Minuten)	7
Baustein 2 – Praktische Erprobung und Reflexion (75 Minuten)	8
Baustein 3 – Theoretische Einordnung und Übertragung in den Schulalltag (60 Minuten)	9
Material	10
Präsentationsfolien der Fortbildung	10
Materialien zur Durchführung der Fortbildung	10
Unterrichtsentwürfe	10
Literatur	11
Impressum	13

Fortbildungsbeschreibung

Das Gesamtkonzept der Fortbildung:

Die digitale Transformation der Gesellschaft durchdringt sämtliche Bereiche des menschlichen Lebens und manifestiert sich durch eine Fusion von Technologien, bei der sich die Grenzen zwischen physischen, biologischen und digitalen Sphären zunehmend auflösen und digitale wie analoge Welt ineinander verschwimmen (Capurro, 2017). Im Zuge dieser fortschreitenden Digitalisierung lässt sich ein deutlicher Anstieg der Mediennutzung unter Kindern und Jugendlichen beobachten – insbesondere im Kontext sozialer Netzwerke, Streaming-Plattformen und digitaler Spiele (Wagner & Wulff, 2020; Bonn et al., 2024). Damit durchdringt sie alle Lebensbereiche (u.a. das Bildungssystem) und übt einen tiefgreifenden Einfluss auf das Subjekt aus, insbesondere in Bezug auf den eigenen Körper und dessen Bewegung (Dimitriou, 2019; Ahadzadeh et al., 2017; Holland & Tiggemann, 2016; MaLisa, 2019; Götz, 2022). Auch eine zunehmende Körperzentriertheit auf sozialen Plattformen ist zu beobachten, die den Körper immer stärker als Projekt und Produkt in den Fokus rückt (Wendeborn, 2022). Dieser Wandel ist von grundlegender Bedeutung, da er das Verständnis von Körperlichkeit und Fitness nachhaltig prägt. Das geschieht nicht nur im außerschulischen Bereich, sondern findet zunehmend auch im sportpädagogischen Handeln statt, wo digitale Medien und Technologien gezielt in Lehr-Lern-Prozesse des schulischen Sportunterrichts integriert werden (Meinokat & Wagner, 2022). Hierbei zeigt sich eine steigende Notwendigkeit für digital kompetente und souverän handelnde Sportlehrkräfte, die sowohl den Wandel der körperlichen Betrachtung als auch den methodisch-didaktischen Einsatz digitaler Technologien abwägen. Nur mit professioneller Handlungskompetenz der Lehrkräfte in Bezug auf technische, didaktische und pädagogische Aspekte kann die Integration digitaler Medien im Fachunterricht erfolgreich stattfinden. Der erziehende Sportunterricht ist das Unterrichtsfach, das den Körper als Adressat pädagogischer Bildungsprozesse rückt. Damit reagiert das Fach auf der einen Seite auf die zentralen gesellschaftlichen Herausforderungen, die die digitale Transformation in Form veränderter Körperbilder durch Social Media, den Bewegungsmangel und die neuen Bewegungsräume (VR, Fitness-Apps) ermöglicht, auf der anderen Seite bietet der Sportunterricht besonders deswegen die Möglichkeit, eine reflektierte Haltung gegenüber medial vermittelten Normen von Leistung, Körper und Gesundheit zu entwickeln (Wendeborn, 2022).

Um den deutlichen Barrieren der digitalen Transformation im Sportunterricht – bedingt durch Zeitmangel, unzureichenden infrastrukturellen Rahmenbedingungen sowie Defiziten in der digitalen Qualifikation (Sarva & Purina-Bieza, 2023; Bonn et al., 2024) – gerecht zu werden, sind die kompetenzbezogenen Voraussetzungen zur Teilnahme an der Fortbildung gering und die inhaltliche Gestaltung so konzipiert, dass Lehrkräfte die Inhalte ohne viel Mehraufwand in den eigenen Fachunterricht übertragen können. Die Fortbildung leistet einen Beitrag zur informativsten Grundkompetenz (IGK) und adressiert dafür den reflektierten Einsatz digitaler Technologien über die Integration von YouTube-Videos im Sportunterricht zur Vermittlung von curricular eingebunden Lerninhalten. Organisatorisch ist die Fortbildung als eine einmalige Präsenzfortbildung mit einem Zeitumfang von 180 Minuten angesetzt. Die Durchführung im Online-Format ist ebenfalls möglich, wenn die entsprechenden räumlich-technischen Ausstattungen bei den Teilnehmenden (Fitnessmatte, ausreichend Platz) vorhanden ist. Inhaltlich ist die Fortbildung als ein Wechsel aus theoretischem Input, praktischer Erprobung, anschließender Reflexion und der Übertragung in den Fachunterricht aufgebaut. Im theoretischen Anteil steht die kritisch-reflexive Auseinandersetzung mit Körperrepräsentationen im digitalen Raum im Mittelpunkt. Es gilt zu hinterfragen, welche individuelle und gesellschaftliche Bedeutung die Repräsentation digitaler Körperbilder und die Vermittlung vermeintlicher Körperideale in sozialen Medien wie Instagram oder YouTube auf die eigene Wahrnehmung, auf die Entwicklung des individuellen Körperbildes und die Entwicklung des Selbst- und Weltverständnisses hat. Das Ganze erfolgt entlang der theoretischen Einordnung der digitalen (Text-)Souveränität nach Frederking (2022) mit den Dimensionen Medialität, Intentionalität, Wahrheitsgehalt und Quellcode. Lehrkräfte erlangen damit ein tieferes Verständnis für die Struktur und die Wirkung digitaler Repräsentation und erwerben entsprechende Kompetenzen, die Inhalte auf sozialen Medien

bewusst wahrzunehmen, den Wahrheitsgehalt kritisch zu hinterfragen und die technischen Rahmenbedingungen der digitalen Medienproduktion und -rezeption zu verstehen.

Darauf aufbauend wird die praxisnahe Integration digitaler Medien in den Sportunterricht in den Fokus gerückt. Das ermöglicht, curricular eingebundene Lerninhalte wie Fitness oder Tanz lebensweltnah zu vermitteln, wodurch nicht nur die Motivation der Schüler:innen gesteigert wird, sondern auch Lehrkräfte in ihrer Unterrichtsvorbereitung und -durchführung entlastet werden. Ganz konkret erproben die Lehrkräfte in der Fortbildung YouTube-Videos bekannter Influencer:innen (Mady Morrison, Sascha Huber und Pamela Reif) und reflektieren anschließend entlang konkreter Leitfragen die Wirkung auf den eigenen Körper.

Um anschließend den theoretischen und dem praktischen Anteil der Fortbildung miteinander zu verbinden und den direkten Praxisbezug zum eigenen Unterricht herzustellen, werden Unterrichtsentwürfe in Bezug auf Chancen und Herausforderungen der Anwendbarkeit im eigenen Unterricht gemeinsam diskutiert.

Lehrkräfte werden befähigt, den Schüler:innen die Auswirkungen der digitalen Transformation auf das eigene Selbstbild, ihr Verhältnis zum eigenen Körper sowie ihr Bewegungs- und Sportverhalten bewusst zu machen. Die Fortbildung bietet den Lehrkräften einen Raum, um kritisch zu hinterfragen, welche individuelle und gesellschaftliche Bedeutung die Repräsentation digitaler Körperideale in sozialen Medien auf die Entwicklung des individuellen Körperbildes hat und welche praktischen Möglichkeiten für einen kritisch-reflexiven Einsatz digitaler Medien im Sportunterricht bestehen. Im Anschluss an die Fortbildung sind die teilnehmenden folglich Lehrkräfte in der Lage, Einflussfaktoren digitaler Körperrepräsentation zu beschreiben und einzuordnen (verstehen und anwenden), digitale Körperbilder hinsichtlich ihrer Intentionalität, Medialität und des Wahrheitsgehalts zu analysieren (analysieren), die Wirkung auf das Körperbild und die Selbstwahrnehmung kritisch zu reflektieren (analysieren und bewerten) und digitale Formate wie YouTube-Videos zielgerichtet im Sportunterricht einzusetzen (entwickeln).



Die Lernziele des Fortbildungsangebots sind:

- **Verstehen & Analysieren:** Die Lehrkräfte machen sich die Wirkung sozialer Medien (z.B. Instagram oder YouTube) auf das Körperbild des sich bewegendes Menschen bewusst und lernen es zu analysieren
- **Bewerten:** Die Lehrkräfte eignen sich eine kritisch-reflexive Haltung gegenüber digital dargestellter Körperbilder an
- **Anwenden:** Die Lehrkräfte machen sich YouTube als Plattform zur Vermittlung eines Lerngegenstands zur Nutzen
- **Anwenden & Bewerten:** Die Lehrkräfte haben konkrete Unterrichtskonzepte diskutiert und an der Hand, um die Themen mit wenig Aufwand direkt im eigenen Sportunterricht anwenden zu können
- **Entwickeln:** Lehrkräfte haben Ideen diskutiert, wie sie – unabhängig vom regulären Sportunterricht – die Themen z.B. im Rahmen von Projekttagen mit den Schüler:innen bearbeiten

Auf Basis dieser Lernziele lässt sich die Förderung folgender Kompetenzen entlang des DigCompEdu-Rahmenmodells ableiten:

1. Berufliches Engagement <input type="checkbox"/>	2. Digitale Ressourcen <input type="checkbox"/>
1.1. Berufliche Kommunikation <input type="checkbox"/>	2.1. Auswählen <input type="checkbox"/>
1.2. Berufliche Zusammenarbeit <input type="checkbox"/>	2.2. Erstellen und Anpassen <input type="checkbox"/>
1.3. Reflektierte Praxis <input checked="" type="checkbox"/>	2.3. Organisieren, Schützen, und Teilen <input type="checkbox"/>
1.4. Digitale Weiterbildung <input type="checkbox"/>	
3. Lehren und Lernen <input type="checkbox"/>	4. Evaluation <input type="checkbox"/>
3.1. Lehren <input checked="" type="checkbox"/>	4.1. Lernstand erheben <input type="checkbox"/>
3.2. Lernbegleitung <input type="checkbox"/>	4.2. Lern-Evidenz analysieren <input type="checkbox"/>
3.3. Kollaboratives Lernen <input type="checkbox"/>	4.3. Feedback und Planung <input type="checkbox"/>
3.4. Selbstreguliertes Lernen <input type="checkbox"/>	
5. Lernerorientierung <input type="checkbox"/>	6. Förderung der digitalen Kompetenz der Lernenden <input type="checkbox"/>
5.1. Digitale Teilhabe <input type="checkbox"/>	6.1. Informations- und Medienkompetenz <input checked="" type="checkbox"/>
5.2. Differenzierung und Individualisierung <input type="checkbox"/>	6.2. Kommunikation und Kollaboration <input type="checkbox"/>
5.3. Aktive Einbindung der Lernenden <input checked="" type="checkbox"/>	6.3. Erstellen digitaler Inhalte <input type="checkbox"/>
	6.4. Verantwortungsvoller Umgang <input checked="" type="checkbox"/>
	6.5. Digitales Problemlösen <input type="checkbox"/>

Kurzbeschreibung der enthaltenen Fortbildungsbausteine und Hinweise zum Veranstaltungsformat

1. Baustein: Relevanz und Aktualität des Themas (45 Minuten)

Die Barrieren der digitalen Transformation in den Sportunterricht sind mehrdimensional. Neben Zeitmangel, einer unzureichenden infrastrukturellen Ausstattung erschweren auch Defizite in der digitalen Qualifikation die flächendeckende Integration in den Schulalltag (Bonn et al., 2024). Der erste Baustein macht die Relevanz der Thematik für die Teilnehmenden sichtbar, stellt die Hauptziele der Fortbildung dar und ordnet ein, dass der Sportunterricht laut KMK (2016) seinen Beitrag zur Medienbildung zu leisten hat. Außerdem thematisiert der erste Baustein die unterstützende und entlastende Funktion digitaler Medien für Lehrkräfte und Schülerinnen und Schüler, definiert individuelle Lernziele (Förderung der Nutzungskompetenz, Erweiterung der Wissens- und Könnensaspekte, Aufbau einer reflexiven Haltung, Entwicklung des eigenen Selbst- und Weltbezugs zum Gegenstand) und stellt Bezüge zwischen der Thematik (Digitalisierung, Digitale Medien, Medienbildung, Körperbilder, kritische Reflexion, etc) und dem länderspezifischen Lehrplan her. Ziel ist, die Zugänglichkeit zu diesem Thema zu erleichtern und damit die Haltung der Teilnehmenden positiv zu beeinflussen. Die Aktualität digitaler Transformation im Sportunterricht wird im ersten Baustein durch aussagekräftige, idealisierte, manipulierte, überzeichnete digital dargestellten Körperbildern transportiert, wodurch erste Reflexionsprozesse bei den Teilnehmenden angeregt werden.

2. Baustein: Praktische Erprobung & Reflexion (75 Minuten)

Schülerinnen und Schüler wachsen in einer medial geprägten Lebenswelt auf, in der digitale Technologien und soziale Medien dauerhaft verfügbar und deren Nutzung allgegenwärtig sind. Als sogenannte ‚Digital Natives‘ ist davon auszugehen, dass sie Fitnessvideos auf Plattformen wie YouTube kennen und teilweise auch selbst nutzen. Bei Personen, die nicht in einer solchen Medienumwelt sozialisiert wurden, kann hingegen nicht selbstverständlich angenommen werden, dass sie mit diesem Angebot vertraut sind.

Die praktische Erprobung verschiedener Fitnessvideos unterschiedlicher Influencerinnen und Influencer im Rahmen der Fortbildung – angelehnt an relevante Lernbereiche des Sportunterrichts – ermöglicht es den Teilnehmenden daher, selbst Einblicke in die medialen Inhalte zu gewinnen, die Schülerinnen und Schüler konsumieren. Dadurch sammeln sie Erfahrungen, die unmittelbar an die Lebenswelt der Kinder und Jugendlichen anschlussfähig sind. Der Baustein verfolgt das Ziel, Inhalte nicht nur erfahrbar zu machen, sondern auch deren Mehrwert für den eigenen Unterricht und das Lernen der Schülerinnen und Schüler herauszustellen. Über die gemeinsame Erprobung und Diskussion sollen erste Reflexionsprozesse zu dargestellten Körperbildern, Intentionen sowie Wirkungen der Videos angeregt und zugleich die Wirksamkeit des eigenen pädagogischen Handelns bewusst gemacht werden. Als alternative Umsetzung dieses Bausteins bietet sich eine rein visuelle Analyse der Fitnessvideos an, ohne diese praktisch zu erproben. Auch auf diese Weise lassen sich gezielte Diskussionsanlässe schaffen, die Reflexionsprozesse über digitale Körperbilder, Intentionen und Wirkungen anregen und zugleich die Zugangshürden zur Teilhabe für weniger bewegungsaffine Lehrkräfte (z.B. aus anderen Fächern als dem Sportunterricht) senken.

3. Baustein: Theoretische Einordnung und Übertragung in den Schulalltag (60 Minuten)

Die Auseinandersetzung mit praxiswirksamen Inhalten ist ein zentraler Qualitätsfaktor erfolgreicher und hochwertiger Lehr-Lern-Prozesse in der Erwachsenenbildung (u.a. Faulstich & Zeuner, 2010). Zudem unterstützt eine praxisrelevante und anwendungsorientierte Gestaltung von Fortbildungen durch emotional-motivationale Unterstützung die Prozessqualität von Fortbildungsveranstaltungen (Lipowsky & Rzejak, 2021). Vor diesem Hintergrund leistet der letzte Baustein dazu einen Beitrag, indem er die praktisch erprobten Erfahrungen entlang vier theoretischer Ebenen (digitaler Textsouveränität) nach Frederking (2022) zur kritisch-reflexiven Analyse einordnet. Darauf aufbauend werden Unterrichtsentwürfe für unterschiedliche Schulstufen den Teilnehmenden zur

Verfügung gestellt. Diese Entwürfe dienen als exemplarische Konstrukte, die den Anspruch einer möglichst hohen Bewegungszeit mit dem Bedarf nach kritischer Reflexion verbinden. Gleichzeitig fördern sie durch ihre Lebensweltorientierung die Motivation der Schülerinnen und Schüler. Das zentrale Lernziel dieses Bausteins liegt darin, dass die praktischen Erfahrungen sowie das erworbene Wissen in pädagogisch-didaktischen Zusammenhang gebracht wird. Auf diese Weise wird eine vertiefte Auseinandersetzung mit digitalen Medien ermöglicht, die über einen rein funktionalen Nutzung hinausgeht.

Verlaufsplanung

Baustein 1 – Relevanz und Aktualität des Themas (45 Minuten)

Zeit	Phase	Inhalte & Lernziele	Methode	Material & Medien
7'	Begrüßung	Begrüßung der Teilnehmenden, Vorstellung der eigenen Person, Vorstellung des Themas, Einordnung in die Projektstruktur von DiäS und lernen:digital, erste Einordnung des Themas in den bundeslandspezifischen Lehrplan Vorstellung der Tagesagenda	Vortrag	Beamer/Smartboard, Laptop zur Darstellung der Präsentationsfolie 1 Präsentationsfolie 2
28'	Thematischer Input	Darstellung der Lernziele, Bezug zum bundeslandspezifischen Lehrplan und inhaltlicher Einstieg – visuell geprägt mit Bildern verschiedener Influencer*innen und Diskussionsrunden zu eigenen Erfahrungen im Umgang mit Social Media	Vortrag und Diskussion im Plenum	Präsentationsfolie 3 – 14
10'	Übergang zum praktischen Teil	Darstellung der Relevanz von YouTube bei Kindern und Jugendlichen (Folie 16), Erläuterung der vier Ebenen zur Analyse digitaler Texte mit der Ergänzung (Folie 17), dass mit diesen vier Ebenen im Hinterkopf die Fitnessvideos erprobt werden (Folie 18 und 19) → Zur Vorbereitung auf den praktischen Teil sollten die Teilnehmenden die Möglichkeit bekommen, sich umzuziehen. Ggfs. wird es außerdem notwendig, den Seminarraum frei zu räumen oder den Raum zu wechseln.	-	Präsentationsfolie 15 – 19 Zugang zu einer Halle, Fitnessmatten, Beamer, Verlängerungskabel, Bluetooth-Box,

Baustein 2 – Praktische Erprobung und Reflexion (75 Minuten)

Zeit	Phase	Inhalte & Lernziele	Methode	Material & Medien
5'	Einführung in den praktischen Teil	<p>Kurze einführende Erläuterung zur praktischen Erprobung der Fitnessvideos und Erinnerung an die vier Ebenen zur kritischen Analyse der Inhalte</p> <p>→ Die referierende Person weist darauf hin, dass eine aktive Teilnahme erwünscht ist, jedoch auf freiwilliger Basis erfolgt. Teilnehmende können die Übungen je nach persönlichem Befinden auch beobachtend begleiten oder jederzeit Pausen einlegen</p>	Vortrag	<p>Zugang zu einer Halle, Fitnessmatten, Beamer, Verlängerkabel, Bluetooth-Box, Laptop, Internetzugang</p> <p>+ Link zu den drei vorbereiteten Fitnessvideos</p>
50'	Praktische Erprobung	<p>Zwischen den einzelnen Videos finden kurze, angeleitete Reflexionsphasen statt, in denen die Teilnehmenden ihre Eindrücke und Erfahrungen austauschen und gemeinsam einordnen.</p> <p>Dance-Video mit Pamela Reif (10 Minuten) – bis Minute 9:48 (https://www.youtube.com/watch?v=XjoiEhJ4cJo)</p> <p>Ausschnitte des Sixpack-Workout von Sascha Huber (8 Minuten) – Minute 00:00 – 04:15 + Minute 18:17 – 22:15</p> <p>Yoga-Video von Pamela Reif (15 Minuten) – Ganzes Video</p>	Handlungsorientierte Praxisphase	<p>Die Links zu den drei Fitnessvideos sollten in drei separaten Tabs bereits geöffnet und ohne vorgeschaltete Werbung abspielbereit sein</p>
10'	Übergang zurück in den Seminarraum	<p>Organisatorische Pause: Zeit zum Umziehen/Auffrischen der Teilnehmenden (optional erfolgt das im Anschluss der Fortbildung bei Einverständnis aller Teilnehmenden)</p>	-	<p>Zugang zu Sanitärräumen und Umkleiden ermöglichen</p>

10'	Abschluss- diskussion und Über- gang zum theoreti- schen Teil	Gemeinsame Reflexion der eigenen Er- fahrungen mit den Fitness-Videos ent- lang der vier Dimensionen der kriti- schen Reflexion (Medialität, Intentiona- lität / Wahrheitsgehalt / Quelltext) so- wie zu ersten Überlegungen zu Lern- zielen und Einsatzmöglichkeiten im Sportunterricht	Geleitete Re- flexion im Plenum	Präsentationsfolie 20 - 21
-----	------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------	-------------------------------

Baustein 3 – Theoretische Einordnung und Übertragung in den Schulalltag (60 Minuten)

Zeit	Phase	Inhalte & Lernziele	Methode	Material & Medien
20'	Theoreti- scher Input	Theoriegeleitete Einordnung der digi- talen Transformation der Gesellschaft, der sportpädagogischen Relevanz so- wie Chancen und Grenzen des Social- Media-Einsatzes im Sportunterricht	Vortrag	Beamer/Smartboard, Laptop zur Darstel- lung der Präsentationsfolie 22 - 26
30'	Übertragung in den Schulalltag	Präsentation der Unterrichtsentwürfe Mit anschließender Diskussion zur schulischen Anschlussfähigkeit und praktischen Umsetzbarkeit im eigenen Unterricht	Präsentation mit Plenums- diskussion	Beamer/Smartboard, Laptop zur Darstel- lung der Präsentationsfolie 27 - 38 Ggfs. ausgedruckte Stundenverlaufs- pläne für alle Teil- nehmenden
10'	Abschluss	Abschließende Feedback- und Aus- tauschrunde mit Raum für Fragen, Rückmeldungen, weiterführenden Aus- tausch und Feedback zur Fortbildung	Offene Ple- numsdiskus- sion	Beamer/Smartboard, Laptop zur Darstel- lung der Präsentationsfolie 38 - 39

Material



Präsentationsfolien der Fortbildung

- ppt-Datei mit **inhaltlichen** und **didaktischen** Hinweisen in den Notizen
- Bereitstellung in **CC SA BY 4.0** zur individuellen weiteren Bearbeitung und Verwendung



Materialien zur Durchführung der Fortbildung

- Fortbildungsdokumentation
- Seminarraum
- Sporthalle/ Raum mit ausreichend Platz für Bewegung
- Gymnastikmatten
- Beamer & Verlängerungskabel
- Bluetooth-Box
- Laptop (inkl. Internetzugang in der Sporthalle)
- Sportbekleidung (der Teilnehmenden)
- Zugang zu Sanitärräumlichkeiten & Umkleiden



Unterrichtsentwürfe

- Unterrichtsreihe mit vier Unterrichtsentwürfe à 90 Minuten für die Sekundarstufe II
 - Pamela Reif – Tanz & Selbstbild
 - Sascha Huber – Fitness & Leistungsbild
 - Sascha Huber – Fitness OHNE Leistungsbild
 - Mady Morrison – Yoga & Achtsamkeit
- Unterrichtsentwürfe für die Sekundarstufe I mit je 45 Minuten bzw. 90 Minuten
 - Thema: Körperwahrnehmung

Literatur

- Ahadzadeh, A. S., Sharif, S. P., & Ong, F. S. (2017). Self-schema and self-discrepancy mediate the influence of Instagram usage on body image satisfaction among youth. *Computers in human behavior*, 68, 8-16.
- Bonn, B., Koerner, S., & Staller, M. S. (2024). Digitalisierung im Schulsport–sportpädagogische Einblicke. In D. Memmert (Hrsg.) *Digitalisierung und Innovation im Sport und in der Sportwissenschaft: Handbuch Sport und Sportwissenschaft* (pp. 1-14). Springer.
- Capurro, R. (2017). *Homo digitalis: Beiträge zur Ontologie, Anthropologie und Ethik der digitalen Technik*. Springer-Verlag.
- Dimitriou, M. (2019). Der postmoderne Körper im Wandel: Sport, Fitness und Wellness zwischen Gesundheitsorientierung, performativem Zwang und Optimierungslogik. In Minas Dimitriou und Susanne Ring-Dimitriou (Hrsg.) *Der Körper in der Postmoderne: Zwischen Entkörperlichung und Körperwahn*, 63-92.
- Faulstich & Zeuner (2010). *Erwachsenenbildung. Gefälligkeitsüberzeugung: Adult education*. Weinheim: Beltz
- Frederking, V. (2022). *Digitale Textsouveränität. Funktional-anwendungsorientierte und personal-reflexive Bildungsherausforderungen in der digitalen Weltgesellschaft im 21. Jahrhundert. Eine Theorieskizze*. <https://www.deutschdidaktik.phil.fau.de/files/2021/09/digitale-textsouveraenitaet.pdf>
- Götz, M. (2022). Der Einfluss der Medien auf das Körperbild. In S. Herpertz, M. de Zwaan & S. Zipfel (Hrsg.), *Handbuch Essstörungen und Adipositas*. 3. Auflage. Springer
- Holland, G., & Tiggemann, M. (2016). A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body image*, 17, 100-110.
- Kultusministerkonferenz (KMK). (2016). *Strategie der Kultusministerkonferenz „Bildung in der digitalen Welt“*(Beschluss vom 08.12.2016 in der Fassung vom 07.12.2017).
- Lipowsky, F., & Rzejak, D. (2021). *Fortbildungen für Lehrpersonen wirksam gestalten. Ein praxisorientierter und forschungsgestützter Leitfaden*. Bertelsmann Stiftung.
- MaLisa (2019). *Weibliche Selbstinszenierung in den Neuen Medien – Ergebnisse einer Studienreihe*. Abgerufen am 13. Oktober 2025 von <https://www.saferinternet.at/fileadmin/redakteure/Footer/Studien/Selbstinszenierung-in-den-neuen-Medien.pdf>
- Meinokat, P., & Wagner, I. (2022). Causes, prevention, and interventions regarding classroom disruptions in digital teaching: A systematic review. *Education and Information Technologies*, 27(4), 4657–4684. <https://doi.org/10.1007/s10639-021-10795-7>
- Sarva & Purina-Bieza, (2023). Educators' Perspectives on the Main Challenges and Opportunities for Implementing Digital Solutions in Learning and Teaching. *International Journal of Emerging Technologies in Learning*, 18(24), 62-80. <https://doi.org/10.3991/ijet.v18i24.44745>

Wagner, P., & Wulff, H. (2020). Digitalisierung und körperliche Aktivität–Risiken und Nutzen digitaler Medien für Bewegung und Gesundheit. *Vierter Kinder-und Jugendsportbericht: Gesundheit, Leistung und Gesellschaft*, 64-75.

Wendeborn, T. (2022). Der Zusammenhang zwischen Fachlichkeit und Digitalisierung im Sportunterricht. *sportunterricht*, 71(12), 532-536.

Impressum

Herausgeber
Universität Leipzig
Jahnallee 59
04109 Leipzig
E-Mail: sportpaedagogik@uni-leipzig.de

Verantwortlich
Fides Berkel

Redaktion
Fides Berkel

Lektorat
Prof. Dr. Thomas Wendeborn

Gestaltung
Vorlage des Kompetenzzentrums ‚MKS 20250225-LD-
Vorlagen-Fortbildungsdokumentation‘
Bearbeitung durch Fides Berkel

Zitierhinweis
Fides Berkel & Prof. Dr. Thomas Wendeborn,
Kompetenzverbund lernen:digital, entstanden im
Projektverbund DiäS – Teilprojekt Sportliche Bildung
digital.

Die vorliegende Publikation ist im Handlungsfeld Forschung der lernen:digital Transferstelle im
Kompetenzverbund lernen:digital entstanden.

Finanziert durch die Europäische Union – NextGenerationEU und gefördert durch das Bundesministerium für
Bildung und Forschung. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind ausschließlich die des Autors/ der Autorin
und spiegeln nicht unbedingt die Ansichten der Europäischen Union, Europäischen Kommission oder des
Bundesministeriums für Bildung und Forschung wider. Weder Europäische Union, Europäische Kommission noch
das Bundesministerium für Bildung und Forschung können für sie verantwortlich gemacht werden.



Dieses [Produkt] ist unter der Lizenz CC BY 4.0 veröffentlicht. Der Name des Urhebers soll bei einer
Weiterverwendung wie folgt angegeben werden: Kompetenzverbund lernen:digital, entstanden im Projektverbund
„[Name des Projektverbunds]“ von lernen:digital Kompetenzzentrum [Bereich].