

## Fortbildungsbeschreibung

### Titel

Körperbilder und Social Media im Schulsport – kritische Auseinandersetzung mit medialen Körperidealen im Sportunterricht

### Gesamtkonzept der Fortbildung

Social Media sind ein zentraler Bestandteil jugendlicher Lebenswelten und besitzen ein hohes identitätsstiftendes Potential (Thiel, John & Gropper, 2020). Der starke Körperfokus hat zur Folge, dass sie das Verständnis gesunder, fitter und vermeintlich schöner Körper formen und das Körperbild von Kindern und Jugendlichen beeinflussen (Cohen, Newton-John & Slater, 2017). Idealisierte und manipulierte Körperdarstellungen in Social Media tragen zur Verinnerlichung unrealistischer Körperideale bei und sind stark mit Körperunzufriedenheit und Essstörungen assoziiert (Tiggemann & Zachardo, 2018). Im Sinne eines erziehenden Sportunterrichts, der zur Erziehung zum Sport und zur Erziehung durch Sport anhält, werden gesellschaftliche Veränderungen wie die digitale Transformation von Sport aufgegriffen. Die Vermittlung fachspezifischer Medienkompetenzen unterstützt einen souveränen Umgang mit medialen Körperbildern (Wendeborn, 2022). Die Förderung einer kritischen Medienbildung ist ein fächerübergreifendes Bildungs- und Erziehungsziel, welches das Lernen *mit* digitalgestützten Methoden und das kritische Lernen *über* digitale Medien beinhaltet. Es ist explizit Ziel und Aufgabe des Schulsports den Körper zu adressieren, wobei er von den Schüler:innen einerseits erfahren und andererseits reflektiert werden soll. Darüber hinaus leistet der Schulsport einen Beitrag zur Identitätsentwicklung und zum Gesundheitsbewusstsein der Schüler:innen (SMK, 2019). Auf Grundlage der beschriebenen gesellschaftlichen, bildungspolitischen und curricularen Relevanz kann die Thematisierung von medialen Körperidealen im Sportunterricht begründet werden.

Das Fortbildungsangebot ‚Körperideale in Social Media – eine kritische Auseinandersetzung im Sportunterricht‘ ist eines von drei eigenständigen Fortbildungsmodulen des Community Networks 5 (Com<sup>e</sup>Net 5), welche im Rahmen des Projekts Com<sup>e</sup>Sport entwickelt wurden (s. nachfolgende Tabelle). Mehr Informationen zu den Hintergründen und Inhalten der Fortbildungsmodule liefert ein Beitrag in der Fachzeitschrift sportunterricht (Autorengruppe ComeNet 5, 2025). Die Konzeption basiert auf einer vorab durchgeführten Bedarfsanalyse und wurde entsprechend des DBR-Ansatzes (Prediger et al., 2015) anhand mehrfacher Erprobung und Evaluation weiterentwickelt. Dabei handelt es sich um eine dreistündige Veranstaltung für Sportlehrkräfte der Sekundarstufen I und II, die online oder in Präsenz durchgeführt werden kann. Zentrale Ziele der Fortbildung sind die Sensibilisierung für mediale Körperideale und deren Einflüsse auf das Körperbild von Kindern und Jugendlichen sowie eine kritisch-reflexive Auseinandersetzung mit idealisierten und



Dieses Produkt ist unter der Lizenz [Empfehlung: CC BY 4.0] veröffentlicht. Ausgenommene Inhalte sind an den einzelnen Inhalten angegeben. Die Urheber:innen sollen bei der Weiterverwendung wie folgt angegeben werden: Thomas Wendeborn & Nina Radek, Kompetenzverbund lernendigital, entstanden im Projektverbund Com<sup>e</sup>Sport (Com<sup>e</sup>Net 5).

Gefördert vom:

manipulierten Körperdarstellungen in Social Media. Die Förderung der Medienkompetenzen von Sportlehrkräften gilt als Voraussetzung dafür, dass sie diese ihren Schüler:innen vermitteln können.

Die Fortbildung beginnt mit einem theoretischen und empirischen Input zu gegenwärtigen medialen Körperidealen, körperbezogenen Strömungen wie der Fitspiration und Body Positivity sowie deren Einflüsse auf das Körperbild junger Menschen. Nach der Vorstellung eines Leitfadens für eine schrittweise und kritisch-reflexive Inhaltsanalyse von Körperdarstellungen in Social Media wird dieser anhand repräsentativer Social-Media-Posts gemeinsam angewandt. In einer praktischen Arbeitsphase erstellen die Teilnehmenden mithilfe von KI-unterstützten Bildgeneratoren eigene, körperpositive Social-Media-Posts, die in der Gruppe präsentiert und besprochen werden. Im Anschluss findet ein Austausch zu den Chancen und Herausforderung von Körperidealen in Social Media für den Sportunterricht statt. Die Fortbildung endet mit einer abschließenden Diskussion über die Gelingensbedingungen einer kritischen Medienbildung im Schulsport.



Dieses Produkt ist unter der Lizenz [Empfehlung: CC BY 4.0] veröffentlicht. Ausgenommene Inhalte sind an den einzelnen Inhalten angegeben. Die Urheber:innen sollen bei der Weiterverwendung wie folgt angegeben werden: Thomas Wendeborn & Nina Radek, Kompetenzverbund lernen:digital, entstanden im Projektverbund Com<sup>e</sup>Sport (Com<sup>e</sup>Net 5).



**Die Lernziele des Fortbildungsangebots sind:**

- Sensibilisierung von Sportlehrkräften für mediale Körperideale und deren Einflüsse auf das Körperbild von Kindern und Jugendlichen
- Sportlehrkräfte reflektieren ihren Einsatz von Social Media und können diese zielgerichtet für ihren Unterricht auswählen und erstellen
- Sportlehrkräfte nutzen Social Media, um die Lernenden aktiv einzubinden
- Förderung der Medienkompetenzen von Sportlehrkräften für eine kritisch-reflexive Auseinandersetzung mit idealisierten und manipulierten Körperdarstellungen in Social Media
- Sportlehrkräfte fördern die Medienkompetenzen von Lernenden für einen verantwortungsvollen Umgang mit Social Media

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

<b>1. Berufliches Engagement</b> <input checked="" type="checkbox"/> <ul style="list-style-type: none"> <li>1.1. Berufliche Kommunikation <input type="checkbox"/></li> <li>1.2. Berufliche Zusammenarbeit <input type="checkbox"/></li> <li>1.3. Reflektierte Praxis <input checked="" type="checkbox"/></li> <li>1.4. Digitale Weiterbildung <input checked="" type="checkbox"/></li> </ul>	<b>2. Digitale Ressourcen</b> <input checked="" type="checkbox"/> <ul style="list-style-type: none"> <li>2.1. Auswählen <input checked="" type="checkbox"/></li> <li>2.2. Erstellen und Anpassen <input checked="" type="checkbox"/></li> <li>2.3. Organisieren, Schützen, und Teilen <input type="checkbox"/></li> </ul>
<b>3. Lehren und Lernen</b> <input type="checkbox"/> <ul style="list-style-type: none"> <li>3.1. Lehren <input type="checkbox"/></li> <li>3.2. Lernbegleitung <input type="checkbox"/></li> <li>3.3. Kollaboratives Lernen <input type="checkbox"/></li> <li>3.4. Selbstreguliertes Lernen <input type="checkbox"/></li> </ul>	<b>4. Evaluation</b> <input type="checkbox"/> <ul style="list-style-type: none"> <li>4.1. Lernstand erheben <input type="checkbox"/></li> <li>4.2. Lern-Evidenz analysieren <input type="checkbox"/></li> <li>4.3. Feedback und Planung <input type="checkbox"/></li> </ul>
<b>5. Lernerorientierung</b> <input checked="" type="checkbox"/> <ul style="list-style-type: none"> <li>5.1. Digitale Teilhabe <input type="checkbox"/></li> <li>5.2. Differenzierung und Individualisierung <input type="checkbox"/></li> <li>5.3. Aktive Einbindung der Lernenden <input checked="" type="checkbox"/></li> </ul>	<b>6. Förderung der digitalen Kompetenz der Lernenden</b> <input checked="" type="checkbox"/> <ul style="list-style-type: none"> <li>6.1. Informations- und Medienkompetenz <input checked="" type="checkbox"/></li> <li>6.2. Kommunikation und Kollaboration <input type="checkbox"/></li> <li>6.3. Erstellen digitaler Inhalte <input checked="" type="checkbox"/></li> <li>6.4. Verantwortungsvoller Umgang <input checked="" type="checkbox"/></li> <li>6.5. Digitales Problemlösen <input type="checkbox"/></li> </ul>



Dieses Produkt ist unter der Lizenz [Empfehlung: CC BY 4.0] veröffentlicht. Ausgenommene Inhalte sind an den einzelnen Inhalten angegeben. Die Urheber:innen sollen bei der Weiterverwendung wie folgt angegeben werden: Thomas Wendeborn & Nina Radek, Kompetenzverbund lernen:digital, entstanden im Projektverbund Com<sup>e</sup>Sport (Com<sup>e</sup>Net 5).



## Kurzbeschreibung der enthaltenen Fortbildungsbausteine

### 1. Begrüßung und Zielstellung (15 min)

Die Begrüßung beinhaltet eine kurze Vorstellungsrunde. Zu Beginn der Fortbildung wird die Zielstellung benannt und der Ablauf der Veranstaltung skizziert. Ziel ist es, die erforderlichen Medienkompetenzen für eine kritisch-reflexive Auseinandersetzung mit Körperidealen in Social Media der teilnehmenden Lehrkräfte zu fördern, damit sie diese ihren Schüler:innen vermitteln können. Arbeitsaufträge, die im Rahmen der Fortbildung durchgeführt werden, können bei Bedarf angepasst und in die Sportunterrichtspraxis überführt werden. Für einen thematischen Einstieg, bei dem die Teilnehmenden mit ins Boot geholt werden, eignet sich ein kurzes Blitzlicht. Mögliche Impulsfragen sind: „Welche Fitness-Influencer:innen kennen Sie?“, „Mit welcher Schulnote würden Sie Ihre Social-Media-Kenntnisse bewerten?“, „Wie relevant finden Sie diese Thematik für Ihren Sportunterricht?“ oder „Mit welchen Erwartungen sind Sie in der Fortbildung?“.

### 2. Theoretisches und empirisches Grundlagenwissen (30 min)

In einem 30-minütigen dialogischen Vortragsformat werden die Ausgangs- bzw. Problemlage medialer Körperideale dargelegt, die Relevanz, Chancen und Herausforderungen für den Sportunterricht besprochen und Grundlagenwissen zu medialen Körperdarstellungen vermittelt. Der Konsum idealisierter und manipulierter Körperdarstellungen in Social Media, die fester Bestandteil jugendlicher Lebensrealitäten sind, hat negative Effekte auf das Körperbild von Kindern und Jugendlichen. Neben Körperunzufriedenheit und Essstörungen, welche mediale Körperideale verursachen, sind Stigmatisierung, Pathologisierung und Diskriminierung von Körpervielfalt problematische Phänomene im digitalen Raum. Digitale Manipulationen durch Filter, Bildbearbeitung und KI tragen zur Verinnerlichung unrealistischer Körperideale bei. Darüber hinaus verbreiten Fitness-Influencer:innen fehlerhafte Informationen zu den Themenbereichen Sport, Ernährung und Gesundheit. Folgen dieser Entwicklung werden auch im Sportunterricht sichtbar, beispielsweise wenn Schüler:innen aus Scham oder fehlender Motivation nicht partizipieren wollen. Ein zentraler Lösungsansatz ist die Förderung von Kritik- und Reflexionsfähigkeiten für einen souveränen Umgang mit digitalen Körperrepräsentationen. Eine Anleitung, wie man sich medialen Körperidealen kritisch annähern kann, wird im folgenden Baustein erläutert.

Wie eingangs beschrieben, sind mediale Körperideale für den Schulsport relevant, wobei Sportlehrkräfte vor der Herausforderung stehen dieser Thematik in ihrem Unterricht zu begegnen. Dieser theoretische Baustein, in dem das Grundlagenwissen überwiegend in einem frontalen Vortrag vermittelt wird, kann durch kurze Austausch- und Diskussionsimpulse abwechslungsreich gestaltet werden. Die Teilnehmenden können ihre Einschätzungen dazu teilen, unter welchen Voraussetzungen und in welchen Lernbereichen mediale Körperideale thematisiert werden können. Ein Beispiel ist die Verbindung von Sportpraxis und Reflexion in den



Dieses Produkt ist unter der Lizenz [Empfehlung: CC BY 4.0] veröffentlicht. Ausgenommene Inhalte sind an den einzelnen Inhalten angegeben. Die Urheber:innen sollen bei der Weiterverwendung wie folgt angegeben werden: Thomas Wendeborn & Nina Radek, Kompetenzverbund lernen:digital, entstanden im Projektverbund Com<sup>e</sup>Sport (Com<sup>e</sup>Net 5).



Lernbereichen Fitness und Tanzen, in denen Bewegungslernen mithilfe von YouTube-Videos angeleitet und anschließend diskutiert wird. Die Fortbildung soll insgesamt einen offenen, wertschätzenden Gesprächsraum bieten, in dem Erfahrungen, Haltungen und Meinungen geteilt werden können. Während individuelle Herausforderungen Gehör finden, sollten konkrete Lösungsideen und die Potentiale von Social Media für den Sportunterricht im Vordergrund stehen.

### 3. Vorstellen und Anwenden eines Reflexionsleitfadens (45 min)

Der dritte Baustein setzt sich aus der Präsentation eines Reflexionsleitfadens für mediale Körperideale und der Anwendung des Leitfadens in Kleingruppen zusammen. Der Leitfaden wird den Teilnehmenden ausgehändigt, die ihn zukünftig als Unterrichtsmaterial einsetzen können oder der ihnen in der Unterrichtsvorbereitung als Orientierung dient, Social Media für ihren Unterricht zielgerichtet auszuwählen. Inhaltlich und strukturell beruht der Reflexionsleitfaden auf einem Vier-Ebenen-Modell der digitalen Textsouveränität von Frederking (2023), der für den Zweck dieser Fortbildung angepasst wurde. Konkret werden körperbezogene Inhalte eines Social-Media-Posts anhand der vier Kategorien Oberfläche, Botschaft, Fakten-Check und Algorithmus schrittweise analysiert.

Die Präsentation zur Fortbildung enthält verschiedene KI-generierte Social-Media-Posts, die mithilfe des Leitfadens schrittweise analysiert werden. Während der Leitfaden einen Katalog mit vielen möglichen Reflexionsfragen enthält, sollten für die Fortbildung für jede Kategorie einige wenige exemplarisch ausgewählt und beantwortet werden. Dafür können sich die Teilnehmenden in Kleingruppen zu den Reflexionsfragen zunächst untereinander austauschen, um anschließend alle Antworten zusammenzutragen. Je nach Gruppengröße können entweder dieselben oder unterschiedliche Social-Media-Posts analysiert werden. Wichtig ist, dass zu jeder Kategorie sowohl eine objektive, rein faktische Inhaltsanalyse stattfindet als auch subjektive Reaktionen, wie beispielsweise Veränderungen des eigenen Körperempfindens, wahrgenommen und reflektiert werden. Während der Inhaltsanalyse kann hin und wieder auch die Schüler:innenperspektive eingenommen werden, indem die Teilnehmenden deren Kritik- und Reflexionsfähigkeiten hinsichtlich medialer Körperideale einschätzen. Findet die Fortbildung online statt, können die Antworten im Chat oder per App wie beispielsweise Mentimeter eingeholt werden. Zum Abschluss dieses Bausteins kann diskutiert werden, ob und wie der Reflexionsleitfaden im Sportunterricht angewandt werden kann.

*Pause (15 min)*

### 4. Social Media für ein positives Körperbild (60 min)

Der vierte Baustein beginnt mit einem kurzen Brainstorm zu den potenziell positiven Wirkungen von Social Media auf das Körperbild von Kindern und Jugendlichen. Die Präsentation enthält vier Lösungsansätze als Kontrast zu den idealisierten, unrealistischen oder ungesunden Körperdarstellungen. Während Beiträge der



Dieses Produkt ist unter der Lizenz [Empfehlung: CC BY 4.0] veröffentlicht. Ausgenommene Inhalte sind an den einzelnen Inhalten angegeben. Die Urheber:innen sollen bei der Weiterverwendung wie folgt angegeben werden: Thomas Wendeborn & Nina Radek, Kompetenzverbund lernen:digital, entstanden im Projektverbund Com<sup>e</sup>Sport (Com<sup>e</sup>Net 5).



(1) Body Positivity und (2) Body Neutrality mit Körperzufriedenheit assoziiert sind, ermöglichen (3) Parodien einen humorvollen Zugang zu unrealistischen Körperidealen. Des Weiteren kann in den (4) Algorithmus bewusst eingegriffen werden, sodass körperpositivere Beiträge in der For-You-Page angezeigt werden.

In einer praktischen Arbeitsphase erstellen die Teilnehmenden mithilfe von KI-Tools eigene, körperpositive Social-Media-Posts. Dazu finden sie sich erneut in Kleingruppen zusammen. In der Präsentation werden verschiedene kostenfreie Bildgeneratoren vorgeschlagen, mit denen ohne Anmeldung mehrere Bilder generiert werden können. Aufgrund der Schnellebigkeit von KIs sind die Anbieter bzw. die verlinkten Webseiten regelmäßig zu aktualisieren. Die fertigen Posts werden anschließend auf einer digitalen Pinnwand zusammengetragen, beispielsweise über Padlet, und gemeinsam diskutiert. Neben dem Austausch von Erfahrungen, die die Teilnehmenden bei der KI-Nutzung gesammelt haben, sollte die Umsetzbarkeit dieser Aufgabe in ihrer Klassen eine zentrale Diskussionsfrage sein.

#### 5. Abschluss (15 min)

Am Ende der Fortbildung werden die zentralen Inhalte und Diskussionsergebnisse zusammengefasst, wobei auch die Teilnehmenden ihre Take-Home-Messages formulieren. Abschließend können sie ihre Einschätzung dazu geben, ob sich ihr Blick auf die Thematik verändert hat und inwiefern sie die Fortbildungsinhalte und -materialien für ihre Unterrichtspraxis nutzen wollen. Die Fortbildung kann anhand einer kurzen Feedbackrunde oder eines Fragebogens evaluiert werden.

#### **Hinweise auf ergänzende Fortbildungsangebote**

An dieser Stelle wird auf die weiteren Fortbildungsmodule des Com<sup>e</sup>Net 5 verwiesen, die die Thematik ‚Körperbilder und Social Media im Schulsport‘ vertiefen. Nachfolgende Links führen direkt zu den drei Fortbildungsangeboten auf WirLernenOnline:

##### Von empirischen Erkenntnissen zur didaktischen Umsetzung im Sportunterricht

<https://redaktion.openeduhub.net/edu-sharing/components/render/504fe965-8866-451e-8fe9-658866951e35>

##### Kritische Auseinandersetzung mit medialen Körperidealen im Sportunterricht

<https://redaktion.openeduhub.net/edu-sharing/components/render/30c84401-b686-4c1b-8844-01b686ac1bb7>

##### Praktisch zum Thema machen!

<https://redaktion.openeduhub.net/edu-sharing/components/render/30c84401-b686-4c1b-8844-01b686ac1bb7>



Dieses Produkt ist unter der Lizenz [Empfehlung: CC BY 4.0] veröffentlicht. Ausgenommene Inhalte sind an den einzelnen Inhalten angegeben. Die Urheber:innen sollen bei der Weiterverwendung wie folgt angegeben werden: Thomas Wendeborn & Nina Radek, Kompetenzverbund lernen:digital, entstanden im Projektverbund Com<sup>e</sup>Sport (Com<sup>e</sup>Net 5).

Gefördert vom:

## Literaturverzeichnis

- Autorengruppe ComeNet 5 (2025) Körperbilder und Social Media im Sportunterricht – Herausforderungen und Chancen für Lehrkräfte. *sportunterricht*, 74(6), 250-253.
- Cohen, R., Newton-John, T. & Slater, A. (2017). The relationship between Facebook and Instagram appearance-focused activities and body image concerns in young women. *Body image*, 23, 183-187.
- Frederking, V. (2023). Von Fake News bis ChatGPT. Digitale Textsouveränität als ethisch-politische Bildungsaufgabe für Deutschdidaktik und Deutschunterricht in der digitalen Welt. *MiDU - Medien Im Deutschunterricht*, 5(2), 1-27.
- Kultusministerkonferenz [KMK] (2016). *Bildung in der digitalen Welt. Strategie der Kultusministerkonferenz. Kultusministerkonferenz*.
- Prediger, S., Gravemeijer, K. & Confrey, J. (2015). Design research with a focus on learning processes – an overview on achievements and challenges. *ZDM Mathematics Education*, 47(6), 877-891.
- Sächsisches Staatsministerium für Kultus [SMK] (2019). *Lehrplan Gymnasium – Sport*. Landesamt für Schule und Bildung.
- Thiel, A., John, J. M. & Gropper, H. (2020). Körpernormen und Körperdevianzen. In C. Breuer, C. Joisten & W. Schmidt (Hrsg.), *Vierter Deutscher Kinder- und Jugendsportbericht. Gesundheit, Leistung und Gesellschaft* (S. 307-329). Hofmann.
- Tiggemann, M., & Zaccardo, M. (2018). Strong is the new skinny: A content analysis of #fitspiration images on Instagram. *Journal of Health Psychology*, 23(8), 1003-1011.
- Wendeborn, T. (2022). Der Zusammenhang zwischen Fachlichkeit und Digitalisierung im Sportunterricht. *sportunterricht*, 71(12), 532-536.



Dieses Produkt ist unter der Lizenz [Empfehlung: CC BY 4.0] veröffentlicht. Ausgenommene Inhalte sind an den einzelnen Inhalten angegeben. Die Urheber:innen sollen bei der Weiterverwendung wie folgt angegeben werden: Thomas Wendeborn & Nina Radek, Kompetenzverbund lernen:digital, entstanden im Projektverbund Com<sup>e</sup>Sport (Com<sup>e</sup>Net 5).



## Verlaufsplanung

Zeit	Phase	Inhalte & Lernziele	Methode	Material & Medien
<b>1. Begrüßung &amp; Zielstellung</b>				
15 min	<b>Einstieg</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Begrüßung und kurze Vorstellungsrunde</li> <li>– Zielstellung und Ablauf der Fortbildung</li> <li>– Impulsfragen</li> </ul>	Vortrag & Dialog im Plenum	Präsentationsfolien
<b>2. Theoretisches und empirisches Grundlagenwissen</b>				
10 min	<b>Theorie 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Problemlage idealisierter und manipulierter Körperdarstellungen in Social Media</li> <li>– Relevanz für den Sportunterricht</li> </ul>	Vortrag	Präsentationsfolien
10 min	<b>Theorie 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Chancen und Herausforderungen von sport- und körperbezogenen Social-Media-Inhalten für den Sportunterricht</li> <li>– Erfahrungs- und Meinungsaustausch</li> </ul>	Vortrag & moderierter Dialog im Plenum	Präsentationsfolien
10 min	<b>Theorie 3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– gegenwärtige mediale Körperideale</li> <li>– Konsequenzen für Kinder und Jugendliche</li> <li>– digitale Manipulationen und Fake-Phänomene</li> </ul>	Vortrag	Präsentationsfolien



Dieses Produkt ist unter der Lizenz [Empfehlung: CC BY 4.0] veröffentlicht. Ausgenommene Inhalte sind an den einzelnen Inhalten angegeben. Die Urheber:innen sollen bei der Weiterverwendung wie folgt angegeben werden: Thomas Wendeborn & Nina Radek, Kompetenzverbund lernen:digital, entstanden im Projektverbund Com<sup>e</sup>Sport (Com<sup>e</sup>Net 5).







### 3. Vorstellen und Anwenden eines Reflexionsleitfadens

15 min	<b>Vorbereitung der Praxisphase 1</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– zwei repräsentative Körperbilder präsentieren und spontane Reaktionen erfragen</li><li>– Erläuterung des Reflexionsleitfadens</li></ul>	Vortrag & moderierter Dialog	Präsentationsfolien & Reflexionsleitfaden
20 min	<b>Praxisphase 1</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– kritisch-reflexive Inhaltsanalyse verschiedener Körperdarstellungen anhand ausgewählter Reflexionsfragen aus dem Leitfaden</li><li>– Präsentation der Gruppenergebnisse</li></ul>	Arbeit in Kleingruppen & Diskussion im Plenum	Präsentationsfolien & Reflexionsleitfaden
10 min	<b>Auswertung der Praxisphase 1</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Ausgabe des Reflexionsleitfadens</li><li>– Austausch über Anwendungsmöglichkeiten im Sportunterricht</li></ul>	Vortrag & Diskussion im Plenum	Präsentationsfolien & Reflexionsleitfaden
15 min	Pause			

### 4. Social Media für ein positives Körperbild

10 min	<b>Vorbereitung der Praxisphase 2</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– verschiedene Körpertrends in Social Media</li><li>– vier Lösungsansätze für positive Körperbilder in Social Media</li></ul>	Vortrag	Präsentationsfolien
--------	---------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------	---------------------



Dieses Produkt ist unter der Lizenz [Empfehlung: CC BY 4.0] veröffentlicht. Ausgenommene Inhalte sind an den einzelnen Inhalten angegeben. Die Urheber:innen sollen bei der Weiterverwendung wie folgt angegeben werden: Thomas Wendeborn & Nina Radek, Kompetenzverbund lernen:digital, entstanden im Projektverbund Com<sup>e</sup>Sport (Com<sup>e</sup>Net 5).





35 min	<b>Praxisphase 2</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Erläuterung der Aufgabenstellung und Anleitung der KI-Tools</li><li>– Produktion körperpositiver Social-Media-Inhalte und Teilen über die digitale Pinnwand</li><li>– kurze Präsentation der Posts</li></ul>	Arbeit in Kleingruppen & Präsentation im Plenum	Präsentationsfolien & QR-Codes für KI-Tools und digitale Pinnwand
15 min	<b>Auswertung der Praxisphase 2</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Erfahrungsaustausch zur Durchführung der Aufgabe</li><li>– Austausch über Anwendungsmöglichkeiten im Sportunterricht</li></ul>	Diskussion im Plenum	Präsentationsfolien, digitale Pinnwand
<b>5. Abschluss</b>				
15 min	<b>Fazit &amp; Abschluss</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Zusammenfassung zentraler Inhalte und Diskussionsergebnisse</li><li>– Gelingensbedingungen einer kritischen Medienbildung im Sportunterricht</li><li>– Take-Home-Message</li><li>– offene Fragen klären</li><li>– Verabschiedung</li></ul>	Dialog im Plenum	Präsentationsfolien



Dieses Produkt ist unter der Lizenz [Empfehlung: CC BY 4.0] veröffentlicht. Ausgenommene Inhalte sind an den einzelnen Inhalten angegeben. Die Urheber:innen sollen bei der Weiterverwendung wie folgt angegeben werden: Thomas Wendeborn & Nina Radek, Kompetenzverbund lernen:digital, entstanden im Projektverbund Com<sup>e</sup>Sport (Com<sup>e</sup>Net 5).



### Checkliste: Verlaufsplanung

*Geht aus dem Verlaufsplan der zeitliche Ablauf, Inhalte, Lernziele, verwendete Methoden und das benötigte Material bzw. Medien der jeweiligen Arbeitsphasen hervor?*

*Werden mögliche Umsetzungsvarianten beschrieben?*

Erledigt?



## Material

### Checkliste: Material

*Falls vorhanden: Ist das Präsentationsmaterial vollständig, einschließlich Titel- und Schlussfolien, Arbeitsaufträgen und Steuerungsfolien?*

*Falls vorhanden: Ist eine Sicherungskopie des Selbstlernkurses bzw. ein Link zum MOOC bereitgestellt?*

*Sind alle Arbeitsmaterialien für die Nutzung innerhalb der Fortbildungsbausteine abgelegt?*

*Können exemplarische Arbeitsergebnisse beigelegt werden?*

*Kann weiteres Arbeitsmaterial für die Nutzung im Unterricht beigelegt werden?*

Erledigt?



## Formalitäten, Verzeichnisstrukturen und Dateinamen

### Checkliste: Formalitäten, Verzeichnisstrukturen und Dateinamen

*Wurde das Dokumentationsmaterial in einer .zip-Datei zusammengefasst?*

*Wurden Verzeichnisstrukturen und Dateinamen selbsterklärend benannt?*

*Liegen die Dateien in editierbaren Dateiformaten vor?*

Erledigt?



Dieses Produkt ist unter der Lizenz [Empfehlung: CC BY 4.0] veröffentlicht. Ausgenommene Inhalte sind an den einzelnen Inhalten angegeben. Die Urheber:innen sollen bei der Weiterverwendung wie folgt angegeben werden: Thomas Wendeborn & Nina Radek, Kompetenzverbund lernen:digital, entstanden im Projektverbund Com<sup>e</sup>Sport (Com<sup>e</sup>Net 5).

Gefördert vom:

## Dokumentation der Qualitätssicherung von Fortbildungsangeboten im Kompetenzverbund lernen:digital

Bitte geben Sie an, welche der folgenden Maßnahmen zur Qualitätssicherung Sie für das von Ihnen entwickelte Fortbildungsvorhaben durchgeführt haben.

	Ja	Nein
<b>Konzeption</b>		
<i>Diese Maßnahmen betreffen die Entwicklung des Konzepts.</i>		
Bedarfsanalyse bei der Zielgruppe des Fortbildungsangebotes (siehe <a href="#">Handreichung Lehrkräftefortbildung</a> ).	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Konzeption vor dem Hintergrund evidenzbasierter Qualitätsmerkmalen wirksamer Lehrkräftefortbildungen (siehe u.a. <a href="#">Lipowsky &amp; Rzejak, 2021</a> oder <a href="#">Handreichung Lehrkräftefortbildung</a> ).	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gemeinsame Konzeption der Fortbildung mit Vertreter:innen aus der Fortbildungspraxis bzw. den Landesinstituten.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Formative Evaluation</b>		
<i>Diese Maßnahmen begleiten die Entwicklung und Implementierung des Fortbildungsangebots mit dem Ziel der Qualitätssicherung und -optimierung im Prozess.</i>		
Vorstellung des geplanten Fortbildungskonzeptes über das Austauschformat <i>Boxenstopp</i> .	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vorstellung des geplanten Fortbildungskonzeptes über ein Fachforum..	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vorstellung des geplanten Fortbildungskonzeptes über Tagungen oder Konferenzen.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pilotierung der Fortbildung in Kooperation mit Landesinstituten, Einzelschulen bzw. ausgewählten Lehrkräften.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pilotierung der Fortbildung in Kooperation mit Hochschulen bzw. Lehramtsstudierenden.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Dieses Produkt ist unter der Lizenz [Empfehlung: CC BY 4.0] veröffentlicht. Ausgenommene Inhalte sind an den einzelnen Inhalten angegeben. Die Urheber:innen sollen bei der Weiterverwendung wie folgt angegeben werden: Thomas Wendeborn & Nina Radek, Kompetenzverbund lernen:digital, entstanden im Projektverbund Com<sup>e</sup>Sport (Com<sup>e</sup>Net 5).



---

### Summative Evaluation

*Diese Maßnahmen dienen der Bewertung der Wirksamkeit und der Ergebnisse des Fortbildungsangebots.*

Evaluation der (pilotierten) Fortbildung entlang etablierter Instrumente (z.B. siehe <a href="#">Instrumentenkatalog</a> ).	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------

Evaluation der (pilotierten) Fortbildung entlang selbstentwickelter Instrumente oder mithilfe von Feedback der Teilnehmenden.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------

---

<b>Dokumentation</b> des Fortbildungskonzepts entlang vorgegebener Richtlinien (siehe <a href="#">Leitfaden Fortbildungsdokumentation</a> ).	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------

---



Dieses Produkt ist unter der Lizenz [Empfehlung: CC BY 4.0] veröffentlicht. Ausgenommene Inhalte sind an den einzelnen Inhalten angegeben. Die Urheber:innen sollen bei der Weiterverwendung wie folgt angegeben werden: Thomas Wendeborn & Nina Radek, Kompetenzverbund lernen:digital, entstanden im Projektverbund Com<sup>e</sup>Sport (Com<sup>e</sup>Net 5).