

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
1 Einleitung	7
2 Definition der Grundbegriffe	9
2.1 Zum Begriff Gesundheit	9
2.2 Zum Begriff Selbstkonzept	11
2.3 Zum Begriff Körperkonzept	13
2.4 Dimensionen des Körperkonzepts und Einflussfaktoren	14
2.4.1 Problemfeld Sportunterricht	15
2.4.2 Problemfeld Familie	18
2.4.3 Problemfeld Kommerzialisierung	20
2.4.4 Problemfeld Gender Mainstreaming	23
3 Konzeption der Studie	26
3.1 Grundlegende didaktisch-methodische Kriterien und Zielsetzungen	26
3.2 Vorbereitung der Studie	29
3.3 Didaktisch-methodische Konkretisierungen und Lernziele	32
3.4 Inhalte der praktischen Unterrichtseinheiten	36
3.5 Inhalte der theoretischen Unterrichtseinheiten	39
4 Erhebung zum Körperkonzept	41
4.1 Fragestellung, Untersuchungsdesign, Auswertungsverfahren und Ergebnisdarstellung	41
4.2 Auswertung der Ergebnisse	43
4.2.1 Körpersensibilität	43
4.2.2 Körperzufriedenheit	45
4.2.3 Körperkontrollmeinung	47
4.2.4 Aussehen/Figur	49
4.2.5 Gesundheit	51
4.2.6 Fitness	53
4.2.7 Ernährung	56
4.2.8 Sportmotive	60
4.2.8.1 Körper und Gesundheit	60
4.2.8.2 Leistung	62
4.2.8.3 Thrill	64
4.2.8.4 Natur	65
4.2.8.5 Soziales	66
4.2.8.6 Abreagieren	67

4.2.8.7	Bewegungsästhetik	68
4.2.8.8	Freude und Spaß	69
4.2.9	Sportängste	70
4.2.9.1	Körperangst	70
4.2.9.2	Soziale Angst	71
4.2.9.3	Leistungsangst	72
5	Ergebnisse	75
Literatur		79
Die Autoren		81