

FAIRER SPORT OHNE DOPING

Irene Winkemann

Projektleiterin NADA-Prävention

Wissens- und Wertevermittlung rund um das Thema Anti-Doping: Die Schüler erarbeiten Geschichte und Definition des Dopingbegriffs und setzen sich kritisch mit möglichen Ursachen und Auslösern von Doping auseinander.

Sekundarstufe II
(Klasse 11–13)

Unterrichtsfächer:

Sport, Biologie, Chemie, Deutsch, Ethik, Natur und Technik, Kunst, Arbeitslehre



Zeitaufwand

Jedes Unterkapitel ist auf eine Unterrichtseinheit angelegt, für die eine Einzel- bis eine Doppelstunde eingeplant werden sollte. Lediglich bei der Aufgabenstellung F3.1 gibt es zwei umfangreichere Aufgaben, sodass hier zwei Unterrichtseinheiten eingeplant sind. Einzelne Unteraufgaben können auch als Hausaufgaben bearbeitet werden.

F1

Doping – Was ist das? [2 UE]

F1.1 Geschichte des Dopings [1 UE]

F1.2 Dopingdefinition [1 UE]

F2

Wirkung und Folgen von Doping [2 UE]

F2.1 Steckbrief „Ich habe gedopt!“ [1 UE]

F2.2 Wirkung und Folgen von Doping bei Anabolika [1 UE]

F3

Sauberer Sport trotz Leistungsdruck [3 UE]

F3.1 Die Tylor Hamilton-Story [2 UE]

F3.2 Mit sportlichen Krisen umgehen [1 UE]



Arbeitsmaterial

Doping – Was ist das?	
M_F1.1	Die Geschichte des Dopings
M_F1.2	Dopingdefinition
Wirkung und Folgen von Doping	
M_F2.1	Steckbrief „Ich habe gedopt!“
M_F2.2	Wirkung und Folgen von Doping bei Anabolika
Sauberer Sport trotz Leistungsdruck	
M_F3.1	Die Tylor Hamilton-Story
M_F3.2	Mit sportlichen Krisen umgehen



Didaktische Hinweise

Sport fordert heraus, motiviert und schenkt Selbstbewusstsein. Er lässt Menschen über sich hinauswachsen, schweißt Teams zusammen, vermittelt Glücksgefühle und lehrt, Niederlagen einzustecken. Sport ist gesund, beugt Übergewicht und Krankheiten vor, macht Spaß und hält fit. Er stärkt Heranwachsende nicht nur physisch, sondern auch psychisch. Vorausgesetzt es handelt sich um fairen Sport. Die Nationale Anti Doping Agentur Deutschland (NADA) hat es sich zum Ziel gesetzt, den fairen Sport in der Gesellschaft zu fördern. GEMEINSAM GEGEN DOPING ist das Präventionsprogramm der NADA und bietet zielgruppenspezifische Angebote für unterschiedliche Zielgruppen. In der Präventionsarbeit steht dabei neben der Informationsvermittlung auch die Wertevermittlung im Fokus.

Die Unterrichtseinheiten enthalten lehrplanrelevante Arbeitsblätter zu den Themenfeldern „Doping – Was ist das?“, „Wirkung und Folgen von Doping“ sowie „Sauberer Sport trotz Leistungsdruck“. Den erstellten Unterrichtseinheiten gingen eine eingehende Analyse der Lehrpläne in den einzelnen Bundesländern sowie eine umfangreiche Lehrerbefragung der NADA-Prävention voraus.

Bei den Hinweisen für die Lehrkräfte finden Sie Informationen zu den jeweiligen Lernzielen, zu Vorbereitungen und gegebenenfalls benötigten Materialien sowie weiterführende Links.

Die Arbeitsblätter für Schüler sind so konzipiert, dass Sie sie sowohl einzeln und unabhängig voneinander in ihren Unterricht einbeziehen als auch als eine zusammenhängende Unterrichtseinheit behandeln können.

Als Vertiefung können die Schüler eine Infostation planen, an der sie über Doping informieren. Materialien dafür finden Sie online unter www.gemeinsam-gegen-doping.de und können Sie kostenfrei bei der NADA-Prävention bestellen.

Zudem bietet das Präventionsprogramm der NADA Workshops speziell für Schüler an. Senden Sie bei Interesse eine Mail an praevention@nada.de.



Quellen- und Literaturverzeichnis

Internetseiten:

- Nationale Anti Doping Agentur Deutschland (NADA): www.nada.de
→ Infos u. a. zur Verbotsliste, Regelwerk, Disziplinarverfahren
- Präventionsprogramm der NADA GEMEINSAM GEGEN DOPING: www.gemeinsam-gegen-doping.de
→ nützliche Hilfen und Tools für Athleten und deren Umfeld, z. B. e-Learning, Wissensquiz
- Welt Anti Doping Agentur (WADA): www.wada-ama.org
→ Infos zum weltweiten Anti-Doping-Arbeit
- Institut für Biochemie der Deutschen Sporthochschule Köln mit WADA-akkreditiertem Labor: www.dopinginfo.de
→ Dopinglexikon, Infos zur Nachweisverfahren und gesundheitlichen Nebenwirkungen
- Filmtipp: www.andreas-krieger-story.org
→ Film und Hintergrundinfos zum Leben von Andreas Krieger

Ergänzende Materialien:

- **GEMEINSAM GEGEN DOPING.** Lehrermaterialien: www.gemeinsam-gegen-doping.de
- **GEMEINSAM GEGEN DOPING.** Athletenbroschüre: www.gemeinsam-gegen-doping.de
- **GEMEINSAM GEGEN DOPING.** Arbeitsheft (Die große Challenge. Heldenheft): www.gemeinsam-gegen-doping.de



THEMA F 1

DOPING – WAS IST DAS?

F1.1 Geschichte des Dopings

Die Schüler erarbeiten selbstständig die wichtigsten Meilensteine in der Geschichte des Dopings und stellen diese in einer Präsentation zusammen.

Lernziele:

- Die Schüler können erläutern, welche Rolle Doping im Sport gespielt hat und spielt, und können die Entwicklung am Beispiel konkreter Athleten nachzeichnen → Wissen, Verständnis.
- Sie kennen die Maßnahmen im Falle von Doping → Wissen.

Vorbereitung:

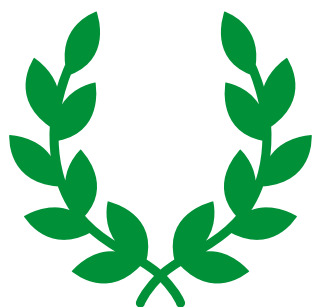
Arbeitsblätter kopieren, Computerarbeitsplätze reservieren oder Arbeitsblätter als Hausaufgabe austeilen



Computerarbeitsplätze



M_F1.1



F1.2 Dopingdefinition

Die Schüler lesen einen Text zum Dopingbegriff und sollen die verschiedenen Begrifflichkeiten voneinander abgrenzen. Sie setzen sich kritisch mit der Einnahme von Medikamenten und Nahrungsergänzungsmitteln auseinander.

Lernziel:

- Die Schüler können zwischen Medikamenten, Doping, Ernährung und Nahrungsergänzungsmitteln differenzieren → Wissen, Verständnis.

Vorbereitung:

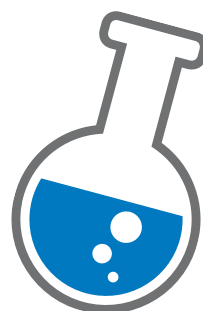
Arbeitsblätter kopieren; in Aufgabe e) können die Schüler alternativ in der Mediathek der Nationalen Anti Doping Agentur Deutschland die Erklärfilme „Was ist Doping?“, „Athlet und Krankheit“ und „Nahrungsergänzungsmittel“ anschauen. Gegebenenfalls brauchen sie dafür Internetanschluss und einen Computer.



► Mediathek der Nationalen Anti Doping Agentur Deutschland



M_F1.2



THEMA F2

WIRKUNG UND FOLGEN
VON DOPINGF2.1 Steckbrief
„Ich habe gedopt!“

Die Schüler recherchieren im Internet Fälle von Sportlern, die gedopt haben, und erstellen zu einem von ihnen einen Steckbrief.

Lernziele:

- Die Schüler kennen einige ausgewählte Beispiele von überführten Sportlern und beschäftigen sich mit den Gründen, warum die Sportler gedopt haben könnten → Wissen.
- Sie erkennen und analysieren Gründe, warum Sportler dopen → Analyse.

Vorbereitung:

Arbeitsblätter kopieren, Computerarbeitsplätze reservieren oder Arbeitsblätter als Hausaufgabe austeilen



Computerarbeitsplätze

 M_F2.1

F2.2 Wirkung und Folgen
von Doping bei Anabolika

Die Schüler erarbeiten die Folgen von Doping und überlegen, was helfen könnte, Doping vorzubeugen.

Lernziele:

- Die Schüler kennen Wirkungen und gesundheitliche, rechtliche, wirtschaftliche und soziale Folgen von Anabolika als Beispiel für eine dopingrelevante Substanz → Wissen.
- Sie überlegen sich Maßnahmen gegen Doping mit Anabolika → Wissen, Verständnis.

Vorbereitung:

Arbeitsblätter kopieren, Computerarbeitsplätze reservieren oder Arbeitsblätter als Hausaufgabe austeilen



Computerarbeitsplätze

 M_F2.2



THEMA F3

SAUBERER SPORT TROTZ
LEISTUNGSDRUCKF3.1 Die Tylor Hamilton-
Story

Die Schüler setzen sich anhand des Fallbeispiels des ehemaligen Radsportlers Tylor Hamilton mit dem Umgang von sportlichen Krisen und Leistungsdruck auseinander.

Lernziele:

- Die Schüler analysieren den Zusammenhang zwischen Doping und Druck bzw. Krisen → Analyse.
- Sie übertragen ihre Erkenntnisse auf ihre eigenen Erfahrungen, erkennen Auslöser und Formen von Druck oder sportlichen Krisen und entwickeln Lösungsansätze → Anwendung, Verständnis.
- Sie können Gefahrensituationen für Doping benennen und kennen Strategien, sich selbst und andere vor Doping zu schützen → Wissen, Anwendung.
- Sie übertragen diese Kenntnisse auf ihr eigenes Leben und wenden es konkret mit dem Versprechen an sich selbst in der Praxis an → Synthese, Anwendung.
- Sie reflektieren, was wirklich hilft, um Doping vorzubeugen.

Vorbereitung:

Arbeitsblätter kopieren



- Zeitschriften
- Farbstifte
- Wasserfarben
- DIN A3-Papier
- Scheren
- Klebestifte



► Film „Tylor Hamilton-Story“



M_F3.1

F3.2 Mit sportlichen
Krisen umgehen

Die Schüler sollen sich in die Lage eines gedopten Sportlers hineinversetzen und anhand eines Rollenspiels den Umgang mit Druck- und Krisensituationen üben.

Lernziele:

Siehe F3.1

Vorbereitung:

Arbeitsblätter kopieren



► Film „Tylor Hamilton-Story“



M_F3.2

