

PROJEKTTAG ANTI-DOPING

Saubere Leistung

Lisa Kniebeler und Lara Belke
Projektleiterinnen NADA-Prävention

Die Schüler erwerben Wissen rund um das Thema Anti-Doping und bekommen ein Gefühl für die Werte sauberen Sports. Folgende Fragen stehen im Mittelpunkt: Wie wird Doping definiert, was steckt hinter dem Begriff Fairness, was sind mögliche Konflikte für Sportler – und wieso sind Nahrungsergänzungsmittel ein wichtiges Thema?

Sekundarstufe II
(Klasse 10–13)

Unterrichtsfächer:
Sport, Biologie, Ethik,
Deutsch, Philosophie,
Geschichte



Zeitaufwand

Der Projekttag Anti-Doping ist so konzipiert, dass ein Schultag je nach Stundenplan flexibel gestaltet werden kann. Die Einheiten können in verschiedenen Unterrichtsfächern durchgeführt werden und folgen – bis auf die 1. und 6. Einheit, die Einstieg und Abschluss bilden – keiner festgelegten Reihenfolge.

- 1 **Doping – Was ist das?** [1 UE]
- 2 **Fairness in der Schule** [2 UE]
- 3 **Die kommen zum Essen: Nahrungsergänzungsmittel** [2 UE]
- 4 **Höher, schneller, weiter – aber warum?** [2 UE]
- 5 **Wettlauf mit der Zeit** [1 UE]
- 6 **Euer Statement für sauberen Sport** [1 UE]



Arbeitsmaterial (abrufbar über den QR-Code am Tabellenende)

M_1	Doping – Was ist das?
M_2	Fairness in der Schule
M_3	Nahrungsergänzungsmittel: Die kommen zum Essen
M_4	Höher, schneller, weiter – aber warum?
M_5	Wettlauf mit der Zeit
M_6	Euer Statement für sauberen Sport



Didaktische Hinweise

„Dabei sein ist alles“ – aber siegen noch mehr? Eine kritische Auseinandersetzung mit dem Thema Doping offenbart mögliche Ursachen für den Gebrauch von verbotenen Substanzen und Methoden im Sport. Außerdem steht das Thema Fairness im Mittelpunkt: Was ist eigentlich unfaires Verhalten im Alltag der Schüler?

Die Unterrichtseinheiten sind so angelegt, dass sie entweder als Projekttag oder singulär über einen längeren Zeitraum eingesetzt werden können. Durch die Einsatzmöglichkeit in verschiedenen Fächern (Sport, Biologie, Ethik, Philosophie, Geschichte) können sich mehrere Lehrkräfte gemeinsam der Erarbeitung des Themas Anti-Doping widmen. Im Mittelpunkt steht der Gedanke, eine wertebasierte Sichtweise auf sauberen Sport und die Lebenswelt von Leistungssportlern zu bekommen.

In den folgenden Hinweisen für Lehrkräfte finden Sie Informationen zu den jeweiligen Lernzielen und zur Vorbereitung der Einheiten, wie z.B. benötigte Unterrichtsmaterialien, eingesetzte Medien und Angaben zur zeitlichen Umsetzung oder Klassen- bzw. Gruppengröße.

nada
FÜR SAUBERE LEISTUNG

GEMEINSAM
GEGEN DOPING

Sauber, fair und nicht mit Zweifeln behaftet – Sport, wie er sein sollte. Das zu gewährleisten, ist in Deutschland die Aufgabe der **Nationalen Anti Doping Agentur (NADA)**. Zu den Aufgabebereichen zählt unter anderem die Prävention von Doping durch nachhaltige Aufklärung und Vermittlung von Werten. Dafür wurde das Netzwerk **GEMEINSAM GEGEN DOPING (GGD)** ins Leben gerufen. Darüber werden unter anderem (kostenlose) Workshops für Schüler angeboten. Senden Sie bei Interesse eine Mail an praevention@nada.de.

Quellen und
weiterführende Links





THEMA 1

DOPING – WAS IST DAS?

Durch das Einstiegsspiel „Drei Fragen, fünf Antworten“ bekommen die Schüler ein Gefühl für die Werte, die mit sauberem Sport verknüpft sind. Das Spiel stellt darüber hinaus den inhaltlichen Einstieg zur Definition von Doping dar. Mithilfe der Informationsangebote von GEMEINSAM GEGEN DOPING wird anschließend in Form eines Gruppenpuzzles die Anti-Doping-Arbeit beleuchtet.

Lernziele:

Die Schüler erfahren, dass Fairness für jeden eine unterschiedliche Bedeutung haben kann, erarbeiten die Definition von Doping und bekommen einen Überblick über verschiedene verbotene Substanzen und Methoden sowie die Verstöße gegen Anti-Doping-Bestimmungen.

Vorbereitung:

- Arbeitsblatt für alle Schüler kopieren
- Fragen (siehe M_1) an die Tafel schreiben
- Antwortkarten (siehe M_1) vorbereiten und im Raum verteilen
- *Optional:* AD-Basic-Broschüre im Vorhinein über GGD-Website bestellen



- DIN-A3-Bögen für Antworten aus dem „Drei Fragen, fünf Antworten“-Spiel
- Flipchart-Papier
- Eddings

M_1

THEMA 2

FAIRNESS IN DER SCHULE



Die Schüler machen zum Einstieg ein individuelles Quiz, mit dem sie ihre Einstellung zu Fair Play bestimmen können. Anschließend sind zwei kleine Spiele vorgesehen (Punktesammler und/oder Fanguin), bei denen ausgewählte Schüler schummeln sollen. Nach dem Spiel wird in einer offenen Diskussionsrunde das Verhalten reflektiert. Die vollständige Spielanleitung darf nur der Lehrperson vorliegen, die auch diejenigen bestimmt, die schummeln dürfen.

Lernziele:

Die Schüler reflektieren durch Spaß und Spiel ihre Einstellung zu Ehrlichkeit im Alltag, erfahren, wie es sich anfühlt zu betrügen bzw. betrogen zu werden und beraten über Möglichkeiten des Umgangs mit Fehlverhalten.

Schummelhinweise:

- **Fanguin:** Zuvor wird mit einem Spieler abgemacht, dass er das Band mit einer Hand zur Hüfte hochziehen und halten darf. Dieser

Pinguin wird von den anderen nur schwer eingefangen werden können, da er viel schneller laufen kann.

- **Punktesammler:** Vor dem Spiel wird mit vier Spielern eines Teams vereinbart, dass immer ein oder zwei Bälle aus dem Depot genommen werden dürfen, egal ob das Ziel getroffen wurde oder nicht. Das Mogel-Team wird sicher gewinnen.

Vorbereitung:

- Arbeitsblatt für alle Schüler kopieren



- **Punktesammler:** Bälle, ein Ziel (Tor, viele Malstäbe o.ä.), viele Tennisbälle oder andere Gegenstände als „Punkte“
- **Fanguin:** Je Schüler ein Fitnessband o.ä.

M_2



THEMA 3

DIE KOMMEN ZUM ESSEN: NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL

Die Schüler erarbeiten mit der Think-Pair-Share-Methode durch kritisches Sichten von Artikeln Gründe für die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln (NEM) und reflektieren mögliche Risiken. Danach wird über den Einwurf von Zetteln in einem Karton anonym gesammelt, welche NEM die Schüler nehmen. Diese werden an der Tafel gesammelt und anschließend mithilfe der Kölner Liste® überprüft.

Lernziele:

Die Schüler lernen, was NEM sind, warum Sportler darauf zurückgreifen und worin der Nutzen und die Risiken liegen. Sie werden für den

bewussten Umgang mit NEM sensibilisiert und lernen die Kölner Liste® zur Überprüfung von NEM kennen.

Vorbereitung:

- Vier Artikel für jeweils ein Viertel der Schüler ausdrucken (siehe QR-Code zu Quellen/Links)
- Arbeitsblatt für alle Schüler kopieren



- Behälter (Schüssel, Karton)

M_3

THEMA 4

HÖHER, SCHNELLER, WEITER – ABER WARUM?



Die Schüler schauen eine Dokumentation (1 UE) über den Skisportler Johannes Dürr, der beim versuchten Blutdoping erwischt wurde. Er berichtet von seinem Weg ins Doping und das Ausmaß seines Betrugs. Anstelle der Dokumentation kann optional auf den Artikel zurückgegriffen werden.

Anschließend werden mittels der Placemat-Methode die zwei Fragen: „Was sind die Auslöser für Doping?“ und „Was kann helfen, damit sich Athleten trotz enormem Leistungsdruck bewusst gegen Doping entscheiden?“ bearbeitet.

Zusätzlich können die Schüler private bzw. sportliche Krisensituationen sammeln und mögliche Lösungsansätze reflektieren.

Lernziele:

Die Schüler setzen sich kritisch mit möglichen Beweggründen für Doping auseinander und erarbeiten gemeinsam Lösungsansätze für kritische Situationen, sowohl im Sport als auch im Alltag.

Vorbereitung:

- Arbeitsblatt (mit QR-Code zur Dokumentation) für alle Schüler kopieren
- Ggf. Computerarbeitsplätze reservieren, Artikel ausdrucken

M_4



THEMA 5

WETTLAUF MIT DER ZEIT

Doping ist kein Phänomen unserer Zeit, sondern begleitet den Sport schon seit Jahrhunderten. Die Schüler machen sich zunächst mit einschneidenden Momenten und Vorkommnissen der (Anti-) Doping-Geschichte vertraut. Anschließend formulieren sie einen Ratschlag an eine Person ihrer Wahl aus der Vergangenheit. Dies kann eine Information, eine Warnung oder eine Hilfestellung sein und sowohl die Betrügenden als auch die Doping-Gegner unterstützen.

Lernziele:

Die Schüler reflektieren, dass der Drang nach Leistungsoptimierung in der Gesellschaft schon seit langer Zeit verankert ist – trotz der gesundheitlichen, rechtlichen, finanziellen oder sozialen Folgen von Doping. Sie erfahren außerdem, dass Doping nicht ausschließlich auf das Fehlverhalten einzelner Sportler zurückzuführen ist, sondern teilweise systemischer Betrug dahintersteckt.

Vorbereitung:

- Arbeitsblätter für alle Schüler kopieren



THEMA 6

EUER STATEMENT FÜR SAUBEREN SPORT

Die Schüler schauen sich Slogans der NADA an, z. B. über die Homepage der NADA oder GEMEINSAM GEGEN DOPING, über YouTube oder das zugehörige Arbeitsblatt. Anschließend erarbeiten sie in Kleingruppen jeweils einen Slogan gegen Doping bzw. für dopingfreien Sport. Dies kann auch als Hausaufgabe oder in Einzelarbeit erfolgen.

Die Ergebnisse werden anschließend der Klasse präsentiert. Anschließend stimmt diese ab, welcher Slogan das gemeinsame Statement für sauberen Sport wird.

Lernziele:

Die Werte des sauberen Sports werden durch die kreative Erarbeitung verschiedener Slogans gefestigt.

Vorbereitung:

- Arbeitsblätter für alle Schüler kopieren
- Ggf. Computerarbeitsplätze reservieren



- Große Blätter
- Eddings





Jugend trainiert
für Olympia & Paralympics

Der größte Schulsportwettbewerb der Welt.

Deutsche
Schulsportstiftung



Der Bundeswettbewerb der Schulen
Jugend trainiert für Olympia & Paralympics
ist mit ca. 800.000 teilnehmenden
Schüler*innen pro Jahr der
weltgrößte
Schulsportwettbewerb.



Die **Deutsche Schulsportstiftung**
und die **Deutsche Olympische Akademie**
stehen gemeinsam für eine
olympische Werteerziehung!



www.jugendtrainiert.com

Hauptsponsor



Premium Partner



Partner



Wir sind Matratze.



Förderer



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages