

# Zneužívání návykových látek – DOPING

Vypracovala: Petra Čuboňová

Cíl: seznámit žáky s tématem dopingu, s jeho účinky na lidský organismus, uvědomění si škodlivosti jak drog, tak dopingu na zdraví jedince.

Pozn. Z vlastní zkušenosti si myslím, že zařazení tématu Doping do učebního plánu rodinné výchovy a výchovy ke zdraví je velmi vhodné, neboť stále mladší ročníky, zejména chlapci, se dostávají velmi blízko hranice, kdy jsou schopni ve snaze o vlastní dokonalost těla uchýlit se k některé z dopingových metod.

Pojmy opěrné: vrcholový sport

Pojmy nové: doping, anabolické steroidy

Časová dotace: 45 minut

Motivační část: skupinová diskuze k tématu doping, o dopingových aférách apod.

Jako **doping** se ve sportu označuje používání pravidly zakázaných podpůrných látek a prostředků. Jejich efektem je zlepšení výkonu, snížení únavy nebo pocitu únavy a povzbuzování k dalším výkonům. Rozumíme tím užívání prostředků ke zvýšení tělesné a duševní kondice. Doping se vyskytoval již od starověku (např. gladiátoři používali směs medu a alkoholu). Ve vrcholných sportovních soutěžích je intenzívně sledován od poslední čtvrtiny 20. st. a bývá pravidelně příčinou řady skandálů. Kvůli možnému dopingu jsou vrcholoví sportovci povinni ihned po skončení soutěží odevzdávat vzorky moči k analýze, případný pozitivní výsledek testu vede zpravidla k diskvalifikaci sportovce ze soutěže a k odebrání medaile a jiných ocenění. Při nemoci je možno léčit léky, které obsahují dopingové látky, ale sportovec nesmí začít trénovat nebo dokonce nesmí nastoupit na závod, dokud látka z těla nezmizí. U anabolických steroidů, hormonů a diuretik může jejich užívání dopingový komisař kontrolovat po celý rok.

Otázka: Jaký je pozitivní přínos sportu ? (žáci odpovídají, učitel vede k odpovědím, cíl: uvědomění si významu sportu)

- zdraví
- tělesná zdatnost
- pocit síly, jistoty, sebekázně a rozhodnosti v řešení životních situací
- pěstování vůle a trpělivosti
- pohybové využití
- touha vyniknout
- příležitost být v kolektivu lidí se stejným zájmem

## Anabolické steroidy



– sloučeniny, odvozené od mužského pohlavního hormonu testosteronu. Byly vyvinuty pro léčebné účely u pacientů, u kterých je nutno podpořit proteosyntézu (tvorbu bílkovin) a regeneraci (např. u nemocných po operaci, u anemiků, u lidí trpících AIDS apod.) Sportovci anabolika zneužívají ke zvýšení svalové síly a svalového objemu. Vzhledem k tomu, že podávání vysokých dávek steroidů může mít velmi vážné následky pro lidské zdraví, byla anabolika zakázána jako nedovolený doping.

Obr. Škodlivost a vedlejší účinky anabolických steroidů

Úkol: Ved'te diskuzi a jednotlivých účincích dopingu na organismus

Otázka: Které z uvedených účinků mohou nastat při užívání ostatních drog?

# Škodlivost a vedlejší účinky anabolických steroidů

