



ANTIDOPINGOVÁ  
AGENTÚRA  
SLOVENSKEJ  
REPUBLIKY

PaedDr. Žaneta Csáderová, PhD.  
Ing. Tomáš Pagáč, PhD.



# ANTIDOPINGOVÉ VZDELÁVANIE V PRAXI

**2. ČASŤ:**

**Doping  
a duch  
športu**

# Úvod

**D**ruhá časť nášho vzdelávania priamo naväzuje na prvú časť, v ktorej sme predstavili základnú filozofiu antidopingu. V tejto časti sa zameriame priamo na konfrontáciu ducha športu (fair play) a dopingu ako negatívneho javu v športe.

V prvej časti ponúkame ucelený prehľad vývoja dopingu a antidopingu vo svete, ale aj na území Slovenska. V rámci jednotlivých lekcií sa študenti oboznámia s definíciou dopingu a stručne im zhrnieme ako sa doping, resp. antidoping vo svete vyvíjal.

Na záver predstavíme študentom dôležité organizácie, ktoré sú zapojené do boja proti dopingu.

V tejto časti sa budeme venovať histórii dopingu aj antidopingu, vysvetlíme si čo je doping a prečo je táto téma dôležitá aj pre žiakov základných škôl, ktorí nie sú vrcholovými športovcami. Aby sme pochopili súčasnosť a vedeli predpokladať vývoj budúcnosti ohľadom dopingu v športe, musíme sa vrátiť do minulosti. Budeme sa snažiť nájsť vznik pojmu doping a sledovať, ako sa v jednotlivých historických etapách vyvíjal.

## Témy:

- Čo je doping?
- História dopingu a antidopingu.
- Kto bojuje s dopingom?
- Čo je Svetová antidopingová agentúra?
- Doping a duch športu.
- Doping: Prečo by ma to malo zaujímať?

## Činnosti:

- Definícia dopingu.
- História dopingu a antidopingu.
- Logo Svetovej antidopingovej agentúry.
- Kartová antidopingová hra.

## Aké zručnosti sa uvedú do praxe v tomto kurze:

- Čítanie s porozumením.
- Kritické myslenie.

# História dopingu

Doping vo všeobecnosti zaraďujeme k tzv. **negatívnym javom v športe**, medzi ktoré patrí aj problematika užívania spoločenských drog, gamblerizmus, korupcia alebo predávanie zápasov. Z povahy športu vyplýva, že ho v celej svojej histórii sprevádzala snaha športovcov dosahovať stále lepšie a lepšie výkony, čo prirodzene vytvára priestor na podvádžanie podobne ako v iných aspektoch života. Prečo sa máme zaoberať históriou?

„Študuj minulosť, keby si chcel predpovedať budúcnosť.“ Konfucius

Možno sa to na prvý pohľad nezdá, ale šport je z historického hľadiska významnou súčasťou každej spoločnosti. Svoje počiatky má už v antickom období, kedy vznikli olympijské hry. S rozvojom vedných disciplín už nebol poctivý tréning jediná možnosť zlepšenia športového výkonu, čím sa začala vytvárať cesta pre využitie rôznych podporných látok na zlepšenie športového výkonu. Odpoveďou na tento vývoj bolo postupné formovanie antidopingového hnutia. Podobne tomu bolo aj v počítačovej sfére. Keď začali vznikať prvé vírusy, tak sa začali programovať aj prvé antivírusové programy. Víťazstvo prinášalo športovcovi slávu, spoločenské postavenie, uznanie a v neposlednej rade nemalé finančné ohodnotenie. Práve túžba dosiahnuť víťazstvo a s ním spojené ohodnotenie, či už spoločenské alebo finančné, vytvára cestu pre hľadanie a použitie rôznych prostriedkov na zvyšovanie športovej výkonnosti. Z pohľadu 21. storočia sa preto niektoré dopingové metódy môžu javiť ako primitívne, no úmysel športovca zostáva rovnaký.

Slovo doping síce v minulosti neexistovalo, ale látky, ktoré mali potenciál zvýšiť športový výkon existovali. Pojem doping pravdepodobne pochádza zo slova „dop“, ktoré označovalo alkoholický nápoj zo šupiek hroznových bobúľ. Pôvod možno hľadať aj v holandskom slove „doop“, ktorým kolonisti v Novom Amsterdame nazývali povzbudzujúco pôsobiaci extrakt z bylín a koreňov rastlín.

Dejiny dopingu môžeme prirovnať k dejinám drog, ktoré sprevádzajú človeka od počiatku. Slovo droga sa v súčasnosti používa na označenie prírodnej alebo umelo vyrobenej návykovej látky pôsobiacej na nervovú sústavu. A práve zneužívanie prevažne prírodných drog na zvýšenie výkonnosti alebo potlačenie bolesti môžeme označiť za začiatky dopingu. Je pravda, že tieto látky sa využívali nie len v športe, ale aj v iných oblastiach, kde nabudenie organizmu a blok bolesti môže zlepšiť pracovný výkon (napríklad takí vojaci, ktorí musia vydržať, aj keď telo už nevládze). Medzi známe rastliny, ktorésana tento účel užívajú dodnes patriakonope (THC), sušenémakovicemaku (ópium), kokainovníkobyčajný (kokaín), kávovník (kofeín), chvojník (efedrín).

## Starovek a doping

Z historických diel niektorých autorov sa dozvedáme o pokusoch užívania podporných látok pri športe už v starovekom Grécku a Ríme. Podľa správ Philostratos a Galena sa rôzne prostriedky na zvýšenie športového výkonu používali už koncom tretieho storočia p. n. l. Halucinogénne huby sa napríklad konzumovali na zvýšenie výkonnosti počas starovekých olympijských hier, ktoré sa konali v rokoch 776 pred Kristom až 393 po Kristovi. Už v tých časoch boli olympijské hry významná spoločenská udalosť, na ktorej diváci obdivovali krásne vypracované telá športovcov, ktorí predvádzali nadľudské výkony. Krása tela (kalos) a krásu duše (agathos) bola premietnutá v ideáli harmónie, tzv. kalokagatii. S postupným rozvojom gréckej civilizácie prestávali byť bohovia zodpovední za choroby tela a čoraz viac pozornosti sa začalo venovať rovnováhe tela a mysle. Mnoho športovcov v tejto dobe podstupovalo rôzne typy diét, kedy napríklad víťaz šprintu antických olympijských hier v roku 668 pred n.l. pripisoval svoje víťazstvo aj konzumácii sušených fig a gladiátori v Circus Maximus sa pred zápasmi posilňovali rôznymi stimulujúcimi látkami v kombinácii s alkoholom, čo im pomáhalo prekonať únavu a odstrániť bolesť pri poraneniach. Aj keď to znie neuveriteľne, existuje aj záznam o prvom dopingovom teste z týchto čias. Športovci museli pri športových hrách v Tébach pred štartom dýchnuť na rozhodcu, aby preukázali, že nepili alkohol, ktorý bol pri hrách zakázaný.

Napriek tomu, že nie je jednoduché vyhodnotiť reálny dopad užívania týchto látok na výkon, bolo ich užívanie prísne zakázané podľa pravidiel klasických olympijských hier, rovnako ako dnes. Čo vás možno prekvapí, tresty boli počas starovekých olympijských hier oveľa prísnejšie. Niektoré záznamy uvádzajú, že za akékoľvek porušenie pravidiel mohli byť športovci potrestaní až smrťou.

### Druhá polovica 19. storočia

Výrazná zmena nastala v 19. storočí, kedy sa v srdci priemyselnej revolúcie stal šport príležitosťou pre rekreáciu, zábavu, ale aj pre biznis. V roku 1886 bol zverejnený prvý prípad úmrtia cyklistu počas pretekov Bordeaux – Paríž, ako dôsledok užitia zmesi kokaínu, kofeínu a strychnínu.

V roku 1887 bol prvýkrát pripravený syntetický amfetamín. Slovo doping sa prvýkrát objavilo v anglickom slovníku až v roku 1889. Označovalo zmes ópia a narkotík, ktorá sa vtedy používala pri konských dostihoch. Ďalšie zdokumentované prípady z tohto obdobia sa týkali holandských plavcov, ktorí užili lieky obsahujúce ópium na pretekoch v Amsterdame. Ďalej sú známe prípady v cyklistike, kde belgickí pretekári konzumovali tabletky napustené éterom, Francúzi kofeínové tabletky a Briti zmes alkoholu s heroínom, kokaínom alebo strychnínom.

Po obnovení olympijskej myšlienky a uskutočnení Hier I. olympiády v Aténach v roku 1896 sa odštartovala nová etapa rozvoja športového súťaženia so všetkými negatívnymi sprievodnými javmi, vrátane dopingu. Olympijské hnutie sa s rozvojom športu postupne rozvinulo na organizáciu, ktorá stanovuje podmienky na konanie olympijských hier. V súčasnosti ho tvorí Medzinárodný olympijský výbor (MOV), medzinárodné športové federácie (IF), národné olympijské výbory, organizačné výbory olympijských hier, národné športové zväzy (NŠZ), kluby a v neposlednom rade samotní športovci.

## Prvá polovica 20. storočia

Thomas Hicks, víťaz maratónu na olympijských hrách v St. Louis v roku 1904, dostal v priebehu súťaže okrem dnes zakázanej fyzickej podpory zachytenej aj na dobovej fotografii, aj dávku brandy a injekcie obsahujúce strychnín.

V tomto období sa na zvýšenie účinku používali rôzne uvedené zmesi látok, ako napríklad alkohol, kofeín a nitroglycerol, zmes kokaínu a heroínu alebo alkohol v kombinácii s kokaínom. Z pohľadu dnešnej medicíny išlo často o veľmi nebezpečné kombinácie pri vysokej telesnej záťaži.

Medzinárodná asociácia atletických federácií (IAAF) prvýkrát zakázala doping v roku 1928. Chýbali však spoľahlivé prostriedky na jeho zistenie a kontrolu. V roku 1933 vstúpilo slovo doping do bežného jazyka. Definícia znela: **„Dopingom sa rozumie použitie stimulujúcich látok, ktoré majú tendenciu tlačiť na normálne limity výkonnosti.“** Ako príklady boli uvedené látky adrenalin, kofeín, strychnín, kokaín, morfín a alkohol.

## Druhá polovica 20. storočia až po súčasnosť

Druhá polovica 20. storočia je obdobím, kedy okrem užívania amfetamínov prudko vzrástlo aj užívanie anabolických steroidov a rastového hormónu. V priebehu Hier XVII. olympiády v roku 1960 v Ríme zomrel na kombináciu amfetamínu a nikotínu dánsky cyklista Knut Jensen. Amfetamíny a analeptiká, ako aj niektoré alkaloidy, narkotiká a niektoré hormóny sa preto stali prvými zakázanými dopingovými látkami.

Po II. svetovej vojne sa v športe objavila ďalšia, dodnes najčastejšie zneužívaná skupina látok, tzv. anabolické steroidy, teda látky podporujúce rast svalovej hmoty či regeneráciu. V roku 1935 sa Ernestovi Laqueurovi podarilo izolácia čistého testosterónu. Táto látka patrí tiež do Zoznamu zakázaných látok. V nasledujúcich dekádach sa začali syntetizovať početné deriváty testosterónu ako aj iné anabolické steroidy a ich prekursori, ktoré sa aj v súčasnosti používajú ako liečivá. Prvé správy o užívaní anabolík v športe sa objavili počas olympiády v roku 1952 v Helsinkách a boli spojované s nástupom športovcov vtedajšieho Sovietskeho zväzu. Následne sa anabolické steroidy rozšírili pomocou Dr. Zieglera do USA a stali sa dokonca oficiálnou súčasťou prípravy amerických vzpieračov. Na olympiáde v roku 1972 v Mníchove až 68 % opýtaných priznalo, že tieto prostriedky využíva v rôznych fázach športovej prípravy. Užívanie anabolických steroidov vyvrcholilo na konci 80. rokov dopingovou aférou Bena Johnsona na olympijských hrách v Soule v roku 1988. Tento moment histórie bol posledným impulzom, ktorý odštartoval novú celosvetovú stratégiu boja proti dopingu pod záštitou Medzinárodného olympijského hnutia. Medzinárodný olympijský výbor zaradil testosterón na Zoznam zakázaných látok už v roku 1983.

Na olympijských hrách v Barcelone (1992) boli zaznamenané prvé prípady zneužívania zakázanej látky klenbuterol. V súvislosti s anabolickými látkami sa na dopingovej scéne objavili **diuretiká**. Tieto látky slúžili ako prostriedok na odplavenie anabolík z tela a na zriedenie ich množstva pri detekcii a na rýchle zníženie hmotnosti športovcov pri disciplínach s váhovými kategóriami.

Medzi najviac rezonujúce kauzy týkajúce sa dopingu patrí tzv. štátom riadený doping v Nemeckej demokratickej republike a ostatných socialistických štátoch v 70. rokoch 20. storočia. Jednalo sa o systém vysoko organizovaného dopingu skoro v každej športovej disciplíne. Známa je aj kauza cyklistického tímu Festina, kedy len niekoľko dní pred štartom Tour de France v roku 1998 na francúzsko-belgických hraniciach rutinne kontrolovaný masér tímu Festina mal vo svojom aute množstvo ampuliek s erytropoetínom, steroidmi, amfetamínami a inými dopingovými látkami.

Na začiatku 21. storočia sa dopingové aféry stali tak častými, že používanie zakázaných látok a metód bolo možné považovať za epidémiu. Medzi najznámejšie kauzy ohľadom dopingu v tomto období patrí aféra „BALCO“, kde priamo v americkej firme boli zaistené tzv. dizajnérske steroidy. Ďalej je to „Operácia Puerto“, kde za týmto škandalom stál španielsky lekár Eufemiano Fuentes. V laboratóriách boli zaistené anabolické steroidy, vaky s krvou a krvou plazmou a ďalšie dopingové látky. Zatiaľ asi najväčší dopingový škandál sa spája s cyklistikou, prípad Lance Armstrong, ktorý dostal doživotný zákaz a všetky jeho výsledky z pretekov od 1.8. 1998 mu boli zrušené a odobrané všetky medaile. Míľnikom v antidopingovej politike sa stal nedávny škandál štátom riadeného dopingu v Rusku v nadväznosti na Zimné olympijské hry v Soči 2014.

# História antidopingových opatrení

Za prvé dopingové kontroly môžeme označiť testy na kokaín a heroín, ktoré sa robili dostihovým koňom zo vzoriek slín začiatkom 20. storočia. Medzinárodná amatérska atletická federácia a Medzinárodný olympijský výbor zakázala doping v roku 1928. Chýbali však spoľahlivé prostriedky na jeho zistenie a kontrolu. Na zasadnutí Medzinárodného olympijského výboru v roku 1961 bol vytvorený Lekársky výbor MOV pre doping. Iniciatívu v boji proti dopingu prebrali začiatkom 60. rokov 20. storočia vládne inštitúcie niektorých európskych štátov. V roku 1962 MOV odsúhlasil rezolúciu proti dopingu.

Prvá antidopingová legislatíva bola zavedená vo Francúzsku v roku 1963 a niekoľkými medzinárodnými kongresmi boli vydané antidopingové zákony a predpisy vo viacerých krajinách a medzinárodných športových federáciách. Následne bol v roku 1963 publikovaný zoznam zakázaných farmakologických skupín látok. Zoznam obsahoval narkotiká (heroín, morfín), stimulantia ako amfetamín, vrátane príbuzných substancií, kokaín, kofeín, strychnín, efedrín, niektoré alkaloidy a hormóny. Tento zoznam vytvorila Európska komisia mimoškolského vzdelávania a výchovy Rady Európy. Prvá definícia dopingu znela: **„Dopingom sa rozumie použitie látok telu fyziologicky cudzích zdravými osobami s cieľom zlepšiť výkon pri súťaži umelým a nečestným spôsobom“**.

V roku **1966 zaviedli dopingové kontroly** Medzinárodná cyklistická federácia (UCI) a Medzinárodná futbalová asociácia (FIFA). Prvé oficiálne testovanie športovcov sa realizovalo na Zimných olympijských hrách v Grenobli v roku 1968 a na letných olympijských hrách v Mexiku, kde prebehla revízia zoznamu zakázaných látok. Lekárska komisia mala za úlohu aktualizovať zoznam zakázaných látok, uskutočňovať dopingové kontroly na OH a potrestať športovcov, ktorí užili zakázanú látku uvedenú na zozname.

V roku 1974 boli pridané anabolické steroidy na zoznam zakázaných látok MOV. Prvé testovanie športovcov na anabolické steroidy bolo na OH v Montreale v roku 1976. V roku 1980 bol uskutočnený prvý test na detekciu testosterónu v moči, ktorý vyvinul Dr. Manfred Donike. Zároveň sa okrem súťažného testovania začali vykonávať aj mimo súťažné testy.

V roku 1981 Medzinárodná atletická federácia (IAAF) predstavila proces akreditácie dopingových laboratórií. Následne boli do dvoch rokov akreditované laboratória v Nemecku, bývalej Nemeckej demokratickej republike, ZSSR, Veľkej Británii, Švajčiarsku a Kanade.

V roku 1986 sa zakázali krvné transfúzie a v roku 1989 rastový hormón. Prvé zasadnutie celosvetovej antidopingovej konferencie týkajúcej sa čisto problému dopingov v športe sa konalo 26. - 29. júna 1988 v Ottawe (Kanada), kde sa vytvoril a schválil návrh Medzinárodnej charty boja proti dopingov v športe. Pracovná skupina, riadená zástupcami kanadskej vlády a MOV, zahrňujúca aj predstaviteľov Rady Európy, Európskej športovej konferencie a Amerického olympijského výboru, vytvorila dokument Charty proti dopingov. **Medzinárodná olympijská charta proti dopingov v športe** nadobudla platnosť v roku 1988 na olympijských hrách v Soule. V nadväznosti na Medzinárodnú olympijskú chartu proti dopingov vypracovala Lekárska komisia MOV dokument pod názvom Lekársky kódex, ktorý sa od roku 1989 označoval ako oficiálny **Antidopingový kódex olympijského hnutia**.

Pozadu nezostali ani vládne inštitúcie a iniciatívu prevzali európske krajiny. Členské štáty Rady Európy a účastníci Európskeho kultúrneho dohovoru prijali v roku 1989 dokument pod názvom **Dohovor proti dopingov Rady Európy** ako štátnu podporu v boji proti dopingov v športe. Ako výrazný celosvetový prostriedok boja proti dopingov bol dňa 19. októbra 2005 prijatý **Medzinárodný dohovor proti dopingov** pod záštitou UNESCO. V roku 2008 UCI ako prvá športová federácia zaviedla **biologický pas športovca**. V roku 2009 sa zaviedol biologický **pas športovca**, ktorý monitoruje vybrané biochemické parametre športovca s cieľom pomôcť pri odhaľovaní sofistikovaných dopingových postupov.

# Vývoj antidopingovej politiky na Slovensku

Ako sa vyvíjali rôzne antidopingové pravidlá vo svete, tak sa postupne muselo začať prispôsobovať aj športové hnutie v bývalom Československu. V tom čase panovala v tzv. socialistických štátoch „dopingová dvojtvárnosť“, čo znamenalo, že sa síce všetky snahy na boja proti dopingov oficiálne podporovali, ale v skutočnosti športovci dopovali. Štátne orgány riadili program „regenerácie“, ktorá bola v podstate organizovaným dopingom. Vzpierač Peter Pavlásek bol prvý prípad, ktorý bol pozitívne testovaný na anabolické steroidy na olympijských hrách v Montreale v roku 1976.

Antidopingový výbor SR vznikol 29. 9. 1992, teda ešte za existencie Československého antidopingového výboru, ktorý skončil svoju činnosť 31.12. 1992. Ihneď po vytvorení samostatného štátu sa začali realizovať potrebné administratívne opatrenia. 6. mája 1993 podpísala Slovenská republika Dohovor proti dopingov Rady Európy ako medzinárodný záväzok a o mesiac, 8. júna 1993 bola vydaná na podpis Slovenská charta proti dopingov. Podpísalo ju 83 športových zväzov, organizácií a orgánov, a týmto sa stali kolektívnymi členmi antidopingového výboru. Posledným, ale veľmi dôležitým momentom bolo pre Slovensko podpísanie Medzinárodného dohovoru proti dopingov UNESCO dňa 1. marca 2007, z ktorého čerpali aj vnútroštátne zákonné úpravy, ktoré postupne upravovali antidopingovú reguláciu. Schválením zákona č. 300/2008 Z. z. o organizácii a podpore športu a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov (ďalej len „Zákon o športe“) sa Slovenská republika stala jednou z krajín, ktoré boj proti dopingov v športe premietli aj do zákonnej úpravy. Tento zákon okrem antidopingových opatrení upravoval aj pôsobnosť Antidopingovej agentúry Slovenskej republiky od 1. januára 2009. Pre uskutočňovanie dopingovej kontroly a jej organizáciu bola smerodajná právna úprava



obsiahnutá vo vyhláške Ministerstva školstva Slovenskej republiky č. 542/2008 Z. z. o postupe pri vykonávaní dopingovej kontroly a nakladaní s odobratými biologickými vzorkami športovca. Od 1. januára 2016 vstúpil do platnosti a účinnosti Zákon č. 440/2015 Z. z. o športe, ktorý definuje šport, osoby v športe, právne vzťahy pri športovej činnosti, pôsobnosť orgánov verejnej moci a orgánov verejnej správy v oblasti športu a opatrenia proti negatívnym javom v športe. Zákon o športe definuje aj športovcov rôznej úrovne ako profesionálny športovec, amatérsky športovec alebo neorganizovaný športovec. Osobitou úrovňou je talentovaný športovec. Títo športovci podliehajú pravidlám Svetového antidopingového programu. Okrem športovcov podliehajú pravidlám Svetového antidopingového programu aj športoví odborníci, športové organizácie a organizátori súťaží. Okrem iného, zákon priniesol aj zmenu v oblasti právnej úpravy postavenia, úloh a povinností Antidopingovej agentúry SR. V ďalších paragrafoch sú upravené opatrenia proti dopingu, dopingová kontrola, dopingový komisár, konanie vo veci porušenia antidopingových pravidiel a odôvodňovanie disciplinárnych rozhodnutí. Agentúra každoročne oznamuje Ministerstvu školstva SR zmeny v medzinárodnej norme Zoznam zakázaných látok a metód pre účely novelizácie Vyhlášky Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky.

Dôležitou zmenou bolo aj rozšírenie trestno-právnej úpravy v oblasti boja proti nakladaniu a obchodovaniu s dopingovými látkami. Zákon č. 397/2015 z 13. novembra 2015, ktorým sa na účely Trestného zákona ustanovuje Zoznam látok s anabolickým alebo iným hormonálnym účinkom, ktorým sa menia a dopĺňajú niektoré zákony nadobudol účinnosť 1. januára 2016 a týka sa hlavne plnenia Dohovoru UNESCO čl. 8 a Dohovoru Rady Európy čl. 4, a to opatrení ohľadom obmedzenia dostupnosti a používania zakázaných látok a metód.

Prínos zákona č. 440/2015 Z. z. o športe a o zmene a doplnení niektorých zákonov pre národný antidopingový program môžeme vidieť hlavne v zachovaní integrity športu ako verejného záujmu. Veľmi dôležité je aj vymedzenie pojmov v zákone, ktorý presne definuje pôsobnosť agentúry.

**LEKCIA 1:**

# Čo je doping?

Účel: Táto hodina má **študentom** predstaviť pojem doping. Študenti sa oboznámia s definíciou doping, ako aj jeho históriu doping a antidoping. Na záver sa študenti oboznámia s rôznymi antidopingovými organizáciami.

**Ciele vzdelávania:**

- **Získanie vedomostí o dopingu a antidopingu.**
- **Prehľad historického vývoja doping a antidopingu.**

**Čo je doping ?****Informácie:**

Pod pojmom doping štandardne rozumieme situáciu, keď športovci užívajú zakázané látky alebo metódy na zlepšenie svojho výkonu. Asi najznámejšou skupinou zakázaných látok sú anabolické steroidy, ale doping zahŕňa aj užívanie iných zakázaných látok športovcom ako sú stimulanty, hormóny, diuretiká, narkotiká alebo marihuana. Za doping sa považuje aj používanie zakázaných metód ako je krvná transfúzia alebo génové doping. V súčasnosti je doping definovaný ako porušenie niektorého z antidopingových pravidiel, medzi ktoré patrí aj odmietnutie dopingovej kontroly alebo manipulácia, resp. pokus o manipuláciu dopingovej kontroly. Čím viac sa budete posúvať v hierarchii športovcov, tým reálnejším problémom sa môže doping pre vás stať. Aj vy môžete byť vybraný na dopingovú kontrolu, ktorá odhalí prítomnosť zakázaných látok. Taktiež sa môžete stretnúť so situáciou, že vaši súperci budú užívať doping a snažiť sa vyhrať podvodom. Dokonca, vy sami môžete byť v pokušení užiť zakázanú látku, aby ste zlepšili svoj výkon a vyhrali.

**Diskusia:**

Pred diskusiou o dopingu požiadajte študentov, aby v malých skupinách alebo jednotlivo porozmýšľali, čo si myslia, že tento výraz znamená. Študentom môžete poskytnúť vzor uvedený nižšie.

- V prvej časti **definícia** by sa mali študenti pokúsiť vymyslieť svoju vlastnú definíciu doping. Upozornite ich, aby sa nesnažili skopírovať definíciu z internetu, ale skúsili použiť svoju tvorivosť. Následne sa môžu pokúsiť upraviť svoju definíciu tak, ako by sa mohla objaviť vo výkladovom slovníku.
- V druhej časti študenti uvedú **priklady**, ako môže podľa nich športovec dopovať.
- V tretej časti by mali študenti uviesť konkrétne **prípady doping**, o ktorých počuli alebo aspoň uviesť mená športovcov, ktorí vo svojej kariére dopovali.



Následne so študentmi diskutujte o ich odpovediach. Ďalej vám uvádzame príklady známych dopingových prípadov, ktoré môžete so študentmi prediskutovať. Prípadne sa môžu prípady rozdeliť medzi žiakov individuálne alebo do menších skupín a povieť im, aby do nasledujúcej hodiny zistili niečo viac o týchto prípadoch.

- **Athletika:** Ben Johnson (1988, Kanada); Dwain Chambers (2003, UK); Justin Gatlin (2006, USA)
- **Cyklistika:** Lance Armstrong (2012, USA); Floyd Landis (2006, USA);
- **Lyžovanie:** Olga Danilova (2002, Rusko)
- **Vzpieranie:** 11 gréckych vzpieračov a 11 Bulharských vzpieračov testovaných pozitívne v roku 2008 v Pekingu na Olympijských hrách.
- **Futbal:** René Higuita (2004, Colombia);
- **Bejzbal:** Alex Rodriguez (2013, Dominican Republic) suspendovaný na sezónu z major league baseball (MLB).

**Poznámka:** Samozrejme môžete použiť aj iné príklady dopingových prípadov zo sveta alebo aj priamo zo Slovenska.

[http://en.wikipedia.org/wiki/List\\_of\\_athletes\\_found\\_guilty\\_of\\_using\\_banned\\_drugs](http://en.wikipedia.org/wiki/List_of_athletes_found_guilty_of_using_banned_drugs)

<https://antidoping.sk/porusenia-adp/>

Po tom, ako mali študenti možnosť diskutovať o svojich definíciách dopingu, uveďte definíciu podľa Svetovej antidopingovej agentúry a nechajte ich porovnať svoju a oficiálnu definíciu.

## „Doping je definovaný ako porušenie jedného alebo viacerých antidopingových pravidiel uvedených v článkoch Svetového antidopingového kódexu.“

V minulosti sa za doping považovala iba situácia, keď **športovec použil zakázanú látku na zlepšenie svojej výkonnosti**.

**Poznámka:** Podľa oficiálnej definície dopingu je jasné, že existujú viaceré porušenia antidopingových pravidiel, ktoré sú zahrnuté v definícii dopingu WADA. Budeme sa im venovať neskôr.

## Prehľad zakázaných skupín látok

Účelom uvedenia nasledujúcich informácií nie je poskytnúť návod ako zneužívať dopingové látky ani šíriť paniku, ale jednoducho uviesť fakty s cieľom vzdelávania verejnosti. Svetová zdravotnícka organizácia uvádza, že každá liečba, aj keď sa môže zdať neškodná, so sebou prináša vedľajšie efekty. V prípade, že sú dole uvedené látky zneužívané ako športový doping, častokrát vo vysokých dávkach, ktoré by žiaden lekár nepredpísal, je riziko vedľajších účinkov mnohonásobne vyššie.

### S1. Anabolické látky

Anabolické látky sú spolu s erytropoetínom jedny z najrozšírenejších a dobre známych dopingových látok. V posledných rokoch sa vyvíjajú citlivejšie metódy analýzy s možnosťou detekcia týchto látok aj po dlhšom čase od ich užitia.

### S2. Peptidové hormóny, rastové faktory, príbuzné látky a mimetiká

Kategória peptidových hormónov, rastových faktorov a príbuzných látok zahŕňa látky s variabilnou štruktúrou a širokým spektrom účinkov. Vo všeobecnosti ide o proteíny, ktoré sa prirodzene tvoria v ľudskom organizme a majú úlohu chemických poslov so stimulačným účinkom na produkciu ďalších látok.

### S3. Beta-2 agonisty

Beta-2 agonisty, známe aj ako beta-2 adrenergne agonisty, sa využívajú na liečbu astmy pretože ovplyvňujú rozšírenie dýchacích ciest. V prípadoch, keď športovec musí užívať tieto látky na liečbu astmy, je potrebné udelenie terapeutickú výnimku (TUE).

### S4. Hormóny a metabolické modulátory

V tejto skupine je zakázaných päť skupín látok: Inhibítory aromatázy, selektívny modulátory estrogénových receptorov, iné antiestrogénne látky, látky modifikujúce funkcie myostatínu a metabolické modulátory.

### S5. Diuretiká a iné maskovacie látky

Táto kategória okrem diuretik zahŕňa taktiež látky, ktoré by mohli modifikovať odobranú vzorku krvi alebo moču športovca, a tak ovplyvniť elimináciu zakázanej látky alebo maskovať jej prítomnosť vo vzorke.

### M1. Manipulácia s krvou alebo krvnými zložkami

Zásoby, resp. dostupnosť kyslíka môžu zvyšovať rôzne látky alebo metódami, medzi ktoré patrí krvný doping ako aj podanie syntetických nosičov kyslíka alebo substancií, ktoré dopravujú kyslík do tkanív.

### M2. Chemická a fyzikálna manipulácia

Zoznam zakázaných látok a metód WADA zakazuje manipuláciu, alebo akýkoľvek pokus o manipuláciu resp. falšovanie, s úmyslom zmeny integrity a platnosti odobratej vzorky počas dopingovej kontroly.

### M3. Génový doping

Génový doping je nová forma doping, ktorá bude v budúcnosti predstavovať nový prístup k ovplyvneniu športového výkonu. Génový doping je zakázaný, a WADA sa snaží vyvíjať spoľahlivé metódy detekcie na odhalenie takejto formy doping.

## S6. Stimulanciá

Kategória stimulancií (psychostimulanciá alebo sympatomimetiká) zahŕňa látky, ktoré majú krátkodobý účinok na zlepšenie športového výkonu a nálady.

## S7. Narkotiká

Zoznam zakázaných látok hovorí o väčšine analgetík z rodiny opiátov ako o narkotikách alebo narkotických analgetikách. Typickými príkladmi sú morfín, heroín a metadón.

## S8. Kanabinoidy

Kanabinoidy sú zakázané počas súťaže vo všetkých športoch. Sú dostupné na čiernom trhu vo forme marihuany (sušené kvety a listy), hašiša (živica z kvetov) alebo vo forme koncentrovaného oleja.

## S9. Kortikosteroidy

Pojem kortikosteroidy označuje skupinu látok, ktoré sa prirodzene vyskytujú v ľudskom tele, ako aj syntetické látky s rôznym spektrom účinku.

### ČO JE DOPING?

Možno ste už počuli termín doping. Viete, čo to presne znamená? Dokážete definovať slovo doping? Viete uviesť nejaké príklady toho, čo to znamená keď športovci dopujú? Poznáte nejaké príklady dopingových prípadov?

Definícia:

Príklady:

Dopingové prípady:

# Čo je antidoping?

## Informácie:

### Dopingová kontrola

Dopingová kontrola je pre športovcov povinná. Robí sa preto, aby sa prichytili podvodníci, čo nerešpektujú pravidlá, ale čo je dôležitejšie, dopingová kontrola chráni čistých športovcov. Testovanie sa môže uskutočniť počas súťaže, počas tréningu, ale aj mimo súťažného obdobia bez predchádzajúceho upozornenia. Ak odmietnete dopingovú kontrolu, dostanete rovnakú sankciu ako športovec, u ktorého bol dokázaný doping. Dopingové kontroly vykonáva akreditovaný dopingový komisár, ktorý odoberá vzorku moču alebo krvi. Vzorky sa odosielajú do antidopingového laboratória na analýzu. Niektoré látky sa dajú zistiť aj vo veľmi malom množstve aj niekoľko mesiacov po užití. Dôkazy o použití niektorých ďalších látok možno nájsť aj v dôsledku zmien, ktoré spôsobujú vo vnútri tela.

Športovci, ktorí porušia antidopingové pravidlá, dostanú zákaz činnosti. Predstavte si, že nebudete môcť športovať štyri roky alebo po zvyšok svojho života. Po všetkom tom úsilí a namáhavom tréningu by ste nie len nemohli ďalej súťažiť, ale celá športová komunita by vás odsunula na okraj. S dopingom súvisí aj to, ako vás bude vnímať vaše okolie. Nikto nechce, aby si jeho rodina a kamaráti mysleli, že je dopingový podvodník.

### Športovec a lieky

Nezabudnite sa vyhnúť akýmkoľvek liekom, ktoré nie sú predpísané lekárom, ktorý vie, že ste športovec. Niektoré lieky alebo výživové doplnky môžu obsahovať zakázané látky, aj keď na ich etikete je uvedené, že produkt je „100 % prírodný“.

Povedzte svojmu lekárovi, že ste športovec, a že si musíte dávať pozor na lieky, ktoré užívate. Ak potrebujete zakázaný liek užívať zo zdravotných dôvodov, obráťte sa na Antidopingovú agentúru SR so žiadosťou o udelenie terapeutickéj výnimky.

### FAIR PLAY

Ak chcete byť úspešní (nie len) v športe, potrebujete správny prístup. Čestnosť, dôstojnosť, fair play, úcta, tímová práca, odhodlanie a odvaha sú nevyhnutné pre dosiahnutie nezabudnuteľných športových výkonov. FAIR PLAY súvisí s rozhodnutiami, čo je správne a čo nie. Pamätajte si, že dobrá povesť sa buduje roky, ale stratí sa dá jedným zlým rozhodnutím.

- Nezabúdajte prejavovať úctu sebe a ostatným.
- Rešpektujte pravidlá súťaže a čistého športu.
- Každý budúci víťaz sa musí naučiť aj prehrávať. Prehry náš posúvajú vpred.
- Na záver, aj keď je to v dnešnej dobe stále ťažšie, spomeňte si, prečo ste začali športovať. Pretože to bola zábava, bavilo vás to!

**Diskusia:** Podobne ako pri dopingu, vyzvite študentov, aby sami vysvetlili, čo si myslia, že antidoping je.

Niektoré body, ktoré by sa mali objaviť v priebehu diskusie o antidopingu:

- Boj proti dopingu – boj proti užívaniu dopingových látok zlepšujúcich športový výkon
- Testovanie športovcov
- Udeľovanie sankcií alebo zákaz športovej činnosti
- Zákaz nepovolených látok
- Vzdelávanie – informovanie športovcov o tom, čo je zakázané.

## História dopingu

### Informácie:

Doping je súčasťou športu už od jeho začiatkov. Dokonca aj staroverkí grécki športovci používali špeciálnu stravu a rôzne elixíry, aby sa posilnili. Približne v 20. rokoch 20. storočia už začalo byť zrejmé, že sa užívanie látok v športe musí kontrolovať.

Prvý šport, ktorý zakázal používanie látok bola v roku 1928 atletika. Očakávalo sa, že takýto zákaz situáciu zlepší, ale opak bol pravdou. Dôvod bol jednoduchý – látky síce boli zakázané, ale nebolo možné zistiť, či ich športovci užívajú.

Veľkým zlomom bolo úmrtie cyklistu počas olympijských hier v roku 1960. Táto udalosť vyvinula tlak na športové hnutie, aby sa začali vykonávať testy na prítomnosť látok zvyšujúcich športový výkon. Už nešlo len o FAIR PLAY, ale aj ochranu zdravia vrcholových športovcov. V roku 1966 bola cyklistika a futbal prvými športovými federáciami, ktoré začali testovať zakázané **látky na svojich majstrovstvách sveta**.

Nasledujúci rok začal Medzinárodný olympijský výbor plánovať testovanie dopingové testovanie na olympijských hrách. Testovanie zakázaných látok bolo prvýkrát zavedené na zimných olympijských hrách v Grenobli a na olympijských hrách v Mexiku v roku 1968.

70-te roky boli zlatou érou užívania anabolických steroidov. Medzinárodný olympijský výbor ich zakázal v roku 1976.

V roku 1988 bol na Olympijských hrách v Soule pozitívne testovaný na anabolický steroid stanozolol kanadský šprintér Ben Johnson po tom, ako zabehol finále na 100 m v rekordnom čase. Tento prípad bol celosvetovo medializovaný. Aj keď sa považuje za prelomový krok v boji proti dopingu, je len jedným z mnohých príkladov zneužitia anabolík medzi profesionálnymi športovcami.

V roku 1963 bolo Francúzsko prvou krajinou, ktorá zaviedla konkrétne antidopingové pravidlá. Nasledovali ďalšie krajiny. Problém bol v tom, že existovali rôzne definície dopingu, rozdielny prístup k **športovcom ako aj udeľovanie rozdielnych sankcií. Neexistovali jednotné pravidlá, ktoré by platili pre všetkých bez rozdielu národnej príslušnosti**.

Svetová antidopingová agentúra bola založená v roku 1999. Svetová antidopingová agentúra zabezpečuje, aby pre všetky krajiny a pre všetky športy platili rovnaké pravidlá. Tento súbor pravidiel sa nazýva Svetový antidopingový kódex. Vlády jednotlivých krajín sa zaviazali, že budú antidopingové pravidlá uvedené Svetovým antidopingovým kódexom rešpektovať a dodržiavať.

**Aktivita:** Nechajte študentov, aby si prečítali informácie o histórii dopingu a pripravili časovú os znázorňujúcu dôležité udalosti v dopingovom a antidopingovej vývoji. **Študenti môžu pripraviť aj** dve časové osi, jeden na vykreslenie dôležitých dopingových udalostí a druhý na vykreslenie dôležitých antidopingových udalostí.

**Zhodnotenie:** Aký máte pocit z toho, keď počujete, že športovec bol pozitívny na nejakú zakázanú látku? Čo prežívate, keď hráte hru alebo šport a váš súper podvádza? **Študent môže odpovede na dané otázky vyjadriť v rámci diskusie, písomne alebo nakreslením obrázka, ktorý bude znázorňovať dôsledky** podvádžania na samotného športovca alebo na šport všeobecne.

**Odkaz Antidopingovej agentúry SR:** Boli by sme veľmi radi, keby sa s nami podelíte o práce vašich študentov, ich názory, postoje alebo výtvarné diela. Zároveň sme otvorení spolupráci pri nastavení efektívneho antidopingového vzdelávacieho programu na vašej škole. Radi prídeme na besedy so študentmi aj pedagógmi. Vaše otázky a práce vašich študentov **môžete s** nami zdieľať cez e-mailovú adresu [office@antidoping.sk](mailto:office@antidoping.sk) alebo poštou

### Antidopingová agentúra Slovenskej republiky

Hanulova 5/C  
841 01 Bratislava



## LEKCIA 2:

# Svetová antidopingová agentúra

Účel: Druhá lekcia **študentom** predstaví boj proti dopingu z pohľadu organizácií, ktoré bojujú proti dopingu, predovšetkým Svetovú antidopingovú agentúru.

### Ciele vzdelávania:

- Získanie informácií o antidopingovej problematike.
- Predstavenie najdôležitejších organizácií, ktoré bojujú s dopingom.

### Boj s dopingom a Svetová antidopingová agentúra

**Informácie:** Športovci môžu byť testovaní viacerými organizáciami. Športovcov **súťažiacich** na **národnej úrovni** testuje príslušná **národná antidopingová organizácia, na Slovensku to je Antidopingová agentúra Slovenskej republiky (SADA)**. Športovcov medzinárodnej úrovne môže testovať ich medzinárodná športová federácia alebo organizátorom **významných podujatí ako sú** napríklad olympijské hry, paralympijských hrách, majstrovstvá sveta alebo majstrovstvá Európy. Mnoho ľudí si myslí, že antidoping je len o testovaní a antidopingových agentúrach, ale opak je pravdou. Dôležitú **úlohu** zohrávajú aj vlády jednotlivých krajín, ktorých spoločné úsilie koordinuje Organizácia Spojených národov pre vzdelávanie, vedu a kultúru (UNESCO) a Rada Európy.

Svetová antidopingová agentúra bola založená v Lausanne vo Švajčiarsku v roku 1999 a je celosvetovo známa ako WADA. Táto organizácia bola vytvorená na podporu, koordináciu a monitorovanie boja proti dopingu v športe vo všetkých jeho formách. Hlavnou úlohou WADA je chrániť čistý šport a zabezpečovať rovnaké podmienky pre všetkých športovcov.

**Poznámka:** Webová stránka SADA ([www.antidoping.sk](http://www.antidoping.sk)) obsahuje množstvo informácií, ktoré sa dajú využiť v procese výučby. Predovšetkým informácie o zakázaných látkach sa dajú dobre implementovať do predmetov ako chémia alebo biológia. Na hodiny angličtiny sa dajú využiť aj materiály z webovej stránky WADA ([www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org)).

**Diskusia:** Spýtajte sa študentov, či poznajú organizácie, ktoré bojujú proti dopingu v športe.

### Príklady:

- Svetová antidopingová agentúra
- Národné antidopingové organizácie
- Medzinárodné športové federácie ako FIFA (futbal), FIBA (basketbal), UCI (cyklistika), IAAF (atletika).
- Národné športové zväzy.
- Organizátori významných podujatí (Medzinárodný olympijský výbor, Medzinárodný paralympijský výbor).

Stručne vysvetlite študentom, čo predstavuje Svetová antidopingová agentúra:

- Boj proti dopingu.
- Zabezpečenie toho, aby antidopingové pravidlá boli rovnaké vo všetkých krajinách a vo všetkých športoch.
- Vzdelávanie športovcov, trénerov a učiteľov o negatívnych dopadoch dopingu.

## Príbeh loga WADA



**Informácie:** Pokúste sa so študentmi diskutovať o známych logách svetových značiek, ktoré sami poznajú. Ako príklad môžete uviesť logá známych svetových značiek ako McDonalddove „zlaté oblúky“, slogan spoločnosti Nike „Just Do It“. Logá a slogany týchto spoločností pozná celý svet a reprezentujú filozofiu danej firmy. V tejto časti lekcie študentom predstavíme **význam loga** Svetovej antidopingovej agentúry.

### Aktivita 1:

Vysvetlite študentom, že spoločnosti a organizácie zvyčajne majú logo, ktoré sa používa na identifikáciu organizácie a vyjadrenie toho, čo daná organizácia predstavuje. Ukážte študentom logo Svetovej antidopingovej agentúry a spýtajte sa ich, čo si myslia, že dané logo znázorňuje. Pokúste sa identifikovať aspoň tri hlavné myšlienky, ktoré z loga vyplývajú.

- Logo organizácie WADA predstavujú ducha športových hodnôt. Všetky aspekty loga majú svoj zmysel. Znamienko rovná sa znamená spravodlivosť v športe. Štvorec predstavuje pravidlá, ktoré sa musia pri športe dodržiavať. Ani výber farieb nie je náhodný. Čierna predstavuje rozhodcu. Zelená je farbou ihriska vo viacerých športoch a zároveň symbolizuje aj zdravie a pozitívne myslenie.
- Sloganom WADA sa stalo heslo „Play True“, ktoré by sme mohli preložiť ako „Hraj pravdivo“. Práve pravda je základným pilierom ducha športu, kde podvádžanie nemá svoje miesto. Keď športovec tvrdí, že hrá pravdivo, respektíve férovo, zaväzuje sa k dodržiavaniu princípov FAIR PLAY a pravidiel daného športu.

### Aktivita 2:

Druhou možnosťou ako študentov oboznámiť s logom WADA je opísať im logo slovne a dať im priestor, aby sa pokúsili oni sami navrhnúť logo, ktoré by odzrkadľovalo **všetky uvedené princípy**. Následne im ukážte skutočné logo WADA a diskutujte o rozdieloch.



### Aktivita 3:

Posledná aktivita je zameraná na tvorivosť študentov. Vyzvite ich, aby sa pokúsili vymyslieť logo pre vašu školu, prípadne športový klub alebo inú organizáciu, ktoré by vyjadrovalo myšlienku fair play a rovnakých pravidiel pre všetkých. Opäť sa dostávame k záveru, že FAIR PLAY a duch športu nie je iba o **športovom prostredí, ale môže sa uplatniť v celospoločenskom kontexte.**

### Odkaz Antidopingovej agentúry SR:

Opäť budeme radi, keď sa s nami podelíte s výsledkami práce vašich študentov. Logá vašich škôl nám môžete zaslať na e-mailovú adresu [office@antidoping.sk](mailto:office@antidoping.sk).

## LEKCIA 3:

# Doping a duch športu

Účel: Táto lekcia má vysvetliť súvis medzi duchom športových hodnôt a dopingom. Študenti by mali so zapojením kritického myslenia dôjsť k záveru, prečo je doping zakázaný.

### Ciele vzdelávania:

- Prepojenie hodnôt športového ducha s inými oblasťami života.
- Rozvoj kritického myslenia študentov.
- Jasné stanovisko, že doping je podvod.
- Vplyv podvádžania a porušovania pravidiel na spoločnosť.

### Čo je podvádžanie?

#### Informácie:

Väčšina športovcov vie, že doping je podvádžanie, niektorí sú však stále ochotní riskovať nie len svoju povesť, ale aj zdravie. Prečo? Túžba po víťazstve, peniaze alebo sláva môžu výrazne ovplyvniť rozhodnutia športovcov. Sú presvedčení, že doping im môže pomôcť vyhrať, skrátiť cestu za úspechom a sú ochotní riskovať svoju športovú kariéru a svoje zdravie. Chcú vyhrať za každú cenu! Iní možno cítia tlak zo strany trénerov, rodičov alebo majú veľké očakávania sami na seba. Považujú doping za spôsob, ako sa môžu dopracovať k vytúženému cieľu. Športovci môžu užívať aj niektoré zakázané lieky, ktoré potláčajú bolesť, tlmia zápal, a tým umožňujú trénovať oveľa intenzívnejšie. Neuvedomujú si však, že z dlhodobejšieho hľadiska svoj športový výkon skôr ohrozujú, ako zlepšujú.

## Nech už je dôvod akýkoľvek, žiadne ospravedlnenie pre doping neexistuje.

Je pravda, že doping môže pomôcť športovcom budovať silu a svalovú hmotu, znížiť únavu alebo prekryť bolesť, ale má tiež veľa vedľajších účinkov. Užívanie anabolických steroidov môžu napríklad vyvolať fyziologické zmeny, ktoré sa už nedáva zobrať späť. Trpí predovšetkým kardiovaskulárny systém a pečeň. Zároveň ovplyvňujú aj psychiku. Môžu spôsobiť zmeny nálad, podráždenosť, emočná nestabilita, sklon k násiliu až agresivita. U mužov dochádza k narušeniu prirodzenej hladiny pohlavných hormónov, čo je obzvlášť nebezpečné v období dospievania. U žien dochádza pri užívaní steroidov k tzv. maskulinizácii, čo znamená, že sa u dievčat začne rozvíjať mužský vzhľad postavy, akné, rast ochlpenia na tvári, poruchy menštruačného cyklu.

Doping v športe je predovšetkým podvod. Je prejavom nerešpektovania nielen pravidiel, ale aj ostatných športovcov. Športe nie je len o víťazstve a peniazoch, ale aj o vytvalosti, čestnosti a odvahe.

**Aktivita:** Na úvod si so študentmi zopakujte, čo si pamätajú z prechádzajúcich lekcií. Čo je to duch športu? Ako vnímajú doping? Akú úlohu plní antidopingové hnutie?

Prezrite si 11 hodnôt športového ducha so študentmi.

- Zdravie
- Etika, čestná hra a poctivosť
- Vynikajúca výkonnosť
- Charakter a vzdelanie
- Zábava a radosť
- Tímová spolupráca
- Oddanosť a angažovanosť
- Rešpektovanie pravidiel a zákonov
- Úcta k sebe samému a k ostatným účastníkom
- Odvaha
- Súdržnosť solidarita

**Diskusia:** Vyzvite študentov, aby diskutovali o tom, ako môžu dodržiavať a rešpektovať hodnoty ducha športu počas súťaží alebo hier, ako aj v každodennom živote.

- Spýtajte sa študentov, aké majú skúsenosti s podvádzaním. Ako sa vtedy cítia?
- Požiadajte študentov, aby vám pripomenuli, čo znamená slovo „doping“. Napríklad, doping znamená, že športovec použil zakázanú látku na zlepšenie svojej výkonnosti.
- Spýtajte sa študentov, čo si myslia o dopingu – je to fér? Na bližšie vysvetlenie im môžete uviesť príklad, že doping v športe je niečo podobné, ako keď žiaci počas písomky opisujú. Je spravodlivé, že ten, čo sa poctivo učil, ale nevedel odpovedať na všetky otázky, môže mať horšiu známku ako ten, čo sa učil menej a podarilo sa mu podvodom všetko odpísať z „ľaháku“? Toto je ideálna príležitosť na demonštráciu podvádžania v oblasti, ktorá sa týka asi všetkých študentov. Nezameriavajte sa na to, či je opisovanie zlé alebo dobré, ale sústreďte sa na to, akú emóciu to v žiakoch vyvoláva.
- V tomto bode môžete študentom povedať či by vedeli tak ako zadefinovali doping, popísať aj opisovanie. Čo je opisovanie?
- Vyzvite študentov, aby sa aj oni pokúsili uviesť podobné prirovnanie dopingu, ako ste im uviedli vy v prípade opisovania.
- Vysvetlite, že keď športovec používa zakázané látky alebo metódy zvyšujúce výkon, správa sa v športe ako podvodník. Šport pre takéhoto športovca už nie je zábavou ani vášňou, pretože začína postupne viac a viac žiť v strachu, že sa na jeho podvod príde.
- Vysvetlite študentom, že musia nie len hrať, ale aj žiť podľa pravidiel.
- Vysvetlite študentom, že doping nie je len pozitívna dopingová kontrola, ale aj pokus o vyhnutie sa dopingovej kontrole alebo snaha znemožniť realizáciu dopingovej kontroly. Takisto je podvod, ak sa športovec snaží o manipuláciu svojej vzorky, t.j. snaží sa do nej niečo pridať aby znemožnil jej analýzu.