




Bearbeitung im Unterricht

Anabolika für den perfekten Body



Vorschläge für die Bearbeitung des Themas an Berufs- und Mittelschulen.

Zielgruppe	Schülerinnen und Schüler von Berufs- und Mittelschulen im Kanton Zürich Altersstufe: ab 16 Jahre
Einsatz	Das Schulungstool ist für den Unterricht der Sportlehrpersonen bzw. der Lehrpersonen «Allgemeinbildender Unterricht» konzipiert.
Lernziele	Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit den Aussagen der im Film interviewten Personen auseinander und reflektieren die angesprochenen Themen unter verschiedenen Gesichtspunkten. Sie bilden sich eine Meinung über das ästhetische Körperbild in unserer Gesellschaft und über die gesundheitlichen Risiken des Konsums der Dopingsubstanzen.
Zeitaufwand	Mind. 1 Unterrichtslektion à 45 Minuten (falls möglich eine Doppellektion reservieren, plus Vorbereitung durch die Lehrperson).
Lerninhalte	 Filmsequenz <i>Hardsound für Intro und Outro: Philippe Rochard «Pirates»</i> Dauer: 30 Minuten 1. Teil Inhalt: Die Berufsschülerin Rahel und der Kantonsschüler Leon interviewen im ersten Teil des Films drei junge Männer und eine junge Frau, die im Fitnesscenter Kraftsport betreiben und eigene Erfahrungen mit dem Konsum von anabolen Steroiden haben. Die vier Anabolikakonsumenten geben unter anderem Auskunft über ihr ideales Körperbild, ihre Trainings- und Essgewohnheiten, über Wirkungen und Nebenwirkungen der Dopingsubstanzen und über ihre Bezugs- und Informationsquellen. Wichtig: Alle Namen der interviewten Konsumierenden wurden aus Persönlichkeitsschutz geändert. Bei zwei Konsumenten ist zudem auf Wunsch das Gesicht nicht erkennbar. Das Fitnesscenter BodyGym in Frauenfeld hat sich als Lokalität für die Filmaufnahmen zur Verfügung gestellt, steht jedoch in keinem Zusammenhang mit den Anabolikakonsumentierenden. Im Anschluss an diese Sequenz ist es sinnvoll eine kurze Pause einzulegen (bei Minute 17.00), um Rückmeldungen der Schüler/-innen zu den Aussagen der Anabolikakonsumentierenden entgegenzunehmen.



2. Teil

Inhalt: Im zweiten Teil des Film interviewen Rahel und Leon im Universitäts-spital Zürich den Kardiologen und Sportarzt Dr. Christian Schmied, der Pati-enten mit Nebenwirkungen eines Anabolikakonsums behandelt.

Danach besuchen Rahel und Leon in der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich den Psychiater Dr. Malte Claussen, der Anabolikakonsumenten u.a. mit Essstörungen und Depressionen therapiert.

Nach den interessanten Aussagen der beiden Fachpersonen werden wieder-um Rückmeldungen der Schüler/-innen eingeholt und das Thema Risiken des Anabolikakonsums zum Beispiel gemäss den Vorschlägen im Klassen-verband bearbeitet.



Anregungen für die Bearbeitung des Themas im Unterricht

Vorbereitung

Das Faktenblatt dient der Lehrperson zur Vorbereitung der Unterrichtslektion zum Thema Anabolikakonsum. In diesem Dokument werden die wichtigsten Punkte zur Thematik kurz erläutert. Das Faktenblatt nimmt auch Bezug auf im Film angesprochene Themen wie z. B. rechtliche Situation des Anabolika-konsums, Bezugs- und Informationsquellen, gesundheitliche Risiken etc.)

Einführung

Kurze Einführung in den rund 30-minütigen Film «Anabolika für den perfek-ten Body» durch die Lehrperson.

Das Thema Doping kennen wir alle von Berichten aus dem Profisport. Viele Radprofis, Leichtathleten, Schwimmerinnen u.a. konsumieren vor Wettkämpfen unerlaubterweise verschiedenste Dopingsubstanzen (oral, gespritzt etc.), um eine optimale Leistung zu erbringen. Manchmal werden sie in einer Doping-kontrolle erwischt, oft bleibt der Konsum aber auch unentdeckt. Fliegt wieder einmal ein Dopingskandal auf, ist das mediale Interesse gross.

Über das Thema «Anabolikakonsum aus ästhetischen Gründen» berichten die Medien hingegen kaum. Freizeitsportler und -sportlerinnen konsumieren Dopingsubstanzen ohne Wettkampfdruck. Warum tun sie dies? Woher beziehen sie die Dopingsubstanzen? Welche gesundheitlichen Risiken gehen sie dabei ein? Der Film gibt Einblicke in das Thema «Anabolika für den perfekten Body».

Nach dem Film bleibt Zeit für die Vertiefung und Diskussion in der Klasse. Die Schülerinnen und Schüler sollen darauf achten, welche Aussagen der sechs interviewten Personen sie besonders verwirren, erstaunen, beein-drucken, ärgern etc. Sie können die Stichworte dazu auch aufschreiben, um diese im Anschluss an den Film in die Diskussion einzubringen.

Die Filmsequenz wird abgespielt. (Auf gute Bild- und Tonqualität achten)

Bearbeitung

Methodische Vorschläge für die Bearbeitung des Themas im Unterricht

Wählen Sie aus den Vorschlägen für die Bearbeitung des Themas «Anabolika für den perfekten Body» entsprechend Ihrer zur Verfügung stehenden Unter-richtszeit (Einzel- oder Doppellektion) die Themen aus, welche Sie für Ihre Schulklasse besonders wichtig, interessant oder aktuell finden.



Eventuell kann es auch sinnvoll sein, das Thema in geschlechtergetrennten Gruppen zu bearbeiten.

Sie können den rund 30-minütigen Film an einem Stück abspielen, oder sinnvollerweise nach dem 1. Teil und den Interviews mit den vier Anabolikakonsumenten einen Zwischenhalt einlegen (bei Minute 17.00) und von den Schülerinnen und Schülern die ersten Eindrücke zu Aussagen der interviewten Personen (3 Männer, 1 Frau) beispielsweise wie folgt entgegennehmen:

- Die Kraftsportler und Anabolikakonsumenten betreiben zeitlich und finanziell sehr viel Aufwand für ihren perfekten Body, was denkt ihr darüber?
- Was denkt ihr über die Verlässlichkeit der Informations- und Bezugsquellen (Internet, Darknet, Nachschlagwerk «Anabole Steroide – Das Schwarze Buch», über Bekannte aus dem Fitnesscenter)?
- Die Anabolikakonsumenten erzählten im Film, dass sie sich regelmässigen Checks beim Arzt unterziehen. Was denkt ihr, ist demnach alles in Ordnung?
- Was meint ihr zu den strikten Ernährungsplänen der interviewten Personen?
- Was denkt ihr über die psychischen Auswirkungen des Konsums wie Aggressionen oder Depressionen?
- Was glaubt ihr wie sich die Sozialkontakte der Bodybuilder/-in verändern könnten?

Im Anschluss an die Rückmeldungen der Schüler/-innen wird der 2. Teil des Films mit den Aussagen des Sportarztes und des Psychiaters abgespielt.

Diskussion im Klassenverband am Ende des Films

Fragen zu gesundheitlichen Risiken des Anabolikakonsums

- Was denkt ihr über das gesundheitliche Risiko, dem sich Anabolikakonsumenten und -konsumentinnen aussetzen?
- Wie steht eurer Meinung nach der Nutzen (grössere Muskeln) im Vergleich zum Preis da (grosse gesundheitliche Risiken, die im schlimmsten Fall zum Tod führen können)?

Fragen zum Körperbild in unserer Gesellschaft

- Warum ist ein stark definierter, muskulöser Körper überhaupt derart erstrebenswert?
- Was hat dies mit dem Körperbild in unserer Gesellschaft (Medien, Werbung, etc.) zu tun?
- Entwicklung des männlichen Körperbilds: Vergleiche zwischen Aussehen erster James Bond (Sean Connery) und James Bond (Daniel Craig, 2006) oder Entwicklung der männlichen Körperformen aufzeigen anhand der Puppe Ken (Pendant zu Barbie).



Gruppenarbeit

Verläuft die Diskussion im Klassenverband zäh, ist eine Bearbeitung des Themas in der Gruppe mit anschliessender Rückmeldung der Schülerinnen und Schüler im Plenum sinnvoll.

Nachfolgend einen Vorschlag für die Gruppenarbeit

Gruppenarbeit zu den Interviews (je 4–5 Personen):

- Schreibt die für euch wichtigen Aussagen
 - der Anabolikakonsumenten,
 - des Sportarztes Dr. Christian Schmied,
 - und des Psychiaters Dr. Malte Claussen auf.

Kurze Vorstellung der Gruppenarbeiten im Plenum.

Abschluss im Plenum

- Welches persönliche Fazit ziehen die Schülerinnen und Schüler aus der Unterrichtslektion?
- Rückmeldungen aufnehmen.
- Auf die Website www.bodytuning-check.ch hinweisen und eventuell Informationsflyer «Bodytuning – Die Risiken» verteilen. Dieser kann unter www.zfps.ch bestellt werden (für Schulen im Kanton Zürich kostenlos).