



Deutsche  
Sporthochschule Köln  
German Sport University Cologne  
Institut für Pädagogik und Philosophie

# NADA- Lehrerfortbildung Gymnasium auf der Karthause



Deutsche  
Sporthochschule Köln  
German Sport University Cologne  
Institut für Pädagogik und Philosophie

Thema des Vortrags:

**Dopingprävention an Schulen**

Referentin: **Annika Steinmann**

# Gründe für Doping? Methoden?



# Umsetzung

- Projekttag  
I. Theorie  
II. Praxis
- Jahrgangsstufe 7

# Theorie und Praxis

## I. Theorie

- Stress/Stressbewältigung
- Medikamentenmissbrauch/Doping
- Problematik des Schönheitskults

*Wahlweise/ergänzend:  
Zeitmanagement*



# Theorie und **Praxis**

## **II. Praxis**

- Spiele zur Steigerung des Vertrauens in die Gruppe
- Aufgaben zur Verbesserung des Sozialverhaltens
- ‚Menschenpyramiden‘  
*Wahlweise/ergänzend:  
Entspannungsübungen*

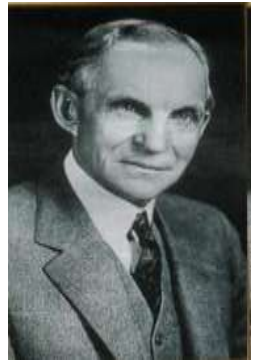
# Dopingprävention an Schulen

Ziel ist es mit

- 1. Einsicht durch Aufklärung**
- 2. Stärkung des Selbstwertgefühls**
- 3. dem Erlernen eines adäquaten Umgangs mit Stress**

die Kinder bei dem lebenslangen Prozess der Identitätsfindung zu unterstützen.

# Henry Ford (1863-1947)



„Der Inhalt unserer Gedanken bestimmt, wie gut wir mit dem täglichen Leben zu Recht kommen, denn ob du glaubst, du kannst es, oder ob du glaubst, du kannst es nicht, du hast immer Recht.“



Deutsche  
Sporthochschule Köln  
German Sport University Cologne  
Institut für Pädagogik und Philosophie

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.