

# Kreatin som præstationsfremmende stof og doping?

## 2.z SR opgave i biologi og idræt

AMP og JBK 30-08-2007

111-Herlufsholm Skole

**SR opgaven: Du skal individuelt udarbejde en rapport om kreatinforsøget.**

Rapportens biologidel skal disponeres som vanligt dvs,

1. **Overskrift:** undersøgelse af kreatins effekt på restitutionsevnen ved kort, intensivt intervalarbejde
2. **Formål:**
3. **Teori:** på baggrund af det udleverede kompendium gennemgås kreatins betydning i forbindelse med muskelarbejde og effekten af kreatin supplementering. Herunder skal du komme ind på hvilke atleter der kan have gavn af kreatin, individuelle forskelle, kønsforskelle, dosisstørrelser, længden af kreatinkure, ulemper, bivirkninger, risici
4. **Hypotese:** på baggrund af teorien opstilles en hypotese
5. **Materialer:**
6. **Metode:** en grundig gennemgang af forsøget gerne suppleret med et skema eller diagram over grupperne
7. **Resultater:** præsenteres grafisk på overskuelig vis, f.eks. som blokdiagram eller grafer
8. **Diskussion:** en kritisk gennemgang af undersøgelsen, hvor hypotesen holdes op mod resultaterne. Du skal her komme ind på de reelle fejlkilder og usikkerhedsmomenter der kan forklare eventuel uoverensstemmelse mellem hypotese og resultater og gøre grundigt rede for disse.
9. **Konklusion:** kort opsummering af diskussionen og forslag til forbedringer og justeringer af metoden. Undgå formuleringer som: ”det har været spændende og jeg synes jeg har lært meget...”

I forlængelse af rapporten og med udgangspunkt i faget idræts bidrag til SR-opgaven skal du løse nedenstående opgave

10. **Perspektivering:** Med udgangspunkt i kreatinforsøget samt det udleverede og gennemgåede materiale om doping skal du redegøre for forskellige holdninger til dopingproblematikken: Hvad gør forekomsten af doping ved sporten? Kan og bør man bekæmpe doping – og hvordan? Hvorfor er doping mere udbredt i nogle idrætsgrene end i andre? Afspejler doping tendenser i samfundet? (Det historiske perspektiv kan med fordel inddrages) Hvad stiller man op med gråzonepræparater som kreatin, overnatning i trykkamre, osv. Der er relativt frit slag til at vælge hvilket aspekt du vil arbejde med, MEN det er ikke din personlige holdning der efterlyses, men holdninger hos væsentlige aktører, eksperter, meningsdannere, politikere osv. indenfor idrætsverden – din opgave er at sammenholde argumenter for og imod og dermed give et billede af debatten og holdningerne på området.