

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа №2»

Утверждаю:

Директор
МБУДО «ДЮСШ №2»

Т.Д.Денисенко

« 01 » 09 2022 г

АНТИДОПИНГОВАЯ ПРОГРАММА
муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа №2»

Кемерово, 2022г.

ВВЕДЕНИЕ

Программа направлена на формирование нетерпимости к допингу среди занимающихся. Специфический запрос обусловлен тем, что молодые спортсмены могут сами оказаться перед этическим выбором о мере допустимости применения запрещенных субстанций и методов ради прогресса в собственной спортивной карьере, а также в ситуации, что кто-то активно склоняет их к такому решению. Вероятность такого развития событий зависит от соревновательной дисциплины, уровня мастерства и еще ряда нюансов, но для всех спортсменов она не является нулевой, что молодые спортсмены прекрасно осознают. (В то же время подробно обсуждать специфику ситуации с допингом именно в избранном виде спорта в данном контексте не целесообразно, так как это легко может быть воспринято как косвенная пропаганда). Эмоциональную окраску приобретают как известные факты, так и домыслы о применении допинга соперниками, особенно если спортсмен объясняет этим собственное поражение.

Программа характеризуется следующими особенностями:

- максимально усиленный личностный компонент, связанный с неприятием допинга как нарушения правил честной борьбы;
- углубленное знакомство с последствиями допинга;
- процессуальные моменты, права и обязанности спортсмена, санкции и их влияние на дальнейшую карьеру;
- анализ мотивов употребления запрещенных субстанций.

Тематический план Программы

№ п/п	Наименование темы	Часы		
		Всего	Аудиторная работа	Самостоятельная работа
1	Что такое допинг?	1	1	
2	Исторический обзор проблемы допинга	2	1	1
3	Мотивация нарушений антидопинговых правил	1	1	
4	Запрещенные субстанции	1	1	
5	Запрещенные методы	1	1	
6	Последствия допинга для здоровья	1	1	
7	Допинг и спортивная медицина	1	1	
8	Психологические и имидживые последствия допинга	1	1	
9	Допинг и зависимое поведение	2	1	1
10	Нормативно-правовая база антидопинговой работы	1	1	
11	Организация антидопинговой работы	1	1	
12	Процедура допинг контроля	1	1	
13	Наказание за нарушение антидопинговых правил	2	1	1
14	Профилактика допинга	2	1	1
15	Недопинговые методы повышения спортивной работоспособности	1	1	
16	Контроль знаний	1	1	
Итого:		20	16	4

Содержание тем

Тема 1. Что такое допинг?

Определение допинга. Суть антидопинговых правил как инструмента регламентации честной спортивной борьбы. 10 антидопинговых правил, виды их нарушений (Всемирный антидопинговый кодекс). Принципы «фейр плей».

Тема 2. Исторический обзор проблемы допинга

Исторические предпосылки допинга – препараты, оказывающие стимулирующий эффект, повышающие работоспособность, обладающие психоактивным действием (стимуляторы растительного происхождения, алкоголь), их применение в античном спорте, в военном деле. Этимология понятия «допинг». Причины роста внимания к проблеме допинга в последние десятилетия.

Задание: заполнение анкеты для самоконтроля спортсмена.

Тема 3. Мотивация нарушений антидопинговых правил

Стремление к росту спортивного результата как общий мотив допинга; приемлемость мотива в сочетании с неприемлемостью способа его реализации. Этический характер принятия решения о допинге. Другие мотивы (социальное давление, подражание любопытство, самоутверждение, «символическое взросление»). Допинг как контролируемое действие с осознанным вредом. Возможность ситуаций употребления запрещенных субстанций без ведома спортсмена (что не освобождает от ответственности).

Тема 4. Запрещенные субстанции

Запрещенный список ВАДА, основания для включения препаратов в него. Основные группы запрещенных субстанций – анаболические стероиды; гормоны и их аналоги; бета-2-антагонисты; кислородные носители; диуретики стимуляторы и наркотики; не одобренные субстанции. Возможности нахождения запрещенной субстанции в легально поставляемых лекарственных препаратах и БАДах. Действующие вещества и торговые наименования препаратов.

Тема 5. Запрещенные методы

Запрещенные методы: манипуляции с кровью и ее компонентами; химические и физические манипуляции; генный допинг. Применимость понятия «допинг» к другим нарушениям антидопинговых правил (наличие у спортсмена запрещенной субстанции, уклонение от сдачи проб или их подмена и др.).

Тема 6. Последствия допинга для здоровья

Риски для здоровья, вызываемые применением запрещенных субстанций и методов; отсроченный во времени характер большинства из них. Наиболее уязвимые к воздействию запрещенных субстанций системы организма (эндокринная, сердечно-сосудистая, пищеварительная, нервная, половая). Несовместимость допинга с ценностным отношением к здоровью.

Тема 7. Допинг и спортивная медицина

Допинг и спортивная фармакология. Наличие разрешенных средств фармакологической поддержки спортсменов, границы ее допустимости. Антидопинговые ограничения и лечение заболеваний у спортсменов. Разрешение на терапевтическое использование. Необходимость консультации специалистов по спортивной фармакологии даже при употреблении легально поставляемых и отпускаемых без рецепта препаратов.

Тема 8. Психологические и имиджевые последствия допинга

Изменения психики под влиянием ряда запрещенных субстанций. Последствия для самовосприятия, самоуважения. Экономические аспекты допинга (влияние на финансирование спорта и рациональность его использования, расходы на антидопинговую работу). Имиджевые последствия допинга для атлета, для спорта, для страны в целом.

Тема 9. Допинг и зависимое поведение

Природа явления зависимости (аддикции), механизмы ее развития. Способность ряда запрещенных субстанций вызывать зависимость. Сходство личностных установок спортсмена, употребляющего запрещенную субстанцию, и злоупотребляющих психоактивными веществами вне контекста спорта.

Задание для самостоятельной работы: поиск информационных материалов, направленных на профилактику зависимого поведения (памятки, плакаты социальной рекламы и т.п.).

Тема 10. Нормативно-правовая база антидопинговой работы

Международные правила и стандарты, регламентирующие антидопинговую работу: Всемирный антидопинговый кодекс, Запрещенный список, Международный стандарт по тестированию и расследованиям, Международный стандарт по терапевтическому использованию, Международная Конвенция о борьбе с допингом в спорте. Общероссийские антидопинговые правила.

Тема 11. Организация антидопинговой работы

Организации, реализующие антидопинговую политику (Всемирное антидопинговое агентство, национальные антидопинговые агентства, федерации по видам спорта, Международный олимпийский комитет), их функции. Пулы тестирования. Информация о местонахождении спортсмена.

Тема 12. Процедура допинг-контроля

Принципы отбора спортсменов для сдачи проб. Вручение уведомления. Права и обязанности спортсмена, сопровождающих. Инспектор допинг-контроля, его функции. Процедура забора мочи. Процедура забора крови. Протокол допинг-контроля. Анализ проб. Уведомление о результатах. Права спортсмена в случае выявления положительной допинг-пробы.

Тема 13. Наказания за нарушение антидопинговых правил

Отстранение от соревнований и лишение наград как естественное и закономерное следствие нарушения спортивных правил. Основные варианты спортивных наказаний, условия их применения. Возможность наступления дополнительных санкций в рамках административного и уголовного законодательства. Принцип безусловной личной ответственности спортсмена. Возможность привлечения к ответственности третьих лиц.

Задание для самостоятельной работы. Составить таблицу «Варианты наказания спортсмена за нарушение антидопинговых правил с учетом смягчающих и отягчающих обстоятельств».

Тема 14. Профилактика допинга

Основные подходы к профилактике: информирование; повышение психологической компетентности (коммуникативная, эмоциональная, ценностно-мотивационная сферы); выработка жизненных навыков; пропаганда ценности здорового

образа жизни; приобщение к альтернативным формам активности. Анализ иллюстративных агитационных материалов антидопинговой тематики.

Задание для самостоятельной работы. Разработка эскиза агитационного плаката, или коллажа, или презентации, направленный на формирование нетерпимости к допингу и пропаганду ценности честной спортивной борьбы.

Тема 15. Недопинговые методы повышения спортивной работоспособности

Рациональное планирование тренировочного процесса. Необычные условия тренировок. Физиотерапевтические методы. Массаж. Спортивное питание. Рационализация режима. Рекреация. Психологическая подготовка спортсмена.

Методические рекомендации к организации и проведению занятий

Занятия могут проводиться либо в стандартных учебных классах, либо в помещениях, оборудованных стульями, позволяющими рассаживать участников в различных конфигурациях (в общий круг, по микрогруппам). Второй вариант предпочтительнее, т.к. облегчает организацию групповых дискуссий; при его реализации следует предусмотреть возможность удобного ведения записей (наличие твердых папок или специальных стульев с откидными мини-столиками). Используются иллюстративные материалы и мультимедиа-презентации. Домашние задания даются в устной форме, с записью в рабочую тетрадь. Поскольку речь идет об организациях дополнительного образования, рекомендуется получение согласия родителей для участия детей в этом курсе (особенно если в группе присутствуют слушатели, не достигшие возраста 14 лет).

Рекомендуемая литература

Основная:

1. Всемирный антидопинговый кодекс» в редакции, действующей с 1.01.2015 г. (утвержден 15.11.2013 г. на Всемирной конференции по борьбе с допингом в спорте, проходившей в г. Йоханнесбурге).
2. Деятельность медицинского персонала спортсмена в рамках противодействия применению допинга в спорте и борьбе с ним / Анцелиович А.А., Ваганова Н.В., Выходец И.Т., Голобородько Е.В., Камаев Н.О., Мирошникова Ю.В., Рогова К.В., Самойлов А.С., Середа А.П., Хорькин П.И. - М.: Российское антидопинговое агентство РУСАДА, 2015. – 85 с.
3. Спорт без допинга. Вопросы и ответы: научно-методическое пособие для тренеров и спортсменов/ А.Г.Грецов; ФГБУ СПбНИИФК; науч.ред. О.М.Шелков. – СПб: Галейпринт, 2012. – 60 с. – УДК 796.011.01.
4. Спорт в предотвращении отклоняющегося поведения подростков: методические рекомендации для специалистов / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016. – 52 с. - ISBN 978-5-9906923-9-8.
5. Физическая культура и спорт в решении социально-психологических проблем молодежи: Монография / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016. – 88 с. – ISBN 978-5-9908946-4-8.
6. Формирование интереса к спорту у подростков и молодежи: методические рекомендации / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2015. – 24 с. – ISBN 978-5-9906922-7-5.
7. Международный стандарт по тестированию и расследованию в редакции, действующей с 01.01.2015 г. (утвержден 15.11.2013 г. на Всемирной конференции по борьбе с допингом в спорте, проходившей в г. Йоханнесбурге).
8. Международный стандарт по терапевтическому использованию в редакции, действующей с 01.01.2016 г. (утвержден Исполнительным комитетом ВАДА 18.11.2015 г.).
9. Общероссийские антидопинговые правила от 09.08.2016, утвержденные Минспортом России.
10. Допинг и проблемы с ним связанные: антидопинговое пособие. – FISU. –2015.–113с. URL:
http://sport.urfu.ru/fileadmin/user_upload/common_files/sport/docs/pages/Anti-Doping_Textbook_-_Russian_-_2015.pdf

Дополнительная:

11. Без наркотиков и допинга: методические рекомендации для молодежи / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016. – 40 с. – ISBN 978-5-9906923-8-1.
12. Конвенция о борьбе с допингом в спорте (ЮНЕСКО). 19.10.2005 // Ратифицирована: Федеральный закон от 27 декабря 2006 г. № 240-ФЗ; НГР: P0603643.
13. Рекомендации по организации основных информационно-образовательных программ профилактики применения допинга в спорте

(утверждены Советом Европы и Всемирным антидопинговым агентством 26.04.2005 в г. Копенгаген).

14. Руководство - образование и информация о предотвращении допинга в спорте Методические рекомендации по предотвращению допинга в спорте (Версия 3.0, Всемирное антидопинговое агентство, май 2016 г.).

15. Руководство по Антидопинговому образованию для высших учебных заведений. Рекомендация Res (2016 г.) 2 Мониторинговой группы к Руководству по Антидопинговому образованию для высших учебных заведений (утверждено 03 мая 2016 г., г. Страсбург на 44-м заседании).

16. Федеральный закон от 27 декабря 2006 года №240-ФЗ «О ратификации Международной Конвенции о борьбе с допингом в спорте».

17. Федеральный закон от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»; Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 7 августа 2009 года № 1101-р.

18. Федеральный закон от 29 декабря 2012 год № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

19. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 года № 499 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

Рекомендованные интернет-ресурсы:

20. Российское антидопинговое агентство РУСАДА (официальный сайт). – URL: <http://www.rusada.ru/>

21. Всемирное антидопинговое агентство (официальный сайт). – URL: <https://www.wada-ama.org/en/>

22. Play true magazine (Журнал честная игра) – World anti-doping agency. UR [https://www.wadaama.org/en/resources/search?f\[0\]=field_resource_collections%3A12](https://www.wadaama.org/en/resources/search?f[0]=field_resource_collections%3A12)

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа №2»**

Утверждаю:

Директор

МБУДО «ДЮСШ №2»

_____ Т.Д.Денисенко

« ____ » _____ 20 ____ г

АНТИДОПИНГОВАЯ ПРОГРАММА
муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа №2»

Кемерово, 2022г.

