

"УТВЕРЖДАЮ"

Министр спорта  
Российской Федерации  
 П. А. Колобков

«23» августа 2017 г.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ АНТИДОПИНГОВЫЕ ПРОГРАММЫ,  
РАЗРАБОТАННЫЕ ДЛЯ РАЗЛИЧНЫХ ТИПОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ  
ОРГАНИЗАЦИЙ И ОРГАНИЗАЦИЙ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ  
СПОРТИВНУЮ ПОДГОТОВКУ

Москва 2017

Образовательные антидопинговые программы, разработанные для различных типов образовательных организаций и организаций, осуществляющих спортивную подготовку, подготовлены Министерством спорта Российской Федерации совместно с Министерством образования и науки Российской Федерации и Российским антидопинговым агентством «РУСАДА» во исполнение поручения Президента Российской Федерации от 9.11.2016 № Пр-2179 по итогам заседания Совета при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта от 11 октября 2016 г.

Образовательная программа представляет собой комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты) и организационно-педагогических условий их реализации. Антидопинговая образовательная программа направлена на формирование нетерпимости к допингу у обучающихся с целью предотвращения допинга в спортивной среде; ее характеризует акцентирование внимания не только на информирование, но и на ценностно-мотивационную сферу, формирование личностной установки о неприемлемости данного явления. В данном документе программы включают в себя пояснительную записку, тематический план, содержание тем, задания для самостоятельной работы, методические рекомендации к организации и проведению занятий, рекомендуемую литературу; в некоторых программах представлены также оценочные средства.

В настоящих материалах использованы результаты исследований Федерального государственного бюджетного учреждения «Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры»; материалы, разработанные Федеральным государственным бюджетным учреждением профессиональной образовательной организацией «Государственное училище (техникум) олимпийского резерва по хоккею» (г.Ярославль) и Федеральным государственным бюджетным образовательным учреждением высшего образования «Национальный государственный Университет физической

культуры, спорта и здоровья имени П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург».

Образовательные антидопинговые программы предназначены для широкого круга специалистов, осуществляющих свою деятельность в области образования и спортивной подготовки.

## СОДЕРЖАНИЕ

|   | С. |
|---|----|
| Введение .....  | 4  |
| 1 Образовательная антидопинговая программа для дошкольных образовательных организаций .....   | 6  |
| 2 Образовательная антидопинговая программа для общеобразовательных организаций .....  | 12 |
| 3 Образовательная антидопинговая программа для профессиональных образовательных организаций .....   | 19 |
| 4 Образовательная антидопинговая программа для профессиональных образовательных организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта .....   | 27 |
| Рабочая программа учебной дисциплины «Основы антидопингового обеспечения» для среднего профессионального образования, специальность 49.02.01 «Физическая культура»  |    |
| 4.1 .....   | 34 |
| 5 Образовательная антидопинговая программа для образовательных организаций высшего образования .....  | 47 |
| 6 Образовательная антидопинговая программа для образовательных организаций высшего образования, осуществляющих подготовку в области физической культуры и спорта .....  | 54 |
| 6.1 Примерная рабочая программа по дисциплине «Основы антидопингового обеспечения» по направлениям подготовки 49.03.01 «Физическая культура», 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм», квалификация (степень) бакалавр ..... | 61 |
| 7 Образовательная антидопинговая программа для организаций дополнительного образования детей, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта .....  | 82 |
| 8 Образовательная антидопинговая программа для центров спортивной подготовки .....  | 90 |

## ВВЕДЕНИЕ

Целью создания образовательных антидопинговых программ является формирование установки у подрастающего поколения о недопустимости допинга как явления, не только чреватого рядом негативных последствий, несовместимого с воспитательным и оздоровительным потенциалом спорта, но и противоречащего сути спорта как такового. Допинг представляет собой серьезную проблему, значимость которой в настоящее время вышла за рамки спорта и, в частности, оказалась связана с репутационными потерями для страны в целом. Решение данной проблемы не может ограничиваться контрольно-запретительными мерами; не менее важно формирование у спортсменов, а также у будущих специалистов в области физической культуры и спорта (тренеры, преподаватели) установки о нетерпимости к данному явлению на ценностно-мотивационном уровне. Задача предлагаемых программ – не ограничиваясь информированием, подвести занимающихся к убеждению о недопустимости допинга как следствию личностного выбора.

Помимо программ, адресованных молодым спортсменам и будущим специалистам в области физической культуры и спорта, предлагаются и варианты программ для тех молодых людей, которые непосредственного отношения к спорту не имеют. Эти программы отличаются не только общим объемом и глубиной обсуждения некоторых тем (для тех, кто не занимается спортом, излишне изучать в деталях процедуру допинг-контроля, запрещенный список и т.п.), но по-иному расставленными смысловыми акцентами. Во-первых, допинг обсуждается в контексте общих представлений о спорте: зачем он вообще существует, на каких ценностях базируется, почему эта сфера жизни важна и интересна, для чего существуют спортивные правила и почему их требуется соблюдать. Во-вторых, проводятся параллели между допингом и явлением зависимости. В-третьих, допинг рассматривается как проблема общества, вышедшая за рамки спорта.

Широкий охват детей и подростков различных возрастных групп позволит

осуществлять антидопинговую работу планомерно, системно и дифференцированно в зависимости от контингента слушателей и специфики запросов различных целевых аудиторий.

Материал предложенных образовательных антидопинговых программ учитывает особенности восприятия новой информации, освоения знаний и формирования умений у различного контингента слушателей.

Предложенные программы являются примерными, базовыми для разработки программ для конкретных групп слушателей. При проведении занятий могут быть использованы возможности интерактивного входа в систему ADAMS (Anti-Doping Administration & Management System - Антидопинговая администрация и система управления), использованы игровые формы обучения, метод кейсов и иные современные образовательные технологии. Занятия рекомендуется проводить в диалогичной манере, используя методы организации групповых дискуссий и психологические приемы активизации внимания слушателей, избегать морализаторства. Поскольку ситуация с допингом и противодействием ему быстро меняется, преподавателю следует быть хорошо осведомленным о новых событиях в этой сфере, ссылаться в качестве примеров на новости, актуальные в текущий момент времени.

## **1. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АНТИДОПИНГОВАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ**

Программа предназначена для реализации в группах обучающихся дошкольных образовательных организаций (5-6 лет), возможно также ее применение при работе с обучающимися по программам начального общего образования. Обращение к представителям данного возраста в практике антидопинговой работы, в целом, не типично. Однако именно этот жизненный период является сенситивным с точки зрения формирования ценностно-мотивационной сферы личности. Суть антидопинговой работы с детьми не в том, чтобы предостеречь их от употребления запрещенных субстанций именно в данный период жизни (такое поведение не характерно; если в единичных случаях оно имеет место, то ответственность за него полностью лежит на взрослых). Основная ее цель – сформировать заинтересованное и эмоционально окрашенное отношение к спорту как к арене для честной борьбы, в которой неприемлем обман. Поэтому около половины объема программы посвящено не узко проблеме допинга, а рассказам о том, что представляет собой спорт, на каких принципах он основан, чем интересен, почему им важно заниматься. Проблема допинга раскрывается в широком контексте через формирование представления о сути спортивных правил, причинах недопустимости их нарушения.

С учетом возрастных особенностей целевой аудитории, программа методически сконструирована как последовательность небольших сказок, объединенных общим развитием сюжета. Его логика такова, что сказочные герои (для обучающихся дошкольных образовательных организаций – животные, для обучающихся по программам начального общего образования – дети, попавшие в волшебный мир) начинают заниматься спортом, устраивают соревнования, но в какой-то момент обнаруживают, что существуют такие «артефакты», которые позволяют незаслуженно, путем обмана одержать верх, и под влиянием злого героя начинают их исподтишка использовать. Именно через

борьбу с такими злоупотреблениями и раскрыта проблема противодействия допингу в современном спорте. В конечном итоге, разумеется, побеждает добро – с одной стороны, злоупотребления становятся возможным легко выявить, с другой – герои договариваются состязаться честно, и на этот раз обещание соблюдают.

### Тематический план программы

| №  | Наименование темы   | Часы  |                   |                        |
|----|---|-------|-------------------|------------------------|
|    |   | всего | аудиторная работа | самостоятельная работа |
| 1  | Зачем и как появился спорт?                                       |       | 1                 |                        |
| 2  | Почему бывают разные виды спорта?                                 |       | 1                 |                        |
| 3  | Зачем начинают заниматься спортом?                                |       | 1                 |                        |
| 4  | Как найти вид спорта, подходящий именно для себя?                 |       | 1                 | 1                      |
| 5  | Что такое соревнования, как они проходят?                         |       | 1                 |                        |
| 6  | Почему спортивные соревнования интересны участникам и зрителям?   |       | 1                 |                        |
| 7  | Зачем в спорте нужны правила, как следят за их выполнением?       |       | 1                 | 1                      |
| 8  | Что бывает с нарушителями правил?                                 |       | 1                 |                        |
| 9  | Как появился допинг?  |       | 1                 |                        |
| 10 | Этическая сторона проблемы: допинг как обман.                     |       | 1                 | 1                      |
| 11 | Как допинг влияет на здоровье?                                    |       | 1                 |                        |
| 12 | Влияние допинга на отношение к спорту и на психологию спортсмена. |       | 1                 |                        |
| 13 | Как выявляют допинг и наказывают нарушителей?                     |       | 1                 |                        |
| 14 | Как повысить результаты без допинга?                              |       | 1                 |                        |
| 15 | Что еще помогает успехам в спорте?                                |       | 1                 | 1                      |
| 16 | Честный спорт как результат                                       |       | 1                 |                        |



|  |                 |    |    |   |
|--|-----------------|----|----|---|
|  | договоренности. |    |    |   |
|  | Итого:          | 20 | 16 | 4 |

## Содержание тем

### **Тема 1. Зачем и как появился спорт?**

Основа спорта – желание соперничать, приведенное к такой форме, которая полезна, увлекательна и безопасна для участников (в отличие от войн, драк и т.п.), позволяет совершенствоваться, а также интересна для зрителей.

### **Тема 2. Почему бывают разные виды спорта?**

Индивидуальные физиологические и психологические особенности, возможность их реализации в спорте. Разные интересы спортсменов и зрителей.

### **Тема 3. Зачем начинают заниматься спортом?**

Интерес к соревновательной дисциплине. Стремление к самосовершенствованию. Желание самоутвердиться среди сверстников. Интерес к кругу общения в среде спорта. Восприятие спорта как будущей профессии. Побуждение извне.

### **Тема 4. Как найти вид спорта, подходящий именно для себя?**

Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, координация. Их реализация в разных видах спорта. Понятие о физических и психологических способностях.

*Задание для самостоятельной работы. Ответить совместно с родителями на вопрос, какими видами спорта ребенку, предположительно, лучше всего заниматься сейчас и в будущем? Почему? При необходимости проконсультироваться с тренером, инструктором по физической культуре.*

### **Тема 5. Что такое соревнования, как они проходят?**

Суть соревнования как публичной, состязательной (основанной на

сравнении результатов с другими участниками) деятельности. Организация соревнований. Критерии присуждения победы в разных видах спорта.

### **Тема 6. Почему спортивные соревнования интересны участникам и зрителям?**

Спортивная победа как доказательство личного успеха, способ повысить мнение о себе в глазах окружающих. Эмоциональная значимость соревнования и победы. Невозможность постоянных побед. Спортивное «боление».

### **Тема 7. Зачем в спорте нужны правила, как следят за их выполнением?**

Принципиальная необходимость состязаться в рамках заранее согласованного регламента; бессмысленность спорта при нарушении данного требования. Суть работы спортивных судей.

*Задание для самостоятельной работы. Разобраться (совместно с родителями) в правилах вида спорта, интересного для ребенка. Сделать рисунок, на котором отражались бы важнейшие из этих правил.*

### **Тема 8. Что бывает с нарушителями правил?**

Отстранение от состязаний и/или аннулирование результатов как естественное следствие нарушения спортивных правил. Возможность более серьезных наказаний, если последствия вышли за рамки спорта.

### **Тема 9. Как появился допинг?**

Исторические предпосылки: обнаружение веществ, способных повысить работоспособность и снизить боль. Их использование в других сферах (война, скачки лошадей) и перенос на спортсменов. Искусственное усиление действенности подобных веществ. Появление допинговых методов.

### **Тема 10. Этическая сторона проблемы: допинг как обман.**

Принципы честной спортивной борьбы. Этическая проблема: пользователь

запрещенной субстанции или метода как обманщик. Влияние допинга на репутацию атлета и спорта в целом.

*Задание для самостоятельной работы: сочинить (совместно с родителями) собственную сказку о том, почему и как в спорте появился допинг, чем это плохо, как предотвратить данное явление.*

### **Тема 11. Как допинг влияет на здоровье?**

Суть дилеммы: «Краткосрочное улучшение состояния – длительные отрицательные последствия». Что такое обмен веществ и его нарушения? Почему допинг создает проблемы с сердцем и сосудами, другими органами, влияет на психику?

### **Тема 12. Влияние допинга на отношение к спорту и на психологию спортсмена.**

Почему спорт, основанный на допинге, теряет привлекательность? Как допинг влияет на психику спортсмена (прямое изменение психического состояния; проблемы самоуважения; реакции проигравших). Как возникают «допинговые скандалы», почему они получают огласку.

### **Тема 13. Как выявляют допинг и наказывают нарушителей?**

Суть процедуры допинг-контроля. Анализ проб. Отстранение от спорта и лишение проблемы как естественное следствие нарушения правил честной борьбы. Персональная ответственность спортсмена. Ответственность третьих лиц.

### **Тема 14. Как повысить результаты без допинга?**

Что такое физические упражнения, какие они бывают? Тренировка, принципы ее организации.

### **Тема 15. Что еще помогает успехам в спорте?**

Рациональный режим. Отдых, восстановление сил. Питание. Закаливание. Укрепление здоровья, разумное использование разрешенных медикаментов по мере необходимости.

*Задание для самостоятельной работы. Вместе с родителями придумать рекомендации для самого себя, что следует сделать для того, чтобы начать вести более здоровый образ жизни (как улучшить режим, питание, как проводить время отдыха с большей пользой для здоровья).*

### **Тема 16. Честный спорт как результат договоренности.**

Принципы честной спортивной борьбы («фейр плей»). Понимание спортсменами, тренерами, судьями необходимости следовать им для собственной же пользы.

### **Методические рекомендации к организации и проведению занятий**

Занятия рекомендуется проводить в комфортной обстановке, в помещениях, оборудованных для игр. Общий ход занятий выглядит таким образом: педагог сначала рассказывает сказку, потом детям предлагается воспроизвести ее в сюжетно-ролевой игре, в заключение на обсуждение выносятся некоторые вопросы. К каждой сказке также предлагаются иллюстрации. Домашние задания, предусмотренные к некоторым темам, обсуждаются с детьми, а также даются в виде карточек с их краткими описаниями (в качестве памятки для родителей, т.к. с учетом возрастных особенностей детей предусмотрено их совместное выполнение). Непосредственно на аудиторных занятиях присутствие родителей не требуется, однако рекомендуется заранее ознакомить их с общим содержанием курса и получить согласие на участие в нем детей.

### **Рекомендуемая литература**

1. Грецов А.Г. Без наркотиков и допинга. Радость честной победы. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016.

## **2. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АНТИДОПИНГОВАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ**

Программа адресована обучающимся в 7-х и/или 8-х классах общеобразовательных школ. Таким образом, целевая аудитория максимально широка, потенциально ее слушателем может оказаться почти любой российский подросток. Как его отношение к спорту, так и степень осведомленности о проблеме допинга могут кардинально отличаться. Однако в целом следует исходить из того, что большинство слушателей не имеет личностной заинтересованности в обсуждаемой проблеме и не столкнется с ней в собственном жизненном опыте. Осведомленность о допинге у подростка, не имеющего глубоких спортивных увлечений, вряд ли существенно превосходит набор стереотипов, транслируемых СМИ при освещении «допинговых скандалов».

Поэтому курс носит вводно-ознакомительный характер. Его цель – раскрыть суть проблемы допинга, чтобы позволить понять ее место в контексте спорта и, шире, в современном обществе в целом. Кроме того, понимание проблемы допинга является одной из предпосылок формирования критического отношения к зависимому поведению и выработки ценности здорового образа жизни, пропаганды физической культуры и спорта. Программа носит преимущественно гуманитарную направленность, характеристики запрещенных субстанций и механизмов их действия, а также описание организационно-процессуальных моментов допинг-контроля намеренно ограничивается минимумом, необходимым и достаточным для общей ориентировки в теме. Больше внимание уделяется допингу как проблеме личности и общества, а также проведению параллелей между допингом в спорте и профилактикой зависимого поведения.

Курс, посвященный проблеме допинга и антидопинговой работе, в данный

момент в стандартную программу образовательных организаций общего образования как отдельная учебная дисциплина не входит. Предлагаемая программа может найти применение как один из теоретических модулей при изучении дисциплины «Физическая культура», предлагаться в формате кружковых или факультативных занятий. Ее фрагменты могут использоваться при изучении других дисциплин, где прямо или косвенно затрагиваются проблемы допинга (биология, основы безопасности жизнедеятельности, обществознание), а также при осуществлении профилактики зависимого поведения в подростково-молодежной среде.

### **Тематический план программы**

| №             | Наименование темы                                   | Часы      |                   |                        |
|---------------|---|-----------|-------------------|------------------------|
|               |   | всего     | аудиторная работа | самостоятельная работа |
| 1             | Антидопинговые правила                              | 1         | 1                 |                        |
| 2             | Допинг: история и современность                     | 2         | 1                 | 1                      |
| 3             | Запрещенные вещества                                | 1         | 1                 |                        |
| 4             | Допинг: не только «химия»                           | 1         | 1                 |                        |
| 5             | Допинг как глобальная проблема современного спорта  | 2         | 1                 | 1                      |
| 6             | Медицинские аспекты допинга                         | 1         | 1                 |                        |
| 7             | Социальные и психологические аспекты допинга        | 1         | 1                 |                        |
| 8             | Зависимое поведение – сущность и механизмы развития | 2         | 1                 | 1                      |
| 9             | Допинг и явление зависимости                        | 1         | 1                 |                        |
| 10            | Причины борьбы с допингом                           | 1         | 1                 |                        |
| 11            | Допинг-контроль                                     | 1         | 1                 |                        |
| 12            | Допинг как проблема современного общества           | 2         | 1                 | 1                      |
| <b>Итого:</b> |   | <b>16</b> | <b>12</b>         | <b>4</b>               |

### **Содержание тем**

#### **Тема 1. Антидопинговые правила**

Спортивные правила, их необходимость для регламентации и обеспечения

равенства условий борьбы. Правила как результат общественного договора. Правила по видам спорта. 10 антидопинговых правил (Всемирный антидопинговый кодекс), их смысл.

## **Тема 2. Допинг: история и современность**

Исторические предпосылки допинга – поиск способов повышения функциональных возможностей организма. Эволюция допинговых препаратов: от стимуляторов и анальгетиков к факторам, изменяющим понятия «допинг»: от повышения возможностей организма к нарушению правил честной спортивной борьбы.

*Задание для самостоятельной работы: анализ ситуации с допингом в интересующем школьника виде спорта (написание мини-реферата).*

## **Тема 3. Запрещенные субстанции**

Запрещенный список Всемирного антидопингового агентства (ВАДА). Причины включения субстанций в него. Основные группы запрещенных субстанций – анаболические стероиды; гормоны; вещества, способствующие усвоению кислорода; диуретики; стимуляторы и наркотики. Наличие разрешенных средств фармакологической поддержки спортсменов.

## **Тема 4. Допинг: не только «химия»**

Возможность использовать физиологические методы для улучшения спортивного результата, причины запрета некоторых из них («кровяной допинг», «генный допинг»); наличие разрешенных методов. Применимость понятия «допинг» к другим нарушениям антидопинговых правил (наличие у спортсмена запрещенной субстанции, уклонение от сдачи проб или их подмена и др.).

## **Тема 5. Допинг как глобальная проблема современного спорта**

Допинг как этическая проблема спорта: необходимость соблюдения правил, обеспечивающих честность и равенство условий борьбы. Принципы

«фейр плей» (честной игры). Трансформация отношения к спорту, в котором задействован допинг (от сравнения личных достижений атлетов к «соревнованию химиков», от воспитания личности к обману, от ценностей здорового образа жизни к готовности принести здоровье в жертву медалям).

*Задание для самостоятельной работы: анализ «лент новостей» (с использованием интернета) за последние 3-6 месяцев с целью найти новейшие публикации по проблеме «допинговых скандалов». Критический анализ найденных сообщений.*

### **Тема 6. Медицинские аспекты допинга**

Риски для здоровья, вызываемые применением запрещенных субстанций и методов; отсроченный во времени характер большинства из них. Несовместимость допинга с ценностным отношением к здоровью. Критерии разграничения допинга и возможности спортсмена легально использовать достижения медицины.

### **Тема 7. Социальные и психологические аспекты допинга**

Психологические последствия допинга – изменения психики под влиянием запрещенных субстанций; последствия для самовосприятия, самоуважения. Имиджевые последствия допинга для атлета, для спорта, для социальных групп.

### **Тема 8. Зависимое поведение – сущность и механизмы развития**

Суть явления зависимости. Признаки зависимости. Физиологические и психологические механизмы развития зависимости. Химические и нехимические зависимости, сходство их механизмов. Причины приобщения к веществам и/или формам поведения, вызывающим зависимость. Последствия зависимости.

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



## **Тема 9. Допинг и явление зависимости**

Сходство проблемы зависимости и допинга в спорте. Потенциал ряда запрещенных субстанций в плане формирования зависимости. Ресурсы спорта в плане профилактики зависимостей; невозможность их реализации в случае допинга.

## **Тема 10. Причины борьбы с допингом**

Обобщение и дополнение аспектов, изученных ранее: последствия допинга для здоровья атлетов, для психологии спортсменов, для имиджа спорта в глазах общественного мнения, для реализации оздоровительного и воспитательного потенциала спорта.

## **Тема 11. Допинг-контроль**

Организации, занимающиеся борьбой с допингом. Процедуры взятия и анализа допинг-проб. Наказания за нарушения антидопинговых правил.

## **Тема 12. Допинг как проблема современного общества**

Выход проблемы допинга за пределы спорта. Употребление запрещенных в спорте субстанций (прежде всего, анаболических стероидов) вне контекста спорта. Экономические и политические аспекты допинга. Влияние отношения к запрещенным субстанциям (в т.ч. к наркотикам) на систему общественных ценностей.

*Задание для самостоятельной работы: подготовка информационного материала (формат на выбор: мультимедиа-презентация, стенгазета-коллаж, памятка), направленного на предотвращение проблемы допинга в спорте.*

## **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. Присутствие родителей не предусмотрено; если проведение данного курса обозначено учебным планом образовательной организации, получение отдельного разрешения родителей для участия в нем детей не требуется (действует презумпция согласия). Однако, во избежание конфликтных ситуаций, рекомендуется заранее поставить родителей в известность о том, что такой курс будет читаться, каковы его цели.

### **Рекомендуемая литература**

Основная:

1. Агитационные материалы для антидопинговой работы с молодыми спортсменами: методическая разработка / А.Г.Грецов, Т.А.Бедарева. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2014. – 10 с. – УДК 796.011.5.

2. Без наркотиков и допинга: методические рекомендации для молодежи / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016. – 40 с. - ISBN 978-5-9906923-8-1.

3. Мы за честный спорт. Беседы о допинге: информационно-методическое пособие / А.Г.Грецов; иллюстрации Т.А.Бедаревой. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2014. – 51 с. – УДК 796.011.5.

4. Первичная профилактика применения допинга в современном спорте. Образовательная программа для учащихся учебно-тренировочных групп учреждений дополнительного физкультурного образования и 10-11 спортивных классов общеобразовательных школ: методические рекомендации к образовательной программе для тренеров ДЮСШ и СДЮШОР, УОР, учителей физической культуры / К.А.Бадрак; ФГБУ СПбНИИФК. – СПб: Издательство ООО «АртЭго», 2011. – 64 с. ISBN 978-5-91014-030-5.

5. Радуйся честной победе: информационно-методические материалы для подростков и молодежи / А.Г.Грецов; под ред. О.М.Шелкова. - СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 64 с. – ISBN 978-5-91014-036-7.

6. Спорт – путь к силе: методические рекомендации для подростков и молодежи / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2015. – 52 с. – ISBN 987-5-9906922-5-1.

7. Спорт – путь к привлекательности: методические рекомендации для подростков и молодежи / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2015. – 52 с. – ISBN 978-5-9906922-4-4.

8. Стань победителем: методические рекомендации для молодежи / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016. – 52 с. - ISBN 978-5-9906923-0-0.

9. Твой выбор - здоровый образ жизни: методические рекомендации для подростков и молодежи / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2015. – 56 с. – ISBN 978-5-9906922-6-8.

10. Допинг и проблемы с ним связанные: антидопинговое пособие. – FISU. – 2015. – 113 с. URL: [http://sport.urfu.ru/fileadmin/user\\_upload/common\\_files/sport/docs/pages/Anti-Doping\\_Textbook - Russian - 2015.pdf](http://sport.urfu.ru/fileadmin/user_upload/common_files/sport/docs/pages/Anti-Doping_Textbook_-_Russian_-_2015.pdf)

Дополнительная:

11. Допинг и здоровье: методическое пособие / О.А.Чурганов, Е.А.Гаврилова. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 60 с. – ISBN 978-5-91014-035-0.

12. Это модное слово «допинг» (основы профилактики потребления допинга юными спортсменами): учебно-методическое пособие/ О.А.Никулина. – СПб: ФГУ СПбНИИФК, 2010. – 72 с. – ISBN 978-5-94125-195-7.

Рекомендованные интернет-ресурсы:

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

### **3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АНТИДОПИНГОВАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ**

Программа адресована обучающимся в профессиональных образовательных организациях. Она в значительной мере сходна с той, что предлагается для учащихся общеобразовательных школ, что обусловлено ее целевой аудиторией. Как отношение к спорту, так и степень осведомленности о проблеме допинга у слушателей программы могут существенно отличаться. Но, т.к. речь идет не о специализированных физкультурно-спортивных образовательных организациях, можно исходить из предпосылки, что большинство слушателей не имеет личностной заинтересованности в обсуждаемой проблеме и не столкнется с ней в собственном жизненном опыте. Поэтому курс носит вводно-ознакомительный характер. Его цель – раскрыть суть проблемы допинга, чтобы позволить понять ее место в контексте спорта и, шире, в современном обществе в целом. Кроме того, понимание проблемы допинга является одной из предпосылок формирования критического отношения к зависимому поведению и выработки ценности здорового образа жизни, пропаганды физической культуры и спорта.

При отборе содержания программы учитываются следующие нюансы:

1. Большинство обучающихся в профессиональных образовательных организациях готовит себя к конкретным видам профессиональной деятельности, и планирует приступить к ним в довольно близкой временной перспективе.

2. Как правило, занимающиеся по программам профессионального образования в наибольшей степени нуждаются в той информации, которая непосредственно связана с их будущей профессиональной деятельностью и, шире, жизнедеятельностью в целом. В контексте обсуждаемой проблемы это, прежде всего, вопросы связи допинга с зависимым поведением, а также критического анализа «допинговых скандалов», актуальных и активно обсуждаемых в СМИ в текущий период времени.

3. Хотя круг обсуждаемых вопросов в значительной мере совпадает с предлагаемым школьникам, информацию необходимо подавать глубже и с большим количеством междисциплинарных связей, учитывая то, что слушатели уже прошли обучение по школьной программе.

Согласно сложившейся образовательной практике, курс, посвященный проблеме допинга и антидопинговой работе, в большинстве профессиональных образовательных организаций (за исключением имеющих физкультурно-спортивную направленность) как отдельная учебная дисциплина не преподается. Целесообразность ее внедрения должна определяться в каждом случае индивидуально, исходя из получаемой слушателями профессии и оценки вероятности того, что в будущем они столкнутся с подобными вопросами. Кроме того, предлагаемая программа может найти применение как один из теоретических модулей при изучении дисциплины «Физическая культура», предлагаться в формате факультативных занятий.

#### **Тематический план программы**

| №  | Наименование темы                                   | Часы  |                   |                        |
|----|---|-------|-------------------|------------------------|
|    |   | всего | аудиторная работа | самостоятельная работа |
| 1  | Допинг и антидопинговые правила                     | 1     | 1                 |                        |
| 2  | Запрещенные вещества                                | 1     | 1                 |                        |
| 3  | Запрещенные методы                                  | 1     | 1                 |                        |
| 4  | Медицинские последствия допинга                     | 1     | 1                 |                        |
| 5  | Социальные и психологические последствия допинга    | 1     | 1                 |                        |
| 6  | Отражение проблемы допинга в общественном сознании  | 2     | 1                 | 1                      |
| 7  | Причины борьбы с допингом                           | 1     | 1                 |                        |
| 8  | Допинг-контроль                                     | 2     | 1                 | 1                      |
| 9  | Зависимое поведение – сущность и механизмы развития | 1     | 1                 |                        |
| 10 | Допинг и явление зависимости                        | 1     | 1                 |                        |
| 11 | Профилактика зависимого поведения                   | 2     | 1                 | 1                      |

|        |   |    |    |   |
|--------|---|----|----|---|
| 12     | Проблема злоупотребления «допинговыми препаратами» вне рамок спорта | 2  | 1  | 1 |
| Итого: |   | 16 | 12 | 4 |

## Содержание тем

### Тема 1. Допинг и антидопинговые правила

Определение понятия «Допинг» на основе Всемирного антидопингового кодекса. 10 антидопинговых правил, их смысл. Допинг как глобальная этическая проблема спорта: необходимость соблюдения правил, обеспечивающих честность и равенство условий борьбы. Принципы «фейр плей».

### Тема 2. Запрещенные препараты

Запрещенный список ВАДА. Причины включения субстанций в него. Основные группы запрещенных субстанций – анаболические стероиды; гормоны и их аналоги; бета-2-антагонисты; кислородные носители; диуретики; стимуляторы и наркотики; не одобренные субстанции. Наличие разрешенных средств фармакологической поддержки спортсменов.

### Тема 3. Запрещенные методы

Возможность использовать физиологические методы для улучшения спортивного результата, причины запрета некоторых из них («кровавый допинг», «генный допинг»); наличие разрешенных методов. Применимость понятия «допинг» к другим нарушениям антидопинговых правил (наличие у спортсмена запрещенной субстанции, уклонение от сдачи проб или их подмена и др.).

### Тема 4. Медицинские последствия допинга

Риски для здоровья, вызываемые применением запрещенных субстанций и методов; отсроченный во времени характер большинства из них. Несовместимость допинга с ценностным отношением к здоровью. Критерии

разграничения допинга и возможности спортсмена легально использовать достижения медицины.

### **Тема 5. Социальные и психологические последствия допинга**

Психологические последствия допинга – изменения психики под влиянием запрещенных субстанций; последствия для самовосприятия, самоуважения. Имиджевые последствия допинга для атлета, для спорта, для страны в целом.

### **Тема 6. Отражение проблемы допинга в общественном сознании**

Причины интереса к проблеме допинга. Основные стереотипы о допинге: его «тотальность», «невозможность» спортивных успехов без него, «субъективность» в интерпретации результатов проб. Объективная статистика анализа допинг-проб.

*Задание для самостоятельной работы: анализ «лент новостей» (с использованием интернета) за последние 3-6 месяцев с целью найти новейшие публикации по проблеме «допинговых скандалов». Критический анализ найденных сообщений.*

### **Тема 7. Причины борьбы с допингом**

Обобщение и дополнение аспектов, изученных ранее: последствия допинга для здоровья атлетов, для психологии спортсменов, для имиджа спорта в глазах общественного мнения, для реализации оздоровительного и воспитательного потенциала спорта.

### **Тема 8. Допинг-контроль**

Организации, занимающиеся борьбой с допингом, их функции. Процедуры отбора атлетов для допинг-контроля, взятия и анализа допинг-проб. Наказания за нарушения антидопинговых правил.

*Задание для самостоятельной работы. Подготовка ответов на вопросы (по материалам сайта Российского антидопингового агентства [www.rusada.ru](http://www.rusada.ru)):*

1. *На каких нормативных документах основана борьба с допингом?*
2. *Как происходит процедура сдачи допинг-пробы?*
3. *Сколько российских представителей каких видов спорта было уличено в допинге за последний год?*

### **Тема 9. Зависимое поведение – сущность и механизмы развития**

Суть явления зависимости. Признаки зависимости. Физиологические и психологические механизмы развития зависимости. Химические и нехимические зависимости, сходство их механизмов. Определение понятия «наркотик»; нейрофизиологические механизмы наркозависимости. Последствия зависимости.

### **Тема 10. Допинг и явление зависимости**

Сходство проблемы зависимости и допинга в спорте. Потенциал ряда запрещенных субстанций в плане формирования зависимости. Ресурсы спорта в плане профилактики зависимостей; невозможность их реализации в случае допинга.

### **Тема 11. Профилактика зависимого поведения**

Виды и организационные формы профилактики зависимостей. Причины приобщения к веществам и/или формам поведения, вызывающим зависимость. Основные подходы к профилактике: информирование; повышение коммуникативной компетентности; психологическая коррекция эмоциональной сферы; выработка жизненных навыков; пропаганда ценности здорового образа жизни; приобщение к альтернативным формам активности.

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



## **Тема 12. Проблема злоупотребления «допинговыми препаратами» вне рамок спорта**

Выход проблемы допинга за пределы спорта. Бытовая трактовка понятия «допинг» (субстанция, повышающая работоспособность, помогающая преодолеть проблемы, расслабиться и т.п.), ее отличие от научной. Злоупотребление анаболическими агентами (вне рамок профессионального спорта). Злоупотребление психостимуляторами, андидепрессантами, транквилизаторами и другими успокоительными препаратами, БАДами.

*Задание для самостоятельной работы: поиск рекламных и информационных материалов, популяризирующих БАДы, препараты «для успокоения нервов» и т.п. Их критический анализ.*

### **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. Если возраст слушателей курса старше 14 лет, получение согласия их родителей для участия в нем не требуется.

### **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. Первичная профилактика наркомании и применения допинга в спорте: образовательная программа для учащихся ДЮСШ, СДЮШОР. Коледжей и училищ олимпийского резерва, спортивных классов общеобразовательных школ / В.А.Антипов; под общ.ред. д-ра пед.наук. проф. С.П.Евсеева и д-ра мед.наук Д.В.Черкашина. – СПб: Издательство ООО «Турусел», 2012. – 32 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: Галеяпринт, 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. 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.

6. Допинг и проблемы с ним связанные: антидопинговое пособие. – FISU. – 2015. – 113 с. URL: [http://sport.urfu.ru/fileadmin/user\\_upload/common\\_files/sport/docs/pages/Anti-Doping\\_Textbook - Russian - 2015.pdf](http://sport.urfu.ru/fileadmin/user_upload/common_files/sport/docs/pages/Anti-Doping_Textbook - Russian - 2015.pdf)

Дополнительная:

7. Без наркотиков и допинга: методические рекомендации для молодежи / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016. – 40 с. - ISBN 978-5-9906923-8-1.

8. Допинг и здоровье: методическое пособие / О.А.Чурганов, Е.А.Гаврилова. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 60 с. – ISBN 978-5-91014-035-0.

9. Основы психолого-педагогической превенции использования допинга в спорте (профилактика потребления допинга юными спортсменами): учебно-методическое пособие / О.А.Никулина. – СПб: ФГУ СПбНИИФК, 2010. – 160 с. – ISBN 978-5-94125-193-3.

10. Первичная профилактика применения допинга в современном спорте. Образовательная программа для учащихся учебно-тренировочных групп учреждений дополнительного физкультурного образования и 10-11 спортивных классов общеобразовательных школ: методические рекомендации к образовательной программе для тренеров ДЮСШ и СДЮШОР, УОР, учителей физической культуры / К.А.Бадрак; ФГБУ СПбНИИФК. – СПб: Издательство ООО «АртЭго», 2011. – 64 с. – ISBN 978-5-91014-030-5.

11. Психолого-педагогические основы разработки и реализации антидопинговых обучающих программ для подростков и молодежи: научно-методическое пособие/ А.Г.Грецов; под ред. О.М.Шелкова. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2013. – 33 с. – УДК 796.015;

12. 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.

Рекомендованные интернет-ресурсы:

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

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

15. lay true magazine (Журнал честная игра) – World anti-doping agency. URL: [https://www.wada-ama.org/en/resources/search?f\[0\]=field\\_resource\\_collections%3A12](https://www.wada-ama.org/en/resources/search?f[0]=field_resource_collections%3A12)

#### **4. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АНТИДОПИНГОВАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Программа адресована обучающимся в профессиональных образовательных организациях, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта. Наиболее вероятно, что выпускники этих образовательных организаций будут работать на таких должностях, как помощник тренера, инструктор по физическому воспитанию, преподаватель физического воспитания. Вероятность того, что они будут напрямую решать проблемы, связанные с допингом (например, участвовать в процедурах допинг-контроля, принимать решения о допустимости применения каких-либо препаратов, оформлять разрешения на терапевтическое использование), существует, однако она ниже, чем для выпускников физкультурно-спортивных ВУЗов. Тем не менее, таким специалистам важно иметь общую осведомленность о проблеме допинга и борьбы с ним, выработать твердую личностную позицию о недопустимости данного явления, а также быть готовыми обсуждать эту проблему со своими подопечными.

Большинство обучающихся в профессиональных образовательных организациях готовит себя к конкретным видам профессиональной деятельности, и планирует приступить к ним в довольно близкой временной перспективе. Для них актуальна именно та информация, которая может быть в ней непосредственно использована. Соответственно, курс должен быть практико-ориентированным.

Изучение дисциплины направлено на формирование общепрофессиональной компетенции: «Способен проводить работу по предотвращению применения допинга».

Для слушателей, получающих среднее профессиональное образование в области физической культуры и спорта, проблема антидопинговой

профилактики актуальна, так как непосредственно связана с их будущей трудовой деятельностью. Желательно, чтобы курс изучали все слушатели этих образовательных организаций. Период его изучения и место среди других учебных дисциплин в зависимости от учебных планов может различаться. Возможный вариант – занятия на протяжении одного полугодия (семестра) в конце первого или в начале второго года обучения.

### **Тематический план программы**

| №             | Наименование темы   | Часы      |                   |                        |
|---------------|---|-----------|-------------------|------------------------|
|               |   | всего     | аудиторная работа | самостоятельная работа |
| 1             | Допинг как глобальная проблема современного спорта          | 4         | 2                 | 2                      |
| 2             | Запрещенные субстанции и методы                             | 4         | 2                 | 2                      |
| 3             | Медицинские аспекты применения допинга                      | 2         | 2                 |                        |
| 4             | Социальные и психологические последствия применения допинга | 4         | 2                 | 2                      |
| 5             | Противодействие допингу в спорте                            | 2         | 2                 |                        |
| 6             | Допинг-контроль   | 2         | 2                 |                        |
| 7             | Зависимое поведение – сущность и механизмы развития         | 2         | 2                 |                        |
| 8             | Допинг и явление зависимости                                | 2         | 2                 |                        |
| 9             | Основы методики профилактики допинга и зависимого поведения | 6         | 4                 | 2                      |
| 10            | Контроль знаний   | 2         | 2                 |                        |
| <b>Итого:</b> |   | <b>30</b> | <b>22</b>         | <b>8</b>               |

### **Содержание тем**

#### **Тема 1. Допинг как глобальная проблема современного спорта**

Определение понятия «Допинг» на основе Всемирного антидопингового кодекса. 10 антидопинговых правил, их смысл. Исторический обзор проблемы допинга. Допинг как глобальная этическая проблема спорта: необходимость

соблюдения правил, обеспечивающих честность и равенство условий борьбы. Принципы «фейр плей». Распространенность допинга в разных видах спорта; избирательность влияния допинга на разные группы двигательных способностей.

*Задание для самостоятельной работы: анализ «лент новостей» (с использованием интернета) за последние 3-6 месяцев с целью найти новейшие публикации по проблеме «допинговых скандалов». Поиск информации, сколько российских представителей каких видов спорта было уличено в допинге за последний год. Критический анализ найденных сведений.*

## **Тема 2. Запрещенные субстанции и методы**

Запрещенный список ВАДА, критерии включения субстанций и методов в него. Запрещенные субстанции: не одобренные субстанции; анаболические агенты; пептидные гормоны и подобные субстанции; бета-2-агонисты; гормоны и модуляторы метаболизма; диуретики и маскирующие агенты. Субстанции, запрещенные в соревновательный период: стимуляторы; наркотики; каннабиноиды; глюкокортикоиды. Субстанции, запрещенные в отдельных видах спорта: алкоголь; бета-блокаторы. Запрещенные методы: манипуляции с кровью и ее компонентами; химические и физические манипуляции; генный допинг.

*Задание для самостоятельной работы. Мониторинг изменений запрещенного списка за последние 2 года. Поиск примеров, когда ранее допустимые средства переходили в разряд запрещенных, связанных с этим «допинговых скандалов».*

## **Тема 3. Медицинские аспекты применения допинга**

Допинг и спортивная фармакология. Сущность и границы допустимости фармакологической поддержки. 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. Последствия употребления запрещенных субстанций для здоровья: текущие и долговременные риски. Несовместимость допинга с ценностным отношением к здоровью.

#### **Тема 4. Социальные и психологические последствия применения допинга**

Допинг и отношение к спорту в обществе. Стереотипы о допинге. 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. Выход проблемы допинга за рамки спорта. Злоупотребление анаболическими агентами (вне рамок профессионального спорта). Злоупотребление психостимуляторами, андидепрессантами, транквилизаторами и другими успокоительными препаратами, БАДами.

*Задание для самостоятельной работы: поиск рекламных и информационных материалов, популяризирующих БАДы, препараты «для успокоения нервов» и т.п. Их критический анализ.*

#### **Тема 5. Противодействие допингу в спорте**

Профилактическое и запретительно-контролирующее направления. Организации, реализующие антидопинговую политику (Всемирное антидопинговое агентство, национальные антидопинговые агентства, федерации по видам спорта, Международный олимпийский комитет), их функции. 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 6. Допинг-контроль**

Запрещенный список ВАДА, основания для включения субстанций и методов в него. Структура запрещенного списка. 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. Персонификация ответственности. Наказания за нарушения антидопинговых правил.

## **Тема 7. Зависимое поведение – сущность и механизмы развития**

Суть явления зависимости. Признаки зависимости. Физиологические и психологические механизмы развития зависимости. Химические и нехимические зависимости, сходство их механизмов. Определение понятия «наркотик»; нейрофизиологические механизмы наркозависимости. Последствия зависимости.

## **Тема 8. Допинг и явление зависимости**

Параллели между проблемами зависимости и допинга в спорте. Сходство данных явлений на уровне личностных установок. Потенциал ряда запрещенных субстанций в плане формирования зависимости. Ресурсы спорта в плане профилактики зависимостей; невозможность их реализации в случае допинга.

## **Тема 9. Основы методики профилактики допинга и зависимого поведения**

Традиционные педагогические методы в решении задач профилактики допинга и зависимостей (объяснение, беседа, работа с текстовыми материалами). Интерактивные методы: групповая дискуссия, тренинговые игры и упражнения. Иллюстративные агитационные материалы антидопинговой тематики, рекомендации по их разработке, методика применения на занятиях. Специфика обсуждения проблемы допинга в детских подростково-молодежных аудиториях.



Основные подходы к профилактике зависимостей и допинга: информирование; повышение психологической компетентности (коммуникативная, эмоциональная, ценностно-мотивационная сферы); выработка жизненных навыков; пропаганда ценности здорового образа жизни; приобщение к альтернативным формам активности.

*Задания для самостоятельной работы. Поиск информационных материалов, направленных на профилактику зависимого поведения (буклеты, памятки, плакаты социальной рекламы и т.п.), их критический анализ. Разработка сценария беседы с молодежью на тему профилактики допинга и/или зависимого поведения.*

### **Методические рекомендации к организации и проведению занятий**

Занятия проводятся в стандартной учебной аудитории, оборудованной техникой для мультимедиа-презентаций. Предусмотрено использование иллюстративных материалов. Домашние задания даются в устной форме, с записью в рабочую тетрадь. На первом занятии преподавателю следует озвучить общую структуру курса и критерии получения зачета, распространить список рекомендованной литературы. Если дисциплина предусмотрена как курс по выбору, студенты подписывают заявление с выражением желания ее пройти; в иных случаях какие-либо формальности не требуются.

### **Рекомендуемая литература**

Основная:

1. Без наркотиков и допинга: методические рекомендации для молодежи / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016. – 40 с. – ISBN 978-5-9906923-8-1.
2. 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).
3. 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., Серeda А.П., Хорькин П.И. - М.: Российское антидопинговое агентство РУСАДА, 2015. – 85 с.

4. 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).

5. Международный стандарт по терапевтическому использованию в редакции, действующей с 01.01.2016 г. (утвержден Исполнительным комитетом ВАДА 18.11.2015 г.

6. Общероссийские антидопинговые правила от 09.08.2016, утвержденные Минспортом России.

7. Допинг и проблемы с ним связанные: антидопинговое пособие. – FISU. – 2015. – 113 с. URL: [http://sport.urfu.ru/fileadmin/user\\_upload/common\\_files/sport/docs/pages/Anti-Doping\\_Textbook\\_-\\_Russian\\_-\\_2015.pdf](http://sport.urfu.ru/fileadmin/user_upload/common_files/sport/docs/pages/Anti-Doping_Textbook_-_Russian_-_2015.pdf)

Дополнительная:

8. Допинг в спорте и проблемы фармакологического обеспечения подготовки спортсменов / В. Н. Платонов, С. А. Олейник, Л. М. Гунина. - М.: Советский спорт, 2010. - 308 с.

9. Допинг и здоровье: методическое пособие / О.А.Чурганов, Е.А.Гаврилова. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 60 с. – ISBN 978-5-91014-035-0.

10. Конвенция о борьбе с допингом в спорте (ЮНЕСКО). 19.10.2005 // Ратифицирована: Федеральный закон от 27 декабря 2006 г. № 240-ФЗ; НГР: P0603643.

11. Основы психолого-педагогической превенции использования допинга в спорте (профилактика потребления допинга юными спортсменами): учебно-методическое пособие / О.А.Никулина. – СПб: ФГУ СПбНИИФК, 2010. – 160 с. – ISBN 978-5-94125-193-3.

12. Первичная профилактика применения допинга в современном спорте. Образовательная программа для учащихся учебно-тренировочных групп учреждений дополнительного физкультурного образования и 10-11 спортивных классов общеобразовательных школ: методические рекомендации образовательной программе для тренеров ДЮСШ и СДЮШОР, УОР, учителей физической культуры / К.А.Бадрак; ФГБУ СПбНИИФК. – СПб: Издательство ООО «АртЭго», 2011. – 64 с. – ISBN 978-5-91014-030-5.

13. Психолого-педагогические основы разработки и реализации антидопинговых обучающих программ для подростков и молодежи: научно-методическое пособие/ А.Г.Грецов; под ред. О.М.Шелкова. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2013. – 33 с. – УДК 796.015.

14. 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.

Рекомендованные интернет-ресурсы:

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

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

#### **4.1. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ АНТИДОПИНГОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ» ДЛЯ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ, СПЕЦИАЛЬНОСТЬ 49.02.01 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

##### **1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины**

###### **1.1 Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии со следующими нормативными и иными официальными документами:

- ч.8 ст.26, п.5, 6 ч.2 ст.34.3 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», согласно которым меры по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним включают в себя в том числе включение в дополнительные образовательные программы образовательных организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта, разделов об антидопинговых правилах, о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил;

- Конвенцией против применения допинга, принятой Советом Европы в Страсбурге 16 ноября 1989 г.;

- Рекомендациями Совета Европы по антидопинговому руководству для учреждений среднего профессионального и высшего образования (Страсбург, 3 мая 2016 г.).

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 «Физическая культура» и является частью основной профессиональной образовательной программы в

части освоения соответствующих общих компетенций (далее – ОК) и профессиональных компетенций (далее – ПК):

| <b>Код</b> | <b>Наименование результата обучения</b>   |
|------------|---|
| ОК 1       | Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес   |
| ОК 2       | Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество  |
| ОК 3       | Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях   |
| ОК 4       | Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития   |
| ОК 5       | Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности  |
| ОК 6       | Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами   |
| ОК 7       | Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий |
| ОК 8       | Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации  |
| ОК 9       | Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий  |
| ОК 10      | Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся  |
| ОК 11      | Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих  |
| ПК 1.1     | Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия  |
| ПК 1.2     | Проводить учебно-тренировочные занятия  |
| ПК 1.3     | Руководить соревновательной деятельностью спортсменов   |
| ПК 3.1     | Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта  |
| ПК 3.3     | Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.   |
| ПК 3.4     | Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений  |
| ПК 3.5     | Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта  |

## **1.2 Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Учебная дисциплина относится к общепрофессиональным дисциплинам профессионального цикла основной профессиональной образовательной программы.

### **1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен *уметь*:

- свободно ориентироваться в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедуру допинг-контроля, правовые последствия применения допинга, способы защиты прав спортсмена;
- применять международные акты и российское законодательство, иные нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность в области антидопингового обеспечения;
- защищать свои права в соответствии с действующим законодательством;
- анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействий) с правовой точки зрения;
- анализировать и оценивать сложившуюся ситуацию, владение методами убеждения;
- донести в своей будущей профессиональной деятельности до учеников, воспитанников, студентов общие принципы и правила борьбы с допингом;
- критически оценивать свое поведение, поведение других спортсменов, тренеров, медицинского персонала;
- анализировать «запрещенный список»;
- самостоятельно ориентироваться в списке запрещенных к использованию веществ и методов, уметь самостоятельно отслеживать изменения «запрещенного списка».

В результате освоения дисциплины обучающийся должен *знать*:

- понятие допинга, историю борьбы с допингом в спорте, общие

принципы борьбы с допингом, ущерб, наносимый допингом идее спорта;

- спортивные ценности, честность, спортивную этику, правильное спортивное поведение, важность антидопингового образования;

- правовое регулирование борьбы с допингом: содержание и принципы антидопинговой Конвенции Совета Европы, Международную конвенцию ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте, Всемирного антидопингового кодекса, антидопинговых международных стандартов; положения Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Общероссийских антидопинговых правил;

- международные и национальные антидопинговые организации, роль Всемирного антидопингового агентства (ВАДА) в борьбе с допингом, полномочия и обязанности международных и национальных антидопинговых организаций;

- «запрещенный список»: его структуру и порядок создания; химическую структуру классов веществ, включенных в список; разрешение на терапевтическое использование, и порядок его получения; эффекты производительности классов веществ, включенных в список; последствия для здоровья при использовании запрещенных веществ или методов;

- риск применения пищевых добавок: оценка риска и потребности;

- права и обязанности спортсменов, принцип строгой ответственности, роль и обязанности персонала спортсмена, управление результатами, биологический паспорт спортсмена;

- роль спортсменов, персонала спортсмена, родителей, клубов, спонсоров, политики, средств массовой информации и аудитории в борьбе с допингом;

- процедуру допинг-контроля для крови и мочи; выборы спортсменов, создание зарегистрированных пулов тестирования и местонахождения; роль и ответственность антидопинговой лаборатории от получения образца до доставки результата;

- понятие и виды нарушений антидопинговых правил; систему мер

ответственности за применение допинга.

#### 1.4 Количество часов на освоение программы дисциплины

Максимальная учебная нагрузка обучающегося составляет 51 час, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 34 часа;
- самостоятельной работы обучающегося 17 часов.

### 2. Структура и содержание учебной дисциплины

#### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы  | Объем часов |
|---|-------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>  | <b>51</b>   |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>   | <b>34</b>   |
| в том числе:  |             |
| лекции  | 26          |
| практические занятия  | 8           |
| <b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>  | <b>17</b>   |
| в том числе:<br><i>Выполнение рефератов, эссе, сообщений, анализ документов, докладов, домашних заданий, докладов, творческих заданий</i> |             |
| Итоговая аттестация в форме накопительной системы оценивания  |             |

#### 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся   | Объем часов | Уровень освоения* |
|---|-------------|-------------------|
| <b>Тема 1. Введение в допинговую тему.</b>  | <b>3</b>    |                   |
| Введение. Актуализация дисциплины.<br>Что такое борьба с допингом. История борьбы с допингом в спорте.                                  | 2           | 1                 |
| <b>Самостоятельная работа студента.</b><br>Изучение лекций, работа с учебной и дополнительной литературой, выполнение домашних заданий. | 1           |                   |
| <b>Тема 2. Основные понятия темы «Допинг».</b>  | <b>6</b>    |                   |

| Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся  | Объем часов | Уровень освоения* |
|--|-------------|-------------------|
| <p>Понятие допинга. «запрещенный список»: понятие, структура, порядок создания и изменения.</p> <p>Химическая структура классов веществ, включенных в список.</p> <p>Проверка лекарственных средств. Разрешение на терапевтическое использование: понятие, значение, порядок получения.</p>  | 2           | 2                 |
| <p><b>Практическое занятие 1.</b></p> <p>Проверка лекарственных средств. Разрешение на терапевтическое использование.</p>  | 2           | 3                 |
| <p><b>Самостоятельная работа студента.</b> Изучение лекций, работа с учебной и дополнительной литературой, выполнение домашних заданий.</p>  | 2           |                   |
| <p><b>Тема 3. Причины и последствия применения допинга.</b></p>  | <b>14</b>   |                   |
| <p>Эффекты производительности классов веществ, включенных в список. Последствия для здоровья при использовании запрещенных веществ или методов. Образ мышления принимающих допинг, почему используется допинг. Спортивные ценности, честность, спортивная этика, правильное спортивное поведение. Ущерб, наносимый допингом, идее спорта. Допинг в элитных видах спорта, массовом спорте, детско-юношеском спорте и обществе. Риск применения пищевых добавок: оценка риска и потребности.</p> | 8           | 2                 |
| <p><b>Практическое занятие 2.</b></p> <p>Тренинг «Профессиональные ценности спортсмена».</p>   | 2           | 3                 |
| <p><b>Самостоятельная работа студента.</b></p> <p>Изучение лекций, работа с учебной и дополнительной литературой, выполнение домашних заданий.</p>   | 4           |                   |
| <p><b>Тема 4. Цели и задачи борьбы с допингом.</b></p> <p><b>Международно-правовая и национальная система противодействия допингу в спорте</b></p>   | 7           |                   |
| <p>Международно-правовые основы антидопингового регулирования. Общие принципы борьбы с допингом Всемирный антидопинговый кодекс. Международные антидопинговые стандарты.</p> <p>Международные организации в сфере антидопингового контроля: ВАДА, Международный олимпийский комитет (МОК).</p> <p>Система нормативно-правовых актов в области антидопингового регулирования в Российской Федерации.</p> <p>Национальная система противодействия допингу в спорте.</p>                          | 4           | 1                 |



| Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся   | Объем часов | Уровень освоения* |
|---|-------------|-------------------|
| <p><b>Самостоятельная работа студента.</b><br/>Изучение лекций, работа с учебной и дополнительной литературой, самостоятельное изучение международных актов, выполнение домашних заданий, выполнение творческих заданий, подготовка рефератов по темам: «Принципы борьбы с допингом», «Функции и полномочия ВАДА», «Международные санкции в сфере борьбы с допингом», «Субъекты антидопингового процесса»</p>   | 3           |                   |
| <p><b>Тема 5. Процедура допинг-контроля. Нарушения антидопинговых правил.</b></p>   | 10          |                   |
| <p>Процедура допинг-контроля для крови и мочи. Выборы спортсменов, создание зарегистрированных пулов тестирования и местонахождения. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории от получения образца до доставки результата.<br/>Права и обязанности спортсменов. Принцип «строгой ответственности». Роль и обязанности персонала спортсмена. Осуществление управления результатами. Биологический паспорт спортсмена.<br/>Понятие и виды нарушений антидопинговых правил. Субъекты допинговых нарушений. Роль спортсменов, персонала спортсмена, родителей, клубов, спонсоров, политики, средств массовой информации и аудитории.</p> | 4           | 2                 |
| <p><b>Практическое занятие 3.</b><br/>Виды нарушений антидопинговых правил.</p>   | 2           | 3                 |
| <p><b>Самостоятельная работа студента.</b><br/>Изучение лекций, работа с учебной и дополнительной литературой, выполнение домашних заданий, выполнение творческих заданий.</p>  | 4           |                   |
| <p><b>Тема 6. Последствия нарушения антидопинговых правил.</b></p>  | 9           |                   |
| <p>Ответственность за применение допинга в российском законодательстве и международной практике.<br/>Криминализация допинга, последствия, сотрудничество между национальными антидопинговыми организациями (NADO) и органами уголовного преследования. Лучшая практика антидопингового образования. Важность антидопингового образования.</p>   | 4           | 2                 |
| <p><b>Практическое занятие 4.</b> Ответственность за применение допинга.</p>  | 2           | 3                 |

| <b>Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся</b>   | <b>Объем часов</b> | <b>Уровень освоения*</b> |
|--|--------------------|--------------------------|
| <b>Самостоятельная работа студента.</b> Изучение лекций, работа с учебной и дополнительной литературой, выполнение домашних заданий, выполнение творческих заданий, подготовка документов по заданию преподавателя | 3                  |                          |
| <b>Промежуточная аттестация по накопительной системе оценивания</b>  | 2                  |                          |
| <b>ВСЕГО:</b>  | <b>51</b>          |                          |

\*Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
- 2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
- 3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

### **3. Условия реализации программы учебной дисциплины**

#### **3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Естествознания» и «Гуманитарных и социально-экономических дисциплин».

Оборудование учебного кабинета:

Технические средства обучения: проектор, экран, компьютер с лицензионным программным обеспечением.

#### **3.2 Информационное обеспечение обучения**

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

##### **Основные источники:**

1. Антидопинговый учебник ВАДА.

Нормативные акты:

2. Всемирный Антидопинговый Кодекс // Официальный сайт ВАДА:  
[www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org)

3. Конвенция против применения допинга (заключена в г. Страсбург 16 ноября 1989 г.) // Бюллетень международных договоров. 2000. № 2.

4. Международная конвенция о борьбе с допингом в спорте (вместе с «Запрещенным списком 2005...», «Стандартами выдачи разрешений на терапевтическое использование») Принята в г Париж 19 октября 2005 г. на 33-й сессии Генеральной конференции ЮНЕСКО// СЗ РФ. 2007. № 24.Ст.2835.

5. Олимпийская Хартия. М., 1996.

6. Трудовой Кодекс Российской Федерации от 30 декабря 2001 года. №197-ФЗ // СЗ РФ. 2002. № 1.

7. Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» // СЗ РФ. 2007. № 50. Ст. 6242.

8. Приказ Минспорта России от 9 августа 2016 г. № 947 «Об утверждении Общероссийских антидопинговых правил»

#### **Дополнительные источники:**

1. Михайлов С.С. Спортивная биохимия: учебник для вузов и колледжей физической культуры. / С.С.Михайлов. – 7-е изд., стереотип. – М.: Советский спорт, 2012. – 348 с.

2. Паршикова Н.В. Виноградов П.А. Нормативное правовое обеспечение сферы физической культуры и спорта в РФ: реализация стратегии развития отрасли. Документы и материалы (2011–2014 годы) М., 2014.

3. Спортивное право России. Учебник для магистров / Отв. ред. Рогачев Д.И. М., 2016.

4. Алексеев С.В. Спортивное право России. Правовые основы физической культуры и спорта: Учебник для студентов ВУЗов. М., 2012.

5. Гусов К.Н., Шевченко О.А. Спортивное право. Правовой статус спортсменов, тренеров, спортивных судей и иных специалистов в области физической культуры и спорта: Учебное пособие. М., 2013

6. Павлов С.Е. Секреты подготовки хоккеистов. – М.: Физкультура и Спорт, 2008. – 224 с.

7. Грецов А.Г. Радуйся честной победе. Информационно-методические

материалы для подростков и молодежи / Под ред. О.М.Шелкова. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 64 с.

8. Грецов А.Г. Психолого-педагогические основы разработки и реализации антидопинговых обучающих программ для подростков и молодежи. Научно-методическое пособие. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2013. – 33 с.

9. Грецов А.Г. Психотехнологии антинаркотической и антидопинговой работы в спорте. СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 144 с.

10. Никулина О.А. Основы психолого-педагогической превенции использования допинга в спорте (профилактика потребления допинга юными спортсменами) / Учебно-методическое пособие – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2010. – 160 с.

#### **Интернет-ресурсы:**

1. ВАДА. Официальный сайт. Форма доступа: [www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org).
2. Библиотека международной спортивной информации. Форма доступа: <http://bmsi.ru>.
3. НП РУСАДА. Официальный сайт. Форма доступа: <http://www.rusada.ru/>.
4. Олимпийский Комитет России. Официальный сайт. Форма доступа: <http://www.olympic.ru>.

#### **4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины**

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения студентами индивидуальных заданий, рефератов проектов, исследований.

| <b>Результаты обучения</b>  |   | <b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>  |
|---|---|---|
| <b>Освоенные умения, усвоенные знания</b>   | <b>Коды формируемых компетенций</b>     |   |
| В результате освоения дисциплины обучающийся должен <b>уметь:</b><br>– свободно ориентироваться в | ОК 1 - 11<br>ПК 1.1<br>ПК 1.2<br>ПК 1.3 | <u>Формы контроля обучения:</u><br>– домашние задания проблемного характера;<br>– практические задания по |

|  |  |  |
|--|--|--|
| <p>положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедуру допинг-контроля, правовые последствия применения допинга, способы защиты прав спортсмена,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять международные акты и российское законодательство, иные нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность в области антидопингового обеспечения,</li> <li>– защищать свои права в соответствии с действующим законодательством;</li> <li>– анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействий) с правовой точки зрения;</li> <li>– анализировать и оценивать сложившуюся ситуацию, владение методами убеждения,</li> <li>– донести в своей будущей профессиональной деятельности до учеников, воспитанников, студентов общие принципы и правила борьбы с допингом,</li> <li>– критически оценивать свое поведение, поведение других спортсменов, тренеров, медицинского персонала,</li> <li>– анализировать «запрещенный список», уметь самостоятельно ориентироваться в списке запрещенных к использованию веществ и методов, уметь самостоятельно отслеживать изменения «запрещенного списка».</li> </ul> <p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен <b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– понятие допинга, историю борьбы с допингом в спорте,</li> </ul> | <p>ПК 3.1<br/>ПК 3.3<br/>ПК 3.4<br/>ПК 3.5</p> | <p>работе с информацией, документами, литературой;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий;</li> <li>– устный опрос</li> <li>– семинары;</li> <li>– творческие задания;</li> <li>– тестирование.</li> </ul> <p><u>Формы оценки результативности обучения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка.</li> </ul> <p><u>Методы оценки результатов обучения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– мониторинг роста творческой самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся;</li> <li>– формирование результата итоговой аттестации по дисциплине на основе суммы результатов текущего контроля.</li> </ul> |
|--|--|--|

|   |  |  |
|---|--|--|
| <p>общие принципы борьбы с допингом, ущерб, наносимый допингом идее спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– спортивные ценности, честность, спортивную этику, правильное спортивное поведение, важность антидопингового образования;</li> <li>– правовое регулирование борьбы с допингом: содержание и принципы антидопинговой Конвенцию Совета Европы, Международную конвенцию ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте, Всемирного антидопингового кодекса, антидопинговых международных стандартов; положения Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Общероссийских антидопинговых правил;</li> <li>– международные и национальные антидопинговые организации, роль ВАДА в борьбе с допингом, полномочия и обязанности международных и национальных антидопинговых организаций;</li> <li>– «запрещенный список»: его структуру и порядок создания; химическую структуру классов веществ, включенных в список; разрешение на терапевтические использование, и порядок его получения; эффекты производительности классов веществ, включенных в список; последствия для здоровья при использовании запрещенных веществ или методов;</li> <li>– риск применения пищевых добавок: оценка риска и потребности;</li> <li>– права и обязанности</li> </ul> |  |  |
|---|--|--|

|   |  |  |
|---|--|--|
| <p>спортсменов, принцип строгой ответственности, роль и обязанности персонала спортсмена, управление результатами, биологический паспорт спортсмена;</p> <p>– роль спортсменов, персонала спортсмена, родителей, клубов, спонсоров, политики, средств массовой информации и аудитории в борьбе с допингом;</p> <p>– процедуру допинг-контроля для крови и мочи; выборы спортсменов, создание зарегистрированных пулов тестирования и местонахождения;</p> <p>роль и ответственность антидопинговой лаборатории от получения образца до доставки результата;</p> <p>– понятие и виды нарушений антидопинговых правил; систему мер ответственности за применение допинга.</p> |  |  |
|---|--|--|

В соответствии с учебным планом освоение учебной дисциплины завершается обязательным итоговым контролем учебных достижений студентов в форме накопительной системы оценивания.

## **5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АНТИДОПИНГОВАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Программа ориентирована на студентов ВУЗов, получающих образование, не связанное с физической культурой и спортом. Этой целевой аудитории проблема допинга знакома, по большей части, благодаря стереотипам, транслируемым в СМИ, и осознается преимущественно через призму «допинговых скандалов». Вероятность того, что проблема окажется значимой в личностном плане и молодой человек встанет перед таким выбором, гораздо меньше, чем применительно к студентам физкультурно-спортивных ВУЗов (хотя и не исключена – к сожалению, злоупотребление некоторыми запрещенными субстанциями давно уже вышло за пределы спорта). Отвечая на вопрос, зачем им осваивать антидопинговую образовательную программу, акцентируем внимание на следующих аспектах:

1. Проблема допинга вышла за рамки собственно спорта и так или иначе проявляется в различных сферах общественной жизни: экономической, политической и т.д. В этом плане ее изучение можно рассматривать как элемент общекультурного развития.

2. Для формирования корректного и заинтересованного отношения к спорту важно понимать реальное состояние ситуации с допингом и отказаться от некоторых шаблонов и стереотипов (особенно от взгляда, что слова «спорт» и «допинг» - едва ли не синонимы).

3. Обсуждение проблемы допинга расширяет возможности решения задачи профилактики зависимого поведения в подростково-молодежной среде (в том числе и такие аспекты, как получившее распространение в некоторых молодежных кругах немедицинское употребление стероидных субстанций, стимуляторов и т.п.).

Соответственно, программы имеют следующую специфику:

- Отражение проблемы допинга в областях общественной жизни,



напрямую не связанных со спортом.

- Критический анализ распространенных стереотипов о допинге.
- Критический анализ информации о недавних «допинговых скандалах» (актуальные примеры берутся из недавних новостей, опубликованных в СМИ).
- Усиленное акцентирование внимания на параллелях между проблемами допинга и аддиктивного поведения.

В сложившейся образовательной практике отдельные учебные курсы антидопинговой тематики для студентов ВУЗов, не относящихся к физкультурно-спортивным, в большинстве случаев не читаются. Вопрос о целесообразности их внедрения и место в учебном плане (семестр, в котором они читаются, статус обязательной дисциплины либо курса по выбору) должен решаться в каждом случае индивидуально в зависимости от направления подготовки студентов и вероятности того, что они столкнутся с подобными вопросами в будущей профессиональной деятельности. Как правило, целесообразно изучать данную проблему на протяжении 3-го или 4-го семестров, либо предложив в качестве дисциплины по выбору, либо интегрировав как теоретический блок в общий курс физической культуры.

### Тематический план программы

| №      | Наименование темы                                  | Часы  |                   |                        |
|--------|--|-------|-------------------|------------------------|
|        |  | всего | аудиторная работа | самостоятельная работа |
| 1      | Допинг как глобальная проблема современного спорта | 4     | 2                 | 2                      |
| 2      | Запрещенные вещества и методы                      | 2     | 2                 |                        |
| 3      | Последствия допинга                                | 2     | 2                 |                        |
| 4      | Допинг и зависимое поведение                       | 4     | 2                 | 2                      |
| 5      | Социальные аспекты проблемы допинга                | 4     | 2                 | 2                      |
| 6      | Предотвращение допинга                             | 2     | 2                 |                        |
| 7      | Контроль знаний                                    | 2     | 2                 |                        |
| Итого: |  | 20    | 14                | 6                      |

## Содержание тем

### **Тема 1. Допинг как глобальная проблема современного спорта**

Определение допинга. Суть антидопинговых правил как инструмента регламентации честной спортивной борьбы. Исторические предпосылки допинга. 10 антидопинговых правил (Всемирный антидопинговый кодекс). Принципы «фейр плей». Виды нарушений антидопинговых правил. Этические аспекты проблемы допинга. Стереотипные суждения о «глобальном» распространении допинга и «субъективности» процедуры анализа допинг-проб.

*Задания для самостоятельной работы: анализ статистической информации о наказаниях спортсменов за нарушения антидопинговых правил за последний год (по материалам официальных сайтов Российского антидопингового агентства РУСАДА, Всемирного антидопингового агентства ВАДА).*

### **Тема 2. Запрещенные субстанции и методы**

Запрещенный список ВАДА, основания для включения субстанций 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. Запрещенные методы: манипуляции с кровью и ее компонентами; химические и физические манипуляции; генный допинг. Наличие разрешенных средств фармакологической поддержки спортсменов.

### **Тема 3. Последствия допинга**

Риски для здоровья, вызываемые применением запрещенных субстанций и методов; отсроченный во времени характер большинства из них. Несовместимость допинга с ценностным отношением к здоровью. Критерии разграничения допинга и возможности спортсмена легально использовать

достижения медицины. Психологические последствия допинга – изменения психики под влиянием таких 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 4. Допинг и зависимое поведение**

Суть явления зависимости. Признаки зависимости. Химические и нехимические зависимости. Определение понятия «наркотик», психологическая и нейрофизиологическая специфика наркотической зависимости. Физиологические и психологические последствия зависимости. Сходство проблемы зависимости и допинга в спорте. Потенциал ряда запрещенных в спорте субстанций в плане формирования зависимости. Ресурсы спорта в профилактике зависимостей; невозможность их реализации в случае допинга.

*Задания для самостоятельной работы: поиск иллюстративных материалов, направленных на профилактику зависимого поведения (плакаты социальной рекламы и т.п.). Подготовка плана беседы с подростками, направленной на профилактику какой-либо формы зависимого поведения (табакокурение, употребление алкоголя, наркозависимость, «гаджетозависимость» и т.д.).*

#### **Тема. 5 Социальные аспекты проблемы допинга**

Допинг и отношение к спорту, спортсменам в обществе. Допинг и воспитательный потенциал спорта, транслируемые через него ценности. Причины интереса к допингу в общественном сознании. «Допинговые скандалы» и их влияние на ценностно-мотивационную сферу молодежи. Проблема злоупотребления фармакологическими субстанциями за пределами спорта (стероидные субстанции, биологически активные добавки (БАДы), антидепрессанты, психостимуляторы, успокоительные препараты).

*Задания для самостоятельной работы: анализ «лент новостей» (с использованием интернета) за последние 3-6 месяцев с целью найти новейшие публикации по проблеме «допинговых скандалов». Поиск рекламных и информационных материалов, популяризирующих БАДы, препараты «для успокоения нервов» и т.п. Критический анализ найденной информации.*

## **Тема 6. Предотвращение допинга**

Причины борьбы с допингом. Организации, занимающиеся антидопинговой работой. Нормативно-правовая база антидопинговой работы. Профилактическое направление: виды, организационные формы, методологические подходы к профилактике. Допинг-контроль. Процедуры отбора атлетов для контроля, взятия и анализа проб. Наказания за нарушение антидопинговых правил. Персонификация ответственности спортсменов.

### **Контрольные вопросы:**

1. Определение понятия «допинг»
2. Исторический обзор проблемы допинга
3. Допинг и принципы честной спортивной борьбы
4. Причины борьбы с допингом в спорте
5. Основные группы запрещенных субстанций и методов
6. Медицинские последствия допинга
7. Психологические и имиджевые последствия допинга
8. Зависимое поведение, механизмы его развития
9. Допинг и проблема зависимостей
10. Допинг как социальная проблема
11. Процедура допинг-контроля
12. Профилактическое направление в предотвращении допинга

## **Методические рекомендации к организации и проведению занятий**

Занятия проводятся в стандартной учебной аудитории, оборудованной техникой для мультимедиа-презентаций. Предусмотрено использование иллюстративных материалов. Домашние задания даются в устной форме, с записью в рабочую тетрадь. На первом занятии преподавателю следует озвучить общую структуру курса и критерии получения зачета, а также распространить список рекомендованной литературы. Если дисциплина предусмотрена как курс по выбору, студенты подписывают заявление с выражением желания ее пройти; в иных случаях какие-либо формальности не требуются.

### **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. Спорт без допинга. Вопросы и ответы: научно-методическое пособие для тренеров и спортсменов/ А.Г.Грецов; ФГБУ СПбНИИФК; науч.ред. О.М.Шелков. – СПб: Галепринт, 2012. – 60 с. – УДК 796.011.01.

3. 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.

4. 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.

5. 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.

6. Допинг и проблемы с ним связанные: антидопинговое пособие. – FISU. – 2015. – 113 с. URL: [http://sport.rufu.ru/fileadmin/user\\_upload/common\\_files/sport/docs/pages/Anti-Doping\\_Textbook\\_-\\_Russian\\_-\\_2015.pdf](http://sport.rufu.ru/fileadmin/user_upload/common_files/sport/docs/pages/Anti-Doping_Textbook_-_Russian_-_2015.pdf)

Дополнительная:

7. Без наркотиков и допинга: методические рекомендации для молодежи / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016. – 40 с. - ISBN 978-5-9906923-8-1.

8. Основы психолого-педагогической превенции использования допинга в

спорте (профилактика потребления допинга юными спортсменами): учебно-методическое пособие / О.А.Никулина. – СПб: ФГУ СПбНИИФК, 2010. – 160 с. – ISBN 978-5-94125-193-3.

9. Методика антидопинговой работы с молодыми спортсменами: методические рекомендации / А.Г.Грецов. – СПб: ФГУ СПбНИИФК, 2010, - 48 с. – ISBN 978-594125-192-6.

10. Первичная профилактика применения допинга в современном спорте. Образовательная программа для учащихся учебно-тренировочных групп учреждений дополнительного физкультурного образования и 10-11 спортивных классов общеобразовательных школ: методические рекомендации к образовательной программе для тренеров ДЮСШ и СДЮШОР, УОР, учителей физической культуры / К.А.Бадрак; ФГБУ СПбНИИФК. – СПб: Издательство ООО «АртЭго», 2011. – 64 с. ISBN 978-5-91014-030-5.

11. Профилактика применения допингов в спорте: учебно-методический комплекс. – Часть I: Учебные материалы / авт.-сост. Е.А.Митин, С.О.Филиппова, А.Е.Митин, О.Э.Евсеева, О.М.Шелков; под ред. О.М.Шелкова. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 284 с. – УДК 796.06; ББК 75.09.

12. Профилактика применения допингов в спорте: учебно-методический комплекс. – Часть II: Методические материалы для преподавателя / авт.-сост. Е.А.Митин, С.О.Филиппова, А.Е.Митин, О.Э.Евсеева, О.М.Шелков; под ред. О.М.Шелкова. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 87 с. – УДК 796.06; ББК 75.09.

13. Первичная профилактика наркомании и применения допинга в спорте: образовательная программа для учащихся ДЮСШ, СДЮШОР. Колледжей и училищ олимпийского резерва, спортивных классов общеобразовательных школ / В.А.Антипов; под общ.ред. д-ра пед.наук. проф. С.П.Евсеева и д-ра мед.наук Д.В.Черкашина. – СПб: Издательство ООО «Турусел», 2012. – 32 с.

Рекомендованные интернет-ресурсы:

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

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

16. Play true magazine (Журнал честная игра) – World anti-doping agency. URL: [https://www.wada-ama.org/en/resources/search?f\[0\]=field\\_resource\\_collections%3A12](https://www.wada-ama.org/en/resources/search?f[0]=field_resource_collections%3A12)

## **6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АНТИДОПИНГОВАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ ПОДГОТОВКУ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Программа ориентирована на студентов, получающих высшее образование в области физической культуры и спорта, дальнейшая профессиональная деятельность которых подразумевает работу не тренером по виду спорта, а преподавателем физкультурно-спортивных дисциплин в общеобразовательных и профессиональных образовательных организациях.

Изучение дисциплины направлено на формирование общепрофессиональной компетенции «Способен проводить работу по предотвращению применения допинга».

Содержание программы скомпоновано исходя из того, что такие специалисты, скорее всего, будут заниматься не с профессиональными спортсменами, а с обычной молодежью, чей интерес к спорту ограничен сугубо любительскими клубами, секциями, а в некоторых случаях - исключительно уроками физической культуры. В деятельности этих специалистов вероятность того, что они будут непосредственно задействованы в процедурах допинг-контроля или в принятии решения о том, попадает ли то или иное средство в разряд запрещенных, невелика, поэтому такие вопросы рассматриваются лишь ознакомительно. Больше внимание уделяется тому, чтобы значимость проблемы в социальном и общекультурном контексте, а также подготовить к обсуждению проблемы допинга среди подростков и молодежи, не относящихся к спортсменам.

### **Тематический план программы**

| № | Наименование темы     | Часы  |                   |                        |
|---|-----------------------|-------|-------------------|------------------------|
|   |                       | всего | аудиторная работа | самостоятельная работа |
| 1 | Суть понятия «допинг» | 2     | 2                 |                        |

|        |  |    |    |   |
|--------|--|----|----|---|
| 2      | Исторический обзор проблемы допинга                  | 2  | 2  |   |
| 3      | Основные группы запрещенных субстанций и методов     | 4  | 4  |   |
| 4      | Распространенность допинга в разных видах спорта     | 4  | 2  | 2 |
| 5      | Допинг как глобальная проблема современного спорта   | 2  | 2  |   |
| 6      | Медицинские аспекты проблемы допинга                 | 2  | 2  |   |
| 7      | Юридические и экономические аспекты проблемы допинга | 2  | 2  |   |
| 8      | Последствия допинга                                  | 2  | 2  |   |
| 9      | Допинг и проблема аддиктивного поведения             | 4  | 2  | 2 |
| 10     | Основные направления предотвращения проблемы допинга | 2  | 2  |   |
| 11     | Допинг-контроль                                      | 2  | 2  |   |
| 12     | Основы методики антидопинговой профилактики          | 6  | 4  | 2 |
| 13     | Контроль знаний                                      |    | 2  |   |
| Итого: |  | 36 | 30 | 6 |

## Содержание тем

### Тема 1. Суть понятия «допинг»

Определение допинга Всемирной антидопинговой организацией. Суть антидопинговых правил как инструмента регламентации честной спортивной борьбы. Виды нарушений антидопинговых правил. «Бытовая» трактовка допинга как препарата, повышающего спортивный результат; ее отличие от научной. Причины и критерии отнесения субстанций и методов к списку запрещенных.

### Тема 2. Исторический обзор проблемы допинга

Исторические предпосылки допинга – препараты, оказывающие стимулирующий эффект, повышающие работоспособность, обладающие психоактивным действием (стимуляторы и наркотики растительного



происхождения, алкоголь), их применение в античном спорте, в военном деле, в духовных практиках. Этимология понятия «допинг». Основные этапы эволюции взгляда на проблему допинга в спорте 19-21 веков.

### **Тема 3. Основные группы запрещенных субстанций и методов**

Запрещенный список ВАДА. Запрещенные субстанции: не одобренные субстанции; анаболические агенты; пептидные гормоны и подобные субстанции; бета-2-агонисты; гормоны и модуляторы метаболизма; диуретики и маскирующие агенты. Запрещенные методы: манипуляции с кровью и ее компонентами; химические и физические манипуляции; генный допинг. Субстанции, запрещенные в соревновательный период: стимуляторы; наркотики; каннабиноиды; глюкокортикоиды. Субстанции, запрещенные в отдельных видах спорта: алкоголь; бета-блокаторы.

Действующие вещества и торговые наименования препаратов. Возможности нахождения запрещенной субстанции в легально поставляемых лекарственных препаратах и БАДах.

### **Тема 4. Распространенность допинга в разных видах спорта**

Основные группы двигательных способностей (скорость, сила, выносливость, координация), избирательность воздействия запрещенных субстанций на них. Обзор текущей статистики о распространенности положительных допинг-проб в разных видах спорта. Проблема применения запрещенных субстанций вне спорта.

*Задание для самостоятельной работы: подготовка аналитического обзора «Специфика проблемы допинга в избранном виде спорта».*

### **Тема. 5 Допинг как глобальная проблема современного спорта**

Допинг как глобальная этическая проблема спорта: необходимость соблюдения правил, обеспечивающих честность и равенство условий борьбы. Персонафикация результатов и ответственности спортсменов. Принципы «фейр

плей».

### **Тема 6. Медицинские аспекты проблемы допинга**

Допинг и спортивная фармакология. Сущность и границы допустимости фармакологической поддержки. Антидопинговые ограничения и лечение заболеваний у спортсменов. Разрешение на терапевтическое использование.

### **Тема 7. Юридические и экономические аспекты проблемы допинга**

Юридические аспекты проблемы допинга: нормативно-правовая база антидопинговой работы. Международные правила и стандарты. Общероссийские антидопинговые правила и другие локальные документы. Проблема соотношения антидопинговых документов и общего законодательства. Экономические аспекты проблемы допинга: допинг и финансирование спорта (бюджетное, за счет спонсоров, за счет зрительской аудитории). Расходы на антидопинговую работу.

### **Тема 8. Последствия допинга**

Медицинские аспекты употребления запрещенных субстанций: текущие и долговременные риски. Допинг и восприимчивость к тренировочной нагрузке. Психологические последствия допинга. Имиджевые последствия допинга для атлета, для спорта, для социальных групп.

### **Тема 9. Допинг и проблема аддиктивного поведения**

Суть явления зависимости. Признаки зависимости. Физиологические и психологические проблемы зависимости. Психостимуляторы и наркотики как запрещенные в спорте субстанции, в наибольшей степени вызывающие зависимость. Зависимость от стероидных субстанций. Допинг и проблемы употребления алкоголя, табакокурения.

*Задания для самостоятельной работы:*

1. Поиск и критический анализ информационно-методических материалов,

*направленных на профилактику зависимостей (памятки, плакаты социальной рекламы и т.п.).*

- 2. Подготовка плана беседы со школьниками на тему профилактики зависимого поведения.*

### **Тема 10. Основные направления предотвращения проблемы допинга**

Организации, реализующие антидопинговую политику (Всемирное антидопинговое агентство, национальные антидопинговые агентства, федерации по видам спорта, Международный олимпийский комитет), их функции. Ограничительно-контролирующее и профилактическое направления антидопинговой работы.

### **Тема 11. Допинг-контроль**

Пулы тестирования. Организация отбора проб: процедура, права и обязанности спортсмена. Биологический паспорт спортсмена. Требования о доступности спортсменов. Обработка результатов тестирования. Ответственность за нарушения антидопинговых правил: спортивные санкции, возможность наступления дополнительных санкций в рамках административного и уголовного законодательства.

### **Тема 12. Основы методики антидопинговой профилактики**

Традиционные педагогические методы в решении антидопинговых задач (объяснение, беседа, работа с текстовыми материалами). Интерактивные методы: групповая дискуссия, тренинговые игры и упражнения. Иллюстративные агитационные материалы антидопинговой тематики, рекомендации по их разработке, методика применения на занятиях. Специфика обсуждения проблемы допинга в детских подростково-молодежных аудиториях. Возможности информационно-коммуникативных технологий в решении антидопинговых задач. Учет индивидуально-психологических особенностей в

антидопинговой работе. Специфика антидопинговой работы в паралимпийском спорте.

*Задания для самостоятельной работы:*

- 1. Подготовка плана беседы с молодыми спортсменами на тему профилактики допинга.*
- 2. Разработка эскиза агитационного плаката, направленного на формирование нетерпимости к допингу и пропаганду ценности честной спортивной борьбы.*

### **Методические рекомендации к организации и проведению занятий**

Занятия проводятся в стандартной учебной аудитории, оборудованной техникой для мультимедиа-презентаций. Предусмотрено использование иллюстративных материалов. Домашние задания даются в устной форме, с записью в рабочую тетрадь. На первом занятии преподавателю следует озвучить общую структуру курса и критерии получения зачета, а также распространить список рекомендованной литературы. Если дисциплина предусмотрена как курс по выбору, студенты подписывают заявление с выражением желания ее пройти; в иных случаях какие-либо формальности не требуются.

### **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., Серeda А.П., Хорькин П.И. - М.: Российское антидопинговое агентство РУСАДА, 2015. – 85 с.

3. Конвенция о борьбе с допингом в спорте (ЮНЕСКО). 19.10.2005 // Ратифицирована: Федеральный закон от 27 декабря 2006 г. № 240-ФЗ; НГР: P0603643.

4. 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).

5. Международный стандарт по терапевтическому использованию в редакции, действующей с 01.01.2016 г. (утвержден Исполнительным комитетом ВАДА 18.11.2015 г.

6. Общероссийские антидопинговые правила от 09.08.2016, утвержденные Минспортом России.

7. Спорт без допинга. Вопросы и ответы: научно-методическое пособие для тренеров и спортсменов/ А.Г.Грецов; ФГБУ СПбНИИФК; науч.ред. О.М.Шелков. – СПб: Галеяпринт, 2012.

8. 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.

9. 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.

10. 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.

11. Допинг и проблемы с ним связанные: антидопинговое пособие. – FISU. – 2015. – 113 с. URL: [http://sport.urfu.ru/fileadmin/user\\_upload/common\\_files/sport/docs/pages/Anti-Doping\\_Textbook\\_-\\_Russian\\_-\\_2015.pdf](http://sport.urfu.ru/fileadmin/user_upload/common_files/sport/docs/pages/Anti-Doping_Textbook_-_Russian_-_2015.pdf)

Дополнительная:

12. Без наркотиков и допинга: методические рекомендации для молодежи / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016. – 40 с. - ISBN 978-5-9906923-8-1.

13. Допинг в спорте и проблемы фармакологического обеспечения подготовки спортсменов / В. Н. Платонов, С. А. Олейник, Л. М. Гунина. – М.: Советский спорт, 2010. - 308 с.

14. Основы психолого-педагогической превенции использования допинга в спорте (профилактика потребления допинга юными спортсменами): учебно-методическое пособие / О.А.Никулина. – СПб: ФГУ СПбНИИФК, 2010. – 160 с. – ISBN 978-5-94125-193-3.

15. Критический анализ базовых понятий антидопингового кодекса / С.П. Евсеев // Ученые записки университета имени П.Ф.Лесгафта. – 2016. – №9. – С. 46-57.

16. Методика антидопинговой работы с молодыми спортсменами: методические рекомендации / А.Г.Грецов. – СПб: ФГУ СПбНИИФК, 2010, – 48 с. – ISBN 978-594125-192-6.

17. Первичная профилактика применения допинга в современном спорте. Образовательная программа для учащихся учебно-тренировочных групп учреждений дополнительного физкультурного образования и 10-11 спортивных

классов общеобразовательных школ: методические рекомендации образовательной программе для тренеров ДЮСШ и СДЮШОР, УОР, учителей физической культуры / К.А.Бадрак; ФГБУ СПбНИИФК. – СПб: Издательство ООО «АртЭго», 2011. – 64 с. – ISBN 978-5-91014-030-5.

18. Профилактика применения допингов в спорте: учебно-методический комплекс. – Часть I: Учебные материалы / авт.-сост. Е.А.Митин, С.О.Филиппова, А.Е.Митин, О.Э.Евсеева, О.М.Шелков; под ред. О.М.Шелкова. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 284 с. – УДК 796.06; ББК 75.09.

19. Профилактика применения допингов в спорте: учебно-методический комплекс. – Часть II: Методические материалы для преподавателя / авт.-сост. Е.А.Митин, С.О.Филиппова, А.Е.Митин, О.Э.Евсеева, О.М.Шелков; под ред. О.М.Шелкова. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 87 с. – УДК 796.06; ББК 75.09.

20. Первичная профилактика наркомании и применения допинга в спорте: образовательная программа для учащихся ДЮСШ, СДЮШОР. Колледжей и училищ олимпийского резерва, спортивных классов общеобразовательных школ / В.А.Антипов; под общ.ред. д-ра пед.наук. проф. С.П.Евсеева и д-ра мед.наук Д.В.Черкашина. – СПб: Издательство ООО «Турусел», 2012. – 32 с.

21. Doping in sport. / Handbook of experimental pharmacology. – V. 195. – Springer-Verlag. Berlin Heidelberg. – 2010. – 540 p.

22. Genetically modified athletes: Biomedical Ethics, Gene Doping and Sport (Ethics & Sport) / A.Miah. – New York, 2004. – 208 p.

Рекомендованные интернет-ресурсы:

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

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

25. Play true magazine (Журнал честная игра) – World anti-doping agency. URL: [https://www.wada-ama.org/en/resources/search?f\[0\]=field\\_resource\\_collections%3A12](https://www.wada-ama.org/en/resources/search?f[0]=field_resource_collections%3A12)

**6.1. ПРИМЕРНАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
«ОСНОВЫ АНТИДОПИНГОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ»  
ПО НАПРАВЛЕНИЯМ ПОДГОТОВКИ 49.03.01 «ФИЗИЧЕСКАЯ  
КУЛЬТУРА», 49.03.02 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ  
С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ  
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)», 49.03.03 «РЕКРЕАЦИЯ  
И СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ»  
КВАЛИФИКАЦИЯ (СТЕПЕНЬ) БАКАЛАВР**

**1. Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций Федеральными государственными образовательными стандартами высшего образования (ФГОС ВО).**

В соответствии с действующими ФГОС ВО:

*По направлению «Физическая культура»*

- способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (общефессиональные компетенции-3);

- способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у обучающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (профессиональные компетенции-9);

*По направлению Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)*

- умением формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья социально значимые потребности, ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, позволяющие им самим управлять собой, подчинять самого себя собственной воле (общефессиональные компетенции-9);

- знанием основных причин и условий возникновения негативного социального поведения (наркомании, алкоголизма, табакокурения, компьютерной, экранной, игровой зависимостей), способов и приемов воспитания у лиц с отклонениями в состоянии здоровья активного отрицательного отношения к этим явлениям (профессиональные компетенции - 5);

- умением проводить профилактическую работу по недопущению негативных социальных явлений в жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья (профессиональные компетенции -6);

по направлению Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

способностью осуществлять деятельность, направленную на профилактику асоциального поведения, проявления экстремизма, девиантного и деликтивного поведения (общефессиональные компетенции -4).

*В соответствии с проектом ФГОС ВО (3++)*

- общепрофессиональные компетенции-6 «Способен проводить работу по предотвращению применения допинга».

**Результаты обучения по дисциплине:**

|         |  |
|---------|--|
| Знания: | <ul style="list-style-type: none"><li>— понятие допинга, история борьбы с допингом в спорте, общие принципы борьбы с допингом, ущерб, наносимый допингом идее спорта;</li><li>— спортивные ценности, спортивная этика, правильное спортивное поведение, важность антидопингового образования;</li><li>— правовое регулирование борьбы с допингом: содержание и принципы антидопинговой Конвенции Совета Европы, Международную конвенцию ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте, Всемирный антидопинговый кодекс, антидопинговые международные стандарты; положения Федерального закона от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации", Общероссийских антидопинговых правил;</li><li>— международные и национальные антидопинговые организации, роль WADA в борьбе с допингом, полномочия и обязанности международных и национальных антидопинговых организаций;</li><li>— «Запрещенный список»: его структуру и порядок создания; химическую структуру классов веществ, включенных в список;</li><li>— разрешение на терапевтическое использование, и порядок его получения;</li><li>— эффекты производительности классов веществ, включенных в список;</li><li>— последствия для здоровья при использовании запрещенных веществ или методов;</li><li>— риск применения пищевых добавок: оценка риска и потребности;</li><li>— права и обязанности спортсменов, принцип строгой ответственности, роль и обязанности обслуживающего персонала;</li><li>— биологический паспорт спортсмена;</li><li>— роль спортсменов, обслуживающего персонала, родителей, клубов, спонсоров, политики, средств массовой информации и аудитории в борьбе с допингом;</li><li>— процедуру допинг-контроля для крови и мочи;</li><li>— процедуры выборы спортсменов, создание зарегистрированных пулов тестирования и местонахождения;</li><li>— роль и ответственность антидопинговой лаборатории от</li></ul> |
|---------|--|



|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
|                                   | <p>получения образца до доставки результата;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— понятие и виды нарушений антидопинговых правил;</li> <li>— систему мер ответственности за применение допинга</li> <li>— принципы организации и проведения антидопинговой профилактической работы;</li> <li>— значение антидопингового образования, организацию процесса антидопингового обеспечения в конкретной организации.</li> </ul>   |
| Умения:                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>— ориентироваться в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедуру допинг-контроля, правовые последствия применения допинга, способы защиты прав спортсмена;</li> <li>— ориентироваться в списке запрещенных к использованию веществ и методов, самостоятельно отслеживать изменения «запрещенного списка»;</li> <li>— анализировать и обобщать сведения об изменениях в антидопинговых и международных стандартах;</li> <li>— критически оценивать свое поведение, поведение других спортсменов, тренеров, медицинского персонала, анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействий) с правовой точки зрения;</li> <li>— раскрывать проблему злоупотребления наркотиков и допинга в социальном, психолого-педагогическом и медико-биологическом контексте;</li> <li>— воспитывать у обучающихся честность, спортивную этику, спортивные ценности и моральные принципы честной спортивной конкуренции;</li> <li>— разрабатывать антидопинговые и антинаркотические профилактические программы для детей, подростков и молодежи с использованием средств физической культуры и спорта, а также различных форм олимпийского образования;</li> </ul> |
| Навыки и (или) опыт деятельности: | <ul style="list-style-type: none"> <li>— опыт анализа положений нормативных актов, отражающих антидопинговую работу международных и национальных организаций;</li> <li>— опыт подготовки запроса на терапевтическое использование в качестве спортсмена;</li> <li>— опыт анализа проблем допинга применительно к отдельному виду спорта;</li> <li>— опыт планирования мероприятий по профилактике применения допинга со спортсменами, учениками, родителями, студентами, формированию у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.</li> </ul>  |

## 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к базовой части основной профессиональной образовательной программы. В соответствии с примерным учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе очной формы обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

## 3. Объем дисциплины и виды учебной работы:

*очная форма обучения*

| Вид учебной работы                                     | Всего часов      | семестры |   |   |   |   |    |   |   |
|--|------------------|----------|---|---|---|---|----|---|---|
|  |                  | 1        | 2 | 3 | 4 | 5 | 6  | 7 | 8 |
| Контактная работа преподавателей с обучающимися        | 72               |          |   |   |   |   | 72 |   |   |
| В том числе:   |                  |          |   |   |   |   |    |   |   |
| Лекции   | 14               |          |   |   |   |   | 14 |   |   |
| Семинары   | 4                |          |   |   |   |   | 4  |   |   |
| Практические занятия                                   | 18               |          |   |   |   |   | 18 |   |   |
| Лабораторные работы                                    |                  |          |   |   |   |   |    |   |   |
| Промежуточная аттестация и подготовка (зачет, экзамен) | 10               |          |   |   |   |   | 10 |   |   |
| Самостоятельная работа студента                        | 26               |          |   |   |   |   | 26 |   |   |
| Общая трудоемкость                                     | часы             | 72       |   |   |   |   | 72 |   |   |
|  | зачетные единицы | 2        |   |   |   |   | 2  |   |   |

## 4. Содержание дисциплины

| № п/п | Тема (раздел)                                   | Содержание раздела   | Трудоемкость, всего часов |
|-------|---|--|---------------------------|
| 1     | <b>Допинг в спорте.<br/>Введение</b>            | Определение, что такое борьба с допингом. История борьбы с допингом в спорте.<br>Понятие допинга. «Запрещенный список»: понятие, структура, порядок создания и изменения.<br>Проверка лекарственных средств. | 12                        |
| 2     | <b>Причины и последствия применения допинга</b> | Образ мышления принимающих допинг, почему используется допинг.<br>Спортивные ценности, честность, спортивная этика, правильное   | 16                        |

|   |  |   |    |
|---|--|---|----|
|   |  | <p>спортивное поведение. Ущерб, наносимый допингом, идее спорта. Допинг в элитных видах спорта, массовом спорте, детско-юношеском спорте и обществе. Химическая структура классов веществ, включенных в список. Эффекты производительности классов веществ, включенных в список. Последствия для здоровья при использовании запрещенных веществ или методов. Риск применения пищевых добавок: оценка риска и потребности. Разрешение на терапевтическое использование: понятие, значение, порядок получения</p> |    |
| 3 | <p><b>Цели и задачи борьбы с допингом. Международно-правовая и национальная система противодействия допингу в спорте</b></p> | <p>Международно-правовые основы антидопингового регулирования. Общие принципы борьбы с допингом<br/>Всемирный антидопинговый кодекс. Международные антидопинговые стандарты. Международные организации в сфере антидопингового контроля: ВАДА, МОК.<br/>Система нормативно-правовых актов в области антидопингового регулирования в Российской Федерации.<br/>Национальная система противодействия допингу в спорте.</p>  | 10 |
| 4 | <p><b>Процедура допинг-контроля. Нарушения антидопинговых правил</b></p>   | <p>Процедура допинг-контроля для крови и мочи. Выборы спортсменов, создание регистрируемых пулов тестирования и местонахождения. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории от получения образца до доставки результата.<br/>Права и обязанности спортсменов. Принцип «строгой</p>   | 10 |

|   |  |   |    |
|---|--|---|----|
|   |  | ответственности». Роль и обязанности обслуживающего персонала. Осуществление управления результатами. Биологический паспорт спортсмена.   |    |
| 5 | <b>Последствия нарушения антидопинговых правил</b> | Понятие и виды нарушений антидопинговых правил. Субъекты допинговых нарушений. Роль спортсменов, обслуживающего персонала, родителей, клубов, спонсоров, политики, средств массовой информации и аудитории. Ответственность за применение допинга в российском законодательстве и международной практике. Криминализация допинга, последствия, сотрудничество между NADO и органами уголовного преследования. | 8  |
| 6 | <b>Профилактические антидопинговые мероприятия</b> | Общие принципы организации и проведения антидопинговой профилактической работы. Отечественный опыт разработки педагогических антидопинговых технологий. Лучшая практика антидопингового образования. Важность антидопингового образования. Процесс антидопингового обеспечения в конкретной организации.  | 16 |

### Тематический план

#### Тема 1. Допинг в спорте. Введение

*Лекция № 1. Введение. Актуализация дисциплины.*

Что такое борьба с допингом. История борьбы с допингом в спорте. Понятие допинга.

## **Тема 2. Причины и последствия применения допинга.**

*Лекция № 2.* Образ мышления принимающих допинг, почему используется допинг.

Спортивные ценности, честность, спортивная этика, правильное спортивное поведение. Ущерб, наносимый допингом, идее спорта. Допинг в элитных видах спорта, массовом спорте, детско-юношеском спорте и обществе.

*Лекция № 3.* Химическая структура классов веществ, включенных в список. Эффекты производительности классов веществ, включенных в список. Последствия для здоровья при использовании запрещенных веществ или методов. Риск применения пищевых добавок: оценка риска и потребности. «Запрещенный список»: понятие, структура, порядок создания и изменения.

*Практическое занятие № 1.* Проверка лекарственных средств. Разрешение на терапевтическое использование: понятие, значение, порядок получения.

*Практическое занятие № 2.* Тренинг «Профессиональные ценности спортсмена».

## **Тема 3. Цели и задачи борьбы с допингом. Международно-правовая и национальная система противодействия допингу в спорте**

*Лекция № 4.* Международно-правовые основы антидопингового регулирования. Общие принципы борьбы с допингом Всемирный антидопинговый кодекс. Международные антидопинговые стандарты. Международные организации в сфере антидопингового контроля: ВАДА, МОК. Система нормативно-правовых актов в области антидопингового регулирования в Российской Федерации. Национальная система противодействия допингу в спорте.

*Практическое занятие № 3.* Нормативные акты, регулирующие принципы борьбы с допингом, процедуру допинг-контроля, правовые последствия применения допинга, способы защиты прав спортсмена.

*Практическое занятие № 4.* Контрольная работа «Особенности международно-правовой и национальной систем противодействия допингу в спорте».

#### **Тема 4. Процедура допинг-контроля.**

##### **Нарушения антидопинговых правил**

*Лекция № 5.* Процедура допинг-контроля для крови и мочи. Выборы спортсменов, создание зарегистрированных пулов тестирования и местонахождения. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории от получения образца до доставки результата.

Права и обязанности спортсменов. Принцип «строгой ответственности». Роль и обязанности обслуживающего персонала. Осуществление управления результатами. Биологический паспорт спортсмена.

Понятие и виды нарушений антидопинговых правил. Субъекты допинговых нарушений. Роль спортсменов, обслуживающего персонала, родителей, клубов, спонсоров, политики, средств массовой информации и аудитории.

*Практическое занятие № 5.* Виды нарушений антидопинговых правил.

*Практическое занятие № 6.* Тренинг «Личная ответственность спортсмена и персонала».

#### **Тема 5. Последствия нарушения антидопинговых правил**

*Лекция № 6.* Ответственность за применение допинга в российском законодательстве и международной практике. Криминализация допинга, последствия, сотрудничество между NADO и органами уголовного преследования.

*Практическое занятие № 7.* Ответственность за применение допинга.

#### **Тема 6. Профилактические антидопинговые мероприятия**

*Лекция № 7.* Общие принципы организации и проведения антидопинговой

профилактической работы. Современные принципы антидопинговой профилактической деятельности. Отечественный опыт разработки педагогических антидопинговых технологий. Лучшие практики антидопингового образования. Важность антидопингового образования. Процесс антидопингового обеспечения в конкретной организации.

*Практические занятия № 8.* Организационный аспект и принципы профилактики. Принципы построения антидопинговой профилактической работы в России. Методические принципы организации педагогической профилактики. Виды профилактики. Критерии эффективности профилактики.

*Практические занятия № 9.* Различные типы программ антидопинговой профилактики (семейные, школьные, уличные) и концептуальные подходы к разработке российских программ разного типа. Общая концепция антидопинговой физкультурно-профилактической работы. Особенности российских программ антидопинговой профилактики и целесообразные подходы к их дальнейшей разработке с использованием средств и методов физической культуры и спорта. Физическая культура как неотъемлемая часть формирования здорового образа жизни (ЗОЖ). Личностные психологические особенности подростков, их учет в создании программ профилактики.

*Практическое занятие № 10.* Отечественный опыт разработки педагогических антидопинговых технологий. Основные задачи, решаемые в процессе разработки технологий антидопинговой профилактики. Особенности реализации олимпийского образования в контексте проведения антидопинговой профилактической работы с юными спортсменами.

*Практическое занятие № 11.* Информационно-пропагандистская деятельность и роль различных средств массовой информации в профилактической антидопинговой работе. Направления разработки моделей подготовки и переподготовки педагогических кадров с выраженной профилактико-антидопинговой составляющей.

## **Самостоятельная работа студента**

1. Изучение литературных источников, материалов лекций, информации по проблеме допинга в СМИ
2. Изучение Всемирного антидопингового кодекса, международных и российских нормативных правовых актов, регулирующих проблемы борьбы с применением допинга
3. Написание реферата по теме современных проблем употребления допинга в различных видах спорта.
4. Разработка и презентация программы антидопингового мероприятия для конкретной аудитории (спортсмены, школьники, студенты, тренеры и др.).

## **Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

Основная:

1. Антидопинговое пособие / WADA. Word anti-doping agency . – [б. м.], 2015. – 113 с.
2. Белова, Л.В. Спортивная медицина : учебное пособие / Л.В. Белова ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Ставрополь: СКФУ, 2016. - 149 с.
3. Михайлов, С.С. Спортивная биохимия : учебное пособие по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / С. С. Михайлов ; Министерство спорта Российской Федерации; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : [б. и.], 2014. - 148 с.
4. Андриянова, Е.Ю. Спортивная медицина: учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.03.01 - Физическая культура / Е. Ю. Андриянова ; Министерство спорта Российской Федерации; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. - Великие Луки : [б. и.], 2014. – 324 с.
5. Биохимия человека : учебное пособие / Л.В.Капилевич [и др.] ; Национальный исследовательский Томский политехнический университет. - Москва: Юрайт, 2016. - 151 с.: ил. - (Университеты России). - Гриф УМО по специальностям пед. образования.
6. Допинг и проблемы с ним связанные: антидопинговое пособие. – FISU.



Дополнительная:

7. Деятельность медицинского персонала и спортсмена в рамках противодействия применению допинга в спорте и борьбе с ним: учебно-методическое пособие / А.А. Анцелиович [и др.] ; Федеральное медико-биологическое агентство ; Российская ассоциация по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов ; Федеральный научно-клинический центр спортивной медицины и реабилитации Федерального медико-биологического агентства России ; под ред. В. В. Уйба. – Москва : РАСМИРБИ, 2015. – 103 с.

8. Батоцыренова, Е.Г. Допинг-контроль в спорте [Текст] : учебное пособие по направлению 49.04.01 "Физическая культура"/ Е.Г.Батоцыренова, В.А.Кашуро; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им.П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. - 93 с.

9. Песков, А.Н. Проблемы борьбы с допингом в спорте : [монография] / А.Н.Песков, О.А.Брусникина ; под ред. С.В.Алексеева. – Москва : ПРОСПЕКТ, 2016. – 128 с.

10. Паршикова, Н.В. Нормативное правовое обеспечение сферы физической культуры и спорта в РФ: реализация стратегии развития отрасли. Документы и материалы (2011–2014 годы) / Н.В.Паршикова, П.А.Виноградов. – М.: Советский спорт, 2014. – 1592 с.

11. Спортивная медицина: / Всероссийская федерация легкой атлетики, Московский региональный Центр развития легкой атлетики ИААФ ; Перевод с английского языка А.Гнетова, Л.Потанич и др. - М.: Человек, 2013. - 328 с.

12. Спортивное право России: учебник для магистров / [Акатова Мария Игоревна, Байрамов Вадим Мурадович, Байрамов Сергей Вадимович и др.] ; отв. ред. Д.И. Рогачев М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. гос. юрид. ун-т им. О.Е. Кутафина. – Москва : Проспект, 2016. – 637 с. – (Спортивное право). - (Серия учебников МГЮА для магистров). - Библиогр. в подстроч. примеч.

13. Алексеев, С.В. Спортивное право России. Правовые основы физической культуры и спорта : учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлениям 030500 "Юриспруденция" и 032101 "Физическая культура и спорт" / С.В. Алексеев ; под ред. засл. юриста Рос. Федерации, П.В. Крашенинникова М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. гос. юрид. акад. им. О.Е. Кутафина. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : ЮНИТИ [и др.], 2012. – 1053 с. : ил., портр. – Библиогр.: с. 1041–1043 и в подстроч. примеч.

14. Алексеев, С.В. Спортивный менеджмент. Регулирование организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий : учебник / С.В. Алексеев ; Министерство образования и науки Российской Федерации,

Московский государственный юридический университет имени О.Е. Кутафина (МГЮА) ; под ред. П.В. Крашенинникова. - М. : Юнити-Дана : Закон и право, 2015. - 687 с.

15. Гигиена физической культуры и спорта : учебник / Е.Е. Ачкасов, И.В. Быков, А.Н. Гансбургский и др. ; под ред. В.А. Маргазина, О.Н. Семеновой, Е.Е. Ачкасова. - 2-е изд., доп. - СПб. : СпецЛит, 2013. - 256 с.

16. Гусов, К.Н. Спортивное право. Правовой статус спортсменов, тренеров, спортивных судей и иных специалистов в области физической культуры и спорта : учебное пособие / К.Н. Гусов, О.А. Шевченко. – Москва : Проспект, 2013. – 112 с.

17. Павлов, С.Е. Секреты подготовки хоккеистов / С.Е. Павлов. – Москва : Физкультура и спорт, 2008. – 224 с.

18. Грецов, А.Г. Психолого-педагогические основы разработки и реализации антидопинговых обучающих программ для подростков и молодежи : научно-методическое пособие / А.Г. Грецов. – Санкт-Петербург : ФГБУ СПбНИИФК, 2013. – 33 с.

19. Грецов, А.Г. Психотехнологии антинаркотической и антидопинговой работы в спорте / А.Г. Грецов. – Санкт-Петербург : ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 144 с.

20. Никулина, О.А. Основы психолого-педагогической превенции использования допинга в спорте (профилактика потребления допинга юными спортсменами) : учебно-методическое пособие / О.А. Никулина. – Санкт-Петербург : ФГБУ СПбНИИФК, 2010. – 160 с.

21. Всемирный Антидопинговый Кодекс [Электронный ресурс] // Официальный сайт ВАДА. – Режим доступа : [www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org).

22. Конвенция против применения допинга (заключена в г. Страсбург 16 ноября 1989 г.) // Бюллетень международных договоров. – 2000. – № 2, февраль.

23. Международная конвенция о борьбе с допингом в спорте (вместе с «Запрещенным списком 2005...», «Стандартами выдачи разрешений на терапевтическое использование») Принята в г. Париж 19 октября 2005 г. на 33-й сессии Генеральной конференции ЮНЕСКО // СЗ РФ. – 2007. – № 24. – Ст. 2835.

24. Олимпийская Хартия / Междунар. олимп. ком. – Москва : Советский спорт, 1996. – 95 с.

26. Трудовой Кодекс Российской Федерации от 30 декабря 2001 года. №197-ФЗ // СЗ РФ. – 2002. – № 1.

27. Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» // СЗ РФ. – 2007. – № 50. – Ст. 6242.

28. Приказ Минспорта России от 9 августа 2016 г. N 947 «Об утверждении Общероссийских антидопинговых правил» [Электронный ресурс] // КонсультантПлюс. – Режим доступа: [http://www.ladafootball.ru/prikaz\\_947.pdf](http://www.ladafootball.ru/prikaz_947.pdf)

Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины:

29. Минспорта России. HTTP: // WWW.MINSPORT.GOV.RU/SPORT/ANTIDOPING /
30. WADA. Официальный сайт. Форма доступа: [www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org).
31. Библиотека международной спортивной информации. Форма доступа: <http://bmsi.ru>.
32. РАА РУСАДА. Официальный сайт. Форма доступа: <http://www.rusada.ru/>.
33. Олимпийский Комитет России. Официальный сайт. Форма доступа: <http://www.olympic.ru>.
34. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: [http://fcior.edu.ru\(link is external\)](http://fcior.edu.ru(link is external))
35. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link is external))
36. Международная ассоциация спортивной информации [http://www.iaso.org/\(link is external\)](http://www.iaso.org/(link is external))
37. Электронно-библиотечная система Университетская библиотека On-line <http://biblioclub.ru/>
38. Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
39. Минобрнауки России <http://Минобрнауки.рф/>
40. Play true magazine (Журнал честная игра) – World anti-doping agency. URL: [https://www.wada-ama.org/en/resources/search?f\[0\]=field\\_resource\\_collections%3A12](https://www.wada-ama.org/en/resources/search?f[0]=field_resource_collections%3A12)

### **Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета, оснащенного техническими средствами обучения: проектор, экран, компьютер с лицензионным программным обеспечением.

### **Оценочные средства для промежуточной аттестации**

#### **Перечень теоретических вопросов:**

1. Понятие допинга, история борьбы с допингом в спорте, общие принципы борьбы с допингом.
2. Ущерб, наносимый допингом идее спорта.
3. Спортивные ценности, спортивная этика, правильное спортивное поведение.
4. Значение антидопингового образования.

5. Проблема злоупотребления наркотиков и допинга в социальном контексте.
6. Проблема злоупотребления наркотиков и допинга в психолого-педагогическом контексте.
7. Проблема злоупотребления наркотиков и допинга в медико-биологическом контексте.
8. Правовое регулирование борьбы с допингом: содержание и принципы антидопинговой Конвенцию Совета Европы.
9. Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте, Всемирный антидопинговый кодекс, антидопинговые международные стандарты.
10. Правовое регулирование борьбы с допингом в Российской Федерации: положения Федерального закона от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации", Общероссийских антидопинговых правил.
11. Международные и национальные антидопинговые организации, роль WADA в борьбе с допингом.
12. Полномочия и обязанности международных и национальных антидопинговых организаций.
13. «Запрещенный список»: его структура и порядок создания.
14. Химическая структура классов веществ, включенных в «Запрещенный список».
15. Эффекты производительности классов веществ, включенных в «Запрещенный список».
16. Последствия для здоровья при использовании запрещенных веществ или методов.
17. Биологический паспорт спортсмена.
18. Разрешение на терапевтическое использование, и порядок его получения.
19. Риск применения пищевых добавок: оценка риска и потребности.
20. Права и обязанности спортсменов, принцип строгой ответственности.

21. Роль и обязанности обслуживающего персонала.
22. Роль спортсменов, обслуживающего персонала, родителей, клубов, спонсоров, политики в борьбе с допингом.
23. Процедуры выбора спортсменов, создание зарегистрированных пулов тестирования и местонахождения, процедуры допинг-контроля для крови и мочи.
24. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории от получения образца до доставки результата.
25. Понятие и виды нарушений антидопинговых правил. Система мер ответственности за применение допинга.
26. Ответственность за применение допинга в российском законодательстве и мировой практике.
27. Опыт профилактики наркомании средствами физической культуры и спорта в России.
28. Принципы организации и проведения антидопинговой профилактической работы.
29. Значение антидопингового образования, организация процесса антидопингового обеспечения в конкретной организации.
30. Роль различных средств массовой информации в профилактической антидопинговой работе.

**Тестовые задания:**

**Что является нарушением антидопинговых правил?**

- Наличие запрещенной субстанции в пробе спортсмена
- Использование или попытка использования запрещенной субстанции или запрещенного метода
- Хранение, распространение и попытка распространения запрещенных субстанций или оборудования для применения запрещенных методов
- Отказ от сдачи пробы или непредоставление пробы без уважительной причины после получения официального уведомления
- Фальсификация или попытка фальсификации в процессе допинг-контроля

Любое сочетание трех нарушений правил доступности спортсменами, которые должны предоставлять информацию о местонахождении (в ADAMS)

Все вышеперечисленное, а также помощь и пособничество в нарушении антидопинговых правил

**Как часто пересматривается Запрещенный список (Список запрещенных субстанций и методов)?**

Не реже одного раза в год

Один раз в пять лет

Запрещенный список был впервые опубликован в 2003 и с тех пор остается неизменным

**Может ли спортсмен отказаться от сдачи пробы?**

Да, если тренер спортсмена разрешит ему не сдавать пробу

Нет, спортсмен должен сдать пробу, иначе отказ будет рассматриваться как нарушение антидопинговых правил

Да, если у спортсмена есть другие планы на ближайшее время, например, спортсмен собирался в кино Выберите:

**Кто должен предоставлять сведения о местонахождении в систему ADAMS?**

Спортсмены, входящие в пул (список) тестирования международной федерации и/или национальной антидопинговой организации

Только спортсмены, участвующие в международных соревнованиях

Спортсмены, планирующие отъезд за пределы России Выберите:

**Может ли применение биологически активной добавки (БАД) привести к неблагоприятному результату анализа пробы?**

Нет, БАДы не могут содержать в себе запрещенные вещества

Нет, если в составе, указанном на упаковке данного БАДа, запрещенные вещества не указаны

Да, применение БАД может привести к неблагоприятному результату анализа пробы, даже если на упаковке отсутствует информация о том, что в их состав входят запрещенные вещества

**Как спортсмен может выразить свои замечания по поводу процедуры отбора допинг-проб?**

Только устно инспектору допинг-контроля

В письме на имя директора антидопингового агентства

В протоколе допинг-контроля

**Какие права имеет спортсмен во время процедуры допинг-контроля?**

Право ознакомиться с удостоверением инспектора допинг-контроля

Право на отсрочку от сдачи пробы по согласованию с ИДК

Право выбора оборудования для сдачи пробы из нескольких предложенных

Все вышеперечисленное

**Как долго может длиться процедура тестирования спортсмена?**

Если в течение 30 минут спортсмен не смог предоставить необходимое количество мочи, то процедура считается законченной

Столько, сколько потребуется спортсмену для сдачи необходимого количества мочи

Столько, сколько посчитает необходимым спортсмен

**Может ли спортсмен получить копию протокола допинг контроля?**

Нет, протокол заполняется в одном экземпляре, который остается у инспектора

Да, копия вручается спортсмену по окончанию процедуры тестирования

Спортсмен получает копию по почте только в случае обнаружения запрещенной субстанции в его пробе

**Сколько раз в течение года спортсмен может быть протестирован?**

Один раз в год

Не более одного раза в месяц

Неограниченное количество раз

**Что такое Запрещенный список ВАДА (Всемирного антидопингового агентства)?**

Это перечень субстанций и методов, запрещенных для использования спортсменами

Это список субстанций и методов, запрещенных для использования только несовершеннолетними спортсменами

Это перечень препаратов, запрещенных для использования на территории России

**Может ли прием запрещенных препаратов в форме капель привести к неблагоприятному результату анализа?**

Нет, запрещенная субстанция может попасть в организм, только если применить препарат, содержащий запрещенную субстанцию, внутрь (например, в форме таблеток)

Да, запрещенная субстанция может попасть в организм и через слизистые (капли в глаза, нос)

**В каком случае допускается прием спортсменом препарата, содержащего запрещенную субстанцию?**

Спортсмен ни при каких обстоятельствах не может использовать запрещенные препараты

В случае если спортсменом было получено разрешение на терапевтическое использование данного препарата

**При каких обстоятельствах допускается хранение тренером препаратов, содержащих запрещенное вещество?**

При оправданных медицинских обстоятельствах (например, при наличии медицинского рецепта на имя тренера) или при наличии разрешения на терапевтическое использование препарата одним из спортсменов

Хранить такие препараты могут и тренеры и сами спортсмены

**Может ли повлечь за собой уголовную ответственность приобретение, хранение и перевозка некоторых запрещенных в спорте субстанций с целью сбыта?**

Нет, Уголовный кодекс не применим в борьбе с допингом

Да, если запрещенная субстанция входит в список сильнодействующих или ядовитых веществ, а ее количество превышает предельно допустимое

**Кто может присутствовать на пункте допинг-контроля в качестве**



### **представителя спортсмена?**

Никто, так как на пункте допинг –контроля может находиться только спортсмен и инспектор допинг-контроля

Только врач команды

Это может быть любой человек на усмотрение спортсмена (тренер, врач, родственник, друг и т.д.)

### **Какие санкции могут быть применены к персоналу спортсмена в случае нарушения им антидопинговых правил?**

Дисквалификация Признание административного правонарушения (по КоАП)

Санкции по трудовому законодательству (расторжение трудового договора)

Уголовная ответственность (если речь идет о приобретении, хранении и перевозке запрещенных в спорте субстанций, которые являются сильнодействующими или ядовитыми веществами, с целью сбыта)

Все вышеперечисленные

### **Какие права имеет спортсмен в случае обнаружения в его пробе запрещенного вещества?**

Право на присутствие при вскрытии и исследовании пробы Б

Право на получение копий документов по результатам исследования пробы

Право на присутствие спортсмена на слушаниях, либо на проведение слушаний в его отсутствие

Все вышеперечисленные

### **К какой группе веществ относятся нандролон, деканоат и метенолон:**

Диуретики

Витамины

Анаболические стероиды

Биологически активные добавки.

### **Ситуационные задачи:**

1. Проверка лекарственных средств. Разрешение на терапевтическое

**использование.** Изучить предложенный материал по теме и заполнить запрос на терапевтическое использование в роли спортсмена (на примере личного опыта или гипотетической ситуации).

**2. Профессиональные ценности спортсмена.** В качестве тренера разработать и описать мероприятие (лекция, игра, беседа и пр.) для проведения мероприятия по профилактике применения допинга для воспитанников ДЮСШ, СДЮШОР возраста 13-15 лет.

## **7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АНТИДОПИНГОВАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Программа направлена на формирование нетерпимости к допингу среди занимающихся в детско-юношеских спортивных школах, а также в училищах олимпийского резерва. Специфический запрос этой аудитории 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 атлеты прекрасно осознают. (В то же время, подробно обсуждать специфику ситуации с допингом именно в избранном виде спорта в данном контексте целесообразным не считаем, т.к. 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. Кроме того, спортсмены знают, что по мере роста мастерства начнут регулярно подвергаться процедуре допинг-контроля, возможно – с необходимостью оформлять разрешение на терапевтическое использование и т.п., поэтому им важно понимание процессуальных аспектов, знание своих прав и обязанностей, понимание меры личной ответственности. (Для тех, кто сам карьеру в сфере спорта не планирует, подобные сведения мало актуальны).

Поэтому программы для спортсменов характеризуются следующими особенностями:

- максимально усиленный личностный компонент, связанный с неприятием допинга как нарушения правил честной борьбы;

- углубленное знакомство с последствиями допинга (с акцентом на тот факт, что эти последствия, и не только медицинские, но и психологические, имеют место даже в тех случаях, когда обман не раскрыт);

- процессуальные моменты проведения допинг-контроля, права и обязанности спортсмена, санкции в случае выявления нарушений и их влияние на дальнейшую карьеру;

- анализ мотивов употребления запрещенных субстанций, в т.ч. обсуждение ситуаций, когда это является следствием внешнего давления.

### Тематический план программы

| №      | 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 имиджевые 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     | Наказания 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 для самостоятельной работы. Заполнение анкеты «Личное отношение к допингу».*

### 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. Агитационные материалы для антидопинговой работы с молодыми спортсменами: методическая разработка / А.Г.Грецов, Т.А.Бедарева. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2014. – 10 с. – УДК 796.011.5.

2. Без наркотиков и допинга: методические рекомендации для молодежи / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016. – 40 с. - ISBN 978-5-9906923-8-1.

3. Мы за честный спорт. Беседы о допинге: информационно-методическое пособие / А.Г.Грецов; иллюстрации Т.А.Бедаревой. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2014. – 51 с. – УДК 796.011.5.

4. Первичная профилактика применения допинга в современном спорте. Образовательная программа для учащихся учебно-тренировочных групп учреждений дополнительного физкультурного образования и 10-11 спортивных классов общеобразовательных школ: методические рекомендации к образовательной программе для тренеров ДЮСШ и СДЮШОР, УОР, учителей физической культуры / К.А.Бадрак; ФГБУ СПбНИИФК. – СПб: Издательство ООО «АртЭго», 2011. – 64 с. ISBN 978-5-91014-030-5.

5. Радуйся честной победе: информационно-методические материалы для подростков и молодежи / А.Г.Грецов; под ред. О.М.Шелкова. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 64 с. – ISBN 978-5-91014-036-7.

6. Спорт – путь к силе: методические рекомендации для подростков и молодежи / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2015. – 52 с. – ISBN 987-5-9906922-5-1.

7. Спорт – путь к привлекательности: методические рекомендации для подростков и молодежи / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2015. – 52 с. – ISBN 978-5-9906922-4-4.

8. Стань победителем: методические рекомендации для молодежи / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016. – 52 с. – ISBN 978-5-9906923-0-0.

9. Твой выбор – здоровый образ жизни: методические рекомендации для подростков и молодежи / А.Г.Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2015. – 56 с. – ISBN 978-5-9906922-6-8.

10. Допинг и проблемы с ним связанные: антидопинговое пособие. – FISU. – 2015. – 113 с. URL: [http://sport.urfu.ru/fileadmin/user\\_upload/common\\_files/sport/docs/pages/Anti-Doping\\_Textbook - Russian - 2015.pdf](http://sport.urfu.ru/fileadmin/user_upload/common_files/sport/docs/pages/Anti-Doping_Textbook_-_Russian_-_2015.pdf)

Дополнительная:

11. Допинг в спорте и проблемы фармакологического обеспечения подготовки спортсменов / В. Н. Платонов, С. А. Олейник, Л. М. Гунина. - М.: Советский спорт, 2010. – 308 с.

12. Допинг и здоровье: методическое пособие / О.А.Чурганов, Е.А.Гаврилова. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 60 с. – ISBN 978-5-91014-035-0.

13. Это модное слово «допинг» (основы профилактики потребления допинга юными спортсменами): учебно-методическое пособие/ О.А.Никулина. – СПб: ФГУ СПбНИИФК, 2010. – 72 с. – ISBN 978-5-94125-195-7.

Рекомендованные интернет-ресурсы:

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

## **8. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АНТИДОПИНГОВАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ЦЕНТРОВ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ**

Программа направлена на формирование нетерпимости к допингу среди молодежи, занимающейся в центрах спортивной подготовки. Она выстроена исходя из того, что в таких центрах, как правило, занимаются молодые спортсмены, имеющие весьма высокий уровень подготовки и значительный тренировочный стаж.

Из этого следует несколько нюансов, которые следует учитывать при организации антидопинговой работы:

- в целом, данный контингент хорошо знаком с проблемой допинга в спорте (в том числе не исключено, что кто-то уже сталкивался с ней на собственном опыте). Общие рассуждения о данном явлении рекомендуется свести к минимуму. Но следует учитывать, что имеющиеся знания зачастую носят фрагментарный, недостаточно системный характер, из виду упускаются некоторые важные нюансы. Представления о допинге могут иметь ярко выраженную субъективную окраску. Задача преподавателя – систематизировать знания и позволить сформировать максимально объективное видение данного явления;

- проблема допинга для значительной части занимающихся в центрах спортивной подготовки имеет личностный характер, приобретает ярко выраженную эмоциональную окраску. Кто-то, возможно, рассматривает дилемму о допустимости нарушения антидопинговых правил для себя лично (или предвидит ее возникновение в будущем), кто-то эмоционально реагирует на победы соперников, которые, как он предполагает, обусловлены допингом;

- молодым спортсменам, имеющим существенные достижения, важно в деталях понимать такие аспекты, как граница между допингом и легальной фармакологической поддержкой, процессуальные моменты допинг-контроля, права и обязанности всех заинтересованных лиц, четкие критерии наступления ответственности. Кроме того, необходимо информирование о самых новых

изменениях в области антидопинговой нормативной базы, запрещенного списка и других нюансов борьбы с допингом. Следует учитывать особенности соревновательных дисциплин, в которых специализируются занимающиеся.

Кроме того, программа должна подразумевать минимум временных затрат, так как напряженный тренировочный график ее адресатов затрудняет возможность длительного обсуждения заявленных проблем. Поэтому, хотя тема в данной целевой аудитории очень актуальна, предлагаемая программа имеет меньшую длительность, чем сходные программы, адресованные другим контингентам слушателей.

Следует учитывать, что отмеченные особенности обуславливают повышенные требования к квалификации преподавателя, реализующего данную программу. Рекомендуется, чтобы это был либо опытный офицер антидопинговой службы, имеющий дополнительную педагогическую подготовку, либо преподаватель образовательной организации высшего образования физкультурно-спортивной направленности (статус не ниже кандидата наук), специализирующийся именно в данной проблематике.

### **Тематический план программы**

| №             | Наименование темы  | Часы      |                   |                        |
|---------------|--|-----------|-------------------|------------------------|
|               |  | всего     | аудиторная работа | самостоятельная работа |
| 1             | Допинг как глобальная проблема современного спорта       | 2         | 2                 |                        |
| 2             | Предотвращение допинга в спорте                          | 2         | 2                 |                        |
| 3             | Допинг-контроль  | 2         | 2                 |                        |
| 4             | Медицинские, психологические, социальные аспекты допинга | 2         | 2                 |                        |
| 5             | Актуальные тенденции в антидопинговой политике           | 4         | 2                 | 2                      |
| 6             | Основы методики антидопинговой профилактики              | 4         | 2                 | 2                      |
| <b>Итого:</b> |  | <b>16</b> | <b>12</b>         | <b>4</b>               |

## **Содержание тем**

### **Тема 1. Допинг как глобальная проблема современного спорта**

Определение понятия «допинг» на основе Всемирного антидопингового кодекса. Антидопинговые правила, 10 видов их нарушений. Исторический обзор проблемы. Причины обострения внимания к допингу в последние десятилетия (прогресс биотехнологий, повышение уровня конкуренции в спорте и приближение достижений к физиологическому пределу, коммерциализация, информатизация, лоббирование интересов). Этические аспекты проблемы допинга. Принципы «фейер плей».

### **Тема 2. Предотвращение допинга в спорте**

Профилактическое и запретительно-контролирующее направления. Организации, реализующие антидопинговую политику (Всемирное антидопинговое агентство, национальные антидопинговые агентства, федерации по видам спорта, Международный олимпийский комитет), их функции. 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 3. Допинг-контроль**

Запрещенный список ВАДА, основания для включения субстанций и методов в него. Структура запрещенного списка. 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. Персонификация ответственности. Наказания за

нарушения антидопинговых правил.

#### **Тема 4. Медицинские, психологические, социальные аспекты допинга**

Допинг и спортивная фармакология. Сущность и границы допустимости фармакологической поддержки. Риски для здоровья, вызываемые применением запрещенных субстанций и методов; отсроченный во времени характер большинства из них. Допинг и проблема аддиктивного поведения. 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. Выход проблемы допинга за рамки спорта.

#### **Тема 5. Актуальные тенденции в антидопинговой политике**

Исторический обзор изменения подходов к антидопинговой работе в спорте. Эволюция понимания допинга от усиливающих возможности методов и средств к нарушению правил честной борьбы. Изменения в антидопинговом законодательстве, практике допинг-контроля, запрещенном списке, произошедшие в последние 2 года. Анализ текущей статистики по выявленным случаям допинга в целом, применительно к представляемым слушателями соревновательным дисциплинам.

*Задание для самостоятельной работы: подготовка аналитического обзора «Специфика проблемы допинга в избранном виде спорта, изменения в этой сфере за последние 2-3 года».*

#### **Тема 6. Основы методики антидопинговой профилактики**

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. Традиционные педагогические методы в решении антидопинговых задач (объяснение, беседа, работа с текстовыми материалами). Интерактивные методы: групповая дискуссия, тренинговые игры и упражнения. Иллюстративные агитационные материалы антидопинговой тематики, рекомендации по их разработке, методика применения на занятиях. Специфика обсуждения проблемы допинга в детских подростково-молодежных аудиториях.

*Задания для самостоятельной работы:*

- 3. Поиск (с использованием интернета) существующих программ антидопинговой профилактики, их критический анализ.*
- 4. Разработка эскиза агитационного плаката антидопинговой тематики ИЛИ подготовка плана беседы с молодыми спортсменами на тему профилактики допинга.*

### **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. Если возраст слушателей курса старше 14 лет, получение согласия их родителей для участия в нем не требуется.

## Рекомендуемая литература

### Основная:

1. Всемирный антидопинговый кодекс» 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).

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., Серeda 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: Галепринт, 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. – 113 с. URL: [http://sport.urfu.ru/fileadmin/user\\_upload/common\\_files/sport/docs/pages/Anti-Doping\\_Textbook\\_-\\_Russian\\_-\\_2015.pdf](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. URL: [https://www.wada-ama.org/en/resources/search?f\[0\]=field\\_resource\\_collections%3A12](https://www.wada-ama.org/en/resources/search?f[0]=field_resource_collections%3A12)