

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА г. РОСТОВА

АНТИДОПИНГОВАЯ ПРОГРАММА
МОУ ДО СШ г. Ростова

ПРИНЯТО
на Педагогическом совете
МОУ ДО СШ г.Ростова
Протокол
от 26.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора
МОУ ДО СШ г.Ростова

от «29» 08.2025 г. № 102

Срок реализации программы: весь период

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая антидопинговая программа разработана для муниципального образовательного учреждения дополнительного образования спортивная школа г. Ростова (далее- Учреждение).

Антидопинговая программа составлена в соответствии с положениями Международной конвенции ЮНЕСКО (о борьбе с допингом в спорте), Всемирного антидопингового агентства WADA, стандартов ФИНА, НП «РУСАДА», законодательства Российской Федерации, рекомендациями Министерства спорта РФ.

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

Настоящая антидопинговая программа направлена на формирование нетерпимости к допингу у обучающихся и спортсменов в Учреждении. Применение допинга в корне противоречит духу спорта.

Актуальность программы заключается в том, что современное развитие спорта характеризуется существенным возрастанием физических психоэмоциональных нагрузок на обучающихся и спортсменов. Это обусловлено совершенствованием технологий их подготовки и жесткой конкуренцией в спорте высших достижений. В совокупности это формирует дополнительные нагрузки на системы адаптации организма обучающихся. Основными задачами настоящей антидопинговой программы являются

- -исключение случаев, использования обучающимися и спортсменами Учреждения в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности препаратов и методов, включенных в «Запрещенный список WADA»;
- -создание условий для внедрения современных методических разработок по поддержанию и повышению функционального состояния обучающихся и спортсменов с использованием разрешенных препаратов, и методов, не включенных в «Запрещенный список WADA»;
- -формирование у обучающихся Учреждения всех возрастных групп, тренеров - преподавателей и обслуживающего персонала антидопинговой культуры.

ПРОГРАММА предусматривает:

- -проведение информационно-образовательных мероприятий, направленных на доведение до обучающихся, тренерско-преподавательского состава Учреждения всех уровней основных положений Всемирного антидопингового кодекса, постоянного информирования о нормативно-методической литературе по этому вопросу, а также подборки специальной литературы;
- -повышение личной ответственности обучающихся, спортсменов и тренеров – преподавателей за недопущение использования в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности препаратов и методов из «Запрещенного списка WADA». Поэтому антидопинговая программа для обучающихся и спортсменов Учреждения характеризуется 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 обучающихся, спортсменов, санкции в случае выявления нарушений и их влияния 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 допингконтроля	1	1	
13.	Наказания за нарушение антидопинговых правил	2	1	1
14.	Профилактика допинга	2	1	1
15.	Не допинговые методы повышения спортивной работоспособности	1	1	
16.	Контроль знаний	1	1	
	Итого	20	16	4

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; присклеемость 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: манипуляция 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, сердечнососудистая, пищеварительная, нервная, половая).
- Несовместимость допинга с ценностным отношением к здоровью.

Тема 7. Допинг и спортивная дисциплина.

- Допинг и спортивная фармакология.
- Наличие разрешенных средств фармакологической поддержки спортсменов, границы ее допустимости.
- Антидопинговые ограничения и лечение заболеваний у обучающихся и спортсменов.
- Разрешение на терапевтическое использование.
- Необходимость консультации специалистов со 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 обучающихся и спортсменов, 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 обучающегося и 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.

Тема11. 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 обучающегося и спортсмена.

Тема.12 Процедура допинг-контроля

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

Тема13.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».

Тема14.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, направленной на формирование нетерпимости к допингу и пропаганду ценности честной спортивной борьбы.

Тема 15. Не допинговые методы повышения спортивной работоспособности.

- Рациональное планирование учебно-тренировочного процесса.
- Необычные условия тренировочного процесса.
- Физиотерапевтические методы. Массаж.
- Спортивное питание.
- Рационализация режима.
- Рекреация.
- Психологическая подготовка обучающихся и спортсменов.

Методические рекомендации к организации проведения занятий.

Занятия могут проводиться либо в стандартных учебных классах, либо в помещениях, оборудованных стульями, позволяющие рассаживать участников в различных конфигурациях (в общий круг, по микрогруппам). Второй предпочтительнее, т.к. облегчает организацию групповых дискуссий. При его реализации следует предусмотреть возможность удобного ведения занятий (наличие твердых папок). 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 получения согласия родителей для участия детей в этом курсе (особенно если в группе присутствуют слушатели, не достигшие возраста 14 лет).