

Министерство спорта и молодежной политики Республики Бурятия

АУ РБ «Центр спортивной подготовки»



Примерная образовательная
антидопинговая программа
для СШ и СШОР

г. Улан-Удэ, 2019 г.

Введение

Цель данной антидопинговой образовательной программы – сформировать установки у подрастающего поколения о недопустимости допинга как явления, несовместимого с воспитательным и оздоровительным потенциалом спорта, но и противоречащего сути спорта как такового.

Программа носит 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. Широкий охват детей и подростков позволит планомерно и систематически осуществлять антидопинговую работу.

Материал программы учитывает особенности восприятия новой информации, освоения знаний и формирования умений контингента СШ и СШОР.

Пояснительная записка

Данная образовательная программа 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. N 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.;

- Образовательной антидопинговой программой, разработанной для различных типов образовательных организаций и организаций, осуществляющих спортивную подготовку, утвержденной министром Российской Федерации П.А. Колобковым от 23.08.2017 г.

Программа включает в себя введение, пояснительную записку, планируемые результаты освоения образовательной программы, тематический план, содержание тем, задания для самостоятельной работы, методические рекомендации к организации и проведению занятий, рекомендуемую литературу.

Программа предназначена для тренеров, осуществляющих свою деятельность в области спортивной подготовки.

Планируемые результаты освоения образовательной программы

Формирование нетерпимости к допингу, начиная с начального этапа спортивной подготовки, с целью предотвращения допинга в спортивной среде. Также акцентирование внимания не только на информирование, но и на ценностно-мотивационную сферу, формирование личностной установки о неприемлемости данного явления.

Тематический план программы для занимающихся на начальном этапе спортивной подготовки

N	Наименование темы	Часы
---	-------------------	------

		всего	аудиторная работа	самостоятельная работа
1	Антидопинговые правила	1	1	
2	Допинг: история и современность	2	1	1
3	Запрещенные субстанции	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
Итого:		16	12	4

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 ("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 5. Допинг как глобальная проблема современного спорта

Допинг как этическая проблема спорта: необходимость соблюдения правил, обеспечивающих честность и равенство условий борьбы. Принципы "фэйр 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 веществ (прежде всего, анаболических стероидов) вне контекста спорта. Экономические и политические аспекты допинга. Влияние отношения к запрещенным веществам (в т.ч. к наркотикам) на систему общественных ценностей.

Задание для самостоятельной работы: подготовка информационного материала (формат на выбор: мультимедиапрезентация, 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 министоликами). Используются иллюстративные материалы и мультимедиапрезентации. Домашние задания даются в устной форме, с записью в рабочую тетрадь. Присутствие родителей не предусмотрено, 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

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/>

Тематический план программы для занимающихся на тренировочном этапе спортивной подготовки

N	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	2	2	

	допинга			
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	
Итого:		30	22	8

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, антидепрессантами, 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 мультимедиапрезентаций. 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/Анциелиович А.А., Ваганова Н.В., Выходец И.Т., Голобородько Е.В., Камаев Н.О., Мирошникова Ю.В., Рогова К.В., Самойлов А.С.,

Серета 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

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. N 240-ФЗ; ИР: 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 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.

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/>

Тематический план программы для занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства

N	Наименование темы	Часы		
		всего	аудиторная работа	самостоятельная работа
1	Допинг как глобальная проблема современного спорта	4	2	2
2	Запрещенные субстанции 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, наркозависимости, "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 мультимедиапрезентаций. 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.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. 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)

**Тематический план программы для занимающихся на этапе
высшего спортивного мастерства**

N	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.

Персонификация 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 веществ: текущие и долгосрочные 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 вещества, в наибольшей степени вызывающие зависимость. Зависимость от стероидных веществ. 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 мультимедиапрезентаций. 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/Анциелиович А.А., Ваганова Н.В., Выходец И.Т., Голобородько Е.В., Камаев И.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. N 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

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 првенции 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. - N 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 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.

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)