

**Принято**  
тренерским советом  
МБУ ДО «СШОР дзюдо, самбо  
имени С.М. Рыбина»



**Утверждаю**  
Директор МБУ ДО  
«СШОР дзюдо, самбо  
имени С.М. Рыбина»

Гусев А.В.  
«10» июля 2023

протокол № 5 от «10» июля 2023

## ПОЛОЖЕНИЕ

*Об организации деятельности по профилактике допинга в МБУ ДО «СШОР дзюдо, самбо им. С.М. Рыбина»*

### I. Общие положения

1.1. Положение принимается для противодействия распространению допинга среди занимающихся в МБУ ДО «СШОР дзюдо, самбо им. С.М. Рыбина» (далее — Учреждение) всех возрастных категорий и охранения того, что действительно важно и ценно для спорта.

1.2. Положение составлено в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- Всемирный антидопинговый КОДЕКС;

- Общероссийские антидопинговые правила;

- Международный стандарт по терапевтическому использованию;

- Международный стандарт по тестированию и расследованию;

- Права и обязанности спортсмена при прохождении процедуры сбора проб

- Тестирование спортсменов;

- Письмо Минспорта России от 23.05.2019 № ПК-04-10/4108 «О внесении изменений в Кодекс административных правонарушений за нарушение установленных законодательством о физической культуре и спорте требований о предотвращении Допинга в спорте и борьбе с ним»;

- Конвенция против применения допинга ETS №135 (Страсбург, 16.11.1989);

- Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011 № 323-ФЗ;

- Федеральный закон «О ратификации Международной конвенции о борьбе с допингом в спорте» от 27.12.2006 № 240-ФЗ;

Международный стандарт Всемирного антидопингового агентства «Запрещенный список 2023»;

1.3. Положение определяет порядок работы тренеров, инструкторов-методистов, занимающихся Учреждения для решения следующих задач:

- формирование ценностно-мотивационной сферы, в которой допинг как заведомо нечестный способ спортивной победы будет неприемлем;

- опровержение стереотипного мнения о повсеместном распространении допинга в большом спорте и невозможности достижения выдающихся результатов без

него, а также о том, что допинг способен заменить тренировочный процесс;

— раскрытие перед занимающимися тех возможностей для роста результатов, которые дают обычные тренировочные средства, а также психологическая подготовка (развитие стрессоустойчивости, волевых качеств);

- воспитание ответственности, привычки самостоятельно принимать решения и прогнозировать их возможные последствия, избежание перекладывания ответственности на третьих лиц.

## **II. Цели, задачи, основные направления профилактической деятельности**

2.1. Основной целью профилактической деятельности является поиск эффективных технологий противодействия применению допинга в детском, юношеском спорте и максимально возможное внедрение их в тренировочный процесс.

2.2. Основными задачами являются:

- выявить отношение к проблеме допинга у занимающегося и тренерского состава;
- способствовать осознанию занимающимися Учреждения актуальности проблемы допинга в спорте;
- обучить занимающихся общим основам фармакологического обеспечения в спорте, предоставление им адекватной информации о препаратах и средствах, применяемых в спорте с целью управления работоспособностью;
- способствовать проявлениям нравственных качеств «Фэйр Плей» (проявление позитивного поведения спортсмена, демонстрируемого на соревнованиях);
- обучить занимающихся основам Всемирного антидопингового кодекса и соблюдению антидопинговых правил в процессе спортивной подготовки;
- обучить спортсменов конкретным знаниям по предупреждению применения допинга в спорте, основам антидопинговой политики;
- обучить занимающихся навыкам проведения спортивных мероприятий по пропаганде идеалов олимпийского движения, здорового образа жизни;
- сформировать устойчивые ценностные ориентации к олимпийским идеалам и ценностям и негативное отношение к допингу в спорте.
- увеличить число занимающихся, ведущих активную пропаганду по неприменению допинга в спорте.

## **III. Основные направления профилактической деятельности**

3.1. Положение включает в себя как теоретические аспекты проблемы применения допинга в спорте, так и формирование практических навыков соблюдения антидопинговых правил, нравственных убеждений у занимающихся.

3.2. Положение направлено на проведение разъяснительной работы по профилактике допинга, консультации спортивного врача и диспансерные исследования занимающихся.

## **IV. Структура и содержание профилактической деятельности**

В рамках реализации мер по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним в Учреждении на основании Стандартов создается план антидопинговых мероприятий (приложение 1).

4.1. Антидопинговые мероприятия реализуются на основании программ спортивной подготовки в разделе «Тактическая, теоретическая, психологическая

подготовка».

4.2. В соответствии с поставленными целевыми установками система обучения по антидопинговым мероприятиям реализуется при методическом сопровождении тренера, инструктора-методиста.

4.3. Примерный тематический план антидопинговых мероприятий для занимающихся по программе спортивной подготовки включает в себя: наименование тем, количество часов по теме (теоретическая подготовка и самостоятельная работа) и содержание тем (приложение 2).

4.4. В соответствии с поставленными целевыми установками система обучения реализуется в форме бесед, включающих разбор методических пособий, просмотр кино и видеоматериалов, обсуждение публикаций в прессе, материалов из средств массовой информации и специализированных журналов, а также путём самообразования - изучения по заданию тренера специальной литературы. Материал преподносится в доступной для каждой возрастной группы форме.

Для достижения целей и реализации задач необходимо выполнение всех мероприятий антидопинговой деятельности.

4.5. Специальные знания по антидопинговой тематике систематически проверяются:

- этап начальной подготовки - при помощи контрольных бесед (опрос) во время практических тренировочных занятий;

- тренировочный этап (этап спортивной специализации) 1 раз в год анкетирование;

- этап совершенствование спортивного мастерства 1 раз в год — анкетирование.

4.6. Сведения о реализации антидопинговых мероприятий - тренер представляет на бумажном носителе с указанием темы, продолжительности и даты проведения занятия, количеством присутствующих и заверяются подписью тренера.

Итоги реализации плана антидопинговых мероприятий (приложение 3) передается в спортивный отдел в конце каждого календарного года, инструктор-методист подшивает к журналу учета групповых занятий по спортивной подготовке.

## Планы антидопинговых мероприятий

№	Содержание мероприятий	Сроки	Ответственный
1	Мониторинг и анализ действующего антидопингового законодательства.	В течение года	Тренеры-преподаватели, зам. директора по СР
2	Ведение раздела «Антидопинг» на официальном сайте Учреждения»	В течение года	зам. директора по СР
3	Оформление и своевременное обновление информации стенда по антидопингу в Учреждении « <i>Спорт и допинг - это несовместимо!</i> ».	В течение года	зам. директора по СР
4	Проведение с лицами, проходящими спортивную подготовку занятий в соответствии с «Примерным тематическим планом антидопинговых мероприятий» (в каждой группе)	В течение года	Тренеры-преподаватели
5	Контроль знаний: - проведение с лицами, проходящими спортивную подготовку опроса, анкетирования по антидопинговой тематике.	В течение года (1 раз в год)	Тренеры-преподаватели

## Примерный тематический план антидопинговых мероприятий

№	Наименование темы	Часы		
		Всего	Теоретическая подготовка	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	
	Всего:	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