

Приложение 1 к приказу БП ОУ ОО  
«Училище олимпийского резерва»  
от 11.01.21 № 11-01-12

ПОЛОЖЕНИЕ О ПРОФИЛАКТИКЕ ДОПИНГА  
БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва»

ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
СРЕДИ ЗАНИМАЮЩИХСЯ  
В БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва»

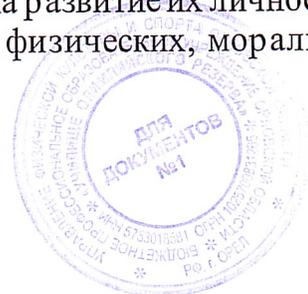
Одна из наиболее острых проблем, стоящих сегодня перед спортивным обществом - проблема допинга. Проблема допинга касается не только элитных спортсменов, принимающих участие в крупных российских и международных соревнованиях, но и спортсменов в самом начале спортивной карьеры. Переоценка своих возможностей объективно подталкивает спортсмена к использованию допинга и дальше, как средства компенсации неправильно принятого решения. Ужесточение антидопинговых мер таких как допинг-контроль и дисквалификация - это важная составляющая борьбы с применением запрещенных препаратов. Однако, антидопинговая образовательная деятельность призвана информировать и предостерегать. Педагогический аспект антидопинговой политики играет огромную роль в формировании отношения к допингу молодых спортсменов. Это внедрение в процесс образования молодых спортсменов теоретических занятий по профилактике допинга в спорте.

1. Общие положения

1.1. Положение принимается для противодействия распространению допинга среди занимающихся всех возрастных категорий и сохранения того, что действительно важно и ценно для спорта. Положение составлено в соответствии с положениями Международной конвенции ЮНЕСКО, Всемирного антидопингового кодекса. Международного стандарта РУСАДА по терапевтическому использованию. Международного стандарта РУСАДА по тестированию. Внутреннего Антидопингового Регламента ФПСР, ВФПР, В ФПС, законодательства РФ, Положений комиссий по видам спорта, указаний и рекомендаций Министерства спорта России и олимпийского комитета России, Запрещенного списка ВАДА.

1.2. Положение определяет порядок работы тренеров, инструкторов, методистов, спортсменов-инструкторов, спортсменов БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва» для решения следующих задач:

- привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям спортом, направленным на развитие их личности, утверждение здорового образа жизни, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств;



- улучшение состояния здоровья, включая физическое развитие; повышение уровня физической подготовленности и спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей и требований программ по видам спорта; профилактика вредных привычек и правонарушений.

2, Цели, задачи, основные направления профилактической деятельности

2.1. Основной целью профилактической деятельности является поиск эффективных технологий противодействия применению допинга в детском и юношеском спорте. Максимально возможно при проведении профилактической работы формировать знания об антидопинговых правилах и внедрять их в тренировочный процесс:

- обучение основам профилактической работы, предоставление адекватной информации об основах спортивной подготовки;

- выявление отношения к проблеме допинга у молодых спортсменов и тренерского состава;

- обучение современным принципам применения фармакологических средств, основам профилактики допинга в спорте;

- увеличение числа детей, подростков и молодежи, ведущих активный досуг и здоровый образ жизни, пропаганда средств физкультурно-спортивной деятельности в профилактике допинга в спорте;

- сформировать устойчивые ценностные ориентации к олимпийским идеалам и ценностям и резко негативное отношение к допингу в спорте.

2.2. Основными задачами являются:

- способствовать осознанию спортсменами актуальности проблемы допинга в спорте;

- способствовать проявлениям нравственных качеств «Фэйр Плей» (проявление позитивного поведения спортсмена, демонстрируемого на соревнованиях), овладению занимающихся знаниями и навыками противостояния применению допинга в повышении работоспособности, составлению индивидуальной фармакологической карты спортсмена;

- обучить занимающихся основам врачебно-педагогического контроля в процессе занятий спортом;

- обучить занимающихся навыкам проведения спортивно-зрелищных мероприятий по пропаганде идеалов олимпийского движения, здорового образа жизни;

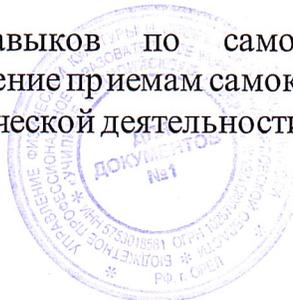
- обеспечить организацию систематического диспансерного обследования спортсменов, занимающихся в БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва».

2.3. Основные направления профилактической деятельности:

- теоретические аспекты проблемы зависимостей, применения допинга в спорте;

- формирование практических навыков по самовоспитанию нравственных убеждений у спортсмена, обучение приемам самоконтроля.

3. Структура и содержание профилактической деятельности



В соответствии с поставленными целевыми установками система обучения реализуется в виде лекций и практических занятий при методическом сопровождении тренера, инструктора-методиста по тематике, направленной на профилактику допинга. Для достижения целей и реализации задач необходимо выполнение всех мероприятий антидопинговой деятельности.

3.1. Психолого-социальные и педагогические основы занятий спортом.

3.1.1. Современное олимпийское движение:

Теоретические занятия Олимпийские игры древности. Современные олимпийские игры. Международный олимпийский комитет - ведущая организация олимпийского движения. Олимпийский комитет России. Современный олимпийский символ; олимпийский девиз; эмблема МОК; олимпийский флаг; олимпийский огонь.

Практические занятия. Проведение спортивно-зрелищных мероприятий по пропаганде идеалов Олимпийского движения.

3.1.2: Развитие нравственной сферы личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности

Теоретические занятия Этические нормы, регулирующие поведение и взаимоотношения в сфере спортивной деятельности, составляющие спортивную этику.

Практические занятия Формирование нравственных убеждений у спортсмена в процессе тренировочных занятий и соревнований. Руководство самовоспитанием спортсмена.

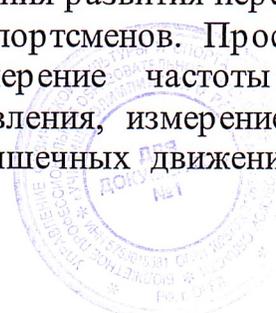
3.1.3: Приобщение спортсмена к здоровому стилю жизни  
Теоретические занятия Понятие здоровья. Виды здоровья. Факторы риска в образе жизни людей. Здоровый образ жизни - основа индивидуального стиля жизни. Уровень знаний ведения здорового образа жизни. Практические занятия Ведение дневника самоконтроля спортсмена. Проведение дискуссий, диспута на тему: «Вредные привычки и спорт»

3.2. Медико-биологические основы занятий спортом.

3.2.1. Роль занятий спортом в повышении функциональных возможностей организма человека.

Теоретические занятия. Понятие о физическом развитии и физической подготовленности. Двигательные способности и их воспитание посредством систематических занятий спортом. Спортивная деятельность как форма совершенствования жизненно-важных двигательных умений и навыков. Построение тренировочного занятия. Этапы спортивной подготовки. Виды физической нагрузки. Циклы тренировочной нагрузки.

3.2.2. Основы врачебно-педагогического контроля в процессе занятий спортом  
Теоретические занятия Цели и задачи врачебно-педагогического контроля - основы и принципы предупреждения развития переутомления и патологических изменений организма у спортсменов. Простые методы контроля; визуальное наблюдение, измерение частоты сердечных сокращений, измерение артериального давления, измерение жизненной емкости легких, определение быстроты мышечных движений. Сложные



методы контроля: биохимические методы (анализ крови, анализ мочи), инструментальные методы (электрокардиография, электромиография), радиотелеметрические (измерение ЧСС, частоты дыхания на расстоянии). Самоконтроль спортсмена. Данные самоконтроля: субъективные (настроение, самочувствие, аппетит, сон, желание заниматься, переносимость нагрузки, потоотделение, нарушение режима, наличие болевых ощущений) и объективные (ЧСС до и после тренировки, АД, Частота дыхания, определение длины и массы тела и др.).

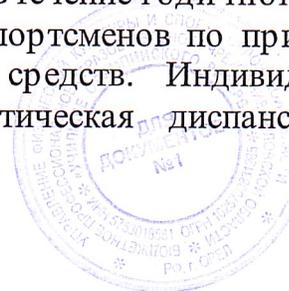
Практические занятия. Ежегодное проведение диспансеризации спортсменов. Обучение занимающихся приемам самоконтроля. Ведение дневника спортсмена.

### 3.2.3. Роль спорта в профилактике вредных привычек.

Теоретические занятия Понятие о вредных привычках. Влияние табакокурения на физическое развитие и умственную работоспособность человека. Табакокурение и спорт - несовместимые составляющие в жизни спортсмена. Понятие «алкоголизм». Действие алкоголя на нервную систему и умственную работоспособность. Алкогольная деградация личности. Алкоголь и спорт - несовместимые составляющие в жизни спортсмена. Параметры, характеризующие понятие «наркотическое средство». Наркотики и их влияние на организм. Механизм формирования наркотической зависимости. Наркотики и спорт - несовместимые составляющие в жизни спортсмена. Анализ собственного образа жизни. Анкетирование, просмотр видеофильмов, свидетельствующих о вредном влиянии табакокурения, алкоголизма, наркомании. Обсуждение и дискуссия просмотренного материала. Практические занятия Проведение физкультурно-спортивных мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек, наркомании (Первенство спортивной школы, города, области) по различным видам спорта под девизом «Спорт против наркотиков». Спартакиада (города, области) под девизом «Спортивная школа - да! Наркотикам - нет!» и другие спортивные мероприятия профилактической направленности.

### 3.3. Профилактика применения допинга среди спортсменов.

3.3.1. Современные принципы применения фармакологических средств для восстановления и повышения работоспособности спортсмена Теоретические занятия Факторы, лимитирующие работоспособность. Фармакологическое обеспечение этапов подготовки спортсменов: подготовительный период; базовый период; предсоревновательный период. Сбалансированное питание и прием не запрещенных фармакологических веществ естественного и искусственного происхождения, способствующих обеспечению высокой работоспособности спортсменов. Практические занятия Составление индивидуальной фармакологической карты спортсмена в период подготовки и участия в соревнованиях в течение годичного цикла. Проведение разъяснительной работы среди спортсменов по применению различных фармакологических веществ и средств. Индивидуальные консультации спортивного врача. Систематическая диспансеризация спортсменов.



3.3.2: Применение допинговых средств и методов: что нужно знать каждому спортсмену.

Теоретические занятия Лекарственные препараты и методы, применяемые спортсменами для искусственного, принудительного повышения работоспособности в период тренировочного процесса и соревновательной деятельности. Запрещенные вещества: 1) стимуляторы; 2) наркотики; 3) анаболические агенты; 4) диуретики; 5) пептидные гормоны, их аналоги и производные. Запрещенные методы: 1) кровяной допинг; 2) физические, химические, фармакологические манипуляции искажения показателей мочи. Наркотические анальгетики - лекарственные средства природного, полусинтетического и синтетического происхождения, имеющие выраженный болеутоляющий эффект с преимущественным влиянием на ЦНС, а также свойство вызывать психическую и физическую зависимость (наркоманию).

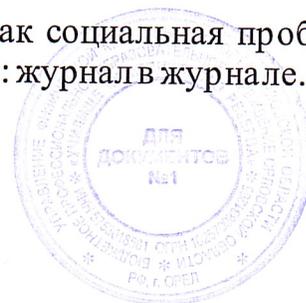
Практические занятия Проведение разъяснительной работы среди спортсменов по недопустимости применения допинговых средств и методов. Индивидуальные консультации спортивного врача.

3.3.3. Государственные меры профилактики допинга в спорте Теоретические занятия Деятельность Всемирного антидопингового агентства (ВАДА). Всемирный антидопинговый кодекс - универсальный документ, на котором основывается Всемирная антидопинговая программа. Общероссийские антидопинговые правила. Положение об организации и проведении антидопингового контроля в области физической культуры и спорта в Российской Федерации Практические занятия Семинар и обсуждение антидопинговых правил и допинг-контроля. Проведение разъяснительной работы о недопустимости применения допинговых средств и методов. Распределение материала осуществлять тренерами самостоятельно и формировать у спортсменов: - представление о допинге в спорте и о его последствиях для спортсменов, общества и спорта высших достижений. - представление о законодательных и программно-нормативных документах по антидопинговой политике в спорте. - четкие ценностные морально-этические ориентации к принципам «Справедливой игры» в спорте. - формировать отношение к допингу как резко негативное - включить в Положения о соревнованиях, проводимых под эгидой БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва» пункта о необходимости подачи и подписи антидопинговой декларации спортсменами, тренерами, врачом.



Необходимая нормативная документация и литература для использования в работе по профилактике допинга в спорте:

1. Федеральный закон «О физической культуре и спорте» от 04.12.2007 № 329-ФЗ
2. Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
3. Всемирный антидопинговый кодекс.
4. Общероссийские антидопинговые правила.
5. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях.
6. Уголовный кодекс Российской Федерации.
7. Порядок проведения допинг-контроля.
8. Приказ Минспорта России от 30.11.2016г. №1232 «Об утверждении перечней субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте».
9. Справочное руководство для спортсменов по Всемирному антидопинговому Кодексу 2021.
10. Запрещенный список ВАДА 2021.
11. Абзалов Р, Павлова О., Нестеров Д. Тема года: спорт и допинг. // Теория и практика физической культуры. - 2000. - №3. - С. 27,38.
12. Абсолямов Т. М., Савин Л. В. Борьба с допингом в Российской Федерации. // Вестник спортивной науки. -2004. - №1. -С. 45-49.
13. Бадрак К. А. Допинг в спорте - как проблема нравственности. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2010. - №1. - С. 70- 72.
14. Бадрак К. А. Отношение к проблеме допинга в спортивных школах. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2010. - №2. - С. 37-38.
15. Бадрак К. А. Образовательная компонента антидопинговой политики России (анализ проблемы и возможные пути её решения). // Проблемы и перспективы развития физической культуры в России и странах ближнего зарубежья: сборник научных статей / под ред. В. Л. Крайника, П. Г. Воронцова. - Барнаул: АлтГПА, 2010.- С. 9-12.
16. Бадрак К. А. Развитие антидопинговой политики в России: анализ деятельности национальной антидопинговой организации «РУСАДА». // Россия в глобальном мире. Социально-теоретический альманах №19, приложение к журналу для ученых «Клио». СПб.: Полторак, 2010. - С. 191-199.
17. Маркушина Н. Ю. Российская Федерация и поиск роли в концепции «Новый Север». // Каспийский регион: политика, экономика, культура. - 2010. - №1.-С. 13-20.
18. Михайлова Т. В. Допинг в спорте, как социальная проблема. // Теория и практика физической культуры: Тренер: журнал в журнале. 2009. - №7. - С. 66-72



19. Ратнер А. Б. МОК и борьба с допингом в спорте на современном этапе. // Теория и практика физической культуры. - 2001. - №7. - С. 9-10.

20. Томилов В. Н. Педагогика спорта: возможное направление. // Теория и практика физической культуры. - 2001. - №4. - С. 18-21.

21. Шелков О. М., Ильин Е. П., Баряев А. А., Шелкова Л. Н., Бадрак К. А. Систематизация отечественного и мирового опыта противодействия применению допингов в спорте. Сборник научных трудов Санкт-Петербургского ПИИ физической культуры. Итоговая научная конференция, 21 декабря 2009 года. - Санкт-Петербург: СПбПИ-ИФК, 2010. - С. 136-140.

22. Шелков О. М., Бадрак К. А. Направления деятельности в системе предотвращения допинга в спорте. // Адаптивная физическая культура. - 2010. - №3. - С. 51-53.

23. Baiyaev A., Shelkov O., Shelkova L., Badrak K. The attitude to problem at sports schools of Russia. // Nordic conference: Interdisciplinary perspectives on health, participation and effects of sport and exercise. - Denmark, 28-30 October, 2010. - P. 88.

24. World anti-doping code. // World antidoping agency. Montreal, Quebec, Canada. 2009. - 135 p.



Приложение 2 к приказу БП ОУ ОО  
«Училище олимпийского резерва»  
от 11.01.21 № 11-01-12

**План антидопинговых мероприятий  
в БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва»**

№	Наименование мероприятий	Сроки	Ответственный
1	Организация и проведение лекций по актуальным вопросам антидопинга для учащихся и спортсменов учреждения по тематическому плану.	Сентябрь-зимние виды спорта; апрель-летние виды спорта	Главный врач БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва»
2	Организация и проведение лекций по актуальным вопросам антидопинга для тренеров учреждения по тематическому плану.	Сентябрь-зимние виды спорта; май-летние виды спорта	Главный врач БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва»
3	Организация и проведение лекций по актуальным вопросам антидопинга для родителей спортсменов и учащихся по тематическому плану.	Сентябрь Октябрь	Заместитель генерального директора по УСР
4	Организация и содействие в проведении тестирования на применение запрещенных в спорте субстанций и методов абитуриентов	При поступлении Анализ НПА о запрете спортивной деятельности	Заместитель генерального директора по УСР
5	Ознакомление с антидопинговыми правилами спортсменов и учащихся учреждения с оформлением антидопингового обязательства	При поступлении	Спортивный отдел БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва»
6	Организация и проведение уроков по программе учебной дисциплины «Антидопинг»	По плану, утвержденному на начальником Управления физической культуры и спорта Орловской области	Спортивный отдел БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва»
7	Проведение первичного инструктажа по антидопинговому законодательству тренеров при поступлении на работу	По списку	Руководители структурных подразделений
8	Оформление стенда по антидопингу с постоянным и своевременным обновлением методического материала.	май	Заместитель генерального директора по УСР
9	Участие в образовательных семинарах по антидопинговой тематике, проводимых по программе «Честный спорт» Москомспорта	По плану, утвержденному на начальником Управления физической культуры и спорта Орловской области	Заместитель генерального директора по УСР

