Рекомендовано Министерством спорта РФ 23.08.2017 г.

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 спортаи, 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. Большее 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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование темы | Часы | | |
| всего | аудиторных | 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 («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. -ISBN978

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 длятренеров ДЮСШ и СДЮШОР, УОР, учителей физической культуры / К.А.Бадрак; ФГБУ СПбНИИФК. –СПб: Издательство ООО «АртЭго», 2011. – 64 с.

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.

6. Спорт –путь к силе: методические рекомендации для подростков и

молодежи / А.Г.Грецов. –СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2015. –52 с.