

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования спортивная школа № 1
комитета по физической культуре и спорту Администрации города Иванова

СОГЛАСОВАНО

На заседании Педагогического совета
МБУ ДО СШ №1

Протокол от 17.11.2025

56

УТВЕРЖДАЮ:
врио директора Л.А. Федосеева

Приказ № 01-09-26 от 17.11.2025



Дополнение
в дополнительную образовательную программу
спортивной подготовки по виду спорта «самбо»
раздел: «Программный материал, направленный на предотвращение
допинга в спорте и борьбу с ним»

Разработчики:

заместитель директора по УВР М.А. Курский

Тренер-преподаватель Д.В. Осипов

План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.

В соответствии с законодательством Российской Федерации в области физической культуры и спорта к числу обязанностей образовательных организаций, осуществляющих спортивную подготовку, относится реализация мер по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним.

Антидопинговые мероприятия направлены на проведение разъяснительной работы по профилактике применения допинга, консультации врача. План антидопинговых мероприятий составляется Организацией на учебный год с учетом учебного плана, учебно-тренировочного графика. **План направлен на решение следующих задач:**

1. формирование ценностно-мотивационной сферы, способствующей привитию честных способов борьбы в спорте;
2. 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;
3. раскрытие перед занимающимися легкой атлетикой молодыми людьми тех возможностей для роста результатов, которые дают обычные тренировочные средства, а также психологическая подготовка (развитие стрессоустойчивости, волевых качеств);
4. формирование у занимающихся легкоатлетов более широкого взгляда на жизненные и, в частности, профессиональные перспективы, где спорт будет не самоцелью, а лишь одной из ступенек на пути к достижению жизненных успехов;
5. воспитание ответственности, привычки самостоятельно принимать решения и прогнозировать их возможные последствия, избегание перекладывания ответственности на третьих лиц;
6. пропаганда принципов fair-play («честная игра»), отношения к спорту как к площадке для честной конкуренции и воспитания личностных качеств;
7. повышение в глазах молодежи ценности здоровья и пропаганда отношения к спорту как к способу его достижения, а не как к площадке для самоутверждения, где нужно побеждать любой ценой. Всемирный антидопинговый Кодекс является основополагающим и универсальным документом, на котором основывается Всемирная антидопинговая программа в спорте.

Антидопинговые правила, как и правила соревнований, являются спортивными правилами, по которым проводятся соревнования. Спортсмены принимают эти правила как условие участия в соревнованиях и обязаны их соблюдать. Допинг определяется, как совершение одного или нескольких нарушений антидопинговых правил.

К нарушениям антидопинговых правил относятся:

1. Наличие запрещенной субстанции, или ее метаболитов, или маркеров в пробе, взятой у спортсмена.
2. Использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода;
3. Уклонение, отказ или неявка спортсмена на процедуру сдачи проб.
4. Нарушение спортсменом порядка предоставления информации о местонахождении

5. Фальсификация или попытка фальсификации любой составляющей допинг контроля со стороны спортсмена или иного лица.
6. Обладание запрещённой субстанцией или запрещённым методом со стороны спортсмена или персонала спортсмена.
7. Распространение или попытка распространения любой запрещённой субстанции или запрещённого метода спортсменом или иным лицом.
8. Назначение или попытка назначения спортсменом или иным лицом любому спортсмену в соревновательном периоде запрещённой субстанции или запрещённого метода, или назначение или попытка назначения любому спортсмену во внесоревновательном периоде, запрещённой субстанции или запрещённого метода, запрещённого в внесоревновательный период.
9. Соучастие или попытка соучастия со стороны спортсмена или иного лица.
10. Запрещённое сотрудничество со стороны спортсмена или иного лица.
11. Действия спортсмена или иного лица, направленные на воспрепятствование или преследование за предоставление информации уполномоченным органам. В отношении спортсмена действует «принцип строгой ответственности».

Персональной обязанностью каждого спортсмена является недопущение попадания запрещённой субстанции в его организм, а также неиспользование запрещённого метода. Всемирное антидопинговое агентство обращает особое внимание на использование спортсменами пищевых добавок, так как во многих странах правительства не регулируют соответствующим образом их производство. Это означает, что ингредиенты, входящие в состав препарата, могут не соответствовать субстанциям, указанным на его упаковке. Информация о видах нарушений антидопинговых правил, сервисах по проверке препаратов, рисках использования биологически-активных добавок, процедуре «допинг контроля», а также о документах, регламентирующих антидопинговую деятельность, размещена на информационном стенде организации, осуществляющей спортивную подготовку.

Также, есть раздел «Антидопинг» на сайте организации со всеми необходимыми материалами и ссылками на сайт РАА «РУСАДА».

Среди мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним, выделяют беседы с обучающимися в условиях учебно-тренировочных занятий, беседы с родителями в рамках родительских собраний об определении понятия «допинг», последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил, об особенностях процедуры проведения допинг-контроля.

План мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте представлен в таблице

Таблица

Спортсмены	Вид программы	Тема	Ответственный за проведение мероприятия	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятия
Этап начальной подготовки	1. Веселые старты	«Честная игра»	Тренер – преподаватель	1-2 раза в год по плану тренера – преподавателя.	Пример программы мероприятия (приложение №1) РУСАДА http://ist.rusada.ru/ Обязательное составление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео
	2. Теоретическое занятие	1. Что такое допинг и допинг контроль? 2. Исторический обзор проблемы допинга. 3. Последствие допинга. 4. Допинг и зависимое поведение. 5. Профилактика допинга. 6. Как повысить результаты без допинга? 7. Причины борьбы с допингом.	Тренер - преподаватель	1 раз в год	По плану тренера –преподавателя.
	3. Практическое занятие	Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»)		1 раз в месяц	Научить юных спортсменов проверять лекарственные препараты через сервисы по проверке препаратов в виде

Тренировочный этап (до 2 лет обучения)			Тренер - преподаватель		самостоятельной проверки дома). Сервис по проверке препаратов на сайте РАА «РУСАДА»: http://list.rusada.ru/ (приложение №2).
	4.Родительское собрание	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	Тренер - преподаватель	2 раза в год	2 раза в год
	5. Теоретическое занятие	Онлайн обучение на сайте РУСАДА	Спортсмен	1 раз в год	Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования. Ссылка на онлайн курсы РУСАДА: https://course.rusada.ru/
	1. Теоретическое занятие	1. Профилактика применения допинга среди спортсменов 2. Основы управления работоспособностью спортсменов 3. Мотивация нарушений антидопинговых правил 4. Запрещенные субстанции и методы 5. Допинг и спортивная медицина	Тренер - преподаватель	по плану тренера – преподавателя.	1 раз в год
	2.Родительское собрание	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	Тренер - преподаватель	2 раза в год	2 раза в год
	3.Практическое занятие	Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»)	Тренер - преподаватель	1 раз в месяц	Научить юных спортсменов проверять лекарственные препараты через

					сервисы по проверке препаратов в виде самостоятельной проверки дома). Сервис по проверке препаратов на сайте РАА «РУСАДА»: http://ist.rusada.ru/ (приложение №2).
	4. Веселые старты	«Честная игра»	Тренер - преподаватель	1-2 раза в год по плану тренера – преподавателя.	Пример программы мероприятия (приложение №1) РУСАДА http://ist.rusada.ru/ Обязательное составление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео
	5. Теоретическое занятие	Онлайн обучение на сайте РУСАДА	спортсмен	1 раз в год	Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования. Ссылка на онлайн курсы РУСАДА: https://course.rusada.ru/
Тренировочный этап (от 2 лет обучения)	1. Теоретическое занятие	1. Нормативно-правовая база антидопинговой работы 2. Допинг как глобальная проблема современного спорта 3. Характеристика допинговых средств и методов 4. Наказания за нарушение антидопинговых правил 5. Недопинговые методы повышения спортивной работоспособности	Тренер - преподаватель	1 раз в год	По плану тренера –преподавателя

	6. Международные стандарты для списка запрещённых средств и методов Всемирный антидопинговый кодекс и его характеристика			
2. Родительское собрание	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	Тренер - преподаватель	2 раза в год	2 раза в год
3. Практическое занятие	Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещённый список»)	Тренер - преподаватель	1 раз в месяц	Научить юных спортсменов проверять лекарственные препараты через сервисы по проверке препаратов в виде самостоятельной проверки (дома). Сервис по проверке препаратов на сайте РАД «РУСАДА»: http://list.rusada.ru/ (приложение №2).
4. Веселые старты	«Честная игра»	Тренер - преподаватель	1-2 раза в год по плану тренера – преподавателя.	Пример программы мероприятия (приложение №1) РУСАДА http://list.rusada.ru/ Обязательное составление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео
5. Теоретическое занятие	Онлайн обучение на сайте РУСАДА	спортсмен	1 раз в год	Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования. Ссылка на онлайн курсы РУСАДА: https://course.rusada.ru/

Определения терминов.

Антидопинговая деятельность - антидопинговое образование и информирование, планирование распределения тестов, ведение регистрируемого пула тестирования, управление биологическим паспортом спортсмена, проведение тестирования, организация анализа проб, сбор информации и проведение расследований, обработка запросов на получение разрешения на терапевтическое использование, обработка результатов, мониторинг и обеспечение исполнения применяемых последствий нарушений, а также иные мероприятия, связанные с борьбой с допингом, которые осуществляются антидопинговой организацией или от ее имени в порядке установленном Всемирный антидопинговый кодексом и (или) международными стандартами.

Антидопинговая организация - ВАДА или Подписавшаяся сторона, ответственная за принятие правил, направленных на инициирование, внедрение и реализацию любой части процесса допинг-контроля. В частности, Антидопинговыми организациями являются Международный олимпийский комитет, Международный параолимпийский комитет, другие Организаторы крупных спортивных мероприятий, которые проводят тестирование на своих спортивных мероприятиях, Международные федерации и национальные антидопинговые организации. ВАДА - Всемирное антидопинговое агентство. В несоревновательный период - любой период, который не является соревновательным. Всемирный антидопинговый Кодекс (Кодекс) - основополагающий и универсальный документ, на котором основывается Всемирная антидопинговая программа в спорте.

Цель Кодекса заключается в повышении эффективности борьбы с допингом в мире путём объединения основных элементов этой борьбы. Запрещённая субстанция - любая субстанция или класс субстанций, приведённых в Запрещённом списке. Запрещённый список - список, устанавливающий перечень Запрещённых субстанций и Запрещённых методов. Запрещённый метод - любой метод, приведённый в Запрещённом списке.

РУСАДА - Российское антидопинговое агентство «РУСАДА». Соревновательный период - период, начинающийся в 23:59 накануне дня спортивного соревнования, на котором запланировано участие спортсмена, и заканчивающийся в момент окончания соревнования или процесса отбора проб, относящегося к данному соревнованию, в зависимости от того, что позднее.

Пример программы мероприятия «Веселые старты». Целевая аудитория: спортсмены этапа начальной подготовки. Цель: ознакомление юных спортсменов с ценностями спорта и принципами честной игры, формирование «нулевой терпимости к допингу». План реализации: проведение интерактивных занятий с использованием методических рекомендаций РУСАДА. Предлагаемые темы, для иллюстрации которых вы можете придумать игры, связанные с вашим видом спорта: равенство и справедливость; роль правил в спорте; важность стратегии; необходимость разделения ответственности; гендерное равенство. Также Вы можете воспользоваться следующими играми (которые основаны на рекомендациях ВАДА <http://rusada.ru/education/for-children/programmy-dlya-detey-ipodrozkov.php>).