

Российская Федерация  
Министерство образования Калининградской области

Государственное автономное учреждение Калининградской  
области дополнительного профессионального образования  
**«Институт развития образования»**

236016, г. Калининград, ул. Томская, 19  
тел/факс: (4012) 578-301  
e-mail: info@koiro.edu.ru  
www.koiro.edu.ru

ОГРН 1023901014323  
ИНН 3906020548

Дополнительная профессиональная программа  
повышения квалификации  
**«Антидопинговое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности»**

Программа обсуждена и утверждена  
на заседании Ученого совета  
от 10.05.2018 г. (Протокол № 5)

Председатель Ученого совета



Л.А. Зорькина/

Калининград  
2018

**Лист согласования**

**Составитель:** Козина Ж. Г., методист кафедры педагогики и психологии Калининградского областного института развития образования.

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «*Анти-допинговое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности*» обсуждена и утверждена на заседании кафедры педагогики и психологии Калининградского областного института развития образования (протокол № 7 от 7 мая 20118 г.).

**И. о. заведующего кафедрой педагогики и психологии**  /О. А. Блохина/  
(подпись)


Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «*Анти-допинговое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности*» утверждена Ученым советом Калининградского областного института развития образования (протокол № 5 от 10.05. 2018 г.).

Программа пересмотрена на заседании Ученого совета

Внесены следующие изменения (или изменений не внесено):

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

**Проректор по научно-методической работе**

 /В. П. Вейдт/

## Содержание

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации  
«Антидопинговое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности»

	Стр.
Список сокращений и условных обозначений .....	4
Пояснительная записка.....	5
Учебный план дополнительной профессиональной программы повыше- ния квалификации «Антидопинговое обеспечение физкультурно- спортивной деятельности».....	8
Календарный учебный график дополнительной профессиональной про- граммы повышения квалификации «Антидопинговое обеспечение физ- культурно-спортивной деятельности».....	9
Рабочие программы образовательных модулей дополнительной про- фессиональной программы повышения квалификации «Антидопинго- вое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности».....	10
Итоговая аттестация.....	23

## СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ И УСЛОВНЫХ ОБОЗНАЧЕНИЙ

РУСАДА	Российское антидопинговое агентство
ADAMS (АДАМС)	ADAMS — Anti-Doping Administration & Management System, АДАМС — система антидопингового администрирования и менеджмента
БАД	Биологически активные добавки
Минобрнауки России	Министерство образования и науки Российской Федерации
Минспорт России	Министерство спорта Российской Федерации
СПб	Санкт-Петербург
СПбНИИФК	Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры
СКФУ	Северо-Кавказский федеральный университет
АГПИ	Арзамаский государственный педагогический институт



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Актуальность программы.** Допинг представляет собой серьезную проблему, значимость которой в настоящее время вышла за рамки спорта и, в частности, оказалась связана с репутационными потерями для страны в целом. Решение данной проблемы не может ограничиваться контрольно-запретительными мерами, потому не менее важно формирование у специалистов в области физической культуры и спорта (тренеров, преподавателей) установки о нетерпимости к данному явлению на ценностно-мотивационном уровне. Обсуждение проблемы допинга расширяет возможности решения задачи профилактики зависимого поведения в подростково-молодежной среде, в том числе и среди подростков и молодежи, не относящихся к спортсменам.

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Антидопинговое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности» (далее – Программа) разработана на основе образовательных антидопинговых программ, подготовленных Министерством спорта Российской Федерации совместно с Министерством образования и науки Российской Федерации и Российским антидопинговым агентством «РУСАДА» во исполнение поручения Президента Российской Федерации от 09.11.2016 № 2179.

Содержание программы направлено на повышение квалификации специалистов сферы физической культуры и спорта, для которых проблема антидопинговой профилактики актуальна, так как непосредственно связана с их трудовой деятельностью. Таким специалистам важно иметь общую осведомленность о проблеме допинга и борьбы с ним, выработать твердую личностную позицию о недопустимости данного явления, а также быть готовыми обсуждать эту проблему со своими подопечными.

**Цель программы:** совершенствование профессиональной деятельности специалистов сферы физической культуры и спорта в области проектирования антидопинговой профилактической работы с учетом специфики детской и подростково-молодежной среды.

**Задачи программы:**

- расширение информационного поля специалистов в области антидопинговой деятельности;
- формирование системы знаний о стимулировании и мотивация деятельности обучающихся, приемах и методах организации деятельности профилактической направленности;
- развитие практических умений и навыков проведения деятельности по предотвращению применения допинга среди различного контингента обучающихся.

**Связь дополнительной профессиональной программы с профессиональными стандартами.** Программа разработана с учетом Профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 08 сентября 2015 года № 613н.



<b>Наименование выбранного профессионального стандарта</b>	«Педагог дополнительного образования детей и взрослых»
<b>Наименование обобщенной трудовой функции</b>	Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам
<b>Наименование трудовой функции</b>	Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы
<b>Трудовые действия</b>	Организация, в том числе стимулирование и мотивация деятельности и общения учащихся на учебных занятиях
<b>Необходимые умения</b>	Устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с учащимися, создавать педагогические условия для формирования на учебных занятиях благоприятного психологического климата, использовать различные средства педагогической поддержки учащихся
<b>Необходимые знания</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Техники и приемы общения (слушания, убеждения) с учетом возрастных и индивидуальных особенностей собеседников.</li> <li>2. Техники и приемы вовлечения в деятельность, мотивации учащихся различного возраста к освоению избранного вида деятельности (избранной программы).</li> <li>3. Меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье учащихся, находящихся под их руководством</li> </ol>

**По итогам освоения Программы слушатель будет:**

**Знать:**

- правовое регулирование борьбы с допингом;
- понятие допинга, общие принципы борьбы с допингом, ущерб, наносимый допингом идее спорта, процедуру проведения допинг-контроля;
- понятие и виды нарушений антидопинговых правил, систему мер ответственности за применение допинга;
- меры ответственности за жизнь и здоровье обучающихся, находящихся под его руководством.

**Уметь:**

- свободно ориентироваться в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедуру допинг-контроля, правовые последствия применения допинга, способы защиты прав спортсмена;
- доводить до обучающихся, воспитанников, студентов общие принципы и правила борьбы с допингом;
- критически оценивать свое поведение, поведение других спортсменов, тренеров, медицинского персонала, а также детей, подростком и молодежи, не являющихся спортсменами.

**Владеть:**

- приемами общения с учетом возрастных и индивидуальных особенностей контингента;

– методами мотивации обучающихся различного возраста к освоению избранного вида деятельности на принципах честной спортивной конкуренции;

– практическими навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга со спортсменами, обучающимися, воспитанниками, их родителями, студентами.

Для успешного освоения программы в Институте имеются следующие **организационно-педагогические условия**: лекционные аудитории, актовый зал, библиотека с необходимой учебной и научной литературой, современное мультимедийное оборудование, предоставляется открытый доступ в сеть Интернет.

Образовательная деятельность обучающихся предусматривает следующие виды учебных занятий: лекции, практические занятия, семинары, выполнение аттестационной работы в виде тестирования.

Программа базируется на принципах профессиональной целесообразности (подбор содержания, методов, форм обучения специалистов с учетом специфики их деятельности), дополнения и расширения профессиональных функций специалистов (формирование дополнительной общепрофессиональной компетенции), проблемности содержания (нацеленность на решение задач практической деятельности) и модульности проектирования (модульное представление учебного материала).

**Кадровый потенциал реализации программы.** К организации образовательного процесса предполагается привлечение специалистов Института рекреации, туризма и физической культуры Балтийского федерального университета имени Иммануила Канта, училища олимпийского резерва Калининградской области, представителей регионального органа управления в сфере физической культуры и спорта, а также опытных практиков в области организации профилактических мероприятий. Все преподаватели в обязательном порядке имеют высшее образование по профилю профессиональной деятельности, а также стаж педагогической работы не менее пяти лет.



## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации  
«Антидопинговое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности»  
(базовый уровень)

**Категория слушателей:** тренеры, тренеры-преподаватели, инструкторы-методисты, инструкторы по спорту, руководители физкультурно-спортивных организаций, инструкторы по физической культуре дошкольных образовательных организаций, учителя физической культуры общеобразовательных организаций, преподаватели физического воспитания организаций профессионального образования, педагоги дополнительного образования сферы физической культуры и спорта.

**Срок освоения программы:** 24 часа.

**Форма обучения:** очная.

**Режим занятий:** в соответствии с расписанием.

**Документ по окончании обучения:** удостоверение о повышении квалификации.

Шифр модуля	Образовательный модуль	Формы организации, часы			Всего час.
		Ауд. зан.		Сам. раб.	
		Лекц. зан.	Практ. зан.		
<b>НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЙ РАЗДЕЛ</b>					
НПР 1	Антидопинговая политика. Нормативно-правовое обеспечение	2	-	-	2
<b>ПРЕДМЕТНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ</b>					
ПМР 1	Основы методики антидопинговой профилактики	8	6	-	14 (в т.ч. про- меж. аттест.)
<b>ВАРИАТИВНЫЙ РАЗДЕЛ*</b>					
ВР 1	Основные подходы к профилактике зависимого поведения	2	4	-	6 (в т.ч. про- меж. аттест.)
ВР 2	Особенности организации мероприятий для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста	2	4	-	6 (в т.ч. про- меж. аттест.)
ВР 3	Распространенность допинга в разных видах спорта	2	4	-	6 (в т.ч. про- меж. аттест.)
<b>Итоговая аттестация</b>		-	2	-	2
<b>ВСЕГО:</b>		<b>12</b>	<b>12</b>	<b>-</b>	<b>24</b>

\*Вариативный раздел предусматривает выбор слушателем 1 (одного) модуля общим объемом 6 часов.



## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации  
«Антидопинговое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности»

№ п/п	Наименование структурного компонента программы	Всего час.	Трудоемкость, часы*			Кол-во ауд. дней*
			Лекц. зан.	Практ. зан.	Сам. раб.	
1.	Антидопинговая политика. Нормативно-правовое обеспечение	2	2	-	-	0,33
2.	Инвариантный предметный модуль «Основы методики антидопинговой профилак- тики»	14	8	6	-	2,33
3.	Вариативный раздел	6	2	4	-	1
4.	Итоговая аттестация	2	-	2	-	0,33
<b>ИТОГО:</b>		<b>24</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>-</b>	<b>4</b>

\* Количество часов, отведенных на лекционные и практические занятия вариативного раздела, рассчитывается в соответствии с учебным планом при условии, что один аудиторный день равен 6 академическим часам.

**РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ**  
образовательных модулей дополнительной профессиональной программы  
повышения квалификации  
*«Антидопинговое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности»*

**НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЙ РАЗДЕЛ**

**Рабочая программа образовательного модуля**  
*«Антидопинговая политика. Нормативно-правовое обеспечение»*

**Результат освоения образовательного модуля «Антидопинговая политика. Нормативно-правовое обеспечение»:** знакомство с нормативно-правовыми основами организации антидопинговой деятельности.

Учебно-тематический план образовательного модуля  
*«Антидопинговая политика. Нормативно-правовое обеспечение»*

№ п/п	Тема	Формы организации, часы			Всего час.
		Ауд. зан.		Сам. раб.	
		Лекц. зан.	Практ. зан.		
1.	Антидопинговая политика. Нормативно-правовое обеспечение	2	-	-	2
<b>ВСЕГО:</b>		<b>2</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>2</b>

**Содержание образовательного модуля**  
*«Антидопинговая политика. Нормативно-правовое обеспечение»*

Содержание лекционных занятий образовательного модуля  
*«Антидопинговая политика. Нормативно-правовое обеспечение»*

№ п/п	Тема	Содержание лекционных занятий	Кол-во часов
1.	Антидопинговая политика. Нормативно-правовое обеспечение	Антидопинговое законодательство Российской Федерации. Перечень и функции организаций, реализующих антидопинговую политику. Международные документы и стандарты, регламентирующие антидопинговую деятельность	1
		10 антидопинговых правил, виды нарушений, последствия нарушения антидопинговых правил. Принципы «фейр-плей»	1
<b>ВСЕГО:</b>			<b>2</b>

**Список нормативных документов**

1. «Всемирный антидопинговый кодекс» 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).



2. Международная конвенция о борьбе с допингом в спорте, принятая в г. Париж 19.10.2005 г. на 33-й сессии Генеральной конференции ЮНЕСКО // СЗ РФ. 2007. № 24. Ст. 2835.
3. Общероссийские антидопинговые правила, утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации от 09.08.2016 г. № 947.
4. Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

### Список литературы

#### Список обязательной литературы

1. Агитационные материалы для антидопинговой работы с молодыми спортсменами: методическая разработка / А. Г. Грецов, Т. А. Бедарева. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2014.
2. Гусов, К. Н. Спортивное право. Правовой статус спортсменов, тренеров, спортивных судей и иных специалистов в области физической культуры и спорта: Учебное пособие / К. Н. Гусов, О. А. Шевченко. – М., 2015.
3. Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации (письмо Минспорта России от 12 мая 2014 г. № ВМ-04- 10/2554).
4. Федотова, И. В. Влияние применения допинг-препаратов на процесс пост-профессиональной адаптации экс-спортсменов / И. В. Федотова, И. С. Таможникова // Физическое воспитание и спортивная тренировка, 2017. – № 2. – С. 61-68.

#### Список дополнительной литературы

1. Паршикова, Н. В. Нормативное правовое обеспечение сферы физической культуры и спорта в РФ: реализация стратегии развития отрасли. Документы и материалы (2011-2014 годы) / Н. В. Паршикова, П. А. Виноградов. – М.: Советский спорт, 2014. – 1592 с.

#### Электронная поддержка образовательного процесса

1. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://bmsi.ru> (дата обращения: 06.04.2018).
2. Сайт Всемирного антидопингового агентства [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.wada-ama.org/en> (дата обращения: 02.04.2018).
3. Сайт Министерства спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka> (дата обращения: 06.04.2018).
4. Сайт Олимпийского Комитета России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://olympic.ru> (дата обращения: 06.04.2018).
5. Сайт Российского антидопингового агентства РУСАДА [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rusada.ru> (дата обращения: 02.04.2018).

## ПРЕДМЕТНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

### Рабочая программа образовательного модуля «Основы методики антидопинговой профилактики»

**Результат освоения образовательного модуля «Основы методики антидопинговой профилактики»:** расширение информационного поля специалистов о различных аспектах применения допинга в физкультурно-спортивной деятельности, формирование умения проектировать антидопинговую профилактическую работу с учетом специфики детской и подростково-молодежной среды, применять на практике средства и методы профилактической работы.

### Учебно-тематический план образовательного модуля «Основы методики антидопинговой профилактики»

№ п/п	Тема	Формы организации, часы			Всего час.
		Ауд. зан.		Сам. раб.	
		Лекц. зан.	Практ. зан.		
1.	Социально-психологические аспекты применения допинга	2	4	-	6
2.	Медицинские аспекты применения допинга	4	-	-	4
3.	Методические особенности антидопинговой профилактики	1	2	-	3
<b>Промежуточная аттестация</b>		1	-	-	1
<b>ВСЕГО:</b>		<b>8</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>14</b>

### Содержание образовательного модуля «Основы методики антидопинговой профилактики»

#### Содержание лекционных занятий образовательного модуля «Основы методики антидопинговой профилактики»

№ п/п	Тема	Содержание лекционных занятий	Кол-во часов
1.	Социально-психологические аспекты применения допинга	Допинг и отношение к спорту, спортсменам в обществе, стереотипы о допинге. Допинг и воспитательный потенциал спорта. Изменения психики под влиянием ряда запрещенных субстанций. Последствия для самовосприятия, самоуважения. Имиджевые последствия допинга для атлета, для спорта. «Допинговые скандалы» и их влияние на ценностно-мотивационную сферу молодежи	2
2.	Медицинские аспекты применения допинга	Допинг и спортивная фармакология. Антидопинговые ограничения и лечение заболеваний у спортсменов. Запрещенный список ВАДА. Процедура допинг-контроля. Текущие и долговременные риски для здоровья, вызываемые применением запрещенных	4



№ п/п	Тема	Содержание лекционных занятий	Кол-во часов
		субстанций и методов. Недопинговые методы повышения спортивной работоспособности (рациональное планирование тренировочного процесса, физиотерапевтические методы, массаж, рационализация режима, рекреация, психологическая подготовка)	
3.	Методические особенности антидопинговой профилактики	Традиционные педагогические методы в решении антидопинговых задач (объяснение, беседа, работа с текстовыми материалами). Интерактивные методы: групповая дискуссия, тренинговые игры и упражнения. Специфика обсуждения проблемы допинга в детских, подростково-молодежных аудиториях. Общие принципы организации и проведения антидопинговой профилактической работы. Процесс антидопингового обеспечения в конкретной организации	1
<b>Промежуточная аттестация</b>		Описание промежуточной аттестации представлено ниже	1
<b>ВСЕГО:</b>			<b>8</b>

Содержание практических занятий образовательного модуля  
«Основы методики антидопинговой профилактики»

№ п/п	Тема	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1.	Социально-психологические аспекты применения допинга	Критический анализ рекламных и информационных материалов, популяризирующих БАДы, препараты для успокоения нервов и т.д. Подготовка плана беседы с воспитанниками, обучающимися, юными спортсменами на тему профилактики допинга (работа в группах)	4
2.	Методические особенности антидопинговой профилактики	Практический семинар с просмотром и анализом иллюстративных агитационных материалов антидопинговой тематики, разбор рекомендаций по разработке материалов и методике применения их на занятиях с учетом индивидуально-психологических особенностей контингента обучающихся (воспитанников). Работа в подгруппах с выполнением задания по разработке профилактического мероприятия с различным контингентом обучающихся	2
<b>ВСЕГО:</b>			<b>6</b>

**Промежуточная аттестация** по результатам освоения образовательного модуля осуществляется в форме дискуссии с обсуждением теоретических вопросов. На проведение промежуточной аттестации отводится 1 час в рамках 14 аудиторных часов образова-

тельного модуля. По итогам промежуточной аттестации слушателю устанавливается оценка «зачтено» или «не зачтено». Основанием для получения зачета является активность слушателя в ходе работы на образовательном модуле.

### **Примерные теоретические вопросы для промежуточной аттестации**

1. Допинг как социальная проблема.
2. Психологические и имиджевые последствия допинга.
3. Медицинские последствия допинга.
4. Основные группы запрещенных субстанций и методов.
5. Процедура допинг-контроля.
6. Профилактическое направление в предотвращении допинга.
7. Принципы организации и проведения антидопинговой профилактической работы.
8. Роль различных средств массовой информации в профилактической антидопинговой работе.

### **Список литературы**

#### **Список основной литературы**

1. Анцелиович, А. А. Деятельность медицинского персонала спортсмена в рамках противодействия применению допинга в спорте и борьбе с ним / А. А. Анцелиович и др. – М.: Российское антидопинговое агентство РУСАДА, 2015. – 85 с.
2. Белова, Л. В. Спортивная медицина: учебное пособие / Л. В. Белова; ФГАОУ ВПО «Северо-Кавказский федеральный университет», Минобрнауки России. – Ставрополь: СКФУ, 2016. – 149 с.
3. Грецов, А. Г. Агитационные материалы для антидопинговой работы с молодыми спортсменами: методическая разработка / А. Г. Грецов, Т. А. Бедарева. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2014. – 10 с.
4. Грецов, А. Г. Без наркотиков и допинга: методические рекомендации для молодежи / А. Г. Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016. – 40 с.
5. Грецов, А. Г. Мы за честный спорт. Беседы о допинге: информационно-методическое пособие / А. Г. Грецов; иллюстрации Т. А. Бедаревой. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2014. – 51 с.
6. Грецов, А. Г. Физическая культура и спорт в решении социально-психологических проблем молодежи: Монография / А. Г. Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016. – 88 с.
7. Грецов, А. Г. Формирование интереса к спорту у подростков и молодежи: методические рекомендации / А. Г. Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2015. – 24 с.
8. Песков, А. Н., Проблема борьбы с допингом в спорте: Монография / Под ред. С. В. Алексева. – М.: ПРОСПЕКТ, 2016. – 128.

#### **Список дополнительной литературы**

1. Бадрак, К. А. Первичная профилактика применения допинга в современном спорте. Образовательная программа для учащихся учебно-тренировочных групп учреждений дополнительного образования физкультурного образования и 10-11 спортивных классов общеобразовательных школ: методические рекомендации к образовательной программе для тренеров ДЮСШ и СДЮСШОР, УОР, учителей физической культуры / К. А. Бадрак; ФГБУ СПбНИИФК. – СПб: Издательство ООО «АртЭго», 2011. – 64 с.



2. Грецов, А. Г. Методика антидопинговой работы с молодыми спортсменами: методические рекомендации / А. Г. Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2010. – 48 с.
3. Грецов, А. Г. Психолого-педагогические основы разработки и реализации антидопинговых обучающих программ для подростков и молодежи. Научно-методическое пособие. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2013. – 33 с.
4. Грецов, А. Г. Психотехнологии антинаркотической и антидопинговой работы в спорте. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 144 с.
5. Грецов, А. Г. Радуйся честной борьбе. Информационно-методические материалы для подростков и молодежи / Под ред. О.М. Шелкова. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 64 с.
6. Гусов, К. Н. Спортивное право. Правовой статус спортсменов, тренеров, спортивных судей и иных специалистов в области физической культуры и спорта: Учебное пособие / К. Н. Гусов, О. А. Шевченко. – М., 2013.
7. Допинг и здоровье: методическое пособие / О. А. Чурганов, Е. А. Гаврилова. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 60 с.
8. Митин, Е.А. Профилактика применения допингов в спорте: учебно-методический комплекс. – Часть I: Учебные материалы / авт.-сост. Е.А. Митин, С.О. Филиппова, Е.А. Митин, О.Э. Евсеева, О.М. Шелков; под ред. О.М. Шелкова. - СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 284 с.
9. Митин, Е.А. Профилактика применения допингов в спорте: учебно-методический комплекс. – Часть II: Методические материалы для преподавателя / авт.-сост. Е. А. Митин, С. О. Филиппова, Е. А. Митин, О. Э. Евсеева, О. М. Шелков; под ред. О. М. Шелкова. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 87 с.
10. Никулина, О. А. Основы психолого-педагогической превенции использования допинга в спорте: учебно-методическое пособие / О. А. Никулина. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2010. – 160 с.
11. Никулина, О. А. Это модное слово «допинг» (основы профилактики потребления допинга юными спортсменами): учебно-методическое пособие / О. А. Никулина. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2010. – 72 с.
12. Никулина, О. А. Это модное слово «допинг» (основы профилактики потребления допинга юными спортсменами): учебно-методическое пособие / О. А. Никулина. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2010. – 72 с.

### **Электронная поддержка образовательного процесса**

1. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://bmsi.ru> (дата обращения: 06.04.2018).
2. Сайт Всемирного антидопингового агентства [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.wada-ama.org/en> (дата обращения: 02.04.2018).
3. Сайт Министерства спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka> (дата обращения: 06.04.2018).
4. Сайт Олимпийского Комитета России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://olympic.ru> (дата обращения: 06.04.2018).
5. Сайт Российского антидопингового агентства РУСАДА [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rusada.ru> (дата обращения: 02.04.2018).

## ВАРИАТИВНЫЙ РАЗДЕЛ

### Рабочая программа образовательного модуля «Основные подходы к профилактике зависимого поведения»

**Результат освоения образовательного модуля «Основные подходы к профилактике зависимого поведения»:** формирование практических навыков по организации мероприятий, направленных на профилактику зависимого поведения у школьников.

### Учебно-тематический план образовательного модуля «Основные подходы к профилактике зависимого поведения»

№ п/п	Тема	Формы организации, часы			Всего час.
		Ауд. зан.		Сам. раб.	
		Лекц. зан.	Практ. зан.		
1.	Основные подходы к профилактике зависимого поведения	1,75	4	-	5,75
<b>Промежуточная аттестация</b>		0,25	-	-	0,25
<b>ВСЕГО:</b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>6</b>

### Содержание образовательного модуля «Основные подходы к профилактике зависимого поведения»

Содержание лекционных занятий образовательного модуля  
«Основные подходы к профилактике зависимого поведения»

№ п/п	Тема	Содержание лекционных занятий	Кол-во часов
1.	Основные подходы к профилактике зависимого поведения	Традиционные методы в решении задач по профилактике зависимого поведения. Специфика проблемы в детских, подростково-молодежных аудиториях. Общие принципы организации и проведения профилактической работы	1,75
<b>Промежуточная аттестация</b>		Описание промежуточной аттестации представлено ниже	0,25
<b>ВСЕГО:</b>			<b>2</b>

### Содержание практических занятий образовательного модуля «Основы методики антидопинговой профилактики»

№ п/п	Тема	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1.	Основные подходы к профилактике зависимого поведения	Практический семинар с просмотром и анализом иллюстративных агитационных материалов антидопинговой тематики, разбор рекомендаций по разработке материалов, методики применения на занятиях с учетом индивидуально-психологических особенностей в антидопинговой работе. Работа в подгруппах с вы-	4



№ п/п	Тема	Содержание практических занятий	Кол-во часов
		полнением задания по разработке профилактического мероприятия с различным контингентом обучающихся	
<b>ВСЕГО:</b>			<b>4</b>

**Промежуточная аттестация** по результатам освоения образовательного модуля осуществляется в форме дискуссии с обсуждением теоретических вопросов. На проведение промежуточной аттестации отводится 0,25 часа в рамках 6 аудиторных часов образовательного модуля. По итогам промежуточной аттестации слушателю устанавливается оценка «зачтено» или «не зачтено». Основанием для получения зачета является активность слушателя в ходе работы на образовательном модуле.

#### **Теоретические вопросы для промежуточной аттестации**

1. Зависимое поведение, механизмы его развития.
2. Допинг и проблема зависимостей.
3. Организация процесса профилактики зависимого поведения в конкретной организации.

#### **Список литературы**

##### **Список основной литературы**

1. Грецов, А. Г. Без наркотиков и допинга: методические рекомендации для молодежи / А.Г. Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016. – 40 с.
2. Грецов, А. Г. Мы за честный спорт. Беседы о допинге: информационно-методическое пособие / А. Г. Грецов; иллюстрации Т. А. Бедаревой. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2014. – 51 с.
3. Грецов, А. Г. Спорт в предотвращении отклоняющегося поведения подростков: методические рекомендации для специалистов / А. Г. Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016. – 52 с.
4. Грецов, А. Г. Твой выбор – здоровый образ жизни: методические рекомендации для подростков и молодежи / А. Г. Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2015. – 56 с.

##### **Список дополнительной литературы**

1. Грецов, А. Г. 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. – 60 с.
2. Никулина, О. А. Основы психолого-педагогической превенции использования допинга в спорте: учебно-методическое пособие / О. А. Никулина. – СПб: ФГУ СПбНИИФК, 2010. – 160 с.

## Электронная поддержка образовательного процесса

1. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://bmsi.ru> (дата обращения: 06.04.2018).
2. Сайт Всемирного антидопингового агентства [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.wada-ama.org/en> (дата обращения: 02.04.2018).
3. Сайт Министерства спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka> (дата обращения: 06.04.2018).
4. Сайт Олимпийского Комитета России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://olympic.ru> (дата обращения: 06.04.2018).
5. Сайт Российского антидопингового агентства РУСАДА [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rusada.ru> (дата обращения: 02.04.2018).

### Рабочая программа образовательного модуля

*«Особенности организации мероприятий для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста»*

**Результат освоения образовательного модуля «Особенности организации мероприятий для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста»:** формирование практических навыков по организации антидопинговой деятельности с учетом возраста контингента.

### Учебно-тематический план образовательного модуля

*«Особенности организации мероприятий для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста»*

№ п/п	Тема	Формы организации, часы			Всего час.
		Ауд. зан.		Сам. раб.	
		Лекц. зан.	Практ. зан.		
1.	Особенности организации мероприятий для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста	1,75	4	-	5,75
<b>Промежуточная аттестация</b>		0,25	-	-	0,25
<b>ВСЕГО:</b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>6</b>

### Содержание образовательного модуля

*«Особенности организации мероприятий для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста»*

Содержание лекционных занятий образовательного модуля  
*«Особенности организации мероприятий для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста»*

№ п/п	Тема	Содержание лекционных занятий	Кол-во часов
1.	Особенности организации мероприятий для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста	Особенности антидопинговой работы с детьми старшего дошкольного и младшего школьного возраста. Формирование заинтересованного и эмоционально окрашенного отношения к спорту: представление о спорте,	1,75



№ п/п	Тема	Содержание лекционных занятий	Кол-во часов
		чем он интересен, почему им важно заниматься. Суть спортивных правил, причины недопустимости их нарушения	
<b>Промежуточная аттестация</b>		Описание промежуточной аттестации представлено ниже	0,25
<b>ВСЕГО:</b>			<b>2</b>

Содержание практических занятий образовательного модуля  
«Особенности организации мероприятий для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста»

№ п/п	Тема	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1.	Особенности организации мероприятий для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста	Семинар-практикум по разработке методического материала в виде сочинения сказок для определенной возрастной категории детей на заданные темы: почему и как в спорте появился допинг, чем это плохо, как предотвратить данное явление; рекомендаций для самого себя по ведению здорового образа жизни. Проведение сюжетно-ролевой игры в форме деловой игры	4
<b>ВСЕГО:</b>			<b>4</b>

**Промежуточная аттестация** по результатам освоения образовательного модуля осуществляется в форме дискуссии с обсуждением теоретических вопросов. На проведение промежуточной аттестации отводится 0,25 часа в рамках 6 аудиторных часов образовательного модуля. По итогам промежуточной аттестации слушателю устанавливается оценка «зачтено» или «не зачтено». Основанием для получения зачета является активность слушателя в ходе работы на образовательном модуле.

#### Теоретические вопросы для промежуточной аттестации

1. Особенности организации мероприятий для детей старшего дошкольного возраста.
2. Особенности организации мероприятий для детей младшего школьного возраста.

#### Список литературы

##### Список основной литературы

1. Грецов, А. Г. Мы за честный спорт. Беседы о допинге: информационно-методическое пособие / А. Г. Грецов; иллюстрации Т. А. Бедаревой. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2014. – 51 с.
2. Грецов, А. Г. Формирование интереса к спорту у подростков и молодежи: методические рекомендации / А. Г. Грецов. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2015. – 24 с.
3. Шорыгина, Т. А. Спортивные сказки: сказки-подсказки / Т. А. Шарыгина. – М.: ТЦ «Сфера», 2017. – 64 с.

## Список дополнительной литературы

1. Веселова, Е. И. Внеклассное мероприятие во 2-3 классах по теме «Здоровье – жизнь!» / Е. И. Веселова, Е. В. Ванина, В. П. Селицкая // Развитие детской одаренности в образовательной среде : Современное школьное образование. Вып. 1. – Арзамас: АГПИ, 2010. – С. 164-170.
2. Гайворонская, Т. А. «Сказка ложь, да в ней намек...»: сценарий ситуационной игры для младших школьников в помощь освоению курса ОБЖ / Т. А. Гайворонская // ОБЖ. – 2000. – № 11. – С. 49-51.
3. Гайчук, Н. П. Друзья здоровья: Театрализованная беседа / Н. П. Гайчук, А. А. Ефимов // Начальная школа. – 2013. – № 2. – С. 59-63.
4. Грецов, А. Г. Психолого-педагогические основы разработки и реализации антидопинговых обучающих программ для подростков и молодежи. Научно-методическое пособие. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2013. – 33 с.
5. Мезенцева, Е. В. Игровая программа по мультфильму «Нехорошие привычки» / Е.В. Мезенцева // Последний звонок. – 2010. – № 8. – С. 5-6.
6. Никулина, О. А. Это модное слово «допинг» (основы профилактики потребления допинга юными спортсменами): учебно-методическое пособие / О. А. Никулина. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2010. – 72 с.
7. Перекальева, О. В. Сценарии школьных праздников, театральных постановок, конкурсов и викторин для 1-х классов. Первоклашки в гостях у сказки. – 2-е изд. / О. В. Перекальева. – Ростов н/Д.: Феникс, 2002. – 320 с.

## Электронная поддержка образовательного процесса

1. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://bmsi.ru> (дата обращения: 06.04.2018).
2. Сайт Всемирного антидопингового агентства [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.wada-ama.org/en> (дата обращения: 02.04.2018).
3. Сайт Министерства спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka> (дата обращения: 06.04.2018).
4. Сайт Олимпийского Комитета России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://olympic.ru> (дата обращения: 06.04.2018).
5. Сайт Российского антидопингового агентства РУСАДА [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rusada.ru> (дата обращения: 02.04.2018).

## Рабочая программа образовательного модуля «Распространенность допинга в разных видах спорта»

**Результат освоения образовательного модуля «Распространенность допинга в разных видах спорта»:** формирование представления о последствиях применения запрещенных субстанций при формировании двигательных способностей спортсменов.

## Учебно-тематический план образовательного модуля «Распространенность допинга в разных видах спорта»

№ п/п	Тема	Формы организации, часы			Всего час.
		Ауд. зан.		Сам. раб.	
		Лекц. зан.	Практ. зан.		
1.	Распространенность допинга в разных видах спорта	1,75	4	-	5,75



№ п/п	Тема	Формы организации, часы			Всего час.
		Ауд. зан.		Сам. раб.	
		Лекц. зан.	Практ. зан.		
<b>Промежуточная аттестация</b>		0,25	-	-	0,25
<b>ВСЕГО:</b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>6</b>

**Содержание образовательного модуля**  
*«Распространенность допинга в разных видах спорта»*

Содержание лекционных занятий образовательного модуля  
*«Распространенность допинга в разных видах спорта»*

№ п/п	Тема	Содержание лекционных занятий	Кол-во часов
1.	Распространенность допинга в разных видах спорта	Основные группы двигательных способностей (скорость, сила, выносливость, координация), избирательность воздействия запрещенных субстанций на них. Проблема применения запрещенных субстанций вне спорта	1,75
<b>Промежуточная аттестация</b>		Описание промежуточной аттестации представлено ниже	0,25
<b>ВСЕГО:</b>			<b>2</b>

Содержание практических занятий образовательного модуля  
*«Распространенность допинга в разных видах спорта»*

№ п/п	Тема	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1.	Распространенность допинга в разных видах спорта	Практический семинар с анализом текущей статистики о распространенности положительных допинг-проб в разных видах спорта. Работа в группах	4
<b>ВСЕГО:</b>			<b>4</b>

**Промежуточная аттестация** по результатам освоения образовательного модуля осуществляется в форме дискуссии с обсуждением теоретических вопросов. На проведение промежуточной аттестации отводится 0,25 часа в рамках 6 аудиторных часов образовательного модуля. По итогам промежуточной аттестации слушателю устанавливается оценка «зачтено» или «не зачтено». Основанием для получения зачета является активность слушателя в ходе работы на образовательном модуле.

**Теоретические вопросы для промежуточной аттестации**

1. Рейтинг распространенности применения допинга в профессиональном спорте.
2. Перечень «чистых» дисциплин в профессиональном спорте.
3. Риск применения пищевых добавок: оценка риска и потребности.

## Список литературы

### Список основной литературы

1. Международный стандарт по тестированию и расследованию в редакции, действующей с 01.01.2015 г. (утвержден 15.11.2013 на Всемирной конференции по борьбе с допингом в спорте, проходившей в г. Йоханнесбурге).
2. Никулина, О. А. Основы психолого-педагогической превенции использования допинга в спорте: учебно-методическое пособие / О. А. Никулина. – СПб: ФГУ СПбНИИФК, 2010. – 160 с.
3. Песков, А. Н. Проблема борьбы с допингом в спорте: Монография / Под ред. С. В. Алексеева. – Москва: ПРОСПЕКТ, 2016. – 128 с.

### Список дополнительной литературы

1. Гаврилова, Е.А. Внезапная смерть в спорте / Е.А. Гаврилова. – М.: Советский спорт, 2011. – 196 с.
2. Штейнбах, В. Л. Обратная сторона медали / В. Л. Штейнбах. – М.: Человек, 2008. – 416 с.
3. Брусникина, О. А. Практика применения допинга в профессиональном спорте и последствия для здоровья спортсменов / О. А. Брусникина, А. Н. Песков // Национальные интересы: приоритеты и безопасность. – 2014. – № 31 (268). – С. 41-52.
4. Никулина, О. А. Это модное слово «допинг» (основы профилактики потребления допинга юными спортсменами): учебно-методическое пособие / О. А. Никулина. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2010. – 72 с.
5. Паршикова, Н. В. Нормативное правовое обеспечение сферы физической культуры и спорта в РФ: реализация стратегии развития отрасли. Документы и материалы (2011-2014 годы) / Н.В. Паршикова, П.А. Виноградов. – М.: Советский спорт, 2014. – 1592 с.
6. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник тренера высшей квалификации / В. Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2005. – 820 с.
7. Платонов, В. Н. Допинг в спорте и проблемы фармакологического обеспечения подготовки спортсменов / В. Н. Платонов, С. А. Олейник, Л. М. Гунина. – М.: Советский спорт, 2010. – 308 с.

### Электронная поддержка образовательного процесса

1. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://bmsi.ru> (дата обращения: 06.04.2018).
2. Сайт Всемирного антидопингового агентства [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.wada-ama.org/en> (дата обращения: 02.04.2018).
3. Сайт Министерства спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka> (дата обращения: 06.04.2018).
4. Сайт Олимпийского Комитета России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://olympic.ru> (дата обращения: 06.04.2018).
5. Сайт Российского антидопингового агентства РУСАДА [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rusada.ru> (дата обращения: 02.04.2018).



## ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Прохождение итоговой аттестации является обязательным и проводится с целью оценки качества подготовки обучающихся, завершающих обучение по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации.

Итоговая аттестация проводится очно в виде выполнения заданий из нормативно-правового, предметно-методического и вариативного разделов программы.

На проведение итоговой аттестации отводится 2 часа.

Ниже представлены примеры аттестационных испытаний, проверяющих достижение образовательных результатов по итогам освоения программы.

Оценивание итоговой аттестационной работы осуществляется в форме «зачет» / «незачет». Основанием для получения зачета по итогам освоения программы является положительный результат (не менее 75% правильных ответов) выполнения аттестационной работы в форме тестирования.

### Тестовые задания для итоговой аттестации

#### НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЙ РАЗДЕЛ

1. На каких нормативных документах основана борьба с допингом?
2. Дайте определение понятия «Допинг».
3. Что является нарушением антидопинговых правил?
  - а) наличие запрещенной субстанции в пробе спортсмена;
  - б) использование или попытка использования запрещенной субстанции или запрещенного метода;
  - в) хранение, распространение и попытка распространения запрещенных субстанций или оборудования для применения запрещенных методов;
  - г) отказ от сдачи пробы или непредставление пробы без уважительной причины после получения официального уведомления;
  - д) фальсификация или попытка фальсификации в процессе допинг-контроля;
  - е) любое сочетание трех нарушений правил доступности спортсменами, которые должны предоставлять информацию о местонахождении (в ADAMS);
  - ж) все вышеперечисленное, а также помощь и пособничество в нарушении антидопинговых правил.
4. Последствия нарушений антидопингового правила включают:
  - а) аннулирование — отмена результатов спортсмена в определенном соревновании или спортивном мероприятии со всеми вытекающими последствиями, включая изъятие всех наград, очков и призов;
  - б) дисквалификация — отстранение в связи с нарушением антидопингового правила спортсмена или иного лица на определенный срок от участия в любых соревнованиях или иной деятельности, или отказ в предоставлении финансирования, связанного со спортивной деятельностью;
  - в) временное отстранение — недопущение спортсмена или иного лица на время к участию в соревнованиях или деятельности до вынесения окончательного решения на слушаниях;
  - г) финансовые последствия — финансовые санкции, которые налагаются за нарушение антидопинговых правил или для возмещения расходов, связанных с нарушением антидопинговых правил;
  - д) публичное обнародование или публичная отчетность — распространение или обнародование информации для широкой общественности.
5. Раскройте понятие «фейр-плей».
6. Принципы «фейр-плей» включают в себя:



- а) уважение к сопернику;
- б) уважение к правилам и решениям судей — принимать все решения судей и оспаривать их корректно в отдельном порядке;
- в) допинг и любое искусственное стимулирование не может быть использовано;
- г) равные шансы — все спортсмены на старте соревнований могут одинаково рассчитывать на победу;
- д) самоконтроль спортсмена — сдерживая свои эмоции, уметь адекватно воспринимать любой исход поединка;
- е) все вышеперечисленное.

## ПРЕДМЕТНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1. Назовите социальные последствия применения допинга.
2. Назовите психологические последствия применения допинга.
3. Назовите медицинские последствия применения допинга.
4. Дайте определение понятия «Допинг-контроль».
5. Что такое Запрещенный список ВАДА (Всемирного антидопингового агентства):
  - а) это перечень субстанций и методов, запрещенных для использования спортсменами;
  - б) это список субстанций и методов, запрещенных для использования только несовершеннолетними спортсменами;
  - в) это перечень препаратов, запрещенных для использования на территории России.
6. Как часто пересматривается Запрещенный список (Список запрещенных субстанций и методов):
  - а) не реже одного раза в год;
  - б) один раз в пять лет;
  - в) запрещенный список был впервые опубликован в 2003 и с тех пор остается неизменным.
7. Может ли спортсмен отказаться от сдачи пробы:
  - а) да, если тренер спортсмена разрешит ему не сдавать пробу;
  - б) нет, спортсмен должен сдать пробу, иначе отказ будет рассматриваться как нарушение антидопинговых правил;
  - в) да, если у спортсмена есть другие планы на ближайшее время, например, спортсмен собирался в кино.
8. Может ли применение биологически активной добавки (БАД) привести к неблагоприятному результату анализа пробы:
  - а) нет, БАДы не могут содержать в себе запрещенные вещества;
  - б) нет, если в составе, указанном на упаковке данного БАДа, запрещенные вещества не указаны;
  - в) да, применение БАД может привести к неблагоприятному результату анализа пробы, даже если на упаковке отсутствует информация о том, что в их состав входят запрещенные вещества.
9. Какие права имеет спортсмен во время процедуры допинг-контроля:
  - а) право ознакомиться с удостоверением инспектора допинг-контроля;
  - б) право на отсрочку от сдачи пробы по согласованию с ИДК;
  - в) право выбора оборудования для сдачи пробы из нескольких предложенных;
  - г) все вышеперечисленное.
10. Как долго может длиться процедура тестирования спортсмена:
  - а) если в течение 30 минут спортсмен не смог предоставить необходимое количество мочи, то процедура считается законченной;



- б) столько, сколько потребуется спортсмену для сдачи необходимого количества мочи;
- в) столько, сколько посчитает необходимым спортсмен.
11. Сколько раз в течение года спортсмен может быть протестирован?
- а) один раз в год;
- б) не более одного раза в месяц;
- в) неограниченное количество раз.
12. Недопинговыми методами повышения спортивной работоспособности являются:
- а) рациональное планирование тренировочного процесса,
- б) физиотерапевтические методы,
- в) массаж,
- г) рационализация режима,
- д) рекреация,
- е) психологическая подготовка.
13. Общими принципами организации и проведения антидопинговой профилактической работы являются:
- а) приоритет информационно-образовательной и обучающей направленности антидопинговых мероприятий;
- б) установка на целесообразность здорового образа жизни и проведение линии на отождествление приверженности к допинговым средствам у спортсменов с ростом наркотической зависимости со всеми ее пагубными последствиями для личности и здоровья;
- в) приоритет позитивных примеров из спортивной жизни над негативными, регулярность апелляции к опыту подготовки выдающихся спортсменов, добившихся успехов без использования запрещенных стимуляторов;
- г) привлечение высококвалифицированных спортсменов к ведению информационно-образовательной и обучающей деятельности антидопингового профилактического характера;
- д) обеспечение воспитывающего характера антидопинговых программ и ориентация на идеологию честной борьбы как основу истинного спортивного соперничества, подчеркивание моральной значимости спортивной победы исключительно в честной борьбе (принципы «фэйр-плей»);
- е) констатация неуклонного роста авторитета Олимпийских игр и олимпийского движения повсюду в мире при абсолютной несовместимости идеалов олимпизма с применением спортсменами допингов в процессе подготовки и участия в соревнованиях;
- ж) подчеркивание проблематичности или, в лучшем случае, кратковременности возможного положительного воздействия допинговых средств на спортивную результативность и, напротив, резкого ограничения перспектив для долговременного роста спортивного мастерства с использованием иных факторов в случае привыкания к использованию запрещенных веществ и методов на начальных этапах спортивной карьеры;
- з) все вышперечисленное.
14. Традиционными педагогическими методами в решении антидопинговых задач являются:
- а) объяснение;
- б) беседа;
- в) работа с текстовыми материалами;
- г) разработка агитационных материалов на антидопинговую тематику;
- д) все вышперечисленное.

## ВАРИАТИВНЫЙ РАЗДЕЛ

1. Назовите виды зависимости.

2. Симптомами употребления запрещенных субстанций ребенком могут быть:
  - а) перепады настроения;
  - б) агрессивное поведение;
  - в) резкое увеличение времени тренировок;
  - г) признаки депрессии;
  - д) потеря концентрации;
  - е) проблемы со сном;
  - ж) быстрый набор веса/быстрое снижение веса;
  - з) все вышеперечисленное.
3. Причинами начала приема запрещенных субстанций спортсменом могут стать:
  - а) смена спортивного клуба/круга общения и попадание в новую среду;
  - б) начало выступления на новом соревновательном уровне;
  - в) возвращение в спорт после травмы;
  - г) неудача на последних соревнованиях;
  - д) нахождение под давлением со стороны близких, которые ждут от него только победы;
  - е) неуверенность в себе;
  - ж) вдохновение спортсменом, употребляющим допинг;
  - з) уверенность, что допинг является неотъемлемой частью спорта;
  - и) пренебрежение рисками для здоровья, связанными с употреблением допинга;
  - к) все вышеперечисленное.
4. Основными подходами к профилактике зависимого поведения являются:
  - а) информирование;
  - б) повышение коммуникативной компетентности;
  - в) психологическая коррекция эмоциональной сферы;
  - г) выработка жизненных навыков;
  - д) пропаганда ценности здорового образа жизни;
  - е) приобщение к альтернативным формам активности;
  - ж) все вышеперечисленное.
5. Что является основной целью антидопинговой работы с детьми старшего дошкольного и младшего школьного возраста?
6. Особенностью антидопинговой программы для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста является формирование:
  - а) представления о спорте;
  - б) понимания значимости занятий спортом;
  - в) представления о сути спортивных правил, причинах недопустимости их нарушения;
  - г) все вышеперечисленное.
7. Укажите основной прием конструирования программы с учетом возрастных особенностей целевой аудитории.
8. Укажите рейтинг видов спорта по распространенности применения допинга.
9. Укажите перечень «чистых» видов спорта.