

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧЕРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ МОРДОВИЯ «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА  
ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА  
СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ И ДЗЮДО А.В.МИШИНА»**

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБУ ДО РМ «СШОР спортивной  
борьбы и дзюдо А.В.Мишина»  
Г.В.Атмакин  
Приказ от 17.02.2023 г №85/2



**АНТИДОПИНГОВАЯ ПРОГРАММА**

**ДЛЯ ЛИЦ, ПРОХОДЯЩИХ СПОРТИВНУЮ ПОДГОТОВКУ  
В ГБУ ДО РМ «СШОР спортивной борьбы и дзюдо  
А.В.Мишина» на 2023-2024 гг**

## **Введение.**

Современное развитие спорта характеризуется существенным возрастанием физических и психоэмоциональных нагрузок на спортсмена. Это обусловлено совершенствованием технологий их подготовки и жесткой конкуренцией в спорте высших достижений. В совокупности это формирует дополнительные нагрузки на системы адаптации организма человека.

**Допинг** (англ. doping, от англ. dore — «дурь», «дурманящее средство») — спортивный термин, обозначающий принятие любых веществ природного или синтетического происхождения с целью добиться улучшения спортивных результатов.

**Проблема допинга** является одной из самых сложных в современном спорте. Применение допинга спортсменами не только наносит ущерб их собственному здоровью, но и подрывает идеологические основы спорта.

**Допинг в детском спорте** опасен тем, что, несмотря на угрозу для здоровья, молодые спортсмены согласны на любые жертвы ради покорения наивысших ступеней пьедестала. Используя мощнейшие стимуляторы, они стремятся достичь результата, чтобы в итоге оказаться в сборной страны. В то же время, употребляя запрещенные препараты, молодежь практически лишает себя возможности дальнейшего спортивного роста. Наиболее часто запрещенные препараты применяли мальчики с низкой самооценкой и высоким уровнем тревожности, отводившие на тренировки большее количество времени, информировали ученые. Между тем, неконтролируемое использование девочками стероидов по совету знакомых или по информации, полученной из Интернета, может приводить к тяжелым последствиям - нарушения полового созревания, сбой менструального цикла, проблемы с кожей и волосами, депрессия, паранойя, приступы немотивированной агрессии. За последнее время доля молодежи, занимающейся физической культурой и спортом, значительно увеличилась, и одновременно участились случаи применения допинговых средств в детском и молодежном спорте. Обнаружение допинга грозит спортсмену суровыми наказаниями вплоть до полного отлучения от спорта. Виновниками также считается тренер и лечащий врач спортсмена. Сегодня назрела необходимость в срочных мерах по противодействию распространения допинга в спорте, особенно в детском и молодежном спорте.

### **Антидопинговая работа с юными спортсменами.**

В разных регионах России предпринимаются усилия по организации деятельности, направленной на профилактику применения допинга, в первую очередь среди юных спортсменов.

В ГБУ ДО РМ «СШОР спортивной борьбы и дзюдо А.В.Мишина» проводится большая работа по разъяснению опасности применения допинга в спорте.

Цель этой работы - рассказать молодым спортсменам об опасностях, связанных с применением допинга, и помочь им избежать всевозможных

допинговых ловушек. Беседы проводятся в стенах школы и на юношеских соревнованиях. При работе с детьми применяется доступная для их понимания форма подачи материала с активным использованием фактов, цифр, жизненных примеров из разных видов спорта.

Сотрудники спортивной школы считают, что при работе с детьми важно делать акцент на этические принципы, повышение значимости честного спорта, уважение соперника; отойти от принципа «победа любой ценой». Спортсменов и тренеров информируют об ответственности за незаконные операции с сильнодействующими препаратами, куда относятся и вещества, входящие в состав допингов.

### **Мы - за чистый и здоровый спорт!**

**Антидопинговая программа** направлена на формирование нетерпимости к допингу среди обучающихся в ГБУ ДО РМ «СШОР спортивной борьбы и дзюдо А.В.Мишина». Специфический запрос этой аудитории обусловлен тем, что молодые спортсмены могут сами оказаться перед этическим выбором о мере допустимости применения запрещённых субстанций и методов ради прогресса в собственной спортивной карьере, а также в ситуации, что кто-то активно склоняет их к такому решению. Вероятность к такому развитию событий зависит от соревновательной дисциплины, уровня мастерства и ещё ряда нюансов, но для всех спортсменов она не является нулевой, что молодые спортсмены прекрасно осознают. В то же время, надо подробно обсуждать специфику ситуации с допингом в таких видах спорта.

### **Общие положения.**

Антидопинговая программа принимается для повышения образовательного уровня в вопросах фармакологического использования медицинских препаратов, предотвращения случаев применения запрещенных субстанций и методов среди юных спортсменов всех возрастных категорий, а также в целях последовательного утверждения основного принципа олимпийского движения – стремления к честной спортивной борьбе. Применение допинга в корне противоречит духу спорта.

**Целью** Антидопинговой программы является создание условий для повышения мотивации и личной ответственности спортсменов и тренеров по недопущению случаев использования в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности препаратов и методов, включенных в «Запрещенный список».

### **Основными задачами настоящей программы являются:**

- Исключение количества случаев использования в тренировочной и соревновательной деятельности препаратов и методов, включенных в «Запрещенный список WADA»;
- Воспитание негативного отношения к допинговым средствам, понимание вреда допинга для здоровья и неприятие допинга как нарушение правил честной борьбы.
- Ознакомление спортсменов с последствиями допинга (с акцентом на тот факт, что эти последствия, и не только медицинские, но и психические, имеют место даже в тех случаях, когда обман не раскрыт);

- Ознакомление с правилами проведения допинг-контроля, с правами и обязанностями спортсмена, санкциями в случае выявления нарушений и их влияние на дальнейшую карьеру.

### Основные этапы организации углубленных медицинских обследований .

УМО спортсменам ГБУ ДО РМ «СШОР спортивной борьбе и дзюдо А.В.Мишина» в соответствии с Приложением 2 Приказа Министерства здравоохранения Российской Федерации от 01.03.2016 № 134н «О Порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Программа УМО представлена в таблице 1. Периодичность УМО 1 раз в 6 месяцев. Такая частота исследований необходима для динамического контроля за здоровьем спортсменов.

Таблица 1

#### ПРОГРАММА УГЛУБЛЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО ОБСЛЕДОВАНИЯ ЛИЦ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТОМ на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)

Врачи-специалисты	Клинико-лабораторные и функционально-диагностические методы обследования
Педиатр/терапевт (по возрасту) • Травматолог-ортопед • Хирург • Невролог • Оториноларинголог • Офтальмолог • Дерматовенеролог • Стоматолог • Психолог • Врач по спортивной медицине	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Клинический анализ крови</li> <li>• Биохимический анализ крови (включая кортизол, тестостерон, трийодтиронин Т3 общий, тироксин Т4 общий, тиреотропный гормон (ТТГ); аланинаминотрансферазу (АЛТ), аспаратаминотрансферазу (АСТ), щелочную фосфатазу, креатинфосфокиназу (КФК); глюкозу, холестерин, триглицериды, фосфор, натрий, кальций, калий, магний, железо)</li> <li>• Клинический анализ мочи</li> <li>• Антропометрия</li> <li>• Функциональные пробы</li> <li>• ЭКГ</li> <li>• ЭКГ с нагрузкой</li> <li>• ЭхоКГ</li> <li>• Спирография</li> <li>• Флюорография или рентгенография легких (с 15 лет, не чаще 1 раза в год)</li> <li>• Ультразвуковое исследование (далее - УЗИ) органов брюшной полости, малого таза, щитовидной железы</li> <li>• Определение физической работоспособности</li> </ul>

Во исполнение ст. 20 Федерального закона от 21.11.2011 №323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» предоставление медицинской помощи спортсменам, в том числе спортсменам спортивных сборных команд республики Мордовия, осуществляется на основании *информированного добровольного согласия на медицинское вмешательство* и согласия на предоставление сведений о состоянии его

здоровья с указанием лиц, которым разрешается передача информации о состоянии его здоровья.

По результатам УМО врач ГАУЗ РМ «Республиканским врачебно – физкультурным диспансером» определяет статус допуска спортсмена к тренировочной и соревновательной деятельности:

- «допущен» - спортсмен допускается к тренировочному процессу и участию в соревнованиях, без ограничений;

- «не допущен» - спортсмен не допускается к тренировочному процессу и участию в соревнованиях по медицинским показаниям;

- «допущен условно» - спортсмен допускается к тренировочному процессу с ограничениями и разработанными индивидуальными рекомендациями, на определенный срок.

В ГБУ ДО РМ «СШОР спортивной борьбе и дзюдо А.В.Мишина» имеется лицензированный медицинский кабинет, где оказывается ежедневная медицинская помощь как на этапах тренировочного процесса, так и на соревнованиях Республиканского значения.

**Антидопинговая программа рассчитана на долгосрочную перспективу – до конца 2024г.**

- Разработка и обеспечение комплекса организационных и информационно-образовательных мероприятий;
- проведение на регулярной основе образовательных мероприятий для спортсменов и персонала по вопросам последствий использования запрещенных средств в тренировочной и соревновательной деятельности, как для здоровья, так и для продолжения спортивной деятельности.

**План организационных и профилактических антидопинговых мероприятий на 2023-2024 гг.**

№	Наименования мероприятий	Сроки	Ответственный
1	Проведение инструктажа с тренерами по антидопинговому законодательству.	Январь	инструктор-методист
2	Утверждение плана мероприятий по профилактике и информированию неиспользования допинга и запрещенных средств и методов	Январь	инструктор-методист
3	Составление инструкции Тренера	Февраль	Инструктор-методист
4	Выпуск памятки для спортсмена «Важно нето, чего ты достиг, а то, как ты этого добился»	Март	Инструктор-методист
5	Организация и проведение бесед по актуальным вопросам антидопинга «Спорт – без допинга» «Допинг – ущерб здоровью спортсмена и его спортивной карьере» «Процедура допинг контроля» «11 нарушений антидопинговых правил». «Спорт и допинг- не совместимы»	Сентябрь	Инструктор-методист, тренер-преподаватель
6	Прохождение дистанционного обучения «Антидопинг» для тренерского состава с дальнейшим получением сертификата.	1 раз в год	Заместитель директора по спортивной работе, тренер-преподаватель

7	Прохождение дистанционного обучения «Ценности спорта» для детей для спортсменов. По окончании курса выдается сертификат.	1 раз в год	Заместитель директора по спортивной работе, тренер-преподаватель
8	Проведение среди учащихся, родителей (законных представителей) профилактической работы, направленной на формирование культуры нетерпимости к допингу, актуальности проблемы допинга и борьбы с ним.	в течение года	Тренер-преподаватель
9	Проведение инструктажа с тренерами по антидопинговому законодательству.	Январь	Инструктор-методист
10	Ведение раздела «Антидопинговая работа» на официальном сайте учреждения.	Февраль	Емелина Валерия Владимировна – менеджер по связям с общественностью
11	Оформление стенда по антидопингу в ГБУ ДО РМ «СШОР спортивной борьбы и дзюдо А.В.Мишина»	в течение года	Инструктор-методист
12	Ознакомление спортсменов Информирование спортсменов антидопинговых правилах.	регулярно	Инструктор-методист, тренер-преподаватель
13	Педагогический совет «Подведение итогов работы педагогического коллектива	Декабрь	Заместитель директора по спортивной работе