**Материалы по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним**

(Подготовлены Центром ПК ППС для слушателей курсов повышения квалификации профессорско-преподавательского состава, научно-педагогических работников и сотрудников БГТУ им. В.Г. Шухова)

**Учебно-тематический план программ ПК ППС в 2017 г. (фрагмент)**

**Инвариантные модули (образец)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п.п. | Наименование модулей, разделов и тем | Всего, час. | В том числе: | | |
| Лекции | Практ. зан. (сем),лаб.раб. | Выезд.  зан., стажир., дел. игры и др. |
| 1. | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. |
|  | **Модуль 1. Государственная политика в образовании** | **4** | **4** |  |  |
|  | Экспертный обзор обновленного законодательства | 2 | 2 |  |  |
|  | Законодательство в части, касающейся регулирования деятельности НПР в условиях перехода на уровневое высшее профессиональное образование | 2 | 2 |  |  |
|  | **Модуль 2. Противодействие коррупции** | **4** | **4** |  |  |
|  | Развитие российского антикоррупционного законодательства | 2 | 2 |  |  |
|  | Коррупция как явление | 1 | 1 |  |  |
|  | Основные принципы и этапы развития государственной антикоррупционной политики | 1 | 1 |  |  |
|  | **Модуль 3. Противодействие терро­ризму и экстремизму, работа по пре­дотвращению, распространению шо­винизма, национализма и других проявлений межнациональной розни.** | **4** | **2** | **2** |  |
|  | Законодательные основы противодействия экстремизму и терроризму | 2 | 1 | 1 |  |
|  | Экстремизм, терроризм, шови­низм, национализм и другие про­явления межнациональной розни как явление. Истоки экстремизма, терроризма, шовинизма и нацио­нализма. Технологии противодей­ствия | 2 | 1 | 1 |  |
|  | **Модуль 4. Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним** | **4** | **4** |  |  |
|  | История допинга. Характеристика допинга. Опасность допинга для здоровья спортсменов. Использование допинга в спорте. Допинговый контроль. | 2 | 2 |  |  |
|  | Законодательство РФ в профилактике использования допинга и борьбе с ним. | 2 | 2 |  |  |

[**Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 26.07.2017) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации"**](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/)

**Статья 26. Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним**

(в ред. Федерального [закона](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_100190/3d0cac60971a511280cbba229d9b6329c07731f7/#dst100026) от 07.05.2010 N 82-ФЗ)

1. Допингом в спорте признается нарушение антидопингового правила, в том числе использование или попытка использования субстанции и (или) метода, включенных в [перечни](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_209925/#dst100011) субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте (далее также - запрещенная субстанция и (или) запрещенный метод).

2. Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним осуществляются в соответствии с общероссийскими антидопинговыми [правилами](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_203315/#dst100010), утвержденными федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговыми правилами, утвержденными международными антидопинговыми организациями (далее также - антидопинговые правила).

3. Нарушением антидопингового правила являются одно или несколько следующих нарушений:

1) использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции и (или) запрещенного метода;

2) наличие запрещенных субстанций либо их метаболитов или маркеров в пробе, взятой в соревновательный период или во внесоревновательный период из организма спортсмена, а также из организма животного, участвующего в спортивном соревновании;

3) отказ спортсмена явиться на взятие пробы, неявка спортсмена на взятие пробы без уважительных причин после получения уведомления в соответствии с антидопинговыми правилами или уклонение иным образом спортсмена от взятия пробы;

4) нарушение требований антидопинговых правил, касающихся доступности спортсмена для взятия у него проб во внесоревновательный период, в том числе непредоставление информации о его местонахождении и его неявка для участия в тестировании;

5) фальсификация или попытка фальсификации элемента допинг-контроля;

6) обладание запрещенными субстанциями и (или) запрещенными методами;

(в ред. Федерального [закона](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_207422/3d0cac60971a511280cbba229d9b6329c07731f7/#dst100144) от 22.11.2016 N 396-ФЗ)

(см. текст в предыдущей редакции)

7) распространение запрещенной субстанции и (или) запрещенного метода;

8) использование или попытка использования, назначение или попытка назначения запрещенной субстанции в отношении спортсмена, либо применение или попытка применения в отношении его запрещенного метода, либо иное содействие, связанное с нарушением или попыткой нарушения антидопинговых правил.

(в ред. Федерального [закона](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_207422/3d0cac60971a511280cbba229d9b6329c07731f7/#dst100145) от 22.11.2016 N 396-ФЗ)

(см. текст в предыдущей редакции)

3.1. Осуществление действий, указанных в [пунктах 1](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/010f23e39b19c2bd2d1e29b4c04751bbc13954bc/#dst34), [6](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/010f23e39b19c2bd2d1e29b4c04751bbc13954bc/#dst583) - [8 части 3](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/010f23e39b19c2bd2d1e29b4c04751bbc13954bc/#dst584) настоящей статьи, не является нарушением антидопинговых правил, если на момент их совершения имелось разрешение на терапевтическое использование запрещенной субстанции и (или) запрещенного метода, выданное в соответствии с Международным стандартом по терапевтическому использованию запрещенных субстанций Всемирного антидопингового агентства, либо существовали предусмотренные этим Международным стандартом обстоятельства, позволяющие выдать такое разрешение после совершения указанных действий.

(часть 3.1 введена Федеральным [законом](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_207422/3d0cac60971a511280cbba229d9b6329c07731f7/#dst100146) от 22.11.2016 N 396-ФЗ)

4. Не допускаются нарушение антидопинговых правил спортсменами, а также тренерами, специалистами по спортивной медицине, иными специалистами в области физической культуры и спорта в отношении спортсменов, использование в отношении животных, участвующих в спортивном соревновании, запрещенной субстанции и (или) запрещенного метода. Факт использования запрещенной субстанции и (или) запрещенного метода спортсменом, а также в отношении животного, участвующего в спортивном соревновании, подтверждается только результатами исследований, проведенных в лабораториях, аккредитованных Всемирным антидопинговым агентством.

(в ред. Федерального [закона](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_122743/b004fed0b70d0f223e4a81f8ad6cd92af90a7e3b/#dst100033) от 06.12.2011 N 413-ФЗ)

(см. текст в предыдущей редакции)

5. Допинг-контроль представляет собой процесс, включающий в себя планирование проведения тестов, взятие проб, их хранение, транспортировку, лабораторный анализ проб, послетестовые процедуры, а также проведение соответствующих слушаний и рассмотрение апелляций.

6. Тестирование представляет собой элементы допинг-контроля, включающие в себя планирование проведения тестов, взятие проб, их хранение и транспортировку в лабораторию, аккредитованную Всемирным антидопинговым агентством.

7. Тестирование осуществляется как в соревновательный период, так и во внесоревновательный период. Под соревновательным периодом понимается период, связанный с участием спортсмена и (или) животного в конкретном соревновании, если правилами международной спортивной федерации по соответствующему виду спорта или иной международной антидопинговой организацией либо общероссийской антидопинговой организацией не предусмотрено иное. Время, не включенное в соревновательный период, является внесоревновательным периодом.

8. Меры по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним включают в себя:

1) проведение допинг-контроля;

2) установление ответственности спортсменов, тренеров, иных специалистов в области физической культуры и спорта за нарушение антидопинговых правил;

3) предупреждение применения запрещенных субстанций и (или) запрещенных методов;

4) повышение квалификации специалистов, проводящих допинг-контроль;

5) включение в дополнительные образовательные программы образовательных организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта, разделов об антидопинговых правилах, о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил;

(в ред. Федерального [закона](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_148576/dbc7bb76f59b3ba0723fc0863372030f1d3cbe50/#dst101751) от 02.07.2013 N 185-ФЗ)

(см. текст в предыдущей редакции)

6) проведение антидопинговой пропаганды в средствах массовой информации;

7) проведение научных исследований, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним;

8) проведение научных исследований по разработке средств и методов восстановления работоспособности спортсменов;

9) оказание федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, общероссийской антидопинговой организацией содействия органам исполнительной власти субъектов Российской Федерации в антидопинговом обеспечении спортивных сборных команд субъектов Российской Федерации;

10) установление [ответственности](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_91798/#dst100072) физкультурно-спортивных организаций за нарушение условий проведения допинг-контроля, предусмотренных [порядком](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_91798/#dst100010) проведения допинг-контроля;

11) осуществление международного сотрудничества в области предотвращения допинга в спорте и борьбы с ним.

9. Федеральный [орган](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_131516/ea47551175a90446edecb73b4ecaacde8f8137f5/#dst100015) исполнительной власти в области физической культуры и спорта в целях реализации мер по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним:

1) утверждает общероссийские антидопинговые [правила](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_203315/#dst100010);

2) утверждает [перечни](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_209925/#dst100011) субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте;

3) утверждает [порядок](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_91798/#dst100010) проведения допинг-контроля;

4) принимает в установленном порядке решение об исключении общероссийской спортивной федерации из реестра общероссийских и аккредитованных региональных спортивных федераций в случае неисполнения общероссийской спортивной федерацией обязанностей, предусмотренных [пунктами 1](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/010f23e39b19c2bd2d1e29b4c04751bbc13954bc/#dst65) - [6 части 10](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/010f23e39b19c2bd2d1e29b4c04751bbc13954bc/#dst70) настоящей статьи;

5) осуществляет иные полномочия в соответствии с настоящим Федеральным законом.

10. Общероссийские спортивные федерации и профессиональные спортивные лиги в целях реализации мер по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним обязаны:

(в ред. Федерального [закона](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_207422/3d0cac60971a511280cbba229d9b6329c07731f7/#dst100149) от 22.11.2016 N 396-ФЗ)

(см. текст в предыдущей редакции)

1) опубликовывать в общероссийских периодических печатных изданиях и (или) размещать на своих официальных сайтах в сети Интернет общероссийские антидопинговые правила и антидопинговые правила, утвержденные международными спортивными федерациями по соответствующим видам спорта, на русском языке;

2) предоставлять в соответствии с общероссийскими антидопинговыми правилами необходимую общероссийской антидопинговой организации информацию для формирования списка спортсменов в целях проведения тестирования как в соревновательный период, так и во внесоревновательный период;

3) уведомлять спортсменов в соответствии с общероссийскими антидопинговыми правилами о включении их в список спортсменов, подлежащих тестированию как в соревновательный период, так и во внесоревновательный период;

4) содействовать в проведении тестирования в соответствии с [порядком](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_91798/#dst100010) проведения допинг-контроля;

5) применять санкции (в том числе спортивную дисквалификацию спортсменов) на основании и во исполнение решения соответствующей антидопинговой организации о нарушении антидопинговых правил спортсменами, а также тренерами, иными специалистами в области физической культуры и спорта в отношении спортсменов, в отношении животных, участвующих в спортивном соревновании;

6) информировать о примененных санкциях федеральный [орган](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_131516/ea47551175a90446edecb73b4ecaacde8f8137f5/#dst100015) исполнительной власти в области физической культуры и спорта, органы исполнительной власти соответствующих субъектов Российской Федерации, общероссийскую антидопинговую организацию, международную спортивную федерацию по соответствующему виду спорта;

6.1) определять должностных лиц, ответственных за организацию работы общероссийской спортивной федерации и (или) профессиональной спортивной лиги по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним во взаимодействии с федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, федеральным органом исполнительной власти, уполномоченным на медико-биологическое и медицинское обеспечение спортсменов спортивных сборных команд Российской Федерации, российской антидопинговой организацией. Соответствующее должностное лицо общероссийской спортивной федерации также взаимодействует с международной спортивной федерацией, соответствующее должностное лицо профессиональной спортивной лиги - с общероссийской спортивной федерацией по соответствующему виду спорта;

(п. 6.1 введен Федеральным [законом](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_207422/3d0cac60971a511280cbba229d9b6329c07731f7/#dst100150) от 22.11.2016 N 396-ФЗ)

7) выполнять иные требования настоящего Федерального закона и антидопинговых правил.

11. Организаторы спортивных мероприятий в целях реализации мер по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним обязаны:

1) обеспечивать условия для проведения допинг-контроля на спортивных мероприятиях, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий в соответствии с общероссийскими антидопинговыми правилами, а также содействовать проведению тестирования на указанных спортивных мероприятиях в соответствии с порядком проведения допинг-контроля;

2) выполнять иные требования настоящего Федерального закона и антидопинговых правил.

12. Орган исполнительной власти субъекта Российской Федерации, уполномоченный в области физической культуры и спорта, определяет должностное лицо, ответственное за организацию работы по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним во взаимодействии с российской антидопинговой организацией, федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, федеральным органом исполнительной власти, уполномоченным на медико-биологическое и медицинское обеспечение спортсменов спортивных сборных команд Российской Федерации.

(часть 12 введена Федеральным [законом](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_207422/3d0cac60971a511280cbba229d9b6329c07731f7/#dst100152) от 22.11.2016 N 396-ФЗ)

13. Орган исполнительной власти субъекта Российской Федерации, уполномоченный в сфере здравоохранения, определяет должностное лицо, ответственное за организацию работы по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним во взаимодействии с российской антидопинговой организацией и федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта.

(часть 13 введена Федеральным [законом](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_207422/3d0cac60971a511280cbba229d9b6329c07731f7/#dst100154) от 22.11.2016 N 396-ФЗ)

**ДОКЛАД** **на тему: «Профилактика применения допинга в спорте».**   
**Подготовила:** инструктор-методист МБУ ДО СДЮСШОР Гукалова Юлия Николаевна

г.Каменск-Шахтинский декабрь 2015г.   
Содержание:

* [История допинга](http://zodorov.ru/profilaktika-primeneniya-dopinga-v-sporte.html#1._%D0%98%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B8%D1%8F_%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%B0)
* [Характеристика допинга](http://zodorov.ru/profilaktika-primeneniya-dopinga-v-sporte.html#2._%D0%A5%D0%B0%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0__%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%B0)
* [Анаболические стероиды](http://zodorov.ru/profilaktika-primeneniya-dopinga-v-sporte.html#%D0%90%D0%BD%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5_%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%BE%D0%B8%D0%B4%D1%8B)
* [Бета-блокаторы](http://zodorov.ru/profilaktika-primeneniya-dopinga-v-sporte.html#%D0%91%D0%B5%D1%82%D0%B0-%D0%B1%D0%BB%D0%BE%D0%BA%D0%B0%D1%82%D0%BE%D1%80%D1%8B)
* [Кровяной допинг](http://zodorov.ru/profilaktika-primeneniya-dopinga-v-sporte.html#%D0%9A%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8F%D0%BD%D0%BE%D0%B9_%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%B8%D0%BD%D0%B3)
* [Использование допингов в родственных видах спорта (Р.Д. Сейфулла, 1999)](http://zodorov.ru/profilaktika-primeneniya-dopinga-v-sporte.html#%D0%98%D1%81%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%B7%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%BE%D0%B2_%D0%B2_%D1%80%D0%BE%D0%B4%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8B%D1%85_%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B0%D1%85_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%)
* [Опасность допинга для здоровья спортсменов](http://zodorov.ru/profilaktika-primeneniya-dopinga-v-sporte.html#3._%D0%9E%D0%BF%D0%B0%D1%81%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C_%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%B0_%D0%B4%D0%BB%D1%8F__%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8C%D1%8F_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D1%81%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%BE%D0%B2)

|  |
| --- |
|  |

**Введение**   
На сегодняшний день применение допинга стало одной из самых ак­туальных проблем в мировом спортивном движении. Допинговые скан­далы происходят на глазах у миллиардов зрителей и наносят невосполни­мый ущерб репутации государства и всему спорту. Если лет двадцать назад с соревнований отправляли единичных ат­летов, то сейчас их выгоняют целыми командами. Выход из создавшегося критического положения видится, прежде всего, в [изменении](http://zodorov.ru/role-ionov-kaleciya-v-izmenenii-reaktivnosti-i-mikroreologiche.html) обществен­ного мнения в этой сфере. Общество должно изменить свою позицию по отношению к спортсменам и спортивной фармакологии, иначе в этой войне не будет победителей, - проиграют все: и спорт и зрители. По информации Всемирного антидопингового агентства и Интер­пола, нелегальный оборот главного допинга - анаболических стероидов - уже превышает оборот криминального сбыта наркотиков. В. Фетисов ак­центирует внимание на том, что «потребителями допингов становятся миллионы людей, причем не только и не столько в спорте. Индустрия пи­щевых добавок для похудания, всевозможных «волшебных» снадобий для омоложения и восстановления сил, бодибилдинг, фитнес, экстремальные виды спорта, которые так популярны в молодежной среде, - вот далеко не полный перечень огромного рынка для разнообразного допинга. Мил­лионы потребителей, вдохновленных идеей скорого преображения, рис­куют своим здоровьем. Кроме того, по мнению социальных психологов, модель «допинго­вого поведения», когда человек решает свои спортивные проблемы с по­мощью шприцев и таблеток, - это прямая дорога к наркотической модели поведения. Недаром особую тревогу в развитых странах вызывает проник­новение в молодежный спорт специального вида допинга - легких нарко­тиков: амфетаминов, марихуаны, галлюциногенов. Документы, направленные на борьбу с допингом, ратифицирован­ные большинством стран, в [том числе и Россией](http://zodorov.ru/vidi-medicinskoj-pomoshi.html), предусматривают целый ряд обязательных мер: организацию антидопинговых служб, изменение за­конодательств, борьба с допинг-трафиком. Одной из важнейших задач в антидопинговой деятельности является разработка и внедрение информационно-образовательных программы, ко­торые нацелены не только на спортсменов, тренеров или врачей, но и на население вообще. То, что на Западе называется программой zero tolerance - нулевой терпимости. Это комплекс специальных программ, которые должны формировать у человека устойчиво-нетерпимое отношение к до­пингу. В то же время, как отмечает начальник медицинского центра Конти­нентальной хоккейной Лиги (КХЛ) Николай Дурманов: «Квалифициро­ванных врачей, работающих именно [с проблемами допинга](http://zodorov.ru/doping-i-zdorovee.html), сегодня очень не хватает, но основы антидопинговой грамотности должны преподаваться не только врачам, но и, в первую очередь, учителям физкультуры. Говоря о спортивном допинге, мы в последнюю очередь должны думать об элитар­ном спорте, а в первую очередь – о детях, которые занимаются спортом и входят в группу риска. Допинги и идеологически, и номенклатурно пере­секаются с наркотиками. Это [точно такая же социальная проблема](http://zodorov.ru/programma-konferencii-nevinashivanie-beremennosti-socialenaya.html), кото­рую нужно решать».

**История допинга**   
Допинги - это лекарственные препараты, которые применяются спортсменами для искусственного, принудительного повышения работо­способности в период учебно-тренировочного процесса и соревнователь­ной деятельности. В зависимости от вида спорта, они могут обладать со­вершенно различными и даже противоположными фармакологическими действиями: от психостимулирующего до транквилизирующего, от моче­гонного до кардиотропного влияния. На Олимпийских играх в Древней Греции допинг уже применялся. Существовали специальные травяные настойки и много чего еще - семена кунжута, некоторые виды психотропных грибов. Римляне очень любили подпаивать, подкармливать гладиаторов для того, чтобы шоу в их испол­нении было еще более захватывающим, драматичным. В средние века норманнские воины «берсер-киеры» одурманивались перед битвой настоем мухомора и некоторых других психотропных грибов, что приводило их в состояние агрессивности и делало нечувствительными к боли и утомлению. Ко времени первых современных Олимпийских игр, которые состоя­лись в 1896 году, спортсмены обладали достаточно широким арсеналом средств фармакологической поддержки, от кодеина до стрихнина (в около смертельных дозах он является мощным стимулятором). Правда, в боль­шинстве случаев атлеты фактически вслепую ставили на себе экспери­менты, которые подчас могли для них плачевно закончиться. Реальным началом современной эры допинга нужно считать 1935 год, когда был создан инъекционный тестостерон. Сначала используемый нацистскими докторами для повышения агрессивности у солдат, чуть позже он уверенно вошел в [спорт вместе с атлетами Германии в](http://zodorov.ru/zdorovee-nacii.html) 1936 году на Берлинской Олимпиаде, а затем, уже после окончания второй мировой войны активно использовался при подготовке сборной СССР для участия в Олимпийских играх 1952 года. Ошеломляющий успех советской сборной стал совершенно неожи­данным для соперников. Впрочем, очень скоро выяснилось, что у «вол­шебного», как поначалу казалось, средства существуют достаточно серьез­ные побочные эффекты. В ведущих фармакологических лабораториях и институтах начались поиски решения этой проблемы. Вскоре усилия фармакологов были вознаграждены: уже в 1955 году на рынке появился первый стероид с увеличенными анаболическими свой­ствами - дианабол. В спортивной практике препарат «дианабол» - первый из серии специально разработанных анаболических стероидов с понижен­ной андрогенной активностью, был применен американским врачом Джо­ном Зиглером в 1958 году. С тех пор началась новая эра в использовании допингов - эра анаболических стероидов. Стероиды начали распростра­няться подобно моровому поветрию. На смену биохимическим «нагайкам и шпорам» (подхлестывавшим организм, но не дававшим ему реальных дополнительных ресурсов) вскоре пришли препараты длительного действия, часто идентичные естественным физиологическим регуляторам - гормонам - или созданные на их основе. Таков, например, модный сегодня эритропоэтин - натуральный гормон, стимулирующий созревание красных кровяных клеток - эритроцитов. Допинги нового поколения отличались от предшественников еще и тем, что их было намного труднее обнаружить. Во-первых, искомое веще­ство заведомо присутствует в [любом организме](http://zodorov.ru/issledovateleskaya-rabota-po-biologii.html). Поскольку сроки круп­ных соревнований всегда известны заранее, квалифицированный медик может рассчитать курс приема стероидов так, чтобы «окно» (период, когда избытка гормона в организме уже нет, а уменьшение массы мышц еще не началось) приходилось именно на них. А вне соревнований атлета на до­пинг никто не проверяет.

Тем не менее, к чудесам «большой химии» в то время спортсмены и спортивные врачи относились осторожно - именно в силу их чужеродности в организме, позволявшей сравнительно легко их обнаружить. Неудивительно, что на какое-то время антидопинговые службы ми­рового спорта оказались беспомощными перед этой лавиной.  Как известно, советские спортсмены начали использовать допинг в тренировочном процессе в начале 50-х годов прошлого столетия. Во мно­гом это обуславливалось политическими причинами. Вследствие противо­стояния двух систем – социалистической и капиталистической – демонстра­ция преимуществ того или иного строя требовала веских доказа­тельств. Для достижения цели был выбран самый быстрый и эффек­тивный способ – допинг. В 1972 году вышел документ «для служебного пользования» оза­главленный «Анаболические стероиды и спортивная работоспособность». В нем приводятся точные описания дозировок анаболических препаратов неробола и ретаболила, которые в [сочетании с точно вычисленными](http://zodorov.ru/l-yu-ushakova-vzaimosvyaze-lichnostnih-osobennostej-i-tipov-ot.html) сро­ками воздействия приводят к увеличению мышечной массы, улучшению восстановительных процессов и повышению выносливости организма. Сегодня в мире ежегодно синтезируются тысячи и тысячи новых препаратов. Большая часть в промышленное производство так и не попа­дает, как правило, из-за дороговизны либо потенциально негативного воз­действия на организм человека. Цель таких лабораторий - обеспечить потребности ведущих атлетов в наиболее престижных олимпийских видах спорта - легкой атлетике и плаванье. Сейчас начинается новый виток гонки: едва контрольные службы нашли более или менее приемлемые ответы на «гормональные» и «кровя­ные» вызовы, как пошли разговоры о «генетическом допинге». Судя по публикациям, заключениям МК МОК, допинги применялись и применяются во всех странах. Причиной тому – непомерное стремление к достижению призовых мест в соревнованиях и меркантильные интересы спортсменов и тренеров, спортивных организаций, целых стран. За последние десять лет на эту тему было опубликовано большое количество статей и книг (особенно в США), в которых описывается практическое применение допингов в спорте. Они переведены на многие языки, в том числе и на русский: см. Справочный материал по допингу: разрешенные и запрещенные средства...

**Характеристика допинга**

Название «допинг» происходит от английского слова «dope», что оз­начает «давать наркотик». Согласно определению медицинской комиссии Международного олимпийского комитета, допингом считается введение в [организм спортсменов любым путем](http://zodorov.ru/sovremennaya-podgotovka-yunih-sportsmenov-glava-6-postroenie-t.html) (в виде уколов, таблеток, при вдыха­нии и т. д.) фармакологических препаратов, искусственно повышающих работоспособность и спортивный результат. Согласно данному определе­нию, допингом препарат может считаться лишь в том случае, если он сам или продукты его распада могут быть определены в биологических жидко­стях организма (кровь, моча) с высокой степенью точности и достоверно­сти.

**В настоящее время к допинговым средствам относятся:**

1. ***Стимуляторы*** (стимуляторы центральной нервной системы, сим­патомиметики, анальгетики, например, амфетамин, эфедрин, фенамин, ко­феин, кокаин и др.). Эффект действия стимуляторов схож с эффектом, ко­торый получается при действии адреналина. В любом организме всегда существуют предохранители, не позволяющие до конца расходовать зало­женные в [него резервы](http://zodorov.ru/pisha-dlya-tela-i-uma-kuletura-tela-5-2003-nataleya-kim-kefirn.html). Стимуляторы их убирают, благодаря чему при сверхвысоких нагрузках спортсмен черпает свои силы из «неприкосновен­ного запаса».

2. ***Наркотики*** (наркотические анальгетики, например, морфин, алка­лоиды-опиаты, промедол, фентанил и др.). К таковым относятся морфин и его химические и фармакологические аналоги, воздействующие на цен­тральную нервную систему и снижающие боль.

3. ***Анаболические стероиды*** (тестостерон и его производные, метан-дростенолон, ретаболил, андродиол и многие другие) ***и другие гормональ­ные анаболизирующие средства*** (соматотропин, гонадо-тропин, эритро­поэтин)***.*** Химические препараты, вызывающие ускоренный рост мышц и увеличение мышечной силы. В отличие от стимуляторов, которые позво­ляют использовать неприкосновенный запас сил организма, анаболики увеличивают эти резервы и позволяют спортсмену выдержать нагрузки в несколько раз больше обычных.

4. ***Бета-блокаторы*** (анапримин (пропранолол), окспренолол, надо­лол, атенолол и др.). Группа препаратов, действующая на так называемые бета-рецепторы. В результате применения снижается частота сердечных сокращений и вызывается антиаритмический эффект. Бета-блокаторы ис­пользуются спортсменами для успокоения и снижения тремора в видах спорта, где нужна точная координация, например в стрельбе из лука, пуле­вой стрельбе, прыжках в воду.

5. ***Диуретики*** (мочегонные препараты, например, новурит, дихлоти-азид, фуросемид (лазикс), клопамид, диакарб, верошпирон и др.). В неко­торых видах спорта, в частности, в [тяжелой атлетике](http://zodorov.ru/voprosi-k-ekzamenu-po-terapii-razdelam-gastroenterologii-i-pul.html), боксе, борьбе и дру­гих, диуретики используются для быстрой сгонки веса. В бодибилдинге диуретики применяют для улучшения рельефности мышц. Помимо всего, мочегонные препараты применяются часто для того, чтобы снизить кон­центрацию в моче других запрещенных препаратов. Эта процедура на­правлена на сокрытие присутствия в организме допингов и потому, естест­венно, запрещена.

**Кроме того, к допинговым методам относятся:**

1. ***Кровяной допинг*** (забор крови у спортсмена за определенный срок до соревнований и вливание ее обратно непосредственно перед стартом).

2. ***Фармакологические, химические и механические манипуляции с биологическими жидкостями*** (маскирующие средства, добавление аро­матических соединений в [пробы мочи](http://zodorov.ru/samostoyatelenoj-raboti.html), подмена проб, подавление выделе­ния мочи почками).

Существует также 4 класса соединений, подлежащих ограничениям, даже при их приеме с лечебными целями:

1. Алкоголь (настойки на основе этилового спирта).

2. Марихуана.

3. Средства местной анестезии.

4. Кортико-стероиды.

С точки зрения достигаемого эффекта спортивные допинги можно условно разделить на 2 основные группы:

1. Препараты, применяемые непосредственно в период соревнований для кратковременной стимуляции работоспособности, психического и фи­зического тонуса спортсмена.

2. Препараты, применяемые в течение длительного времени в ходе тренировочного процесса для наращивания мышечной массы и обеспече­ния адаптации спортсмена к максимальным физическим нагрузкам.

Следует отметить, что среди рассмотренных классов допинга наибо­лее часто применяются анаболические стероиды. В тяжелой атлетике, пау­эрлифтинге, бодибилдинге их применяют около 90 % мужчин и 20 % жен­щин. В других видах спорта они используются в меньшей степени (78 % - футболисты, 40 % - спринтеры). При этом используемые дозы могут мно­гократно превышать рекомендуемые (5-10 мг) и достигать 300 мг и даже 2 г. В [биохимии под анаболизмом понимают](http://zodorov.ru/ekzamenacionnie-voprosi-po-biohimii.html) такое течение биохимиче­ских реакций, которое способствует синтезу каких-либо соединений - бел­ков, углеводов, жиров и т.д. С химической точки зрения анаболические сте­роиды - это производные вещества под названием циклопентанпергидрофе­натрен, которое является структурной основой муж­ских половых гормонов. Таким образом, анаболические стероиды это искусственно синтезированные производные мужского полового гормона – тестостерона, в том числе сам тестостерон и его эфиры. Тестостерон действует на организм человека в двух направлениях: спо­собствует синтезу белков скелетной мускулатуры и частично мускула­туры миокарда, уменьшает содержание жира в [теле и изменяет его](http://zodorov.ru/kak-izbavitesya-ot-akne-na-tele.html) распреде­ление - это проявление так называемой анаболической активности тестостерона. Также тестостерон способствует развитию мужских половых признаков, как первичных: начальный рост пениса, рост и развитие семен­ных пузырьков, рост и развитие предстательной железы; так и вторичных: густота и размещение волос на теле и лице, огрубление голоса и некоторых других - это андрогенная активность тестостерона. Синтетические анаболические стероиды представляют собой веще­ства с повышенной анаболической активностью и пропорционально снижен­ной андрогенной активностью. Однако, не существует и не может существовать препаратов анаболических стероидов с нулевой андрогенной активностью. То же самое, и даже в еще большей степени можно сказать о тестостероне и различных его производных (эфирах), а также их смесях. Та­ким образом, безвредных анаболических стероидов нет. Основными эффек­тами применения анаболических стероидов в [спорте в начальный](http://zodorov.ru/istinnoe-polojenie-veshej-v-sovremennom-silovom-sporte.html) пе­риод их приема, являются следующие: быстрый прирост мышечной массы (при условии достаточного содержания в пище белков, жиров, углеводов, витаминов и микроэлементов), и предотвращение ее падения в период тяже­лых тренировочных нагрузок. Вследствие прироста мышечной массы наблюдается увеличение поперечного сечения мышцы и, следовательно, пропорционально увеличивается физическая сила, увеличивается скорость восстановления после физических нагрузок, повышается объем переноси­мых тренировочных нагрузок. Анаболики могут быть в таблетированной форме и в виде препаратов для внутримышечного и подкожного введения. Следует отметить, что современный допинг — это уже не прямые краткосрочные стимуляторы, а средство повышения ре­зервных возможно­стей организма. Что делает все более условной границу между ними и раз­решенными препаратами. В зависимости от вида спорта, допинги могут обладать совершенно различными и даже противоположными фармакологическими действиями, от психостимули­рующего до транквилизирующего, от мочегонного до кардиотропного влияния. За последние 15 лет выяснено, что в зависимости от видов спорта в различных странах применяются следующие допинги (табл. 1). В конном спорте используются различные допинги в [зависимости от конкретных задач](http://zodorov.ru/bolgarskoe-kisloe-moloko.html) (психостимуляторы, транквилизаторы и другие препа­раты), поэтому проводится допинговый контроль лошадей. Последнее время активно обсуждается проблема генного допинга. Генный допинг в узком смысле этого слова (то есть пере­нос посто­роннего генетического материала или чужеродных клеток в ор­ганизм спортсмена) следует рассматривать как своего рода злоупотребле­ние ген­ной терапией.

Что такое генная терапия? Врач заставляет орга­низм производить кислород. В организм человека внедряется специальный искусственный вирус, который и принесет нужный ген внутрь человека. Ген заработает, и человек будет производить свой собственный эритропо­этин в больших ко­личествах, и у него будет много кислорода.

*Таблица 1*   
  
**Использование допингов в родственных видах спорта (Р.Д. Сейфулла, 1999)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Родственные виды спорта | Допинги | Осложнения |
| 1. Скоростно-силовые виды: тяжелая атлетика, метания, культуризм, спринтерские дистанции в [легкой атлетике](http://zodorov.ru/osobennosti-metodiki-zanyatij-legkoj-atletikoj-s-jenshinami-vl.html), плавании, конькобежном спорте, лыжных гонках. | Анаболические стероиды, соматотропин, гонадотро-пин, амфетамины, диуре­тики и др. | Резкие изменения: обмена веществ, гормонального профиля, маскулинизация у женщин и вирилизация у мужчин. |
| 2. Виды спорта с преиму­щественным проявлением выносливости, циклические виды спорта: бег, плавание, лыжные гонки, велосипед­ные гонки, конькобежный спорт (длинные дистан­ции). | Анаболические стероиды, соматотропин, гонадотро­пин, кровяной допинг, пси­хостимуляторы и др. | Потеря ориентации и соз­нания, смертельные ис­ходы, нарушения гормо­нального статуса и др. |
| 3. Игровые виды: футбол, баскетбол, регби, бейсбол, хоккей с мячом и с шайбой, гольф и др. | Алкоголь, кокаин, героин, амфетамины, марихуана и др. | Летальные исходы, потеря сознания, токсические эф­фекты. |
| 4. Сложнокоординацион­ные виды спорта: прыжки в высоту, прыжки в воду, фи­гурное катание, гимна­стика, фехтование и др. | Алкоголь, наркотические аналгетики, транквилиза­торы, бетаблокаторы и др. | Наркотическая зависи­мость, алкоголизм и др. |
| 5. Единоборства: все виды борьбы, бокс, восточные единоборства и др. | Наркотические аналгетики, марихуана, алкоголь. | Лекарственная зависи­мость, наркомания и др. |

**Опасность допинга для здоровья спортсменов**   
Иногда можно услышать мнение, что современный высокотехноло­гичный допинг перестал быть вредным для здоровья. Однако это не так. За все приходится платить, тем более за искусственное завышение порога че­ловеческих возможностей. Регулярное применение допингов вызывает нарушение функций многих физиологических систем. Многие нарушения проявляются не сразу после использования допингов, а спустя 10-20 лет или в потомстве. Можно констатировать, что прием допингов вызывает многочисленные осложнения у спортсменов, вплоть до летальных исходов. По этой причине, а также и потому, что все спортсмены должны находиться в одинаковых условиях, МК МОК запретил применять ряд фармакологических препаратов на тренировках и соревнованиях. Некоторые считают, что это [нарушение прав человека](http://zodorov.ru/pravovie-problemi-evtanazii-v-rossii.html), и каждый спортсмен волен готовиться как захочет, с допингами или без них. В этом случае результат соревнований будет зависеть от того, какая страна придумает более мощный допинг или рациональную схему применения известных препаратов, и на стадионах будут соревноваться фармакологи, а не спортсмены.   
  
**Вредное воздействие на организм спортсмена допингов различных групп выражается в следующем.**

Большинство **стимуляторов** обладает побочными эффек­тами, зави­сящими от дозы: угнетение дыхания и риск скоропостижной смерти. Ис­пользование стимуляторов может стать причиной того, что со спортсме­ном в результате неадекватной оценки ситуации может произойти несча­стный случай. Кроме того, злоупотребление стимуляторами приводит к лекарственной зависимости. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва города Каменск-Шахтинский   
  
 [Антидопинговая работа с юными спортсменами](http://zodorov.ru/profilaktika-primeneniya-dopinga-v-sporte.html?page=4#9._%D0%90%D0%BD%D1%82%D0%B8%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%8F_%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0__%D1%81_%D1%8E%D0%BD%D1%8B%D0%BC%D0%B8_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D1%81%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B0%D0%BC%D0%B8)

|  |
| --- |
| **8. Допинг в** [**детском и**](http://zodorov.ru/5-kak-pomoche-rebenku-adaptirovatesya-v-detskom-sadu.html) **юношеском спорте**  Возрастание роли спорта в современном обществе привело к тому, что личность спортсмена высокого класса выступает в роли идеала для значительной части молодых людей, поэтому обществу далеко не безраз­лично, какие ценности несет спорт в лице этой личности. В то же время многочисленные публикации в периодической и на­учной печати свидетельствуют об искажении нравственных олимпийских идеалов в спорте: использование допинга, ставшего бичом спорта, нечест­ное ведение спортивной борьбы, коммерциализация спорта, уход спортсме­нов в криминальные структуры. Нарастание негативных тенденций в спорте опасно тем, что они все больше проникают в юношеский и даже в детский спорт. Необходимость поиска путей противостояния негативным явлениям в спорте, усиления его гуманизирующего действия все отчетливее понима­ется в обществе, об этом свидетельствуют материалы в периодической пе­чати, а также возникновение различных общественных движений, отстаи­вающих духовные идеалы спорта. В [то же время](http://zodorov.ru/seminar-trening-tajm-menedjment-vremya-denegi.html), мнения ученых по вопросу гуманизирующей и дегу­манизирующей роли спорта в обществе далеко неоднозначны. В центре разногласий ученых стоит вопрос о его влиянии на личность спортсмена. И если одни исследователи утверждают, что спорт оказывает положитель­ное влияние на личность спортсмена, то другие не согласны с этим. При этом существует несколько точек зрения на причины отрицательного воз­действия спорта на личность спортсмена. Одни видят причину такого положения в соревновательной специ­фике самого спорта, другие связывают это с правилами соревнований, тре­тьи считают, что главная причина в тех общественных и социальных от­ношениях, которые преобладают в обществе. При этом ряд авторов делает акцент на том, что спорту присущи не­гативные тенденции, другие утверждают, что именно профессионализация современного спорта привела к дегуманизации ряда ценностей, культиви­руемых в спорте. Особенно важно решение этой проблемы в настоящее время по от­ношению к юным спортсменам, так как «омоложение» спорта высших достижений привело к тому, что уже в подростковом возрасте спортивная деятельность, становясь ведущей для определенной группы юных спорт­сменов (учащихся школ Олимпийского резерва, спортивных интернатов, ДЮСШ профессиональных клубов), во многом определяет формирование их личности. Допинг в [детском спорте тем и опасен](http://zodorov.ru/istinnoe-polojenie-veshej-v-sovremennom-silovom-sporte.html), 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 национальной сборной страны. В то же время, употребляя запрещенные препараты, мо­лодежь практически лишает себя возможности дальнейшего спортивного роста. В свете рассматриваемого вопроса, необходимо обратить внимание на следующую статистику. В 2006 году Россия на юношеском внутреннем первенстве по легкой атлетике тестировала 800 юных спортсменов цен­тральных регионов. В итоге допинг - пробы оказались положительными у 18 % из них. Подобная статистика была и в Белоруссии. На международ­ном Конгрессе по борьбе с допингом в Вильнюсе белорусские специалисты предоставили цифру 22 %. Вдвойне неприятно, что в допинге уличены не элита, а моло­дые спортсмены, претендующие на места в национальных сборных коман­дах страны. Среди спортсменов-детей наиболее распространены анаболические стероиды. Эти препараты форсируют выработку тестостерона в организме и тем самым позволяют быстрее наращивать мышечную массу. Диуретики, которые тоже очень распространены, - это мочегонные средства, используемые, чтобы скрыть применение запрещенных препаратов или мак­симально быстро сбросить вес, что особенно важно, если в [виде спорта](http://zodorov.ru/kontrolenie-zadaniya-po-sportivnoj-biohimii-dlya-studentov-3-k.html), которым спортсмен занимается, есть весовые категории. Часто обнаружи­ваются в пробах каннабиноиды - гашиш, марихуана. В России спортом занимаются около 20 миллионов россиян, в том числе не менее четырех миллионов детей и подростков. Эксперты отмечают, что стати­стики, которая отражала бы распространение допинга среди юных спортсме­нов, в России не ведется. «Но если судить по развитым странам, ситуация катастрофическая, – говорит Николай Дурманов. – В США, например, до миллиона учеников старшей школы и студентов колледжей регулярно употребляют анаболики. Скорее всего, наши дети ненамного отстают от заокеанских сверстников, и тенденции говорят о том, что это отставание может быть преодолено в са­мом ближайшем будущем». За рубежом проблема использования допинга при занятиях спортом среди молодежи стоит не менее остро. Так, выявлено, что французские школьники нередко применяют запре­щенные допинговые препараты для улучшения спортивных достиже­ний. Об этом заявили специалисты Регионального управления по делам мо­лодежи и спорта, проанализировавшие результаты опроса 3500 детей, посещавших школы на востоке Франции. Школьники 11-летнего возраста заполнили анкеты, ответив на во­просы, касавшиеся употребления запрещенных препаратов из списка Все­мирного антидопингового агентства (WADA), за исключением назначенных по медицинским показаниям, а также табака, алкоголя и марихуаны. Кроме того, дети информировали о своих спортивных занятиях и достижениях, самооценке, уровне тревоги и самочувствии в целом. Повторные анкетирова­ния проводились каждые шесть месяцев в течение четырех лет. В результате опроса ученые под руководством Патрика Лора (Patrick Laure) выяснили, что 1,2% детей 11-летнего возраста применяли допинго­вые препараты для стимуляции физической и нервной деятельности, намере­ваясь улучшить свои спортивные результаты. Среди 15-летних этот показатель увеличился до 3%, причем 62% из них применяли допинг ежене­дельно, а 24% - ежедневно. 44% детей, применявших допинг, сооб­щили, что смогли выиграть как минимум одно спортивное соревнование [с помощью запрещенных препаратов](http://zodorov.ru/o-preduprejdenii-negativnih-posledstvij-potrebleniya-durmana-o.html). В качестве допинга дети чаще всего использовали такие препараты как сальбутамол (45%), кортикостероиды (10%) и марихуану (6%). Кроме того, применялись и другие стимуляторы, а также анаболики. О побочных эффектах, связанных с употреблением допинга (немотивированная агрес­сия, изменение голоса, потеря сознания и т.д.), сообщили 4% детей. Наиболее часто запрещенные препараты применяли мальчики с низ­кой самооценкой и высоким уровнем тревожности, отводившие на трени­ровки большее количество времени, информировали ученые. Подробный отчет о результатах исследования был опубликован в British Journal of Sports Medicine. Аналогичную картину выявили и американские исследователи. По их данным, в частности, девушки в США слишком увлекаются стероидами. Речь идет об анаболических стероидах, предназначенных для профессио­нальных бодибилдеров - причем далеко не в целях построения спортивной карьеры, сообщает Associated Press. Начиная с 9-летнего возраста, девочки приступают принимать препараты, чтобы обладать такими же фигурами, как у фотомоделей и звезд кино. 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](http://zodorov.ru/uhod-za-kojej-i-volosami-hair-and-skin-care-atria--krasota-ne.html), 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. Выборочный антидопинговый контроль, проведенный в некоторых клубных командах города Москвы, показал, что большое количество спортсменов, в том числе молодых, регулярно применяют допинговые ве­щества. Проблема использования запрещенных веществ особенно остра среди категорий спортсменов, в отношении которых не проводится до­пинг-контроль. Примерно третью часть от общего числа допинговых средств со­ставляют наркотические и психотропные вещества, что напрямую связано с проблемой наркомании. В России, как отмечают многие исследователи данной проблемы, при подготовке спортсменов в учреждениях дополнительного спортивного образования проблеме антидопингового контроля пока не уделяется долж­ного внимания. Потому что, по сути, в России антидопинговые программы среди юных спортсменов действуют только в Москве. В Центре инновационных спортивных технологий Москомспорта создана вся инфраструктура для постоянного и качественного [проведения антидопингового образования и](http://zodorov.ru/kakoe-dejstvie-okazivaet.html) контроля. На территории олимпийского спорткомплекса «Лужники» откры­лась лаборатория по обнаружению запрещенных веществ в организме спортсменов. В этой лаборатории проводиться исследования проб, взятых у учащихся спортивных образовательных учреждений, с целью выявления и профилактики применения запрещенных веществ. Москва первой из ре­гионов России разработала и приступила к реализации комплексной анти­допинговой программы. Работа по организации допинг - контроля в стране разворачивает На­циональная антидопинговая организация РУСАДА. Эта организация уча­ствовала в проведении допинг - контроля на зимней и летней Спартакиадах учащихся России в 2009 году. Регулярно проводится тестирование на дет­ско-юношеских соревнованиях по тем видам спорта, где риск применения допинга особенно высок. На IV летней спартакиаде под контроль попали 11 видов. Спортсме­нов из академической гребли и гребли на байдарках и каноэ тестировали в Ростове-на-Дону. Остальные пробы брали в столице спартакиады Пензе - там, в [поле внимания сотрудников РУСАДА](http://zodorov.ru/otchet-o-deyatelenosti-np-rusada-v-2013-godu.html) попали легкая атлетика, вело­спорт (шоссе, трек, BMX), бокс, триатлон, плавание, тяжелая атлетика. Кроме того, проводились тесты на соревнованиях по конному спорту. Всего было взято более 240 проб. Тестировали только тех, кто попал в призовую тройку, спортсменов отбирали посредством жеребьевки. Основ­ная цель контроля - предупреждение использования запрещенных препа­ратов. Юных спортсменов проверяют в соответствии с Международным стандартом для тестирования ВАДА так же, как и взрослых спортсменов. Единственное дополнение к процедуре - обязательное присутствие совер­шеннолетнего представителя несовершеннолетнего спортсмена. Если же он отказывается от присутствия своего представителя при проведении процедуры сбора проб, то этот факт обязательно заносят в протокол до­пинг - контроля, хотя результаты тестирования при этом не считаются не­действительными. Пробы детей-спортсменов исследуют полностью на все группы за­прещенных веществ. В соответствии с международными правилами - в ла­боратории не поступает никаких данных о спортсменах, в том числе и ин­формация о возрасте лица, сдавшего пробу. В Сингапуре, столице первых в истории летних юношеских Олим­пийских игр – 2010 года, прошел антидопинговый семинар, в [котором приняли участие](http://zodorov.ru/mr-ahtinskij-rajon-vozrojdaetsya.html) представители Сингапурского НОК и Оргкомитета Игр-2010 приняли участие представители Всемирного антидопингового агент­ства (WADA). Главным событием семинара, помимо принятия принципов антидо­пингового контроля, стало решение о количестве спортсменов, которые пройдут процедуру допинг - контроля на юношеской Олимпиаде. Их будет очень большое количество – сопоставимое с взрослыми Играми: пробы будут взяты у 1300 из 3000 участвующих спортсменов. Спортивные врачи, тренеры и сами спортсмены недостаточно осве­домлены в вопросах допустимости использования тех или иных препара­тов, проводится недостаточное количество профилактических мероприя­тий. До недавнего времени существовали также проблемы с обеспечением спортсменов качественными биологически активными добавками, средст­вами восстановления и повышения работоспособности. В уставе ВАДА и основных программных документах, как подчерк­нул ответственный секретарь антидопинговой комиссии Госкомспорта России Тимур Абсалямов, большое внимание уделяется информационной и образовательной работе со спортсменами. Причем не только с элитой спорта, но и с юными спортсменами и их родителями. Это приведет к соз­данию определенного информационного фона, когда употребление запре­щенных препаратов будет расцениваться как свидетельство дурного тона. Для того, чтобы родители юных спортсменов помогали в антидопинговой пропаганде необходимо их первоначальное просвещение, а иногда и коррекционная работ. В интервью Первому каналу руководитель медицин­ских программ Континентальной хоккейной Лиги и Федерации тенниса России Петр Лидов отметил, что бывают случаи, когда «мамы и папы го­ворят о том, чтобы их ребенок принимал допинг, потому что они хотят ви­деть свое чадо на вершине пьедестала уже в 10 лет». Сегодня назрела необходимость в [срочных мерах по](http://zodorov.ru/celi-i-zadachi-cikla.html) противодейст­вию распространения допинга в спорте, особенно в детском и молодеж­ном спорте. В первую очередь необходимо разрабатывать и внедрять антидопин­говые информационно-образовательные программы. |

**9. Антидопинговая работа** **с юными спортсменами**

Образовательная антидопинговая деятельность среди юных спорт­сменов проводится во всех станах мира различными организациями. В ча­стности, антидопинговые образовательные программы реализуются на всех юношеских турнирах под эгидой европейского футбольного союза, а также на чемпионатах Европы среди молодежи. Эта программа вступила в действие в 2005 году в ходе финальной стадии чемпионата Европы среди юношей до 19 лет. Цель программы - рассказать молодым спортсменам об опасностях, связанных с применением допинга, и помочь им избежать все­возможных допинговых ловушек. Следует отметить, что сегодня в России активно ведется работа по созданию антидопинговых образовательных программ. Российских ученых можно считать лидерами в мировом сообществе по продвижению антидо­пинговых программ за пределы большого спорта. Прежде всего, в школы. В разных регионах России принимаются усилия по организации об­разовательной деятельности, направленной на профилактику применения допинга, в первую очередь среди юных спортсменов. Эту деятельность проводят различные организации: Национальная антидопинговая [организация РУСАДА](http://zodorov.ru/otchet-o-deyatelenosti-np-rusada-v-2013-godu.html), Федеральная служба России по контролю за оборотом наркотиков, а также непосредственно сотрудники детско-юношеских спортивных школ. Семинары проводятся и на крупных юношеских соревнованиях в форме беседы. При работе с детьми применяется доступная для их пони­мания форма подачи материала с активным использованием фактов, цифр, жизненных примеров из разных видов спорта. Когда семинар проводился в зале, то используются презентации, что позволяет более эффективно донести до детей и подростков материал. В конце семинара участники отвечают на вопросы анкеты для ус­воения полученного материала:

1. Что такое допинг и почему он запрещен?

2. Что такое Запрещенный список и для чего он нужен?

3. Влияние допинга на здоровье и спортивное будущее спортсмена (рассмотрение запрещенных в спорте веществ и методов, последствия их использования)

4. Опасность марихуаны и наркотиков

5. Ответственность спортсменов

6. Как сказать нет допингу

Также рассматриваются различные ситуации, чтобы подсказать спортсменам правильные модели поведения. Сотрудники РУСАДА считают, что при работе с детьми важно де­лать акцент на этические принципы, повышение значимости честного спорта, уважение соперника; отойти от принципа «победа любой ценой». Проведением разъяснительных бесед со спортсменами по [проблемам применения допинга занимаются и](http://zodorov.ru/doping-i-zdorovee.html) сотрудники службы наркоконтроля России. В ходе антидопинговых мероприятий специалисты по профилактике употребления наркотических веществ проводят с воспитанниками детско-юношеских спортивных школ ряд профилактических бесед. Помимо ин­формации общепрофилактического характера, специалисты читают цикл лекций о применении допинга, прежде всего анаболических стероидов, ко­торые наносят серьезный ущерб здоровью. У ряда потребителей стероиды могут даже вызывать психическую зависимость.Также проводятся встречи и с руководителями спортивных федера­ций. Специалисты информируют об ответственности за незаконные опера­ции с сильнодействующими препаратами, куда относятся и вещества, вхо­дящие в состав допингов. В целях борьбы с допингом во всех его проявлениях, пропаганды че­стной спортивной борьбы, заботы о здоровье занимающихся спортом Об­щероссийской общественной организацией «Всероссийское объединение представителей спортивных школ» разработан и реализуется проект «Об­разовательная деятельность по основам организации профилактики до­пинга среди занимающихся в [образовательных учреждениях](http://zodorov.ru/programma-kursa-medicinskoe-obespechenie-bezopasnosti-v-obrazo.html) спортивной направленности». Реализация проекта предполагает организацию повышения квали­фикации спортивно-педагогических работников ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР по основам профилактической деятельности среди занимающихся в образовательных учреждениях спортивной направ­ленности.   
  
*Основные цели, задачи проекта:*

• обучение руководителей, методистов, тренеров-преподавателей ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР основам профилактической работы по применению допинга спортсменами;

• обучение руководителей, методистов, тренеров-преподавателей ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР современным принципам применения фармакологических средств, основам антидопинговой политики в спорте;

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

В Москве реализуется комплексная антидопинговая программа «Че­стный спорт», разработанная в соответствии со стандартами и требова­ниями Всемирного антидопингового агентства и ЮНЕСКО. Эта программа предусматривает реализацию информационно-обра­зовательного проекта профилактики использования допинга спортсме­нами, тестирование учащихся образовательных учреждений на предмет наличия в организме запрещенных веществ, издание информационно-справочных материалов, организацию телефонной справочной службы «Внимание, допинг!», создание специализированного интернет-сайта, про­ведение разных исследований. Разработчик Программы: Государственное учреждение города Мо­сквы «Центр инновационных спортивных технологий» Департамента фи­зической культуры и спорта города Москвы (ГУ «ЦСТ Москомспорта»). Программа «Честный спорт» является основой для разработки дру­гих программ (как комплексных, так и парциальных), направленных на ор­ганизацию профилактики применения допинга в спорте.

*Цель Программы* – создание единой городской системы противодей­ствия распространению допинга среди московских спортсменов всех воз­растных категорий.   
  
*Задачи Программы*:

* проведение социологических исследований для мониторинга поло­жения с допингом в спорте;
* разработка и реализация информационно-образовательных проек­тов;
* организация и проведение антидопингового контроля на всех уров­нях подготовки спортсменов;
* разработка системы эффективного применения продуктов функ­ционального спортивного питания, недопинговых средств вос­становления и повышения работоспособности спортсменов;
* аттестация спортивных врачей системы Москомспорта на знание антидопинговых правил и процедур

*Перечень основных мероприятий*:

1. разработка и реализация информационно-образовательной про­граммы профилактики использования допинга среди спортсменов города Москвы;
2. издание информационно-образовательных и справочных материа­лов;
3. создание и запуск справочной службы по антидопингу «Внима­ние, допинг!»;
4. проведение социологических исследований московских спортсме­нов;
5. разработка системы эффективного применения продуктов функ­ционального спортивного питания и недопинговых средств восстановле­ния и повышения работоспособности спортсменов;
6. подготовка инспекторов допинг - контроля;
7. [организация и проведение семинаров для](http://zodorov.ru/nauchno-obrazovatelenij-material-n1-78-7-organizaciya-i-proved.html) спортивных врачей, тре­неров и массажистов спортивных учреждений, подведомственных Мос­комспорту;
8. проведение аттестации спортивных врачей системы Москомс­порта на знание антидопинговых правил и процедур;
9. участие в национальных и международных конференциях по борьбе с допингом в спорте;
10. установление и развитие сотрудничества с региональными антидо­пинговыми организациями зарубежных стран.

Следует отметить, что осведомленность как юных, так и взрослых спортсменов в вопросах применения допинга крайне низкая. Поэтому «РУСАДА» занимается подготовкой программ, ориентированных на спортсменов 8-12 лет и 12-16 лет. В нее входят распространение антидо­пинговой литературы для детей и подростков, наглядных пособий, антидо­пинговые уроки, викторины, конкурсы. ФГБУ СПбНИИФК также проводит работу по реализации антидопинговых программ среди юных спортсменов в учреждениях дополнительного физкультурного образования и общеобразовательных школ, имеющих спортивные классы. Сотрудниками института разработаны учебно-методические материалы, предназначенные для педагогов-психологов, спортсменов, тренеров и родителей юных спортсменов по проведению профилактической антидопинговой работы.Сегодня рассматриваются различные альтернативы допингу. С не­давнего времени в России обратили внимание на нейролингвистическое программирование (НЛП) которое [с успехом используется в таких странах](http://zodorov.ru/metodi-prerivaniya-beremennosti.html) как США, Австралия, Германия для решения проблем спортсмена, для улучшения его результативности именно методами данного направления психологии. В арсенале НЛП существуют гипнотические техники, позво­ляющие ориентировать спортсмена на отказ от приема допинга. Они не­сколько отличаются от аутогенных тренировок или классического гипноза. Прием допинга спортсменом (например легкоатлетом), являясь пове­денческим актом, оказывает влияние на его психофизиологическое состоя­ние и способности (он быстрее бежит, стартует лучше и его сильные со­перники не вызывают состояния «мандража», мешающего выступать эф­фективно, как это бывало раньше), а так же изменяет некоторые убеждения (если я принял допинг, то я могу выиграть, у меня все получится). При этом, внутреннее «разрешение» на прием допинга обусловлено реализа­цией целей (если я выиграю эти соревнования, то я поеду на олимпийские игры) и ценностей спортсмена (мне важно уважение моего тренера и я хочу самореализоваться в спорте), а иногда (особенно в спорте высших достижений) существует связь с уровнем личностного своеобразия (я - чемпион) и даже сверхцели (чтобы Россия процветала). Специалистами группы «НЛП в спорте» при лаборатории психоло­гии ВНИИФК была разработана схема системного подхода к решению проблемы использования допингов спортсменами с помощью методов НЛП, учитывающая вышеуказанные психологические особенности. Ос­новная идея или концепция замещения допингов психологическим воздей­ствием НЛП, заключается в особенностях воздействия техник НЛП на бес­сознательную сферу человека. Использование НЛП-подходов в замещении допингов может оказаться очень перспективным методом, т.к. психологи­ческие инструменты нейролингвистического программирования [способны активировать глубинные](http://zodorov.ru/zabolevanie-na-dvoih.html) психофизиологические ресурсы бессознательной сферы.

**Заключение**

С каждым днем антидопинговая пропаганда набирает силу. Однако ей противостоит индустрия, в которой вращаются миллиарды долларов: индустрия боди-имиджа. Она призывает: принимай допинг, чтобы нарас­тить мышцы, принимай допинг, чтобы похудеть, быть быстрее, сильнее, активнее. Это же касается и большого спорта. Сегодня в разных регионах принимаются усилия по организации об­разовательной деятельности, направленной на профилактику применения допинга. В соответствии с положениями Международной конвенции ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте, Всемирного антидопингового Кодекса, международными стандартами организации антидопинговой дея­тельности разработана Московская комплексная антидопинговая про­грамма «Честный спорт». Активную просветительскую деятельность среди спортсменов, тренеров и спортивных врачей ведет Национальная антидо­пинговая организация «РУСАДА». В то же время, для повышения эффективности проводимой работы очень важна переориентация общественного мнения. Но в России пока это происходит очень медленно: пресса вместо трезвой оценки ситуации ис­кусственно раздувает скандалы, в обществе укоренилось сочувствие к провинившимся кумирам, дисквалификация считается огромной не­справедливостью. В [этой связи](http://zodorov.ru/preobrazovanie-i-sohranenie-estestvennoj-sredi-obitaniya-chelo.html), необходима разработка и внедрение образовательных программ, нацеленных на различные слои населения, в первую очередь, *школьников и студенческую молодежь*. Именно они в ближайшем буду­щем будут определять менталитет России. Перспективным представляется направление работы с юными спортсменами. Наиболее активные занимающиеся в ДЮСШ и СДЮШОР, должны быть подготовлены *к волонтерской работе* со сверстни­ками, особенно с теми, кто склонен к экспериментированию с психоактив­ными веществами. Огромная роль в предупреждении применения допинга юными спортсменами должна принадлежать родителям. Для того, чтобы родители юных спортсменов помогали в антидопигновой пропаганде, необходимо их первоначальное просвещение, а иногда и коррекционная работа. Таким об­разом, одним из перспективных направлений деятельности можно считать *разработку образовательных программ для родителей юных спортсменов.* В связи с трудностями по организации предоставления родителям инфор­мации, должна быть определена система мероприятий по реализации раз­работанных образовательных программ. Для того, чтобы разработанные образовательные программы были реализованы, необходима *подготовка педагогов*, способных квалифициро­ванно выполнять эту работу. В то же время, само по себе наличие программных и методических материалов не позволит полностью решить [проблему формирования zero tolerance -](http://zodorov.ru/opit-formirovaniya-valeologicheskih-orientacij-shkolenikov-v-u.html) нулевой терпимости к допингу. Как показали последние иссле­дования, проблемы такого плана наиболее эффективно могут быть решены при помощи современного научно-методического обеспечения реализации образовательных программ.

**Рекомендуемая литература**

1. Балахничев В.В., Португалов С.Н. Научно-методические подходы к созданию национальной концепции антидопингового контроля в России // Теория и практика фи­зической культуры. – 2003. - № 10. – С. 12-16.
2. Всемирный антидопинговый кодекс 2009: Всемирное антидопинговое агентство. Пер. с англ. И.Е. Гусева, А.А. Деревоедов, Г.М. Родченков / Ред. А.А. Деревоедов. – М.: РУСАДА, 2008. - Режим доступа: http://www.shooting-ua.com/books/book\_103.htm (дата обращения: 07.11.2009).
3. О реализации комплекса мер по антидопинговому обеспечению в Российской Федерации: приказ Министерства спорта, туризма и молодежной политики № 544 от 23.07.2009. – Режим доступа: http://minstm. gov.ru/documents/246/543.shtml (дата обра­щения: 07.11.2009).
4. Антидопинговая пропаганда // sports.ru: 12.10.2009. – Режим доступа: http://www.sports.ru/others/biathlon/38982888.html (дата обращения: 07.11.2009).
5. РУСАДА: За честный и здоровый спорт // Официальный сайт Российского ан­тидопингового агентства. – Режим доступа: http://www.rusada.ru/ (дата обращения: 07.11.2009).
6. Это важно знать каждому спортсмену: справочное пособие / под ред. Е.В. Иконниковой. – М., 2008. – Режим доступа: http://www. sportinvao.ru (дата обращения: 27.11.2008).
7. *Аверин В.* Как на здоровье влияет допинг?: репортаж // Первый канал: прямой эфир от 06.05.2009. – Режим доступа: http://www.1tv.ru/news/other/143173 (20 нояб. 2009).
8. Антидопинговый контроль в спортивных школах // Проблемы допинга в спорте. – Режим доступа: http://problemydopinga.blogspot.com/ (дата обращения: 07.11.2009).
9. Антидопинговый семинар в Сингапуре // Образование, спорт и менеджмент, 2009. – Режим доступа: http://www.sportmanagement.ru/ education.php?id=3861 (дата обра­щения: 27.11.2009).   
   Бурская З. Борьба с допингом начинается в младших классах: интервью с В. Си­невым // Новая газета № 89 от 17 августа 2009 года.   
   Попов В. Когда спортсмен перегружен – жди травмы // Федерация футбола Ук­раины, 2002. – Режим доступа: http://old.ffu.org.ua/news/ find.ua.phtml?20020920.01.ua (дата обращения: 20.11.2009).   
   Рогалева Л.Н. Влияние спорта и установок тренера на личность юного спорт­смена: канд. психол. наук. – М., 1999. – 145 с.   
   Хатнюк И. Не допинг, а витамины... // Красная звезда от 19.12.2003.   
   Шашурин П.И.Нейролингвистическое программирование как инструмент заме­щения допингов // Рудиковские чтения: матер. Междунар. науч. конф. - М., 2004. - С. 119-122.
10. Основы организации профилактической деятельности среди занимающихся в образовательных учреждениях спортивной направленности: примерная программа по профилактике допинга для занимающихся в [группах спортивного](http://zodorov.ru/v-1971-godu-po-resheniyu-soveta-ministrov-sssr-ot-10-09-1970-g.html) совершенствования и высшего спортивного мастерства в ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР / под общей ред. С.П. Евсеева. – СПб.: СПбНИИФК, 2007. – Вып. 3. – 16 с.
11. РУСАДА: За честный и здоровый спорт // Официальный сайт Российского анти­допингового агентства. – Режим доступа: http://www.rusada.ru/ (7 нояб. 2009).   
    *Бадрак К.А.* Первичная профилактика применения допинга в современном спорте // Образовательная программ и методические рекомендации / Под ред. О.М. Шелкова. – СПб: ФГБУ СПБНИИФК, 2011. – 64 с.   
    *Грецов А.Г.* Методика антидопинговой работы с молодыми спортсменами: ме­тод. рекомендации. – СПб.: СПбНИИФК, 2010. – 48 с.
12. [**sdyusshor-2.ru**](http://sdyusshor-2.ru/)›[system/uploads/ckeditor…7717…](http://sdyusshor-2.ru/system/uploads/ckeditor/attachments/7717/LZN.pdf)