

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ № 3  
города Ставрополя



Н.Л. Крыжановская

09 января 2024 г.

ПЛАН АНТИДОПИНГОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ № 3 ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ  
на 2024 год

г. Ставрополь

В соответствии с ч. 2 ст. 34.3 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» организации, осуществляющие реализацию общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта, обязаны реализовывать меры по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе ежегодно проводить с лицами, проходящими спортивную подготовку, занятия, на которых до них доводятся сведения о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил; знакомить лиц, проходящих спортивную подготовку под роспись с локальными нормативными актами, связанными с осуществлением спортивной подготовки, а также с антидопинговыми правилами по соответствующим виду или видам спорта.

Меры, направленные на предотвращение применения допинга в спорте и борьбе с ним, включают следующие мероприятия:

- проведение ежегодных семинаров/лекций/уроков/викторин для спортсменов и персонала спортсменов, а также родительских собраний;
- ежегодное обучение ответственных за антидопинговое обучение в организациях, осуществляющих спортивную подготовку;
- ежегодная оценка уровня знаний.

Всемирный антидопинговый Кодекс является основополагающим и универсальным документом, на котором основывается Всемирная антидопинговая программа в спорте. Антидопинговые правила, как и правила соревнований, являются спортивными правилами, по которым проводятся соревнования. Спортсмены принимают эти правила как условие участия в соревнованиях и обязаны их соблюдать.

Допинг определяется как совершение одного или нескольких нарушений антидопинговых правил.

К нарушениям антидопинговых правил относятся:

- наличие запрещенной субстанции, или ее метаболитов, или маркеров в пробе, взятой у спортсмена;
- использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода;
- уклонение, отказ или неявка спортсмена на процедуру сдачи проб;
- нарушение спортсменом порядка предоставления информации о местонахождении;
- фальсификация или попытка фальсификации любой составляющей допингконтроля со стороны спортсмена или иного лица;
- обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом со стороны спортсмена или персонала спортсмена;
- распространение или попытка распространения любой запрещенной субстанции или запрещенного метода спортсменом или иным лицом;
- назначение или попытка назначения спортсменом или иным лицом любому спортсмену в соревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, или назначение или попытка назначения любому спортсмену во внесоревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, запрещенного во внесоревновательный период;
- соучастие или попытка соучастия со стороны спортсмена или иного лица;
- запрещенное сотрудничество со стороны спортсмена или иного лица;
- действия спортсмена или иного лица, направленные на воспрепятствование или преследование за предоставление информации уполномоченным органам.

В отношении спортсмена действует «принцип строгой ответственности». Персональной обязанностью каждого спортсмена является недопущение попадания запрещенной субстанции в его организм, а также неиспользование запрещенного метода. Всемирное антидопинговое агентство обращает особое внимание на использование спортсменами пищевых добавок, так как во многих странах правительства не регулируют соответствующим образом их производство. Это означает, что ингредиенты, входящие в состав препарата, могут не соответствовать субстанциям, указанным на его упаковке.

Информация о видах нарушений антидопинговых правил, сервисах по проверке препаратов, рисках использования биологически-активных добавок, процедуре допинг-контроля, а также о документах, регламентирующих антидопинговую деятельность, должна быть размещена на информационном стенде учреждения, а также, должен быть актуализирован раздел «Антидопинг» на сайте учреждения со всеми необходимыми материалами и ссылками на сайт РАА «РУСАДА».

План антидопинговых мероприятий составляется для каждого этапа спортивной подготовки. На основе этого плана ежегодно составляется план-график антидопинговых мероприятий в учреждении.

Прохождение онлайн-курса РУСАДА возможно с возраста не менее 7 лет. Для спортсменов 7 -12 лет на портале онлайн-образования РУСАДА с 2022 г. доступен Онлайн-курс по ценностям чистого спорта. Для спортсменов 13 лет и старше на портале онлайн-образования РУСАДА доступен Антидопинговый онлайн-курс.

#### ГИМНАСТИКА

| Наименование мероприятия                                                                                                    | Количество часов |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| Проведение бесед в группах начальной подготовки на тему «О вреде курения и алкоголизма»                                     |                  |
| Проведение бесед в группах СС и ВСМ на тему «О последствиях и виде приема наркотиков и допинга»                             |                  |
| Беседы в УТГ на тему «О последствиях и вреде приема наркотиков и допинга»                                                   |                  |
| Беседы в группах НП на тему «Последствия вредных привычек (курение и алкоголизм)                                            |                  |
| Беседа «Что такое вредные привычки и что такое наркотики и допинг»                                                          |                  |
| Беседа «Допинг, наркотики и их негативное влияние на организм спортсмена»                                                   |                  |
| Беседа «Здоровый образ жизни, как профилактика наркомании и допинга в спорте»                                               |                  |
| Беседа «Влияние допинга на женский организм»                                                                                |                  |
| Беседа «Влияние допинга и наркотиков на юных спортсменов»                                                                   |                  |
| Беседа «Современные принципы применения фармакологических средств в восстановлении и повышении работоспособности спортсмена |                  |
| Беседа «Спорт как альтернатива допингу и наркотикам»                                                                        |                  |
| Беседа «Ответственность, предусмотренная Российским законодательством за использование наркотиков и допинга»                |                  |

# БАТУТ

| Этап спортивной подготовки                                                      | Содержание мероприятия и его форма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Сроки проведения | Рекомендации по проведению мероприятий                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Этап начальной подготовки                                                       | Профилактика применения допинга среди спортсменов:<br>- характеристика допинговых средств и методов;<br>- о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов;<br>- об ответственности за нарушение антидопинговых правил.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | В течение года   | Проводить в виде бесед со спортсменами и их законными представителями.                                                                         |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)                       | Профилактика применения допинга среди спортсменов:<br>- характеристика допинговых средств и методов;<br>- международные стандарты для списка запрещенных средств и методов;<br>- международные стандарты для терапевтического использования запрещенных субстанций;<br>- о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов;<br>- об ответственности за нарушение антидопинговых правил.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | В течение года   | Проводить в виде бесед/лекций, викторин и т.д. (как в очной форме, так и онлайн) со спортсменами и их законными представителями.               |
| Этапы совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства | Общие основы фармакологического обеспечения в спорте:<br>основы управления работоспособностью спортсмена;<br>характеристика фармакологических препаратов и средств, применяемых в спортивной практике;<br>- фармакологическое обеспечение подготовки спортсмена к соревнованиям.<br>Профилактика применения допинга среди спортсменов:<br>- характеристика допинговых средств и методов;<br>- международные стандарты для списка запрещенных средств и методов;<br>- международные стандарты для терапевтического использования запрещенных субстанций;<br>- о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов;<br>об ответственности за нарушение антидопинговых правил.<br>Антидопинговая политика и её реализация: всемирный | В течение года   | Проводить в виде бесед/лекций, викторин, тестирования и т.д. (как в очной форме, так и онлайн) со спортсменами и их законными представителями. |

|  |                                                                                                                                        |  |  |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  | антидопинговый кодекс и его характеристика; антидопинговые правила и процедурные правила допинг-контроля; руководство для спортсменов. |  |  |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

### ФЕХТОВАНИЕ

| Спортсмены                | Вид программы                                                                                     | Тема                            | Ответственный за проведение мероприятия                      | Сроки проведения | Рекомендации по проведению мероприятия                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Этап начальной подготовки | 1. Веселые старты                                                                                 | «Честная игра»                  | Тренер                                                       | 1-2 раза в год   | Обязательное составление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео                                                                                                                                                                                                                                              |
|                           | 2. Теоретическое занятие                                                                          | «Ценности спорта. Честная игра» | Ответственный за антидопинговое обеспечение в регионе        | 1 раз в год      | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в регионе                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                           | 3. Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список») |                                 | Тренер                                                       | 1 раз в месяц    | Научить юных спортсменов проверять лекарственные препараты через сервисы по проверке препаратов в виде домашнего задания (тренер называет спортсмену 2-3 лекарственных препарата для самостоятельной проверки дома). Сервис по проверке препаратов на сайте РАА «РУСАДА»: <a href="http://list.rusada.ru/">http://list.rusada.ru/</a> |
|                           | 4. Антидопинговая викторина                                                                       | «Играй честно»                  | Ответственный за антидопинговое обеспечение в регионе РУСАДА | По назначению    | Проведение викторины на крупных спортивных мероприятиях в регионе.                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                           | 5. Онлайн обучение на сайте РУСАДА                                                                |                                 | Спортсмен                                                    | 1 раз в год      | Прохождение онлайнкурса – это неотъемлемая часть системы                                                                                                                                                                                                                                                                              |

|                          |                                                                                                                       |                                                                 |        |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                          |                                                                                                                       |                                                                 |        |                | антидопингового образования.<br>Ссылка на образовательный курс:<br><a href="https://newrusada.triagonal.net">https://newrusada.triagonal.net</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 6. Родительское собрание | «Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»                                                      |                                                                 | Тренер | 1-2 раза в год | Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу.<br>Использовать памятки для родителей.<br>Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов на сайте РАА «РУСАДА»: <a href="http://list.rusada.ru/">http://list.rusada.ru/</a><br><br>Собрания можно проводить в онлайн формате с показом презентации<br>Обязательное предоставление краткого описательного отчета (независимо от формата проведения родительского собрания) и 2-3 фото. |
| 7 Семинар для тренеров   | «Виды нарушений антидопинговых правил».<br>«Роль тренера и родителей в процессе формирования антидопинговой культуры» | Ответственный за антидопинговое обеспечение в регионе<br>РУСАДА |        | 1-2 раза в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в регионе                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

|                                                    |                                       |                                                                                |                                                              |                |                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | 1. Веселые старты                     | «Честная игра»                                                                 | Тренер                                                       | 1-2 раза в год | Пример программы мероприятия<br>Обязательное предоставление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео.                                                                            |
|                                                    | 2. Онлайн обучение на сайте РУСАДА    |                                                                                | Спортсмен                                                    | 1 раз в год    | Прохождение онлайнкурса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования. Ссылка на образовательный курс: <a href="https://newrusada.triango.nal.net">https://newrusada.triango.nal.net</a> |
|                                                    | 3. Антидопинговая викторина           | «Играй честно»                                                                 | Ответственный за антидопинговое обеспечение в регионе РУСАДА | По назначению  | Проведение викторины на крупных спортивных мероприятиях в регионе.                                                                                                                                      |
|                                                    | 4. Семинар для спортсменов и тренеров | «Виды нарушений антидопинговых правил»<br><br>«Проверка лекарственных средств» | Ответственный за антидопинговое обеспечение в регионе РУСАДА | 1-2 раза в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в регионе                                                                                                                                     |

|                                               |                                    |                                                                                                                    |                                                              |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                               | 5. Родительское собрание           | «Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»                                                   | Тренер                                                       | 1-2 раза в год | Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов на сайте РАА «РУСАДА»: <a href="http://list.rusada.ru/">http://list.rusada.ru/</a> Собрания можно проводить в онлайн формате с показом презентации. Обязательное предоставление краткого описательного отчета (независимо от формата проведения родительского собрания) и 2-3 фото. |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | 1. Онлайн обучение на сайте РУСАДА |                                                                                                                    | Спортсмен                                                    | 1 раз в год    | Прохождение онлайнкурса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования. Ссылка на образовательный курс: <a href="https://newrusada.triagonal.net">https://newrusada.triagonal.net</a>                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                                               | 2. Семинар                         | «Виды нарушений антидопинговых правил»<br>«Процедура допинг-контроля»<br>«Подача запроса на ТИ»<br>«Система АДАМС» | Ответственный за антидопинговое обеспечение в регионе РУСАДА | 1-2 раза в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в регионе                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

# АКРОБАТИКА

| Этап спортивной подготовки                                | Форма мероприятия      | Тема мероприятия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Ответственный за проведение мероприятия | Сроки проведения |
|-----------------------------------------------------------|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| Этап начальной подготовки                                 | Дистанционное обучение | «О ценностях чистого спорта»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Спортсмен                               | 1 раз в год      |
|                                                           | Веселые старты         | Честная игра                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Тренер                                  | 1-2 раза в год   |
|                                                           | Теоретическое занятие  | 1. Что такое допинг и допинг - контроль?<br>2. Исторический обзор проблемы допинга (как появился?)<br>3. Последствия допинга для здоровья<br>4. Допинг и зависимое поведение<br>5. Профилактика допинга<br>6. Как повысить результаты без допинга?<br>7. Причины борьбы с допингом                                                                                                                                              | Тренер                                  | 1 раз в год      |
|                                                           | Родительское собрание  | «Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Тренер                                  | 1 раза в год     |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Дистанционное обучение | Антидопинговый курс                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Спортсмен                               | 1 раз в год      |
|                                                           | Веселые старты         | Честная игра                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Тренер                                  | 1-2 раза в год   |
|                                                           | Теоретическое занятие  | 1. Профилактика применения допинга среди спортсменов<br>2. Мотивация нарушений антидопинговых правил<br>3. Запрещенные субстанции и методы<br>4. Допинг и спортивная медицина<br>5. Психологические и имиджевые последствия допинга<br>6. Процедура допинг - контроля<br>7. Нормативно-правовая база антидопинговой работы<br>8. Характеристика допинговых средств и методов<br>9. Наказания за нарушение антидопинговых правил | Тренер                                  | 2 раз в год      |

|                                                                                 |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                              |                |
|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|----------------|
|                                                                                 |                                              | 13 Недопинговые методы повышения спортивной работоспособности                                                                                                                                                                                                                     |                              |                |
|                                                                                 | Родительское собрание                        | «Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»                                                                                                                                                                                                                  | Тренер                       | 1-2 раза в год |
|                                                                                 | Практическое занятие                         | Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»)                                                                                                                                                                                    | Тренер, Медицинский работник | 1 раз в месяц  |
|                                                                                 | Онлайн мероприятия - образовательный марафон | Международный день Чистого Спорта                                                                                                                                                                                                                                                 |                              | Апрель         |
|                                                                                 |                                              | Всероссийский антидопинговый диктант                                                                                                                                                                                                                                              |                              | Апрель         |
| Этапы совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства | Дистанционное обучение                       | Антидопинговый курс                                                                                                                                                                                                                                                               | Спортсмен                    | 1 раз в год    |
|                                                                                 | Веселые старты                               | Честная игра                                                                                                                                                                                                                                                                      | Тренер                       | 1-2 раза в год |
|                                                                                 | Теоретическое занятие                        | 1 Допинг как глобальная проблема современного спорта<br>2 Предотвращение допинга в спорте<br>3 Допинг-контроль<br>4 Медицинские, психологические, социальные аспекты допинга<br>5 Актуальные тенденции в антидопинговой политике<br>6 Основы методики антидопинговой профилактики | Тренер                       | 1 раз в год    |
|                                                                                 | Родительское собрание                        | «Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»                                                                                                                                                                                                                  | Тренер                       | 1-2 раза в год |
|                                                                                 | Практическое занятие                         | Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»)                                                                                                                                                                                    | Тренер, Медицинский работник | 1 раз в месяц  |
|                                                                                 | Онлайн мероприятия - образовательный марафон | Международный день Чистого Спорта                                                                                                                                                                                                                                                 |                              | Апрель         |
|                                                                                 |                                              | Всероссийский антидопинговый диктант                                                                                                                                                                                                                                              |                              | Апрель         |
|                                                                                 | Теоретическое занятие                        | 1. Запрещенный список.<br>2. Права и обязанности спортсменов согласно Всемирного антидопингового кодекса                                                                                                                                                                          | Тренер                       | 1 раз в год    |

|           |                    |                                                                                                                                                                                                  |                             |             |
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------|
| Все этапы |                    | 3 Риски и последствия использования биологически активных добавок<br>4 Пропаганда принципов фэйр плей, отношения к спорту как к площадке для честной конкуренции и воспитания личностных качеств |                             |             |
|           | Онлайн мероприятие | Прохождение спортсменами образовательного антидопингового онлайн курса с получением сертификата на сайте РАА «РУСАДА»                                                                            | Тренер, спортсмен, родители | 1 раз в год |