

РУКОВОДСТВО

для специалистов, ответственных
за антидопинговое обучение



2022



ЖИТЬ ЧЕСТНЫМ СПОРТОМ

Содержание

Введение.....	2
1. Целевые группы	3
2. Основные темы для изучения в различных целевых группах.....	4
2.1. Спортсмены	6
2.2 Родители.....	32
2.3 Тренеры.....	62
2. Как создать образовательный план.....	107
3.1 Пример образовательного плана	110
4. Содержание основных образовательных тем.....	111
4.1. Принципы и ценности, связанные с чистым спортом.....	111
4.2. Права и обязанности спортсменов и персонала спортсменов.....	112
4.3. Принцип строгой ответственности	113
4.4. Последствия допинга (последствия для физического и психического здоровья, социальные и экономические последствия, санкции)	114
4.5. Нарушения антидопинговых правил	116
4.6. Субстанции и методы, включенные в Запрещенный список.....	118
4.7. Риски использования пищевых добавок.....	119
4.8. Использование лекарственных средств и разрешение на терапевтическое использование	120
4.9. Процедуры тестирования, включая процедуры отбора проб мочи, крови и Биологический паспорт спортсмена	121
4.10. Требования к регистрируемому пулу тестирования, включая требования к предоставлению информации о местонахождении и использовании системы ADAMS	125
4.11. Сообща о допинге.....	129
4.12. Обработка результатов	130
4.13. Введение в чистый спорт и антидопинговую систему	132
5. Термины и сокращения	135
6. Список рекомендуемой литературы	137
7. Список использованной литературы	138

Введение

Антидопинговое образование – одно из важнейших направлений антидопинговых программ. Противодействие допингу предполагает работу в различных направлениях, но в связи с тем, что только контрольно-запретными мерами проблему нарушения антидопинговых правил решить невозможно, приоритетным направлением в формировании нетерпимости к допингу у обучающихся и спортсменов является реализация обучающих и воспитательных программ. Для формирования у молодежи и специалистов в области физической культуры и спорта убеждения недопустимости допинга как следствия личностного выбора, антидопинговое воспитание должно начинаться на самых ранних этапах подготовки.

Данное руководство создано для специалистов, ответственных за антидопинговое обеспечение в специализированных учебно-спортивных учреждениях и средних школах-училищах олимпийского резерва, с целью помочь при создании планов антидопинговых образовательных программ в их учреждении. Руководство создано на основании требований Всемирного антидопингового кодекса и Международного стандарта по образованию с учетом тем, обязательных для изучения спортсменами и персоналом спортсмена. На описании тем и целей обучения, приведенном далее, необходимо основываться при создании плана антидопинговых мероприятий, учитывая, что спортсмены и их персонал должны «знать», «понимать» и «делать» после изучения каждой из тем. Конечная цель антидопинговых образовательных мероприятий должна заключаться в том, чтобы спортсмены и персонал спортсмена могли разбираться в определенных вопросах (например, проходить процедуры тестирования, подавать запрос на разрешение на терапевтическое использование, проверять лекарства, используя Список запрещенных субстанций и методов).

Материалы данного Руководства рекомендуются для использования при планировании антидопинговых образовательных мероприятий.

1. Целевые группы

При составлении плана антидопинговых образовательных мероприятий необходимо определить целевые группы, на которые направлены ваши образовательные мероприятия: спортсмены (различных уровней подготовки), персонал спортсмена (тренера, медицинские специалисты, администраторы, инструкторы, менеджеры команды, родители и др.). Для каждой целевой группы планировать и проводить образовательные мероприятия необходимо отдельно, исходя из объема знаний и информации, которую каждая из этих групп должна усвоить (см. раздел 2. Основные темы для изучения в различных целевых группах).

Необходимо учитывать, что материалы должны быть адаптированы под возраст, уровень развития и подготовки слушателей. Так, например, спортсмены групп начальной подготовки, являются самой широкой аудиторией. Степень осведомленности о проблеме допинга у представителей данной целевой группы может кардинально отличаться. Следует понимать, что большинство слушателей не имеет личностной заинтересованности в обсуждаемой проблеме и маловероятно столкнется с ней в собственном жизненном опыте. Осведомленность о допинге у данной целевой группы, вряд ли существенно превосходит набор стереотипов, транслируемых СМИ при освещении "допинговых скандалов". Поэтому образовательная программа должна носить вводно-ознакомительный характер. Ее цель – раскрыть суть проблемы допинга, чтобы позволить понять ее место в контексте спорта и в современном обществе в целом. Понимание проблемы допинга также является одной из предпосылок формирования критического отношения к зависимому поведению и выработки ценности здорового образа жизни, пропаганды физической культуры и спорта. Больше внимание должно уделяться допингу как проблеме личности и общества, а также проведению параллелей между допингом в спорте и профилактикой зависимого поведения.

На последующих этапах развития при большем вовлечении в спорт, знания слушателей в антидопинговой сфере должны увеличиваться: спортсмены должны знать этапы процедуры допинг-контроля; знать, что такое запрещенные вещества и методы; Список запрещенных веществ и методов и т.д.

Степень осведомленности персонала спортсменов (тренеров, родителей и др.) также зависит от уровня спортсменов, в спортивной подготовке которых они принимают участие.

2. Основные темы для изучения в различных целевых группах

Темы обязательные для изучения спортсменами и персоналом спортсмена изложены в статье 18.2 Всемирного антидопингового кодекса и статье 5.2 Международного стандарта по образованию (далее – МСО):

- Принципы и ценности, связанные с чистым спортом;
- Права и обязанности Спортсменов, Персонала спортсмена и других групп в соответствии с Кодексом;
- Принцип Строгой ответственности;
- Последствия допинга, например, последствия для физического и психического здоровья, социальные и экономические последствия, санкции;
- Нарушения антидопинговых правил;
- Субстанции и методы, включенные в Запрещенный список;
- Риски использования пищевых добавок;
- Использование лекарственных средств и Разрешение на терапевтическое использование;
- Процедура Тестирования, включая процедуры отбора Проб мочи, крови и Биологический паспорт спортсмена;
- Требования к Спортсменам Регистрируемого пула тестирования, включая требования к предоставлению информации о местонахождении и использование системы АДАМС;
- Сообща о допинге.

В соответствии с требованиями МСО обучение должно быть адаптировано к уровню развития спортсменов. Обучение спортсменов необходимо начинать с самых ранних этапов развития спортсмена, т.к., например, формирование у маленьких детей здоровых привычек, таких как отдых, восстановление и здоровое питание, может помочь в формировании отношения к использованию пищевых добавок на более поздних этапах. Для детей все обучение должно построено в легкой форме: через беседы, игры, викторины и т.д.

Спортсмены должны проходить обучение и получать антидопинговые знания на каждом этапе своей карьеры. В зависимости от уровня развития спортсмены должны по каждой из тем получить определенный объем знаний, при этом слушатели не просто должны «знать» ключевую информацию по каждой теме, но и «делать», т.е. уметь использовать полученные знания в повседневной жизни.

Для этого каждом этапе развития спортсмена в каждой спортивной организации должно быть лицо, ответственное за антидопинговое воспитание спортсмена.



Рис.1 Организации, вовлеченные в подготовку спортсменов

2.1. Спортсмены

Далее рассмотрим, что спортсмены, должны «знать», «понимать» и «делать» в соответствии со знаниями, полученными по каждой антидопинговой теме на соответствующем этапе подготовки.

Тема: Права и обязанности спортсменов и персонала спортсмена (ПС)			
Группы начальной подготовки	Учебно-тренировочные группы	Группы спортивного совершенствования	Группы высшего спортивного мастерства
Описание темы			
Ознакомление с концепцией и важностью прав и обязанностей в определенном контексте, например, в классе или дома	Развитие концепции прав и обязанностей путем расширения на множество контекстов, включая спорт	Связь концепции прав и обязанностей с чистым спортом	Ознакомление с концепцией прав и обязанностей спортсменов, ПС
Цель обучения			
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Свои права и обязанности в спортивной секции/школе • К кому они могут обратиться за помощью в школе <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность прав и обязанностей • Что делать, если нарушаются права 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Свои права и обязанности в разных контекстах, включая спорт • К кому они могут обратиться за помощью в разных контекстах, включая спорт <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность прав и обязанностей в разных контекстах, включая спорт 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Свои права и обязанности, связанные с чистым спортом • Кто может поддержать их, если их права в спорте нарушаются • Определить, кто может помочь им выполнять обязанности и защищать их права, связанные с чистым спортом 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Свои права и обязанности в соответствии с Кодексом • Существующие средства поддержки для защиты прав спортсменов • Последствия несоблюдения обязанностей в соответствии с Кодексом • Уровни или типы спортсменов в рамках

<ul style="list-style-type: none"> • Последствия, которые возникнут, если они забудут свои обязанности в спортивной секции/школе <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выполнять свои обязанности в спортивной секции/школе • Рассказывать о нарушении своих прав в спортивной секции/школе • Составить список прав и обязанностей для других ситуаций (например, дома, в спорте) 	<ul style="list-style-type: none"> • Что делать, если нарушаются права <ul style="list-style-type: none"> • Последствия, которые возникнут, если они забудут или не будут выполнять свои обязанности в разных контекстах, включая спорт <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выполнять свои обязанности в разных контекстах, включая спорт • Рассказывать, когда их права нарушаются в разных контекстах, в том числе в спорте 	<p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность прав и обязанностей в чистом спорте • Как права и обязанности защищают чистый спорт <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Применять их права в спорте • Выполнять свои обязанности в спорте и обязанности, связанные с чистым спортом • Спросить, когда кажется, что нарушаются их права <p>Рассказывать о нарушении их прав в спорте</p>	<p>Кодекса (например, национальный уровень, международный, любитель)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Где можно ознакомиться с Актом об антидопинговых правах спортсменов <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как права и обязанности спортсменов, ПС и других лиц в соответствии с Кодексом защищают чистый спорт • Как Акт об антидопинговых правах спортсменов применяется к спортсменам в конкретных ситуациях <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Применять и защищать свои права в соответствии с Кодексом • Выполнять свои обязанности в соответствии с Кодексом • Анализировать дела, связанные с правами
---	---	---	---

			<p>спортсменов</p> <ul style="list-style-type: none"> • При необходимости обращаться за поддержкой для защиты своих прав или выполнения своих обязанностей в соответствии с Кодексом • Определять, к какому уровню или типу спортсменов они относятся в соответствии с их НАДО, и выполнять соответствующие обязанности
Тема: Принципы и ценности, связанные с чистым спортом			
Группы начальной подготовки	Учебно-тренировочные группы	Группы спортивного совершенствования	Группы высшего спортивного мастерства
Описание темы			
Ознакомление с концепцией и важностью ценностей путем выявления ценностно-ориентированных моделей поведения	Разработка концепции ценностей перечисляя, описывая и демонстрируя ценности и ценностно-ориентированное поведение в различных контекстах, включая спорт	Ознакомление с концепцией чистого спорта и соединение концепции ценностей с чистым спортом	Развитие темы ценностей и ценностно-ориентированного поведения, связанного с чистым спортом
Цель обучения			
Знать	Знать	Знать	Знать

<ul style="list-style-type: none"> • Определенный набор ценностей • Что является ценностно-ориентированным поведением в чистом спорте <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность демонстрации ценностно-ориентированного поведения • И уметь описывать свои ощущения при ценностно-ориентированном поведении <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Отражать или копировать ценностно-ориентированное поведение 	<ul style="list-style-type: none"> • Определенный набор ценностей, включая те, которые связаны со спортом • Как соединить ценности с ценностно-ориентированным поведением <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ценностно-ориентированное поведение в спорте • Важность последовательной демонстрации ценностей в различных контекстах, в том числе в спорте • Как их поведение влияет на других <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Продемонстрировать поведение, основанное на определенном наборе ценностей. • Сравнить и сопоставить сценарии, основанные на ценностях, и сценарии, не основанные на ценностях 	<ul style="list-style-type: none"> • Личные ценности • Ценности, которые связаны с чистым спортом • Определение чистого спорта и что значит соревноваться в чистом спорте • Как соединить ценности с ценностно-ориентированным поведением в спорте <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как соединить личные ценности с ценностями, которые связаны со спортом • Как выглядит чистая спортивная среда • Как ценности поддерживают чистый спорт <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Применять личные ценности к спортивным сценариям. • Продемонстрировать ценности, которые связаны с чистым спортом • Изучать, как личные ценности и связанное с ними поведение влияют на 	<ul style="list-style-type: none"> • Личные ценности • Ценности, которые связаны с чистым спортом • Определение ценностно-ориентированного поведения, которое связано с чистым спортом • Как соединить ценности, которые связаны с чистым спортом, с ценностно-ориентированным поведением, которое связано с чистым спортом <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Концепцию чистого спорта и что значит соревноваться в чистом спорте <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Применять личные ценности к сценарию чистого спорта • Продемонстрировать ценности, и ценностно-ориентированное поведение,
---	---	---	--

		<p>спортивный опыт</p> <p>Проанализировать спортивные сценарии, чтобы определить, как были продемонстрированы ценности</p>	<p>которые связаны с чистым спортом</p> <ul style="list-style-type: none"> • Проанализировать, насколько их личные ценности и связанное с ними поведение совпадают или отличаются от ценностей, связанных с чистым спортом • Изучать, как их личные ценности и связанное с ними поведение влияют на их спортивный опыт • Изучать, как на чистый спорт влияют ценности спортсменов, ПС и других <p>Обдумать свои предыдущие действия «на поле или вне поля игры» и защищать / критиковать свой выбор</p>
Тема: Введение в чистый спорт и антидопинговую систему			
Группы начальной подготовки	Учебно-тренировочные группы	Группы спортивного совершенствования	Группы высшего спортивного мастерства
Описание темы			
		Ознакомление с	Ознакомление с ВАДА,

		антидопинговыми и ключевыми организациями, которые вовлечены в чистый спорт на уровне их спортивного развития	Кодексом, НАДА и ключевыми организациями, которые вовлечены в чистый спорт на национальном уровне
		<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что такое допинг • Соответствующую НАДО/РАДО и определить цели организаций • Где найти антидопинговую информацию, включая антидопинговые правила • Некоторые организации, которые вовлечены в чистый спорт • Антидопинговые правила какой организации они должны соблюдать <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как организации, которые вовлечены в чистый спорт, защищают ценности, связанные с чистым спортом <p>Делать</p>	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Роль и ответственность ВАДА и Кодекса • Различные организации в антидопинговой системе • Антидопинговую деятельность в соответствии с Кодексом, включая мониторинг соответствия • Где найти антидопинговую информацию, включая антидопинговые правила и Запрещенный список (Список) • Антидопинговые правила какой организации они должны соблюдать <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как антидопинговые

		<ul style="list-style-type: none"> • Объяснять, как участие в чистом спорте защищает целостность спорта 	<p>практики и требования ценностно-ориентированы</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как Кодекс защищает их здоровье и чистый спорт • Роль различных организаций в защите чистого спорта на национальном уровне • Антидопинговые обязанности их НАДА • Роль НАДА, МФ на крупных спортивных мероприятиях и других международных соревнованиях <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Взаимодействовать и поддерживать деятельность своих АДО <p>Получать доступ и использовать антидопинговую информацию, имеющую отношение к ним и ситуации</p>
Тема: Принцип строгой ответственности			
Группы начальной	Учебно-тренировочные группы	Группы спортивного	Группы высшего

подготовки		совершенствования	спортивного мастерства
Описание темы			
Получение информации об ответственности за свои действия в определенном контексте, например, в школе, дома или во время игры	Развитие концепции ответственности за свои действия, распространение ее в различных контекстах, включая спорт, и связывая эмоции с опытом	Распространение концепции ответственности за свои действия в чистом спорте	Введение принципа строгой ответственности
Цель обучения			
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что значит нести ответственность за свои действия <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Привести примеры, когда они взяли на себя ответственность за свои действия в школе <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Брать ответственность за свои действия в школе 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как выявить ситуации, когда кто-то берет на себя ответственность за свои действия <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что значит нести ответственность за свои действия • Почему важно нести ответственность за свои действия • Что они чувствуют, когда их обвиняют / приписывают чужие действия • И описывать, что они чувствуют, когда берут на себя ответственность за свои 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ситуации, в которых спортсмены берут на себя ответственность за свои действия <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Почему важно нести ответственность за свои действия в спорте и как это связано с чистым спортом • Влияние сверстников, других спортсменов и ПС на принятие решений и поведение спортсмена <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Брать на себя ответственность за свои действия в спорте и в том, что 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что такое строгая ответственность <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Привести примеры строгой ответственности • Почему принцип строгой ответственности важен для чистого спорта • Обсудить роль и ответственность ПС и их влияние на применение принципа строгой ответственности • Описать, как принцип строгой ответственности применяется в различных спортивных ситуациях

	<p>действия</p> <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Брать на себя ответственность за свои действия в разных контекстах, в том числе в спорте 	<p>касается чистого спорта</p> <ul style="list-style-type: none"> • Узнать, кто несет ответственность в различных спортивных сценариях 	<p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Брать на себя ответственность за свои собственные решения и действия <p>Изучать точность советов, информации или практик, поступающих от ПС, коллег и внешних источников</p>
Тема: Нарушения антидопинговых правил (НАДП)			
Группы начальной подготовки	Учебно-тренировочные группы	Группы спортивного совершенствования	Группы высшего спортивного мастерства
Описание темы			
Ознакомление с правилами и понимание, почему они существуют в определенном контексте, например, в школе, дома или в игре	Расширение концепции правил и причин их существования в различных контекстах, включая спорт	Ознакомление с правилами, связанными с допингом, и то, как они защищают чистый спорт	Ознакомление с НАДП, санкциями и понимание к кому они применяются
Цель обучения			
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Список правил в рамках определенного контекста <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Почему правила важны в рамках 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Правила в различных контекстах, включая спорт • Различные типы правил в спорте, такие как границы, правила игры и типы оборудования 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Различные типы правил в спорте, включая антидопинговые правила • Одно или несколько правил, связанных с допингом в спорте 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • 11 НАДП • Санкции, связанные с НАДП • Кто может нарушить АДП • Санкции для команд,

<p>определенного контекста</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как будет выглядеть ситуация при соблюдении правил и без • Последствия нарушения правил • Что вы чувствуете, когда кто-то нарушает правила <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выполнять перечисленные правила в определенном контексте • Планировать правила для игры 	<p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность правил в различных контекстах, включая спорт • Что они чувствуют, когда кто-то нарушает правила <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обсудить вопрос о том, могут ли правила нарушаться или, когда они должны нарушаться • Проанализировать последствия, связанные с нарушением правил • Причина, по которой правила могут быть удалены из игры • Создавать новую игру с определенным набором правил 	<ul style="list-style-type: none"> • Ценности, которые поддерживаются правилами спорта <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как антидопинговые правила в спорте защищают спортсменов и чистый спорт <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обосновать, почему в спорте существуют правила, в том числе антидопинговые 	<p>при НАДП</p> <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • 11 НАДП и связанные с ними санкции • Как 11 НАДП защищают спортсменов и чистый спорт <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определять, когда следует применять НАДП в спортивных сценариях
<p>Тема: Последствия допинга (последствия для физического и психического здоровья, социальные и экономические последствия, санкции)</p>			
<p>Группы начальной подготовки</p>	<p>Учебно-тренировочные группы</p>	<p>Группы спортивного совершенствования</p>	<p>Группы высшего спортивного мастерства</p>
<p>Описание темы</p>			
<p>Ознакомление с концепцией здоровья привычками и</p>	<p>Расширение концепции здоровых привычек и безопасности за счет</p>	<p>Адаптация концепции здоровья и безопасности к чистой спортивной среде, включая</p>	<p>Ознакомление с последствиями допинга, например, для физического</p>

<p>безопасностью в определенном контексте (например, в школе или дома) путем фундаментальных принципов, как основных правил гигиены, отдых и т.д.</p>	<p>распространения на множество контекстов, включая спорт, и решение проблем психического здоровья</p>	<p>вводные беседы о допинге, уязвимых периодах и управлении давлением</p>	<p>и психического здоровья, социальными и экономическими последствиями и санкциями</p>
<p>Цель обучения</p>			
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Способы, с помощью которых они могут быть в безопасности в определенном контексте • Способы, с помощью которых они могут быть здоровы в определенном контексте <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Почему важно соблюдать протоколы безопасности в определенном контексте • Важность здоровых привычек (например, отдыха, сна, физических упражнений, гидратации, 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Способы, с помощью которых они могут быть в безопасности в различных контекстах • Как они могут быть физически и ментально здоровыми в различных контекстах, включая спорт <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность соблюдения протоколов безопасности • Важность демонстрации физически и психического здорового поведения • Факторы, способствующие нездоровому поведению 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Способы, с помощью которых они могут быть физически и психически здоровы в спорте • Насколько допинг опасен для здоровья и противоречит ценностям, связанным с чистым спортом • Периоды уязвимости и факторы риска, когда спортсмен наиболее подвержен применению допинга • Людей, которые могут поддерживать свое физическое и психическое здоровье <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность поддержки 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ситуации, когда спортсмены наиболее подвержены применению допинга • Последствия допинга для команд • Стратегии, способствующие физическому и психическому здоровью и предотвращающие применение допинга <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Последствия допинга с преимуществами чистой спортивной карьеры • Личные и

<p>гигиены) Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Продemonстрировать безопасное поведение в определенном контексте • Продemonстрировать здоровые привычки в определенном контексте 	<p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Продemonстрировать безопасное поведение в различных контекстах • Продemonстрировать физически и психически здоровое поведение в различных контекстах, включая спорт 	<p>психического и физического здоровья в спорте</p> <ul style="list-style-type: none"> • Стратегии управления стрессом и давлением в спорте <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Планировать позитивные стратегии физического и психического здоровья для занятий спортом • Применять здоровые методы тренировок в спорте • Применять позитивные стратегии психического здоровья в спорте • Изучать последствия применения субстанций и злоупотребления ими 	<p>профессиональные последствия допинга</p> <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Разработать личные стратегии по укреплению физического и психического здоровья и предотвращению применения допинга • Применять личные стратегии для укрепления физического и психического здоровья и предотвращения применения допинга • Обратиться за помощью в периоды уязвимости к компетентным специалистам
Тема: Субстанции и методы, включенные в Запрещенный список (Список)			
Группы начальной подготовки	Группы начальной подготовки	Группы начальной подготовки	Группы высшего спортивного мастерства
Описание темы			
		Ознакомление с понятием субстанций и методов, запрещенных в спорте	Ознакомление со Списком, его содержанием, почему он важен и как его использовать
		<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • И уметь определить 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Где найти Список

		<p>субстанции и методы, запрещенные в спорте</p> <ul style="list-style-type: none"> • Где можно найти дополнительную информацию о запрещенных субстанциях и методах • Кто может помочь им определить, содержит ли лекарство запрещенную субстанцию <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Почему некоторые субстанции и методы запрещены в спорте • Привести примеры классов субстанций и методов, запрещенных в спорте <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Узнать у медицинского персонала или другого взрослого, которому доверяют, содержит ли данное лекарство запрещенную субстанцию 	<ul style="list-style-type: none"> • Где найти информацию о Списке • Условия, при которых субстанция или метод классифицируются как запрещенные • Особые субстанции и субстанции, которые не относятся к особым • Определить, когда Список обновляется и когда новый Список вступает в силу <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Различать категории в Списке, включая субстанции, запрещенные постоянно, и субстанции, запрещенные только в соревновательный период • Объяснить, как определить, содержит ли лекарство запрещенные субстанции • Обсудить риски неправильного использования лекарств
--	--	---	--

			<ul style="list-style-type: none"> • Описать важность проверки Списка каждый раз при покупке или назначении лекарства, в том числе за границей Делать • Использовать Список для проверки лекарств на наличие запрещенных субстанций • Использовать Список для проверки субстанций и методов, запрещенных во внесоревновательный и соревновательный периоды • Ежегодно проверять Список на предмет изменения и сравнивать с любыми лекарствами, которые вы используете • Сообщать медицинскому персоналу о том, что они должны соблюдать антидопинговые правила и проверять список до начала лечения • Записывать все
--	--	--	--

			принимаемые лекарства
Тема: Использование лекарств и Разрешение на терапевтическое использование (ТИ)			
Группы начальной подготовки	Учебно-тренировочные группы	Группы спортивного совершенствования	Группы высшего спортивного мастерства
Описание темы			
Ознакомление с концепцией использования лекарств для лечения заболеваний	Развитие темы использования лекарств при заболеваниях	Расширение темы использования лекарств от заболеваний до спортивного контекста	Ознакомление с ТИ и обсуждение использования и злоупотребления лекарствами
Цель обучения			
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Когда и почему можно использовать лекарства • Кто должен назначать лекарство <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Проблемы безопасности при использовании лекарств • Важность здоровых привычек (таких, как отдых, сон, зарядка, гидратация) в предупреждении заболеваний <p>Делать</p>	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Некоторые используемые лекарства • Кто должен назначать/прописывать лекарства • Где можно найти информацию о дозировке /правильном применении лекарств <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Когда и почему могут быть использованы лекарства • Проблемы безопасности при использовании лекарств • Важность здоровых привычек (таких, как отдых, сон, зарядка, гидратация) в 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Некоторые используемые лекарства • Где можно найти информацию о дозировке/правильном применении лекарств • Что некоторые лекарства содержат ингредиенты, запрещенные в спорте <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Когда и почему можно использовать лекарства, а также их последствия в спорте • Почему некоторые лекарства могут быть запрещены в спорте 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что такое ТИ • Когда следует подавать запрос на ТИ • Условия для получения ТИ • Медицинских специалистов, которые могут помочь с подачей запроса на ТИ • Где найти дату окончания срока действия ТИ и что делать, если срок действия ТИ истек • В какую организацию им следует обратиться за Разрешением на ТИ в

<ul style="list-style-type: none"> • Обратиться к соответствующему взрослому, если они себя почувствуют плохо 	<p>предупреждении заболеваний</p> <ul style="list-style-type: none"> • Описать, что делать, если они плохо себя чувствуют, и к кому обратиться за советом • Побочные/нежелательные эффекты <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Применять здоровые привычки (такие, как отдых, сон, зарядка, гидратация) в предупреждении заболеваний • Перед применением лекарств посоветоваться с соответствующим взрослым 	<ul style="list-style-type: none"> • Что делать, если они плохо себя чувствуют и им может понадобиться лекарство • Побочные/нежелательные эффекты <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Перед применением лекарств посоветоваться с соответствующим взрослым или профессионалом <p>Использовать лекарства по назначению</p>	<p>зависимости от обстоятельств</p> <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Процесс получения Разрешения на ТИ на национальном уровне • Условия, при которых они могут подать запрос на ретроактивное ТИ • Как обжаловать решение по ТИ <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сказать медицинским работникам, что они должны соблюдать антидопинговые правила и Список • Уточнить у соответствующей АДО, нужно ли подавать запрос на ТИ перед использованием лекарства, содержащего запрещенную субстанцию • Спросить у медицинских работников, нужно ли им Разрешение на
--	---	--	---

			ТИ перед началом лечения <ul style="list-style-type: none"> • Подать запрос на ТИ в соответствующую АДО • Проверить срок действия ТИ
Тема: Риск использования БАД			
Группы начальной подготовки	Учебно-тренировочные группы	Группы спортивного совершенствования	Группы высшего спортивного мастерства
Описание темы			
Ознакомление с концепцией здорового питания	Разработка концепции здорового питания на основе информации о питательных веществах и этикетке с указанием питательной ценности	Распространение концепции здорового питания в спорте и ознакомление с основами спортивного питания и темой БАД	Ознакомление с управлением рисками использования БАД
Цель обучения			
Знать <ul style="list-style-type: none"> • Примеры фруктов, овощей, мяса и заменителей, молочных продуктов, цельного зерна • Как и зачем выбирать здоровую пищу Понимать <ul style="list-style-type: none"> • Выбирать здоровую пищу из списка Делать	Знать <ul style="list-style-type: none"> • Список вариантов здоровой пищи • Информацию о пищевой ценности на упаковке пищевых продуктов • Что пища состоит из питательных веществ • Типы питательных веществ Понимать	Знать <ul style="list-style-type: none"> • Примеры макро- и микроэлементов • Что такое БАД и зачем они могут быть использованы • Типы пищевых продуктов • Некоторые риски, связанные с использованием БАД • Где можно найти больше 	Знать <ul style="list-style-type: none"> • Что такое добавки и с какой целью их можно использовать • Примеры пищевых источников для каждого макро- и микронутриента, которые могут поддерживать результативность • Определить продукты,

<ul style="list-style-type: none"> • Планировать здоровое и сбалансированное питание 	<ul style="list-style-type: none"> • Привести примеры продуктов, которые являются хорошими источниками данных питательных веществ • Важность питания и употребления разнообразных продуктов • Соединять здоровое питание с занятием спортом • Объединять здоровое питание с общим самочувствием • Объяснить в общих чертах, как читать этикетку с указанием питательной ценности <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Планировать здоровое и сбалансированное питание • Вести журнал учета продуктов • Выбирать здоровое питание 	<p>информации о БАД</p> <ul style="list-style-type: none"> • Базовые принципы спортивного питания <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как диета может повлиять на спортивные результаты • Основные преимущества макро- и микроэлементов • Обсудить заявления о пользе для здоровья, указанные на этикетках продуктов питания (например, “низкое содержание жиров”, “низкое содержание сахара”) • Разницу между пищей и БАД <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Планировать питание в соответствии с графиком тренировок • Выбирать подходящие продукты на основе этикеток • Выбирать продукты в качестве альтернативы БАД • Проконсультироваться с врачом или профессионалом 	<p>как альтернативу БАД</p> <ul style="list-style-type: none"> • Где можно найти больше информации о БАД • Что значит "проверенная-партия" <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Разницу между пищей и БАД • Риски, связанные с использованием БАД, для их здоровья и карьеры <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Принимать обоснованные решения относительно еды • Анализировать и сравнивать продукты питания и БАД и оценивать риски и преимущества • Проанализировать заявления о пользе для здоровья, указанные на этикетках продуктов питания и БАД • Провести тщательное исследование перед использованием БАД
---	---	---	---

		перед приемом БАД	<ul style="list-style-type: none"> • Проконсультироваться с врачом или профессионалом перед приемом БАД • Делать осознанный выбор о том, следует ли, когда, почему и как выбирать и использовать БАД • Спланировать, как ограничить риски, связанные с использованием БАД
Тема: Процедуры тестирования, включая процедуры отбора проб мочи, крови и Биологический паспорт спортсмена (БПС)			
Группы начальной подготовки	Учебно-тренировочные группы	Группы спортивного совершенствования	Группы высшего спортивного мастерства
Описание темы			
	Ознакомление с важностью процедуры допинг-контроля	Ознакомление с важностью процедуры допинг-контроля	Увеличение объема информации о процедурах тестирования, включая процедуры отбора проб мочи, крови и БПС
	Знать <ul style="list-style-type: none"> • Что такое допинг-контроль • Что тестирование может 	Знать <ul style="list-style-type: none"> • Что такое допинг-контроль • Что тестирование может 	Знать <ul style="list-style-type: none"> • Этапы процедуры допинг-контроля отбора пробы крови и мочи

	<p>включать отбор пробы крови, мочи или и то, и другое</p> <ul style="list-style-type: none"> • Этапы процедуры допинг-контроля • Права и обязанности во время процедуры допинг-контроля • Кто может быть протестирован, когда и где • Что такое пункт допинг-контроля (ПДК) и что такое протокол допинг-контроля (ПрДК) <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как тестирование защищает чистый спорт • Кто такой Шаперон, ОДК, ОСК и что они делают <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Связаться со своей НАДА или соответствующей АДО, чтобы узнать могут ли они быть протестированы • Соблюдать процедуру тестирования 	<p>включать отбор пробы крови, мочи или и то, и другое</p> <ul style="list-style-type: none"> • Этапы процедуры допинг-контроля • Права и обязанности во время процедуры допинг-контроля • Кто может быть протестирован, когда и где • Что такое пункт допинг-контроля (ПДК) и что такое протокол допинг-контроля (ПрДК) <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как тестирование защищает чистый спорт • Кто такой Шаперон, ОДК, ОСК и что они делают <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Связаться со своей НАДА или соответствующей АДО, чтобы узнать могут ли они быть протестированы • Соблюдать процедуру тестирования 	<ul style="list-style-type: none"> • Когда и где они могут быть протестированы • Определение соревновательного и внесоревновательного периода • Методы, используемые для отбора спортсменов для тестирования • Любые одобренные модификации процесса тестирования, которые могут быть к ним применимы <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как тестирование защищает чистый спорт • Что такое ПДК и ПрДК • Их права и обязанности во время процедуры допинг-контроля • Что такое БПС • Кто такой Шаперон, ОДК, ОСК и что они
--	--	--	--

			<p>делают</p> <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Применять свои права и выполнять свои обязанности во время процедуры допинг-контроля • Перечислять все принимаемые лекарства и БАД в ПрДК • Соблюдать процедуру тестирования
<p>Тема: Требования к Регистрируемому пулу тестирования (РПТ), включая требования к предоставлению информации о местонахождении и использование ADAMS</p>			
Группы начальной подготовки	Учебно-тренировочные группы	Группы спортивного совершенствования	Группы высшего спортивного мастерства
Описание тем			
		Ознакомление с концепцией РПТ и как она защищает чистый спорт	Повышение уровня понимания РПТ, требований к нему и его важности для защиты чистого спорта
		<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Дать базовые знания о том, что такое РПТ и информация о местонахождении • Перечислить некоторые требования к информации о 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что такое РПТ, информация о местонахождении и ADAMS • Включены ли они в РПТ и кому они должны предоставлять информацию

		<p>местонахождении</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определить, что такое ADAMS и/ или Athlete Central, как платформа для предоставления информации о местонахождении <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как информация о местонахождении защищает чистый спорт 	<p>о местонахождении</p> <ul style="list-style-type: none"> • Требования к предоставлению информации о местонахождении • Что такое невыполнение требований к предоставлению информации о местонахождении • Где получить поддержку по использованию ADAMS или понять требования к информации о местонахождении <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как информация о местонахождении связана с допинг-контролем и как она защищает чистый спорт • Последствия несоблюдения требований к предоставлению информации о местонахождении <p>Делать</p>
--	--	--	---

			<ul style="list-style-type: none"> • Использовать ADAMS и/или Athlete Central для предоставления точной и актуальной информации о местонахождении, включая обновления • Регулярно проверять и оценивать точность информации о местонахождении
Тема: Обработка результатов			
Группы начальной подготовки	Учебно-тренировочные группы	Группы спортивного совершенствования	Группы высшего спортивного мастерства
Описание тем			
		Ознакомление с процессом обработки результатов	Повышение уровня понимания процесса обработки результатов
		<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что такое процесс обработки результатов • Фазы процесса обработки результатов <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить важность процесса обработки результатов для защиты чистого спорта 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Роль организаций, которые участвуют в обработке результатов • Описать процесс апелляции <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Фазы процесса обработки результатов • Возможные изменения

			<p>санкций в рамках процесса обработки результатов (например, предоставление существенной помощи или быстрое признание)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как процесс обработки результатов защищает права спортсменов на справедливое слушание • Условия временного отстранения <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Реализовывать свои права в процессе обработки результатов • Проверять статус ПС в Списке дисквалифицированных лиц
Тема: Сообща о допинге			
Группы начальной подготовки	Учебно-тренировочные группы	Группы спортивного совершенствования	Группы высшего спортивного мастерства
Описание темы			
Ознакомление с концепцией озабоченности и обучение	Ознакомление с концепцией "Сообща о допинге" с целью поделиться своими опасениями	Расширение концепции "Сообща о допинге" с целью поделиться своими опасениями	Ознакомление с концепцией "Сообща о допинге" с целью поделиться своими

выражать свои чувства	и развитие способности выражать свои чувства	в спорте и узнать о небезопасном или неэтичном поведении в спорте	опасениями по поводу допинга для защиты чистого спорта
Цель обучения			
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Перечислить эмоции • Как другие могут себя чувствовать • Когда ситуация небезопасна для себя или других • Составить список лиц, к которым они доверяют и могут обратиться за помощью <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как они себя чувствуют • Почему важно делиться своими опасениями и задавать вопросы <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Задавать вопросы / делиться опасениями со взрослым, которому они доверяют 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Перечислить эмоции • Как другие могут себя чувствовать • Когда ситуация небезопасна для себя или других • Составить список лиц, к которым они доверяют и могут обратиться за помощью <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как они себя чувствуют • Почему важно делиться своими опасениями и задавать вопросы <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Задавать вопросы / делиться опасениями со взрослым, которому они доверяют • Определять, как кто-то должен действовать при определенных сценариях 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Небезопасное поведение в спорте, включая допинг • Составить список лиц, к которым они могут доверять и могут обратиться за помощью • Как они могут высказаться, чтобы выразить обеспокоенность по поводу допинга <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность "Сообщить о допинге" <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определять ситуации, в которых необходимо этично высказываться, чтобы защитить здоровье и безопасность спортсмена • Высказать свое мнение, с целью поделиться своими опасениями по поводу небезопасного или неэтичного 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Куда и кому сообщать о допинге • Как НАДА и ВАДА собирают информацию и проводят расследования <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как сообщить о допинге в ВАДА или НАДА • Различать кто информатор, а кто осведомитель • Объяснить, как сообщение о допинге защищает чистый спорт • Последствия и влияние высказывания о допинге <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определять ситуации, в которых необходимо этично высказываться, чтобы защитить спорт от

<ul style="list-style-type: none"> • Определять, как кто-то должен действовать при определенных сценариях • Продемонстрировать сочувствие к другим 	<ul style="list-style-type: none"> • Продемонстрировать сочувствие к другим • Высказать свое мнение о небезопасном или неэтичном поведении 	<p>поведения в спорте, включая допинг</p>	<p>допинга</p> <ul style="list-style-type: none"> • Использовать официальные каналы ВАДА или НАДА, чтобы сообщить о допинге
--	--	---	--

Таблица 1. Навыки и знания спортсмена в антидопинговой сфере на каждом этапе подготовки.

2.2 Родители

Важно понимать, что родители играют важную роль в подготовке спортсменов начиная с самого раннего этапа, поэтому крайне важно уделять большое внимание данной целевой группе при реализации антидопинговых образовательных программ.

Необходимо начинать обучение родителей спортсменов начального уровня. Однако следует понимать, что в некоторых видах спорта дети и молодежь уже начнут принимать участие в соревнованиях более высокого уровня, следовательно это должно учитываться при обучении их родителей и объем подаваемой им информации должен быть больше.

Родители должны иметь возможность поддерживать спортсменов при прохождении процедуры тестирования; поддерживать спортсменов в соблюдении антидопинговых правил; планировать со спортсменами, как ограничить риски использования БАД; искать ингредиенты лекарств с помощью Запрещенного списка (Списка); и так далее.

Далее рассмотрим, что родители, должны «знать», «понимать» и «делать» в соответствии со знаниями, полученными по каждой из обязательных тем, изложенных в Статье 18.2 Всемирного антидопингового кодекса, а также по дополнительной теме – «Введение в чистый спорт».

Тема: Принципы и ценности, связанные с чистым спортом		
Родители детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Родители талантливых спортсменов (Учебно-тренировочные группы, группы спортивного совершенствования)	Родители высококлассных спортсменов (Группы высшего спортивного мастерства)
Описание темы		
Ознакомление родителей с темой ценностей в спорте и важностью демонстрации и моделирования этих ценностей для детей и молодежи. Развитие способности родителей	Развитие концепции ценностей, связанных с чистым спортом. Развитие способности родителей демонстрировать ценности, связанные с чистым спортом, и поддерживать в этом	Развитие способности родителей демонстрировать ценности, связанные с чистым спортом, и поддерживать в этом высококлассных спортсменов.

поддерживать детей и молодежь в развитии их собственных ценностей.	талантливых спортсменов.	
Цель обучения		
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> Знать и определять личные ценности Ценности и ценностно-ориентированное поведение, связанное с чистым спортом для детей и молодежи, родителей Положительное и отрицательное влияние на детей и молодежь, которые влияют на их ценности Спортивные ситуации, которые поддерживают ценности, связанные с чистым спортом <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> Важность демонстрации и продвижения ценностей, связанных с чистым спортом Как соединить личные ценности с ценностями, связанными с чистым спортом Как привить детям и молодежи ценности, связанные с чистым спортом 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> Знать и определять личные ценности Ценности и ценностно-ориентированное поведение, связанное с чистым спортом как для талантливых спортсменов, так и для родителей Положительное и отрицательное влияние на талантливых спортсменов, которые влияют на их ценности Спортивные ситуации, которые поддерживают ценности, связанные с чистым спортом <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> Важность демонстрации и продвижения ценностей, связанных с чистым спортом Как соединить личные ценности с ценностями, связанными с чистым спортом Что значит для талантливых спортсменов соревноваться в чистом спорте 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> Знать и определять личные ценности Ценности и ценностно-ориентированное поведение, связанное с чистым спортом как для талантливых спортсменов, так и для родителей <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> Важность демонстрации и продвижения ценностей, связанных с чистым спортом Как соединить личные ценности с ценностями, связанными с чистым спортом Что значит для спортсменов и родителей соревноваться в чистом спорте Как поддержать спортсменов в участии в чистом спорте и как создать чистую спортивную среду <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> Применять личные ценности к чистым спортивным сценариям

<p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Моделировать ценности, связанные с чистым спортом • Оценить, что молодежь и дети должны уметь демонстрировать ценности в спорте (например, благоприятная среда, положительные примеры для подражания) • Изучить, как их личные ценности и связанное с ними поведение влияют на опыт детей и молодежи в спорте • Проанализировать, как поддержать детей и молодежь в ситуациях, которые противоречат ценностям, связанным с чистым спортом • Вмешиваться и поддерживать детей и молодежь в ситуациях, которые противоречат ценностям, связанным с чистым спортом • Поддерживать и поощрять детей и молодежь, чтобы они демонстрировали ценности, связанные с чистым спортом • Поддерживать детей и молодежь в выявлении ситуаций, 	<ul style="list-style-type: none"> • Как создать чистую спортивную среду для талантливых спортсменов • Как развивать ценности, связанные с чистым спортом, у талантливых спортсменов <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Моделировать ценности, связанные с чистым спортом • Проанализировать сценарии чистого спорта, чтобы определить, как различный персонал спортсмена влияет на поведение спортсмена (например, тренеры, медицинский персонал) • Оценить, что нужно спортсменам, чтобы продемонстрировать ценности, связанные с чистым спортом (например, время отдыха и восстановления, понимание важности правил) • Вмешиваться и поддерживать спортсменов в ситуациях, которые противоречат ценностям, связанным с чистым спортом • Предоставлять талантливым спортсменам возможность избежать или противостоять ситуациям, которые идут вразрез с их ценностями 	<ul style="list-style-type: none"> • Демонстрировать ценности, связанные с чистым спортом • Проанализировать, насколько их личные ценности и связанное с ними поведение совпадают или отличаются от ценностей их спортсменов и от тех, кто связан с чистым спортом • Изучить, как их личные ценности и связанное с ними поведение влияют на спортсменов • Изучить, как на чистый спорт влияют ценности спортсменов, Персонала спортсмена и других лиц • Быть примером для подражания для чистого спорта • Поддерживать спортсменов, чтобы они являлись примером для подражания в отношении чистого спорта • Предоставить высококлассным спортсменам возможность избежать ситуаций, противоречащих их ценностям, или противостоять им
---	---	---

которые противоречат их ценностям		
Тема: Введение в чистый спорт и антидопинговую систему		
Родители детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Родители талантливых спортсменов (Учебно-тренировочные группы, группы спортивного совершенствования)	Родители высококлассных спортсменов (Группы высшего спортивного мастерства)
Описание темы		
Ознакомление родителей с концепцией чистого спорта и ее важностью	Ознакомление с антидопинговыми и ключевыми организациями, которые вовлечены в чистый спорт на уровне талантливых спортсменов	Развитие понимания, что такое ВАДА, Кодекс и ключевые организации, которые вовлечены в чистый спорт на уровне высококлассных спортсменов
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что такое чистый спорт • Что такое допинг и как он связан с чистым спортом • Существуют ли организации для защиты чистого спорта • Что родители являются частью чистого спорта <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Значение чистого спорта • Роль родителей в чистом спорте • Важность чистого спорта для детей и молодежи 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что такое чистый спорт • Что такое допинг и антидопинг • Некоторые организации в антидопинговой системе • Где найти антидопинговую информацию, включая антидопинговые правила и Список запрещенных субстанций и методов (Запрещенный список), при необходимости • Подпадают ли родители и их талантливые спортсмены под действие антидопинговых правил и когда • Каким образом они могут помочь защитить чистый спорт 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что такое чистый спорт • Что такое допинг и антидопинг • Роль и ответственность ВАДА и Кодекса • Некоторые организации в антидопинговой системе • Где найти антидопинговую информацию, включая антидопинговые правила и Запрещенный список (Список) • Роль Персонала спортсмена, включая родителей в соответствии с Кодексом

	<ul style="list-style-type: none"> • Кто является Персоналом спортсмена <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как организации, занимающиеся вопросами чистого спорта, защищают чистый спорт • Некоторые роли и обязанности НАДА, включая обучение и тестирование • Роль Персонала спортсмена для защиты чистого спорта <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснять, как участие в чистом спорте защищает целостность спорта • Получать доступ к антидопинговой информации, имеющей отношение к ним и их талантливым спортсменам, при необходимости • Поддерживать спортсменов в поиске и понимании антидопинговой информации и контактов, при необходимости • Поддерживать спортсменов в понимании целей антидопинговой системы 	<ul style="list-style-type: none"> • Ответственность Персонала спортсменов, включая родителей в соответствии с Кодексом <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Роль различных организаций для защиты чистого спорта на национальном и международном уровне • Антидопинговые обязанности соответствующих антидопинговых организаций, включая образование, тестирование и запросы на ТИ • Как Кодекс защищает их, здоровье их спортсменов и чистый спорт • Роль НАДА на крупных спортивных мероприятиях и других международных соревнованиях • Антидопинговые правила какой организации распространяются на них и их спортсменов в определенных обстоятельствах (т. е. дома, за границей, на крупном спортивном мероприятии) <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Взаимодействовать и поддерживать деятельность НАДА
--	---	---

		<ul style="list-style-type: none"> • Анализировать и использовать антидопинговую информацию, имеющую отношение к ним и ситуации • Поддерживать спортсменов, в поиске антидопинговой информации и контактов, при необходимости • Поддерживать спортсменов в понимании целей антидопинговой системы • Выполнять свою роль и обязанности в соответствии с Кодексом • Определять возможности участия в антидопинговой системе
Тема: Права и обязанности Спортсменов, Персонала спортсменов (ПС) и других групп в соответствии с Кодексом		
Родители детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Родители талантливых спортсменов (Учебно-тренировочные группы, группы спортивного совершенствования)	Родители высококлассных спортсменов (Группы высшего спортивного мастерства)
Описание темы		
Ознакомление с темой права и обязанности в спорте для ПС, включая родителей. Развитие способности родителей поддерживать детей и молодежь в понимании их	Ознакомление с темой прав и обязанностей в спорте для ПС, включая родителей. Развитие способности родителей поддерживать талантливых спортсменов, чтобы они понимали и	Развитие темы роли и обязанностей ПС, включая родителей и их высококлассных спортсменов, в соответствии с Кодексом

собственных прав и обязанностей в спорте	выполняли свои роли и обязанности в спорте	
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Права и обязанности, которые важны для детей и молодежи в спорте • Перечислить права и обязанности, которые важны для родителей детей и молодежи в спорте <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что могут сделать дети и молодежь, если в спорте нарушаются права и обязанности <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выполнять права и обязанности, которые важны для родителей детей и молодежи, занимающихся спортом • Информировать детей и молодежь о важности прав и обязанностей в спорте • Поддерживать детей и молодежь в выполнении обязанностей в спорте • Помочь детям и молодежи понять последствия невыполнения прав и обязанностей 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Свои права и обязанности, связанные с чистым спортом, а также права и обязанности талантливых спортсменов • Кто может помочь их спортсменам выполнять обязанности и защищать права, связанные с чистым спортом • Где можно найти дополнительную информацию/поддержку в отношении своих прав и обязанностей, связанных с чистым спортом, а также в отношении их спортсменов • Некоторые последствия несоблюдения своих обязанностей, связанных с чистым спортом, а также обязанностей их спортсменов <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность выполнения обязанностей в спорте в качестве родителя талантливых спортсменов • Важность прав спортсменов в чистом спорте • Как права и обязанности 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Свои права и обязанности в соответствии с Кодексом, а также права и обязанности высококлассных спортсменов • Кто может помочь их спортсменам выполнять обязанности и защищать их права, связанные с чистым спортом • Где можно найти дополнительную информацию/поддержку в отношении своих прав и обязанностей, а также в отношении прав и обязанностей их спортсменов в соответствии с Кодексом • Последствия несоблюдения своих обязанностей в соответствии с Кодексом, а также обязанностей их спортсменов • Где можно ознакомиться с Актом об антидопинговых правах спортсменов <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как права и обязанности

<ul style="list-style-type: none"> • Предоставить детям и молодежи возможность поделиться, если права нарушаются • Поддерживать детей и молодежь в случае нарушения прав 	<p>защищают чистый спорт</p> <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выполнять свои обязанности, как родителя талантливого спортсмена в спорте • Поддерживать спортсменов в выполнении обязанностей, связанных с чистым спортом • Направлять спортсменов, чтобы они сообщали, в случае нарушения их прав • Поддержите спортсменов в выполнении их прав в спорте • Информировать спортсменов о важности соблюдения обязанностей, связанных с чистым спортом 	<p>спортсменов, ПС и других лиц в соответствии с Кодексом защищают чистый спорт</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность прав спортсменов в чистом спорте • Роль в поддержке спортсменов в соблюдении их прав и обязанностей <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выполнять свои обязанности в соответствии с Кодексом • Поддерживать спортсменов в выполнении их обязанностей в соответствии с Кодексом • Предоставить спортсменам возможность поделиться информацией, если их права нарушаются • Поддерживать спортсменов в выполнении их прав в соответствии с Кодексом • Информировать спортсменов о важности соблюдения обязанностей в соответствии с Кодексом • При необходимости обращаться за поддержкой для выполнения своих обязанностей в
--	---	--

		соответствии с Кодексом <ul style="list-style-type: none"> Анализировать, как Акт об антидопинговых правах спортсменов применяется к спортсменам в конкретных ситуациях
Тема: Принцип строгой ответственности		
Родители детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Родители талантливых спортсменов (Учебно-тренировочные группы, группы спортивного совершенствования)	Родители высококлассных спортсменов (Группы высшего спортивного мастерства)
Описание темы		
Развитие темы влияния на детей и молодежь на раннем этапе участия в спорте. Развитие способности родителей помогать детям и молодежи обрести уверенность и делать осознанный выбор, который соответствует их ценностям и побуждает их брать на себя ответственность за свои действия	Развитие темы влияния на спортсменов на талантливом уровне. Развитие способности родителей помочь спортсменам понять, что они несут ответственность за свои действия, связанные с чистым спортом	Ознакомление с принципом строгой ответственности и влияния на высококлассных спортсменов
Знать <ul style="list-style-type: none"> Возможность предоставления детям и молодежи выбора и способности принимать решения, в том числе в спортивном контексте Способы укрепления уверенности детей и молодежи в том, 	Знать <ul style="list-style-type: none"> Ситуации, когда талантливым спортсменам необходимо взять на себя ответственность за свои действия в спорте Возможность для предоставления талантливым спортсменам права брать 	Знать <ul style="list-style-type: none"> Что такое принцип строгой ответственности Положительные и отрицательные факторы, которые влияют на спортсменов на национальном и международном

<p>что они могут делать выбор в соответствии со своими ценностями, в том числе в спортивном контексте</p> <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность предоставления детям и молодежи возможности принимать решение • Важность развития у детей и молодежи способности брать на себя ответственность за свои действия • Что значит для детей и молодежи нести ответственность за свои действия • Как укрепление уверенности и расширение прав и возможностей детей и молодежи способствует их способности принимать решение • Внутренние и внешние факторы, влияющие на принятие решений у детей и молодежи (например, ценности, сверстники, ПС, СМИ и социальные сети) <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Информировать детей и молодежь о смысле и важности принятия ответственности за свои действия, в том числе в спортивном 	<p>на себя ответственность в спорте</p> <ul style="list-style-type: none"> • Положительное и отрицательное влияние на талантливых спортсменов на данном этапе развития • Способы укрепления уверенности спортсменов в том, что они могут делать выбор в соответствии со своими ценностями <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Почему важно, чтобы спортсмены брали на себя ответственность за свои действия в спорте, и как это связано с чистым спортом • Как укрепление уверенности в себе и расширение возможностей спортсменов способствует их способности принимать решения • Влияние сверстников, других спортсменов, ПС и других элементов на принятие решений и поведение спортсмена <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Поддерживать спортсменов в принятии ответственности за свои действия в спорте • Информировать спортсменов, что они несут ответственность за свои 	<p>уровне</p> <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Привести примеры строгой ответственности в контексте спорта и антидопинга • Почему принцип строгой ответственности важен для чистого спорта • Роль и ответственность ПС и их влияние на применение принципа строгой ответственности <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Пересмотреть вместе со спортсменами значение принципа строгой ответственности • Поддерживать спортсменов в принятии ответственности за свои собственные решения и действия • Поддерживать спортсменов в изучении достоверности советов, информации, полученных от ПС, сверстников и внешних источников • Помогать спортсменам задавать вопросы и добиваться полного понимания, прежде чем принимать решения • Изучить, как родители могут
---	--	---

<p>контексте</p> <ul style="list-style-type: none"> • Поддерживать детей и молодежь в принятии ответственности за свои действия • Помогать детям и молодежи задавать вопросы и обращаться за поддержкой, при принятии решений, при необходимости • Поддерживать детей и молодежь в выполнении обязанностей • Расширить возможности детей и молодежи по выявлению негативных влияний, которые могут повлиять на принятие решений • Предоставить детям и молодежи право брать ответственность за свои действия и возможность выбора • Поддерживать развитие уверенности в себе детей и молодежи 	<p>действия в спорте и как это связано с чистым спортом</p> <ul style="list-style-type: none"> • Предоставить спортсменам возможность принимать решения, которые соответствуют ценностям, связанным с чистым спортом • Поддерживать спортсменов в изучении точности советов, информации или практики, полученных от ПС, сверстников и внешних источников • Направлять спортсменов задавать вопросы и получить полное представление, прежде чем принимать решение об использовании лекарств или добавок • Проанализировать сценарии с участием родителей и другого ПС и определить те, которые укрепляют уверенность спортсмена и поддерживают способность принимать решения • Изучить, как родители могут оказать положительное влияние на способность спортсменов принимать решения 	<p>оказать положительное влияние на способность спортсменов принимать решения</p>
<p>Тема: Нарушения антидопинговых правил (НАДП)</p>		

Родители детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Родители талантливых спортсменов (Учебно-тренировочные группы, группы спортивного совершенствования)	Родители высококлассных спортсменов (Группы высшего спортивного мастерства)
Описание темы		
<p>Развитие способности родителей доносить до детей и молодежи важность правил в спорте</p>	<p>Ознакомление с правилами, связанными с допингом, и с тем, как они защищают чистый спорт. Развитие способности родителей поддерживать талантливых спортсменов в понимании и соблюдении правил в спорте и антидопинговых правил</p>	<p>Ознакомление с НАДП, санкциями и к кому они применяются</p>
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Несколько примеров правил, которым должны следовать дети и молодежь в спортивном контексте • Примеры правил, которые применяются к родителям детей и молодежи, занимающихся спортом • Что существуют правила для защиты чистого спорта <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как помочь детям и молодежи соблюдать правила в спорте • Почему правила в спорте важны для детей и молодежи и как они связаны со справедливостью, 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Правила в спорте для талантливых спортсменов • Некоторые антидопинговые правила для спортсменов и ПС • Ценности, которые поддерживаются правилами в спорте • Что существуют антидопинговые правила, которые применяются к ПС и родителям • Где найти больше информации об антидопинговых правилах <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как антидопинговые правила защищают спорт 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • 11 НАДП • Некоторые санкции, связанные с НАДП в отношении спортсменов и ПС • Какие НАДП относятся к ПС и родителям • Где можно найти дополнительную информацию о НАДП и связанных с ними санкциями <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как НАДП защищают спортсменов, ПС и чистый спорт • Антидопинговые правила,

<p>безопасностью и весельем</p> <ul style="list-style-type: none"> • Последствия нарушения правил в спорте для детей и молодежи • Почему правила важны для защиты чистого спорта <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Соблюдать правила в рамках контекста своего вида спорта • Информировать детей и молодежь о важности и ценности соблюдения правил • Создавать вместе с детьми и молодежью план реабилитации/ восстановления в случае нарушения правил • Информировать о спортивных правилах детей и молодежь • Поддерживать детей и молодежь в соблюдении спортивных правил 	<ul style="list-style-type: none"> • Почему существуют антидопинговые правила для ПС • Как поддерживать спортсменов в соблюдении правил в спорте, включая антидопинговые правила <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обосновать почему в спорте существуют правила, включая антидопинговые правила • Соблюдать правила в рамках спортивного контекста, включая любые применимые антидопинговые правила • Поддерживать спортсменов в соблюдении правил в их контексте, включая любые применимые антидопинговые правила • Поддерживать спортсменов в понимании того, что существуют правила для защиты чистоты спорта 	<p>которые применяются к ПС и родителям</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как помочь высококлассным спортсменам понять и соблюдать антидопинговые правила <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Соблюдать антидопинговые правила • Анализировать предыдущие случаи НАДП ПС • Помогать спортсменам соблюдать антидопинговые правила • Поддерживать спортсменов в понимании 11 НАДП и связанных с ними санкции
<p>Тема: Последствия допинга (последствия для физического и психического здоровья, социальные и экономические последствия, санкции)</p>		
<p>Родители детей и молодежи (Группы начальной подготовки)</p>	<p>Родители талантливых спортсменов (Учебно-тренировочные группы, группы спортивного совершенствования)</p>	<p>Родители высококлассных спортсменов (Группы высшего спортивного мастерства)</p>
<p>Описание темы</p>		

<p>Обсуждение здоровых привычек и безопасности в спорте и развитие способности родителей помогать детям и молодежи формировать здоровый, сбалансированный образ жизни</p>	<p>Ознакомление с периодами уязвимости и последствиями применения допинга талантливыми спортсменами. Развитие способности справляться с давлением и помогать талантливым спортсменам в периоды уязвимости</p>	<p>Развитие темы периодов уязвимости и последствий применения допинга, а также развитие способности родителей определять периоды уязвимости, когда спортсмен подвержен применению допинга и способы их поддержки</p>
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Здоровые и нездоровые привычки для детей и молодежи в спорте, включая употребление субстанций, вызывающих зависимость • Протоколы безопасности в спорте • Способы, с помощью которых дети и молодежь могут быть физически и психически здоровы в спорте • Способы обеспечения безопасности детей и молодежи в спорте • Факторы, влияющие на здоровое и нездоровое поведение в спорте (например, культура команды/вида спорта, СМИ/социальные сети, положительные 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Способы, с помощью которых спортсмены могут быть физически и психически здоровы в спорте • Насколько применение допинга опасно для здоровья и противоречит ценностям, связанными с чистым спортом • Некоторые личные и профессиональные последствия применения допинга для спортсменов и ПС • Периоды уязвимости и факторы риска, когда талантливый спортсмен наиболее подвержен применению допинга (включая употребление субстанций, вызывающих зависимость) • Стратегии, способствующие физическому и психическому здоровью и предотвращающие применение 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Периоды уязвимости, когда спортсмен наиболее подвержен применению допинга • Личные и профессиональные последствия применения допинга для спортсменов и ПС • Стратегии, способствующие физическому и психическому здоровью, включая отдых и восстановление, и предотвращающие применение допинга спортсменами • Где можно найти дополнительную информацию/помощь в период уязвимости, когда спортсмен подвержен применению допинга <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Периоды уязвимости, когда спортсмен подвержен применению

<p>примеры, участие/ вовлечение родителей)</p> <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность формирования здоровых привычек у детей и молодежи (т.е. отдых, сон, физические упражнения, гидратация, гигиена) • Важность соблюдения протоколов безопасности • Как определить, подвержен ли ребенок/молодежь нездоровому поведению • Как ранняя специализация в спорте и менталитет "победа любой ценой" могут негативно повлиять на здоровье и психическое здоровье детей и молодежи • Стратегии, с помощью которых дети и молодежь могут вести здоровый, сбалансированный образ жизни <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Практиковать безопасное поведение с детьми и молодежью • Моделировать здоровые привычки для детей и молодежи 	<p>допинга талантливыми спортсменами</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что применение допинга может повлиять на спортсменов, ПС и других (т.е. семью, друзей, спорт, страну). • Где можно найти дополнительную информацию/помощь в период уязвимости, когда спортсмен подвержен применению допинга <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность поддержки психического и физического здоровья в спорте • Стратегии управления стрессом и давлением для талантливых спортсменов • Последствия использования субстанций, вызывающих зависимость • Как определить периоды, когда спортсмены подвержены применению допинга • Стратегии, способствующие физическому и психическому здоровью и предотвращающие применение допинга спортсменами • Последствия применения допинга для родителей <p>Делать</p>	<p>допинга</p> <ul style="list-style-type: none"> • Личные и профессиональные последствия допинга для спортсменов и ПС • Как определить периоды, когда спортсмены подвержены применению допинга • Способы поддержки спортсменов в периоды уязвимости, когда спортсмен подвержен применению допинга • Как применение допинга может повлиять на спортсменов, ПС и других (т.е. семью, друзей, спорт, страну) <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Помогать спортсменам и ПС в планировании стратегий, способствующих физическому и психическому здоровью и предотвращению применения допинга • Помогать спортсменам в периоды уязвимости • Обращаться за помощью в периоды уязвимости • Информировать спортсменов о
--	---	--

<ul style="list-style-type: none"> • Обеспечивать соблюдение правил безопасности с детьми и молодежью • Обсуждать с детьми и молодежью преимущества и последствия здоровых и нездоровых привычек соответственно • Поддерживать детей и молодежь, чтобы они вели сбалансированный образ жизни, который предоставляет возможность для образования, спорта, общения и отдыха • Доступ к медицинским консультациям по любым вопросам здоровья/психического здоровья, как для родителей, так и для детей и молодежи • Помогать и поощрять детей и молодых спортсменов к занятиям различными видами спорта/активности • Обсудить влияние спортивной специализации на физическое и психическое здоровье детей и молодежи 	<ul style="list-style-type: none"> • Помогать спортсменам в планировании личных, позитивных стратегий, способствующих физическому и психическому здоровью • Информировать другой ПС (т. е. тренеров, медицинских работников), чтобы они помогали спортсменам, которые подвержены применению допинга • Информировать другой ПС (например, тренеров, медицинских работников), когда спортсмены демонстрируют признаки применения допинга • Информировать спортсменов о воздействии и последствиях применения допинга • Поддерживать спортсменов в периоды уязвимости, когда они подвержены применению допинга • Обращаться за помощью в личные периоды уязвимости • Направлять спортсменов обращаться за помощью при необходимости 	<p>воздействии и последствиях применения допинга</p> <ul style="list-style-type: none"> • Информировать другой ПС (например, тренеров, медицинских работников), когда спортсмены демонстрируют признаки применения допинга
---	---	---

Тема: Субстанции и методы, включенные в Список запрещенных субстанций и методов (Запрещенный список)

Родители детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Родители талантливых спортсменов (Учебно-тренировочные группы, группы спортивного совершенствования)	Родители высококлассных спортсменов (Группы высшего спортивного мастерства)
Описание темы		
Ознакомление с понятием субстанций и методов, запрещенных в спорте	Ознакомление с Запрещенным списком, некоторым его содержанием, почему он важен и как его использовать	Ознакомление с Запрещенным списком, его содержанием, почему он важен и как его использовать
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • И уметь определить субстанции и методы, запрещенные в спорте • Где можно найти дополнительную информацию о запрещенных субстанциях и методах <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Почему некоторые субстанции и методы запрещены в спорте 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что некоторые субстанции и методы, запрещенные в спорте • Когда необходимо использовать Запрещенный список, где найти его и где найти дополнительную информацию о Запрещенном списке • Субстанции и методы, запрещенные в спорте • И уметь перечислять субстанции, вызывающие зависимость <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Почему субстанции и методы запрещены в спорте • Как определить содержит ли лекарство запрещенную субстанцию • Примеры классов субстанций и методов, запрещенных в спорте 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Где найти Список • Когда необходимо использовать Список, где найти его и где найти дополнительную информацию о Списке • Субстанции и методы, запрещенные в спорте • И различать некоторые категории в Списке, включая субстанции, запрещенные постоянно, и субстанции, запрещенные только в соревновательный период <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Почему субстанции и методы, запрещены в спорте • Как определить содержит ли лекарство запрещенную субстанцию • Категории в Списке, включая

	<ul style="list-style-type: none"> • Примеры субстанций, вызывающих зависимость <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Использовать Запрещенный список для проверки лекарств на наличие запрещенных субстанций • Поддерживать спортсменов в получении доступа и использовании Запрещенного списка при необходимости • Информировать о важности проверки Запрещенного списка • Поддерживать спортсменов, чтобы они сообщали медицинскому персоналу о том, что они должны соблюдать антидопинговые правила и проверять лекарства до начала лечения 	<p>субстанции, запрещенные постоянно, в соревновательный период и в отдельных видах спорта</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность того, чтобы спортсмены проверяли Список перед использованием любых лекарств, особенно за границей <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Использовать Список для проверки лекарств на наличие запрещенных субстанций • Использовать Список для проверки субстанций и методов, запрещенных во внесоревновательный и соревновательный периоды • Информировать спортсменов о важности сообщать ПС, что они должны соблюдать антидопинговые правила и проверять список до начала лечения • Поддерживать спортсменов в получении доступа и использовании Списка при необходимости • Информировать о важности того, чтобы спортсмены проверяли Список перед использованием любых
--	--	--

		лекарств, особенно за границей
Тема: Использование лекарств и Разрешение на терапевтическое использование (ТИ)		
Родители детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Родители талантливых спортсменов (Учебно-тренировочные группы, группы спортивного совершенствования)	Родители высококлассных спортсменов (Группы высшего спортивного мастерства)
Описание темы		
Ознакомление с темами использования лекарств в спорте и развитии способности родителей информировать детей и молодежь о безопасном использовании лекарств	Развитие темы использования лекарств в спорте и развитие их способности помогать талантливым спортсменам в случае использования лекарств при необходимости	Ознакомление с ТИ и как помогать высококлассным спортсменам в данном процессе
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Когда и почему дети и спортсмены могут использовать лекарства в спорте • Кто несет ответственность за выписку/назначение лекарств детям и молодежи в спорте <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Проблемы безопасности для детей и молодежи при использовании лекарств, включая проблемы безопасности в спорте • Важность проверки дозировки и соблюдения инструкций при назначении лекарств детям и 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что некоторые лекарства содержат ингредиенты, запрещенные в спорте • Что существуют системы, позволяющие спортсменам принимать лекарства, содержащие запрещенные субстанции, если в этом есть законная медицинская необходимость • Где найти дополнительную информацию, если талантливому спортсмену необходимо принимать лекарство, которое содержит запрещенную субстанцию <p>Понимать</p>	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что такое ТИ • Где найти дополнительную информацию о ТИ • Когда следует подавать запрос на ТИ Медицинских специалистов, которые могут помочь с подачей запроса на ТИ • В какую организацию им следует обратиться за Разрешением на ТИ в зависимости от обстоятельств <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цели ТИ • Риски неправильного

<p>молодежи</p> <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Информировать детей и молодежь о процедурах безопасности при использовании лекарств в спорте • Обратиться к соответствующему взрослому, если они себя почувствуют плохо • Обсудить с детьми и молодежью важность здоровых привычек (т.е. отдых, сон, зарядка, гидратация) в предупреждении заболеваний • Использовать лекарства безопасно и только по мере необходимости для детей и молодежи 	<ul style="list-style-type: none"> • Почему некоторые ингредиенты, содержащиеся в лекарствах запрещены в спорте • Риски неправильного использования лекарств <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Помогать спортсменам в проверке куда при необходимости использования лекарства, содержащего запрещенную субстанцию, нужно подавать запрос на ТИ • Помогать спортсменам сообщать медицинскому работнику об их обязанности соблюдать антидопинговые правила и Запрещенный список 	<p>использования лекарств</p> <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Понимать, когда спортсменам необходимо подавать запрос на ТИ • Помогать спортсменам в проверке куда при необходимости использования лекарства, содержащего запрещенную субстанцию, нужно подавать запрос на ТИ • Напоминать спортсменам сообщать медицинскому работнику об их обязанности соблюдать антидопинговые правила и Запрещенный список • Напоминать спортсменам о том, чтобы они спрашивали у медицинских работников, нужно ли им Разрешение на ТИ перед началом лечения
Тема: Риск использования БАД		
Родители детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Родители талантливых спортсменов (Учебно-тренировочные группы, группы спортивного совершенствования)	Родители высококлассных спортсменов (Группы высшего спортивного мастерства)
Описание темы		
Развитие концепции здорового	Развитие концепции здорового питания	Расширение знаний о рисках,

<p>питания и рисков использования БАД, продвижение данной концепции в спорте для детей и молодежи</p>	<p>в спорте для талантливых спортсменов и риски использования в спорте БАД, а также способность продвигать подход "еда прежде всего"</p>	<p>связанных с использованием БАД в спорте, а также поощрение и продвижение подхода "еда прежде всего"</p>
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Список вариантов здоровой пищи для детей и молодежи в спорте • Знать примеры пищевых продуктов • Что существуют риски, связанные с использованием БАД для детей и молодежи • Где найти дополнительную информацию по питанию и БАД <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Необходимость питания и употребления разнообразных продуктов для детей и молодежи • Важность продвижения и моделирования выбора разнообразного здорового питания для детей и молодежи в спорте • Читать утверждения о пользе для здоровья на упаковке пищевых продуктов <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Информировать детей и 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Примеры пищевых источников, которые могут поддерживать результативность • Примеры продукции, являющейся БАД • Что такое БАД и зачем они могут быть использованы • Некоторые риски, связанные с использованием БАД, в том числе и для несовершеннолетних • Где можно найти больше информации о питании и БАД • Способы управления рисками использования БАД для спортсменов <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Разницу между пищей и БАД • Как диета может повлиять на спортивные результаты • Признаки того, что талантливый спортсмен находится в группе риска или занимается нездоровым питанием 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Примеры пищевых источников, которые могут поддерживать результативность • Примеры продукции, являющейся БАД • Что такое БАД и с какой целью их можно использовать • Какие продукты можно использовать, как альтернативу БАД • Где можно найти больше информации о БАД • Что БАД могут привести к непреднамеренному применению допинга <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Разницу между пищей и БАД • Риски, связанные с использованием БАД для спортсменов • Способы управления рисками связанными с использованием БАД,

<p>молодежь о важности выбора здоровой пищи и ее взаимосвязи с участием в спорте и общим благополучием</p> <ul style="list-style-type: none"> • Моделировать варианты здоровой пищи для детей и молодежи • Поддерживать детей и молодежь в выборе здоровой пищи • Пропагандировать выбор здорового питания для детей и молодежи, включая разнообразие ингредиентов • Проанализировать заявления о пользе для здоровья, указанные на этикетках продуктов питания 	<ul style="list-style-type: none"> • Как действовать, если талантливый спортсмен подвергается риску или занимается нездоровым питанием <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Проанализировать заявления о пользе для здоровья, указанные на этикетках продуктов питания и БАД • Анализировать, как некоторые факторы способствуют употреблению БАД талантливыми спортсменами (социальные сети, маркетинг, нездоровые пищевые привычки и т.д.) • Проконсультироваться с профессионалом если есть признаки нездорового питания • Помогать спортсменам планировать питание в соответствии с графиком тренировок • Анализировать и сравнивать продукты питания и БАД и оценивать риски и преимущества • Помогать спортсменам выбирать подходящие продукты на основе этикеток • Проинформировать спортсменов о выборе продуктов в качестве 	<p>для спортсменов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Разницу между БАД и лекарствами <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Проанализировать заявления о пользе для здоровья, указанные на этикетках продуктов питания и БАД <ul style="list-style-type: none"> • Анализировать и сравнивать продукты питания и БАД и оценивать риски и преимущества • Определить какие продукты можно использовать, как альтернативу БАД • Проинформировать спортсменов о выборе продуктов в качестве альтернативы БАД • Давать совет спортсменам принимать обоснованное решение относительно приема БАД • Проконсультироваться с профессионалом или посоветоваться с ПС если есть признаки нездорового питания <ul style="list-style-type: none"> • Советовать спортсменам обратиться к врачу перед приемом БАД • Спланировать со спортсменом,
---	---	---

	альтернативы БАД <ul style="list-style-type: none"> • Давать совет спортсменам принимать обоснованное решение относительно приема БАД • Советовать спортсменам обратиться к врачу перед приемом БАД • Спланировать со спортсменом, как ограничить риски, связанные с использованием БАД 	как ограничить риски, связанные с использованием БАД
Тема: Процедуры тестирования, включая процедуры отбора проб мочи, крови и Биологический паспорт спортсмена (БПС)		
Родители детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Родители талантливых спортсменов (Учебно-тренировочные группы, группы спортивного совершенствования)	Родители высококлассных спортсменов (Группы высшего спортивного мастерства)
Описание темы		
Ознакомление с темой тестирования в спорте и ее важностью	Ознакомление с основами процедуры допинг-контроля, ее важностью и как действовать в качестве представителя спортсмена	Предоставление информации о ключевых элементах процесса допинг-контроля, его важности и о том, как действовать в качестве представителя спортсмена
Знать <ul style="list-style-type: none"> • Что такое допинг-контроль в спорте • Что спортсмены могут быть протестированы • Тестирование проводится для 	Знать <ul style="list-style-type: none"> • Что тестирование может включать отбор пробы крови, мочи или и то, и другое • Этапы процедуры допинг-контроля 	Знать <ul style="list-style-type: none"> • Этапы процедуры допинг-контроля отбора пробы крови и мочи • Кто может быть протестирован, когда и где • Свою роль, как представителя

<p>защиты чистого спорта</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Права и обязанности спортсмена во время процедуры допинг-контроля • Кто может быть протестирован, когда и где • Что такое пункт допинг-контроля (ПДК) и что такое протокол допинг-контроля (ПрДК) • Свою роль, как представителя спортсмена • Лиц, которые вовлечены в процесс тестирования • Имеет ли их спортсмен право на модификацию в процессе тестирования • Что существуют модификации в процессе тестирования для несовершеннолетних спортсменов <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как тестирование защищает чистый спорт • Кто такой Шаперон, ОДК, ОСК и что они делают • Роль и ответственность представителя спортсмена • Особые требования во время процедуры допинг-контроля для несовершеннолетних • Важность для спортсменов всегда 	<p>спортсмена</p> <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как тестирование защищает чистый спорт • Права и обязанности спортсмена во время процедуры допинг-контроля • Основную роль персонала, вовлеченного в процедуру допинг-контроля • Любые возможные модификации в процессе тестирования, которые могут быть применимы к их спортсмену • Важность того, что спортсмен всегда должен проходить тестирование и предоставлять пробу • Роль и ответственность представителя спортсмена <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Действовать в качестве представителя спортсмена • Помогать спортсменам соблюдать процедуру тестирования • Поддерживать спортсменов в соблюдении их прав в процессе тестирования
------------------------------	---	---

	<p>проходить тестирование и предоставлять пробу</p> <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Действовать в качестве представителя спортсмена • Помогать спортсменам соблюдать процедуру тестирования • Определять может ли спортсмен быть протестирован и имеет ли он право на модификации в процессе тестирования • Поощрять спортсменов брать с собой своего представителя 	<ul style="list-style-type: none"> • Продвигать и пропагандировать тестирование для защиты чистого спорта • Поощрять спортсменов брать с собой своего представителя
<p>Тема: Требования к Регистрируемому пулу тестирования (РПТ), включая требования к предоставлению информации о местонахождении и использование ADAMS</p>		
<p>Родители детей и молодежи (Группы начальной подготовки)</p>	<p>Родители талантливых спортсменов (Учебно-тренировочные группы, группы спортивного совершенствования)</p>	<p>Родители высококлассных спортсменов (Группы высшего спортивного мастерства)</p>
<p>Описание темы</p>		
	<p>Ознакомление с концепцией РПТ и как она защищает чистый спорт и как поддерживать талантливых спортсменов, при необходимости</p>	<p>Ознакомление с концепцией РПТ и ее важностью для защиты чистого спорта</p>
	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что такое РПТ и требования к предоставлению информации о 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что такое РПТ и требования к предоставлению информации о

	<p>местонахождении</p> <ul style="list-style-type: none"> • Является ли талантливый спортсмен частью РПТ <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как информация о местонахождении связана с допинг-контролем и как она защищает чистый спорт <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Поддерживать талантливых спортсменов в предоставлении точной и актуальной информации о местонахождении, включая обновления, при необходимости 	<p>местонахождении и ADAMS</p> <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как информация о местонахождении связана с допинг-контролем и как она защищает чистый спорт <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Поддерживать высококлассных спортсменов в предоставлении точной и актуальной информации о местонахождении, включая обновления, при необходимости
Тема: Обработка результатов		
Родители детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Родители талантливых спортсменов (Учебно-тренировочные группы, группы спортивного совершенствования)	Родители высококлассных спортсменов (Группы высшего спортивного мастерства)
Описание темы		
		Ознакомление с процессом обработки результатов
		<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что такое процесс обработки результатов • Роль организаций, которые участвуют в обработке результатов

		<ul style="list-style-type: none"> • Описать процесс апелляции • Фазы процесса обработки результатов • Права и обязанности спортсмена и ПС в процессе обработки результатов, включая право на справедливые слушания <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Фазы процесса обработки результатов • Возможные изменения санкций в рамках процесса обработки результатов (например, предоставление существенной помощи или быстрое признание) • Как процесс обработки результатов защищает права спортсменов и ПС на справедливое слушание • Условия временного отстранения <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Реализовывать свои права в процессе обработки результатов • Проверять статус ПС в Списке дисквалифицированных лиц • Изучать результаты дел по
--	--	--

		НАДП
Тема: Сообща о допинге		
Родители детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Родители талантливых спортсменов (Учебно-тренировочные группы, группы спортивного совершенствования)	Родители высококлассных спортсменов (Группы высшего спортивного мастерства)
Описание темы		
Развитие способности родителей доверять детям и молодежи и обсуждение важности создания благоприятной среды, которая дает возможность детям и молодежи сообщать, если они наблюдают небезопасное или неэтичное поведение	Развитие у родителей понимания того, как сообщать о подозрениях в применении допинга и как поддержать талантливых спортсменов, чтобы они поделились своими опасениями	Развитие у родителей понимания об официальных каналах информирования о допинге и о том, как помочь спортсменам сообщить о подозрениях в применении допинга
Знать <ul style="list-style-type: none"> • Ситуации в спорте, когда важно сообщать о допинге • Способы развития уверенности у детей и молодежи, чтобы они сообщали о допинге • Характеристики благоприятной, позитивной среды для детей и молодежи в спорте • Способы поддержки детей и молодежи, чтобы они могли выразить, как они себя чувствуют 	Знать <ul style="list-style-type: none"> • Ситуации в спорте, когда важно высказывать свое мнение, в том числе при подозрении в применении допинга • Как создать благоприятную, позитивную среду для спортсменов • К кому следует обращаться в случае опасения по поводу благополучия спортсмена • Куда и кому сообщать о подозрении в применении допинга Понимать	Знать <ul style="list-style-type: none"> • Ситуации в спорте, когда важно высказывать свое мнение, в том числе при подозрении в применении допинга • Куда и кому сообщать о подозрении в применении допинга • Как НАДА и ВАДА собирают информацию и проводят расследования Понимать <ul style="list-style-type: none"> • Как сообщить о допинге в

<p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить важность формирования у детей и молодежи уверенности в том, что они могут сообщать о допинге • Важность благоприятной, позитивной среды для детей и молодежи в спорте • Шаги, которые должны быть предприняты, когда дети и молодежь делаются своими опасениями <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Развивать у детей и молодежи уверенность в том, что они могут сообщить о допинге • Обсуждать с детьми и молодежью ситуации, в которых этично сообщать о допинге • Обсуждать с детьми и молодежью кому они могут сообщать о допинге • Информировать детей и молодежь, как определить благоприятную, позитивную среду в спорте • Дать возможность детям и молодежи выразить свои чувства 	<ul style="list-style-type: none"> • Как сообщить о допинге в ВАДА или АДО • Важность создания благоприятной, позитивной среды для спортсменов • Шаги, которые следует предпринять, когда талантливый спортсмен делится своими опасениями • Важность высказывания опасений по поводу благополучия спортсмена • Важность высказывания о подозрении в применении допинга • Как сообщение о допинге защищает чистый спорт <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определять ситуации, в которых необходимо этично высказываться, чтобы защитить благополучие спортсмена • Высказать свое мнение, с целью поделиться своими опасениями по поводу небезопасного или неэтичного поведения в спорте, включая допинг • Использовать официальные каналы ВАДА или АДО, чтобы сообщить о допинге • Обсудить ситуации со 	<p>ВАДА или НАДА</p> <ul style="list-style-type: none"> • Различать кто информатор, а кто осведомитель • Объяснить, как сообщение о допинге защищает чистый спорт • Последствия и влияние высказывания о допинге <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определять ситуации, в которых необходимо этично высказываться, чтобы защитить спорт от допинга • Использовать официальные каналы ВАДА или НАДА, чтобы сообщить о допинге • Советовать спортсменам использовать официальные каналы, чтобы сообщить о допинге • Предоставлять возможность спортсменам высказать свое мнение против подозреваемых в употреблении допинга • Использовать навыки эффективного, чуткого и уважительного общения в разговоре со спортсменами и другими людьми • Создавать позитивную среду,
--	---	---

<ul style="list-style-type: none"> • Направлять детей и молодежь обращаться за поддержкой, при необходимости • Определять ситуации, в которых необходимо этично высказываться о допинге, чтобы защитить благополучие детей и молодежи • Сообщать о допинге, если существуют опасения по поводу благополучия детей и молодежи • Создавать позитивную и безопасную среду, способствующую открытому общению 	<p>спортсменами в которых этично высказывать свое мнение, в том числе при подозрении в применении допинга</p> <ul style="list-style-type: none"> • Предоставлять возможность высказать свое мнение против небезопасного или неэтичного поведения, включая допинг • Проинформировать спортсменов каким образом они могут сообщить о допинге • Использовать навыки эффективного, чуткого и уважительного общения в разговоре со спортсменами и другими людьми • Создавать позитивную среду, способствующую открытому общению • Поддерживать спортсменов, чтобы они использовали официальные каналы ВАДА или их АДО, чтобы сообщить о допинге 	<p>способствующую открытому общению</p>
--	---	---

Таблица 2. Навыки и знания родителей в антидопинговой сфере на каждом этапе подготовки спортсмена.

2.3 Тренеры

Тренер, являясь авторитетом для своих спортсменов, должен быть для них примером в вопросах антидопинга, а также должен участвовать в их антидопинговом воспитании с целью привития ценностей и принципов чистого спорта. В связи с этим обучение и подготовка тренеров по антидопинговым вопросам, является обязательной.

Далее рассмотрим, что тренеры, должны «знать», «понимать» и «делать» в соответствии со знаниями, полученными по каждой из обязательных тем, изложенных в Статье 18.2 Всемирного антидопингового кодекса, а также по дополнительным темам – «Введение в чистый спорт», «Обработка результатов».

Тема: Принципы и ценности, связанные с чистым спортом			
Тренер детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Тренер в учебно- тренировочных группах	Тренер в группах спортивного совершенствования	Тренер в группах высшего спортивного мастерства
Описание темы			
Ознакомление тренеров с темой ценностей в спорте и важностью демонстрации и моделирования этих ценностей для детей и молодежи. Развитие способности тренеров поддерживать детей и молодежь в развитии их собственных ценностей	Развитие концепции ценностей, связанных с чистым спортом. Развитие способности тренеров демонстрировать ценности, связанные с чистым спортом, и поддерживать в этом талантливых спортсменов	Важность ценностей чистого спорта, как для спортсменов, так и для персонала спортсмена (ПС). Тренер обращает внимание на поведение спортсменов, которое базируется на правильных и ложных ценностях, связанных с чистым спортом	Развитие у тренеров понимания того, как демонстрировать ценности, связанные с чистым спортом, и как побудить спортсменов делать то же самое
Знать • Называть и определять личные ценности	Знать • Называть и определять личные ценности	Знать • Называть и определять личные	Знать • Определять ценности и основанное на

<ul style="list-style-type: none"> • Определять ценности и ценностно-ориентированное поведение в спорте у детей, тренеров и другого персонала спортсмена (ПС), например помощник тренера, родители • Сопоставлять ценности с ценностно-ориентированным поведения в спорте • Определить, каким образом можно поддерживать детей на пути к развитию ценностей в спорте • Положительное и отрицательное влияние на детей и молодежь и их ценности <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность демонстрации и продвижения ценностей, связанных с чистым спортом • Насколько личные цели и основанные на них 	<ul style="list-style-type: none"> • Определять ценности и ценностно-ориентированное поведение в спорте у детей, тренеров и другого персонала спортсмена (ПС), например помощник тренера, родители • Положительное и отрицательное влияние на юных спортсменов и их ценности <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность демонстрации и продвижения ценностей, связанных с чистым спортом • Ценности и ценностно-ориентированное поведение, связанное с чистым спортом • Как объединить личные ценности с ценностями, связанными с чистым спортом • Как распознать желательное и нежелательное поведение у юных спортсменов и персонала спортсмена <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Демонстрировать 	<p>ценности</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определять ценности и основанное на них отношение к спорту у спортсменов, тренеров и персонала спортсмена (ПС) • Положительное и отрицательное влияние на спортсменов и их ценности <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность демонстрации и продвижения ценностей, связанных с чистым спортом • Как объединить личные ценности с ценностями, связанными с чистым спортом • Как создать чистую спортивную среду для спортсменов • Как развивать связанные с чистым спортом ценности у спортсменов • Распознавать 	<p>них отношение к чистому спорту</p> <ul style="list-style-type: none"> • Положительное и отрицательное влияние на спортсменов и их ценности <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность демонстрации и продвижения ценностей, связанных с чистым спортом • Как объединить личные ценности с ценностями, связанными с чистым спортом • Что значит для спортсменов и персонала спортсмена соревноваться в чистом спорте • Как поддержать спортсменов в участии в чистом спорте и как создать чистую спортивную среду <p>Делать</p>
--	--	---	---

<p>поступки оказывают влияние на детей</p> <ul style="list-style-type: none"> • Процесс формирования ценностей у детей • Как распознать желательное и нежелательное поведение у детей и персонала спортсмена <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Демонстрировать ценности чистого спорта • Побуждать детей и персонал спортсмена демонстрировать ценности чистого спорта • Проводить анализ учебного плана тренеров, чтобы убедиться в правильности демонстрации ценностей спортсменам • Побуждать детей определять ситуации, которые противоречат их ценностям • Определять, как поддерживать детей в 	<p>ценности чистого спорта</p> <ul style="list-style-type: none"> • Понять, что необходимо юному спортсмену, чтобы продемонстрировать ценности в спорте (благоприятная среда, правильная модель поведения) • Составить план, который включал бы в себя поддержку юных спортсменов, демонстрируя поведение, основанное на чистом спорте • Побуждать детей и персонал спортсмена демонстрировать ценности чистого спорта • Изучить, как личные ценности и связанное с ними поведение влияют на опыт юных спортсменов • Проанализировать ситуации, которые противоречат ценностям чистого спорта и то, как поддерживать спортсменов, которые сталкиваются с ними • Не игнорировать ситуации, которые 	<p>желательное и устранять нежелательное поведение у спортсменов и персонала спортсмена, основанное на ценностно-ориентированном поведении</p> <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Демонстрировать ценности чистого спорта • Проводить анализ учебного плана тренеров, чтобы понять, как тренер влияет на поведение спортсменов • Понять, что необходимо спортсмену, чтобы продемонстрировать ценности чистого спорта (время на восстановление и отдых, понимание важности правил) • Составить план, поощряющий спортсменов поступать согласно правилам чистого спорта • Не игнорировать 	<ul style="list-style-type: none"> • Применять личные ценности к чистым спортивным сценариям • Демонстрировать ценности чистого спорта • Анализировать влияние личных ценностей и связанные с ними модели поведения, и как они могут совпадать или отличаться от ценностей спортсменов, персонала спортсмена • Проанализировать предыдущий тренерский опыт и выявить желательные и нежелательные моменты • Демонстрировать модель поведения, связанную с принципами и ценностями чистого спорта • Изучить, как ценности чистого спорта влияют на ценности
---	---	---	---

<p>ситуациях, которые противоречат ценностям чистого спорта</p> <ul style="list-style-type: none"> • Не игнорировать ситуации, которые противоречат ценностям чистого спорта, и которые оказывают влияние на детей • Распознавать желательное и устранять нежелательное поведение у детей и персонала спортсмена, основанное на ценностно-ориентированном поведении 	<p>противоречат ценностям чистого спорта и которые оказывают влияние на юных спортсменов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Распознавать желательное и устранять нежелательное поведение у юных спортсменов и персонала спортсмена, основанное на ценностно-ориентированном поведении 	<p>ситуации, которые противоречат ценностям чистого спорта, и которые оказывают влияние на спортсменов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Распознавать желательное и устранять нежелательное поведение у спортсменов и персонала спортсмена, основанное на ценностно-ориентированном поведении 	<p>спортсмена, персонала спортсмена и других людей (например, через СМИ)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Побуждать спортсменов олицетворять ценности и принципы чистого спорта • Проанализировать предыдущий тренерский опыт, чтобы определить моменты, которые помогли спортсменам сделать выбор, соответствующий чистому спорту • Распознавать желательные и устранять нежелательные формы поведения спортсменов и персонала спортсмена
Тема: Введение в чистый спорт и антидопинговую систему			
Тренер детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Тренер в учебно-тренировочных группах	Тренер в группах спортивного совершенствования	Тренер в группах высшего спортивного мастерства
Описание темы			
Ознакомление тренеров с	Обучение тренеров вопросам	Ознакомление с	Развитие понимания, что

<p>концепцией чистого спорта и ее важностью</p>	<p>борьбы с допингом и защиты чистого спорта</p>	<p>антидопинговыми и ключевыми организациями, которые вовлечены в чистый спорт на уровне спортсменов групп спортивного совершенствования</p>	<p>такое ВАДА, Кодекс и ключевые организации, которые вовлечены в чистый спорт для спортсменов на национальном и международном уровнях</p>
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что такое чистый спорт • Организации, которые защищают чистый спорт • Знать, что тренеры и персонал спортсмена являются частью чистого спорта <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Значение чистого спорта • Важность чистого спорта для детей, тренеров и персонала спортсмена <p>Делать</p> <p>Понимать, что такое допинг и как он связан с чистым спортом</p>	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что такое чистый спорт • Определение «допинга» и «антидопинга» • Организации, которые выступают за чистый спорт • Знать, что тренеры и персонал спортсмена являются частью чистого спорта • Определить роль тренера и персонала спортсмена в чистом спорте • Знать, где можно найти всю необходимую информацию о борьбе с допингом в спорте • Побуждать персонал спортсмена быть примером для юных спортсменов 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что такое чистый спорт • Определение «допинга» и «антидопинга» • Такие организации, как НАДА, МФ, НФ и тому подобные, а также знать цели этих организаций • В каких источниках искать информацию по борьбе с допингом, включая антидопинговые правила и Список запрещенных субстанций и методов • Как определить, антидопинговые правила какой организации распространяются на вас и ваших спортсменов 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что такое чистый спорт • Определение «допинга» и «антидопинга» • Роли и обязанности ВАДА и Всемирный антидопинговый Кодекс • Что Международные стандарты, включая Список запрещенных субстанций и методов, относятся к Всемирному антидопинговому Кодексу • О существовании различных антидопинговых

	<p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как допинг противоречит ценностям чистого спорта • Как рассказать о преимуществах защиты чистого спорта • Как рассказать о роли тренера и персонала спортсмена в чистом спорте <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Предоставлять доступ к антидопинговой информации для тренеров, юных спортсменов и персонала спортсмена 	<ul style="list-style-type: none"> • Как перечислить способы, которыми тренеры и персонал спортсмена могут помочь внести вклад в чистый спорт • Каким образом на тренера могут распространяться антидопинговые правила • Кто является персоналом спортсмена на уровне групп спортивного совершенствования <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Каким образом та или иная антидопинговая организация вносит вклад в чистый спорт • Роли и обязанности антидопинговых организаций, включая обучение и тестирование • Каким образом ценности влияют на антидопинговые мероприятия и требования • Определить роль 	<p>организаций и какие функции они выполняют</p> <ul style="list-style-type: none"> • Перечислить антидопинговые мероприятия в рамках Кодекса, включая мониторинг соответствия антидопинговых организаций • В каких источниках искать информацию по борьбе с допингом, включая антидопинговые правила и Список запрещенных субстанций и методов • Как определить роль тренеров и персонала спортсмена в соответствии с Кодексом • Обязанности тренеров в соответствии с Кодексом • Определить и привести примеры персонала спортсмена <p>Понимать</p>
--	---	---	---

		<p>тренеров и персонала спортсмена в вопросах защиты чистого спорта</p> <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить, как участие в чистом спорте защищает целостность спорта • Предоставлять доступ к необходимой информации для тренеров и их спортсменов • Побуждать талантливых спортсменов и персонал спортсмена пользоваться достоверной информацией по антидопинговым мероприятиям и, при необходимости, обращаться за помощью • Доносить до спортсменов и персонала спортсмена цель антидопинговых мероприятий и системы в целом 	<ul style="list-style-type: none"> • Роль различных антидопинговых организаций и какой вклад они вносят в чистый спорт на национальном и международном уровнях • Каким образом НАДА, МФ вносят вклад в чистый спорт, включая обучение, тестирование и Терапевтическое использование (ТИ) • Каким образом ценности влияют на антидопинговые мероприятия и требования • Каким образом Всемирный антидопинговый Кодекс защищает тренеров, здоровье спортсменов, а также чистый спорт в целом • Какую роль играют антидопинговые
--	--	---	---

			<p>организации на крупных мероприятиях и других международных соревнованиях</p> <ul style="list-style-type: none"> • Антидопинговым правилам какой организации тренеры и их спортсмены подчиняются в тех или иных • обстоятельствах (т.е. дома, за границей, на крупном мероприятии и т.д.) <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Участвовать и поддерживать деятельность своей антидопинговой организации • При необходимости анализировать и использовать релевантную антидопинговую информацию • Побуждать спортсменов и персонал
--	--	--	---

			<p>спортсмена пользоваться достоверной информацией по антидопинговым мероприятиям и, при необходимости, обращаться за помощью</p> <ul style="list-style-type: none"> • Донести до спортсменов и персонала спортсмена цель антидопинговых мероприятий и системы в целом • Определить возможности участия в антидопинговой системе
Тема: Права и обязанности спортсменов, персонала спортсмена (ПС) и других групп в соответствии с Кодексом			
Тренер детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Тренер в учебно-тренировочных группах	Тренер в группах спортивного совершенствования	Тренер в группах высшего спортивного мастерства
Описание темы			
Ознакомление с темой прав и обязанностей тренеров в спорте. Развитие способности тренеров поддерживать детей в понимании их собственных	Ознакомление с темой прав и обязанностей тренеров и спортсменов на уровне клубов и спортивных сообществ. Развитие способности тренеров оказывать поддержку	Ознакомление с темой прав и обязанностей тренеров и спортсменов. Развитие способности тренеров поддерживать талантливых спортсменов, чтобы те	Ознакомление с темой прав и обязанностей тренеров, а также их спортсменов национального и международного уровней

прав и обязанностей в спорте	спортсменам в соблюдении их прав и обязанностей	понимали и выполняли свои роли и обязанности в спорте	в соответствии с Кодексом
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Права и обязанности тренеров в спорте • Права и обязанности детей в спорте • Какие подходы/правила действуют для защиты прав детей в спортивном контексте • Где можно найти дополнительную информацию/ поддержку относительно прав и обязанностей тренеров и детей • В каких ситуациях ребенок должен нести ответственность <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность выполнения обязанностей тренера • Важность знания прав детей в спортивном контексте • Последствия 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Права и обязанности тренеров в спорте • Права и обязанности юных спортсменов в спорте • Какие подходы/правила действуют для защиты прав юных спортсменов • Где можно найти дополнительную информацию/ поддержку относительно прав и обязанностей тренеров и юных спортсменов • В каких ситуациях юный спортсмен должен нести ответственность <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность выполнения обязанностей тренера • Важность знания прав юных спортсменов • Последствия невыполнения обязанностей тренера <p>Делать</p>	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Права и обязанности тренеров, персонала спортсмена и начинающих талантливых спортсменов в чистом спорте • Кто может помочь тренерам и начинающим талантливым спортсменам выполнять свои обязанности и защищать свои права в спортивном контексте • Где найти дополнительную информацию/поддержку относительно прав и обязанностей, связанных с чистым спортом • Последствия для тренеров, персонала спортсмена и спортсменов за невыполнение обязанностей, связанных с чистым спортом 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Права и обязанности, предусмотренные Кодексом для тренеров, персонала спортсмена и спортсменов • Кто может помочь тренерам и спортсменам в выполнении их обязанностей и защите их прав в соответствии с Кодексом • Где можно найти дополнительную информацию/поддержку в отношении прав и обязанностей, в соответствии с Кодексом • Последствия невыполнения обязанностей по Кодексу для тренеров и спортсменов. • Уровень

<p>невыполнения обязанностей тренера</p> <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выполнять свои тренерские обязанности • Донести до детей и персонала спортсмена их права и обязанности • Оказывать поддержку детям в выполнении их обязанностей • Предоставить детям возможность делиться информацией в случае нарушения их прав • Не игнорировать факт нарушения прав детей и поддерживать их • Предоставить детям право выбора и возможность принятия на себя ответственности 	<ul style="list-style-type: none"> • Выполнять свои тренерские обязанности • Донести до юных спортсменов и персонала спортсмена их права и обязанности • Оказывать поддержку юным спортсменам в выполнении их обязанностей • Предоставить юным спортсменам возможность делиться информацией в случае нарушения их прав • Не игнорировать факт нарушения прав юных спортсменов и поддерживать их • Предоставить юным спортсменам право выбора и возможность принятия на себя ответственности 	<p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность прав спортсменов в чистом спорте • Как права и обязанности защищают чистый спорт <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выполнять свои тренерские обязанности, связанные с чистым спортом • Поддерживать спортсменов и персонал спортсмена в выполнении их обязанностей, связанных с чистым спортом • Дать возможность спортсменам рассказывать о нарушении своих прав • Побуждать спортсменов пользоваться своими правами • Не игнорировать факт нарушения прав спортсменов и поддерживать их 	<p>спортсмена в соответствии с Кодексом, с которым работает тренер (например, национальный, международный, рекреационный)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Где спортсмены могут ознакомиться с Актом об антидопинговых правах спортсмена <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Важность прав спортсменов в чистом спорте • Как права и обязанности спортсменов, тренеров и других лиц защищают чистый спорт в соответствии с Кодексом • Какую роль играет тренер в поддержке спортсменов, а также в выполнении их прав и
--	---	---	--

		<ul style="list-style-type: none"> • Донести до спортсменов и персонала спортсмена важность выполнения их обязанностей, связанных с чистым спортом • Предоставить спортсменам право выбора и возможность принятия на себя ответственности • Применять свои права в соответствии с Кодексом 	<p>обязанностей Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выполнять свои тренерские обязанности в соответствии с Кодексом • Оказывать поддержку спортсменам и персоналу спортсмена в выполнении их обязанностей в соответствии с Кодексом • Дать возможность спортсменам рассказать о нарушении своих прав • Побуждать спортсменов пользоваться своими правами в соответствии с Кодексом • Донести до спортсменов и персонала спортсмена важность выполнения их обязанностей в соответствии с Кодексом • При необходимости
--	--	---	---

			<p>обращаться за поддержкой для выполнения своих обязанностей в соответствии с Кодексом</p> <ul style="list-style-type: none"> • Анализировать, как Акт об антидопинговых правах спортсменов применяется к спортсменам в конкретных ситуациях • Применять свои права в соответствии с Кодексом
Тема: Принцип строгой ответственности			
Тренер детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Тренер в учебно-тренировочных группах	Тренер в группах спортивного совершенствования	Тренер в группах высшего спортивного мастерства
Описание темы			
Каким образом тренер может оказывать влияние на детей на самых ранних стадиях участия в спорте. Помогать детям становиться более уверенными, побуждать их принимать правильные решения, которые идут в	Каким образом тренер может оказать влияние на спортсменов еще на уровне секций. Помогать юным спортсменам становиться более уверенными, побуждать их принимать правильные решения, которые идут в ногу	Каким образом тренер может оказать влияние на спортсменов. Развитие способности тренеров помочь спортсменам понять, что они несут ответственность за свои действия, связанные с	Ознакомление с принципом строгой ответственности и методами влияния на спортсменов национального и международного уровней

ногу с их ценностями и помогают им взять на себя ответственность за свои действия	с их ценностями и помогают им взять на себя ответственность за свои действия	чистым спортом	
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Возможность предоставления детям и молодежи выбора и способности принимать решения, в том числе в спортивном контексте • Факторы положительно и отрицательно влияющие на детей • Способы формирования у детей уверенности в том, что они могут делать выбор в соответствии со своими ценностями <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить важность предоставления детям возможности принимать решения • Объяснить важность предоставления детям права 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Способы укрепления уверенности молодежи в том, что они могут делать выбор в соответствии со своими ценностями, в том числе в спортивном контексте • Факторы положительно и отрицательно влияющие на юных спортсменов • Способы формирования у юных спортсменов уверенности в том, что они могут делать выбор в соответствии со своими ценностями <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить важность предоставления юным спортсменам возможности принимать решения • Объяснить важность развития у юных спортсменов 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ситуации, в которых спортсменам необходимо взять ответственность за свои действия, связанные с чистым спортом • Возможности для повышения ответственности спортсменов в спорте • Факторы положительно и отрицательно влияющие на спортсменов • Способы формирования у спортсменов уверенности в том, что они могут делать выбор в соответствии со своими ценностями <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как донести талантливый спортсменам 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Знать определение понятия строгой ответственности • Положительные и отрицательные факторы влияния на спортсменов национального и международного уровней <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Примеры применения принципа строгой ответственности • Почему следование принципу строгой ответственности важно для чистого спорта • Роль, ответственность и влияние тренеров и персонала спортсмена на применение принципа строгой ответственности

<p>выбора и возможности принятия на себя ответственности за свои действия</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить детям, что значит брать на себя ответственность за свои действия • Рассказать, как укрепление уверенности и расширение прав и возможностей детей способствует развитию их способности принимать решения • Рассказать, как ценности и влияние сверстников и персонала спортсмена оказывают влияние на детей в принятии решений <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Информировать детей и молодежь о смысле и важности принятия ответственности за свои действия, в том числе в 	<p>способности брать на себя ответственность за свои действия</p> <ul style="list-style-type: none"> • Рассказать юным спортсменам, что значит быть ответственными за свои действия в спорте • Рассказать, как обретение уверенности способствует развитию у юных спортсменов способности принимать решения • Рассказать, как ценности и влияние сверстников или персонала спортсмена оказывают влияние на юных спортсменов в принятии решений <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Информировать молодежь о смысле и важности принятия ответственности за свои действия, в том числе в спортивном контексте • Поддерживать юных 	<p>важность принятия ответственности за свои действия в спорте и как это относится к концепции чистого спорта</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как уверенность в себе помогает в принятии решений • Как рассказать о влиянии сверстников и персонала спортсмена на принятие решений <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Описать, почему начинающим талантливым спортсменам важно нести ответственность за свои действия в спорте и как это связано с чистым спортом • Знать, кто несет ответственность за те или иные действия в чистом спорте • Объяснить спортсменам, что они несут полную ответственность за свои действия в спорте, и 	<p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Рассказать спортсменам о важности принципа строго ответственности • Побуждать спортсменов брать ответственность за свои действия • Побуждать спортсменов тщательно анализировать информацию и советы, которые дают сверстники, персонал спортсмена и внешние источники. • Объяснить спортсменам, почему задавать вопросы – это хорошо, а также важность изучения информации о том или ином препарате или пищевой добавки перед его употреблением • Изучить, как
--	--	--	--

<p>спортивном контексте</p> <ul style="list-style-type: none"> • Поддерживать детей в принятии ответственности за свои действия • Объяснить детям, почему задавать вопросы — это хорошо • Поддерживать детей в выполнении обязанностей • Расширить возможности детей по выявлению негативных влияний, которые могут повлиять на принятие решений • Предоставить детям право принятия ответственности за свой выбор • Возращать в детях уверенность в своих силах • Проанализировать перспективный план тренировок на год, чтобы определить, что поспособствует развитию у детей уверенности и 	<p>спортсменов в принятии ответственности за свои действия</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить юным спортсменам, почему задавать вопросы — это хорошо • Дать возможность юным спортсменам принимать обоснованные решения, которые соответствуют их ценностям • Расширить возможности молодежи по выявлению негативных влияний, которые могут повлиять на принятие решений • Предоставить юным спортсменам право принятия ответственности за свой выбор • Возращать в юных спортсменах уверенность в своих силах • Проанализировать перспективный план тренировок на год, чтобы определить, что поспособствует развитию у 	<p>как это связано с чистым спортом</p> <ul style="list-style-type: none"> • Дать возможность талантливым спортсменам принимать решения, которые соответствуют ценностям, связанным с чистым спортом • Побуждать спортсменов тщательно анализировать информацию и советы, которые дают сверстники, персонал спортсмена и внешние источники • Объяснить талантливым спортсменам, почему задавать вопросы — это хорошо, а также важность изучения информации о том или ином препарате или пищевой добавки перед его употреблением • Проанализировать перспективный план тренировок на год, чтобы 	<p>тренеры могут оказать положительное влияние на способность спортсменов в принятии решений</p> <ul style="list-style-type: none"> • Проанализировать, как принцип строгой ответственности применяется в различных спортивных ситуациях
--	---	--	---

способности принимать решения	юных спортсменов уверенности и способности принимать решения	определить, что поспособствует развитию у спортсменов уверенности и способности принимать решения <ul style="list-style-type: none"> Изучить, как тренеры могут оказать положительное влияние на способность спортсменов принимать решения 	
Тема: Нарушения антидопинговых правил (НАДП)			
Тренер детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Тренер в учебно-тренировочных группах	Тренер в группах спортивного совершенствования	Тренер в группах высшего спортивного мастерства
Описание темы			
Развитие способности тренеров доносить до детей важность АДП на ранних этапах в спорте	Разъяснение важности правил в контексте тренерской деятельности в спортивных сообществах. Знакомство с АДП как частью спортивных правил	Ознакомление с антидопинговыми правилами, и с тем, как они защищают чистый спорт. Развитие способности тренеров поддерживать спортсменов в понимании и соблюдении правил в спорте и антидопинговых правил	Ознакомление с НАДП, санкциями и к кому они применяются
Знать <ul style="list-style-type: none"> Список правил в рамках спортивного 	Знать <ul style="list-style-type: none"> Список правил для тренеров и юных спортсменов 	Знать <ul style="list-style-type: none"> Список правил для тренеров и спортсменов в 	Знать <ul style="list-style-type: none"> Знать 11 антидопинговых правил

<p>контекста</p> <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Почему правила в спорте важны для детей и молодежи и как они связаны со справедливостью, безопасностью и весельем • Последствия нарушения правил в спорте <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Соблюдать правила в рамках тренерского контекста • Рассказывать о правилах спортсменам • Донести до спортсменов важность и ценность соблюдения правил • Побуждать спортсменов следовать правилам • Разработать вместе со спортсменами план последовательных действий в случае нарушения антидопинговых правил 	<p>в рамках спортивного контекста</p> <ul style="list-style-type: none"> • О ряде антидопинговых нарушений, которые касаются как спортсменов, так и тренеров <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Почему правила важны в контексте тренерской деятельности • Знать последствия нарушения правил как юными спортсменами, так и тренерами • Почему существуют антидопинговые правила <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Соблюдать правила в рамках тренерского контекста • Рассказывать о правилах спортсменам • Донести до спортсменов важность и ценность соблюдения правил • Побуждать спортсменов следовать правилам • Разработать вместе со 	<p>рамках спортивного контекста</p> <ul style="list-style-type: none"> • Знать антидопинговые правила как для спортсмена, так и для персонала спортсмена • Знать какие антидопинговые правила относятся к тренерам и персоналу спортсмена • Знать, где найти достоверную информацию на тему антидопинговых правил <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как антидопинговые правила защищают спорт • Почему антидопинговые правила распространяются также на персонал спортсмена <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Рассказать, почему в спорте существуют правила, включая антидопинговые правила • Соблюдать правила в 	<ul style="list-style-type: none"> • Перечислить санкции, связанные с нарушениями антидопинговых правил как для спортсменов, так и для персонала спортсмена • Определить, какие санкции относятся к персоналу спортсмена • Определите какие санкции действуют для команд в случае нарушения антидопинговых правил <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Каждое из 11 нарушений и их последствия • Как 11 АДП защищают спортсменов, персонал спортсмена и чистый спорт • Как санкции могут повлиять на тренерскую карьеру <p>Делать</p>
---	---	---	---

	спортсменами план последовательных действий в случае нарушения антидопинговых правил	контексте своей тренерской деятельности, включая антидопинговые правила <ul style="list-style-type: none"> • Помочь спортсменам понять важность существования правил в спорте • Побуждать спортсменов и персонала спортсмена соблюдать антидопинговые правила 	<ul style="list-style-type: none"> • Соблюдать антидопинговые правила • Знать, в каких случаях применяются антидопинговые правила • Анализировать предыдущие случаи применения НАДП для персонала спортсмена • Объяснить спортсменам и его персоналу каждое из 11 АДП и последствия его нарушения • Побуждать спортсмена и его персонал соблюдать антидопинговые правила
Тема: Последствия допинга, например, для физического и ментального здоровья, социальные и экономические последствия, санкции			
Тренер детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Тренер в учебно-тренировочных группах	Тренер в группах спортивного совершенствования	Тренер в группах высшего спортивного мастерства
Описание темы			
Ознакомление с периодами уязвимости и последствиями применения допинга как для	Обсуждение здоровых привычек и безопасности в спорте и развитие способности	Ознакомление с периодами уязвимости и последствиями допинга как	Ознакомление с периодами уязвимости и последствиями допинга

<p>спортсменов, так и для тренеров. Развитие у спортсменов способности справляться с давлением, а у тренеров — поддерживать своих спортсменов в периоды уязвимости</p>	<p>тренеров помогать детям и молодежи формировать здоровый, сбалансированный образ жизни</p>	<p>для спортсменов, так для тренеров. Развитие способности справляться с давлением и поддерживать спортсменов в уязвимые моменты</p>	<p>как для спортсменов, так для тренеров. Знать о влиянии допинга и о том, как помочь спортсмену и персоналу спортсмена</p>
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Какие детские привычки являются здоровыми • Правила безопасности в спорте • Каким образом обеспечить детям физическое и психологическое здоровье • Пути защиты безопасности детей <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обсудите важность формирования здоровых привычек у детей • (например, отдых, сон, физические упражнения, гигиена) • Обсудите важность соблюдения правил 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Какие привычки юных спортсменов являются здоровыми • Правила безопасности в спорте • Каким образом обеспечить юным спортсменам физическое и психологическое здоровье • Пути защиты безопасности юных спортсменов <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обсудите важность формирования здоровых привычек у юных спортсменов (т.е. отдых, сон, физические упражнения, гигиена и т.д.) 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Каким образом допинг наносит вред организму и как противоречит духу спорта • Личные и профессиональные последствия применения допинга для тренеров и начинающих талантливых спортсменов • Периоды уязвимости как для тренеров, так и для талантливых спортсменов, а также факторы риска употребления допинга • Стратегии укрепления физического и психического здоровья и предотвращения 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Каким образом использование допинга вредит здоровью и противоречит ценностям, связанным с чистым спортом • Периоды уязвимости тренеров и спортсменов, а также факторы риска применения допинга • Признаки и симптомы, которые указываются на использование спортсменами допинга • Личные и профессиональные последствия применения

<p>безопасности</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определите факторы, способствующие нездоровому и небезопасному поведению детей <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Практиковать безопасное поведение • Моделировать здоровые привычки у детей • Побуждать детей придерживаться безопасного и здорового поведения • Соблюдать правила безопасности как детям, так и тренерам • Побуждать детей при необходимости обращаться за помощью • Подчеркивать персоналу спортсмена важность здоровья и безопасности • Предоставлять детям время для отдыха, восстановления и объяснять 	<ul style="list-style-type: none"> • Обсудите важность соблюдения правил безопасности • Опишите факторы, способствующие нездоровому и небезопасному поведению юных спортсменов <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Практиковать безопасное поведение • Моделировать здоровые привычки для юных спортсменов • Побуждать юных спортсменов придерживаться безопасного и здорового поведения • Ответственно относиться к правилам безопасности юных спортсменов • Предоставлять юным спортсменам возможность при необходимости обратиться за помощью • Подчеркивать персоналу спортсмена важность здоровья 	<p>употребления допинга как для тренеров, так и для талантливых спортсменов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Каким образом допинг влияет на спортсменов и его персонал • Куда тренеры и талантливые спортсмены могут обратиться за помощью в периоды уязвимости <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обсуждать важность поддержки психического и физического здоровья в спорте как для тренеров, так и для начинающих талантливых спортсменов • Обсуждать стратегии управления стрессом как тренеров, так и спортсменов • Объяснять последствия употребления психоактивных веществ как для спортсменов, так и для тренеров • Описывать факторы, 	<p>допинга для тренеров и спортсменов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Последствия применения допинга для команд • Каким образом обеспечить тренерам и спортсменам физическое и психическое здоровье, а также определить пути предотвращения употребления допинга • Куда тренеры и спортсмены могут обратиться за помощью в периоды уязвимости <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Описать ситуации, в которых спортсмены и тренеры особенно уязвимыми • Сравнить последствия применения допинга с преимуществами чистой спортивной карьеры как для тренеров, так и для
--	--	--	--

<p>важность правильного питания</p> <ul style="list-style-type: none"> • Поощрять детей находить баланс между школой, спортом и отдыхом 	<p>и безопасности</p> <ul style="list-style-type: none"> • Предоставлять время для отдыха, восстановления и правильного питания • Поощрять юных спортсменов заниматься другими видами спорта/активностями и избегать фиксации на чем-то одном 	<p>способствующие нездоровому и небезопасному поведению талантливых спортсменов</p> <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спланировать личные стратегии развития физического и психического здоровья • Спланировать стратегии развития физического и психического здоровья спортсменов • Планировать такие тренировки, которые не нанесут вред здоровью спортсмена • Определять, каким образом помочь тем спортсменам, которые склонны к употреблению допинга • Поддерживать спортсменов в периоды уязвимости • Побуждать 	<p>спортсменов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить и обсудить личные и профессиональные последствия применения допинга как для тренеров, так и для спортсменов • Выяснить, каким образом можно определить моменты уязвимости, в которых спортсмен может прибегнуть к допингу • Объяснить, каким образом допинг может повлиять на спортсменов и на персонал спортсмена <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спланировать личные стратегии развития физического и психического здоровья • Совместно со спортсменами спланировать стратегии по укреплению
--	---	---	---

		<p>спортсменов обращаться за помощью в моменты уязвимости</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обсуждать со спортсменами и персоналом спортсмена последствия нарушения антидопинговых правил, включая использование субстанций, вызывающих зависимость 	<p>физического и психического здоровья и по предотвращению применения допинга</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спланировать стратегии развития физического и психического здоровья талантливых спортсменов • Поддерживать спортсменов в периоды уязвимости • Побуждать спортсменов обращаться за помощью в моменты уязвимости • Обсуждать со спортсменами и персоналом спортсмена последствия нарушения антидопинговых правил и употребления запрещенных субстанций и методов • Определять, каким образом помочь тем спортсменам, которые
--	--	---	--

			<p>склонны к употреблению допинга</p> <ul style="list-style-type: none"> • Проанализировать предыдущие случаи применения допинга и проанализировать их последствия • Связываться с персоналом спортсмена, если тренер заметил подозрительное поведение со стороны спортсмена
Тема: Субстанции и методы, включенные в Запрещенный список			
Тренер детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Тренер в учебно-тренировочных группах	Тренер в группах спортивного совершенствования	Тренер в группах высшего спортивного мастерства
Описание темы			
	Ознакомление тренеров с субстанциями и методами, запрещенными в спорте	Ознакомление со Списком запрещенных субстанций и методов, с его содержанием, почему он важен и как его использовать	Ознакомление со Списком запрещенных субстанций и методов, с его содержанием, почему он важен и как его использовать
	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Знать, какие субстанции и методы запрещены в спорте 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Знать, что существуют некоторые виды субстанций 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Где найти список • Определение

	<ul style="list-style-type: none"> • Знать, где можно найти дополнительную информацию о запрещенных субстанциях и методах <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснять, почему некоторые субстанции и методы запрещены в спорте 	<p>и методов, которые запрещены в спорте</p> <ul style="list-style-type: none"> • Знать, как пользоваться Списком и где его можно найти • Знать, какие субстанции приводят к привыканию • Знать, когда обновляется Список • Знать, что персонал спортсмена также несет ответственность за использование запрещенных субстанций или методов без оправданных медицинских оснований • Знать, где можно получить дополнительную информацию о Списке запрещенных субстанций и методов <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Знать, почему некоторые субстанции и методы запрещены в спорте 	<p>особых и не особых субстанций</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определение субстанций, вызывающих зависимость и примеры таких субстанций • Когда обновляется Список и вступает в силу новая версия Списка • Иметь в виду, что персонал спортсмена также несет ответственность за использование, хранение запрещенных субстанций или методов без оправданных медицинских оснований • Знать, что существуют субстанции, которые запрещены только при определенных пороговых значениях • Где можно получить
--	--	---	--

		<ul style="list-style-type: none"> • Знать, как определить, содержит ли лекарство запрещенные вещества • Привести примеры классов веществ и методов, запрещенных в спорте • Привести примеры веществ, вызывающих зависимость <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Перед применением того или иного лекарства обратиться к Списку запрещенных веществ и методов • Напоминать и помогать спортсменам консультироваться со Списком • Донести до спортсменов и персонала спортсмена важность использования Списка 	<p>дополнительную информацию о списке запрещенных веществ и методов</p> <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Знать, почему некоторые вещества и методы запрещены в спорте • Различать классы, включенные в Список, в том числе вещества, запрещенные постоянно, вещества, запрещенные только в соревновательный период или в определенных видах спорта • Объяснить, как определить, содержит ли лекарство запрещенные вещества или нет • Рассказать спортсменам о важности обращения к Списку перед применением того или иного лекарства, в
--	--	--	--

			<p>том числе и за границей</p> <ul style="list-style-type: none">• Объяснить критерии для включения в Список той или иной субстанции <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none">• Перед применением того или иного лекарства использовать Список запрещенных субстанций и методов• Использовать Список для проверки запрещенных субстанций и методов как в соревновательный, так и во внесоревновательный периоды• Ежегодно проверяйте Список на предмет изменений и сравнивайте с используемыми препаратами• Предупредите медицинский персонал о необходимости
--	--	--	---

			использования Списка перед назначением лечения спортсменам <ul style="list-style-type: none"> • При необходимости оказывать спортсменам помощь в получении доступа к Списку • Расскажите спортсменам и персоналу спортсмена о важности использования Списка
Тема: Использование лекарств и Разрешение на терапевтическое использование (ТИ)			
Тренер детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Тренер в учебно-тренировочных группах	Тренер в группах спортивного совершенствования	Тренер в группах высшего спортивного мастерства
Описание темы			
Обучение детских тренеров безопасному подходу к применению препаратов в спорте	Обучение тренеров основам правильного использования препаратов в спорте	Обучение тренеров правильному использованию лекарственных препаратов в спорте, а также развитие способности оказывать поддержку талантливым спортсменам в случае необходимости медикаментозного лечения	Обучение тренеров процедуре выдачи разрешения на ТИ и тому, как оказать поддержку спортсменам в процессе получения разрешения на ТИ
Знать	Знать	Знать	Знать

<ul style="list-style-type: none"> • Как определить, что лекарства содержат субстанции, которые запрещены в спорте • Каким образом спортсмены при наличии медицинских показаний могут принимать лекарства, содержащие запрещенные субстанции <p>Где найти дополнительную информацию, если спортсмену необходимо принимать лекарство, которое содержит запрещенную субстанцию</p> <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Когда и почему те или иные лекарства могут быть использованы в спорте, и какие могут быть последствия для чистого спорта • Рассказать, почему некоторые ингредиенты лекарств запрещены в спорте • Рассказать о рисках 	<ul style="list-style-type: none"> • Как определить, что лекарства содержат субстанции, запрещенные в спорте • Знать, где спортсмен может найти больше информации при необходимости принять лекарство, содержащее запрещенную субстанцию • Знать, кто отвечает за назначение лекарств юным спортсменам <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Когда и почему те или иные лекарства могут быть использованы в спорте • Рассказать, почему некоторые ингредиенты лекарств запрещены в спорте • Расскажите юным спортсменам о мерах предосторожности перед применением того или иного лекарства (например, чрезмерное использование, неправильный прием и т.д.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Как определить, что лекарства содержат субстанции, которые запрещены в спорте • Каким образом спортсмены при наличии медицинских показаний могут принимать лекарства, содержащие запрещенные субстанции • Где найти дополнительную информацию, если спортсмену необходимо принимать лекарство, которое содержит запрещенную субстанцию <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Когда и почему те или иные лекарства могут быть использованы в спорте, и какие могут быть последствия для чистого спорта • Рассказать, почему некоторые ингредиенты лекарств запрещены в 	<ul style="list-style-type: none"> • Что такое разрешение на Терапевтическое Использование (ТИ) • Когда следует подавать запрос на ТИ • Критерии для получения разрешения на ТИ • Медицинских специалистов, которые могут помочь с запросом на получение разрешения на ТИ • Где найти срок действия разрешения на ТИ и что делать, если срок действия разрешения на ТИ уже истек • Знать, в какую организацию спортсмен должен обратиться за разрешением на ТИ при различных обстоятельствах <p>Понимать</p>
---	---	---	---

<p>неправильного использования лекарств</p> <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Если спортсмену необходимо использовать лекарство, содержащее запрещенную субстанцию, рассказать, в какую Антидопинговую организацию (АДО) он должен обратиться • Объяснять спортсменам о необходимости сообщать медперсоналу о том, что они должны соблюдать антидопинговые правила и Список запрещенных субстанций и методов 	<p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Рассказать юным спортсменам и персоналу спортсмена (родителям) о важности соблюдения безопасности, связанной с использованием лекарств в спорте • В случае необходимости медикаментозного лечения, направить спортсмена к соответствующему специалисту 	<p>спорте</p> <ul style="list-style-type: none"> • Рассказать о рисках неправильного использования лекарств <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Если спортсмену необходимо использовать лекарство, содержащее запрещенную субстанцию, рассказать, в какую Антидопинговую организацию (АДО) он должен обратиться • Объяснять спортсменам о необходимости сообщать медперсоналу о том, что они должны соблюдать антидопинговые правила и Список запрещенных субстанций и методов 	<ul style="list-style-type: none"> • Описать процесс получения разрешения на ТИ • Объяснить обстоятельства, при которых спортсмен может подать заявку на ретроактивное разрешение на ТИ • Объяснить, при каких обстоятельствах спортсмен может обжаловать решение о выдаче разрешения на ТИ • Обсудить риски неправильного использования препаратов • Объясните какова цель получения ТИ <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Рассказать спортсменам, когда и почему следует подавать запрос на получение разрешения на ТИ • Узнайте, когда
--	--	---	---

			<p>спортсменам следует подавать запрос на ТИ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Помочь спортсменам выяснить у соответствующего АДО, нужно ли им подавать запрос на ТИ перед использованием препарата, содержащего запрещенную субстанцию • Оказывать поддержку спортсменам в процессе подачи заявки на разрешение на ТИ • Объяснять спортсменам о необходимости сообщать медперсоналу о том, что они должны соблюдать антидопинговые правила и Список запрещенных субстанций и методов • Объяснять спортсменам о необходимости спрашивать у
--	--	--	---

			<p>медицинских работников о необходимости получения разрешения на ТИ до получения медицинской помощи</p> <ul style="list-style-type: none"> • Напоминать спортсменам о • необходимости проверять срок действия разрешения на ТИ
Тема: Риск использования БАД			
Тренер детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Тренер в учебно-тренировочных группах	Тренер в группах спортивного совершенствования	Тренер в группах высшего спортивного мастерства
Описание темы			
Обучение тренеров принципам здорового питания детей, занимающихся спортом, знакомство с пищевыми добавками и рисками их использования для несовершеннолетних	Обучение тренеров принципам здорового питания детей, занимающихся спортом, знакомство с пищевыми добавками и рисками их использования для несовершеннолетних	Обучение тренеров принципам здорового питания спортсменов, знакомство с пищевыми добавками и рисками их использования в спорте. Развитие их способности основываться в первую очередь на правильном питании, а также способности определять ранние этапы развития	Обучение тренеров рискам, связанным с использованием добавок в спорте, и продвижению подхода, основанного на приоритете питания, а также развитие их способности определять, подвержены ли спортсмены риску развития вредных пищевых привычек

		вредных пищевых привычек у спортсменов	
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Назвать возможные варианты здорового меню для детей, занимающихся спортом • Привести примеры биологически активных добавок • Определить уровень опасности БАД для детей • Принять во внимание тот факт, что акцент должен быть в первую очередь на сбалансированном питании • Знать, где можно найти дополнительную информацию о БАД и принципах здорового питания <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Рассказать о необходимости сбалансированного питания у детей • Рассказать о важности 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Назвать возможные варианты здорового меню для юных спортсменов • Перечислить примеры здорового питания для спортсменов • Привести примеры БАД определить, каким образом добавки могут причинять вред спортсменам • Принять во внимание тот факт, что акцент должен быть в первую очередь на сбалансированном питании • Знать, где можно найти дополнительную информацию о БАД и принципах здорового питания <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Рассказать юным спортсменам о необходимости сбалансированного питания • Расскажите, каким образом сбалансированная 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определение и примеры макро- и микронутриентов • Примеры источников пищи, которые могут поддерживать работоспособность • Принципы спортивного питания • Примеры БАД • Что такое добавки и почему их используют • Перечислите риски, связанные с использованием добавок • Где можно найти больше информации о добавках и спортивном питании • Способы управления рисками, которые связаны с использованием добавок • Виды нездорового 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определение и примеры макро- и микронутриентов • Основные принципы спортивного питания • Продукты, которые помогут восполнить энергию и окажут влияние на спортивные показатели • Примеры БАД • Что такое БАД и когда спортсмены могут прибегать к их использованию • Какие продукты могут стать альтернативой БАД • Где можно найти дополнительную информацию о БАД и спортивном питании • Что БАД могут

<p>формирования у детей здоровой модели питания</p> <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Побуждать детей придерживаться здорового питания • Составить план здорового питания для детей 	<p>диета и правильный режим питания могут повлиять на спортивные результаты</p> <ul style="list-style-type: none"> • Рассказать о важности формирования у юных спортсменов здоровой модели питания • Рассказать о рисках применения БАД <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Побуждать юных спортсменов придерживаться здорового питания • Составить план здорового питания для юных спортсменов • Показать юным спортсменам, каким образом спортсмен может придерживаться здорового питания • Советуйте спортсменам обращаться к врачу спортивной медицины перед употреблением БАД 	<p>питания у талантливых спортсменов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Факторы, способствующие нездоровому питанию у спортсменов <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить основные преимущества макро- и микронутриентов и какое влияние они оказывают на спортивные результаты • Рассказать о разнице между пищевыми продуктами и БАД • Объяснить, каким образом питание влияет на спортивные результаты • Уметь определять первые признаки того, что спортсмен рискует и практикует нездоровое питание • Определить, как действовать, если спортсмен рискует и практикует нездоровое 	<p>стать причиной непреднамеренного применения допинга</p> <ul style="list-style-type: none"> • Факторы, способствующие нездоровому питанию спортсменов <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить основные преимущества макро- и микронутриентов и какое влияние они оказывают на спортивные результаты • Рассказать о разнице между пищевыми продуктами и БАД • Рассказать о риске применения БАД для спортсменов • Описать пути управления рисками, связанных с БАД • Рассказать о разнице между
---	--	--	--

		<p>питание</p> <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Анализировать и сравнивать продукты питания и добавки, а также оценивать риски и преимущества • Анализировать информацию, заявленную на этикетке пищевых продуктов и БАД • Отдавать предпочтение пищевым продуктам, а не БАД • Пропагандировать здоровое правильное питание, выбор продуктов питания вместо БАД среди спортсменов и персонала спортсмена (т.е. родители, инструкторы, медицинский персонал) • Помогать спортсменам в принятии правильных решений в отношении питания • Советуйте 	<p>лекарственными препаратами и БАД</p> <ul style="list-style-type: none"> • Рассказать, что такое "проверенная партия" БАД • Уметь определять признаки того, что спортсмен находится в группе риска и неправильно питается • Определить, как действовать в случае, если спортсмен подвергается риску и питается неправильно <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Анализировать привычки питания, рассказывать о разнице между пищевыми продуктами и БАД, оценивать все риски, связанные с БАД • Анализировать информацию, заявленную на этикетке продуктов и БАД
--	--	---	---

		<p>спортсменам обращаться к своему врачу спортивной медицины, прежде чем принимать БАД</p> <ul style="list-style-type: none"> • Вместе со спортсменами написать план управления рисками, связанными с использованием БАД • Обращайтесь за профессиональным советом, при наличии признаков нездорового питания у спортсменов • Поддерживайте спортсменов в разработке планов питания, которые будут соответствовать принципам здорового и спортивного питания 	<ul style="list-style-type: none"> • Отдавать предпочтение пищевым продуктам, а не БАД • Пропагандировать здоровое правильное питание среди спортсменов и его персонала • Помогать спортсменам в принятии правильных решений в отношении питания • Консультировать спортсменов о том, как принимать взвешенные решения о добавках • Побуждать спортсменов обращаться к своему врачу спортивной медицины, прежде чем принимать БАД • Вместе со спортсменами написать план управления рисками, связанными с БАД
--	--	---	---

			<ul style="list-style-type: none"> • Обращайтесь за профессиональным советом, при наличии признаков нездорового питания у спортсменов • Поддерживайте спортсменов в разработке планов питания, которые будут соответствовать принципам здорового и спортивного питания
Тема: Процедуры тестирования, включая процедуры отбора проб мочи, крови и Биологический паспорт спортсмена (БПС)			
Тренер детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Тренер в учебно-тренировочных группах	Тренер в группах спортивного совершенствования	Тренер в группах высшего спортивного мастерства
Описание темы			
	Обучение тренеров по вопросам тестирования в спорте	Обучение тренеров основам процедуры допинг-контроля, ее важности и тому, как действовать в качестве представителя спортсмена в рамках данной процедуры	Обучение тренеров основам процедуры допинг-контроля (включая БПС), ее важности и тому, как действовать в качестве представителя спортсмена в рамках данной процедуры
	Знать	Знать	Знать

	<ul style="list-style-type: none"> • Знать, что любой спортсмен может быть протестирован в любое время и в любом месте • Знать, что тестирование спортсменов проводится с целью защиты чистого спорта 	<ul style="list-style-type: none"> • Знать, что процедура допинг-контроля включает в себя процедуру сдачи пробы мочи или крови, либо же одновременно и мочи, и крови • Основные этапы процедуры допинг-контроля • Перечислить права и обязанности спортсменов в рамках процедуры допинг-контроля • Знать, кто, когда и где может быть протестирован • Знать, что такое пункт допинг-контроля и протокол допинг-контроля • Знать их роль в качестве представителя спортсмена • Назвать людей, участвующих в процессе тестирования • Знать, может ли спортсмен претендовать на модификацию процедуры 	<ul style="list-style-type: none"> • Основные этапы процедуры допинг-контроля • Какие спортсмены могут быть протестированы, когда и где • Какая организация может проводить тестирование, когда и где • Что такое соревновательный и внесоревновательный периоды • Каким образом спортсмена отбирают для прохождения процедуры допинг-контроля • Знать свою роль в качестве представителя спортсмена <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить, как тестирование спортсменов защищает чистый спорт • Знать, что такое
--	---	--	---

		<p>тестирования</p> <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить, как тестирование спортсменов защищает чистый спорт • Объяснить, кто такие шапероны, ОДК и ОСК и чем они занимаются • Описать роль представителя спортсмена <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Быть представителем спортсмена в ходе процедуры допинг-контроля (ПДК) • Оказывать поддержку спортсменам в ходе ПДК • Знать, что ваш спортсмен может быть протестирован в любое время и <ul style="list-style-type: none"> • в любом месте • Рекомендовать спортсменам проходить ПДК с представителем • Рекомендовать спортсменам не уклоняться 	<p>пункт и протокол допинг-контроля</p> <ul style="list-style-type: none"> • Перечислить права и обязанности спортсменов в процессе процедуры допинг-контроля • Рассказать о БПС • Объяснить, кто такие шапероны, ОДК и ОСК и что они делают • Описать любые утвержденные изменения в процессе тестирования, которые могут коснуться спортсменов • Описать роль представителя спортсмена <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Быть представителем спортсмена в ходе процедуры допинг-контроля (ПДК) • Оказывать поддержку спортсменам
--	--	--	---

		от процедуры допинг-контроля	<p>в ходе ПДК</p> <ul style="list-style-type: none"> • Побуждать спортсменов пользоваться своими правами в ходе ПДК • Поддерживать спортсменов выполнять свои обязанности в ходе ПДК • Знать, что процедура допинг-контроля проводится с целью защиты чистого спорта • Побуждать спортсменов проходить ПДК с представителем • Побуждать спортсменов не уклоняться от процедуры допинг-контроля
Тема: Сообща о допинге			
Тренер детей и молодежи (Группы начальной подготовки)	Тренер в учебно-тренировочных группах	Тренер в группах спортивного совершенствования	Тренер в группах высшего спортивного мастерства
Описание темы			
Ознакомление с концепцией	Ознакомление с концепцией	Обучение тренеров тому,	Ознакомление с

<p>"Сообщи о допинге" с целью понимания, каким образом действовать в случае неэтичного и небезопасного поведения спортсмена. Укрепление доверия детей и создание благоприятной среды, позволяющей детям сообщать о неэтичном и небезопасном поведении</p>	<p>"Сообщи о допинге" с целью понимания, каким образом действовать в случае неэтичного и небезопасного поведения спортсмена. Укрепление доверия детей и создание благоприятной среды, позволяющей юным спортсменам сообщать о неэтичном и небезопасном поведении</p>	<p>как сообщать о подозрениях в употреблении допинга и как поддерживать и поощрять начинающих талантливых спортсменов делиться своими опасениями</p>	<p>официальными источниками, где можно сообщить о допинге, а также с тем, как поддерживать и поощрять спортсменов сообщать о подозрениях в употреблении допинга</p>
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Перечислите ситуации в спорте, когда необходимо сообщить о допинге • Перечислите способы формирования у детей уверенности в том, что они могут сообщить о допинге • Определить, как создать благоприятную, позитивную среду для детей, способствующую открытому общению • Определить, к кому следует обращаться, если есть опасения по поводу 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Перечислить ситуации в спорте, когда важно сообщить о допинге • Перечислить способы формирования у юных спортсменов уверенности в том, что они могут сообщить о допинге • Определить, как создать благоприятную, позитивную среду для юных спортсменов, способствующую открытому общению • Определить, к кому следует обращаться, если есть 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Перечислить ситуации в спорте, когда важно сообщить о допинге, в том числе при подозрении в нарушении антидопинговых правил • Определить, как создать благоприятную, позитивную среду для спортсменов, способствующую открытому общению • Определить, к кому следует обращаться если есть опасения по поводу 	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Перечислить ситуации в спорте, когда важно сообщить о допинге, в том числе при подозрении на допинг • Определить куда и кому сообщать о допинге • Описать, как НАДА, МФ и ВАДА собирают информацию и проводят расследования • Определить, как создать благоприятную, позитивную среду для спортсменов,

<p>благополучия ребенка</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определить позитивные стратегии общения с детьми и персоналом спортсмена (например, помощниками тренера, родителями) • Определить способы поддержки детей в выражении своих ощущений <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить важность формирования у детей уверенности в том, что они могут сообщать о допинге • Объяснить важность создания благоприятной, позитивной среды для детей, способствующей открытому общению • Описать шаги, которые следует предпринять, когда ребенок делится своими опасениями • Объяснить важность выражения беспокойства по поводу благополучия 	<p>опасения по поводу благосостояния юного спортсмена</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определить стратегии общения с юными спортсменами и персоналом спортсмена • Определить способы поддержки юных спортсменов в выражении своих ощущений <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объясните важность формирования у молодых спортсменов уверенности в том, что они могут сообщать о допинге • Объяснить важность создания благоприятной, позитивной среды для молодых спортсменов, способствующей открытому общению • Описать шаги, которые следует предпринять, когда спортсмен делится своими проблемами • Определить, куда и кому 	<p>благополучия спортсмена</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определить стратегии общения с спортсменами и персоналом спортсмена (например, помощниками тренеров, родителями, тренерами, медицинскими работниками) • Определить, куда и кому следует сообщать о подозрениях в применении допинга <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить, как сообщить о применении допинга в ВАДА, НАДА или МФ • Объяснить важность создания благоприятной, позитивной среды для спортсменов, способствующей открытому общению • Описать шаги, которые следует предпринять, когда спортсмен делится своими 	<p>способствующую открытому общению</p> <p>Понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить, как сообщить о допинге в ВАДА, НАДА или МФ • Различать кто информатор, а кто осведомитель • Объяснить, как сообщение о допинге защищает чистый спорт • Обсудить последствия и влияние высказываний о допинге • Объяснить важность создания благоприятной, позитивной среды для спортсменов, способствующую открытому общению <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определить ситуации, в которых необходимо сообщить о допинге в целях защиты
---	--	---	---

<p>ребенка</p> <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить важность формирования у детей уверенности в том, что они могут сообщать о допинге • Обсудить с детьми ситуации, в которых стоит сообщить о допинге • Объясните детям, кому они могут рассказать о допинге • Дать детям возможность выразить свои чувства • Дать детям возможность при необходимости обращаться за поддержкой, • Определить ситуации, в которых необходимо сообщить о допинге в целях защиты благополучия ребенка • Выражать беспокойство по поводу благополучия ребенка. 	<p>следует сообщать о подозрениях в применении допинга</p> <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Укреплять уверенность юных спортсменов в том, что они могут сообщать о допинге • Обсудить с юными спортсменами ситуации, в которых необходимо сообщать о допинге • Обсудить с юными спортсменами, кому они могут сообщить о допинге • Дать возможность юным спортсменам выражать свои чувства • При необходимости, оказывать юным спортсменам поддержку • Определить ситуации, в которых необходимо сообщить о допинге в целях защиты благополучия юного спортсмена • Выражать беспокойство по поводу благополучия юного 	<p>опасениями</p> <ul style="list-style-type: none"> • Объяснить важность ситуаций, в которых необходимо сообщить о допинге в целях защиты благополучия спортсмена • Рассказать о важности сообщения о применении допинга • Объяснить, как сообщение о допинге защищает чистый спорт <p>Делать</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определить ситуации, в которых необходимо сообщить о допинге в целях защиты благополучия спортсмена • Высказывать озабоченность по поводу небезопасного или неэтичного поведения, включая • использование допинга • Использовать официальные источники 	<p>чистого спорта</p> <ul style="list-style-type: none"> • Использовать официальные источники ВАДА или НАДА, чтобы сообщить о допинге • Проанализировать предыдущие случаи сообщений о допинге, НАДП • Побуждать спортсменов и персонал спортсмена пользоваться официальными источниками информации • Побуждать спортсменов сообщать о подозрении в нарушении АДП • Использовать навыки эффективного, эмпатичного и уважительного общения со спортсменами и персоналом спортсмена • Создавать позитивную атмосферу,
--	--	--	---

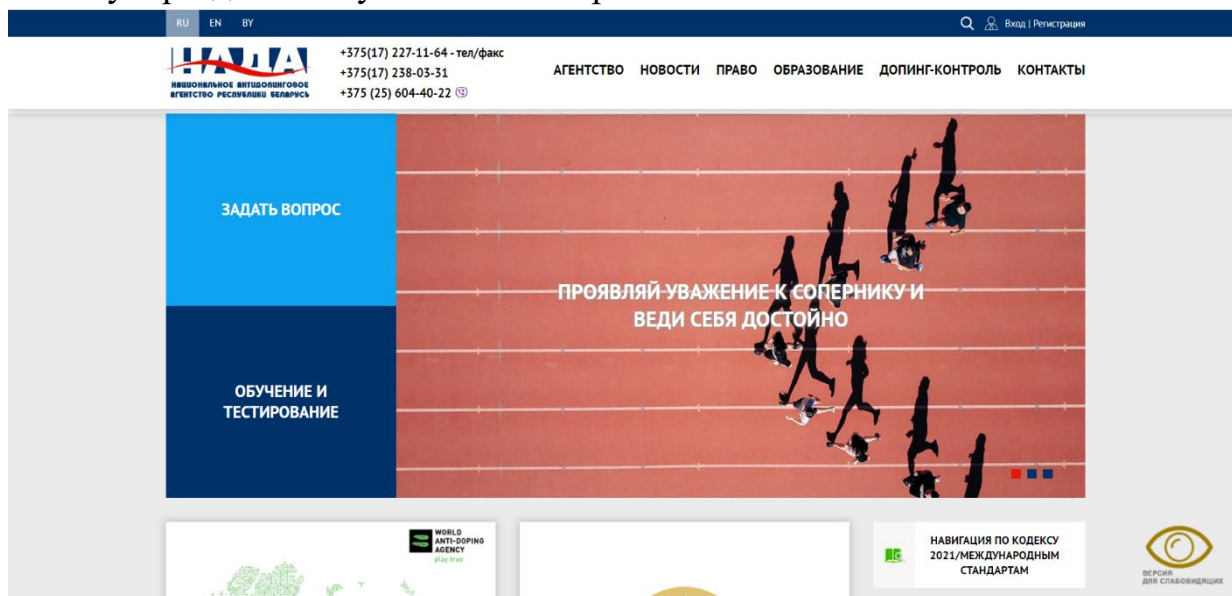
<ul style="list-style-type: none"> • Использовать навыки эффективного, эмпатичного и уважительного общения в разговоре со спортсменами и персоналом спортсмена (например, помощник тренера, родители) • Создавать позитивную и безопасную среду, способствующую открытому общению 	<p>спортсмена</p> <ul style="list-style-type: none"> • Использовать навыки эффективного, эмпатичного и уважительного общения в разговоре с юными спортсменами и персоналом спортсмена (например, помощник тренера, родители) • Создавать позитивную и безопасную среду, способствующую открытому общению 	<p>ВАДА, НАДА или МФ, чтобы сообщить о допинге</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обсудить со спортсменами ситуаций, в которых необходимо сообщать о допинге, в том числе при подозрении на допинг • Дать возможность молодым спортсменам сообщать о небезопасном поведении, связанном с применением допинга • Определить, каким образом талантливый спортсмен может сообщить о допинге • Использовать навыки эффективного, эмпатичного и уважительного общения в разговоре со спортсменами и персоналом спортсмена • Создавать позитивную атмосферу, способствующую открытому общению • Побуждать 	<p>способствующую открытому общению</p>
---	--	--	---

		спортсменов сообщать о допинге используя официальные каналы связи	
--	--	---	--

Таблица 3. Навыки и знания тренера в антидопинговой сфере на каждом этапе подготовки спортсмена.

2. Как создать образовательный план

- ✓ Определите целевые группы, на которые направлена ваша образовательная программа (см. раздел 1. Целевые группы).
- ✓ Сформируйте видение вашей образовательной программы.
- ✓ Определите организации, которые смогут оказать вам помощь в реализации образовательной программы.
- ✓ Назначьте специалистов, которые будут проводить обучение. В соответствии с требованиями Кодекса и Международного стандарта по образованию обучение может проводиться только подготовленным и компетентным специалистом. Данное лицо должно пройти соответствующую подготовку в учреждении «Национальное антидопинговое агентство» и получить сертификат об успешном прохождении обучения. Для специалистов, ответственных за антидопинговое обеспечение в детско-юношеских спортивных школах, специализированных детско-юношеских спортивных школах олимпийского резерва достаточным является наличие сертификата о прохождении образовательного курса, размещенного на сайте nada.by в разделе «Обучение и тестирование».



При регистрации на сайте в разделе «Настройки пользователя» в строке «Тип учётной записи» необходимо выбирать категорию «Ответственное лицо». Все строки, отмеченные звездочкой, подлежат обязательному заполнению. В личном кабинете указывается фамилия, имя, отчество на русском языке и фамилия и имя на английском языке так как они будут отображаться в сертификате.

RU EN BY 🔍 Анна Есьман

НАЦИОНАЛЬНОЕ АНТИДОПИНГОВОЕ АГЕНТСТВО РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
 +375(17) 227-11-64 - тел/факс
 +375(17) 238-03-31
 +375 (25) 604-40-22

АГЕНТСТВО НОВОСТИ ПРАВО ОБРАЗОВАНИЕ ДОПИНГ-КОНТРОЛЬ КОНТАКТЫ

Личный кабинет

Мы предлагаем пройти небольшой специализированный курс с итоговым тестированием. Для доступа к курсу вам необходимо будет заполнить все обязательные поля в личном кабинете.

Изменить пароль

Обучение и тестирование

Сертификация

Выйти

[Смотреть инструкцию по обучению](#)

Фамилия* Иванов Тип учётной записи* Ответственное лицо

Имя* Иван

Отчество* Иванович


Фамилия ENG (для сертификата)* Ivanov

Имя ENG (для сертификата)* Ivan

Пол* Мужской Женский

Дата рождения 29.07.1988

Телефон +375 () - - -


 ВЕРСИЯ ДЛЯ СЛАБОВИДЯЩИХ

Для перехода к курсу обучения нужно перейти в раздел «Обучение и тестирование» и нажать на окошко «Пройти курс».

RU EN BY 🔍 Анна Есьман

НАЦИОНАЛЬНОЕ АНТИДОПИНГОВОЕ АГЕНТСТВО РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
 +375(17) 227-11-64 - тел/факс
 +375(17) 238-03-31
 +375 (25) 604-40-22

АГЕНТСТВО НОВОСТИ ПРАВО ОБРАЗОВАНИЕ ДОПИНГ-КОНТРОЛЬ КОНТАКТЫ

Главная > Личный Кабинет

Настройки пользователя

Изменить пароль

Обучение и тестирование

Сертификация

Выйти

[Смотреть инструкцию по обучению](#)

Список курсов

Мы предлагаем пройти небольшой специализированный курс с итоговым тестированием. Для доступа к курсу вам необходимо будет заполнить все обязательные поля в личном кабинете.

Курс для специалистов, ответственных за антидопинговое обеспечение.

[Пройти курс](#)

После изучения теоретического материала и успешного прохождения теста в личном кабинете будет доступен для скачивания сертификат об успешном прохождении курса.

RU EN BY 🔍 Анна Есьман

НАЦИОНАЛЬНОЕ АНТИДОПИНГОВОЕ АГЕНТСТВО РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
 +375(17) 227-11-64 - тел/факс
 +375(17) 238-03-31
 +375 (25) 604-40-22

АГЕНТСТВО НОВОСТИ ПРАВО ОБРАЗОВАНИЕ ДОПИНГ-КОНТРОЛЬ КОНТАКТЫ

Описание курса

Курс для специалистов, ответственных за антидопинговое обеспечение

Тесты (1)

[Выбрать другой курс](#)


Количество вопросов	10
Количество правильных ответов	9
Максимальное количество баллов	100
Количество набранных баллов	90 (90%)

Вернуться в личный кабинет для получения сертификата (в случае успешного прохождения теста). Для повторной попытки нажмите кнопку «Посмотреть результаты тестирования».

[Посмотреть результаты тестирования](#)

Сертификат размещается в разделе «Сертификация».

RU EN BY Q Анна Есьман


 +375(17) 227-11-64 - тел/факс
 +375(17) 238-03-31
 +375 (25) 604-40-22

АГЕНТСТВО НОВОСТИ ПРАВО ОБРАЗОВАНИЕ ДОПИНГ-КОНТРОЛЬ КОНТАКТЫ

Главная > Личный Кабинет

Настройки пользователя

Изменить пароль

Обучение и тестирование

Сертификация

Выйти

[Смотреть инструкцию по обучению](#)

Список сертификатов

На данной странице находятся список полученных сертификатов, которые можно скачать.

Курс для специалистов, ответственных за антидопинговое обеспечение . Сертификат действителен до 31 декабря.
[Скачать RU](#) [Скачать ENG](#)

Специалисты, ответственные за антидопинговое обеспечение в средних школах-училищах олимпийского резерва, центрах олимпийского резерва, республиканских центрах олимпийского резерва, федераций (ассоциаций) по виду (видам) спорта (далее – федерации) должны пройти подготовку на базе учреждения «Национальное антидопинговое агентство» с обязательным получением сертификата и удостоверения, позволяющим проводить обучение в своих учреждениях.

- ✓ Определите, имеющиеся в наличии образовательные материалы (буклеты, брошюры, лифлеты, плакаты, презентации, Кодекс, Международные стандарты, руководства и др.).

- ✓ Определите, какую помощь вам может оказать НАДА, иные организации.

- ✓ Сформулируйте перечень образовательных мероприятий, которые вы уже реализуете.

- ✓ Определите с какими целевыми группами вы уже работаете.

- ✓ Установите, какие обязательные темы из статьи 18.2 Всемирного антидопингового кодекса уже рассматриваются.

- ✓ Определите целевые группы, на которые будет направлена ваша образовательная программа.

- ✓ Сформулируете основные образовательные цели, которые вы хотите достигнуть при реализации вашей образовательной программы.

3.1 Пример образовательного плана

Наименование учреждения: СДЮШОР по фигурному катанию (г. Минск, пр. Каролинский 1)							
Специалист, ответственный за антидопинговое обеспечение: должность, ФИО, контактный номер телефона							
Целевая группа: Спортсмены групп начальной подготовки							
№ п/п	Дата	Тема	Цель обучения	Тип образовательного мероприятия	Место проведения	Исполнитель	Контактное лицо, ответственное за согласование и проведение мероприятия*
1	07.02.2023	Права и обязанности спортсменов и персонала спортсмена (ПС)	Спортсмены должны знать свои права и обязанности в спортивной секции/школе и понимать к кому они могут обратиться за помощью, если их права нарушаются	Лекция, беседа	СДЮШОР по фигурному катанию	Иванов И.И.	ФИО, контактный номер телефона

* графа для заполнения РЦОП, ЦОР, федерациями, при проведении мероприятия специалистом НАДА

При составлении образовательного плана необходимо учитывать все темы, указанные в разделе 2. «Основные темы для изучения в различных целевых группах». План может составляться более чем на один календарный год, образовательные цели и темы образовательных мероприятий в последующие годы обучения могут отличаться.

Образовательные мероприятия могут быть представлены семинаром, электронным курсом, лекцией, тренингом, беседой и т.д.

Образовательный план составляется с учетом каждой целевой группы: спортсмены различного уровня, тренера, родители.

В плане в обязательном порядке указываются ФИО, должность и контактные данные специалиста, ответственного за антидопинговое обеспечение, ФИО специалиста, ответственного за реализацию образовательного мероприятия.

Специалисты ЦОР, РЦОП, федераций, при привлечении к реализации информационно-образовательных мероприятий специалистов НАДА, в столбце «Исполнитель» указывают «специалист НАДА», а в столбце «Контактное лицо, ответственное за согласование и проведение мероприятия» данные специалиста ЦОР, РЦОП, федерации, с которым представитель НАДА будет согласовывать накануне обучения точное место, время его проведения.

4. Содержание основных образовательных тем

4.1. Принципы и ценности, связанные с чистым спортом

Антидопинговые программы основаны на ценностях спорта, что часто называют «духом спорта»: стремление к достижению человеком превосходства благодаря целенаправленному совершенствованию природных талантов каждого Спортсмена.

Антидопинговые программы направлены на защиту здоровья Спортсмена и предоставление возможности Спортсменам достигать истинного мастерства без Исполнения Запрещенных субстанций и Запрещенных методов.

Антидопинговые программы направлены на поддержание целостности спорта с точки зрения уважения правил, других участников соревнований, честной борьбы, равных условий «игры» и ценности чистого спорта во всем мире. Дух спорта – это прославление человеческого духа, тела и разума.

Дух спорта является сущностью олимпийского движения и отображает следующие ценности, которые мы находим как в самом спорте, так и благодаря ему:

- Здоровье
- Этика, справедливость и честность
- Права Спортсменов, закрепленные в Кодексе

- Высочайший уровень выступления
- Характер и Образование
- Удовольствие и радость
- Командная работа
- Преданность и верность обязательствам
- Уважение к правилам и законам
- Уважение к себе и к другим Участникам
- Мужество
- Общность и солидарность

Дух спорта выражается в честной игре. Допинг в корне противоречит духу спорта.

Материалы

При подготовке образовательных мероприятий для спортсменов групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп может быть использовано руководство «Спортивные ценности в каждый класс» ([nada.by/Образование/Материалы/Спортивные ценности в каждый класс](http://nada.by/Образование/Материалы/Спортивные_ценности_в_каждый_класс)), Гревцов А.Г. «Радуйся честной победе», Гревцов А.Г. «Тренинговая программа формирования критического отношения к допингу среди молодых спортсменов», Попова О.А. «Это модное слово допинг», Гревцов А.Г., Попова О.А. «Научись побеждать».

Для спортсменов более высокого уровня и тренеров можно использовать материалы, размещенные на сайте НАДА: [nada.by/Образование, Материалы/ Презентации](http://nada.by/Образование,Материалы/Презентации).

4.2. Права и обязанности спортсменов и персонала спортсменов

Права и обязанности спортсменов изложены в ст. 21.1 Всемирного антидопингового кодекса:

- ✓ Спортсмены должны знать и соблюдать действующую антидопинговую политику и правила.
- ✓ Быть доступными для отбора проб в любое время.
- ✓ В контексте борьбы с допингом нести ответственность за то, что они потребляют в пищу и используют.
- ✓ Информировать медицинский персонал об их обязанностях не использовать запрещенные субстанции и запрещенные методы, нести ответственность за то, чтобы любое получаемое спортсменами медицинское обслуживание не нарушало антидопинговую политику и правила, принятые в соответствии с Кодексом.
- ✓ Информировать свою Национальную антидопинговую организацию и Международную федерацию о любом решении не подписавшей Кодекс стороны, установившем, что спортсмен нарушил антидопинговые правила в течение предыдущих десяти (10) лет.
- ✓ Сотрудничать с антидопинговыми организациями при расследовании нарушений антидопинговых правил.

✓ Раскрывать личность персонала спортсмена по запросу любой антидопинговой организации, имеющей полномочия в отношении спортсмена.

Права и обязанности персонала спортсмена изложены в ст. 21.1 Всемирного антидопингового кодекса:

✓ Персонал спортсмена должен знать и соблюдать антидопинговую политику и правила, принятые в соответствии с Кодексом, которые применимы к нему или спортсменам, содействие которым он оказывает.

✓ Сотрудничать при реализации программ тестирования спортсменов.

✓ Использовать свое влияние на спортсмена, его взгляды и поведение с целью формирования нетерпимости к допингу.

✓ Информировать свою Национальную антидопинговую организацию и Международную федерацию о любом решении не подписавшей Кодекс стороны, установившем, что он или она нарушили антидопинговые правила в течение предыдущих десяти (10) лет.

✓ Сотрудничать с антидопинговыми организациями при расследовании нарушений антидопинговых правил.

✓ Персонал спортсмена не должен использовать или обладать какими-либо запрещенными субстанциями или запрещенными методами без уважительной причины.

Материалы

При подготовке образовательных мероприятий для спортсменов групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп может быть использовано руководство «Спортивные ценности в каждый класс» ([nada.by/Образование/Материалы/Спортивные ценности в каждый класс](http://nada.by/Образование/Материалы/Спортивные_ценности_в_каждый_класс)), Гревцов А.Г. «Радуйся честной победе», Гревцов А.Г. «Тренинговая программа формирования критического отношения к допингу среди молодых спортсменов», Попова О.А. «Это модное слово допинг», Гревцов А.Г., Попова О.А. «Научись побеждать».

Для спортсменов более высокого уровня и тренеров можно использовать материалы, размещенные на сайте НАДА: [nada.by/Образование,Материалы/Презентации и /Руководства](http://nada.by/Образование,Материалы/Презентации_и_Руководства); [nada.by/ Навигация по Кодексу 2021 и Международным стандартам/ Акт об антидопинговых правах спортсменов](http://nada.by/Навигация_по_Кодексу_2021_и_Международным_стандартам/Акт_об_антидопинговых_правах_спортсменов).

4.3. Принцип строгой ответственности

Принцип строгой ответственности означает, что персональной обязанностью спортсменов является недопущение попадания запрещенной субстанции в их организм. Спортсмены несут ответственность за любую запрещенную субстанцию, или ее метаболиты, или маркеры, обнаруженные во взятых у них пробах. Наличие в пробе у спортсмена запрещенной субстанции, или ее метаболитов, или маркеров является нарушением

антидопинговых правил, независимо от того, использовал ли спортсмен запрещенную субстанцию преднамеренно или непреднамеренно, проявил ли он халатность или виноват иным образом.

Материалы

При подготовке образовательных мероприятий для спортсменов групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп может быть использовано руководство «Спортивные ценности в каждый класс» ([nada.by/Образование/Материалы/Спортивные ценности в каждый класс](http://nada.by/Образование/Материалы/Спортивные_ценности_в_каждый_класс)), Гревцов А.Г. «Радуйся честной победе», Гревцов А.Г. «Тренинговая программа формирования критического отношения к допингу среди молодых спортсменов», Попова О.А. «Это модное слово допинг», Гревцов А.Г., Попова О.А. «Научись побеждать».

Для спортсменов более высокого уровня и тренеров можно использовать материалы, размещенные на сайте НАДА: nada.by/Образование/Материалы/Презентации, /Руководства/ Печатные материалы; Всемирный антидопинговый кодекс.

4.4. Последствия допинга (последствия для физического и психического здоровья, социальные и экономические последствия, санкции)

Нарушение спортсменом или иным лицом антидопинговых правил может повлечь за собой одно или более из следующих Последствий:

а) Аннулирование – отмена результатов спортсмена в определенном соревновании или спортивном мероприятии со всеми вытекающими последствиями, включая изъятие всех наград, очков и призов;

б) Дисквалификация – отстранение в связи с нарушением антидопингового правила спортсмена или иного лица на определенный срок от участия в любых соревнованиях или иной деятельности, или отказ в предоставлении финансирования;

в) Временное отстранение – недопущение спортсмена или иного лица на время к участию в соревнованиях или деятельности до вынесения окончательного решения на слушаниях;

г) Финансовые последствия – финансовые санкции, которые налагаются за нарушение антидопинговых правил или для возмещения расходов, связанных с нарушением антидопинговых правил;

д) Публичное обнародование – распространение или обнародование информации для широкой общественности или лиц, помимо тех лиц, которые имеют право на более раннее уведомление. К командам в командных видах спорта также могут быть применены Последствия, как это предусмотрено Статьей 11 Кодекса.

Помимо дисквалификации спортсмены могут столкнуться с такими последствиями, как:

✓ психологические последствия такие, как депрессия, ломка, стыд/вина, потеря личности;

✓ социальные последствия такие, как изоляция от спорта и команды, потеря статуса «героя», публичный позор и социальное отвержение;

✓ финансовые санкции, потеря грантов, финансирования, контрактов, спонсорства и возврат медалей;

✓ семья и друзья-разрушение отношений, разочарование, крах.

А также:

✓ Проблемы со здоровьем

✓ Клеймо – общественное внимание, ярлык «допингист»

✓ Потеря личности из-за невозможности заниматься спортом

✓ Конец карьеры

✓ Потеря результатов соревнований, медалей, званий, рекордов,

призовых денег

✓ Вина, стыд, позор

✓ Потеря друзей

Проблемы со здоровьем:

✓ Зависимость от субстанции

✓ Привыкание

✓ Более широкое употребление допинга и зависимость

✓ Хронические заболевания

✓ Побочные эффекты

✓ Психологический вред

✓ Изменения поведения

✓ Физиологические изменения, которые в худшем случае могут

быть необратимыми

Даже в малых дозах или кратковременном употреблении запрещенные субстанции могут нанести необратимый вред здоровью.

Тестостерон и синтетические производные	Гормон роста	Бета-2 агонисты	Диуретики
Поведенческие расстройства Депрессия и тревога Опухоли печени, снижение функции почек	Гипертония Сердечная недостаточность Диабет	Сердцебиение и потливость Головные боли и тошнота Тремор/дрожь и мышечный спазм	Головокружение или даже обморок Обезвоживание Мышечные спазмы Потеря координации и равновесия Путаница, психические изменения или капризность Сердечные расстройства

Материалы

При подготовке образовательных мероприятий для спортсменов групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп может быть использовано руководство «Спортивные ценности в каждый класс» ([nada.by/Образование/Материалы/Спортивные ценности в каждый класс](http://nada.by/Образование/Материалы/Спортивные_ценности_в_каждый_класс)), Гревцов А.Г. «Радуйся честной победе», Гревцов А.Г. «Тренинговая программа формирования критического отношения к допингу среди молодых спортсменов», Попова О.А. «Это модное слово допинг», Гревцов А.Г., Попова О.А. «Научись побеждать».

Для спортсменов более высокого уровня и тренеров можно использовать материалы, размещенные на сайте НАДА: [nada.by/Образование/Материалы/Презентации, /Руководства/ Печатные материалы](http://nada.by/Образование/Материалы/Презентации/_Руководства/Печатные_материалы); Всемирный антидопинговый кодекс.

4.5. Нарушения антидопинговых правил

Антидопинговые правила, как и правила соревнований, являются спортивными правилами, по которым проводятся соревнования. Спортсмены, персонал спортсмена принимают эти правила как условие участия или задействия в соревнованиях и обязаны их соблюдать.

В настоящее время в соответствии с Всемирным антидопинговым кодексом допинг определяется как совершение одного или нескольких нарушений антидопинговых правил, приводимых в статьях 2.1-2.11 Кодекса. Обратите внимание, что допингом считается не только наличие запрещенной субстанции в пробе! К нарушениям антидопинговых правил относятся:

1. Наличие запрещенной субстанции, ее метаболитов или маркеров в пробе спортсмена.

Персональной обязанностью спортсменов является недопущение попадания запрещенной субстанции в их организм. Спортсмены несут ответственность за любую запрещенную субстанцию, или ее метаболиты, или маркеры, обнаруженные во взятых у них пробах. Соответственно, нет необходимости в доказательстве намерения, вины, халатности или осознанного использования со стороны спортсмена при установлении данного нарушения;

2. Использование или попытка использования запрещенной субстанции или запрещенного метода.

Несущественно, насколько удачным было использование или попытка использования запрещенной субстанции или запрещенного метода. Для установления факта нарушения антидопингового правила достаточно того, что использование либо попытка использования запрещенной субстанции или запрещенного метода имела место;

3. Уклонение, отказ или неявка на процедуру сдачи проб.

Уклонение, отказ или неявка на процедуру сдачи проб без уважительной причины после уведомления в установленном уполномоченным лицом порядке;

4. Нарушение порядка предоставления информации о местонахождении.

Любое сочетание трех пропущенных тестов и (или) случаев непредоставления информации в течение двенадцати месяцев со стороны спортсмена, состоящего в регистрируемом пуле тестирования, как это определено в Международном стандарте по обработке результатов;

5. Фальсификация или попытка фальсификации в любой составляющей допинг-контроля.

Намеренное поведение, которое препятствует выполнению процедур допинг-контроля, но которое не попадает под определение запрещенного метода. Фальсификация включает, в том числе, предложение или получение взятки за совершение или неисполнение действия, препятствующего отбору проб, действия, которые затрагивают или делают невозможным проведение анализа проб, фальсификацию документов, представляемых в антидопинговую организацию или комиссию по ТИ, или комиссию проводящую слушания, предоставление ложных показаний свидетелями, совершение любых других мошеннических действий в отношении антидопинговой организации или органа, проводящего слушания с целью повлиять на обработку результатов или применение последствий, в том числе, намеренное создание препятствий, либо попытку создания препятствий, связанных с любым аспектом допинг-контроля;

6. Обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом.

Обладание спортсменом в соревновательном периоде любой запрещенной субстанцией или запрещенным методом, или обладание спортсменом во внесоревновательном периоде любой запрещенной субстанцией или запрещенным методом, запрещенными во внесоревновательном периоде, если только спортсмен не доказал, что обладание оправдано разрешением на терапевтическое использование (ТИ) или имеет другие приемлемые объяснения.

Обладание персоналом спортсмена в соревновательном периоде любой запрещенной субстанцией или запрещенным методом, или обладание персоналом спортсмена во внесоревновательном периоде любой запрещенной субстанцией или запрещенным методом, запрещенными во внесоревновательном периоде, если это связано со спортсменом, соревнованиями или подготовкой, за исключением случаев, когда персонал спортсмена доказывает, что обладание оправдано ТИ, выданным спортсмену или предоставляет другие приемлемые объяснения;

7. Распространение или попытка распространения любой запрещенной субстанции или запрещенного метода;

8. Назначение или попытка назначения любому спортсмену запрещенной субстанции или запрещенного метода;

9. Соучастие или попытка соучастия спортсмена или иного лица (помощь, поощрение, содействие, подстрекательство сокрытие или любой другой вид намеренного соучастия по нарушению антидопинговых правил).

Содействие, поощрение, способствование, подстрекательство, вступление в сговор, сокрытие или любой другой вид намеренного соучастия или попытка соучастия, включая нарушение или попытку нарушения антидопинговых правил, или нарушение иным лицом;

10. Запрещенное сотрудничество спортсмена или иного лица.

Сотрудничество любого спортсмена и иного лица, находящегося под юрисдикцией антидопинговой организации с любым персоналом спортсмена, в случае попадания данного персонала под юрисдикцию антидопинговой организации по дисквалификации;

11. Воспрепятствование или преследование за сообщение информации о нарушении антидопинговых правил.

Любое действие, которое угрожает иному лицу или направлено на его запугивание с целью воспрепятствования этому лицу добросовестно сообщить информацию, касающуюся предполагаемого нарушения антидопинговых правил или предполагаемого несоответствия Кодексу ВАДА, неподчинения антидопинговой организации, правоохранительным, регулирующим или профессиональным дисциплинарным органам и др.

Преследование в отношении лица, которое добросовестно предоставило доказательства или информацию, относящуюся к предполагаемому нарушению антидопинговых правил или предполагаемому несоответствию Кодексу ВАДА, неподчинению антидопинговой организации, правоохранительным, регулирующим или профессиональным дисциплинарным органам и др.

Материалы

При подготовке образовательных мероприятий для спортсменов групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп может быть использовано руководство «Спортивные ценности в каждый класс» ([nada.by/Образование/Материалы/Спортивные ценности в каждый класс](http://nada.by/Образование/Материалы/Спортивные_ценности_в_каждый_класс)), Гревцов А.Г. «Радуйся честной победе», Гревцов А.Г. «Тренинговая программа формирования критического отношения к допингу среди молодых спортсменов», Попова О.А. «Это модное слово допинг», Гревцов А.Г., Попова О.А. «Научись побеждать».

Для спортсменов более высокого уровня и тренеров можно использовать материалы, размещенные на сайте НАДА: nada.by/Образование/Материалы/Презентации, /Руководства/ Печатные материалы; Всемирный антидопинговый кодекс.

4.6. Субстанции и методы, включенные в Запрещенный список

Список запрещенных субстанций и методов (Запрещенный список) – список, устанавливающий перечень запрещенных субстанций и запрещенных методов.

Список запрещенных субстанций и методов имеет разветвленную структуру, в которой выделяются определенные группы. В первую очередь стоит выделить три основные группы:

субстанции и методы, запрещенные постоянно (как в соревновательный, так и во внесоревновательный период);

субстанции и методы, запрещенные в соревновательный период;

субстанции, запрещенные в отдельных видах спорта.

Список запрещенных субстанций и методов имеет статус международного стандарта. ВАДА по мере необходимости, но не реже одного раза в год, обновляет Запрещенный список. Обновленный список, как правило, вступает в силу ежегодно с 1 января и размещается на сайте ВАДА и НАДА за несколько месяцев до вступления в силу.

Субстанция или метод включаются в список, если отвечают двум из трех следующих критериев:

- субстанция или метод способны улучшить спортивный результат;
- использование субстанции или метода представляет реальный или потенциальный риск для здоровья спортсмена;
- использование субстанции или метода противоречит духу спорта.

Материалы

Для спортсменов и тренеров можно использовать материалы, размещенные на сайте НАДА: [### **4.7. Риски использования пищевых добавок**](http://nada.by/Образование/Материалы/Презентации, /Руководства/ Печатные материалы; Всемирный антидопинговый кодекс; Список запрещенных субстанций и методов.</p></div><div data-bbox=)

ВАДА обращает 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 веществам, указанным на его упаковке. В некоторых случаях среди субстанций, не указанных на упаковке, могут быть запрещенные в соответствии с антидопинговыми правилами. Значительная часть положительных результатов допинг-контроля является следствием использования некачественных пищевых добавок.

Если спортсмен считает, что прием пищевых добавок необходим, он должен в первую очередь проконсультироваться с компетентным специалистом, таким как диетолог (специалист по спортивному питанию) или врач спортивной медицины, чтобы получить совет, каким образом можно получить необходимые организму вещества, употребляя обычную пищу. Если специалисты рекомендуют прием пищевых добавок, то надо быть уверенным, что добавки не принесут вреда здоровью. Приняв решение о приеме добавок, следует использовать препараты, выпущенные производителями, имеющими солидную репутацию и использующими качественное оборудование, такими как всемирно известные международные фармацевтические компании, а также по возможности продукцию, имеющую антидопинговый сертификат.

Материалы

При подготовке образовательных мероприятий для спортсменов групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп может быть использовано руководство «Спортивные ценности в каждый класс» ([nada.by/Образование/Материалы/Спортивные ценности в каждый класс](http://nada.by/Образование/Материалы/Спортивные_ценности_в_каждый_класс)), Гревцов А.Г. «Радуйся честной победе», Гревцов А.Г. «Тренинговая программа формирования критического отношения к допингу среди молодых спортсменов», Попова О.А. «Это модное слово допинг», Гревцов А.Г., Попова О.А. «Научись побеждать».

Для спортсменов более высокого уровня и тренеров можно использовать материалы, размещенные на сайте НАДА: [nada.by/Образование/Материалы/Презентации, /Руководства/ Печатные материалы](http://nada.by/Образование/Материалы/Презентации,_/Руководства/Печатные_материалы).

4.8. Использование лекарственных средств и разрешение на терапевтическое использование

Здоровье спортсмена является абсолютным приоритетом. Для случаев, когда возникает необходимость использовать в лечении спортсмена вещества и методы, входящие в Список, предусмотрена процедура получения Разрешения на терапевтическое использование запрещенных субстанций и/или методов (ТИ). Разрешение на ТИ представляет собой документ, который гарантирует спортсмену соблюдение права на лечение и защиту от санкций за наличие в пробе, использование, обладание или назначение запрещенной субстанции или метода, указанных в ТИ.

Условия получения разрешения на ТИ:

1. Соответствующая запрещенная субстанция или запрещенный метод необходим для лечения диагностированного заболевания, имеющего клиническое подтверждение;
2. Терапевтическое использование субстанции не приведет к значительному улучшению спортивных результатов;
3. Отсутствие альтернативных субстанций или методов, не включенных в Запрещенный список;
4. Необходимость использования не является следствием предыдущего использования (без ТИ) субстанций или методов, запрещенных на момент их использования.

Для получения разрешения на ТИ все четыре условия должны соблюдаться!

Использовать запрещенную субстанцию или метод можно ТОЛЬКО ПОСЛЕ получения разрешения на ТИ!

Наличие, использование, обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом до получения ТИ будет считаться нарушением антидопинговых правил и повлечет применение соответствующих санкций.

Разрешение на ТИ выдает антидопинговая организация:

- международная спортивная федерация;

- национальная антидопинговая организация;
- организаторы крупных спортивных мероприятий.

Материалы

При подготовке образовательных мероприятий для спортсменов групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп может быть использовано руководство «Спортивные ценности в каждый класс» ([nada.by/Образование/Материалы/Спортивные ценности в каждый класс](http://nada.by/Образование/Материалы/Спортивные_ценности_в_каждый_класс)), Гревцов А.Г. «Радуйся честной победе», Гревцов А.Г. «Тренинговая программа формирования критического отношения к допингу среди молодых спортсменов», Попова О.А. «Это модное слово допинг», Гревцов А.Г., Попова О.А. «Научись побеждать».

Для спортсменов более высокого уровня и тренеров можно использовать материалы, размещенные на сайте НАДА: nada.by/Образование/Материалы/Презентации, /Руководства/ Печатные материалы; Всемирный антидопинговый кодекс; Международный стандарт по терапевтическому использованию.

4.9. Процедуры тестирования, включая процедуры отбора проб мочи, крови и Биологический паспорт спортсмена

Любой спортсмен в любом месте и любое время может получить уведомление о процедуре прохождения допинг-контроля. При получении такого уведомления спортсмен обязан подписать его. После уведомления, спортсмен должен проследовать на станцию допинг-контроля. В рамках реализации допинг-контроля, спортсмен располагает рядом прав и обязанностей.

Обязанности спортсмена:

спортсмен обязан явиться на пункт допинг-контроля;

спортсмен обязан предоставить официальный документ с фотографией, удостоверяющий его личность или аккредитацию на соревнования;

спортсмен обязан предоставить информацию, необходимую для заполнения протокола;

спортсмен должен находиться под непрерывным наблюдением офицера допинг-контроля (ОДК) либо шаперона.

Права спортсмена:

Требовать предоставления удостоверения личности офицера допинг-контроля;

Получить отсрочку прибытия на пункт в случае:

поиска представителя и/или переводчика;

поиска документа, удостоверяющего личность;

завершения тренировки; завершения заминки;

в церемонии награждения; участия в дальнейших соревнованиях;

получения медицинской помощи; выполнения медийных обязательств;

Сохранение конфиденциальности.

Во время прохождения допинг-контроля спортсмену категорически запрещено: покидать поле зрения офицера допинг-контроля или шаперона, принимать душ, посещать туалет.

ПРОВЕДЕНИЕ ПРОЦЕДУРЫ ДОПИНГ-КОНТРОЛЯ (ОТБОР ПРОБЫ МОЧИ)

1. Спортсмен выбирает одну емкость для отбора пробы из нескольких предложенных, которую он должен проверить на ее целостность и чистоту. Необходимо держать в поле зрения выбранную емкость. Спортсмен должен быть единственным лицом, контактирующим с емкостью для отбора пробы.

2. Спортсмену необходимо тщательно вымыть руки без мыла перед сдачей пробы, либо использовать соответствующие перчатки (например, латексные). Во время предоставления пробы, только Спортсмену и ОДК/шаперону одного пола со Спортсменом разрешается присутствовать в туалетной комнате. Для ОДК/шаперона необходимо обеспечить беспрепятственный обзор процесса мочеиспускания. Представитель несовершеннолетнего спортсмена может присутствовать во время процедуры отбора проб (включая наблюдение за ОДК в момент сдачи несовершеннолетним спортсменом пробы мочи, но не непосредственное наблюдение за процессом мочеиспускания, если только об этом не попросил сам несовершеннолетний спортсмен).

3. Спортсмену необходимо сдать не менее 90 мл мочи. Необходимо сохранять полученную пробу в поле зрения до момента пломбирования.

4. Для разделения пробы, спортсмен выбирает один комплект оборудования (контейнер) содержащий флакон «А» и «В», из нескольких предложенных, после чего он должен удостовериться в целостности пломб и отсутствии следов несанкционированного вскрытия. Если спортсмена не устраивает ни один из имеющихся комплектов оборудования, ОДК должен зафиксировать данный факт в письменной форме.

5. После вскрытия контейнера спортсмен должен проверить целостность упаковки флаконов.

6. Затем спортсмен сверяет номера. Кодовый номер на флаконах, крышках и контейнере должен совпадать. При несоответствии кодовых номеров, необходимо выбрать другой комплект оборудования. Спортсмен должен убедиться, что ОДК правильно записал кодовый номер в протокол допинг-контроля.

7. Спортсмен должен налить во флакон "В" не менее 30 мл мочи, затем во флакон "А" не менее 60 мл. Если после этого останется некоторое количество мочи, необходимо заполнить флакон "В" до максимального значения, затем дополнить флакон "А", и оставить небольшой объём мочи для измерения плотности.

8. Спортсмен должен запломбировать флаконы "А" и "В", вращая их крышечки до щелчка. ОДК в присутствии спортсмена должен удостовериться, что флаконы должным образом запломбированы.

9. ОДК должен произвести экспресс-тест остатка мочи в ёмкости для отбора, с целью определения уровня плотности мочи. Если плотность не будет достаточной для анализа, спортсмену необходимо сдать другую пробу. Спортсмен должен удостовериться, что ОДК правильно записал результат теста в протокол допинг-контроля. Плотность является достаточной, если при объеме отобранной пробы мочи 150мл или более плотность, измеренная рефрактометром, равна 1:003 или более. Для проб с минимальным объемом более 90мл, но менее чем 150мл, достаточная плотность пробы должна быть равна 1:005 при измерении рефрактометром.

10. Спортсмену должна быть предоставлена возможность присутствовать при утилизации остатков мочи, которая не будет направлена на анализ.

11. Спортсмен должен внимательно проверить точность информации, внесенной в протокол допинг-контроля (фамилия, имя спортсмена, тренера, врача, ОДК/шаперона; соревнование; спортивная федерация; вид спорта; дата/время теста; пол; № приказа; на/вне соревнований; кодовый номер пробы; результат экспресс-теста плотности; перечислить любые назначенные/неназначенные медикаменты, БАДы, витамины, минералы, принятые в течение последних 7 дней (включая дозировку, если возможно); согласие/несогласие на анонимное научное исследование проб; любые замечания относительно любой части процедуры допинг-контроля (можно на русском языке); подписи свидетеля отбора мочи, представителя спортсмена, ОДК. Необходимо получить копию протокола допинг-контроля.

12. Спортсмен подписывает протокол в последнюю очередь и несет ответственность за правильность данных указанных в нем.

13. ОДК обязан вручить спортсмену копию протокола допинг-контроля (бланк розового цвета), которую необходимо хранить 6 месяцев.

13. Пробы запаковываются для транспортировки безопасным образом и отсылаются в лабораторию, аккредитованную ВАДА. Проводится анализ пробы "А". Проба "В" хранится в безопасности 10 лет. Она может использоваться для подтверждения неблагоприятного результата анализа пробы "А".

ПРОВЕДЕНИЕ ПРОЦЕДУРЫ ДОПИНГ-КОНТРОЛЯ (ОТБОР ПРОБЫ КРОВИ)

Отбор пробы крови начинается с установления того, известны ли спортсмену требования к процедуре отбора проб и, при необходимости, с информирования спортсмена о требованиях к процедуре отбора проб и заканчивается выполнением необходимых требований хранения пробы перед ее отправкой в лабораторию для проведения анализа пробы.

Оборудование для отбора Проб крови	
для Проб, отбираемых в целях программы Биологического паспорта спортсмена	одна пробирка

для Проб, отбираемых не в связи с программой Биологического паспорта спортсмена	пробирки "А" и "В"
иных целей	в соответствии с требованиями соответствующей лаборатории

Если на пробирках для проб кодový номер не нанесён заранее, то ОДК обязан нанести единый кодový номер.

Для пробы, взятой для целей ведения Биологического паспорта спортсмена, ОДК должен использовать протокол допинг-контроля, специально разработанный для целей программы Биологического паспорта. Если такого протокола не имеется, то ОДК должен использовать обычный протокол допинг-контроля, при этом, в дополнительном протоколе письменно зафиксировав за подписью спортсмена и ОДК следующую информацию подтверждающую, что:

за два часа до пробы спортсмен не принимал участия в тренировках и соревнованиях;

в предшествующие две недели до отбора пробы спортсмен не тренировался, не принимал участие в соревнованиях и не жил на высоте более 1000 метров (если имело место, то указать название и данные о географическом положении места, продолжительности пребывания, приблизительную высоту над уровнем моря);

за две недели до отбора пробы, спортсмен не использовал методы искусственного создания условий высокогорья (такие как гипоксическая палатка, маска и т.п.) (если использовалось какое-либо оборудование, указать подробную информацию о типе оборудования, способе, периодичности, продолжительности и интенсивности использования).

Помимо перечисленной выше информации также необходимо указать переливания крови спортсмена за 3 месяца, предшествующие взятию пробы (потери крови в связи с несчастным случаем, патологией или донорством – указать примерный объём кровопотери).

До начала отбора крови спортсмену необходимо оставаться в положении сидя не менее 10 минут, при этом обе ноги должны стоять на полу.

Если проба отбирается для целей Биологического паспорта спортсмена, нельзя осуществлять забор раньше двух часов после завершения спортсменом тренировки либо соревнования. В документации ОДК должен письменно зафиксировать характер физической нагрузки (соревнование, тренировка и т.д.), а также её длительность и интенсивность.

Этапы сдачи пробы крови:

Для отбора пробы, спортсмен должен выбрать один комплект оборудования из нескольких предложенных, и удостовериться в целостности пломб и отсутствии следов несанкционированного вскрытия.

Спортсмен должен убедиться, что все кодové номера совпадают. При несоответствии кодových номеров, необходимо выбрать другой комплект

оборудования. Спортсмен должен убедиться, что ОДК правильно записал кодový номер в протокол допинг-контроля.

Непосредственно забор крови осуществляет только медицинский работник, офицер по сбору крови (ОСК), имеющий соответствующее разрешение.

ОСК должен выбрать оптимальное место венопункции, забор крови из которого с наименьшей вероятностью негативно отразится на самочувствии спортсмена и его выступлении (это должна быть недоминантная рука), очистить кожу специальной дезинфицирующей салфеткой или тампоном, при необходимости наложить жгут.

ОСК должен отобрать пробу крови из поверхностной вены в пробирку.

После окончания отбора пробы крови, ОСК должен наложить повязку на место венопункции.

Объем забираемой пробы крови должен быть достаточным для проведения анализа пробы исходя из применяемых лабораторных требований, изложенных в руководстве ВАДА по отбору крови.

Если взятой у спортсмена крови недостаточно для пробы, или специалисту по отбору пробы не удалось произвести забор крови с первой попытки – процедуру забора крови повторяют, но не более трех раз.

После третьей попытки забора крови ОДК должен прекратить забор крови и записать в протокол допинг-контроля причины прекращения процедуры отбора крови.

ОСК обязан утилизировать использованное оборудование для отбора крови. Спортсмен должен запломбировать свою пробу в комплект оборудования для отбора проб в соответствии с инструкциями ОДК.

Спортсмен и ОДК обязаны удостовериться в надёжности пломбировки. Спортсмен и ОДК/ОСК должны подписать протокол Допинг-контроля.

Материалы

Для спортсменов и тренеров можно использовать материалы, размещенные на сайте НАДА: nada.by/Образование/Материалы/Презентации, /Руководства/ Печатные материалы; Всемирный антидопинговый кодекс; Международный стандарт по тестированию и расследованиям; Руководство по биологическому паспорту спортсмена.

4.10. Требования к регистрируемому пулу тестирования, включая требования к предоставлению информации о местонахождении и использовании системы ADAMS

Первоначальной целью требования по предоставлению информации о местонахождении спортсмена является обеспечение проведения внесоревновательного тестирования. Предоставление информации о местонахождении дает возможность антидопинговой организации установить местонахождение спортсмена, благодаря внезапному контролю

значительно увеличить количество пойманных на допинге спортсменов. Внезапное тестирование является основной эффективной антидопинговой программы. Предоставлять точную и актуальную информацию о своем местонахождении обязаны спортсмены, входящие в регистрируемый пул тестирования и общий пул тестирования.

КРИТЕРИИ

для включения спортсменов в пулы тестирования учреждения «Национальное антидопинговое агентство»

В Национальный регистрируемый пул тестирования (НРПТ) могут входить спортсмены, которые соответствуют одному или нескольким критериям:

международного уровня, не состоящие в Международном регистрируемом пуле тестирования и определяемые в сотрудничестве с Международными федерациями;

входящие в списочные составы национальных команд по видам спорта, принимающих участие в Олимпийских, Юношеских Олимпийских, Европейских, Паралимпийских, Дефолимпийских, Специальных Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы, Кубках мира и Европы, в том числе и среди юниоров;

осуществляющие спортивную подготовку за счет средств республиканского и (или) местного бюджета, НОК и показывающие высокие спортивные результаты на чемпионатах и Кубках Республики Беларусь, в том числе и среди юниоров;

отобранные НАДА для формирования биологического паспорта спортсмена;

высокого уровня, которые проживают, тренируются или соревнуются за границей;

которые тренируются самостоятельно, но выступают на крупных спортивных мероприятиях (например, на Олимпийских, Паралимпийских играх, Чемпионатах мира и других мультиспортивных соревнованиях) и могут быть отобраны для таких соревнований; показавшие неожиданно высокие результаты при относительной стабильности их показателей в предыдущий период (квартал, полугодие, год);

тех видов спорта, которые находятся в зоне высокого риска применения запрещенных субстанций, исходя из статистики нарушений за предыдущий календарный год;

которые были уличены в сотрудничестве со специалистами (тренеры, врачи и иные лица) и спортсменами, которые ранее фигурировали в делах о нарушении антидопинговых правил;

в отношении которых была получена заслуживающая доверия информация от третьей стороны, либо аналитические данные, полученные НАДА;

в отношении которых были замечены неоднократные случаи нарушения требований к предоставлению информации о местонахождении;

в отношении которых были замечены подозрительные схемы предоставления информации о местонахождении (например, обновление информации о местонахождении в «последнюю минуту»).

В Общий пул тестирования (ОПТ) могут входить спортсмены, которые соответствуют одному или нескольким критериям:

входящие в основные составы национальных команд по видам спорта, принимающих участие в Олимпийских, Юношеских Олимпийских, Европейских, Паралимпийских, Дефолимпийских, Специальных Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы, Кубках мира и Европы, в том числе и среди юниоров;

которые ранее были дисквалифицированы, отбывающие срок дисквалификации или временного отстранения;

которые имеют предшествующие случаи нарушения антидопинговых правил, включая отклоняющиеся от нормы биологические параметры паспорта (стероидные профили);

имевшие высокий приоритет для тестирования перед прекращением своей спортивной карьеры и в настоящий момент желающие вернуться в спорт, вновь активно принимать участие в спортивной деятельности;

которые выходят из дисквалификации и решают продолжать свою спортивную карьеру;

которые являются кандидатами (резерв) на участие в крупных спортивных мероприятиях, таких как Олимпийские, Юношеские Олимпийские, Европейские, Паралимпийские, Дефолимпийские, Специальные Олимпийские игры, Чемпионаты мира;

видов спорта, которые находятся в зоне среднего риска применения запрещенных субстанций, исходя из статистики нарушений за предыдущий календарный год;

высокого уровня, которые являются гражданами других стран, но находятся (проживают, тренируются, участвуют в соревнованиях) в стране Национальной антидопинговой организации.

В Другие пулы тестирования могут входить спортсмены, которые соответствуют одному или нескольким критериям:

видов спорта, которые находятся в зоне низкого риска применения запрещенных субстанций, исходя из статистики нарушений за предыдущий календарный год;

спортсмены, не имеющие международного или национального уровня;

спортсмены различных спортивных учебных учреждений: училищ олимпийского резерва, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и др.;

спортсмены, осуществляющие спортивную деятельность на любительском уровне.

Так при НАДА создан **Пуль тестирования игровых видов спорта.**

Информация для спортсменов, включенных в Национальный регистрируемый пул тестирования (НРПТ), Общий пул тестирования (ОПТ), которую следует подавать в системе ADAMS

НРПТ	ОПТ
<p>В Национальный регистрируемый пул тестирования входят спортсмены, которые получили официальное уведомление от НАДА.</p> <p>Информация, которую следует предоставить в системе ADAMS:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) полный почтовый адрес и личный адрес электронной почты, по которым спортсмену может быть направлена корреспонденция с целью официального уведомления; 2) для каждого дня предстоящего квартала указание полного адреса места, где спортсмен будет пребывать в течение ночи (например, домашний адрес, адрес временного места пребывания, отеля, др.); 3) для каждого дня предстоящего квартала указание наименования и адреса каждого объекта, где спортсмен будет тренироваться, работать или выполнять иные регулярные виды деятельности (например, наименование и адрес школы), а также указание обычного времени осуществления таких регулярных видов деятельности; 4) график соревнований / спортивных мероприятий спортсмена на предстоящий квартал, включая наименование и адрес каждого объекта, где планируется выступление спортсмена в течение квартала, и запланированную(ые) дату(ы) его выступления на данном(ых) объекте(ах); 5) 60-минутный интервал в промежутке времени с 5.00 до 22.00 для каждого дня предстоящего 	<p>В Общий пул тестирования входят спортсмены, состоящие в национальных сборных командах.</p> <p>Информация, которую следует предоставить в системе ADAMS:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) личную электронную почту и мобильный телефон спортсмена; 2) 60-минутный интервал в промежутке времени с 5.00 до 22.00 для каждого дня предстоящего квартала, когда спортсмен будет наверняка находится в указанном месте и будет доступен для тестирования; 3) для каждого дня предстоящего квартала указание полного адреса места, где спортсмен будет пребывать в течение ночи (например, домашний адрес, адрес временного места пребывания, отеля, др.); 4) для каждого дня предстоящего квартала актуальные расписание и места тренировок: указание наименования и адреса объекта, где спортсмен будет тренироваться, и время проведения тренировок.

<p>квартала, когда спортсмен будет наверняка находится в указанном месте и будет доступен для тестирования;</p> <p>б) номер мобильного телефона, по которому можно связаться со спортсменом.</p>	
--	--

Информация о местонахождении для спортсменов, входящих в Другие пулы:

Информация о местонахождении данных спортсменов (игровые виды спорта) может включать в себя: расписание и места УТС, тренировок, контактные данные тренера или представителя команды. Данная информация предоставляется по запросу (по электронной почте).

Для Пула тестирования игровых видов спорта информация подается от всей команды и включает в себя информацию о месте и времени проведения тренировок.

Материалы

Для спортсменов и тренеров можно использовать материалы, размещенные на сайте НАДА: nada.by/Образование/Материалы/Презентации, [/Руководства/](http://nada.by/Руководства) Печатные материалы; Всемирный антидопинговый кодекс; Международный стандарт по тестированию и расследованиям; [nada.by/Допинг-контроль/](http://nada.by/Допинг-контроль) Информация о местонахождении и Национальный регистрируемый пул тестирования.

4.11. Сообща о допинге

Как подозрение в применении допинга повлияет на возможности других спортсменов в спорте?

Лишит ли это кого-нибудь еще шанса принять участие в соревнованиях?

Как подозрение в применении допинга повлияет на дух спорта?

Дух спорта — это справедливость и другие ценности, связанные с чистым спортом, такие как уважение, здоровье, веселье и радость. Если людям разрешено употреблять допинг в спорте, насколько это справедливо по отношению к другим? Насколько это здорово? Как это помогает всем соревноваться на равных и получать положительный спортивный опыт?

Предотвратит ли сообщение о допинге от применения допинга другими?

Может ли это стать сдерживающим фактором для тех, кто рассматривает возможность употребления допинга? Может ли это создать прецедент для других, чтобы они также сообщали о подозрениях в употреблении допинга?

Может ли данный предполагаемый случай применения допинга нанести вред чьему-либо здоровью или благополучию?

Одна из основных причин, по которой допинг запрещен в спорте, заключается в том, что он может быть опасен для здоровья спортсменов.

Для защиты чистого спорта требуется, чтобы те, кто занимается спортом, **сообщали** о своих подозрениях в применении допинга. Спортсмен и персонал спортсмена могут безопасно и конфиденциально рассказать о своих подозрениях в отношении допинга.

В качестве первого шага мы рекомендуем зайти на сайт НАДА и ознакомиться с инструментами, которые разработаны антидопинговым агентством для того, чтобы каждый мог поделиться своими опасениями по поводу возможного нарушения антидопинговых правил и сообщить о допинге.

На сайте **nada.by** можно воспользоваться ресурсом «**Сообщи о допинге**», на сайте **ВАДА** это платформа «**Speak up!**» и на сайте **ИТА** это **Reveal**. Данные платформы, позволяют любому человеку абсолютно анонимно и не подвергая риску свою безопасность сообщать обо всем, что он видел, слышал или испытал на своем опыте и таким образом поддержать расследование случаев нарушения антидопинговых правил и преступной деятельности, связанной с такими нарушениями.

Материалы

При подготовке образовательных мероприятий для спортсменов групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп может быть использовано руководство «Спортивные ценности в каждый класс» ([nada.by/Образование/Материалы/Спортивные ценности в каждый класс](http://nada.by/Образование/Материалы/Спортивные_ценности_в_каждый_класс)), Гревцов А.Г. «Радуйся честной победе», Гревцов А.Г. «Тренинговая программа формирования критического отношения к допингу среди молодых спортсменов», Попова О.А. «Это модное слово допинг», Гревцов А.Г., Попова О.А. «Научись побеждать».

Для спортсменов более высокого уровня и тренеров можно использовать материалы, размещенные на сайте НАДА: [nada.by/Образование, Материалы/ Презентации](http://nada.by/Образование,Материалы/Презентации) и [/Печатные материалы](http://nada.by/Печатные_материалы); [nada.by/Навигация по Кодексу 2021 и Международным стандартам](http://nada.by/Навигация_по_Кодексу_2021_и_Международным_стандартам)/ [Акт об антидопинговых правах спортсменов](http://nada.by/Акт_об_антидопинговых_правах_спортсменов).

4.12. Обработка результатов

Обработка результатов начинается с момента уведомления или предварительного уведомления (в некоторых случаях) о нарушении антидопинговых правил спортсменом или персоналом спортсмена и заканчивается с вынесением обвинения и окончательного решения, включая окончание процесса слушаний в первой инстанции или рассмотрения апелляции (если она была подана).

Так, например, в случае неблагоприятного результата анализа спортсмена (положительного результата допинг-теста), организация ответственная за обработку результатов должна провести проверку, чтобы определить: (1) было ли у спортсмена разрешение на терапевтическое использование субстанции, обнаруженной в его пробе, выданное в соответствии с Международным стандартом по терапевтическому использованию, или разрешение на ТИ может быть получено ретроактивно, (2) существуют ли возможные отступления от Международного стандарта по тестированию и расследованиям при проведении процедуры допинг-контроля или Международного стандарта для лабораторий, которые привели к неблагоприятному результату анализа и/или вероятность того, что неблагоприятного результата анализа был вызван использованием запрещённой субстанции разрешенным методом.

В случае, если проверка неблагоприятного результата анализа не выявит наличия ТИ или права на него, как предусмотрено в Международном стандарте по терапевтическому использованию, отступление от Международного стандарта по тестированию и расследованиям или Международного стандарта для лабораторий, вызвавшее неблагоприятный результат анализа, или существует вероятность того, что Неблагоприятный результат анализа был вызван попаданием в организм соответствующей запрещенной субстанции определенным разрешенным образом, организация, ответственная за Обработку результатов, должна незамедлительно уведомить Спортсмена о:

- неблагоприятном результате анализа;

- том факте, что неблагоприятный результат анализа может привести к нарушению антидопинговых правил и повлечь за собой применимые последствия;

- праве спортсмена запросить анализ пробы «В»;

- возможности для спортсмена и/или представителя спортсмена присутствовать при открытии и анализе пробы «В» в соответствии с Международным стандартом для лабораторий;

- праве спортсмена запросить копию пакета лабораторной документации пробы «А», включающего информацию, собранную в соответствии с Международным стандартом для лабораторий;

- возможности для спортсмена предоставить объяснение в короткие сроки.

Спортсмен или его представитель имеет право присутствовать при вскрытии пробы «В».

Если результаты анализа пробы «В» подтверждают результаты анализа пробы «А», организация, ответственная за обработку результатов, должна незамедлительно уведомить спортсмена о таких результатах и предоставить спортсмену короткий срок для предоставления или дополнения своих объяснений.

После получения какого-либо объяснения от спортсмена организация, ответственная за обработку результатов, может в установленный срок и без

ограничений запрашивать у Спортсмена дополнительную информацию и/или документы или поддерживать связь с третьими сторонами, чтобы оценить достоверность объяснения.

Если после получения объяснения спортсмена или персонала спортсмена, или же по истечению крайнего срока для предоставления такого объяснения организация, ответственная за обработку результатов, (все еще) убеждена, что спортсмен или персонал спортсмена совершил нарушение(-ия) антидопинговых правил, организация, ответственная за обработку результатов, должна незамедлительно предъявить спортсмену или персоналу спортсмена обвинение в нарушении соответствующих антидопинговых правил.

В случае, если спортсмен или персонал спортсмена признает нарушение антидопингового правила и принимает предложенные последствия, либо считается нарушившим антидопинговое правило и принявшим последствия, организация, ответственная за обработку результатов, должна незамедлительно принять решение и уведомить о нем.

В случае, если спортсмен или персонал спортсмена запрашивает слушание, дело должно быть передано в комиссию по слушаниям организации, ответственной за обработку результатов (Дисциплинарная антидопинговая комиссия при НАДА).

Материалы

Для спортсменов, тренеров и родителей можно использовать материалы, размещенные на сайте НАДА: nada.by/ Образование, Материалы/ Презентации; nada.by/ Навигация по Кодексу 2021 и Международным стандартам/ Международный стандарт по обработке результатов.

4.13. Введение в чистый спорт и антидопинговую систему

В настоящее время антидопинговая система имеет четкую организованную структуру. Основными сторонами в сфере борьбы с допингом являются Всемирное антидопинговое агентство, правительства, спортивное сообщество – Международный олимпийский комитет, Международный паралимпийский комитет, международные федерации, национальные федерации, национальные антидопинговые организации, аккредитованные лаборатории, органы по рассмотрению спортивных споров, Спортивный арбитражный суд в Лозанне. Каждый элемент структуры имеет свое предназначение и функции, сложившиеся в результате совместной работы заинтересованных сторон.

Сфера ответственности ВАДА:

принимать и исполнять принципы и политику в соответствии с настоящим Всемирным антидопинговым кодексом;

проводить мониторинг соответствия настоящему Кодексу подписавшихся сторон;

утверждать международные стандарты, необходимые для имплементации Кодекса;

осуществлять аккредитацию и реаккредитацию лабораторий для проведения анализа проб или уполномочивать другие лаборатории проводить анализ проб;

разрабатывать и издавать руководства и модели лучших практик; поддерживать, осуществлять, уполномочивать, финансировать и координировать научные исследования в области борьбы с допингом, способствовать продвижению антидопинговых образовательных программ;

планировать и проводить эффективную программу независимых наблюдателей и другие виды консультативных программ в связи со спортивным мероприятием;

в исключительных случаях и по указанию Генерального директора ВАДА осуществлять допинг-контроль по собственной инициативе или по запросу других Антидопинговых организаций, сотрудничать с соответствующими национальными и международными организациями и агентствами, включая содействие в расследовании и разбирательствах, но не ограничиваясь этим;

утверждать, согласовывать с международными федерациями, Национальными антидопинговыми организациями и организациями крупных спортивных мероприятий, программы тестирования и анализа проб;

инициировать собственные расследования случаев нарушения антидопинговых правил и других действий, которые могут способствовать допингу.

Национальное антидопинговое агентство Беларуси

Учреждение «Национальное антидопинговое агентство» создано в 2005 году в целях предотвращения допинга в спорте и борьбы с ним, признанная Всемирным антидопинговым агентством национальная антидопинговая организация, реализующая Всемирный антидопинговый кодекс и антидопинговую программу в Республике Беларусь.

Основными задачами НАДА являются:

проведение допинг-контроля (проведение отбора спортсменов для допинг-контроля, осуществление сбора проб, их хранение, транспортировка в антидопинговые лаборатории, обработка результатов тестирования);

разработка и внедрение процедуры управления результатами допинг-контроля;

предупреждение применения субстанций и методов, внесенных в Список Всемирного антидопингового агентства (далее – ВАДА);

разработка и реализация информационных и образовательных программ по профилактике применения субстанций и методов, внесенных в Список ВАДА в организациях физической культуры и спорта Республики Беларусь независимо от организационно-правовых форм и форм собственности;

координация деятельности организаций физической культуры и спорта в сфере противодействия допингу;

повышение квалификации специалистов, проводящих допинг-контроль;

мониторинг эффективности принимаемых в Республике Беларусь мер по пресечению использования в спорте веществ и методов, внесенных в Запрещенный список ВАДА;

взаимодействие с ВАДА, национальными антидопинговыми организациями других стран, Международным олимпийским комитетом, международными федерациями по видам спорта, иными международными организациями в области предотвращения допинга в спорте и борьбы с ним;

сотрудничество с международными и национальными антидопинговыми организациями других стран в тестировании спортсменов, проведении научных исследований и разработки информационных и образовательных программ в области борьбы с допингом в спорте.

При НАДА сформирована независимая Дисциплинарная антидопинговая комиссия, которая выносит решения по фактам возможного нарушения антидопинговых правил.

В соответствии с Международным стандартом при НАДА создана Комиссия по терапевтическому использованию запрещенных субстанций. В ее состав входят специалисты различных областей медицины.

Материалы

Для спортсменов, тренеров и родителей можно использовать материалы, размещенные на сайте НАДА: nada.by/ Образование, Материалы/ Презентации, /Руководства/ Руководство для тренеров/ Руководство для врачей.

5. Термины и сокращения

ADAMAS, АДАМС: Система антидопингового администрирования и управления – это система, предназначенная для управления базой данных, расположенной в интернете, путем ввода, хранения, распространения данных и составления отчетов, разработанная для оказания помощи заинтересованным сторонам и ВАДА в их антидопинговой деятельности при соблюдении законодательства о защите данных.

АДО: Антидопинговая организация – ВАДА или подписавшаяся сторона, ответственная за принятие правил, направленных на инициирование, внедрение и реализацию любой части процесса допинг-контроля. В частности, антидопинговыми организациями являются международный олимпийский комитет, международный паралимпийский комитет, другие организаторы крупных спортивных мероприятий, которые проводят тестирование на своих спортивных мероприятиях, международные федерации и национальные антидопинговые организации.

АДП: Антидопинговые правила.

БАД: Биологически активные добавки к пище.

БПС: Биологический паспорт спортсмена – программа и методы сбора и обобщения данных, реализуемые в соответствии с международным стандартом по тестированию и расследованиям, а также международным стандартом для лабораторий.

ВАДА: Всемирное антидопинговое агентство.

ДЮСШ: Детско-юношеская спортивная школа.

Кодекс: Всемирный антидопинговый кодекс.

МСО: Международный стандарт по образованию.

МОК: Международный олимпийский комитет.

МФ: Международная спортивная федерация.

НАДА: учреждение «Национальное антидопинговое агентство».

НАДП: Нарушение антидопинговых правил.

НОК: Национальный олимпийский комитет.

НРПТ: Национальный регистрируемый пул тестирования.

НФ: спортивные федерации (ассоциации) по виду (видам) спорта.

ОДК: Офицер допинг-контроля – официальное лицо, обученное и наделенное организацией, ответственной за отбор проб, полномочиями исполнять обязанности, относящиеся к функциям ОДК в соответствии с Международным стандартом по тестированию и расследованиям.

ОПТ: Общий пул тестирования.

ОСК: Офицер по сбору крови – официальное лицо, имеющее соответствующую квалификацию и уполномоченное организацией, ответственной за отбор проб, отобрать пробу крови у спортсмена.

ПДК: Процедура допинг-контроля.

ПС: Персонал спортсмена – любой тренер, педагог, менеджер, агент, технический персонал команды, официальное лицо, медицинский персонал, родитель или любое иное лицо, работающее со спортсменом, оказывающее ему медицинскую помощь или помогающее спортсмену при подготовке и участии в спортивных соревнованиях.

ПрДК: Протокол допинг-контроля.

РПТ: Регистрируемый пул тестирования – список, составляемый отдельно международными федерациями на международном уровне и национальными антидопинговыми организациями на национальном уровне. Данный список состоит из элитных спортсменов, которые подлежат соревновательному и внесоревновательному тестированию, являющемуся частью плана сбора проб данной международной федерации или национальной антидопинговой организации, которые, в связи с этим, должны предоставлять информацию о своем местонахождении в соответствии со статьей 5.5 и Международным стандартом по тестированию и расследованиям.

РЦОП: Республиканский центр олимпийской подготовки.

СДЮШОР: Специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва.

СМИ: средства массовой информации.

Список: Список запрещенных веществ и методов (Запрещенный список) – список, устанавливающий перечень запрещенных веществ и запрещенных методов.

СОШ: средняя общеобразовательная школа.

ТИ: Разрешение на терапевтическое использование – разрешение, позволяющее спортсмену по медицинским показаниям использовать запрещенную субстанцию или запрещенный метод, но только при соблюдении условий, изложенных в Статье 4.4 Кодекса и Международном стандарте по терапевтическому использованию.

Ценностно-ориентированное образование: проведение мероприятий, в которых особое значение придается стимулированию развития личностных ценностей и принципов. Это укрепляет способность учащегося принимать решения в соответствии с моральными нормами.

ЦОР: центр олимпийского резерва.

УОР: средняя школа-училище олимпийского резерва.

6. Список рекомендуемой литературы

1. Всемирный антидопинговый кодекс/ Всемирное антидопинговое агентство. – Минск: ГУ «РУМЦ ФВН», 2022. – 156 с.
2. Антидопинговые правила Республики Беларусь/ учреждение «Национальное антидопинговое агентство». – Минск: ГУ «РУМЦ ФВН», 2022. – 92 с.
3. Международный стандарт по тестированию и расследованиям/ Всемирное антидопинговое агентство. – Минск: УО «Белорусский государственный университет физической культуры», 2021. – 140 с.
4. Международный стандарт «Список запрещенных субстанций и методов»/ Всемирное антидопинговое агентство. – Минск: ГУ «РУМЦ ФВН», 2022. – 42 с.
5. Международный стандарт по обработке результатов/ Всемирное антидопинговое агентство. – Минск: УО «Белорусский государственный университет физической культуры», 2021. – 88 с.
6. Международный стандарт по образованию/ Всемирное антидопинговое агентство. – Минск: УО «Белорусский государственный университет физической культуры», 2021. – 28 с.
7. Международный стандарт по терапевтическому использованию/ Всемирное антидопинговое агентство. – Минск: УО «Белорусский государственный университет физической культуры», 2021. – 44 с.
8. Акт об антидопинговых правах спортсмена/ Всемирное антидопинговое агентство. – 2021. – 10 с. – URL: <https://nada.by/upload/15-02-2021-1.pdf>.
9. Руководство по Международному стандарту по образованию/ Всемирное антидопинговое агентство. – Минск: ГУ «РУМЦ ФВН», 2022. – 192 с.
10. Руководство для родителей/ Всемирное антидопинговое агентство. – Минск: ГУ «РУМЦ ФВН», 2019. – 20 с. – URL: <https://nada.by/upload/medialibrary/dd4/dd440ebe02a406aabab9112557cd76b6.pdf>.
11. Руководство по антидопинговому обучению тренеров/ Д.А. Мужжухин, А.В. Лытина. – Минск: ООО «Колорград», 2018. – 72 с. – URL: <https://nada.by/upload/05-07-2021-1.pdf>.
12. Руководство по антидопинговому обучению врачей спортивной медицины/ Д.А. Мужжухин, А.В. Лытина. – Минск: ООО «Колорград», 2018. – 86 с. – URL: <https://nada.by/upload/05-07-2021-2.pdf>.
13. Рабочая тетрадь по антидопингу/ учреждение «Национальное антидопинговое агентство». – Минск: Арт-Пикси, 2022. – 58 с.
14. Спортивные ценности в каждый класс/ Всемирное антидопинговое агентство. – 2019. – 106 с. – URL: <https://nada.by/upload/sportivnie-cennosti.pdf>.

15. Научись побеждать/ А.Г. Грецов, Е.Г. Попова. – СПб., СПбНИИФК, 2006. – 52 с.
16. Радуйся честной победе/ А.Г. Грецов – СПб., ФГБУ СПбНИИФК, 2011. – 64 с.
17. Тренинговая программа формирования критического отношения к допингу среди молодых спортсменов/ А.Г. Грецов – СПб., 5 с.
18. Это модное слово «допинг»/ О.А. Попова – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2013. – 95 с.

Интернет-ресурсы:

19. Национальное антидопинговое агентство (официальный сайт). – URL: <https://nada.by/>.
20. Всемирное антидопинговое агентство (официальный сайт). – URL: <https://www.wada-ama.org/en/>.

7. Список использованной литературы

1. Всемирный антидопинговый кодекс/ Всемирное антидопинговое агентство. – Минск: ГУ «РУМЦ ФВН», 2022. – 156 с.
2. Антидопинговые правила Республики Беларусь/ учреждение «Национальное антидопинговое агентство». – Минск: ГУ «РУМЦ ФВН», 2022. – 92 с.
3. Международный стандарт по тестированию и расследованиям/ Всемирное антидопинговое агентство. – Минск: УО «Белорусский государственный университет физической культуры», 2021. – 140 с.
4. Международный стандарт по обработке результатов/ Всемирное антидопинговое агентство. – Минск: УО «Белорусский государственный университет физической культуры», 2021. – с. 27-35.
5. Руководство по антидопинговому обучению тренеров/ Д.А. Мужжухин, А.В. Лытина. – Минск: ООО «Колорград», 2018. – 53-60 с.
6. Руководство по антидопинговому обучению врачей спортивной медицины/ Д.А. Мужжухин, А.В. Лытина. – Минск: ООО «Колорград», 2018. – с. 4-9.
7. Международный стандарт по образованию/ Всемирное антидопинговое агентство. – Минск: УО «Белорусский государственный университет физической культуры», 2021. – 28 с.
8. Workbook: Developing your Education Program/ World anti-doping agency – 2021. – 11 с. – URL: <https://adel.wada-ama.org/share/asset/view/406>.
9. Example of an Athlete Curriculum/ World anti-doping agency – 2021. – 20 с. – URL: <https://adel.wada-ama.org/share/asset/view/407>.
10. Example of a Coach Curriculum/ World anti-doping agency – 2022. – 33 с. – URL: <https://adel.wada-ama.org/share/asset/view/740>.
11. Example of a Parents' Curriculum/ World anti-doping agency – 2022. – 24 с. – URL: <https://adel.wada-ama.org/share/asset/view/752>.