

МИНИСТЕРСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ



Государственное бюджетное
профессиональное образовательное
учреждение Московской области
«Училище (техникум) олимпийского
резерва №3»

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБУ МО «СШОР по
игровым видам спорта»

И.В. Сидорок

20 20 г.



УТВЕРЖДАЮ:

Заместитель директора

Н.В. Чупрова

« 01 » сентября 20 20 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.12. Антидопинг

Специальность 49.02.01 Физическая культура
(углубленная подготовка)

2020 г.
г.о. Химки

№п/п	СОДЕРЖАНИЕ	страница
1	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7 - 13
3	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
4	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Антидопинг

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины **Антидопинг** является частью профессиональной образовательной программы подготовки по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура Квалификация педагог по физической культуре и спорту

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина “ Антидопинг” входит в профессиональный модуль по программе углубленной подготовки.

Цели:

- предоставить спортсменам адекватную и объективную информацию о препаратах и средствах, применяемых в спорте с целью управления работоспособностью;
- сформировать у спортсменов отрицательное отношение к нарушению антидопинговых правил;
- познакомить будущих педагогов по физической культуре и спорту с методами и средствами проведения антидопинговой работы с воспитанниками;
- привить высокие морально-волевые качества, основу которых составляет внутреннее убеждение индивидуума о благородстве и справедливой спортивной борьбе.

Задачи:

1. Информирование о понятии «допинг», списке запрещенных к употреблению в спортивной практике веществ и методов, истории и основных причинах их несанкционированного использования некоторыми спортсменами и их тренерами (с всесторонним логическим обоснованием ключевого положения, сводящегося к тому, что допинговая проблема является главной угрозой развитию современного спорта).

2. Вооружение студентов четким пониманием всей совокупности негативных этических, психологических, медицинских, а также собственно спортивно-технологических последствий применения допингов в спортивной подготовке и соревновательной практике (для привития стойкого неприятия самой возможности ориентации на запрещенную группу субстанций и методов).

3. Подробное информирование о международных антидопинговых правилах Всемирного антидопингового агентства (ВАДА), поддержанных международными федерациями по наиболее массовым видам спорта, о существующей в настоящее время антидопинговой

законодательной базе и обучение навыкам поведения в процессе практической реализации установленных процедур допинг-контроля.

4. Раскрытие смыслового содержания принципов эффективной организации антидопинговой профилактической работы среди спортсменов (прежде всего – юных); обучение навыкам проведения спортивных мероприятий по пропаганде идеалов олимпийского движения, здорового образа жизни.
5. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, формирование нравственных убеждений спортсменов, негативного отношения к применению допинга в спорте, устойчивых ценностных ориентаций к олимпийским идеалам и ценностям.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- определять лекарственные препараты, имеющие допинговые субстанции в своем составе;
- подавать запрос на терапевтическое использование запрещенных субстанций;
- проводить разъяснительную работу среди спортсменов по недопустимости применения допинговых средств и методов.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- сущность олимпийских идеалов и ценностей, принципы честной спортивной борьбы;
- способы работы с Перечнем запрещенных лекарственных препаратов, содержащих допинговые субстанции и запрещенных к использованию в спортивном мире;
- о вреде применения допинга в спорте.

ПК и ОК, которые актуализируются при изучении учебной дисциплины:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплине:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – **102 часов**,

в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **50 часов**;

из них практической работы обучающегося - **18 часа**;

самостоятельной работы обучающегося - **34 часа**;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	102
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	50
практические занятия	18
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	34
<i>Итоговая аттестация в форме:</i>	Дифференцированного зачета, экзамена

Тематический план и содержание учебной дисциплины Антидопинг			
Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и практические работы обучающихся.	Количество часов	Уровень освоения
РАЗДЕЛ 1. Введение Тема 1 Олимпийские игры	История античных спортивных игр. Первые олимпийские игры современности. Понятие об идеалах олимпийского движения. Античные олимпийские игры и олимпийские игры современности связь времен. Понятие, сущность, значение и место олимпийского спорта в современном мире. Организация и функционирование олимпийского движения в системе международного спорта. Международное параолимпийское движение. Профессионализация любительского спорта в мировом спортивном движении .	2	2
	Самостоятельная работа : Подготовить доклад по теме «Олимпийские игры»	2	
Тема 1.1. Общие основы фармакологического обеспечения в спорте	Понятие о вредных привычках. Ранние формы допинга (кодеин, стрихнин). Создание инъекционного тестостерона. Группа препаратов на основе амфетамина . Стероидные препараты Синтетический тестостерон (дианабол). Борьба с применением допинга.	4	1
	Самостоятельная работа: Подготовить сообщение - анаболические стероиды.	2	
	Самостоятельная работа : Антидопинговый кодекс. Реферат	2	
Тема 1.2. Характеристика фармакологических препаратов и средств, применяемых в спортивной практике.	Сбалансированное питание и прием не запрещенных фармакологических веществ естественного и искусственного происхождения, способствующих обеспечению высокой работоспособности спортсменов.	2	2
	Витамины: водорастворимые витамины, жирорастворимые витамины, поливитаминные комплексы, коферменты (производные витаминов). Минералы. Микроэлементы. Энзимы. Адаптогены. Антиоксиданты и свободные радикалы (оксиданты). Антигипоксанты. Анаболизирующие препараты: гормоны, антигормоны, синтетические гормонально-активные препараты, коферменты, витаминopodobные вещества, ноотропы и психостимуляторы, антигипоксанты.	2	2

	Растительные препараты, обладающие анаболическим действием: кристаллические аминокислоты (β-формы), актопротекторы. Фосфагены. Иммуномодуляторы. Гепатопротекторы.	2	2
	Практическая работа №1 Просмотр видеофильма через you tube, свидетельствующих о вредном влиянии табакокурения, алкоголизма, наркомании. Обсуждение и дискуссия просмотренного материала. Проведение дискуссии на тему: "Вредные привычки и спорт".	2	3
	Практическая работа №2 Анкетирование (заполнение анкеты). Формирование знаний ведения здорового образа жизни через дневник самоконтроля спортсмена. Устный опрос	2	2
Тема 1.3 Фармакологическое обеспечение в подготовке спортсмена к соревнованиям.	Фармакологическое обеспечение этапов подготовки спортсменов: подготовительный, базовый, предсоревновательный периоды. Поддержание пика суперкомпенсации. Поддержание работоспособности.	4	2
	Самостоятельная работа : 1. Процедурные правила допинг-контроля. Доклад 2. Положение об организации и проведении антидопингового контроля в области физической культуры и спорта в РФ. Доклад	2	
Тема 1.4 Противодействие применению допинга в сфере спорта высших достижений	Общие положения об антидопинговой политике в олимпийском движении. Допинг-контроль и его организационные основы. Ответственность за использование допинга в олимпийском движении	2	2
	Практическая работа № 3 Подготовка и представление коротких сообщений на тему- здоровье человека и пагубность наркотиков, алкоголя, табака и допинга в спорте Устный опрос	2	3
	Самостоятельная работа . Подготовить доклад на тему- антидопинговые правила	2	
Раздел 2	Международные стандарты антидопинговой деятельности в спорте		

Тема 2.1 Профилактика применения допинга среди спортсменов	Допинг — лекарственные препараты и методы, применяемые спортсменами для искусственного, принудительного повышения работоспособности в период учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности.	4	2
	Самостоятельная работа: Международные стандарты антидопинговой деятельности в спорте. Реферат	2	
	Практическая работа № 4 Проведение диспута на тему: "Вредные привычки и спорт".	2	3
	Самостоятельная работа : Подготовить доклад на тему – профилактика применения допинга в спорте.	2	
Тема 2.2 Международные стандарты для списка запрещенных средств и методов.	Международные стандарты для списка запрещенных средств и методов Всемирного антидопингового кодекса — часть Всемирной антидопинговой программы. Нарушение антидопинговых правил. Список запрещенных веществ и методов (на данный момент). Вещества, запрещенные в отдельных видах спорта. Программа мониторинга. Наркотические анальгетики — лекарственные средства природного, полусинтетического и синтетического происхождения, имеющие выраженный болеутоляющий эффект с преимущественным влиянием на ЦНС, а также свойство вызывать психическую и физическую зависимость (наркоманию).	4	2
	Запрещенные вещества: 1) стимуляторы; 2) наркотики; 3) анаболические агенты; 4) диуретики; 5) пептидные гормоны, их аналоги и производные. Запрещенные методы: 1) кровяной допинг; 2) физические, химические, фармакологические манипуляции искажения показателей мочи	2	2
Тема 2.3.Процедурные вопросы допинг-контроля.	Допинг контроль. Соревновательное и вне-соревновательное допинг тестирование спортсменов. Процедура взятия проб.	2	1
	Практическая работа № 5 Отбор биопроб у спортсменов (проба А и Б). Транспортировка биопроб. Физико-химическое исследование биопроб. Оформление заключения по анализу проб А и Б. Санкции к лицам, применивший допинг. Устный опрос	2	2

	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовить реферат на тему: Идеалы и ценности олимпийского движения. Допингу в спорте нет.	2	
Тема 2.4.Всемирный антидопинговый кодекс и его характеристика.	Деятельность Всемирного антидопингового агентства (ВАДА). Всемирный антидопинговый кодекс — универсальный документ, на котором основывается Всемирная антидопинговая программа. Компоненты Всемирной антидопинговой программы. Роль и ответственность Международного олимпийского комитета и Международного паралимпийского комитета, международных спортивных федераций, национальных Олимпийских и Паралимпийских комитетов, национальных антидопинговых организаций, оргкомитетов крупных спортивных событий, ВАДА, спортсменов и их персонала.	4	2
	Самостоятельная работа : Подготовить доклад о морально-этических нормах спортсмена олимпийца и реферат на тему- Основы морально-этических норм в современном олимпийском спорте.	2	
	Практическая работа № 6 Проведение разъяснительной работы среди спортсменов по применению различных фармакологических веществ и средств. Ответить на вопросы.	2	3
	Самостоятельная работа : Доклад на тему- Защитные меры применения допинга в спорте	6	
	Практическая работа № 7 Обсуждение антидопинговых правил и допинг-контроля. Проведение разъяснительной работы о недопустимости применения допинговых средств и методов. Устный опрос	2	2
	Практическая работа 8. Составление индивидуальной фармакологической карты	2	
	Практическая работа 9. Семинар и обсуждение антидопинговых правил.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка к экзамену по вопросам.	7	

<p>Тема2.5. Альтернативные способы осуществления легальной фармакологической и иной эргогенической помощи спортсменам</p>	<p>Основы управления работоспособностью спортсмена. Системные факторы, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена: 1) недостаточное функционирование (дисбаланс) эндокринной системы; 2) нарушение кислотно-основного состояния и ионного равновесия в организме; 3) блокирование клеточного дыхания в работающих мышцах; 4) снижение энергообеспечения в мышцах; 5) запуск свободно-радикальных процессов в результате запредельных нагрузок; 6) нарушение микроциркуляции; 7) снижение иммунологической реактивности; 8) угнетение центральной нервной системы и периферической нервной системы. Органные факторы, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена: 1) снижение сократительной способности миокарда; 2) ослабление функции дыхания; 3) снижение функции печени, почек и других органов в результате запредельных физических нагрузок.</p>	<p>4</p>	
<p>Тема2.6 Витамины и БАДы в спортивной реабилитации</p>	<p>Сбалансированное питание и прием не запрещенных фармакологических веществ естественного и искусственного происхождения, способствующих обеспечению высокой работоспособности спортсменов. Витамины: водорастворимые витамины, жирорастворимые витамины, поливитаминные комплексы, коферменты (производные витаминов). Минералы. Микроэлементы. Энзимы. Адаптогены. Антиоксиданты и свободные радикалы (оксиданты). Антигипоксанты.</p>	<p>2</p>	
<p>Тема2.7. Проблема генетического допинга в спорте.</p>	<p>Проблема генетических модификаций для совершенствования физических качеств спортсмена.</p>	<p>2</p>	
<p>Тема2.8 Общие принципы и методология организации и проведения антидопинговой</p>	<p>Общие принципы построения программ антидопинговой профилактики. Исходные рекомендации Совета Европы и ВАДА по компоновке профилактических программ. Основные элементы информационных и образовательных антидопинговых программ.</p>	<p>4</p>	

профилактической работы			
Тема2.9 Рациональный тренировочный процесс в профилактике допинга	Рациональный тренировочный процесс в профилактике допинга	4	
	<i>Всего:</i>	102	
	<i>Из них аудиторных</i>	50	
	<i>практических</i>	18	
	<i>самостоятельных часов</i>	34	
	<i>Итоговая</i> <i>аттестация в форме</i>		ДЗ, экзамена

3. Условия реализации программы учебной дисциплины

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебной дисциплины:

Требует наличия учебного кабинета

Оборудование учебного кабинета:

Плакаты, таблицы, схемы.

Технические средства обучения:

Телевизор, видеоплеер, видеопроектор, диапроектор, персональный компьютер.

Специальная литература в библиотеке учреждения

3.2. Информационное обеспечение обучения, перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительная литература.

Основные источники:

1. «Правовые основы профессиональной деятельности», Издательство «Юрайт», 2019 г.
2. Олимпийское право. Правовые основы олимпийского движения. Алексеев С.В. Под ред. П.В. Крашенинникова. Учебник. Гриф УМЦ Профессиональный учебник. Издательство: Юнити-Дана, 2020 г.

Дополнительные источники:

Интернет-ресурсы: сайт РУСАДА, видеохостинг- youtube

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения текущего опроса, тестирования, а также экспертной оценки выполнения обучающимися самостоятельной работы в виде подготовки рефератов, презентаций и работы с учебной литературой., а так же выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований. По итогам обучения дисциплины – дифференцированный зачет, экзамен .

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения:	
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения	Фронтальный и индивидуальный опрос Опрос по индивидуальным заданиям

<p>профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p> <p>ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.</p> <p>ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p> <p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.</p> <p>ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.</p> <p>ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p> <p>ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.</p> <p>ОК 10. Осуществлять профилактику по применению допинга, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.</p>	<p>Отчёты по самостоятельным работам</p> <p>Оценка освоенных знаний в ходе выполнения заданной самостоятельной работы</p> <p>Оценка освоенных умений в ходе выполнения практических работ по темам</p> <p>Оценка уровня профессионализма деятельности обучающихся при выполнении практических работ</p> <p>Оценка уровня усвоения обучающимися материала тем при защите отчетных работ и других видах промежуточного и итогового контроля</p> <p>Подготовиться к итоговому зачетному занятию к экзамену</p>
--	---