



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации**

**ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
Кафедра физической культуры и безопасности жизнедеятельности

ОДОБРЕНО:

Руководитель ОП

\_\_\_\_\_ Е.Е. Соколов  
(подпись)

«28» августа 2025 г.

**Рабочая программа дисциплины**  
**Основы антидопингового обеспечения**

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль) образовательной программы:	

Иваново



### **1. Цели освоения дисциплины**

Целью дисциплины является освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области естественных наук, формирования у студента современных представлений об организации, значимости, роли и задачах допинг-контроля в спорте и реализации их в своей профессиональной деятельности.

### **2. Место дисциплины в структуре ОП**

Дисциплина «Основы антидопингового обеспечения» является обязательной дисциплиной базовой части образовательной программы.

Студент, приступающий к изучению данной дисциплины, должен обладать знаниями, полученными ранее в ходе изучения дисциплин: «Физиология человека», «Физиология спорта», «Анатомия человека», «Биомеханика двигательной активности», «Профилактика наркомании средствами спорта».

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности студентов к прохождению государственной итоговой аттестации.

Для освоения данной дисциплины обучающийся должен:

Знать: научно-биологические и практические основы физической культуры, методы и средства развития физического потенциала человека;

Уметь: использовать научно-биологические основы физической культуры и здорового образа жизни в развитии физического потенциала человека;

Владеть: опытом построения программ физического самосовершенствования и самовоспитания.

### **3. Планируемые результаты обучения по дисциплине**

#### **3.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина**

При реализации дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

б) общепрофессиональные (ОПК):

ОПК-8 – Способен проводить работу по предотвращению применения допинга

#### **3.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения формируемых компетенций.**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- что такое борьба с допингом (ОПК-8.1.);
- история борьбы с допингом в спорте ; (ОПК-8.1.)
- общие принципы борьбы с допингом ;
- что такое WADA и ее роль; (ОПК-8.1.)
- антидопинговая Конвенция Совета Европы (ОПК-8.1.);
- международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте (ОПК-8.1.);
- всемирные антидопинговые и международные стандарты (ОПК-8.1.).

Понимать и уметь объяснить:

- специфику методов анализа в процессе антидопингового контроля(ОПК-8.2.) ;
- пользоваться документами ВАДА (ОПК-8.2.);
- объяснять физическую и химическую основу методов, используемых лабораториями антидопингового контроля (ОПК-8.2.);
- объяснить правила отбора проб (кровь, моча) для антидопингового контроля (ОПК-8.2.) ;
- оценивать возможность (риск) использования конкретного препарата (субстанции), процедуры (ОПК-8.2.);
- объяснять и оценивать возможные негативные спортивные, медицинские, этические, финансовые и юридические последствия использования запрещенных средств в спорте (ОПК-8.2.)
- как проверить лекарственные средства (ОПК-8.2.);



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

- что такое разрешение на терапевтическое использование (TUE), как и где его получить (ОПК-8.2.).
- последствия для здоровья при использовании запрещенных веществ или методов (ОПК-8.2.);
- права и обязанности спортсменов (ОПК-8.2.) .

Владеть:

- методикой врачебно-педагогических наблюдений за лицами разного пола, возраста на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятий (ОПК-8.3.);
- методами ВАДА для оценки возможностей использования препарата в спортивной практике (ОПК-8.3.);
- методикой подбора легальных фармакологических средств или процедур для восстановления спортсмена при различных физических нагрузках (ОПК-8.3.);
- определять лекарственные препараты, имеющие допинговые субстанции в своем составе (ОПК-8.3.);
- подавать запрос на терапевтическое использование запрещенных субстанций (ОПК-8.3.).

#### 4. Объем и содержание дисциплины

Объем дисциплины составляет 2 зачетные единицы (72 часа).

##### 4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и трудоемкостью занятий лекционно-семинарского типа

Объем иной контактной работы и самостоятельной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Семестр	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по очной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по очной форме обучения)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Формы промежуточной аттестации
1.	Допинг и основные причины его употребления некоторыми спортсменами	7	1		Входная диагностика: тест с последующим обсуждением результатов
2.	Классификация допинговых средств и методов	7	2	1 прак. занятие	
3	Проблема генетического допинга в спорте	7	1	1 прак. занятие	
4	Последствия применения допингов	7	2	2 прак. занятие	Выступления на семинаре
5	Борьба с употреблением допинга в спорте. Правовой аспект проблемы допинга в спорте	7	2	2 прак. занятие	Выступления на семинаре
6	Антидопинговый контроль	7	2	2 прак. занятие	Выступления на семинаре
7	Политический и экономический аспект проблемы допинга в спорте	7	1	2 прак. занятие	
8	Альтернативные способы осуществления легальной фармакологической и иной эргогенической помощи спортсменам	7	1	2 прак. занятие	Опорный конспект
9	Общие принципы и методология организации и проведения антидопинговой профилактической работы	7	2	2 прак. занятие	
Итого по дисциплине:			14	14	Зачет



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Курс	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по заочной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по заочной форме обучения)
			Занятия лекцион- ного типа	Занятия семинар- ского типа	Формы промежуточной аттестации
1.	Допинг и основные причины его употребления некоторыми спортсменами	5	1	-	Входная диагностика: тест с последующим обсуждением результатов
2.	Классификация допинговых средств и методов	5	1	-	
3	Проблема генетического допинга в спорте	5	1	0,5 лабор. занятие	
4	Последствия применения допингов	5	1	0,5 лабор. занятие	Выступления на семинаре
5	Борьба с употреблением допинга в спорте. Правовой аспект проблемы допинга в спорте	5	1	1 лабор. занятие	Выступления на семинаре
6	Антидопинговый контроль	5	1	1 лабор. занятие	Выступления на семинаре
7	Политический и экономический аспект проблемы допинга в спорте	5	-	1 лабор. занятие	
8	Альтернативные способы осуществления легальной фармакологической и иной эргогенической помощи спортсменам	5	1	1 лабор. занятие	Опорный конспект
9	Общие принципы и методология организации и проведения антидопинговой профилактической работы	5	1	1 лабор. занятие	
Итого по дисциплине:			8	6	Зачет, контрольная работа

#### 4.2.Развернутое описание содержания дисциплины по разделам (темам)

##### Тема 1. Допинг и основные причины его употребления некоторыми спортсменами

1. Определение допинга и основные аргументы против его применения в спорте. Список запрещенных веществ и методов.

2. История употребления допингов спортсменами. Причины употребления допингов спортсменами.

##### Тема 2. Классификация допинговых средств и методов

1. Разновидности допинга. Запрещенные вещества: 1) стимуляторы; 2) наркотики; 3) анаболические стероиды; 4) диуретики; 5) пептидные гормоны, их аналоги и производные. Вещества, запрещенные в отдельных видах спорта.

2. Запрещенные методы: 1) кровяной допинг; 2) физические, химические и фармакологические манипуляции искажения показателей мочи.

3. Степень угрозы здоровью спортсмена.

4. Разница между допинговыми средствами и спортивными добавками. Энергетические напитки в спорте.

##### Тема 3. Проблема генетического допинга в спорте

1. Проблема генетических модификаций для совершенствования физических качеств спортсмена.



#### **Тема 4. Последствия применения допингов**

1. Программа мониторинга. Спортивно-технологические последствия применения допинга. Санкции к спортсменам. Автоматическое аннулирование индивидуальных результатов. Последствия для командных видов спорта.

2. Этически-нравственный аспект проблемы допинга в спорте. Система спортивных ценностей, нравственный мир человека, этические нормы в спорте, этическое обоснование антидопинговой политики. Олимпийская хартия, Международная хартия физического воспитания и спорта ЮНЕСКО: идеалы и ценности олимпизма в спортивной и соревновательной деятельности. Нравственные правила Олимпийской клятвы.

3. Психологические последствия применения допинга.

4. Медицинские последствия.

#### **Тема 5. Борьба с употреблением допинга в спорте. Правовой аспект проблемы допинга в спорте**

1. Антидопинговые организации в России и за рубежом. Меры борьбы спортивных федераций с применением допинга в спорте.

2. Всемирное антидопинговое агентство (WADA): история создания, структура, деятельность.

3. Всемирный антидопинговый Кодекс. История создания кодекса, основные положения и основные определения согласно антидопинговому кодексу. Всемирный антидопинговый кодекс – универсальный документ, на котором основывается Всемирная антидопинговая программа.

4. Всемирная антидопинговая программа, ее компоненты.

5. Общероссийские антидопинговые правила. Законодательством Российской Федерации и стран мира по вопросам, касающимся применения и распространения допинга.

6. Правовая база международных организаций (ООН, ЮНЕСКО, Совет Европы).

#### **Тема 6. Антидопинговый контроль**

1. Основные термины и определения, имеющие отношение к допинг-контролю.

2. Программы допинг-контроля, соревновательное и внесоревновательное тестирование, информация о местонахождении спортсменов. Использование аккредитованных и отобранных лабораторий. Цель отбора и анализа проб.

3. Процедуры допинг-контроля: отбор спортсменов для его прохождения, уведомление, сбор проб мочи, документация, взятие пробы крови, изменения процедуры для несовершеннолетних и спортсменов с ограниченными возможностями, хранение и транспортировка проб, анализ проб и обработка результатов, санкции, апелляции. Стандарты анализа проб и отчетности. Дополнительный анализ проб.

#### **Тема 7. Политический и экономический аспект проблемы допинга в спорте**

1. Формирования государственной политики Российской Федерации и стран мира в области допинга. Проблема международного сотрудничества. Финансирование антидопинговых организаций и антидопинговых исследований.

#### **Тема 8. Альтернативные способы осуществления легальной фармакологической и иной эргогенической помощи спортсменам**

1. 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)



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

снижение функции печени, почек и других органов в результате запредельных физических нагрузок.

Дополнительные факторы риска, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена: 1) режим и его нарушение; 2) соблюдение режима питания; 3) гиповитаминоз; 4) интоксикации различного происхождения; 5) соответствие требованиям спортивной одежды и обуви, спортивного инвентаря и оборудования; 6) факторы окружающей среды; 7) ограниченное и несистемное использование профилактических, лечебных, восстановительных средств в годичном цикле тренировки.

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.

Витамины: водорастворимые витамины, жирорастворимые витамины, поливитаминные комплексы, коферменты (производные витаминов).

Минералы. Микроэлементы. Энзимы. Адаптогены. Антиоксиданты и свободные радикалы (оксиданты). Антигипоксантами.

Анаболизующие препараты: гормоны; антигормоны; синтетические гормонально-активные препараты; коферменты, витаминоподобные вещества; ноотропы и психоэнергизаторы; антигипоксантами; растительные препараты, обладающие анаболическим действием: кристаллические аминокислоты (Б-формы); актопротекторы.

Фосфагены. Иммуномодуляторы. Гепатопротекторы. Регуляторы нервно-психического качества. Аминокислоты.

3. Фармакологическое обеспечение подготовки спортсмена к соревнованиям.

Фармакологическое обеспечение этапов подготовки спортсменов: подготовительный период; базовый период; предсоревновательный период.

Фармакологическое обеспечение спортсменов в период соревнований: поддержание пика суперкомпенсации; поддержание работоспособности.

Фармакологическое обеспечение спортсменов в период восстановления: срочное восстановление — пополнение запасов энергии; ликвидация кислородной задолжности; ликвидация роста количества свободных радикалов; восстановление после соревнований — выведение продуктов метаболизма из организма; реабилитация и лечение перенапряжения различных органов и систем; лечение травм; психосоматическая реабилитация.

## **Тема 9. Общие принципы и методология организации и проведения антидопинговой профилактической работы**

1. Общие принципы построения программ антидопинговой профилактики. Исходные рекомендации Совета Европы и ВАДА по компоновке профилактических программ. Основные элементы информационных и образовательных антидопинговых программ.

2. Основные задачи, решаемые в процессе разработки технологий антидопинговой профилактики. Особенности реализации олимпийского образования в контексте проведения антидопинговой профилактической работы с юными спортсменами.

## **5. Образовательные технологии**

При реализации различных видов учебной работы предусматривается использование активных и интерактивных форм занятий: проблемного обучения, электронного обучения, технология развития критического мышления в сочетании с внеаудиторной работой с использованием электронных ресурсов и интернет-ресурсов. Методы: дискуссия, групповая работа, решение ситуационных задач.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: технологии смешанного обучения, мультимедиа технологии.



## **6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Самостоятельная работа студентов обеспечивается посредством работы в системе электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет» <https://uni.ivanovo.ac.ru>, где размещены методические материалы.

Полностью весь методический материал по обеспечению самостоятельной работы студентов приведён в Приложении 1 к рабочей программе.

## **7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по дисциплине**

Текущий контроль проводится в тестовой форме. Зачет проводится в устной форме.

Отметка «зачтено» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

Отметка «не зачтено» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Отметка «не зачтено» выставляется также, если обучающийся после начала зачета отказался его сдавать.

## **8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.**

### **а) основная литература:**

1. Миллер Л.Л. Спортивная медицина: учебное пособие / Л.Л. Миллер; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - М.: Человек, 2015. - 184 с. <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=298248>
2. Всемирный антидопинговый кодекс. Версия 3.0 20 фев.2003 г. // URL: <http://www.wada-ama.org>.
3. Алексеев, С.В. Олимпийское право. Правовые основы олимпийского движения : учебник / С.В. Алексеев ; ред. П.В. Крашенинников. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 687 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-238-01667-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117046>.

### **б) Дополнительная литература:**

1. Алексеев, С.В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте : учебник / С.В. Алексеев. - Изд. 2-е, испр. и доп. - Москва : Спорт, 2017. - 668 с. - ISBN 978-5-906839-91-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471212>
2. Сапего, А.В. Физическая реабилитация: учебное пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет», Кафедра медико-биологических основ физического воспитания и спортивных дисциплин. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. - 210 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1652-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278925>

### **в) Интернет-ресурсы и программное обеспечение**

Система электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет» <https://uni.ivanovo.ac.ru>

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru);

<http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka>

Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/elibnew>

Электронный каталог НБ ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/ek>



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows, пакет офисных программ Microsoft Office и(или) LibreOffice, интернет-браузер Microsoft Edge и(или) Yandex Browser.

**9. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Учебные аудитории:

- для проведения занятий лекционного типа с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории;
- для проведения занятий семинарского типа, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения;
- для проведения занятий семинарского типа, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения.

Лаборатория, оснащенная лабораторным оборудованием, комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенное комплектом специализированной учебной мебели, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в ЭИОС.

Демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия для занятий лекционного типа, обеспечивающие тематические иллюстрации

**Автор-составитель рабочей программы дисциплины:** доцент кафедры физической культуры и безопасности жизнедеятельности, к.п.н. Толстова С.Ю.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры физической культуры и безопасности жизнедеятельности «28» августа 2025г., протокол № 1

Программа обновлена  
протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_\_ г.

Программа обновлена  
протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_\_ г.