

Мероприятие (беседа) на тему:

«Допинг: определение, последствия и антидопинговые правила»

Цель: ознакомление юных футболистов с понятием допинга, видами запрещенных веществ, последствиями их приема, правилами борьбы с ними и защитой здоровья спортсмена.

Контингент: воспитанники отделения футбол МБУ ДО «Спортивная школа Рыбинского района»

Беседу провел: тренер-преподаватель по футболу МБУ ДО «Спортивная школа Рыбинского района» Козлов Александр Сергеевич

План мероприятия

I. Что такое допинг?

Допингом называют использование спортсменами препаратов или методов, направленных на искусственное повышение спортивных результатов путем изменения физиологических функций организма. Это нарушает принципы честной конкуренции и угрожает здоровью спортсменов.

II. Классификация и виды допинга

Согласно Всемирному антидопинговому кодексу (WADA):

1. Запрещенные вещества и методы:

- **Стимуляторы:** амфетамины, эфедрин, кофеин (при превышении определенной концентрации).
- **Анаболики:** тестостерон, анаболические стероиды.
- **Диуретики:** мочегонные средства для снижения веса или маскировки других препаратов.
- **Гормоны роста,** инсулин, эритропоэтин (EPO).
- **Наркотики:** каннабиноиды, опиаты.

2. Методы улучшения показателей:

- Трансфузии крови («кровавый допинг»).
- Генная терапия.
- Использование механических устройств для повышения выносливости.

III. Права и обязанности спортсменов согласно антидопинговым правилам

Спортсмен обязан соблюдать следующие требования:

- Не употреблять запрещённые препараты и методы.
- Сообщать точное местонахождение для прохождения тестирования вне соревнований.
- Регулярно проходить тестирование на предмет наличия запрещённых веществ.
- Быть осведомленным обо всех изменениях в списке запрещённых препаратов.
- Немедленно сообщать о любых подозрениях относительно нарушений антидопинговых норм коллегами или третьими лицами.

Права спортсмена включают защиту конфиденциальности, право на справедливый процесс расследования возможных нарушений и апелляцию в случаях положительной пробы.

IV. Последствия употребления допинга

Последствия могут быть разнообразными и затрагивать разные сферы жизни спортсмена:

- **Здоровье:** риск сердечно-сосудистых заболеваний, онкологии, бесплодия, гормональных сбоев, психических расстройств.
- **Карьерные перспективы:** потеря медалей, титулов, штрафов, запрет участия в соревнованиях.
- **Репутационные риски:** позор, недоверие болельщиков, снижение доверия спонсоров и партнеров.

Примеры последствий широко известны российским болельщикам, особенно в свете скандала с российским спортом, вызванного употреблением допинга на Олимпийских играх в Сочи и последующих разбирательствах WADA.

V. Заключение

Соблюдение антидопинговых правил является важным аспектом профессиональной карьеры каждого спортсмена. Игнорирование требований влечет серьезные последствия, влияющие на физическое состояние, карьеру и репутацию атлета. Важно осознавать ответственность перед собой, своей командой и обществом, делая выбор в пользу чистого спорта и здорового образа жизни.

Вопросы юным футболистам:

- Какие последствия могут наступить для российского спорта вследствие выявленных случаев нарушения антидопинговых правил?
- Каковы новые тенденции в борьбе с использованием допинга?
- Почему важно соблюдать рекомендации врачей при приеме медикаментов и пищевых добавок?

Таким образом, мероприятие позволит повысить уровень информированности воспитанников о негативных последствиях допинга и важности соблюдения этических принципов спортивной деятельности.