к Приложению №12

Занятия по антидопингу

Занятие №1

Тема: «Обоснование актуальности проблемы допинга и борьбы с ним. Формулирование определения понятия «допинг».

Беседа «Мотивация прибегания к допингу» (рассказ с элементами диалога про то, что, побуждает спортсменов к таким действиям, подвергая риску свое здоровье и репутацию, нарушая морально-этические принципы).

«Мозговой штурм» на тему «Причины, побуждающие к допингу» (в подгруппах по 3-4 человека), представление результатов. Формирование общего перечня факторов, могущих подтолкнуть к таким действиям.

Заполнение таблицы «Плюсы и минусы» (первый этап выполняется детьми в подгруппах, на втором тренер (медработник) с их слов заполняет общую таблицу, при необходимости добавляя не отмеченные нюансы).

Преимущества, даваемые допингом	Цена вопроса	
	Очевидные недостатки	Скрытые риски
1	2	3

При обсуждении и подведении итогов акцент на содержании колонок 2 и 3.

1. Примечание: таблица демонстрируется с помощью мультимедиа-проектора, тренер (медработник) со слов детей печатает на компьютере предлагаемые варианты в соответствующих столбцах, что отображается в режиме реального времени. Или организовать работу с записями на традиционной доске или флип-чарте.
2. Допинг, означает именно действие (нарушение антидопинговых правил), а не те вещества или физиологические процедуры, которые при этом используются.

Занятие №2

Тема «Знакомство с основными разновидностями допинга».

Занятие начинается с рассказа тренера (медработника) о том, что такое допинги, на каком основании те или иные действия относят к их числу, почему они запрещены в спорте.

Практическая работа: дети делятся на 4-6 подгрупп, в каждую дается для совместного прочтения и обсуждения текст с кратким описанием одной из групп допинга и обоснованием причин их запрещения в спорте (объем текста приблизительно 1 стр.). Потом представители каждой из подгрупп рассказывают другим то, что они узнали про группу допинга, описанную в доставшейся им распечатке. Рассматриваются такие группы препаратов и процедур: анаболические стероиды, бета-2-антагонисты, пептидные гормоны и их аналоги, диуретики, стимуляторы и наркотики, запрещенные допинговые методы.

В конце занятия групповая дискуссия «Скептики». Тренер (медработник) озвучивает несколько стереотипных суждений о допинге (к нему якобы прибегают практически все спортсмены, при правильном применении невозможно разоблачение и т.п.). Задача детей – рассуждая с позиции экспертов, придерживающихся скептического взгляда на суждения, выдвинуть как можно больше аргументов против них.

Занятие №3

Тема «Спорт без допинга»

Занятие начинается с краткого рассказа тренера (медработника) о том, какие не связанные с допингом способы позволяют обеспечить рост спортивных результатов. Оцениваются требования, которым должны отвечать эти способы, чтобы обеспечить максимальную эффективность.

По результатам заполняется таблица (сначала варианты выдвигаются методом «Мозгового штурма» в подгруппах по 4-5 чел., потом заполняется сводный вариант таблицы, при необходимости добавляя упущенные детьми условия).

Способ повышения результатов	Каким требованиям должен отвечать этот способ, чтобы показать максимальную эффективность?
Обычная тренировка	
Специальные тренировочные условия (например, высокогорная подготовка)	
Психологическая подготовка	
Рациональная организация жизнедеятельности	
Использование разрешенных достижений спортивной медицины	

Групповая дискуссия «Парадоксы». Предлагаются суждения о допинге, выглядящие на первый взгляд парадоксально, содержащие противоречия (например, утверждение, что допинг был в спорте всегда, а в проблему превратился только благодаря борьбе с ним). Сначала утверждения обсуждаются с позиции того, содержат ли они долю истины и какие последствия может иметь их признание, а потом даются комментарии с позиции скептически настроенного эксперта.

Занятие №4

Тема «Оценка потенциальной эффективности различных слоганов социальной рекламы, направленной на искоренение допинга».

Предлагается ряд слоганов антидопинговой тематики (например: «На олимпийском флаге пятен нет», «Победа – личное достижение спортсмена, а не фармаколога»), участникам предлагается оценить их эффективность по 5-балльной шкале.

Изготовление и презентация плакатов, рисунков антидопинговой направленности. Плакаты готовятся в подгруппах по 3-4 чел., можно использовать рисовальные принадлежности, вырезки из печатных изданий, фотографии и т.п.

Конкретизация личных целей и ресурсов в области спорта. Каждый участник формулирует ответы на следующие вопросы:

• Какую цель я ставлю для себя в спорте на ближайший год?

• Какие именно шаги мне нужно предпринять для достижения этой цели?

• Какие шаги мной уже сделаны? Что свидетельствует о том, что я уже нахожусь на пути к этой цели?

• На какие ресурсы в достижении цели я могу опереться?

• Что именно я должен сделать, чтобы как можно быстрее продвинуться к этой цели на один шаг? Когда я это сделаю?