

ПРОТОКОЛ № 9

Заседания тренерско - методического совета МБУ ДО СШ

Дата проведения: «15» мая 2025 г.

Место проведения: МБУ ДО СШ, пл. Терлецкого 2, корпус 2

Время проведения: 10.00

Общее количество лиц, присутствующих на заседании - 36 человек.

Председатель собрания – Кримова О.Т., инструктор-методист

Секретарь собрания – Литовченко О.Ю., председатель профсоюз

ПОВЕСТКА ДНЯ:

1. Планирование работы спортивной школы в летний период.
2. Разработка методических материалов и рекомендаций для юных спортсменов.
3. Прием промежуточных контрольных нормативов в 2024-25 учебном году.

1. Планирование работы спортивной школы в летний период.

По первому вопросу выступила зам. директора по УВР Н.А. Вдовиченко

Главной целью организации работы в летний период в нашем учреждении будет: создание максимально эффективных условий тренировки и воспитания юных спортсменов в сочетании с оздоровлением, закаливанием и активным отдыхом. Исходя из поставленной цели будут решаться следующие задачи:

- продолжение эффективного тренировочного процесса;
- совершенствование функциональных возможностей детского организма;
- сочетание тренировочных нагрузок с активным закаливанием и укреплением здоровья занимающихся;
- построение воспитательного процесса направленного на помощь детям в осознании, что главная ценность каждого человека это здоровье, которое формируется, посредством ежедневной двигательной активности.

Решили:

Проводить тренировочные занятия на свежем воздухе, при оптимальной температуре окружающей среды. При неблагоприятном температурном режиме переносить занятия на более раннее время.

По возможности, сочетать тренировки с закаливанием водой, босохождением и самомассажем ног. Проводить экскурсии, подвижные игры, минисоревнования между группами разных отделений.

Решение принято единогласно.

2. Разработка методических материалов и рекомендаций для юных спортсменов.

По второму вопросу выступил Устьякин И.Н., который представил разработанные по теме материалы.

ПАМЯТКА СПОРТСМЕНУ

1. Всегда уважать соперника, уважать независимо от его титулов и званий.
2. Не давать конкуренту в любых, самых неприятных для тебя ситуациях повода подумать, что ты его боишься, наоборот, надо соперников всегда держать в напряжении: пусть не ты его, а он тебя боится.
3. Всегда верить в себя и в свою победу. Всегда идти вперед и только вперед.
4. Не завидовать другим, не искать причины своих неудач на стороне, не считать, что сопернику просто повезло, а тебе нет. Всегда надеяться только на себя самого, всегда трудиться больше, чем все, никогда, ни при каких случаях не раскисать.
5. Если ты силен, если уверен в себе, честно ведешь борьбу, никакие судьи не помешают тебе победить. Они могут потрепать нервы, сделать твою победу в два, три раза труднее, чем она могла бы быть, но отнять ее они уже не могут. Ты должен честно и до конца делать дело, которое тебе доверили.

И.т.д.

Десять главных заповедей для спортсмена, как стать еще удачливее

1. Всегда и везде жди от себя только больших и маленьких побед.
2. Если на тебя свалился успех, сделай все, чтобы все об этом узнали и убеждай себя в том, что это закономерность.
3. Будь во всем последовательным и принципиальным.
4. Никогда не действуй напролом. По возможности придерживайся советов старших и старайся прислушиваться к ним.
5. Проверяй себя, свои способности и не стремись избегать трудных ситуаций, постарайся их преодолевать.

6. Никогда не заостряй внимания на своих бедах и неприятностях, постарайся избегать мыслей о них.

7. Анализируя конфликт, не пытайся свалить вину на другого – лучше посмотри на себя и подумай, что сделать, чтобы наладить отношения со значимым для себя собеседником.

8. Относись ко всему серьезнее, но позволяй себе прислушиваться к своим мыслям и чувствам.

9. Не рассматривай неудачу как окончательное поражение и больше работай над собой.

10. Научись любить себя и чаще хвалить!

И т.д.

Решили:

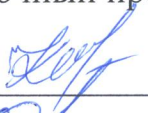
Тренерам – преподавателям, в период летних каникул, провести мотивационную работу используя предоставленные методические материалы, как компонент психологической подготовки спортсменов.

Решение принято единогласно.

3. Прием промежуточных контрольных нормативов в 2024-25 учебном году.

По третьему вопросу выступила инструктор – методист О.Г. Крюкова.

Совместители принимают контрольные нормативы до 1 июня 2025 года, основные работники принимают тесты до середины июня. После приема нормативов, тренера- преподаватели делают анализ полученных результатов: по приросту (регрессу) показанных результатов по сравнению с входным тестированием на начало учебного года. В последствии вносятся коррективы в учебно – тренировочный процесс.

Председатель 

Секретарь 





Утверждаю
Директор МБ
«МБУ ДО СШ»
Олончинин Цэцэг
ОГРН 1022304730918

ПЛАН
работы ТРЕНЕРСКО - МЕТОДИЧЕСКОГО СОВЕТА
МБУ ДО СШ МО Темрюкский район на 2024-2025 учебный год

Задачи:

1. Выявление пробелов в уровне развития педагогических компетенций, для формирования ИОМ;
2. Обеспечение педагогам персонального профессионального развития с учетом личностных характеристик и специфики работы;
3. Создание условий для повышения качества, вариативности и доступности образовательных услуг для обучающихся с разным уровнем спортивной подготовки;
4. Создать условия для участия членов педагогического коллектива в различных конкурсах профессионального мастерства.
5. Обеспечение условий для повышения уровня квалификации тренеров-преподавателей, их эрудиции и компетентности в моделировании мотивации достижения успеха своими воспитанниками;
6. Оказание всесторонней методической помощи при решении вопросов возникающих в процессе работы.

№ п/п	Обсуждаемые вопросы	Сроки	Ответственные
1.	1. Обсуждение и утверждение плана работы ТМС на 2024-25 учебный год. Выбор председателя и секретаря ТМС спортивной школы. 2. Инструктаж о комплектовании личных дел воспитанников спортивных отделений. Инструктаж о порядке ведения журналов учета посещения воспитанниками ТЗ. 3. Инструктаж тренеров-преподавателей по соблюдению техники безопасности и профилактики травматизма на ТЗ. 4. Аттестация педагогических работников в 2024-25 г.	Сентябрь-октябрь, 2024	Зам. директора по УВР, инструктора-методисты
2.	1. Проектирование индивидуальных образовательных маршрутов (ИОМ) для тренеров – преподавателей, с целью устранения профессиональных дефицитов. 2. Участие в вебинарах, семинарах, курсовая переподготовка, лекториях, открытых занятиях и мастер-классах. 3. Изучение профессиональной литературы и периодики. 4. Саморазвитие, самообразование, самовоспитание. 5. Наставничество.	В течение года	Администрация, тренерско – преподавательский состав
3.	1. Подготовка статистических отчетов по итогам календарного года по всем направлениям работы. 2. Анализ уровня физической и технической подготовленности занимающихся МБУДО СШ по итогам приема контрольных нормативов на отделениях по видам спорта. 3. Мотивация детей к занятиям спортом.	Ноябрь-декабрь, 2024	Зам. директора по УВР и СМР, инструктор-методист, ст. тренеры-преподаватели, тренеры-преподаватели
4.	1. Отчеты тренеров-преподавателей о результатах работы в 2024 г. 2. Участие в месячнике патриотического воспитания. 3. Планирование участия команд СШ в соревнованиях районного и краевого значения, согласно, календарного плана спортив-	Декабрь, 2024 – февраль, 2025	Директор МБУ ДО СШ, зам. директора по УВР, инструктор-методист, тренеры-преподаватели

	но-массовых мероприятий на 2025 год. 4. Антидопинговая работа,		
5.	1.Работа с воспитанниками, имеющими повышенную мотивацию к учебно-спортивной деятельности. 2. Оказание методической помощи тренерам-преподавателям (выполнение программного материала). 3.Профилактика травматизма на тренировочных занятиях и во время проведения соревнований, и спортивных мероприятий.	Март – апрель,2025	Зам. директора по УВР и СМР, инструктор-методист, тренеры-преподаватели
6.	1.Подготовка и сдача отчетной документации тренерами-преподавателями за первое полугодие 2025 года. 2.Участие и проведение спортивных мероприятий, посвященных Победе в Великой Отечественной войне. 3.Итоги аттестации и повышения квалификации педагогических работников МБУ ДО СШ. 4.Подведение итогов работы методического совета за 2024-2025 учебный год. 6.Проведение и организация летней оздоровительной кампании. Оказание методической помощи тренерам-преподавателям, работающим в летнем спортивно-оздоровительном лагере, в составлении планов работы, методической копилки. 7.Профилактика травматизма, ДДТТ, соблюдение воспитанниками ПДД.	Май- июнь,2025	Зам. директора по УВР, ин- структор-методист, трене- ры-преподаватели

В период реализации плана работы методического совета МБУ ДО СШ на 2024-2025 учебный год, возможны корректировки, дополнения и изменения.

ПРОТОКОЛ № 3

Заседания тренерско - методического совета МБУ ДО СШ

Дата проведения: «21» ноября 2024 г.

Место проведения: МБУДО СШ, пл. Терлецкого 2, корпус 2

Время проведения: 10.00

Общее количество лиц, присутствующих на заседании - 36 человек.

Председатель собрания – Крюкова Олеся Геннадьевна, инструктор

Секретарь собрания – Миховская Ольга Юрьевна, инструктор

ПОВЕСТКА ДНЯ:

1. Подготовка статистических отчетов по итогам календарного года по всем направлениям работы.
2. Анализ уровня физической и технической подготовленности занимающихся МБУДО СШ по итогам приема контрольных нормативов на отделениях по видам спорта.
3. Мотивация детей к занятиям спортом.

1. Подготовка статистических отчетов по итогам календарного года по всем направлениям работы.

По данному вопросу повестки дня слушали инструктора – методиста Крюкову Олеся Геннадьевну. Она рассказала, что на конец календарного года все тренера- преподаватели должны предоставить статистический отчет по всем направлениям работы. В отчете показывается результативность спортивной работы: количество соревнований, в которых приняли участие воспитанники; число и уровень занятых мест; присвоенные разряды. Так же указываются мероприятия, проведенные с воспитанниками в рамках учебно – воспитательной работы. Плюс ко всему тренер-преподаватель указывает свои личные достижения как спортивные, так и в профессиональной деятельности, пройденные обучающие мероприятия и курсовые подготовки и т.д. Необходимость данной работы обуславливается тем, что полученные сведения нужны для проведения анализа проделанной педагогами работы за год, с целью определения уровня эффективности деятельности.

Решили:

Всему педагогическому составу предоставить информацию согласно установленных сроков.

Решение принято единогласно.

2. Анализ уровня физической и технической подготовленности занимающихся МБУДО СШ по итогам приема контрольных нормативов на отделениях по видам спорта.

По этому вопросу слушали зам. директора по СМР Литовченко О.Ю. Она рассказала, что проанализировав полученные результаты контрольного входного тестирования на начало учебного года, были сделаны определенные выводы о физическом состоянии обучающихся и их технической подготовленности в избранных видах спорта.

На всех отделениях уровень физподготовки воспитанников соответствует показателям установленным реализуемыми программами спортивной подготовки. А это определенные нормативы и их количественный показатель, позволяющий зачислить обучающегося на определенный этап обучения при успешном результате тестирования.

Уровень технической подготовленности оценивается на тренировочном этапе, поскольку этап начальной подготовки не подразумевает тестирование этого компонента в виду недостаточно сформированных и отработанных динамических стереотипов спортивной деятельности. Анализ показанных результатов говорит о том, что и этот показатель спортивной подготовки в тренировочных группах соответствует требованиям программ при исходном тестировании занимающихся на начало учебного года.

В спортивно – оздоровительных группах также предусмотрено тестирования физической подготовки занимающихся, но по упрощенной форме. Полученные результаты тоже показали положительные результаты. Т

Решили:

Решение принято единогласно.

3. Мотивация детей к занятиям спортом.

По данному вопросу повестки дня выступил тренер – преподаватель отделения легкой атлетики. Устьякин И.Н. (материал по данной теме предоставлен ниже).

Слово «мотивация» впервые употребил А. Шопенгауэр в статье «Четыре принципа достаточной причины». Этот термин - мотивация как психическое явление - прочно вошёл в психологический обиход для объяснения причин поведения человека.

Мотивация - это осознанная причина активности человека, направленная на достижение определённой цели, совокупность различных побуждений к определённой активности, которые порождают, стимулируют и регулируют эту активность.

Мотивация занимает ведущее место в структуре личности, пронизывая все её структурные образования: направленность личности, характер, эмоции, способности, психические процессы.

Мотивация рассматривается как психическое состояние, формирующееся в результате соотнесения человеком своих потребностей и возможностей с особенностями конкретной деятельности и служащее основой для постановки и осуществления её целей.

Мотивация, как и волевые качества, формируется продолжительное время.

Что касается спортивной мотивации, то она специфична.

Развитие личности средствами спорта начинается с детского возраста, в котором движущей силой включения в спортивную деятельность является мотивация. Психологические условия развития спортивной мотивации, побуждающие детей заниматься спортом, интенсивно тренироваться, участвовать в соревнованиях, работать над собой, взаимодействовать со сверстниками, отказываться от некоторых привлекательных видов досуга в пользу тренировок и спортивных состязаний, прилагать усилия для преодоления трудностей, пока ещё остаются не до конца изученным явлением.

Специфичность спортивной мотивации обусловлена качественным своеобразием спортивной деятельности. Выделяют два уровня спортивной мотивации:

- общая мотивация. Её формирование является задачей всего воспитательного процесса. Необходимым условием этого является постановка и закрепление в сознании ребёнка далеко поставленной цели;

- мотивированность на данной тренировке, на конкретном этапе подготовки, которая, преломляясь через общую мотивацию, актуализируется посредством осознания задач данного этапа подготовки и самооценки своего состояния, функционирования возможностей.

Развитие и функционирование спортивной мотивации предполагает необходимость высокого уровня развития ряда свойств личности:

- положительное отношение к спорту и преодоление трудностей спортивной деятельности;

- эмоционально-волевых качеств - целеустремлённости, решительности, настойчивости, уверенности в своих силах, самообладания, находчивости, эмоциональной устойчивости, чувства коллективизма и его проявлений.

Спортивная мотивация определяется, как актуальное состояние личности спортсмена, служащее основой для постановки и осуществления целей, направленных на достижение максимально возможного на данный момент спортивного результата.

Каждый ребёнок нуждается в мотивации к занятиям спортом. Мотивация помогает достичь желаемых результатов.

Особенно важно уделять внимание формированию устойчивой мотивации к занятиям спортом на начальной стадии спортивной подготовки.

Что мотивирует детей заниматься спортом?

В основе мотивации, побуждающей и побудившей к занятиям спортом, лежат потребности, которые подразделяются на:

- 1) физиологические;
- 2) психологические;
- 3) социальные;
- 4) материальные.

На мотивацию оказывают влияние возрастные особенности детей.

У дошкольника по умолчанию есть желание общаться с родителями, походить на них. Это значит, что ребёнок 3-6 лет получает сильные и значимые положительные эмоции от контакта с родителями. Положительные эмоции - та связка, с помощью которой новая мотивация прикрепляется к уже имеющейся. Прикрепление происходит путём совмещения в ситуации того, в чём ребёнок уже заинтересован, и того, в чём мы хотим его заинтересовать.

Этот процесс называется «переключение эмоций» со старого содержания на новое, в результате чего происходит «мотивационное обусловливание» (В. К. Виллюнас).

Исследователи выявили 6 механизмов мотивирования ребёнка к занятиям спортом, с помощью которых можно повысить мотивацию ребёнка к достижению цели в домашних условиях.

Огромная роль в мотивации принадлежит положительным эмоциям, которые являются стимулирующим фактором.

В младшем школьном возрасте (это возраст, когда многие дети начинают заниматься спортом) мотивацией ребёнка к занятиям спортом может быть удовлетворение естественной биологической потребности в движении, стремление к совершенствованию в физическом плане, отношение с друзьями, стремление достичь уважительное отношение к себе, получить впечатления и эмоции, связанные со спортивной деятельностью.

В детском возрасте мотивацией к занятиям спортом выступают внешние факторы: подражание друзьям, отношение к физической культуре родителей, особенно отца. Родители являются для своих детей примером для подражания и источником мотивации в достижении желаемого.

Если у ребёнка есть мотивация, то он развивает свои способности собственными усилиями. Такой ребёнок испытывает тягу к получению информации, которая поможет ему на пути к цели. Кроме того, мотивация поможет сосредоточиться на получении новых знаний и умений.

Пик спортивной деятельности большинства детей приходится на 12 лет. Возрастная психология определяет этот возраст как критический с точки зрения социального развития и

становления самооценки ребёнка. Спортсмены этого возраста находятся в критическом периоде развития. В работе с юными спортсменами этого возраста крайне необходимо использование принципов спортивной психологии. Существуют практические рекомендации, которые помогают создать адекватные спортивные условия, отвечающие требованиям юных спортсменов, способствующие стимулированию занятиям спортом и предотвращающие уход из спорта.

Чтобы спорт стал любимым занятием, чрезвычайно важно сформировать у ребёнка устойчивую мотивацию. Существует несколько способов:

- вызвать интерес к спорту;
- расширять представления ребёнка о многообразии спорта (спортивные передачи, спортивные журналы, фильмы о спорте и спортсменах);
- внимательно и ответственно подойти к выбору того или иного индивидуального или коллективного вида спорта, учитывая желание ребёнка и его физические данные.

В мотивации ребёнка к занятием спортом велика роль тренера. Поведение и деятельность тренера являются важнейшим фактором формирования у ребёнка устойчивой мотивации к занятиям спортом. Отсюда - очень высокие требования к тренеру как к личности. Деятельность тренера и проявление в процессе работы с детьми позитивных качеств личности тренера - сильнейшая мотивация ребёнка к занятиям спортом. Тренер отвечает не только за физическую, техническую и тактическую подготовку юных спортсменов, но и за их нравственное поведение, за их отношение к миру и людям. Тренер должен видеть способности ребёнка и помогать развивать их. Многим детям, начинающим заниматься спортом, необходима мотивация, которую способен обеспечить именно тренер-личность. Особенно необходимо внимание тренеров к формированию мотивации к занятиям спортом у детей на начальном этапе спортивной подготовки. Для формирования устойчивой мотивации к занятиям спортом у детей на начальном этапе спортивной подготовки необходимы:

- эмоциональная насыщенность занятий, положительные эмоции ребёнка;
- активная досуговая деятельность всей учебно-тренировочной группы;
- благоприятный психологический климат в коллективе.

На развитие мотивации спортивной деятельности оказывает влияние применение различных видов поощрений и наказаний, успех или неудача, привлекательность содержания деятельности, постановка целей, акцент на цели, мотивация достижениями, составление графика занятий и многие другие факторы.

Обоснованная мотивация для занятий спортом - очень значимый побудительный фактор. Одна из лучших мотиваций - работа ребёнка в команде. Личный пример спортивной звезды - тоже сильная мотивация. Важная составляющая мотивации в спорте - самомотивация на победу. (Известно, что со спортсменами работают психологи, помогая им преодолеть боязнь и неуверенность в победе.).

Практические аспекты формирования и сохранения высокой мотивации ребёнка к занятиям спортом очень важны.

Исследование мотивационных особенностей, занимающихся спортом может служить для дальнейшего поиска и совершенствования организационных форм, способов, средств и процесса здорового образа жизни и занятий физической культурой и спортом.

Решили:

Тренерам- преподавателям использовать полученную информацию с целью сохранения контингента занимающихся и мотивирования спортсменов на высокие спортивные результаты.

Решение принято единогласно.

Председатель _____

Секретарь _____

Тренилова О.Т.

Литовченко О.Ю.

ПРОТОКОЛ № 4

Заседания тренерско - методического совета МБУ ДО СШ

Дата проведения: «23» декабря 2024 г.

Место проведения: МБУ ДО СШ, пл. Терлецкого 2, корпус 2

Время проведения: 10.00

Общее количество лиц, присутствующих на заседании - 36 человек.

Председатель собрания – Гришова О.Г., инструктор-метод.

Секретарь собрания – Миховская О.Ю., предсуд. секретар.

ПОВЕСТКА ДНЯ:

1. Проведение инструктажей, лекций и бесед в преддверии новогодних праздников и зимних каникул, по вопросам обеспечения техники безопасности на занятиях и вне тренировочное время.
2. Планирование участия команд СШ в соревнованиях районного и краевого значения, согласно, календарного плана спортивно-массовых мероприятий на 2025 год.
3. Предотвращение употребления запрещённых веществ воспитанниками МБУ ДО СШ.

1. Проведение инструктажей, лекций и бесед в преддверии новогодних праздников и зимних каникул, по вопросам обеспечения техники безопасности на занятиях и вне тренировочное время.

По данному вопросу повестки дня слушали зам. директора по УВР Наталью Александровну Вдовиченко, она рассказала о том, что:

1. Необходимо быть осторожным, внимательным на улице, при переходе дороги; соблюдать правила дорожного движения;
2. Соблюдать правила техники безопасности при прогулках в парковой зоне, на берегу реки:
 - 2.1. Запрещается разжигать костры, поджигать пиротехнику;
 - 2.2. Быть осторожным на льду. При недостаточной толщине до 15 см. не выходить на лёд.
 - 2.3. Необходимо осторожно обращаться с лыжами, коньками, санками.
 - 2.4. При очень низкой температуре воздуха не выходить на прогулку во избежание обморожения кожи.

3. Необходимо заботиться о своем здоровье; проводить профилактические мероприятия против гриппа и простуды;
4. Быть осторожным при контакте с электрическими приборами, соблюдать технику безопасности при включении и выключении телевизора, электрического утюга, чайника и т.д.
5. Соблюдать технику безопасности при пользовании газовыми приборами;
6. Соблюдать временной режим при просмотре телевизора и работе на компьютере.

Решили:

Тренерам – преподавателям, провести с занимающимися целевые инструктажи.

Решение принято единогласно.

2. Планирование участия команд СШ в соревнованиях районного и краевого значения, согласно, календарного плана спортивно-массовых мероприятий на 2025 год.

По данному вопросу повестки дня слушали зам. директора по СМР, Литовченко Ольгу Юрьевну, которая рассказала о проекте муниципальных спортивно – массовых мероприятий на 2025 год и календарном плане внутришкольных мероприятий на предстоящий год.

Не все тренера- преподаватели сдали проекты календарей краевых соревнований на 2025 год, поэтому мы не можем предоставить в спорткомитет полный перечень краевых соревнований, на которые предполагаем выезжать в будущем году.

Решили:

Тренерам – преподавателям показавшим высокие результаты не снижать планку в следующем году, а остальным повысить эффективность работы, с целью повышения уровня результативности.

Решение принято единогласно.

3. Предотвращение употребления запрещённых веществ воспитанниками МБУ ДО СШ.

По данному вопросу повестки дня слушали тренера – преподавателя отделения легкой атлетики Устьякина И.Н., который озвучил подготовленный материал.

Сегодня в мире существует проблема использования спортсменами, запрещенных в спорте, веществ и методов. Допинг наносит непоправимый ущерб здоровью спортсменов, спортивной карьере и репутации, негативно сказывается на имидже спортивного учреждения и тренерского состава.

Не санкции и наказания являются эффективной мерой профилактики применения допинга, а увеличение уровня знаний о вреде допинга.

Основная цель проведения антидопинговых мероприятий специалистами, тренерами, тренерами-преподавателями спортивного учреждения - повышение уровня знаний, обучающихся в вопросах борьбы с допингом и предотвращение использования допинга в молодежной среде.

В ходе реализации программ общеобразовательных (общеразвивающих, предпрофессиональных) и спортивной подготовки по видам спорта в предметной области: теория и методика физической культуры и спорта и в рамках воспитательной работы необходимо проводить антидопинговую пропаганду среди воспитанников. Следует донести до обучающихся главное правило: «Спорт и допинг – это несовместимо!».

Для реализации поставленной цели необходимо выполнить ряд задач:

- выявить реальный уровень осведомленности обучающихся в вопросах допинга (проведение анкетирования);
- ознакомить с информацией по предупреждению применения допинга в спорте, основам антидопинговой политики;
- провести обучение обучающихся общим основам фармакологического обеспечения в спорте, предоставление им адекватной информации о препаратах и средствах, применяемых в спорте с целью управления работоспособностью;
- формирование практических навыков соблюдения антидопинговых правил и нравственных убеждений у спортсмена.
- разработка информационно-образовательного материала по антидопинговой тематике;
- проведение лекций, бесед, семинаров с обучающимися и их родителями/законными представителями, в том числе с приглашением специалистов.

Антидопинговые программы направлены на формирование нетерпимости к допингу, в том числе среди занимающихся физической культурой и спортом.

Особенность для занимающихся по программам спортивной подготовки:

- задача тренера систематизировать знания и позволить сформировать максимально объективное видение данного явления; общие рассуждения о допинге следует свести к минимуму;
- проблема допинга для занимающихся имеет личностный характер, приобретает ярко выраженную эмоциональную окраску;
- спортсменам, имеющим достижения, важно в деталях понимать такие аспекты, как граница между допингом и легальной фармакологической поддержкой, процессуальные моменты допинг-контроля, права и обязанности всех заинтересованных лиц, четкие критерии наступления ответственности.
- необходимо информирование о самых новых изменениях в области антидопинговой нормативной базы, запрещенного списка других нюансов борьбы с допингом, учитывать особенности соревновательных дисциплин, в которых специализируются занимающиеся.
- минимум временных затрат, так как напряженный тренировочный график затрудняет возможность длительного обсуждения заявленных проблем.
- повышенные требования к квалификации преподавателя, реализующего данную программу.

1. Примерный Тематический план

№ пп	Этапы подготовки	Наименование темы
---------	------------------	-------------------

1	Спортивно-оздоровительный этап	1. Антидопинговые правила 2. Этическая сторона проблемы: допинг как обман 3. Как допинг влияет на здоровье? Влияние допинга на отношение к спорту и на психологию спортсмена 5. Допинг: не только «химия»
		6. Как выявляют допинг и наказывают нарушителей? 7. Что еще помогает успехам в спорте? 8. Честный спорт как результат договоренности
2	Этап начальной подготовки	1. Что такое допинг и допинг - контроль? 2. Исторический обзор проблемы допинга (как появился?) 3. Последствия допинга для здоровья 4. Допинг и зависимое поведение 6. Профилактика допинга 6. Как повысить результаты без допинга? 7. Причины борьбы с допингом
3	Тренировочный этап до 2 лет обучения	1. Профилактика применения допинга среди спортсменов 2. Основы управления работоспособностью спортсмена 3. Мотивация нарушений антидопинговых правил 4. Запрещенные субстанции и методы 5. Допинг и спортивная медицина 6. Психологические и имиджевые последствия допинга 7. Процедура допинг - контроля 8. Организация антидопинговой работы
4	Тренировочный этап свыше 2 лет обучения	1. Нормативно-правовая база антидопинговой работы 2. Допинг как глобальная проблема современного спорта 3. Характеристика допинговых средств и методов 4. Наказания за нарушение антидопинговых правил 5. Не допинговые методы повышения спортивной работоспособности 6. Международные стандарты для списка запрещенных средств и методов 7. Всемирный антидопинговый кодекс и его характеристика
5	Этап совершенствования спортивного мастерства	1. Допинг как глобальная проблема современного спорта 2. Предотвращение допинга в спорте 3. Допинг-контроль 4. Медицинские, психологические, социальные аспекты допинга 5. Актуальные тенденции в антидопинговой политике 6. Основы методики антидопинговой профилактики

Занятия могут проводиться в учебных классах, кабинетах, в спортивном зале. Предпочтительнее занятия по микрогруппам, так как они позволяют организацию групповых дискуссий. Следует предусмотреть возможность удобного ведения записей. Рекомендуется использовать иллюстративные материалы и мультимедиа-презентации. Задание для самостоятельной работы: анализ новостей с использованием интернета, с целью найти новейшие публикации по проблеме допинга; поиск иллюстративных материалов, по профилактике зависимого поведения (плакаты социальной рекламы и т.п.), подготовка информационного материала (презентация, стенгазета, коллаж, памятка), направленного на предотвращение проблемы допинга в спорте.

Если проведение данных тем обозначено учебным планом (программой по виду спорта) отдельного разрешения родителей для участия детей не требуется (действует презумпция согласия). Во избежание конфликтных ситуаций, рекомендуется поставить в известность родителей, особенно детей до 14 лет, о том, что такие темы будут изучаться.

Для проведения занятий по антидопингу в помощь тренеру разработана

«Тренинговая программа формирования критического отношения к допингу среди молодых спортсменов» (А.Г. Грецов, к.п.н., доцент ФГБУ СПбНИИФК г. Санкт-Петербург, 2012г.). В программе представлены 4 занятия по темам: «Обоснование актуальности проблемы допинга и борьбы с ним. Формулирование определения понятия «допинг», «Знакомство с основными разновидностями допинга», «Спорт без допинга», «Оценка потенциальной эффективности различных слоганов социальной рекламы, направленной на искоренение допинга». Также можно самостоятельно найти более современные ресурсы для проработки данного вопроса.

2. Анкета для самоконтроля спортсмена по антидопинговой тематике

(выберите один или несколько правильных ответов)

1. Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА):
 - 1) *Проводит отбор проб*
 - 2) *Участствует в разработке образовательных программ*
 - 3) *Организует спортивные мероприятия*
 - 4) *Занимается научными исследованиями*
2. Нарушение антидопинговых правил – это
 - 1) *Наличие запрещенных субстанций или ее метаболитов в пробе, взятой у спортсмена*
 - 2) *Использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода*
 - 3) *Отказ или не предоставление проб без уважительной причины после получения официального уведомления*
 - 4) *Обладание запрещенными субстанциями или запрещенными методами*
3. Допинг-контроль проводится
 - 1) *На соревнованиях*
 - 2) *В период между соревнованиями*
 - 3) *Только в отдельных видах спорта*
 - 4) *По согласованию со страной, где проходят соревнования*
4. Вещество вносится в Запрещенный список, если оно
 - 1) *Улучшает спортивные результаты*
 - 2) *Представляет угрозу для здоровья спортсмена*
 - 3) *Противоречит духу спорта*
 - 4) *Соответствует любым двум вышеуказанным условиям*
 - 5) *Маскирует использование других веществ*
5. Когда вступает в силу обновленный Запрещенный список
 - 1) *В первый день каждого квартала*
 - 2) *1 января и 1 июля*
 - 3) *1 октября*
 - 4) *Запрещенный список может обновляться и вступать в силу в любое время в течение года*
6. Внутривенные инъекции
 - 1) *Запрещены постоянно*
 - 2) *Не запрещены при проведении их в стационаре*
 - 3) *Не запрещены, если однократно вводится не запрещенный препарат и объем не превышает 50 мл*
 - 4) *Запрещены, только в соревновательном периоде*
7. За нарушение антидопинговых правил применяется дисквалификация
 - 1) *на полгода*
 - 2) *на 1 год*

- 3) на 2 года
 - 4) на 4 года
 - 5) пожизненная дисквалификация
8. Спортсмен освобождается от ответственности за применение запрещенных веществ, если
- 1) Он не знал, что в препарате есть запрещенные субстанции
 - 2) Применение не было направлено на улучшение спортивных результатов
 - 3) Применял по назначению врача
 - 4) Имеется разрешение на терапевтическое использование
9. Копию протокола допинг - контроля спортсмену следует хранить не менее
- 1) 2 недель
 - 2) 1 месяца
 - 3) 6 недель
 - 4) 6 месяцев
10. Минимальный объем пробы мочи для стандартного исследования на допинг
- 1) 75 мл
 - 2) 60 мл
 - 3) 90 мл
 - 4) 120 мл
11. После уведомления о сдаче пробы спортсмен должен явиться на пункт допинг-контроля в течение
- 1) 30 минут, 1 часа
 - 2) 2-х часов
 - 3) Незамедлительно
 - 4) Существуют исключения, когда можно отложить свой приход на пункт допинг - контроля
12. На отбор мочи отводится
- 1) Один час
 - 2) Неограниченное время
 - 3) 2 часа
 - 4) Не более 4 часов
13. Разрешения на терапевтическое использование (помимо других организаций) выдает:
- 1) Комитет ТИ международной спортивной федерации
 - 2) Комитет ТИ национальной антидопинговой организации
 - 3) Врач команды
14. Как часто обновляется Запрещенный список
- 1) 2 раза в год
 - 2) 1 раз в 3 года
 - 3) 1 раз в год
 - 4) Запрещенный список может быть пересмотрен в любой момент
15. За повторное нарушение антидопинговых правил срок дисквалификации по сравнению с первым нарушением
- 1) Увеличивается
 - 2) Не изменяется
 - 3) Сокращается

Ответы:

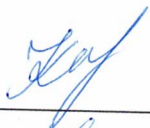
1) 2,4	4) 4,5	7) 1,2,3,4,5	10) 3	13) 1,2
2) 1,2,3,4	5) 4	8) 4	11) 3,4	14) 3
3) 1,2	6) 3	9) 3	12) 2	15) 1

Решили:

Всем тренерам – преподавателям провести антидопинговую работу в своих группах, используя предоставленные материалы.

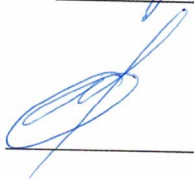
Решение принято единогласно.

Председатель



/ О.Т. Кунисов

Секретарь



/ О.Н. Митовенко