

**Содержание**

1.Пояснительная записка………………………………………….…………………..стр.3

2. Образовательная антидопинговая программа для воспитанников (5-6 лет) ……стр.4

2.1.Тематическое планирование ……………………………………………………...стр.5

2.2. Содержание тем …………………………………………………………………...стр. 6-8

2.3 Методические рекомендации к организации и проведению занятий …………..стр. 8

# 3. Рекомендуемая литература……………………………………………………….стр.9

1. Пояснительная записка

Настоящая антидопинговая программа разработана для муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения Выжелесский детский сад (далее - МБДОУ Выжелесский детский сад).

Образовательные антидопинговые программы, разработанные для различных типов образовательных организаций и организаций, осуществляющих спортивную подготовку, подготовлены Министерством спорта Российской Федерации совместно с Министерством образования и науки Российской Федерации и Российским антидопинговым агентством "РУСАДА" во исполнение поручения Президента Российской Федерации от 9.11.2016 N Пр 2179 по итогам заседания Совета при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта от 11 октября 2016 г.

Образовательная программа представляет собой комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты) и организационно- педагогических условий их реализации. Антидопинговая образовательная программа направлена на формирование нетерпимости к допингу у обучающихся с целью предотвращения допинга в спортивной среде; ее характеризует акцентирование внимания не только на информирование, но и на ценностно-мотивационную сферу, формирование личностной установки о неприемлемости данного явления. В данном документе программы включают в себя пояснительную записку, тематический план, содержание тем, задания для самостоятельной работы, методические рекомендации к организации и проведению занятий, рекомендуемую литературу.

2. **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АНТИДОПИНГОВАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ (5-6 лет)**

Программа предназначена для реализации в группах обучающихся дошкольных образовательных организаций (5 - 6 лет), возможно также ее применение при работе с обучающимися по программам начального общего образования. Обращение к представителям данного возраста в практике антидопинговой работы, в целом, не типично. Однако именно этот жизненный период является сенситивным с точки зрения формирования ценностно-мотивационной сферы личности. Суть антидопинговой работы с детьми не в том, чтобы предостеречь их от употребления запрещенных субстанций именно в данный период жизни (такое поведение не характерно; если в единичных случаях оно имеет место, то ответственность за него полностью лежит на взрослых).

**Основная ее цель** - сформировать заинтересованное и эмоционально окрашенное отношение к спорту как к арене для честной борьбы, в которой неприемлем обман. Поэтому около половины объема программы посвящено не узко проблеме допинга, а рассказам о том, что представляет собой спорт, на каких принципах он основан, чем интересен, почему им важно заниматься. Проблема допинга раскрывается в широком контексте через формирование представления о сути спортивных правил, причинах недопустимости их нарушения.

С учетом возрастных особенностей целевой аудитории, программа методически сконструирована как последовательность небольших сказок, объединенных общим развитием сюжета. Его логика такова, что сказочные герои (для обучающихся дошкольных образовательных организаций - животные, для обучающихся по программам начального общего образования - дети, попавшие в волшебный мир) начинают заниматься спортом, устраивают соревнования, но в какой-то момент обнаруживают, что существуют такие "артефакты", которые позволяют незаслуженно, путем обмана одержать верх, и под влиянием злого героя начинают их исподтишка использовать. Именно через борьбу с такими злоупотреблениями и раскрыта проблема противодействия допингу в современном спорте. В конечном итоге, разумеется, побеждает добро - с одной стороны, злоупотребления становится возможным легко выявить, с другой - герои договариваются состязаться честно, и на этот раз обещание соблюдают.

**2.1Тематическое планирование**

**Тематический план программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N** | **Наименование темы** | **Часы** |
|  |  | **всего** | **аудиторная работа** | **самостоятельная работа** |
| **[1](https://sudact.ru/law/obrazovatelnye-antidopingovye-programmy-razrabotannye-dlia-razlichnykh-tipov/1/soderzhanie-tem/tema-1/)** | Зачем и как появился спорт? |  | **1** |  |
| **[2](https://sudact.ru/law/obrazovatelnye-antidopingovye-programmy-razrabotannye-dlia-razlichnykh-tipov/1/soderzhanie-tem/tema-2/)** | Почему бывают разные виды спорта? |  | **1** |  |
| **[3](https://sudact.ru/law/obrazovatelnye-antidopingovye-programmy-razrabotannye-dlia-razlichnykh-tipov/1/soderzhanie-tem/tema-3/)** | Зачем начинают заниматься спортом? |  | **1** |  |
| **[4](https://sudact.ru/law/obrazovatelnye-antidopingovye-programmy-razrabotannye-dlia-razlichnykh-tipov/1/soderzhanie-tem/tema-4/)** | Как найти вид спорта, подходящий именно для себя? |  | **1** | **1** |
| **[5](https://sudact.ru/law/obrazovatelnye-antidopingovye-programmy-razrabotannye-dlia-razlichnykh-tipov/1/soderzhanie-tem/tema-5/)** | Что такое соревнования, как они проходят? |  | **1** |  |
| **[6](https://sudact.ru/law/obrazovatelnye-antidopingovye-programmy-razrabotannye-dlia-razlichnykh-tipov/1/soderzhanie-tem/tema-6/)** | Почему спортивные соревнования интересны участникам и зрителям? |  | **1** |  |
| **[7](https://sudact.ru/law/obrazovatelnye-antidopingovye-programmy-razrabotannye-dlia-razlichnykh-tipov/1/soderzhanie-tem/tema-7/)** | Зачем в спорте нужны правила, как следят за их выполнением? |  | **1** | **1** |
| **[8](https://sudact.ru/law/obrazovatelnye-antidopingovye-programmy-razrabotannye-dlia-razlichnykh-tipov/1/soderzhanie-tem/tema-8/)** | Что бывает с нарушителями правил? |  | **1** |  |
| **[9](https://sudact.ru/law/obrazovatelnye-antidopingovye-programmy-razrabotannye-dlia-razlichnykh-tipov/1/soderzhanie-tem/tema-9/)** | Как появился допинг? |  | **1** |  |
| **[10](https://sudact.ru/law/obrazovatelnye-antidopingovye-programmy-razrabotannye-dlia-razlichnykh-tipov/1/soderzhanie-tem/tema-10/)** | Этическая сторона проблемы: допинг как обман. |  | **1** | **1** |
| **[11](https://sudact.ru/law/obrazovatelnye-antidopingovye-programmy-razrabotannye-dlia-razlichnykh-tipov/1/soderzhanie-tem/tema-11/)** | Как допинг влияет на здоровье? |  | **1** |  |
| **[12](https://sudact.ru/law/obrazovatelnye-antidopingovye-programmy-razrabotannye-dlia-razlichnykh-tipov/1/soderzhanie-tem/tema-12/)** | Влияние допинга на отношение к спорту и на психологию спортсмена. |  | **1** |  |
| **[13](https://sudact.ru/law/obrazovatelnye-antidopingovye-programmy-razrabotannye-dlia-razlichnykh-tipov/1/soderzhanie-tem/tema-13/)** | Как выявляют допинг и наказывают нарушителей? |  | **1** |  |
| **[14](https://sudact.ru/law/obrazovatelnye-antidopingovye-programmy-razrabotannye-dlia-razlichnykh-tipov/1/soderzhanie-tem/tema-14/)** | Как повысить результаты без допинга? |  | **1** |  |
| **[15](https://sudact.ru/law/obrazovatelnye-antidopingovye-programmy-razrabotannye-dlia-razlichnykh-tipov/1/soderzhanie-tem/tema-15/)** | Что еще помогает успехам в спорте? |  | **1** | **1** |
| **[16](https://sudact.ru/law/obrazovatelnye-antidopingovye-programmy-razrabotannye-dlia-razlichnykh-tipov/1/soderzhanie-tem/tema-16/)** | Честный спорт как результат договоренности. |  | **1** |  |
| Итого: | **20** | **16** | **4** |

**2.2 Содержание тем**

**Тема 1. Зачем и как появился спорт?**

Основа спорта – желание соперничать, приведенное к такой форме, которая полезна, увлекательна и безопасна для участников (в отличие от войн, драк и т.п.), позволяет совершенствоваться, а также интересна для зрителей.

**Тема 2. Почему бывают разные виды спорта?**

Индивидуальные физиологические и психологические особенности, возможность их реализации в спорте. Разные интересы спортсменов и зрителей.

**Тема 3. Зачем начинают заниматься спортом?**

Интерес к соревновательной дисциплине. Стремление к самосовершенствованию. Желание

самоутвердиться среди сверстников. Интерес к кругу общения в среде спорта. Восприятие

спорта как будущей профессии. Побуждение извне.

**Тема 4. Как найти вид спорта, подходящий именно для себя?**

Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, координация. Их реализация в разных видах спорта. Понятие о физических и психологических способностях.

Задание для самостоятельной работы. Ответить совместно с родителями на вопрос, какими видами спорта ребенку, предположительно, лучше всего заниматься сейчас и в будущем? Почему? При необходимости проконсультироваться с тренером, инструктором по физической культуре.

**Тема 5. Что такое соревнования, как они проходят?**

Суть соревнования как публичной, состязательной (основанной на сравнении результатов с другими участниками) деятельности. Организация соревнований. Критерии присуждения

победы в разных видах спорта.

**Тема 6. Почему спортивные соревнования интересны участникам и зрителям?**

Спортивная победа как доказательство личного успеха, способ повысить мнение о себе в

глазах окружающих. Эмоциональная значимость соревнования и победы. Невозможность

постоянных побед. Спортивное «боление».

**Тема 7. Зачем в спорте нужны правила, как следят за их выполнением?**

Принципиальная необходимость состязаться в рамках заранее согласованного регламента;

бессмысленность спорта при нарушении данного требования. Суть работы спортивных судей.

Задание для самостоятельной работы. Разобраться (совместно с родителями) в правилах

вида спорта, интересного для ребенка. Сделать рисунок, на котором отражались бы

важнейшие из этих правил.

**Тема 8. Что бывает с нарушителями правил?**

Отстранение от состязаний и/или аннулирование результатов как естественное следствие

нарушения спортивных правил. Возможность более серьезных наказаний, если последствия

вышли за рамки спорта.

**Тема 9. Как появился допинг?**

Исторические предпосылки: обнаружение веществ, способных повысить работоспособность и снизить боль. Их использование в других сферах (война, скачки лошадей) и перенос на спортсменов. Искусственное усиление действенности подобных веществ. Появление допинговых методов.

**Тема10. Этическая сторона проблемы: допинг как обман**.

Принципы честной спортивной борьбы. Этическая проблема: пользователь запрещенной

субстанции или метода как обманщик. Влияние допинга на репутацию атлета и спорта в

целом.

Задание для самостоятельной работы: сочинить (совместно с родителями) собственную сказку о том, почему и как в спорте появился допинг, чем это плохо, как предотвратить данное

явление.

**Тема11. Как допинг влияет на здоровье?**

Суть дилеммы: «Краткосрочное улучшение состояния – длительные отрицательные последствия». Что такое обмен веществ и его нарушения? Почему допинг создает проблемы с сердцем и сосудами, другими органами, влияет на психику?

**Тема 12 Влияние допинга на отношение к спорту и на психологию спортсмена.**

Почему спорт, основанный на допинге, теряет привлекательность? Как допинг влияет на психику спортсмена (прямое изменение психического состояния; проблемы самоуважения; реакции проигравших). Как возникают «допинговые скандалы», почему они получают огласку.

**Тема 13. Как выявляют допинг и наказывают нарушителей?**

Суть процедуры допинг-контроля. Анализ проб. Отстранение от спорта и лишение проблемы как естественное следствие нарушения правил честной борьбы. Персональная ответственность спортсмена. Ответственность третьих лиц.

**Тема 14. Как повысить результаты без допинга?**

Что такое физические упражнения, какие они бывают? Тренировка, принципы ее организации.

**Тема 15. Что еще помогает успехам в спорте?**

Рациональный режим. Отдых, восстановление сил. Питание. Закаливание. Укрепление

здоровья, разумное использование разрешенных медикаментов по мере необходимости.

Задание для самостоятельной работы. Вместе с родителями придумать рекомендации для

самого себя, что следует сделать для того, чтобы начать вести более здоровый образ жизни

(как улучшить режим, питание, как проводить время отдыха с большей пользой для здоровья).

**Тема 16. Честный спорт как результат договоренности.**

Принципы честной спортивной борьбы («фейр плей»). Понимание спортсменами, тренерами,

судьями необходимости следовать им для собственной же пользы.

**2.3 Методические рекомендации к организации и проведению**

**занятий**

Занятия рекомендуется проводить в комфортной обстановке, в помещениях, оборудованных для игр. Общий ход занятий выглядит таким образом: педагог сначала рассказывает сказку, потом детям предлагается воспроизвести ее в сюжетно-ролевой игре, в заключение на обсуждение выносятся некоторые вопросы. К каждой сказке также предлагаются иллюстрации. Домашние задания, предусмотренные к некоторым темам, обсуждаются с детьми, а также даются в виде карточек с их краткими описаниями (в качестве памятки для родителей, т.к. с учетом возрастных особенностей детей предусмотрено их совместное выполнение). Непосредственно на аудиторных занятиях присутствие родителей не требуется, однако рекомендуется заранее ознакомить их с общим содержанием курса и получить согласие на участие в нем детей.

**Рекомендуемая литература**

1. Грецов А.Г. Без наркотиков и допинга. Радость честной победы. - СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2016.