

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Лельчицкий Игорь Давыдович
Должность: и.о. проректора по образовательной деятельности
Дата подписания: 10.07.2026 16:15:05
Уникальный программный ключ:
aa5b5ee17d97a2e4d94e98e985329af04f047ce2

УП: 49.03.01
Физическая культура
2026.plx

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
ФГБОУ ВО «ТВЕРСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Рабочая программа дисциплины

Допинг-контроль

Закреплена за кафедрой:	Теоретических основ физического воспитания
Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль):	Физкультурное образование
Квалификация:	Бакалавр
Форма обучения:	очная
Семестр:	3

Программу составил(и):

без уч. степ., старший преподаватель, Зиновьева Елена Михайловна

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели освоения дисциплины (модуля):

Формирование нетерпимости нарушения антидопинговых правил

Задачи :

1. Изучение понятия допинг и антидопинговые правила
2. Изучение запрещенного списка ВАДА
3. Изучение последствий допинга.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ОП: Б1.О

Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Дисциплина относится к обязательной части учебного плана. Для изучения дисциплин модуля необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися на таких дисциплинах как, анатомия человека, физиология человека. Дисциплина логически связаны с такими курсами как «теория и методика обучения базовым видам спорта», теория и методика физической культуры, биохимия человека. Входным контролем для освоения являются результаты промежуточного контроля по анатомии человека.

Анатомия человека

Физиология человека

Теория и методика физической культуры

Теория и методика обучения базовым видам спорта

Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Педагогическая практика

Тренерская практика

Педагогика физической культуры

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость	2 ЗЕТ
Часов по учебному плану	72
в том числе:	
самостоятельная работа	42

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

ОПК-8.1: Применяет основы спортивной биохимии в профессиональной деятельности

ОПК-8.2: Осуществляет поиск и обоснованно применяет необходимую нормативно-правовую документацию в области допинг-контроля

ОПК-8.3: Анализирует последствия нарушения антидопинговых правил в учебно-тренировочном процессе

УК-10.2: Анализирует тексты нормативных правовых актов по вопросам противодействия экстремизму, терроризму, коррупции, а также тексты иных нормативных правовых актов в целях выявления положений, носящих потенциально коррупциогенный характер

УК-10.3: Выявляет признаки и формы экстремизма, терроризма и содействия им; коррупционного поведения, в том числе, конфликта интересов в конкретной сфере профессиональной деятельности

УК-10.4: Разъясняет субъектам права меры ответственности, предусмотренные действующим законодательством за совершение экстремистских, террористических и коррупционных правонарушений

УК-10.5: Предлагает комплексные меры и методы профилактики экстремизма, террористической деятельности, а также минимизации коррупционных рисков в сфере профессиональной деятельности, способы распространения правовых знаний о юридической ответственности за соответствующие правонарушения

5. ВИДЫ КОНТРОЛЯ

Виды контроля в семестрах:	
зачеты	3

6. ЯЗЫК ПРЕПОДАВАНИЯ

Язык преподавания: русский.

7. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

№	Наименование разделов и тем	Вид занятия	Сем.	Часов	Примечание
	Раздел 1. История допинга и борьбы с ним. Основные понятия допинг-контроля. Структура антидопингового обеспечения в мире и России.				
1.1	История допинга и борьбы с ним. Основные понятия допинг-контроля.	Лек	3	2	
1.2	Структура антидопингового обеспечения в мире и России.	Пр	3	2	
1.3	История допинга и борьбы с ним. Основные понятия допинг-контроля. Структура антидопингового обеспечения в мире и России.	Ср	3	6	
	Раздел 2. Нормативно-правовое регулирование антидопингового обеспечения спорта.				
2.1	Нормативно-правовое регулирование антидопингового обеспечения спорта.	Пр	3	2	
2.2	Нормативно-правовое регулирование антидопингового обеспечения спорта.	Лек	3	2	
2.3	Нормативно-правовое регулирование антидопингового обеспечения спорта.	Ср	3	4	
	Раздел 3. Нарушение антидопинговых правил. Распространение допинга в различных видах спорта.				
3.1	Нарушение антидопинговых правил.	Лек	3	3	
3.2	Распространение допинга в различных видах спорта.	Пр	3	3	

3.3	Нарушение антидопинговых правил. Распространение допинга в различных видах спорта.	Ср	3	5	
	Раздел 4. Запрещенные в спорте субстанции и методы. Биологически активные добавки .				
4.1	Запрещенные в спорте субстанции и методы.	Лек	3	2	
4.2	Биологически активные добавки .	Пр	3	2	
4.3	Запрещенные в спорте субстанции и методы. Биологически активные добавки .	Ср	3	6	
	Раздел 5. Разрешение на терапевтическое использование запрещенных субстанций и методов. Вред допинга здоровью человека.				
5.1	Разрешение на ТИ запрещенных субстанций и методов	Лек	3	2	
5.2	Вред допинга здоровью человека	Пр	3	2	
5.3	Разрешение на терапевтическое использование запрещенных субстанций и методов. Вред допинга здоровью человека	Ср	3	6	
	Раздел 6. Допинг-контроль. Способы фальсификации допинг-проб. Санкции за нарушение антидопинговых правил				
6.1	Допинг-контроль. Способы фальсификации допинг-проб	Лек	3	2	
6.2	Санкции за нарушение антидопинговых правил	Пр	3	2	
6.3	Допинг-контроль. Способы фальсификации допинг-проб. Санкции за нарушение антидопинговых правил	Ср	3	8	
	Раздел 7. Система АДАМС. Биологический паспорт спортсмена. Скандалы в спорте, связанные с применением допинга.				
7.1	Система АДАМС. Биологический паспорт спортсмена.	Лек	3	2	
7.2	Скандалы в спорте, связанные с применением допинга.	Пр	3	2	
7.3	Система АДАМС. Биологический паспорт спортсмена. Скандалы в спорте, связанные с применением допинга.	Ср	3	7	

Список образовательных технологий

1	Активное слушание
2	Дискуссионные технологии (форум, симпозиум, дебаты, аквариумная дискуссия, панельная дискуссия, круглый стол, фасилитированная и т.д.)
3	Игровые технологии

8. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

8.1. Оценочные материалы для проведения текущей аттестации

Примеры тестов на 1 балл:

Наибольшее количество гликогена в организме человека содержится в:

- 1) в печени;
- 2) в скелетных мышцах;
- 3) в почках;
- 4) в головном мозге.

При окислении 1 г углевода освобождается:

- 1) 17,1 кДж энергии;
- 2) 39 кДж энергии;
- 3) 8 кДж энергии;
- 4) 40 кДж энергии.

Почему для осуществления углеводного насыщения организма спортсмена рекомендуется фруктоза?

- 1) легко усваиваемый моносахарид;
- 2) входит состав сахаразы;
- 3) быстро превращается в глюкозу;
- 4) не требует выработки и выброса в кровь гормона инсулина.

В процессе подготовки спортсменов, особенно при больших по объему и интенсивности физических нагрузок, возрастает потребность организма особенно в каких витаминах?

- 1) B6, PP, C; B12, A;
- 2) B1, B2, PP, C, E;
- 3) A, B3, E, PP;
- 4) B3, B6, C, PP, E.

Аминокислота - метионин, гангамовая кислота (вит. B15) и ненасыщенные жирные кислоты способствуют:

- 1) наращиванию мышечной массы;
- 2) увеличению запасов гликогена мышц;
- 3) повышению работоспособности и ускорения восстановления;
- 4) быстрой ликвидации молочной кислоты.

К допингам относятся:

- 1) психостимуляторы и наркотики;
- 2) анаболизирующие стероиды;
- 3) бета-блокаторы и дауретики;
- 4) все ответы верны.

Почему применение биологически активных добавок (БАД), включая спортивное питание, может быть опасно?

- 1) все вышеперечисленные ответы
- 2) они могут содержать не указанные на упаковке субстанции, которые могут привести к неблагоприятному результату анализа
- 3) менее тщательный контроль со стороны органов здравоохранения и контролирующих организаций
- 4) сложность проверки

Как определить, можно ли использовать пищевые добавки?

- 1) определить, можно ли использовать пищевые добавки, нельзя
- 2) все пищевые добавки можно использовать
- 3) добавку можно использовать, если это написано на упаковке
- 4) добавку можно использовать, если ее дал врач

Дайте определение допингу согласно Всемирному антидопинговому кодексу:

1) Допинг — это наличие запрещенной субстанции в пробе спортсмена
2) Допинг — это совершение одного или нескольких нарушений антидопинговых правил
3) Допинг — это использование запрещенных субстанций и методов в спорте
4) Допинг — это использование оборудования, которое не прошло утверждение.
Минимальное значение удельной плотности мочи при объеме менее 150 мл должно составлять:

- 1) 1.009 грамм на литр
- 2) 1.003 грамм на литр
- 3) 1.005 грамм на литр
- 4) 1.007 грамм на литр

Аэробная работа характеризуется

- 1) низким окислительным метаболизмом
- 2) высоким окислительным метаболизмом
- 3) высоким гликолизом
- 4) низким гликолизом

Анаэробная работа характеризуется

- 1) низким окислительным метаболизмом
- 2) высоким окислительным метаболизмом
- 3) высоким гликолизом
- 4) низким гликолизом

Что такое кофермент:

- 1) белковая часть молекулы фермента, состоящая из аминокислот;
- 2) небелковая часть молекулы фермента, часто – производное витаминов;
- 3) ингибитор, присоединяющийся к активному центру фермента;
- 4) активатор, присоединяющийся к аллостерическому центру фермента.

Назовите класс ферментов, катализирующих реакции переноса групп от одного соединения к другому:

- 1) оксидоредуктазы;
- 2) трансферазы;
- 3) изомеразы;
- 4) лигазы.

Какую химическую природу имеют гормоны кортизол, эстрадиол и тестостерон:

- 1) белки;
- 2) гликопротеины;
- 3) производные аминокислот;
- 4) стероиды.

Что может обираться для пробы?

1. Кровь
2. Слюна
3. Моча
- Волосы

Бета – блокаторы запрещены в

1. Гольфе
2. Легкой атлетике
3. Лыжный спорт
4. Керлинге

Изменение указанного «одночасового окна» возможно не позднее чем за

1. 5 минут до его начала
2. час до его начала
3. сутки до его начала
4. невозможно изменить

Какие международные стандарты были приняты впервые в 2021?

1. Международный стандарт по сохранению конфиденциальности информации и Международный стандарт для лабораторий
2. Международный стандарт по образованию и Запрещенный список

3. Международный стандарт по образованию и Международный стандарт по обработке результатов

4. Международный стандарт по образованию и Международный стандарт по терапевтическому использованию

Субстанции запрещенные только в соревновательный период

1. Каннабиноиды
2. Бета – 2 агонисты
3. Диуретики
4. Стимуляторы

Предупреждение без назначения срока дисквалификации – возможна ли такая санкция?

1. Нет
2. Да, возможна в отношении персонала спортсмена
3. Да, возможна в отношении защищенных лиц и спортсменов – любителей
4. Да, возможна в отношении тренеров
5. Да, возможна в отношении всех спортсменов

Примеры тем для написания эссе:

1. История применения допинга.
2. Допинг и явление зависимости .
3. Эффективность современного допинг-контроль.
4. Допинг, как глобальная проблема современного спорта.
5. История применения анаболических стероидов.
6. Эффективность запрещенных методов M1, M2, M3 .
7. Антидопинговые организации в мире и России.
8. Антидопинговые лаборатории. Международный стандарт для лабораторий.
9. Международные стандарты для терапевтического использования запрещенных препаратов.
10. Допинг в детском и юношеском спорте.

8.2. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

Примеры открытых вопросов:

1. Что такое кровяной допинг, чем опасно для организма его применение.
2. Назовите и охарактеризуйте не менее 4 типов негативных воздействий на организм допинга (учитывая класс к которому относится субстанция).
3. Назовите классы запрещенных субстанций и методов. Дайте характеристику их действия на организм человека. Приведите примеры лекарственных препаратов .
4. Опишите процедуру отбора допинг-проб.

8.3. Требования к рейтинг-контролю

Текущий контроль осуществляется в ходе учебного процесса и консультирования студентов, по результатам выполнения самостоятельной работы. Основными формами текущего контроля знаний являются:

- ☐ обсуждение вынесенных в планах практических занятий вопросов тем и контрольных вопросов;
- ☐ участие в дискуссиях по проблемным темам дисциплины и оценка качества проведенной работы.

Максимальная сумма баллов по учебной дисциплине, заканчивающейся зачетом, по итогам семестра составляет 100 баллов.

Обучающемуся, набравшему 40 баллов и выше по итогам работы в семестре, в рейтинговой ведомости учета успеваемости и зачетной книжке выставляется отметка «зачтено».

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Рекомендуемая литература

Основная

Шифр	Литература
Л.1.1	Андриянова, Профилактика допинга в спорте, Москва: Юрайт, 2024, ISBN: 978-5-534-12572-6, URL: https://urait.ru/bcode/543199
Л.1.2	Андриянова, Основы антидопингового обеспечения в спорте, Москва: Юрайт, 2024, ISBN: 978-5-534-16285-1, URL: https://urait.ru/bcode/544817
Л.1.3	Андриянова, Профилактика допинга в спорте, Москва: Юрайт, 2021, ISBN: 978-5-534-12572-6, URL: https://urait.ru/bcode/476691
Л.1.4	Андриянова Е. Ю., Профилактика допинга в спорте, Великие Луки: ВЛГАФК, 2017, ISBN: , URL: https://e.lanbook.com/book/151084
Л.1.5	Чеботарев, Борьба с допингом, Москва: Юрайт, 2021, ISBN: 978-5-534-14944-9, URL: https://urait.ru/bcode/485715

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Сервис по проверке лекарственных средств: https://rpd.tversu.ru/Rp?rupRowId=2066309&rpId=26292
Э2	Онлайн курсы: https://rusada.ru/athletes/online-course.php

Перечень программного обеспечения

1	Adobe Acrobat Reader
2	Google Chrome
3	Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1	ЭБС «ЮРАИТ»
2	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
3	ЭБС IPRbooks
4	ЭБС «Лань»
5	ЭБС BOOK.ru
6	ЭБС «ZNANIUM.COM»
7	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (подписка на журналы)
8	ЭБС ТвГУ

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудит-я	Оборудование
9-306	МФУ, компьютер
9-302	комплект учебной мебели, переносной ноутбук, проектор, интерактивная доска

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Обучающемуся необходимо:
подробно изучить каждый раздел дисциплины с помощью учебных материалов и нормативных документов;
произвести анализ практических кейсов из реальной антидопинговой практики;
выполнить контрольные задания и тесты;
получить сертификат РУСАДА.