**Определение «допинг», антидопинговые правила**

**и ответственность**

**Допинг** является проблемой современного спорта.

Задача:

- сформировать четкое понятие у детей, что допинг – это зло;

- объяснить, что такое принцип «строгой ответственности»;

- сформировать четкое понимание о наличии 11 антидопинговых правил.

**Тема 2.1 Определение «допинг».**

Происхождение слова **«Допинг».** Словарь иностранных слов, вошедших в состав русского языка от 1910 года, определяет допинг, как *«лекарственное средство для взбадривания призовых лошадей».* Словарь иностранных слов от 2006 года сообщает, что в своем нынешнем виде слово допинг произошло от английского dope – «давать наркотик» и определяет его как средство, искусственно взбадривающее организма; использующееся преимущественно перед спортивными состязаниями (первоначально в конном спорте).

В английском же языке это слово, несколько видоизменяясь, появилось в 1889 году – так называли микстуру (в ее состав входил опиум), которую давали лошадям на скачках.

***Допинг: история и современность.***

В древнейшей истории спорта не существовало антидопинговых комиссий и вообще понятия допинга, поэтому разрешалось использовать любые средства для улучшения собственных результатов, так сказать «победа любой ценой».

Ученые полагают, что древние греки использовали допинг еще с самого начала олимпийских игр, с 776 года до н.э. Это были галлюциногенные и болеутоляющие экстракты грибов, трав, вина.

На скачках в Древнем Риме допинг употребляли даже лошади, считалось, что сладкая вода с медом увеличивает их выносливость.

1865 год – первые упоминания об употреблении допинга людьми на соревнованиях по плаванию в Амстердаме.

1867 год – газеты пишут, что в популярных 6-ти дневных марафонах, которые длилась непрерывно (днем и ночью) 144 часа, французские спортсмены пользовались смесями на основе кофеина, бельгийцы использовали сахар, другие бодрились алкоголем.

Однако первыми массовыми потребителями допинга в его новом значении стали все те же лошади, которых в те годы стимулировали перед скачками в США. Это были возбуждающие средства, вводимые в организм лошади перед скачками путём подкожного впрыскивания или перорально (внутрь через рот-путем глотания). Информация об этом, а также о задержании с поличным наездников впервые попала в европейские и русские газеты в 1903 году. В том же году скаковые общества договорились бороться и строго преследовать это уродливое явление, грозящее принести неисчислимые беды кровному коннозаводству. Самым первым пойманным нарушителем был ***Франк Старр****.* Во время бегового дня 8 июня 1913 года у наездника ***Франка Старра*** был найден эликсир, который даётся лошади для возбуждения и усиления её хода во время бега. Искусственно улучшая резвость лошади на короткое время, эликсир вместе с тем вредно влияет на её здоровье. Наездник ***Франк Старр*** был лишён права езды навсегда.

Впервые использование допинга на современных Олимпийских играх было зафиксировано в 1904 году. Американский марафонец Томас Хикс в 1904 году на соревнованиях в городе Сент-Луис опережал своих соперников на несколько километров. За 20 километров до финиша он потерял сознание. Тренеры дали ему выпить какое-то снадобье, Хикс встал и побежал, но чрез несколько километров опять упал. Его опять напоили. Позже оказалось, что препарат, которым поили Хикса, содержал стрихнин, который в умеренных дозах является стимулятором. Спортсмен в итоге стал олимпийским чемпионом, но едва не распрощался с жизнью на больничной койке. Умер в возрасте 77 лет.

В 1955 году французский гонщик ***Жан Малеяк***, участвуя в Тур де Франс на этапе Mont Ventoux упал с велосипеда. Случилось это за несколько километров до финиша. Зрители наблюдали, как его велосипед начал вилять из стороны в сторону и наконец свалился. ***Жан Малеяк*** потерял сознание. Подоспевшему медперсоналу понадобилось пятнадцать минут, чтобы вывести его из коматозного состояния. В крови спортсмена было, как минимум, пять разных допингов.

1967 год – на «Тур-де-Франс» погибает британский велогонщик ***Том Симпсон***. Спортсмен потреблял бодрящий коктейль из бренди с амфетаминами, и сердце его не выдержало. Смерть Симпсона подтолкнула спортивных чиновников усилить меры по борьбе с допингом. Первой страной, принявшей антидопинговое законодательство, стала Франция. В 1967 году, после смерти от амфетамина Томми Симпсона на велогонке «Тур де Франс».

Самый богатый и популярный атлет мира, канадский ***спринтер Бен Джонсон***, был уличен в применение анаболического стероида станозолола. Через день после блестящей победы в беге на 100 метров с мировым рекордом 9,79! – у Бена Джонсона отобрали золотую медаль и отстранили от соревнований на два года. Рекорд мира был отменен, а золотую медаль передали американцу Карлу Льюису. Канадец признал, что принимал допинг на протяжении всей своей карьеры. В 1993 году ***Бен Джонсон*** был дисквалифицирован пожизненно после второго положительного допинг-теста.

28 июля 1996 года представители МОК (международный олимпийский комитет) сообщили, что тесты российского пловца Андрея Корнеева, выигравшего «бронзу» в плавании на 200 м баттерфляем, а также бронзового медалиста в категории до 48 кг российского борца ***Зафара Гулиева*** и велосипедистки ***Риты Размайте*** (Литва) дали положительный результат на наличие в организме запрещенного препарата бромантана. 30 июля тот же препарат нашли у российской пловчихи ***Нины Живаневской***, а 1 августа – у бегуньи ***Марины Транденковой.***

Все спортсмены были дисквалифицированы, а ***у Андрея Корнеева и Зафара Гулиева*** отобрали бронзовые медали. Российская делегация подала протест в Международный спортивный арбитражный суд в Лозанне, утверждая, что медицинская комиссия МОК запретила бромантан уже во время Игр и в черный список внести не успела. Суд признал правоту россиян, и все результаты спортсменов были восстановлены. В дальнейшем бромантан все же был включен в список запрещенных препаратов.

На соревнованиях была зафиксирована одна положительная допинг-проба из 1219. Она принадлежала российской биатлонистке ***Ольге Пылёвой.*** Она была лишена серебра в индивидуальной гонке, в которой победила россиянка ***Светлана Ишмуратова.*** После пересмотра результатов серебро тогда вручили немке ***Мартине Глаго***в, а бронзу – россиянке ***Альбине Ахатовой***.

Эти и другие истории говорят о том, что использование допинга практически всегда выявлялось, происходил скандал с осквернением имени спортсмена и духа спорта в целом.

***Допинг как глобальная проблема современного спорта***

Современный спорт требует от спортсменов высочайших результатов, которые находятся за гранью физических человеческих возможностей. Поэтому чтобы спортсменам выжить в этой беспощадной и жестокой борьбе названием «спорт», им приходится прибегать к запрещенным препаратам под названием «допинг». Печален тот факт, что некоторые тренеры заставляют вставать спортсмена на эту допинговую дорожку.

Использование допинга началось еще с древнегреческих Олимпийских игр, где никаких ограничений не существовало. По данным историков, спортсмены употребляли все возможные вещества, помогающие добиться лучших результатов: легкое вино, различные галлюциногены, семена кунжута, листья коки, отвар мухомора, чеснок и даже опиум. Первым серьезным допингом стали наркотические препараты – кокаин и даже героин, которые не были запрещены для употребления вплоть до 20-х годов прошлого столетия. В 1886 году был зафиксирован первый официальный смертельный случай от применения допинга. Настоящий допинговый бум произошел в послевоенные годы. К примеру, амфетамины получили широкое применение в спорте, ими пользовались во всех командах и сборных на крупных турнирах, включая Олимпийские игры. В 1964 году Международный Олимпийский комитет объявляет не обходимым тестирование спортсменов на допинг. Однако эта мера не была эффективной, так как не была достаточно развита медицинская база, доказывающая наличие запрещенных веществ в крови спортсменов. Только в 1990 году образуется Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА), в результате работы которого спортсменам стало фактически невозможно обмануть или обойти допинговый контроль.

Из отчета Всемирного антидопингового агентства (ВАДА) нарушениях антидопинговых правил в 2018 году спортсмены Российской Федерации чаще всех нарушали антидопинговые правила. И, как известно, до настоящего времени Россия является “ярым” допинговым нарушителем. Давайте же разберемся в проблеме допинга. Проблема употребления допинга в спорте затрагивает социальные, политические, медицинские и нравственные аспекты жизни общества.

С медицинской точки зрения проблема заключается в том, что посредством употребления запрещенных веществ спортсмен улучшает свои физические показатели, а с другой стороны они пагубно влияют на весь организм спортсмена, нарушают работу всех систем органов, вплоть до летального исхода. Кроме того, допинг вызывает психотропную зависимость, вследствие чего ухудшается психоэмоциональное состояние, и спортсмен становится агрессивным с окружающими его людьми. При обнаружении в крови спортсмена проблемы вытекают одна за другой: сначала теряется нравственный облик спортсмена, затем тень падает на страну, которую он представлял, впоследствии чего накладываются санкции, причем они могут отразиться не только на одном конкретном спортсмене, а на всей сборной команде. Когда спортсмена дисквалифицируют за положительный допинг – тест, то он лишается поддержки своих болельщиков, которые на него надеялись. Это есть социальная проблема. В результате чего карьера спортсмена может закончится раз и навсегда.

Другая сторона применения допинговых веществ в современной спорте заключается еще в том, что большое количество препаратов, имеющих допинговые вещества, в повседневной жизни законом не запрещены и достаточно часто случается так, что они рассматриваются, как одни из видов эффективных лекарств. Можно сказать: «Что обывателю хорошо, то спортсмену плохо».

В настоящее время в условиях напряженных отношений между Россией и странами Запада можно выделить политический аспект проблемы употребления допинга. Спорт превратился в политическую игру против российских спортсменов. Я считаю, что МОК необоснованно наложил санкции на сборные РФ, нагло прикрываясь завышением показателей допинговых веществ в крови наших спортсменов. Спорт должен быть честной открытой игрой без допинга и политики. Пропаганда спорта без допинга должна занимать большое место в подготовке спортсменов всех уровней. А девиз Олимпийских игр: «Быстрее, выше, сильнее», подчеркивающий честность спортивных состязаний, должен являться образцом для каждого спортсмена.

*6. Медицинские аспекты допинга.*

Комбинации и дозировки, улучшающих спортивные результаты субстанций, используемых спортсменами, никогда не проходили официальных испытаний. Такие спортсмены принимают риск возможного неблагоприятного эффекта неизвестного характера и с неизвестными последствиями. Использование комбинации нескольких субстанций означает не просто увеличение риска, а смешение нескольких видов рисков. Поскольку гормоны в человеческом организме выполняют самые разные регулятивные функции, не терапевтическое использование каких-либо гормонов чревато риском нарушения баланса, затрагивающего сразу несколько функций, а не только функцию, с которой связан принимаемый гормон. Дополнительные риски для здоровья возникают тогда, когда использование субстанций и методов предполагает применение инъекций. Нестерильные инъекционные методы, включая совместное пользование шприцами и иглами, которые могут быть заражены, могут повысить риск передачи инфекционных заболеваний, таких как гепатит и ВИЧ/СПИД. И наконец, употребление субстанций может привести к возникновению зависимости – психологической или физиологической.

*Последствия для здоровья, связанные с использованием запрещенных субстанций:*

- депрессия, агрессивность, зависимость от препарата и др.;

- нейроэндокринные заболевания;

- инфаркт миокарда, сердечная недостаточность, гипертензия;

- диабет;

- поражения печени;

- повышенное потоотделение, огрубление кожи, остеоартрит и повышенный риск развития рака;

- повышенный риск тромбоза;

- инсульт.

И множество других еще более негативных последствий.

*7. Социальные и психологические аспекты допинга.*

Как много известно о последствиях приема допинга? Существует ли некий эффект отката после употребления? Наверное, не зря корни названия растут от английского «dope», что означает дурман, наркотик и т.д. Несмотря на то, что определить пагубное влияние на организм достаточно сложно, так как есть соответствующие субстанции, методы, дозировки и их комбинации, которые никогда не проходили официальных испытаний. Страшнее всего в данных ситуациях еще и то, что невозможно предугадать риск неблагоприятного эффекта и его последствия. Первой причиной можно считать гормональную структуру допинговых препаратов. В качестве примеров можно привести ***преднизолон, гидрокортизон, дексаметазон.*** Не терапевтическое бесконтрольное употребление каких-либо гормонов может привести к дисбалансу, затрагивающему множество функций, помимо связанной с применяемым гормоном.

Второй причиной можно назвать инъекционное введение допинговых препаратов. Неправильное введение иглы может вызывать тяжелые последствия от гематомы, интоксикации до некроза тканей анафилактического шока. Нестерильное или совместное использование шприца или даже иглы повышает риск передачи таких опасных инфекционных заболеваний как гепатит, ВИЧ/СПИД. В конечном итоге, как и все наркотические вещества, допинговые препараты могут приводить к возникновению зависимостей – психологической или физиологической.

Возможны следующие последствия для организма, связанные с приемом допинга: депрессия, агрессивность, нейроэндокринные заболевания, повышение потоотделения, огрубление кожи, поражение печени, остеоартрит, диабет, гипертензия, инфаркт миокарда, инсульт, повышенный риски развития рака и тромбоза.

Все перечисленные выше последствия затрагивают в основном физическое и психологическое здоровье человека, но что касается социальной жизни спортсмена? Если запрещенный препарат начинает принимать новобранец спорта, то он ограничивает себя в дальнейших стратегических перспективах, так как обычные методы тренировки не будут давать желаемых результатов, развитие будет тормозиться или отсутствовать без использования пагубного вещества.

*Прием допинга колоссально влияет на репутацию, как начинающего, так и уже титулованного спортсмена. Нельзя не заметить, как с каждым годом акцентируют внимание на допинг-контроле. Спортсмены, даже подозреваемые в приеме подвергаются жесткому прессингу со стороны окружающих людей, СМИ и спортивной федерации.*

 Что же заставляет спортсменов употреблять запрещенные препараты, несмотря на столь явный риск негативных последствий, как для здоровья, так и для карьеры?

Л.Н. Марков, являясь одним из общепризнанных специалистов российской спортивной медицины, рассматривает пример опроса именитых спортсменов касательно их согласия на прием допинга для продвижения в спортивной карьере, несмотря на риск становления инвалидом уже через 10-15 лет. На данный вопрос 8 из 10 опрашиваемых ответили положительно. Причиной этому являются чрезмерные нагрузки, которым будущие звезды спорта подвергаются на тренировках, интенсивность которых обосновывается растущей с каждым годом конкуренцией. Безусловно, все это сказывается на психике молодых людей, подталкивая их к использованию стимуляторов психической или физической деятельности. Нельзя и отрицать возможность существования третьего лица, склоняющего спортсменов к употреблению допинг препаратов. Примером попытки поднятия данного вопроса еще в 2011 году является доклад министерства спорта, туризма и молодежной политики РФ об изучении установок по отношению к употреблению допинга в спорте, где уже было сказано о необходимости исследования в области связи психологических особенностей спортсменов, имеющих склонность к употреблению допинговых препаратов. Данное исследование выявило прямую зависимость между готовностью к завоеванию новых спортивных вершин и приему для этого запрещенных веществ еще на этапе подготовки к соревнованиям. Помимо этого, в анализе комплексной оценки особенностей отношения молодых спортсменов к допинг-препаратам и запрещенным методам стимуляции организма, было выявлено 4 социально-психологических фактора некритического восприятия допинг-препаратов молодыми спортсменами, а также разработан диагностический опросник «Личностная оценка проблемы допинга в спорте» (ЛОПДС). Что не менее важно, были обнаружены серьезные недостатки в изживших себя отечественных научно-психологических разработках, которые в купе с психодиагностическими и коррекционными инструментами, были источниками постоянства существования допинг зависимых спортсменов.

Оценить выраженность проблемы употребления, а также взаимоотношение с запрещенными стимуляторами организма в работе «проблемы употребления допинга в современном спорте» решил Глущенко Н.В. методом анонимного анкетирования. Оказалось, что полная информация ни разу не была предоставлена. Таким образом, люди даже не подозревали о столь сильном влиянии на здоровье и спортивную карьеру. Что самое страшное, человеком, подталкивающим к употреблению запрещенных веществ, оказался тот, кто является проводником в мир большого спорта, как для начинающих, так и для звезд олимпийских пьедесталов. И это тренер.

Основными причинами, на которые ссылаются Д.В. Бондарев и В.А. Гальчинский, являются психологические факторы самоутверждения и уверенность в пользе приема допинга, а также зачастую вынужденность его применения. Подводя итоги, можно отметить, что Медведева Л.Е., Грушко А.И. и Грушко Н.В. в свой статье «психологические аспекты применения допинга в спорте» сделали вывод, что в зависимости от волевого контроля и типа личностного развития можно судить о вариабельности отношения разных спортсменов к допингу.

*8. Зависимое поведение – сущность и механизмы развития?*

В переводе с английского *addiction* – склонность, пагубная привычка. В настоящее время в психологии уделяется большое значение проблемам отклоняющегося поведения человека. Недовольство реальной жизнью и желание уйти от нее является одной из сложнейших проблем человеческой жизни. Однако формы и способы ухода чрезвычайно разнообразны и нередко носят патологический характер. Одной из таких форм является аддиктивное поведение, когда жизнь человека, его состояние и поведение начинают жестко зависеть от различных факторов (наркотиков, алкоголя, еды, работы, азартных и компьютерных игр и др.). Проблема зависимого (аддиктивного) поведения в современном мире оказалась едва ли не самой запутанной и трудноразрешимой из всех стоящих перед человечеством. Большинство людей имеют травмирующий опыт тяготящей зависимости, начиная от сладостей, желания погрузиться в грохот тяжёлого рока и заканчивая никотиновой, алкогольной и наркотической. Стандарты современного потребительского общества посредством рекламы требуют поддержания самых различных видов зависимостей.

Аддиктивное поведение – один из типов девиантного (отклоняющегося) поведения с формированием стремления к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксацией внимания на определенных видах деятельности с целью развития интенсивных эмоций. Степень тяжести аддиктивного поведения может быть различной – от практически нормального поведения до тяжелых форм зависимости, сопровождающихся выраженными соматической и психической патологиями.

Типы аддиктивного поведения:

- алкоголизм, наркомания, токсикомания, табакокурение (химическая аддикция);

- азартные игры, компьютерная аддикция, длительное прослушивание музыки, основанной на ритме;

- нарушение пищевого поведения;

- полное погружение в какой-то вид деятельности с игнорированием жизненно важных обязанностей и проблем и др.

Для человека и общества не все эти виды аддиктивного поведения равнозначны по последствиям. Человек обычно стремится к психологическому и физическому комфорту. В повседневной жизни такое комфортное состояние не всегда достижимо или оказывается недостаточно стойким: различные внешние факторы, неприятности на работе, ссоры с близкими, недостаточное понимание в семье, разрушение привычного стереотипа (сокращение штатов, смена работы, уход на пенсию и т.п.); особенности биоритмов (сезонных, месячных, суточных и др.), сезонность года (лето, осень) оказывают влияние на общий тонус организма, подъем или снижение настроения, работоспособность.

Люди по-разному относятся к периодам сниженного настроения, как правило, они находят в себе силы справиться с ними, используя свои внутренние ресурсы, общаются с друзьями и близкими, считая периоды спада естественными циклами жизни. Для других же колебания настроения и психофизического тонуса воспринимаются как труднопереносимые. В последнем случае речь идет о людях с низкой переносимостью фрустраций, т.е. дезадаптированных личностях. Этому могут способствовать как индивидуальные личностные особенности (тревожность, зависимость, неадекватность самооценки и др.), так и акцентуации характера. Корни аддиктивных механизмов, к какой бы форме аддикции они ни приводили, находятся в детстве, в особенностях воспитания. Дома, в родительской среде ребенок учится языку межличностных контактов и эмоциональных отношений. Если ребенок не находит у родителей поддержки, эмоционального тепла, испытывает чувство психологической незащищенности, то это чувство незащищенности, недоверия переносится на большой окружающий его мир, на людей, с которыми ему приходится встречаться в жизни, что и заставляет его искать комфортного состояния посредством приема веществ, фиксации на определенных активностях и предметах.

Механизм действия зависимости:

- совершается некоторое действие;

- возникает субъективно положительное переживание;

- без этого действия возникает дискомфорт, снятие которого требует совершение вновь этого действия;

- прежняя интенсивность уже не вызывает тот же эффект, ее требуется повышать.

Далее цикл повторяется с индивидуальной частотой и выраженностью (для одного аддикта цикл может продолжаться месяц, для другого – один день). Зависимое поведение не обязательно приводит к заболеванию, но закономерно вызывает личностные изменения и социальную дезадаптацию. Ц.П. Короленко и Т.А. Донских указывают на формирование аддиктивной установки – совокупности когнитивных, эмоциональных и поведенческих особенности, вызывающих аддиктивное отношение к жизни.

*9. Допинг и явление зависимости*

В современном мире спорт не перестает быть важной частью нашего общества, он не стоит на месте и во многом успешно развивается. Однако существуют средства, помогающие улучшить спортивные результаты – их обобщенно называют допингом. Его применение противоречит с основными ценностями и идеалами состязаний. Он возник примерно в одно время со спортом, так сказать, «родился на Олимпиаде». Такое предположение выдвинул в 1998 году кандидат медицинских наук Ларри Д. Бауэрс, он изучал употребление допинга и его влияние на спортсменов. Описано, что греки употребляли галлюциногенные грибы, винные напитки, травы для придания сил перед предстоящими соревнованиями. После на смену природных средств пришли их синтетические аналоги, но с более выраженным стимулирующим эффектом.

Таким образом, еще со времен первых Олимпийских игр спортсмены обладали огромным количеством средств фармакологической поддержки организма, и по сегодняшний день применение допинга не прекращается. Каждому спортсмену хочется все время увеличивать нагрузку, достигая лучших результатов и одерживая первенство среди конкурентов. Но любой организм имеет свой предел выносливости, в какой-то момент включается своеобразный защитный механизм, который спасает человека от перегрузки. В таком случае на помощь и приходит допинг, который блокирует этот механизм, и, например, способствует росту мышечной массы, повышению мышечной силы.

Каковы же причины, способствующие тому, что спортсмен начинает принимать такие препараты? Как правило, самой частой причиной бывает банальное желание улучшить свои результаты. Травмы – это довольно частое явление в профессиональном спорте, для купирования посттравматической боли спортсмены принимают сильные болеутоляющие препараты, к которым может развиться зависимость при их злоупотреблении. Депрессия, большая ответственность перед тренером, завышенные ожидания болельщиков, высокая конкуренция между участниками состязания, проблемы личного характера влияют на психическое состояние человека, подавляют его. Поэтому многие спортсмены обращаются к сомнительному способу борьбы с проблемой – используют все те же вещества.

Существует список запрещенных препаратов, в который включается 5 основных групп средств:

1. ***Стимуляторы ЦНС***
2. ***Наркотики (наркотические анальгетики)***
3. ***Гормональные препараты (анаболические стероиды)***
4. ***Бета-блокаторы***
5. ***Диуретики***

Но наиболее выраженная зависимость возникает при употреблении препаратов первых трех групп. Ее развитие при применении допинговых средств происходит по тому же принципу, что и наркотическая. При употреблении допинга наш головной мозг начинает выделять огромное количество гормонов удовольствия – серотонина и дофамина, что подкрепляется положительными эмоциями, возникает эйфория. Происходит подъем работоспособности, снижается аппетит и утомляемость. Но такая приятная картина, к сожалению, быстро сменяется на противоположную: резервы нейромедиаторов быстро истощаются, соответственно, человек становится раздражительным, его беспокоит бессонница, постоянные головные боли, головокружение, боли в грудной клетке, панические атаки, снижаются спортивные результаты, ухудшается мышление, а в случае завершения употребления препаратов будет наблюдаться симптоматика синдрома отмены: может возникнуть глубокая депрессия, апатия.

В заключение хотелось бы добавить, что допинг оказывает отрицательное влияние как на физическое, так и психическое здоровье человека, развивается сильнейшая зависимость, избавление от которой – очень долгий и трудный процесс. Проблема допинга в современном мире остается актуальной.

*10.* ***Причины борьбы с допингом.***

Причины запрета допинга в спорте могут быть расширены в части аргументов, базирующихся на том, что допинги способствуют неравенству и создают незаслуженное преимущество одного соревнующегося над другим, несут вред здоровью человека и извращают природу спорта, лишая спорт гуманности.

***Первый аргумент*** *гласит, что допинг запрещен, потому что это обман и несправедливость.* Этическая проблема данного утверждения состоит в том, что допинг только тогда становится обманом, когда вводится правило, запрещающее его. А что, если представить, что допинг не запрещен? Был бы тогда он обманом? Иногда в качестве альтернативной идеи справедливости предлагается не запрещать допинг правилами спорта. Это намерение должно было бы показать, что допинг несправедлив по своей природе даже в том случае, если бы соперники согласились с его применением и даже если бы правила игры разрешали его использование. Первый аргумент (допинг – это обман) поддерживается с этической точки зрения тем, что спортсмены имеют фундаментальное право соревноваться на игровом поле, находясь в равных условиях, без использования субстанций и методов, усиливающих их физическую работоспособность, следовательно, допинг нарушает их фундаментальные права. Было бы несправедливым принуждать всех спортсменов против их воли использовать вещества или методы, улучшающие их результаты.

***Второй аргумент*** *указывает, что допинги наносят вред здоровью людей, к ним прибегающих.* Хорошо известно, что сама по себе спортивная деятельность зачастую сопряжена с риском получения травмы или даже физического дефекта. Более того, практически любой вид спорта, если говорить об элитном уровне его исполнения, несет в себе потенциальный риск, который может быть нанесен путем перетренировки. Проблема обостряется, когда речь заходит о контактных и/или силовых видах спорта. Но что является приемлемым в плане риска нарушения здоровья? Сколько таких рисков может быть устранено путем использования надлежащего снаряжения или применением другой защитной технологии, т. е. специальных мер, которые сегодня являются неотъемлемой частью правил каждого вида спорта? Аргумент против допинга, подпадающий под категорию вреда здоровья, является нам во множестве форм: вред здоровью спортсменов, употребляющих допинг, вред здоровью спортсменов, не прибегающих к допингу, вред обществу. Рассмотрим каждый из них отдельно.

Помимо того, что применение запрещенных веществ или методов несет серьезные риски вреда здоровью лиц, к нему прибегающих, допинг дает дополнительные риски спорту, например в плане наступления внезапной смерти при выполнении физической нагрузки на фоне приема стимулирующего препарата. Следовательно, спорт не должен требовать, чтобы спортсмены принимали в связи с его исполнением дополнительные риски. Таким образом, допинг следует запрещать, чтобы защитить спортсменов, которые гипотетически в случае его разрешения могли бы пострадать и даже умереть. В то время как этот аргумент может быть рассмотрен как несовместимый с тем, что сама по себе тренировка несет риски для здоровья, возможным ответом на это критическое замечание может быть то, что спорт наделен правом защищать свои ценности, одной из которых является уважение к участникам спортивной борьбы. Следовательно, спорт должен стремиться защитить спортсменов от ненужного вреда.

***Третий аргумент*** *свидетельствует, что допинг может быть вреден для спортсменов, его не использующих.* Атлеты, прибегающие к допингу, нарушают честную спортивную игру по отношению к соперникам, его не использующим. Если «чистые» спортсмены понимают, что их соперники применяют допинг, они тоже могут начать к нему прибегать, чтобы соревноваться на равных. Это приведет к тому, что все станут использовать допинг. Если же все прибегают к допингу, то преимущество, которое он дает, будет потеряно, и спортсмены вернутся туда, откуда они начали (ни у кого нет преимуществ) – только теперь все они будут использовать допинг. Единое игровое поле может быть достигнуто как в случае, если никто не принимает допинг, так и в случае, если все его принимают. Только во втором случае допинг для части спортсменов окажется вынужденным, а значит, к его применению такие спортсмены будут принуждены. Так как допинг способен улучшить спортивный результат, будет иметь место давление на спортсменов, его не принимающих, для того чтобы сравняться в правах с теми, кто его использует. Если часть спортсменов прибегает к допингу, то не использующие его теперь будут вынуждены использовать для поддержания своего спортивного результата на высоком уровне.

***Четвертый аргумент*** *гласит, что допинг вредит обществу, лишая спорт гуманности.* Являются или нет спортсмены теми, на кого желает быть похожим молодое поколение, теми, кто является примером для молодых людей? Ответ – поведение элитных спортсменов может иметь существенное влияние на молодых людей, так как они восхищаются и стремятся подражать своим спортивным кумирам. Допинг же способствует формированию разрушительных установок. Во-первых, употребление допинга кумиром молодежи свидетельствует, что обман является приемлемым для достижения цели. Во-вторых, применение допинга сообщает, что люди могут прибегнуть к снадобью (бутылке или таблетке) для обретения успеха. Эти посылы несовместимы с теми, которые общество пытается воспитать в молодом поколении – нельзя обманывать для достижения своих целей, нет никакой замены труду, соблюдению своих обязанностей, преданности и совершенствованию навыков. Это верно для спорта, а также и для других сфер жизнедеятельности человека.

**Тема 2.2 Виды нарушений антидопинговых правил. Права и обязанности спортсменов. Принцип «строгой ответственности».**

*К нарушениям антидопинговых правил относятся:*

1. Наличие запрещенной субстанции, ее метаболитов или маркеров в пробе, взятой у спортсмена. Персональной обязанностью каждого спортсмена является недопущение попадания запрещенной субстанции в его организм.
2. Использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода.
3. Уклонение, отказ или неявка спортсмена на процедуру сдачи проб.
4. Нарушение спортсменом порядка предоставления информации о местонахождении.
5. Фальсификация или попытка фальсификации любой составляющей допинг-контроля со стороны спортсмена или иного лица.
6. Обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом со стороны спортсмена или персонала спортсмена.
7. Распространение или попытка распространения любой запрещенной субстанции или запрещенного метода спортсменом или иным лицом.
8. Назначение или попытка назначения спортсменом или иным лицом любому спортсмену в соревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода или назначение или попытка назначения любому спортсмену во внесоревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, запрещенного во внесоревновательный период.
9. Соучастие или попытка соучастия со стороны спортсмена или иного лица.

Помощь, поощрение, способствование, подстрекательство, вступление в сговор, сокрытие или любой другой вид намеренного соучастия, включая нарушение или попытку нарушения антидопинговых правил.

1. Запрещенное сотрудничество со стороны спортсмена или иного лица.
2. Действия спортсмена или иного лица, направленные на воспрепятствование или преследование за предоставление информации уполномоченным органам.

*3. Запрещенные субстанции.*

Запрещенный список – международный стандарт, устанавливающий перечень субстанций и методов, запрещенных к использованию спортсменами, который составляется Всемирным антидопинговым агентством и пересматривается не реже одного раза в год.

В Запрещенном списке перечислены субстанции и методы, использование которых запрещено в любое время (как в соревновательный, так и во внесоревновательный период) во всех видах спорта, а также субстанции, использование которых запрещено только в соревновательный период или только в определенных видах спорта.

Поскольку большое количество нарушений антидопинговых правил связано с наличием в пробе запрещённой субстанции «метилгексанамин», причиной чего может стать загрязнённая добавка и/или спортивное питание. Производитель БАД может не всегда указывать полную/достоверную информацию о составе своего продукта. РУСАДА не рекомендует использование БАД.

Виды:

1. Стимуляторы. Эффект действия стимуляторов схож с эффектом, который получается при действии адреналина. В любом организме всегда существуют предохранители, не позволяющие до конца расходовать заложенные в него резервы. Стимуляторы их убирают, благодаря чему при сверхвысоких нагрузках спортсмен черпает свои силы из «неприкосновенного запаса».
2. Наркотики. Воздействуют на центральную нервную систему и снижают боль.
3. Анаболические стероиды. Химические препараты, вызывающие ускоренный рост мышц и увеличение мышечной силы. В отличие от стимуляторов, которые позволяют использовать неприкосновенный запас сил организма, анаболики 26 увеличивают эти резервы и позволяют спортсмену выдержать нагрузки в несколько раз больше обычных.
4. Бета-блокаторы. В результате применения снижается частота сердечных сокращений и вызывается антиаритмический эффект. Бета-блокаторы используются спортсменами для успокоения и снижения тремора в видах спорта, где нужна точная координация, например в стрельбе из лука, пулевой стрельбе, прыжках в воду.
5. Диуретики (мочегонные препараты). В некоторых видах спорта, диуретики используются для быстрой сгонки веса. В бодибилдинге диуретики применяют для улучшения рельефности мышц. Помимо всего, мочегонные препараты применяются часто для того, чтобы снизить концентрацию в моче других запрещенных препаратов. Эта процедура направлена на сокрытие присутствия в организме допингов и потому, естественно, запрещена.

*4. Допинг: не только «химия»*

К допингу относятся не только субстанции, но и методы, такие как:

1. Кровяной допинг (забор крови у спортсмена за определенный срок до соревнований и вливание ее обратно непосредственно перед стартом).
2. Фармакологические, химические и механические манипуляции с биологическими жидкостями (маскирующие средства, добавление ароматических соединений в пробы мочи, подмена проб, подавление выделения мочи почками).