Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

DN: cn=Салимов Марат Ильдусович, o=Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО "УралГУФК", ou=Зам.директора по УР, email=salimov@sport-ural.ru, c=RU
Дата: 2024.07.06 14:18:36 +05'00'

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по учебной работе

_____ М.И. Салимов

«23» мая 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ПРОФИЛАКТИКА ПРИМЕНЕНИЯ ДОПИНГА

Направление подготовки– 49.03.01 Физическая культура

Квалификация (степень) выпускника - бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

Екатеринбург 2024 г.

Лист согласования

Рабочая программа дисциплины (модуля) *«Профилактика применения допинга»* **с**оставлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТиМ ФК протокол № 9 от «6» мая 2024 г.

Утверждена на методическом совете Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» (протокол № 9 от «23» мая 2024 г.)

Разработчик рабочей программы дисциплины (модуля):
К.п.н., доцент кафедры ТиМ ФК _____ Б.Ф. Вашляев

И. о. зав. кафедрой . _____ И.В. Тарасевич

Проверил:

Начальник учебного отдела _____ Л. А. Осадчая

1. **МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Данная дисциплина относится к **обязательной части/** части, формируемой участниками образовательных отношений, блока 1 «Дисциплины (модули)». В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе при очной и заочной формах получения образования. Вид промежуточной аттестации: зачет.

В методическом плане дисциплина опирается на знания, полученные при изучении следующих учебных курсов, дисциплин:

- история физической культуры и спорта, теория и методика физической культуры, физиология человека, анатомия человека.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (согласно ФГОС ВО 3++, ПООП, профессиональным стандартам, РУП по направлению подготовки):

Код компетенции	**Наименование компетенции**	**Степень реализации компетенции (полностью/частично) Курс/семестр**	**Индикаторы достижения компетенции**	**Профессиональный стандарт, код трудовой функции, содержание трудовой функции (при наличии). / область, сфера, типы задач, задачи, объекты профессиональной деятельности выпускников**
ОПК-8	**ОПК-8.** Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	**ОПК-8.1. Знает:** - антидопинговое законодательство в области спорта Российской Федерации; - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; -содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга. **ОПК-8.2. Умеет:** - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - использовать рекомендации по антидопинговым программам в спорте; - анализировать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; . **ОПК-8.3 Имеет опыт** - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения нормативной базы международных федераций по вопросам противодействия допингу в спорте.	**Профессиональный стандарт** **Тренер** УТВЕРЖДЕН приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28.03.2019 № 191н Подготовка спортсменов *Основная цель вида профессиональной деятельности:* Проведение со спортсменами тренировочных мероприятий и осуществление руководства состязательной деятельностью спортсменов для достижения спортивных результатов. **Содержание трудовой функции:** **Код 05.003** D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры
		5
Зачетные единицы	з.е.	2
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час	72
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен	зачет
Контактная работа *(контакт. часы), в том числе:*	час	36,25
Лекции (Лек)	час	12
Практические занятия (Пр)	час	24
Семинары	час	
Лабораторные работы (Лаб)	час	
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час	0,25
Самостоятельная работа, в том числе	час	35,75
Курсовая работа (КР)	час	
Часы на контроль (подготовка к экзамену)	час	
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час	6

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры
		10
Зачетные единицы	з.е.	2
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час	72
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен	зачет
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	час	10,25
Лекции (Лек)	час	4
Практические занятия (Пр)	час	6
Семинары	час	
Лабораторные работы (Лаб)	час	
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час	0,25
Самостоятельная работа, в том числе	час	57,75
Курсовая работа (КР)	час	
Часы на контроль (подготовка к экзамену)	час	4
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час	4

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ
4.1. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ДИСЦИПЛИНЫ
Очная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий	Контактная работа (часы)	Самостоятельная работа (часы)
Модуль №1 Допинг в спорте. Введение			36,3	35.8
	Раздел 1	**Введение в курс *«Профилактика применения допинга»***		
1Б1.0 .25	Тема 1.1. Допинг в спорте.	**Лекции** Определение, что такое борьба с допингом. История борьбы с допингом в спорте. Понятие допинга. ***Практическое занятие №1.*** «Мои знания о допинге» **Форма контроля: тестирование** **Самостоятельная работа студентов** Всемирно известные допинговые скандалы в спорте. **Форма контроля: презентация материала**	**3** 6	
1	Тема 1.2. «Запрещенный список»: понятие, структура, порядок создания и изменения. Проверка лекарственных средств	**Лекции** Понятие допинга. «запрещенный список»: понятие, структура, порядок создания и изменения. Химическая структура классов веществ, включенных в список ***Практическое занятие*** Проверка распространенных препаратов аптечной сети в программе. **Форма контроля**: защита докладов. **Самостоятельная работа студентов** Проверка лекарственных средств и БАДов в сервисе проверки препаратов аптечной сети. **Форма контроля: устный фронтальный опрос.**	**3** **3** **6**	
	Тема1.3. Альтернативные способы осуществления легальной фармакологической и	**Лекции** 1. Основы управления работоспособностью спортсмена. Системные факторы, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена: 1) недостаточное функционирование (дисбаланс) эндокринной системы; 2) нарушение кислотно-основного состояния и ионного равновесия в организме; 3) блокирование клеточного	**3**	6

	иной эргогенической помощи спортсменам	дыхания в работающих мышцах; 4) снижение энергообеспечения в мышцах; 5) запуск свободно-радикальных процессов в результате запредельных нагрузок; 6) нарушение микроциркуляции; 7) снижение иммунологической реактивности; 8) угнетение центральной нервной системы и периферической нервной системы. Органные факторы, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена: 1) снижение сократительной способности миокарда; 2) ослабление функции дыхания; 3) снижение функции печени, почек и других органов в результате запредельных физических нагрузок. Дополнительные факторы риска, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена: 1) режим и его нарушение; 2) соблюдение режима питания; 3) гиповитаминоз; 4) интоксикации различного происхождения; 5) соответствие требованиям спортивной одежды и обуви, спортивного инвентаря и оборудования; 6) факторы окружающей среды; 7) ограниченное и несистемное использование профилактических, лечебных, восстановительных средств в годичном цикле тренировки. ***Практическое занятие.*** Альтернативные способы осуществления фармакологической и иной эргогенической помощи спортсменам в индивидуальном виде спорта **Формы отчетности:** Участие в устном индивидуальном опросе. **Самостоятельная работа студентов** Поиск существующих программ антидопинговой профилактики, их критический анализ. **Форма контроля: презентация материала**	**3**	
	Раздел 2	**Причины и последствия применения допинга**		
2.1.	Тема 2.1. Образ мышления принимающих допинг	**Лекции** Спортивные ценности, честность, спортивная этика, правильное спортивное поведение. Ущерб, наносимый допингом, идее спорта. ***Практическое занятие.*** Информационно-пропагандистская деятельность и роль различных средств массовой информации в профилактической антидопинговой работе. Анкета для выявления ценностных ориентаций студентов. **Формы отчетности:** Участие в устном индивидуальном опросе. тестирование	3 3	6

		Самостоятельная работа студентов Разработка макета плаката по пропаганде здорового образа жизни **Форма контроля: презентация материала**		
	Раздел 3	**Цели и задачи борьбы с допингом. Международно-правовая и национальная система противодействия допингу в спорте**		
3.1.	Тема 3.1. Допинг и основные Международно-правовая и национальная система противодействия допингу в спорте	**Лекции** .Общие принцыпы борьбы с допингом. Всемирный антидопинговый кодекс. Международные антидопинговые стандарты. Международные организации в сфере антидопингового контроля: ВАДА, МОК. Система нормативно-правовых актов в области антидопингового регулирования в Российской Федерации. Национальная система противодействия допингу в спорте. **Практическое занятие** Нормативные акты, регулирующие принципы борьбы с допингом, процедуру допинг контроля, правовые последствия применения допинга в спорте. Способы защиты прав спортсмена. Формы отчетности: ознакомление, **устный фронтальный опрос.** **Самостоятельная работа студентов** Ознакомление с мировой практикой нарушения спортсменами антидопинговых правил **Форма контроля: презентация материала.**	3 3	6
МОДУЛЬ №2Допинг контроль				
	Раздел 4	**Процедура допинг-контроля. Нарушения антидопинговых правил**		

1.1.	Тема 4.1. Процедура допинг-контроля для крови и мочи	**Лекции** Процедура допинг-контроля мочи и крови. Выборы спортсменов, создание зарегистрируемых пулов тестирования и местонахождения. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории от получения образца до доставки результата. Права и обязанности спортсменов. Принцип «строгой ответственности». Роль и обязанности обслуживающего персонала. Осуществление управления результатами. Биологический паспорт спортсмена. **Практическое занятие**. Ознакомление с международными стандартами. Виды нарушений антидопинговых правил **Самостоятельная работа обучающихся:** Выполнение домашнего задания по изучению международных стандартов **Форма контроля: устный фронтальный опрос**	**3** 3	6
	Раздел 5	**Последствия нарушений антидопинговых правил**		
2.1	Тема 5.1. Последствия нарушений антидопинговых правил	**Лекции** Ответственность за применение допинга в российском законодательстве и международной практике. Криминализация допинга, последствия, сотрудничество между NADO и органами уголовного преследования. Психологические последствия применения допинга. Медицинские последствия. **Практическое занятие**. Ознакомление с международными стандартами. Виды нарушений антидопинговых правил **Самостоятельная работа обучающихся**: Выполнение творческой работы (сообщение, презентация и др.) по теме «Последствия употребления допинга в спорте».	**3** 3	6
	Раздел 6	**Профилактические антидопинговые мероприятия**		
	Тема 6.1 Профилактические антидопинговые мероприятия	**Лекции** Общие принципы организации и проведения антидопинговой 70 профилактической работы. Современные принципы антидопинговой профилактической деятельности. Отечественный опыт разработки педагогических антидопинговых технологий. Лучшие практики антидопингового образования. Важность антидопингового образования. Процесс антидопингового обеспечения в конкретной организации.	**3**	6

		Практическое занятие. Ознакомление с международными стандартами. Виды нарушений антидопинговых правил **Самостоятельная работа обучающихся**: Прохождение онлайн курса по антидопинговому обеспечению на сайте РАА РУСАДА		

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий	Контактная работа (часы)	Самостоятельная работа (часы)
Модуль №1 Допинг в спорте. Введение			10,25	57,75
	Раздел 1	**Введение в курс *«Профилактика применения допинга»***		
1Б1.0.25	Тема 1.1. Допинг в спорте.	**Лекции** Определение, что такое борьба с допингом. История борьбы с допингом в спорте. Понятие допинга. ***Практическое занятие №1.*** «Мои знания о допинге» **Форма контроля: тестирование** **Самостоятельная работа студентов** Всемирно известные допинговые скандалы в спорте. **Форма контроля: презентация материала**	**2** 6	 6
1	Тема 1.2. «Запрещенный список»: понятие, структура, порядок создания и изменения. Проверка лекарственных средств	**Лекции** Понятие допинга. «запрещенный список»: понятие, структура, порядок создания и изменения. Химическая структура классов веществ, включенных в список ***Практическое занятие*** Проверка распространенных препаратов аптечной сети в программе. **Форма контроля**: защита докладов. **Самостоятельная работа студентов** Проверка лекарственных средств и БАДов в сервисе проверки препаратов аптечной сети. **Форма контроля: устный фронтальный опрос.**	**1** **1** **1**	 **6**
	Тема1.3.	**Лекции**	**1**	6

	Альтернативные способы осуществления легальной фармакологической и иной эргогенической помощи спортсменам	1. Основы управления работоспособностью спортсмена. Системные факторы, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена: 1) недостаточное функционирование (дисбаланс) эндокринной системы; 2) нарушение кислотно-основного состояния и ионного равновесия в организме; 3) блокирование клеточного дыхания в работающих мышцах; 4) снижение энергообеспечения в мышцах; 5) запуск свободно-радикальных процессов в результате запредельных нагрузок; 6) нарушение микроциркуляции; 7) снижение иммунологической реактивности; 8) угнетение центральной нервной системы и периферической нервной системы. Органные факторы, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена: 1) снижение сократительной способности миокарда; 2) ослабление функции дыхания; 3) снижение функции печени, почек и других органов в результате запредельных физических нагрузок. Дополнительные факторы риска, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена: 1) режим и его нарушение; 2) соблюдение режима питания; 3) гиповитаминоз; 4) интоксикации различного происхождения; 5) соответствие требованиям спортивной одежды и обуви, спортивного инвентаря и оборудования; 6) факторы окружающей среды; 7) ограниченное и несистемное использование профилактических, лечебных, восстановительных средств в годичном цикле тренировки. ***Практическое занятие.*** Альтернативные способы осуществления фармакологической и иной эргогенической помощи спортсменам в индивидуальном виде спорта **Формы отчетности:** Участие в устном индивидуальном опросе. **Самостоятельная работа студентов** Поиск существующих программ антидопинговой профилактики, их критический анализ. **Форма контроля: презентация материала**	**2**	
	Раздел 2	**Причины и последствия применения допинга**		
2.1.	Тема 2.1. Образ мышления принимающих допинг	**Лекции** Спортивные ценности, честность, спортивная этика, правильное спортивное поведение. Ущерб, наносимый допингом, идее спорта.	2	

		Практическое занятие. Информационно-пропагандистская деятельность и роль различных средств массовой информации в профилактической антидопинговой работе. Анкета для выявления ценностных ориентаций студентов. **Формы отчетности:** Участие в устном индивидуальном опросе. тестирование **Самостоятельная работа студентов** Разработка макета плаката по пропаганде здорового образа жизни **Форма контроля: презентация материала**	1	6
	Раздел 3	**Цели и задачи борьбы с допингом. Международно-правовая и национальная система противодействия допингу в спорте**		
3.1.	Тема 3.1. Допинг и основные Международно-правовая и национальная система противодействия допингу в спорте	**Лекции** .Общие принцыпы борьбы с допингом. Всемирный антидопинговый кодекс. Международные антидопинговые стандарты. Международные организации в сфере антидопингового контроля: ВАДА, МОК. Система нормативно-правовых актов в области антидопингового регулирования в Российской Федерации. Национальная система противодействия допингу в спорте. **Практическое занятие** Нормативные акты, регулирующие принципы борьбы с допингом, процедуру допинг контроля, правовые последствия применения допинга в спорте. Способы защиты прав спортсмена. Формы отчетности: ознакомление, **устный фронтальный опрос.** **Самостоятельная работа студентов** Ознакомление с мировой практикой нарушения спортсменами антидопинговых правил **Форма контроля: презентация материала.**	1 1	6
МОДУЛЬ №2Допинг контроль				
	Раздел 4	**Процедура допинг-контроля. Нарушения антидопинговых правил**		

1.1.	Тема 4.1. Процедура допинг-контроля для крови и мочи	**Лекции** Процедура допинг-контроля мочи и крови. Выборы спортсменов, создание зарегистрируемых пулов тестирования и местонахождения. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории от получения образца до доставки результата. Права и обязанности спортсменов. Принцип «строгой ответственности». Роль и обязанности обслуживающего персонала. Осуществление управления результатами. Биологический паспорт спортсмена. **Практическое занятие**. Ознакомление с международными стандартами. Виды нарушений антидопинговых правил **Самостоятельная работа обучающихся:** Выполнение домашнего задания по изучению международных стандартов **Форма контроля: устный фронтальный опрос**	**3** 3	6
	Раздел 5	**Последствия нарушений антидопинговых правил**		
2.1	Тема 5.1. Последствия нарушений антидопинговых правил	**Лекции** Ответственность за применение допинга в российском законодательстве и международной практике. Криминализация допинга, последствия, сотрудничество между NADO и органами уголовного преследования. Психологические последствия применения допинга. Медицинские последствия. **Практическое занятие**. Ознакомление с международными стандартами. Виды нарушений антидопинговых правил **Самостоятельная работа обучающихся**: Выполнение творческой работы (сообщение, презентация и др.) по теме «Последствия употребления допинга в спорте».	**3** 3	6
	Раздел 6	**Профилактические антидопинговые мероприятия**		
	Тема 6.1 Профилактические антидопинговые мероприятия	**Лекции** Общие принципы организации и проведения антидопинговой 70 профилактической работы. Современные принципы антидопинговой профилактической деятельности. Отечественный опыт разработки педагогических антидопинговых технологий. Лучшие практики антидопингового образования. Важность антидопингового образования. Процесс антидопингового обеспечения в конкретной организации.	**3**	6

		Практическое занятие. Ознакомление с международными стандартами. Виды нарушений антидопинговых правил **Самостоятельная работа обучающихся**: Прохождение онлайн курса по антидопинговому обеспечению на сайте РАА РУСАДА		

4.2. Темы занятий с применением интерактивных технологий

Тема практических занятий	Интерактивные формы проведения занятий	Трудоемкость (час)
Процедура допинг-контроля	Дискуссия	2
Презентация примера проведение разъяснительной работы среди спортсменов по недопустимости применения допинговых средств и методов.	Круглый стол	2
Использование допингов – основная угроза развитию современного спорта	Дебаты	2
ВСЕГО:		6

5. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа организуется с целью формирования общекультурных компетенций (предусмотренных данной программой), понимаемых как способность применять знания, умения и личностные качества.

Основные формы организации СР:

1. Аудиторная СР под методическим руководством преподавателя на практических занятиях.
2. Внеаудиторная СР под методическим руководством и контролем преподавателя, но без его непосредственного участия при подготовке к аудиторным занятиям, текущим и промежуточным формам контроля.

Виды СР обучающихся:

Методические рекомендации студентам по изучению рекомендованной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию

дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к семинарскому занятию на основе изучения научной и учебной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к практическому занятию.

Практическое занятие − это занятие, проводимое под руководством преподавателя на базе медицинского учреждения, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы. В процессе таких занятий вырабатываются практические умения.

Подготовка к промежуточному контролю по дисциплине.

Экзамен/Зачет является неотъемлемой частью учебного процесса и призван закрепить и упорядочить знания студента, полученные на занятиях и самостоятельно. Сдачи экзамена предшествует работа студента на лекционных, семинарских занятиях и самостоятельная работа по изучению предмета. Отсутствие студента на занятиях без уважительной причины и невыполнение заданий самостоятельной работы является основанием для недопущения студента к зачету. Готовиться к зачету необходимо последовательно, с учётом примерных вопросов, содержащихся в программе. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованную учебную и научную литературу. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершенной, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме. Для обеспечения полноты ответа на вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед экзаменом за счёт обращения не к литературе, а к своим записям. При подготовке необходимо выявлять наиболее сложные, дискуссионные вопросы, с тем, чтобы обсудить их с преподавателем на обзорных лекциях и консультациях.

Очная форма обучения

/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий
Модуль №1 Допинг в спорте. Допинг контроль.		
	Раздел 1	Введение в курс «Профилактика применения допинга»
	Тема 1.1. Допинг в спорте. Допинг контроль.	**Самостоятельная работа студентов** Выполнение домашнего задания по изучению классификации допинговых средств и методов, выполнению тестовых упражнений по определению групп запрещенных средств. **Форма контроля**: тестирование
	Тема 1.2. Правовая система противодействия допингу в спорте	**Самостоятельная работа студентов** Изучение нормативных документов антидопингового законодательства. Выполнение домашнего задания: охарактеризовать сущность и основные этапы допинг-контроля. **Форма контроля**: письменный опрос, тестирование
	Раздел 2	**Политический и экономический аспект проблемы допинга в спорте Альтернативные способы осуществления легальной фармакологической и иной эргогенической помощи спортсменам**
.1.	Тема 2.1. Профилактические антидопинговые мероприятия	**Самостоятельная работа студентов** Изучение нормативных документов антидопингового законодательства. Выполнение домашнего задания: охарактеризовать сущность и основные этапы допинг-контроля. **Форма контроля**: презентация материала
	Раздел 3	**Допинг и основные причины его употребления некоторыми спортсменами**
.1.	Тема 3.1. Допинг и основные причины его употребления некоторыми спортсменами	**Самостоятельная работа студентов** Разработка плана/сценария мероприятия в рамках антидопинговой профилактической работы. **Форма контроля**: Разработка и изготовление буклетов, плакатов на антидопинговую тему.
МОДУЛЬ №2Классификация допинговых средств и методов		

	Раздел 4	**Общие принципы и методология организации и проведения антидопинговой профилактической работы**
.1.	Тема 4.1. Классификация допинговых средств и методов	**Самостоятельная работа обучающихся:** 1. Выполнение домашнего задания по изучению классификации допинговых средств и методов, выполнению тестовых упражнений по определению групп запрещенных средств. **Форма контроля**: устный фронтальный опрос
	Раздел 5	**Проблема генетического допинга в спорте**
.1	Тема 5.1. Проблема генетического допинга в спорте	**Самостоятельная работа обучающихся**: Выполнение творческой работы (сообщение, презентация и др.) по теме «Генетический допинг – как угроза будущему спорта». Составление индивидуальной фармакологической карты спортсмена в период подготовки и участия в соревнованиях в период годичного цикла. **Форма контроля**: устный фронтальный опрос

Заочная форма обучения

/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий
		Модуль №1 Допинг в спорте. Допинг контроль.
	Раздел 1	Введение в курс «Профилактика применения допинга»
	Тема 1.1. Допинг в спорте. Допинг контроль.	**Самостоятельная работа студентов** Выполнение домашнего задания по изучению классификации допинговых средств и методов, выполнению тестовых упражнений по определению групп запрещенных средств. **Форма контроля**: тестирование
	Тема 1.2. Правовая система противодействия допингу в спорте	**Самостоятельная работа студентов** Изучение нормативных документов антидопингового законодательства. Выполнение домашнего задания: охарактеризовать сущность и основные этапы допинг-контроля. **Форма контроля**: письменный опрос, тестирование
	Раздел 2	**Политический и экономический аспект проблемы допинга в спорте** **Альтернативные способы осуществления легальной фармакологической и иной эргогенической помощи спортсменам**

.1.	Тема 2.1. Профилактические антидопинговые мероприятия	**Самостоятельная работа студентов** Изучение нормативных документов антидопингового законодательства. Выполнение домашнего задания: охарактеризовать сущность и основные этапы допинг-контроля. **Форма контроля**: презентация материала
	Раздел 3	**Допинг и основные причины его употребления некоторыми спортсменами**
.1.	Тема 3.1. Допинг и основные причины его употребления некоторыми спортсменами	**Самостоятельная работа студентов** Разработка плана/сценария мероприятия в рамках антидопинговой профилактической работы. **Форма контроля**: Разработка и изготовление буклетов, плакатов на антидопинговую тему.
МОДУЛЬ №2Классификация допинговых средств и методов		
	Раздел 4	**Общие принципы и методология организации и проведения антидопинговой профилактической работы**
.1.	Тема 4.1. Классификация допинговых средств и методов	**Самостоятельная работа обучающихся:** 1. Выполнение домашнего задания по изучению классификации допинговых средств и методов, выполнению тестовых упражнений по определению групп запрещенных средств. **Форма контроля**: устный фронтальный опрос
	Раздел 5	**Проблема генетического допинга в спорте**
.1	Тема 5.1. Проблема генетического допинга в спорте	**Самостоятельная работа обучающихся**: Выполнение творческой работы (сообщение, презентация и др.) по теме «Генетический допинг – как угроза будущему спорта». Составление индивидуальной фармакологической карты спортсмена в период подготовки и участия в соревнованиях в период годичного цикла. **Форма контроля**: устный фронтальный опрос

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ) ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

ПРИМЕРНЫЕ ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ТЕМА 1. ИСТОРИЯ ДОПИНГА

ЗАДАНИЕ 1. На основе изучения литературы подготовить рассказ о применении допинга спортсменами в различные исторические периоды.

Технология выполнения.

1. Проанализировать раздел «Краткая история допинга в спорте» статьи Ю. Бомбелы «Спорт и допинг», представленной в хрестоматии.

2. Ознакомиться с материалами по истории разработки и применения допинга в спорте, размещенными в Интернете:Допинг в ГДР // Железный фактор. –

Режим доступа:http://www.steelfactor.ru/himia/04.html(07.11. 2009).

Жуков Б. Гонка за тенью // ЕЖ: еженедельный журнал. - 2002. - № 4. - Режим доступа: http://supernew.ei.ru/004/life/08sport2/index.html (дата обращения: 20.11.2009).

История допинга // 3 лига России: независимый информационный портал о детско-юношеском и любительском футболе. - Режим доступа:http://www.3liga.ru/ index.php (дата обращения: 20.11.2009).

История допинга // История развития Олимпийских игр. - Режим доступа: http://www.olympeg-history.ru/?set=content&mc=2 (дата обращения: 07.11.2009).

3. Составить рассказ о каком-либо событии в истории спорта, связанный с проблемой допинга.

4. Найти материалы, иллюстрирующие этот рассказ.

5. Оформить отобранные материалы для портфолио.

6. Оформить материалы на двух карточках (1 - краткая информация; 2 - примеры) для обсуждения на семинарском занятии в процессе блок-опроса.

Методическая подсказка.

Для поиска материалов можно использовать информацию, размещенную на сайтах, указанных в разделе «Рекомендации по использованию электронных ресурсов». Поиск иллюстраций для оформления материалов можно осуществлять по запросу: «Допинг. Картинки».

Требования к оформлению материалов.

Для портфолио. Рассказ должен быть напечатан на компьютере, шрифт TimesNewRoman(кеттль 14) или Arial(кеттль 12). Объем - 1-2 страницы, интервал - 1,5. Желательны иллюстрации.

Для блок-опроса. Информация и примеры должны быть представлены на карточках (1/4) листа формата А4.

Критерии оценки выполнения задания. В зависимости от качества выполнения задания

Бонусные баллы:

1 балл - карточки для блок-опроса заламинированы.

2 балла - по рассказу подготовлена презентация (короткий текст и иллюстрации) 4-6

ТЕМА 2 ХАРАКТЕРИСТИКА ДОПИНГА

ЗАДАНИЕ 1. Дать характеристику фармакологическим средствам, используемым в том виде спорта, которым Вы занимаетесь.

Технология выполнения.

1. Проанализировать раздел «Виды спорта и допинги» справочника «Спортивная фармакология» (автор-составитель Р.Д. Сейфулла), представленного в хрестоматии.

2. Ознакомиться с материалами, размещенными в Интернете, характеризующими различные виды допингов:*Жуков Б.* Гонка за тенью // ЕЖ: еженедельный журнал. - 2002. - № 4. –

3. Ознакомиться с материалами, характеризующими различные виды допингов, представленными в учебных и методических пособиях:Биохимия мышечной деятельности / Н.И. Волков, Э.Н. Несен, А.А. Осипенко, С.Н. Корсун. - М.: Олимпийская литература, 2000. - 502 с.

Биохимия: учебник для институтов физической культуры / под ред. В.В. Меньшикова, Н.И. Волкова.- М.: Физкультура и спорт, 1986. - 384 с.

Рогозкин В.А. Биохимическая диагностика в спорте. - Л.: Наука, 1988. - 50 с.

4. Составить рассказ о том, какие фармакологические средства используются в избранном виде спорта по следующей схеме:

р) требования к функционированию организма человека в процессе тренировочной и соревновательной деятельности, предъявляемые избранным видом спорта;

с) разрешенные фармакологические средства, применяемые для подержания работоспособности спортсменов и их восстановления в избранном виде спорта;

т) запрещенные средства и методы, применяемые для повышения эффективности деятельности человека в избранном виде спорта и результат их действия.

5. Оформить отобранные материалы для портфолио.

Методическая подсказка.

Для поиска информации можно провести опрос спортсменов, занимающихся избранным видом спорта, тренеров и медицинских работников. Можно также провести анализ собственного опыта использования различных фармакологических средств в процессе тренировочной и соревновательной деятельности, используя метод интраспекции.

Требования к оформлению материалов.

Рассказ должен быть напечатан на компьютере, шрифт TimesNewRoman(кеттль 14) или Arial(кеттль 12). Объем - 1-2 страницы, интервал - 1,5.

Бонусные баллы:

1 балл - в рассказе представлен анализ собственного опыта использования фармакологических средств в процессе тренировочной и соревновательной деятельности.

2 балла - в рассказе представлены результаты опроса спортсменов, занимающихся избранным видом спорта, тренеров и медицинских работников об использования фармакологических средств в процессе тренировочной и соревновательной деятельности.

ЗАДАНИЕ 2. На основе анализа информации, размещенной в Интернете, составить обзор мнений разных исследователей по проблеме «Генный допинг».

Технология выполнения.

1. Ознакомиться с материалами по проблеме генного допинга, размещенными в Интернете:

Фрадкин В. Наперегонки с генным допингом // DeutscheWelle. - Режим доступа: http://www.dw-world.de/ (дата обращения: 09.07.2010).

Фрадкин В. Генного допинга еще нет, а борьба с ним уже началась // Дойче Велле: 06.04.2009. - Режим доступа:http://deutsche-welle.com/ dw/article/0,,4150848,00.html (07.11. 2009).

2. Подготовить тезисы, характеризующие генный допинг.

3. Оформить тезисы для портфолио.

Методическая подсказка.

Тезис (греч. thesis- положение, утверждение). В теории аргументации тезис - положение, которое доказывающая сторона находит нужным внушить аудитории, сделать составной частью ее убеждений.

ТЕМА 3. ОПАСНОСТЬ ДОПИНГА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ СПОРТСМЕНОВ

ЗАДАНИЕ. Описать возможный вред для здоровья спортсменов от допингов, используемых в том виде спорта, которым Вы занимаетесь.

Технология выполнения.

1. Проанализировать документ «Побочные эффекты, связанные с применением веществ, отнесенных к допингу», представленный в хрестоматии.

2. Ознакомиться с материалами, размещенными в Интернете, описывающие влияние применения допингов на здоровье спортсменов:

Аверин В. Как на здоровье влияет допинг?: репортаж // Первый канал: прямой эфир от 06.05.2009. - Режим доступа:http://www.1tv.ru/news/ other/143173 (дата обращения: 20.11.2009).

Демидова О. Допинг в спорте ГДР: ложь во имя «славы» // История Германии // Дойч Велле: 07.03.2009. - Режим доступа. -http://clck.yandex.ru/redir/ (дата обращения: 07.11.2009).

3. Составить рассказ о том, какую опасность для здоровья спортсменов представляет допинг, используемый в избранном виде спорта, по следующей схеме:

у) вред здоровью, наносимый конкретными допингами;

ф) пример пагубного влияния допинга на здоровье спортсмена в избранном виде спорта.

4. Оформить отобранные материалы для портфолио.

Методическая подсказка.

Для поиска информации можно провести опрос спортсменов, занимающихся избранным видом спорта, тренеров и медицинских работников.

Требования к оформлению материалов.

Рассказ должен быть напечатан на компьютере, шрифт TimesNewRoman(кеттль 14) или Arial(кеттль 12). Объем - 1-2 страницы, интервал - 1,5.

ТЕМА4.ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДОПИНГА В СПОРТЕ

ЗАДАНИЕ. Подготовить эссе на тему «Что я думаю об использовании допинга в спорте».

Технология выполнения.

1. Проанализировать статью Д. Лобкова «Допинг: как с осени будут наказывать спортсменов?», представленную в хрестоматии.

2. Ознакомиться с материалами по проблеме использования допинга в спорте и крупных допинг-скандалах, размещенными в Интернете:

Гик Е., Гупало Е. Спорт и допинг // Наука и жизнь. - 2008. - № 1. - Режим доступа: http://www.nki.ru/archive/articles/12676/(дата обращения: 12.07.2010).

Интервью с В. Фетисовым / А. Митьков // Весь спорт: агентство спортивной информации:

СБР создал Антидопинговую комиссию // Спортменаджмент: 20.02.2009. - Режим доступа:http://www.sportmanagement.ru/education. php?id=3792(дата обращения: 07.11.2009).

Спортивная политика // Весь спорт: агентство спортивной информации: 26.06.2008. - Режим доступа:http://www.allsportinfo.ru/index. php?id=15675(дата обращения: 07.11.2009).

Честных спортсменов почти не осталось? // Экспресс-газета: 28.01. 2002. - Режим доступа:http://www.eg.ru/daily/other/1915/print/(дата обращения: 07.11.2009).

*Якимов А.М., Ревзон А.С.*Антидопинговые тезисы от А. Якимова и А. Ревзона //

Официальный сайт журнала Лыжный спорт. - Режим доступа:http://skisport.ru/doc/read.php?id=264(дата обращения: 12.07.2010).

3. Написать эссе «Что я думаю об использовании допинга в спорте», в котором отразить:

х) свое отношение к различным историям применения спортсменами допинга;

ц) свое видение решения проблемы использования допинга в спорте.

4. Оформить отобранные материалы для портфолио.

Методическая подсказка.

Эссе- жанр критики и публицистики, свободная трактовка какой-либо литературной, философской, эстетической, моральной или социальной проблемы.

После изучения информационных материалов нужно коротко на 1-2 страницы изложить свои мысли на предложенную тему. Главное правило свободного письма - не останавливаться, не перечитывать, не исправлять. При затруднении можно письменно прокомментировать возникшую проблему и постараться писать дальше.

ЗАДАНИЕ. Составить алгоритм проведения мероприятий допингового контроля.
Технология выполнения.

1. Проанализировать статью В.В. Балахничева и С.Н. Португалова «Научно-методические подходы к созданию национальной концепции антидопиногового контроля в России», представленную в хрестоматии.

2. Ознакомиться с материалами о работе антидопинговых служб разных стран (ВАДА, РУСАДА и т.п.) и процедуре допингового контроля, размещенными в Интернете:

Антидопинговый контроль в спортивных школах // Проблемы допинга в спорте. - Режим доступа:http://problemvdopinga.blogspot.com/(дата обращения: 07.11.2009).

Лаборатория по допинговому контролю // Сайт центрального административного округа г. Москвы: 24.01.2008. - Режим доступа:http://cao.mos.ru/document /2008/01/ 24/d7466/(дата обращения: 07.11.2009).

Министерство спорта РФ войдет в состав учредителей Российского антидопингового агентства // Информационное агентство REGNUM: Режим доступа:http://www.regnum.ru/news/russia/1134583.html (дата обращения: 07.11.2009).

Норвежцы помогут россиянам бороться с допингом // Вести спорт: 03.11.2009. - Режим доступа:http://sport.vesti.ru/sport/doc.html?id= 376109&cid=70(дата обращения: 07.11.2009).

Руководство по предотвращению употребления допинга // Международная федерация волейбола, 2008. - Режим доступа: uvf.org.ua/ document/doping.doc(дата обращения: 07.11.2009).

РУСАДА // Официальный сайт Российского антидопингового агентства. - Режим доступа:http://www.rusada.ru/.

3. Составить алгоритм проведения мероприятий антидопингового контроля.

4. Подобрать примеры деятельности антидопинговых комиссий.

5. Оформить материалы для портфолио.

Методическая подсказка.

Алгоритм- это полностью определенный набор шагов (действий, операций или процедур), которые приводят к конкретному результату. На определенном этапе (или этапах) алгоритм предполагает выбор (если да, то..., если нет то...).

ТЕМА 6. БОРЬБА С ДОПИНГОМ В РОССИЙСКОМ СПОРТЕ

ЗАДАНИЕ 1. Рассмотреть отношение различных слоев населения России к использованию допинга.

Технология выполнения.

1. Проанализировать представленные в хрестоматии результаты исследования «Проблема применения допинга в спорте», выполненного под

руководством профессора В. Леднева.

2. Ознакомиться с материалами, размещенными в Интернете, иллюстрирующими различные мнения о допустимости использования допинга.

Как обманывают допинговую комиссию на Олимпиаде / сост. А. Тимошик // Легкая атлетика, 2006. - Режим доступа:http://www.scamper.ru/stati/4398/(дата обращения: 16.07.2010).

3. *Коган Д.*Фарс продолжается: спорт с допингом или физкультура без него // SPORTS.RU, 2005. - Режим доступа:http://www.sports.ru/others/2859747.html(дата обращения: 16.07.2010).

*Пузырев И.*Допинг - проблемы и парадоксы // Качай мускулы. - Режим доступа: http://www.rowing.su/pages-view-6.html(дата обращения: 12.07. 2010).

4. Ознакомиться с результатами опроса пользователей Интернета об их отношении к использованию допинга.

Допинг: голосование на форуме «О спорте». - Режим доступа: http: //mdway.ru/

index.php?showtopic=142&mode=threaded &pid=18851(датаобращения: 27.06.2010).

5. Ответить письменно на следующие вопросы:

ч) Как, по вашему мнению, относится к использованию спортсменами допинга люди, не имеющие отношения к спорту?

ш) Кого считают виноватым в применении допинга на соревновании?

щ) Как относится к применению допинга молодежь?

ы) Как относятся к применению допинга люди старшего поколения?

э) Каким образом, по вашему мнению, можно формировать в обществе нетерпимость к допингу?

6. Подобрать примеры к ответам на вопросы.

7. Оформить материалы для портфолио.

Методическая подсказка.

При подборе примеров целесообразно использовать высказывания известных людей (политиков, ученых, журналистов), публикуемые в газетах, журналах или размещенные в Интернете.

Требования к оформлению материалов.

Бонусные баллы:

2 балла- в ответах представлены результаты собственного исследования отношения одной группы населения к проблеме использования допинга в спорте (например, студентов).

3 балла- в ответах представлены результаты собственного исследования отношения нескольких групп населения к проблеме использования допинга в спорте (например, студентов, преподавателей вуза, учителей школ и т.п.).

ЗАДАНИЕ 2. Проанализировать отношение российского общества к допинг-скандалам с участием российских спортсменов.

Технология выполнения.

1. Прочитать статьи Е. Дзичковского «Допинг: часто задаваемые вопросы» и А. Якимова, А Ревзона «Антидопинговые тезисы» представленные в хрестоматии.

2. Ознакомиться с материалами о проверке российских спортсменов на допинг, размещенными в Интернете:

Ивашов Н. Зачем нам копыто абиссинского осла? // TV-PARK, 2004. - Режим доступа: http://tv-park.ru/home/mfiles/article/?id=116(дата обращения: 12.07.2010).

3. *Коган Д.* Фарс продолжается: спорт с допингом или физкультура без него // SPORTS.RU, 2005. - Режим доступа:http://www.sports.ru/others/2859747.html(дата обращения: 16.07.2010).

4._____ 3

№	Суждения	Аргументы «за»	Аргументы «против»
1.			
2.			
3.			

аполнить таблицу для проведения семинарского занятия

Ввариванты суждений:

• в современном спорте допингами пользуются все, кто достиг высоких результатов;

• допинги должны быть запрещены, так как их распространение подрывает саму суть спорта как арены для честной борьбы;

• допинговые скандалы намеренно провоцируются для того, чтобы привлечь внимание широкой публики к спорту;

• допинги превратились в проблему лишь из-за попыток бороться с этим явлением, хотя на самом деле в спорте они были всегда и будут всегда;

• применять допинги или не делать этого - личный выбор каждого спортсмена;

• кто попадается на допингах, а кто нет, зависит исключительно от предвзятого отношения со стороны контролирующих организаций;

• допустимость применения допингов зависит от того, каким видом спорта занимается человек;

• спортсмен не должен применять допинг, поскольку в случае дисквалификации подведет команду и тренера, нанесет ущерб имиджу своего вида спорта, престижу страны.

5. Оформить материалы для портфолио.

Методическая подсказка.

Сначала целесообразно начинать с аргументов того, суждения, которого Вы придерживаетесь сами, а потом искать факты, которые могли бы служить аргументами для Ваших оппонентов. Для наглядности можно привести известные примеры из истории спорта.

ТЕМА 7. ПРОФИЛАКТИКА ПРИМЕНЕНИЯ ДОПИНГА

ЗАДАНИЕ. Разработать вариант социальной рекламы как одного из средств профилактики применения допинга в спорте.

Технология выполнения.

1. Проанализировать выдержки из документов, регламентирующих образовательную деятельность по профилактике применения допинга в спорте, представленные в хрестоматии.

2. Прочитать статью А.Е. Митина, С.О. Филипповой «Перспективные направления образовательной деятельности с различными группами населения по профилактике применения допинга в спорте» представленную в хрестоматии.

3. Ознакомиться с материалами, призывающими отказаться от применения допинга в спорте, размещенными в Интернете:

Антидопинговая пропаганда // sports.ru: 12.10.2009. - Режим доступа: http://www.sports.ru/others/biathlon/38982888.html (дата обращения: 07.11.2009).

Глобальная антидопинговая база данных «Адамс». Вопросы и ответы // Спортивно-информационный сайт интернет-проекта «Единая страна». -

Режим доступа: http://www.rezeptsport.ru/dope/0 l.php (дата обращения 07.11.2009).

РУСАДА: За честный и здоровый спорт // Официальный сайт Российского антидопингового агентства. - Режим доступа:http://www.rusada.ru/(дата обращения: 07.11.2009).

4. Разработать проект социальной рекламы (как на плакате будут располагаться изображения и текст).

5. Определить категорию населения, кому будет адресована социальная реклама.

6. Составить слоган для социальной рекламы, направленной на профилактику применения допинга в спорте.

7. Оформить отобранные материалы для портфолио.

Методическая подсказка.

Социальная реклама - это реклама, которая создается и размещается не за счет производителей товаров, желающих повысить продажи, а за счет бюджетных денег. Соответственно, она пропагандирует те идеи, которые важны с точки зрения общественного развития.

Социальная реклама (как и любая другая реклама) обычно содержит какой-то слоган - короткую запоминающуюся фразу, выражающую ключевые идеи, которые хотят донести до аудитории.

При разработке проекта социальной рекламы целесообразно определить ответы на следующие вопросы:

1) какую ключевую мысль о сущности проблемы применения допинга в спорте должна отражать реклама?

2) какая контр-идея применения допинга в спорте должна быть донесена до аудитории?

3) какими средствами будет выражена эта идея (что будет изображено).

Бонусные баллы:

1 балл- социальная реклама (слоган и иллюстрации) представлена на слайде.

2 балла- социальная реклама (слоган и иллюстрации) представлена на слайде с использованием анимации или видиоматериалов.

ТЕМА 8. ДОПИНГ В ДЕТСКОМ И ЮНОШЕСКОМ СПОРТЕ

ЗАДАНИЕ. Провести анализ преимуществ и рисков применения допинга в детском и юношеском спорте.

Технология выполнения.

1. Ознакомиться с материалами по проблеме применения допинга в детском и юношеском спорте, размещенными в Интернете:

Антидопинговый контроль в спортивных школах // Проблемы допинга в спорте. - Режим доступа:http://problemydopinga.blogspot.com/ (дата обращения: 07.11.2009).

*Деева Н.*Владимирским спортсменам предлагают сказать «нет» допингу // Владимир on- line.ru. - Режим доступа:http://www.vladimironline.ru/ sport/review/id 31755/ (дата обращения:

20.11.2009) .

*Попов В.*Когда спортсмен перегружен - жди травмы // Федерация футбола Украины, 2002. - Режим доступа:http://old.ffu.org.ua/news/ find.ua.phtml?20020920.01.ua (дата обращения:

20.11.2009) .

Французские школьники стали чаще применять допинг // Медицинский портал: 23.06.2007. - Режим доступа: http://urology.com.ua/ article13972.html (дата обращения:

20.11.2009) .

Юных спортсменов Приморья предупредили об опасности допинговых препаратов // Новости Владивостока. - 2009. - Режим доступа:http://news.vl.ru/vlad/2009/ 11/05/sport/ (дата обращения: 27.11.2009).

2. Провести анализ преимуществ и рисков использования допинга в детском и юношеском спорте и внести результаты в таблицу.

Эффект применения допинга юными спортсменами

	Вид допинга	Преимущества, получаемые спортсменом в результате применения допинга	Проблемы, возникающие при употреблении допинга	
			Очевидные проблемы	Скрытые риски

5. Оформить полученные результаты для портфолио.

Методическая подсказка.

В работе целесообразно использовать данные о применении допинга в избранном виде спорта, полученные на предыдущих занятиях, а также свой опыт занятия спортом.

ТЕМА 9. АНТИДОПИНГОВАЯ РАБОТА С ЮНЫМИ СПОРТСМЕНАМИ

ЗАДАНИЕ. Разработать план-конспект беседы с юными спортсменами о вреде применения допинга в тренировочном и соревновательном процессе.

Технология выполнения.

1. Проанализировать материалы Московской комплексной анти-допинговой программы «Честный спорт» и статьи П.И. Шашурина «Нейролингвистическое программирование как инструмент замещения допингов», представленных в хрестоматии.

2. Ознакомиться с материалами по проблеме профилактики применения допинга в детском и юношеском спорте, размещенными в Интернете:

Антидопинговый семинар в Сингапуре // Образование, спорт и менеджмент, 2009. - Режим доступа: http://www.sportmanagement.ru/ education.php?id=3861(дата обращения:

27.11.2009) .

Деева Н. Владимирским спортсменам предлагают сказать «нет» допингу // Владимир on- line.ru. - Режим доступа:http://www.vladimironline.ru/ sport/review/id 31755/ (дата обращения:

20.11.2009) .

Информационно-разъяснительные беседы в спортивных школах // Управление Федеральной службы России по контролю за оборотом наркотиков по Ивановской области, 2009. - Режим доступа: http://www.37. fskn.gov.ru/90603a.shtml(27 нояб. 2009).

Мы за честный и здоровый спорт // Чебоксары: официальный сайт: 24.09.2009. - Режим доступа:http://cheboksary.unise.ru/clause/403 (дата обращения: 07.11.2009).

3. Составить план-конспект беседы с юными спортсменами о вреде применения допинга по следующей схеме:

Примерные вопросы для самоконтроля

1. Какие фармакологические препараты относят сегодня к допинговым средствам?
2. Что представляют собой допинговые методы, используемые в современном спорте?
3. В чем заключаются особенности использования допингов в зависимости от вида спорта?
4. Что такое анаболические стероиды?

5. Каким образом спортсмен может использовать генный допинг?
6. В чем выражается вредное воздействие стимуляторов на организм спортсменов?
7. В чем выражается вредное воздействие анаболических стероидов на организм спортсменов?
8. В чем выражается вредное воздействие бета-блокаторов на организм спортсменов?
9. В чем выражается вредное воздействие наркотиков на организм спортсменов?
10. В чем выражается вредное воздействие диуретиков на организм спортсменов?
11. В чем состоит потенциальная опасность для здоровья спортсмена применения генного допинга?
12. Какие спортивные достижения связывают с успехами в области фармакологии?
13. Какими способами в случае проведения допинг - контроля спортсмены скрывают факт приема запрещенных препаратов?
14. Каким образом используются различные медицинские диагнозы для того чтобы получить разрешение на прием лекарств, содержащих запрещенные препараты?
15. Можно ли утверждать, что по отношению к российским спортсменам проводится целевое допинг-тестирование?
16. Насколько опасно для спортивной карьеры уличение спортсмена в приеме допинга?
17. Когда при Международном Олимпийском комитете была создана медицинская комиссия по проблемам допинга, и что послужило причиной ее создания?
18. Какой крупнейший допинг-скандал произошел на Олимпийских играх 1988 года в Сеуле?
19. Когда была принята Антидопинговая олимпийская хартия? Какие задачи должен был решить этот документ?
20. Что такое Всемирное антидопинговое агентство? Какие задачи оно призвано решать? Какими полномочиями обладают его представители?
21. Какие функции осуществляет Национальная Антидопинговая Организация России РУСАДА?
22. Каким образом организуется и проводится допинговый контроль?
23. Какие меры предпринимают депутаты Государственной Думы в борьбе с применением допинга российскими спортсменами?
24. Каким образом Министерство спорта предполагает участвовать в борьбе с применением допинга в Российском спорте?
25. Какие пути антидопинговой пропаганды предлагаются сегодня спортивными чиновниками, учеными и политиками?
26. Что является причиной применения допинга российскими спортсменами?
27. Имеют ли спортсмены и спортсменки, дисквалифицированные Международным олимпийским комитетом общественную поддержку в нашей стране?
28. Какая основная функция определена в деятельности антидопинговых служб?
29. Какая организация в нашей стране централизовано занимается антидопинговой образовательной деятельностью с различными группами населения?
30. Какие вопросы обсуждаются на образовательных семинарах, проводимых с врачами команд, тренерами и спортсменами?
31. Какие справочные и методические материалы для проведения антидопинговой работы Вы знаете?
32. Что такое «АДАМС», и какие функции она выполняет?
33. Какие антидопинговые образовательные программы для юных спортсменов реализуются в зарубежных странах?
34. В чем особенности антидопинговых образовательных мероприятий, проводимых с юными спортсменами?
35. Каким образом к антидопинговой работе привлекаются сотрудники наркоконтроля?

36. В чем основная идея программы «Честный спорт»?

37. Какие альтернативные допингу средства предлагаются учеными сегодня для улучшения спортивных результатов?

38. Основной принцип и главная цель образовательных программ антидопингового обеспечения.

39. Какие комплексные меры по антидопинговому обеспечению проводятся в Российской Федерации.

Вопросы к зачету по дисциплине

В каких случаях спортсмен может не сообщать в органы допинг-контроля о своем местонахождении?

В каких случаях спортсмен может отказаться от прохождения допинг-контроля?

В каком году была принята Антидопинговая олимпийская хартия?

В чем выражается риск здоровью спортсмена при употреблении им анаболических стероидов?

В чем выражается риск здоровью спортсмена при употреблении им бета-блокаторов?

В чем выражается риск здоровью спортсмена при употреблении им диуретиков?

В чем выражается риск здоровью спортсмена при употреблении им наркотиков?

В чем выражается риск здоровью спортсмена при употреблении им стимуляторов?

Как часто пересматривается список препаратов и методов, запрещенных для использования во время и вне спортивных соревнований?

Какие препараты могут принимать спортсмены с ограниченными возможностями здоровья?

Каким образом ответственные сотрудники допинг-контроля информируют спортсменов о проведении тестов на допинг?

Каким образом спортсмен может выразить опасения или задать вопросы по поводу процедуры допинг-тестирования?

Какова процедура допинг-контроля?

Какой препарат стал причиной допинг-скандала с Беном Джонсоном в 1988 году на Олимпиаде в Сеуле?

Какой ученый разработал тест на эритропоэтин (EPO)?

Какой эффект в функционировании организма получает спортсмен, употребляя наркотики?

Какой эффект в функционировании организма получает спортсмен, употребляя стимуляторы?

Какой эффект в функционировании организма получает спортсмен, употребляя бета-блокаторы?

Какой эффект в функционировании организма получает спортсмен, употребляя анаболические стероиды?

Какой эффект в функционировании организма получает спортсмен, употребляя диуретики?

Какую информацию содержит документация, сопровождающая анализы спортсмена в лабораторию?

Когда был выпущен документ «Анаболические стероиды и спортивная работоспособность», ознаменовавший курс СССР на использования допинга в спорте?

Когда был издан приказ Министерства спорта, туризма и молодежной политики «О реализации комплекса мер по антидопинговому обеспечению в Российской Федерации»?

Когда был принят Всемирный антидопинговый кодекс?

Когда был создан инъекционный тестостерон, положивший начало современной эре допинга?

Когда была принята «Конвенция Европейского Союза по предотвращению применения допинга в спорте»?

Когда была создана независимая Национальная Антидопинговая Организация России

РУСАДА?

Когда впервые был зафиксирован смертельный случай от применения допинга?

Когда генеральной конференцией Организации Объединенных Наций по вопросам образования, науки и культуры «Юнеско» была принята Международная конвенция «О борьбе с допингом в спорте»?

Когда при Международном Олимпийском комитете была создана медицинская комиссия по проблемам допинга?

Кто был первым председателем медицинской комиссии по проблемам допинга Международного Олимпийского Комитета?

Кто впервые в спортивной практике в 1958 году применил препарат «дианабол» - первый из серии специально разработанных анаболических стероидов с пониженной андрогенной активностью?

Кто имеет доступ к информации о местонахождении спортсмена, находящейся в антидопинговой службе?

Кто на данный момент является председателем Всемирного антидопингового агентства (ВАДА)?

Кто несет ответственность, если у спортсмена получена положительная проба на допинг?

Кто является основателем Всемирного антидопингового агентства (ВАДА)?

Могут ли конкретного спортсмена международного уровня специально выбрать для прохождения допинг-контроля?

С какой целью была создана система АДАМС?

Сколько раз в год спортсмен может быть подвергнут допинг-контролю?

Что такое допинг?

Что такое допинговый контроль?

Что такое маскирующий агент?

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ

Подбор и разработка учебных материалов должны производиться с учетом того, чтобы предоставлять этот материал в различных формах так, чтобы инвалиды с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи). Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, обучающихся по дисциплине создан фонд оценочных средств (ФОС), адаптированный для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности компетенций. Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости студенту-инвалиду предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ С ПРИМЕНЕНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИ

Применение ДОТ допускается при наличии объективных уважительных причин (форсмажорные обстоятельства), препятствующих обучающимися и педагогическим работникам лично присутствовать в Институте. Преподаватель обеспечивает освоение обучающимися учебной дисциплины в дистанционном режиме в полном объеме: организует взаимодействие со студентами в ЭИОС с использованием прикладных инструментов для проведения online-занятий (Zoom, Skype и др.), а также электронной почты, социальных сетей и мессенджеров; проводят консультации со студентами согласно графику, размещенному на сайте; осуществляют текущий и промежуточный контроль

результатов обучения. Возможны следующие формы проведения занятий: проведения online-занятий с использованием прикладных инструментов (Zoom, Skype и др.); запись и размещение видеоматериалов или ссылок на них в системе «Автор-вуз»; размещение в системе «Автор-вуз» текстов лекций или презентаций лекций; размещение практических заданий в системе «Автор-вуз» с последующей их проверкой. Проведение занятий с использованием ДОТ предполагает размещение в ЭИОС учебно-методического комплекса.

7. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ (РЕФЕРАТОВ)

Не предусмотрена

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1.Основная литература

1.Кулененков, О. С. Фармакологическая помощь спортсмену. Коррекция факторов, лимитирующих спортивный результат / О. С. Кулененков.— Москва : Советский спорт, 2006. — 240 с.— ISBN 5-9718-0134-1.— Текст: непосредственный.

2.Лекарства и БАД в спорте : практическое руководство для спортивных врачей, тренеров и спортсменов / Р. Д. Сейфулла [и др.].— Москва : Литтерра, 2003. — 320 с. — ISBN 5-98216-003-2.— Текст: непосредственный.

3.Кулененков, О. С. Фармакотерапия в спортивной медицине : справочник / О. С. Кулененков.— Москва : Медицина, 2003. — 256 с.— ISBN 5-225-04332-1.— Текст: непосредственный.

4. Пинчукова О.Ю. Методические рекомендации по дисциплине «Профилактика применения допинга» / О.Ю.Пинчукова – Екатеринбург УралГУФК 2020. -13 с.

Дополнительная литература

1. Международный стандарт по терапевтическому использованию: Всемирное антидопинговое агентство//Пер. с англ. ООО «Профессиональный центр переводов технической и деловой документации» // Ред. А.А. Деревоедов, Е.В. Иконникова. – М.: Советский спорт, 2009. – 28 с.

2. Конвенция о борьбе с допингом в спорте (ЮНЕСКО). 19.10.2005г. Ратифицирована: Федеральный закон от 27 декабря 2006 г. № 240-ФЗ; НГР: Р0603643.

3. Кулиненков О.С. Фармакология спорта: клинико-фармакологический справочник спорта высших достижений//О.С. Кулиненков. – М.: Советский спорт, 2001. – 200 с.

4. Разрешение на терапевтическое использование запрещенных субстанций и методов / Под ред. А. Деревоедова. - М.: Транслит, 2010. -28 с.

5. Справочник ВАДА для спортсмена [Текст] / авт.-сост. Н. Д. Дурманов, В. Л. Нечипуренко; Федеральное агентство по физической культуре и спорту. - М.: Советский спорт, 2007. - 20 с. (Серия «Внимание: допинг!»).

6. Проблемы борьбы с допингом в спорте. Монография. Песков А.Н., Брусникина О.А. Издательство: Проспект. 2016.-121 стр.

8.2. Электронные образовательные ресурсы

1.Андриянова, Е. Ю. Профилактика допинга в спорте : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 134 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12572-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/447819 (дата обращения: 20.02.2020).

2.Коноплева, Е. В. Фармакология : учебник и практикум для вузов / Е. В. Коноплева. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 446 с. — (Серия : Специалист). — ISBN 978-5-534-01500-3. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/B5CDB597-0244-4829-A3FE-395454B9E1AF.

8.3. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимый для освоения дисциплины (модуля)

Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/

Министерство образования и науки РФ https://minobrnauki.gov.ru/

Российское образование http://www.edu.ru/

Электронно-библиотечная система Университетская библиотека Online http://biblioclub.ru/

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

9.1. Программное обеспечение.

Свободно распространяемое программное обеспечение:

- Операционная система ROSA Linux
- Текстовый процессор и визуальный редактор HTML Writer
- Табличный процессор Calc
- Программа подготовки презентаций Impress
- Интернет обозреватель Mozilla Firefox
- Интернет обозреватель Chrome

Лицензионное программное обеспечение:

- Система автоматизации учебного процесса «Автор-вуз».

9.2. Материально-техническое обеспечение

Аудитория для проведения занятий лекционного типа, оснащенная набором демонстрационного оборудования.

Аудитория для занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованная техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспеченное доступом в электронную информационно-образовательную среду.

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные занятия проводятся в форме практических занятий.

Практические занятия являются аудиторными, проводятся в виде групповой работы.

Самостоятельная работа является внеаудиторной и предназначена для самостоятельного ознакомления студентов с поставленными вопросами и проблемами.

В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной литературы, реферирование литературных источников, составление планов-конспектов занятий.

Одним из основных условий реализации ООП является применение балльно-рейтинговой системы в Екатеринбургском институте физической культуры (филиал) УралГУФК. Для дисциплины «Физическая культура» разработана и утверждена балльно-рейтинговая система.

Если к моменту проведения зачета студент набирает количество баллов, достаточное для получения зачета (60 баллов и более), то они могут быть выставлены ему в зачетную книжку и ведомость в день зачета без процедуры принятия.

В случае длительного пропуска занятий – самостоятельная подготовка конспектов, реферата, презентации (не менее 20 баллов в общей сложности), сдача нормативов в соответствии с требованиями.

11.МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (указать текст из источника и др.) и др.
Самостоятельная работа	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме.
Сдача технических нормативов	Выполнение техники легкоатлетических видов, пройденных по программе
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплине:

Набранные баллы	**<51**	**51-60**	**61-67**	**68-84**	**85 93**	**94 100**
Словесно цифровое выражение оценки	неудовлетворительно		удовлетворительно	хорошо	отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Приложение №1

Формы и критерии оценки контроля для различных видов деятельности

Балльно-рейтинговая система оценивания учебных достижений студентов (формы и критерии оценки контроля для различных видов деятельности)
(для дисциплины с зачетом)

Наименование вида деятельности	Наименование темы	Критерии оценки	Баллы	
			min	max
Модуль 1.				
Посещение занятий		Присутствие и активность на занятии, составление конспекта	6	6
Работа на практических занятиях	3 работы	Выполнение практических работ без помощи преподавателя	1,8	3,5
	2 теста	Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительных источников информации,	1,8	3,5
		Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительных источников информации,	1,8	3,5
Тестовый контроль	2 теста	Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительных источников информации,	2,75	5,25
		Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительных источников информации,	2,75	5,25
Написание конспектов (домашняя работа)	5 работ	Аккуратно выполненный (в рабочей тетради) конспект, анализ научно-методической литературы, проработка 2 вопросов.	1,1	2,1
	3 работы	Присутствие и активность на занятии, составление конспекта	1,1	2,1
	3 работы	Присутствие и активность на занятии, составление конспекта	1,1	2,1
	3 работы	Выполнение практических работ без помощи преподавателя. Посещение выездных занятий	1,1	2,1
	3 работы	Выполнение практических работ без помощи преподавателя. Посещение выездных занятий	1,1	2,1
Самостоятельная работа	1 работа	Содержательность представленного материала, корректность выполнения, комментарии к представленному. Своевременность выполнения.	5,5	10,5
Модуль №2				
Посещение занятий		Присутствие и активность на занятии, составление конспекта	6	6

Работа на практических занятиях	2 работы	Выполнение практических работ без помощи преподавателя. Посещение выездных занятий.	2,75	5,25
		Выполнение практических работ без помощи преподавателя. Посещение выездных занятий	2,75	5,25
Тестовый контроль	2 теста	Выполнение практических работ без помощи преподавателя. Посещение выездных занятий	2,75	5,25
Написание конспектов (домашняя работа)	3 работы	Выполненный (в рабочей тетради), своевременно и аккуратно, конспект, анализ научно-методической литературы, проработка 2 вопросов.	1,2	2,3
			1,2	2,3
			1,2	2,3
Написание и защита рефератов	1 работа	Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительных источников информации, защита реферата (дикция, манера держаться на публике, презентационный материал, ответ на дополнительные опросы)	3,7	7
Самостоятельна я работа	1 работа	Содержательность представленного материала, корректность выполнения, комментарии к представленному. Своевременность выполнения.	3,7	7
ИТОГО			60	100

Приложение 2

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПРОФИЛАКТИКА ПРИМЕНЕНИЯ ДОПИНГА»

направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура»

1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Данная дисциплина относится к **обязательной /** части, формируемой участниками образовательных отношений, блока 1 «Дисциплины (модули)». В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе при очной и заочной формах получения образования. Вид промежуточной аттестации: зачет.

В методическом плане дисциплина опирается на знания, полученные при изучении следующих учебных курсов, дисциплин: 1 курс - история физической культуры и спорта, теория и методика физической культуры, физиология человека, анатомия человека.

2. Результаты обучения по дисциплине

В результате освоения дисциплины студент должен овладеть **ОПК-8.** Способен проводить работу по предотвращению применения допинга.

3. Содержание дисциплины

Модуль №1 Допинг в спорте. Допинг контроль.

Раздел 1 Введение в курс «Профилактика применения допинга»

Тема 1.1. Допинг в спорте. Допинг контроль.

Тема 1.2. Правовая система противодействия допингу в спорте

Раздел 2 Политический и экономический аспект проблемы допинга в спорте

Альтернативные способы осуществления легальной фармакологической и иной эргогенической помощи спортсменам

Тема 2.1. Профилактические антидопинговые мероприятия

Раздел 3 Допинг и основные причины его употребления некоторыми спортсменами

Тема 3.1. Допинг и основные причины его употребления некоторыми спортсменами

МОДУЛЬ №2 Классификация допинговых средств и методов

Раздел 4 Общие принципы и методология организации и проведения антидопинговой профилактической работы

Тема 4.1. Классификация допинговых средств и методов

Раздел 5 Проблема генетического допинга в спорте

Тема 5.1. Проблема генетического допинга в спорте

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры
		5
Зачетные единицы	з.е.	2
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час	72
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен	зачет
Контактная работа *(контакт. часы), в том числе:*	час	36,25
Лекции (Лек)	час	12
Практические занятия (Пр)	час	24
Семинары	час	
Лабораторные работы (Лаб)	час	
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час	0,25
Самостоятельная работа, в том числе	час	35,75
Курсовая работа (КР)	час	
Часы на контроль (подготовка к экзамену)	час	
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час	6

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры
		5
Зачетные единицы	з.е.	2
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час	72
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен	зачет
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	час	10,25
Лекции (Лек)	час	4
Практические занятия (Пр)	час	6
Семинары	час	
Лабораторные работы (Лаб)	час	
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час	0,3
Самостоятельная работа, в том числе	час	57,75
Курсовая работа (КР)	час	
Часы на контроль (подготовка к экзамену)	час	4
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час	4