

ISSN 2786-5924 (Print)  
ISSN 2786-5932 (Online)

Міністерство освіти і науки України  
Запорізький національний університет

Заснований  
у 2009 р.

Свідоцтво про державну реєстрацію  
друкованого засобу масової інформації  
Серія КВ № 24762-14702Р від 25 березня 2021 р.

## Фізичне виховання та спорт

**Адреса редакції:**  
вул. Дніпровська, 33А, корп. 4, ауд. 217,  
Запоріжжя, Україна, 69063

**Телефон**  
для довідок:  
+38 066 53 57 687

**№ 4, 2023**



Видавничий дім  
«Гельветика»  
2023

Фізичне виховання та спорт. Одеса: Видавничий дім «Гельветика», 2023. № 4. 148 с.

Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet вченою радою ЗНУ (протокол засідання № 5 від 19.12.2023 р.)

Статті у виданні перевірені на наявність плагіату за допомогою програмного забезпечення StrikePlagiarism.com від польської компанії Plagiat.pl.

На підставі Наказу Міністерства освіти і науки України № 886 від 02.07.2020 р. (додаток 4) збірник включено до Переліку наукових фахових видань України категорії «Б» у галузі фізичного виховання та спорту (017 – Фізична культура і спорт).

До 25 березня 2021 р. журнал виходив під назвою «Вісник Запорізького національного університету. Фізичне виховання та спорт».

У зв'язку зі зміною назви журналу було внесено відповідні зміни до Переліку наукових фахових видань України на підставі Наказу Міністерства освіти та науки України № 735 від 29.06.2021 р. (додаток 3).

Журнал індексується в міжнародній наукометричній базі даних Index Copernicus.

#### **РЕДАКЦІЙНА РАДА:**

**Головний редактор** – Тищенко Валерія Олексіївна – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Україна)

#### **РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:**

Безверхня Г.В. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, професор (Україна)  
Богдановська Н.В. – доктор біологічних наук, професор (Україна)  
Богуславська В.Ю. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Україна)  
Долбишева Н.Г. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, професор (Україна)  
Задорожня О.Р. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна)  
Клопов Р.В. – доктор педагогічних наук, професор (Україна)  
Конох А.П. – доктор педагогічних наук, професор (Україна)  
Лісенчук Г.А. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Україна)  
Маліков М.В. – доктор біологічних наук, професор (Україна)  
Мулик К.В. – доктор педагогічних наук, професор (Україна)  
Пангелова Н.Є. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Україна)  
Пасічник В.М. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна)  
Тодорова В.Г. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Україна)  
Хіменес Х.Р. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна)  
Цибульська В.В. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна)  
Karsten Bettina – PhD in Exercise and Sports, Assistant Professor (Luxemburg)  
Mario Baić – PhD, Associate Professor (Republic of Croatia)  
Nikola Starcevic – тренер збірної Хорватії з греко-римської боротьби, президент клубу Metalac-Zagreb (Хорватія)  
Пітер Смолянов – кандидат наук, професор (Сполучені Штати Америки)

# ЗМІСТ

## РОЗДІЛ I. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

<b>Дробот К. В., Тищенко В. О., Глухов І. Г.</b> <i>КОНЦЕПЦІЯ ВОДНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК ПРЕДИКТОР ФІЗИЧНОГО ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ</i> .....	7
<b>Константинов Д. С.</b> <i>ОСОБЛИВОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ЯК ПІДґРУНТЯ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ЗАСОБАМИ ВІЛЬНОЇ БОРОТЬБИ</i> .....	15
<b>Павелько О. М., Свасьєв А. В.</b> <i>ОСОБЛИВОСТІ ДИНАМІКИ ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ СТУДЕНТОК 17–19 РОКІВ ПІД ВПЛИВОМ ДИСТАНЦІЙНОЇ ФОРМИ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В РАМКАХ НАВЧАЛЬНОГО РОКУ</i> .....	22
<b>Римик В. Р., Синиця А. В., Антонов С. В.</b> <i>ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАМИ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗІ СПРЯМОВАНИМ РОЗВИТКОМ ПСИХОФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ</i> .....	31
<b>Тищенко В. О., Гончаревський М. Г., Соколова О. В., Товстоп'ятко Ф. Ф.</b> <i>УДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ТА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ ІННОВАЦІЙНИМИ ЗАСОБАМИ</i> .....	42
<b>Тищенко В. О., Орлов А. А., Потапова Л. В., Курочка А. С.</b> <i>ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ</i> .....	49
<b>Тодорова В. Г., Косянчук О. В.</b> <i>ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК СПОРТСМЕНОК НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ У СПОРТИВНІЙ АЕРОБІЦІ</i> .....	57

## РОЗДІЛ II. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

<b>Суспо В. В., Михайлов В. В.</b> <i>АНАЛІЗ СИСТЕМ КОНТРОЛЮ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ З ВІДХИЛЕННЯМИ У СТАНІ ЗДОРОВ'Я</i> .....	64
--	----

## РОЗДІЛ III. ОЛІМПІЙСЬКИЙ ТА ПРОФЕСІЙНИЙ СПОРТ

<b>Андронов В. М., Тищенко Д. Г., Осадчий Д. А.</b> <i>УДОСКОНАЛЕННЯ ПОКАЗНИКІВ ЗАГАЛЬНОЇ ТА СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ГАНДБОЛІСТОК</i> .....	73
<b>Джим М. О., Півень О. Б., Джим В. Ю.</b> <i>ЗМІНИ АНТРОПОМЕТРИЧНИХ ПОКАЗНИКІВ У КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНОК – ФІТНЕС-МОДЕЛЕЙ ПІД ВПЛИВОМ МЕТОДИКИ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО ТРЕНУВАННЯ ПРОТЯГОМ РІЧНОГО МАКРОЦИКЛУ</i> .....	81
<b>Дяченко А. Ю., Ван Цянь, Ніконов Д. М., Го Женхао</b> <i>ВИЗНАЧЕННЯ ЕНЕРГЕТИЧНОГО РЕЗЕРВУ ВЕСЛУВАЛЬНИКІВ НА КАНОЕ НА ЕТАПІ ПІДГОТОВКИ ДО ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ</i> .....	90
<b>Канунов Р. А., Джим В. Ю., Півень О. Б.</b> <i>КОРЕЛЯЦІЙНИЙ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МІЖ ОСНОВНИМИ ЕЛЕМЕНТАМИ ТЕХНІКИ ПОШТОВХУ КЛАСИЧНОГО ТА МОРФОЛОГІЧНИМИ ПОКАЗНИКАМИ І ПОКАЗНИКАМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ, ЩО ЗАБЕЗПЕЧУЮТЬ ЇХ ВИКОНАННЯ ЮНИМИ ВАЖКОАТЛЕТАМИ 12 РОКІВ</i> .....	100

<b>Лазурко Ю. М., Пітин М. П., Синиця А. В., Римик Р. В., Маланюк Л. Б.</b> <i>ПОКАЗНИКИ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПРОВІДНИХ СПОРТСМЕНОК СВІТУ У ТАЇЛАНДСЬКОМУ БОКСІ (IFMA)</i> .....	110
<b>Мартинюк Ю. Є.</b> <i>АНАЛІЗ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИХ ПОКАЗНИКІВ У КВАЛІФІКОВАНИХ БОКСЕРІВ РІЗНИХ ТИПІВ МАНЕР ВЕДЕННЯ ДВОБОЮ</i> .....	118
<b>Нікулічев Д. С., Караулова С. І., Омельяненко Г. А., Леонтєв О. В., Леонтєва І. В.</b> <i>УДОСКОНАЛЕННЯ ПОКАЗНИКІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ГАНДБОЛІСТОК</i> .....	127
<b>Павлюк О. М., Толчева Г. В.</b> <i>СПОРТИВНА МЕТРОЛОГІЯ В КОНТЕКСТІ СУЧАСНИХ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ</i> .....	135
<b>Сергатий М. О., Сергата Н. С., Кий О. Г.</b> <i>МЕТОДИ БОРОТЬБИ З ДОПІНГОМ У ПРОФЕСІЙНОМУ СПОРТІ</i> .....	140

## МЕТОДИ БОРОТЬБИ З ДОПІНГОМ У ПРОФЕСІЙНОМУ СПОРТІ

**Сергати́й М. О.**

*кандидат юридичних наук, доцент,  
доцент кафедри соціально-гуманітарних дисциплін та мовної підготовки  
Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія  
вул. Наукове містечко, 59, Запоріжжя, Україна  
[orcid.org/0000-0002-9821-7691](https://orcid.org/0000-0002-9821-7691)  
[nick.sergaty@gmail.com](mailto:nick.sergaty@gmail.com)*

**Сергата Н. С.**

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,  
завідувач кафедри фізичної культури і спорту  
Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія  
вул. Наукове містечко, 59, Запоріжжя, Україна  
[orcid.org/0000-0002-3684-688X](https://orcid.org/0000-0002-3684-688X)  
[nssergata@gmail.com](mailto:nssergata@gmail.com)*

**Кий О. Г.**

*викладач кафедри фізичної терапії, ерготерапії  
Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія  
вул. Наукове містечко, 59, Запоріжжя, Україна  
[orcid.org/0000-0001-8020-5580](https://orcid.org/0000-0001-8020-5580)  
[doctorskiy@gmail.com](mailto:doctorskiy@gmail.com)*

**Ключові слова:** допінг-тест, заборонені стероїди, навантаження, спортсмени, відновлення, антидопінгові заходи, сучасний спорт, спортивна підготовка, нормативні документи.

У статті розглянуто проблему боротьби з використанням спортсменами різних допінгів та заборонених стероїдів для підвищення спортивних результатів. Зазначено, що найважливіша і дуже болісна проблема українського та світового спорту – вживання недозволених препаратів та боротьба з ним. Це неприємна реальність сучасного спорту.

Визначено, що допінг – це запровадження чи застосування спортсменами різних видів фармакологічних препаратів чи методів, які підвищують працездатність організму. У статті надаються перспективи вирішення допінгової проблеми і пропонуються заходи реагування.

Проаналізовано нормативно-правові акти міжнародного рівня та національного законодавства, визначено роль ВАДА при розробці антидопінгових інформаційно-освітніх програм для молодого покоління спортсменів. Показано реалізацію різноманітних програм, які орієнтовані на боротьбу з допінгом, необхідність контролю, який потрібно проводити на різних стадіях спортивної підготовки. У статті визначено педагогічні та організаційні питання проблеми боротьби з допінгом у спорті. Розроблено антидопінгові заходи, які рекомендовані до застосування у системі дитячо-юнацької спортивної освіти та у закладах вищої освіти фізкультурно-спортивного профілю.

Процес підготовки до змагань сьогодні займає багато часу і містить, як правило, щоденні тренування, однак для відпочинку та відновлення фізичної працездатності вільного часу недостатньо. Тому для покращення спортивних результатів та реабілітації атлетів незамінною частиною спортивної науки повинні стати розробки нових методик. Потрібно провести правильну межу між харчовою добавкою та допінгом.

Зазначено, що застосування допінгу завдає непоправної шкоди здоров'ю спортсмена. Використання допінгу у спорті вбиває ідею чесних та «чистих» змагань, що є основою спорту та олімпійського руху. Необхідне активне впровадження у тренувальний та змагальний процеси політики, спрямованої на виховання моральних принципів чесної спортивної конкуренції, усвідомлення кожним спортсменом, спортивним лікарем, тренером смертельної небезпеки, яку несуть допінги.

---

## METHODS OF FIGHTING DOPING IN PROFESSIONAL SPORTS

**Sergaty M. O.**

*Doctor of Law, Associate Professor,  
Associate Professor at the Department of Social Humanitarian Disciplines  
and Language Training  
Khortytsk National Educational and Rehabilitation Academy  
Science Town str., 59, Zaporizhzhia, Ukraine  
orcid.org/0000-0002-9821-7691  
nick.sergaty@gmail.com*

**Sergata N. S.**

*Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor,  
Head of the Department of Physical Culture and Sports  
Khortytsk National Educational and Rehabilitation Academy  
Science Town str., 59, Zaporizhzhia, Ukraine  
orcid.org/0000-0002-3684-688X  
nssergata@gmail.com*

**Kyi O. G.**

*Lecturer at the Department of Physical Therapy, Occupational Therapy  
Khortytsk National Educational and Rehabilitation Academy  
Science Town str., 59, Zaporizhzhia, Ukraine  
orcid.org/0000-0001-8020-5580  
doctorskiy@gmail.com*

**Key words:** *doping test, prohibited steroids, load, athletes, restoration, anti-doping measures, modern sports, sports training, legal documents.*

The article examines the problem of the use of various doping and prohibited steroids by athletes to improve sports results. It was noted that the most important and very painful problem of Ukrainian and world sports is the use of unsolved drugs and the fight against them. Today, this is an unpleasant fact of modern sports.

It was determined that “doping” is the introduction or use by athletes of various types of pharmacological drugs or methods that increase the body’s performance. The article provides prospects for solving the doping problem and provides responsibility measures.

Legal documents of the international level and Ukrainian legislation were analyzed, the role of WADA in the development of anti-doping information and educational programs for the younger generation of athletes was determined. The implementation of various programs aimed at combating doping, the need for control, which must be carried out at various stages of sports training, is shown. The article defines pedagogical and organizational issues of the problem of combating doping in sports. Anti-doping measures have been developed, which are recommended for use in the system of children’s and youth sports education and in universities of physical culture.

The process of preparing for competitions today takes a lot of time and usually includes daily training, but there is not enough free time for rest and recovery of physical performance. Therefore, in order to improve sports results and rehabilitation of athletes, the development of new medical methods should become an indispensable part of sports science. It is necessary to draw the right line between food supplement and doping.

It is noted that the use of doping causes irreparable damage to the athlete's health. The use of doping in sports kills the idea of fair and "clean" competition, which is the basis of sports and the Olympic movement. It is necessary to actively introduce into the training and competition processes a policy aimed at educating the moral principles of fair sports competition, awareness by every athlete, sports doctor, coach of the mortal danger that doping brings with them.

**Постановка проблеми.** Найважливіша і дуже болісна проблема українського та світового спорту – вживання заборонених препаратів та боротьба з ними. Це неприємний факт сучасного спорту. Законодавством України та рішеннями Міжнародного олімпійського комітету (МОК) заборонено вживання спортсменами речовин, методів, що сприяють поліпшенню фізичних сил та витривалості та збільшенню працездатності, але, незважаючи на це, допінг продовжує з кожним роком вражати все нові та нові види спорту.

Підвищення напруженості змагальних баталій, завищені навантаження та вимоги планомірно підводять спортсменів до межі своїх фізичних можливостей. В результаті в амбітних атлетів, які прагнуть рекордів, нерідко виникає потреба в додатковому джерелі енергії. І це джерело енергії вони знаходять у застосуванні допінгу. Тривалий прийом допінгу призводить до втрати стабільності результату, тому потрібне збільшення дози. Остання обставина ріднить їх із наркотиками.

Така ситуація у спорті сприяла формуванню структур, націлених на боротьбу з допінгом. Це Всесвітня антидопінгова агенція (ВАДА), Регіональна антидопінгова організація (РАДО) країн Східної Європи, Національний антидопінговий центр України (НАДЦ). До функцій цих організацій входить розробка допінг-контролю, тобто перевірки, що сприяє виявленню фактів застосування заборонених препаратів та ліків у тренувальному та змагальному періодах.

**Мета статті** – на основі теоретичного аналізу обґрунтувати доцільність удосконалення національного законодавства України та антидопінгової освіти щодо протидії використанню заборонених препаратів у спорті.

Для вирішення цієї проблеми нами було поставлено низку завдань:

- проаналізувати нормативні документи міжнародного рівня та українського законодавства;
- розкрити сутнісні характеристики поняття «допінг»;
- визначити роль ВАДА при розробці антидопінгових інформаційно-освітніх програм для молодого покоління спортсменів;

– проаналізувати методи боротьби з протидією використанню заборонених препаратів у спорті.

Допінг не став відкриттям ХХ ст. Вдаватися до стимулюючих препаратів стали одночасно з проведенням змагань та розвитком спорту загалом. Величезне бажання виграти у суперника і стати переможцем за будь-яку ціну, навіть ціною власного здоров'я, – це сутність людської природи. Слово «допінг» у перекладі з англійської означає «давати наркотики». Практично до 20-х років минулого століття кокаїн та героїн були першими серйозними допінгами, оскільки вони не були заборонені законом.

Отже, допінг – це запровадження чи застосування спортсменами різних видів фармакологічних препаратів чи методів, які підвищують працездатність організму.

Вживання допінг-препаратів у спорті, що викликають нетривалий стимулюючий ефект, вперше відзначено в ХІХ столітті. Проте ставлення до стимуляторів істотно змінилося останніми десятиліттями. Кардинально змінилася актуальність проблеми у національних федераціях (велоспорту, легкої атлетики та ін.) після трагічних подій з відомими спортсменами.

Більшість спортивних фахівців відзначає, що спортсменам, які мають значні навантаження, високу інтенсивність тренувального циклу, дуже складно відновлюватися без застосування фармакології.

Серед багатьох спортсменів, тренерів і спортивних чиновників сформувався стійкий стереотип допустимості застосування допінгу для поліпшення результатів (55% респондентів). Це переконання лише ускладнює можливості боротьби з цим згубним явищем у спорті [1].

Антидопінгове законодавство безперервно удосконалюється, і заходи відповідальності посилюються. Однак, незважаючи на всі зусилля, вдосконалюються і методи уникнення відповідальності. Медичною комісією МОК визначено низку заборонених стимулюючих засобів. Цей список постійно доповнюється новітніми препаратами, і за їхнє вживання належить негайна дискваліфікація – часто на кілька років і навіть довічна, проте перемога над цим злом дуже далека.

Раніше допінг-контроль здійснювався на міжнародних та відповідальних внутрішніх змаганнях і перевірки піддавались виключно висококваліфіковані спортсмени. Сьогодні контроль проводиться на різних стадіях спортивної підготовки і відносно будь-якого спортсмена.

Багато препаратів, визнаних у спорті допінгом, у повсякденному житті є ефективними ліками і не заборонені законом. Внаслідок цього боротьба з допінгом здійснюється не правоохоронними органами держави, а уповноваженими спортивними організаціями, які мають громадський та недержавний статус. Усі ці організації мають контроль-наглядові та процесуальні повноваження.

16 листопада 1989 р. у Страсбурзі членами Ради Європи та іншими державами підписано Конвенцію проти застосування допінгу ETS № 135 [2]. Це вимушений захід, оскільки вільне вживання допінгових препаратів несприятливо позначалося на здоров'ї спортсменів та на спорті загалом. Важливою подією, пов'язаною зі змінами у боротьбі з допінгом, стало прийняття Генеральною конференцією ЮНЕСКО на 33-й сесії в Парижі 19 жовтня 2005 р. Міжнародної конвенції про боротьбу з допінгом у спорті [3]. Країни, які підписали Конвенцію, зробили це з метою охорони здоров'я, морального та фізичного виховання. У ній було запропоновано практичні заходи такого характеру.

1. Державні органи зобов'язані приймати законодавчі акти, що обмежують доступність допінгу, перевезення, зберігання, імпорту, розповсюдження та продаж, а також застосування допінгу у спорті.

2. Держави зобов'язуються на своїй території створювати лабораторії антидопінгового контролю, які приймаються компетентними міжнародними спортивними організаціями. Керівництво лабораторій здійснює набір та працевлаштування, підготовку та перепідготовку фахівців, реалізовує належні програми досліджень та розробок за забороненими речовинами та за використовуваними методами допінгу у спорті для об'єктивного уявлення про дію їх на організм та на спортивні результати. Лабораторії своєчасно опубліковують дані, одержані в результаті досліджень.

3. Введення санкцій, процедур тимчасової дискваліфікації та інших заходів щодо керівників, лікарів, тренерів, фізіотерапевтів та інших посібників порушень спортсменами антидопінгових правил ВАДА.

4. Список із переліком та змінами фармакологічних класів допінгових засобів та методів, заборонених компетентними міжнародними спортивними організаціями, затверджує ВАДА.

Щорічно видається заборонений список і випускаються нові версії стандартів:

– Міжнародний стандарт для лабораторій;

– Міжнародний стандарт тестування;  
– Міжнародний стандарт оформлення терапевтичних винятків.

У 2003 р. фахівцями ВАДА розроблено такі допоміжні акти: посібник для спортсменів за програмою поза змагальним тестуванням, пам'ятку на допомогу спортсменам та тренерам з антидопінговими правилами.

В Україні згідно з Законом України «Про антидопінгову діяльність у спорті» від 26.01.2022 р. № 2011-IX [4] організація та здійснення антидопінгової діяльності у спорті покладаються на антидопінгову організацію України – Національний антидопінговий центр, що є спеціалізованою державною установою.

Національний антидопінговий центр України – державна бюджетна установа, що належить до сфери управління Міністерства молоді та спорту України, утворена на підставі Постанови Кабінету Міністрів України № 1063 від 25.07.2002 р. (в редакції Постанови Кабінету Міністрів України № 1300 від 22.11.2022 р.) [5] з метою профілактики, запобігання застосуванню і розповсюдженню допінгу в спорті. Зокрема, на центр покладені такі повноваження:

1) розробка та затвердження антидопінгових правил;

2) здійснення заходів із впровадження антидопінгових правил у спортивну діяльність;

3) забезпечення відповідності антидопінгової діяльності вимогам Закону України «Про антидопінгову діяльність у спорті», Міжнародної конвенції про боротьбу з допінгом у спорті, Антидопінгової конвенції та Додаткового протоколу до неї;

4) видача дозволів на терапевтичне використання заборонених речовин та методів відповідно до Міжнародного стандарту з терапевтичного використання;

5) співпраця із зацікавленими національними або міжнародними організаціями, агентствами, а також іншими антидопінговими організаціями;

6) замовлення та отримання послуг, пов'язаних з антидопінговою діяльністю, включаючи послуги, пов'язані з тестуванням, консультуванням та навчанням в Україні і за кордоном відповідно до законодавства;

7) залучення офіцерів допінг-контролю на постійній або договірній основі до відбору проб;

8) створення реєстраційних пулів та розробка плану тестування спортсменів відповідно до Всесвітнього антидопінгового кодексу та Міжнародного стандарту з тестування та розслідувань;

9) затвердження вимог до компетенцій, кваліфікації допінг-офіцерів, здійснення заходів з їх навчання, видача посвідчень та уповноваження допінг-офіцерів на проведення тестувань;



10) обробка результатів, включаючи моніторинг результатів тестування та розслідування порушень антидопінгових правил;

11) планування, впровадження, оцінка та перевірка інформаційних та освітніх програм із запобігання використанню допінгу у спорті тощо.

Згідно з Наказом Національного антидопінгового центру України № 30 від 15 грудня 2020 року [6] допінгом є випадок порушення одного або більше з антидопінгових правил, а це:

- наявність забороненої речовини або її метаболітів, або маркерів у пробі, взятій у спортсмена;
- використання або спроба використання спортсменом забороненої речовини або забороненого методу;
- ухиляння, відмова або неявка для відбору проби спортсменом;
- порушення порядку надання інформації про місцезнаходження спортсмена;
- втручання або спроба втручання в будь-яку стадію допінг-контролю спортсменом або іншою особою;
- володіння забороненою речовиною або забороненим методом спортсменом чи допоміжним персоналом спортсмена;
- розповсюдження або спроба розповсюдження будь-якої забороненої речовини або забороненого методу спортсменом або іншою особою;
- призначення або спроба призначення спортсменом або іншою особою будь-якому спортсмену під час змагального періоду будь-якої забороненої речовини або забороненого методу, або призначення чи спроба призначення будь-якому спортсмену в позазмагальному періоді будь-якої забороненої речовини або забороненого методу, що заборонені у позазмагальний період;
- співучасть або спроба співучасті спортсмена чи іншої особи;
- заборонена співпраця спортсмена або іншої особи;
- дії, що вчиняються спортсменом або іншою особою для перешкоджання або з метою відмовлення від повідомлення уповноваженим організаціям.

Слід також зазначити, що обов'язок доказування факту порушення цих правил покладено на НАДЦ України. Критерієм доведеності вини конкретного спортсмена повинно служити те, чи довів НАДЦ України порушення антидопінгового правила до переконання органу, який розглядає справу, пам'ятаючи про серйозність пред'явленого обвинувачення.

Не вдаючись до процедури забору та дослідження біологічних проб для виявлення в організмі спортсмена сумнівних речовин та констатації факту вживання заборонених методів спортивної підготовки до змагань або у позазма-

гальний період, зазначимо, що у разі виявлення факту порушення антидопінгових правил винні особи підлягають відповідальності.

Залежно від виду порушення спортсмен може бути дискваліфікований на 2 або 4 роки чи довічно, а його спортивні результати в індивідуальних видах спорту автоматично анулюються.

Що стосується командних видів спорту, то правилами встановлено таке: якщо більше двох членів команди вчинили порушення антидопінгового правила під час спортивного заходу, керівний орган такого заходу повинен накласти відповідну санкцію на команду (наприклад, зняття очок, дискваліфікація зі змагання або заходу або іншу санкцію) на додаток до наслідків, застосованих до окремих спортсменів, які вчинили порушення антидопінгового правила [6].

Процес підготовки спортсменів до змагань сьогодні займає багато часу і містить, як правило, дво- чи триразові щоденні тренування, однак для відпочинку та відновлення фізичної працездатності вільного часу недостатньо. У жодній сфері людської діяльності інтенсивність фізичних навантажень не досягає такого позамежного рівня, як у спорті. І, безперечно, організм людини потребує медикаментозної підтримки.

Зовсім не дивно, що незамінною частиною спортивної науки стають розробки методик та досягнення медико-фармакологічної індустрії, які покращують спортивні результати та реабілітацію атлетів. Саме спортивна наука прагне оптимізації сил організму та здібностей, які значно перевищують показники середньостатистичної людини. Додаткову складність у питанні, що вважати нормою, створюють технології здорового способу життя, що бурхливо розвиваються, пов'язані з харчуванням і харчовими добавками. Принципово важливо провести правильну межу між харчовою добавкою та допінгом.

Мета антидопінгової заборони – участь у змаганнях сумлінних та «чистих» спортсменів, готових змагатися нарівні із такими ж сумлінними спортсменами. Подібним чином забезпечується режим найбільшого сприяння для сумлінних спортсменів.

ВАДА у своїй діяльності взяла курс на розробку антидопінгових інформаційно-освітніх програм для молодого покоління спортсменів.

Антидопінгова освіта – це не тільки процес навчання, виховання та розвитку особистості, спрямований на формування системи теоретичних та практичних знань, умінь, ціннісних орієнтацій, поведінки та діяльності в дусі неприйняття допінгу, а й відповідальне ставлення до самого себе, повага до правил змагань, суперника, глядачів [7].

Метою антидопінгової освіти є розробка негативного ставлення до порушення антидопінгових правил, формування внутрішнього переконання

у спортсмена про шляхетність та справедливість спортивної боротьби [7]. Необхідно розвивати у тренерському середовищі, у керівництва та педагогічного колективу закладів освіти спортивного профілю негативне ставлення до застосування допінгу за допомогою систематичних теоретичних занять з антидопінгової проблематики. Важливим є забезпечення ДЮСШ, СДЮС-ШОР, центрів спортивної підготовки спеціальною антидопінговою літературою не лише для самих спортсменів, а й для тренерів, викладачів фізичного виховання. Важливо підходити до вивчення антидопінгової проблематики комплексно – з історичної, економічної, юридичної та соціально-політичної точки зору, тим самим чіткіше формуючи громадянську і моральну позицію вихованців.

У зв'язку з цим підготовка професійних кадрів, майбутніх фахівців у галузі фізичної культури і спорту відіграє велику роль. Актуальним на сьогодні вважається впровадження спеціальної дисципліни «Антидопінгове законодавство у сфері ФКС» в освітню програму підготовки бакалаврів за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт», адже тільки через навчання та виховання в навчальному педагогічному процесі можна сформувати антидопінгову позицію у студентів та неприйняття штучного впливу на організм.

Основні знання, вміння та практичні навички, які мають опанувати студенти фізкультурних закладів освіти у процесі навчання:

- знати особливості законодавства у сфері регулювання спортивних відносин та управлінської діяльності, спрямованого на реалізацію антидопінгового законодавства;

- усвідомлювати основи управління спортивними організаціями, управління спортивними колективами, командами, основи формування морального клімату, створення умов для чесної спортивної конкуренції;

- аналізувати та приймати управлінські рішення щодо організації антидопінгової політики у сфері фізичної культури та спорту;

- застосовувати норми антидопінгового законодавства під час створення морального клімату у спортивних колективах з метою реалізації принципів чесної спортивної конкуренції;

- володіти системним підходом щодо реалізації антидопінгового законодавства у сфері фізичної культури та спорту;

- володіти методами формування мотиваційної політики, спрямованої на виховання моральних принципів чесної спортивної конкуренції.

Для удосконалення діяльності фізкультурно-спортивних організацій, спортсменів, тренерів, лікарів у боротьбі з допінгом на різному рівні нами рекомендовані основні антидопінгові заходи:

- своєчасне ознайомлення спортсменів та обслуговуючого їх персоналу з основними антидопінговими документами у повному обсязі;

- формування системи безперервного інформування про антидопінгові правила та зміни;

- ініціативна участь спортивних федерацій у різноманітних програмах у сфері профілактики та протидії вживання допінгу;

- антидопінгова пропаганда серед молодих спортсменів та персоналу збірних команд спортсменів;

- організація своєчасної заявки для дозволу на терапевтичне використання заборонених субстанцій та/або методів, включених до забороненого списку ВАДА;

- профілактика порушень антидопінгових правил із початку спортивної кар'єри.

Альтернативою допінгам мають стати дозволені засоби та методи досягнення спортивної майстерності та високих результатів на змаганнях. До них належать, зокрема, такі:

- 1) правильна, раціональна організація тренувального процесу, що забезпечує необхідне науково обґрунтоване чергування тренувальних навантажень, що втягують, розвивають і підводять до піку форми за наявності повноцінного відновлення після них.

- 2) цілеспрямовані фізіотерапевтичні методи прискорення відновлення після тренувальних та змагальних навантажень (масаж, бальнеологічні методи, електростимуляція м'язів, акупунктура).

- 3) спеціальні фармакологічні засоби, що забезпечують адаптацію до тренувальних та змагальних навантажень та не заборонені до застосування у спорті вітаміни, продукти підвищеної біологічної цінності.

**Висновки.** Підсумовуючи нашу роботу, можна зробити висновок про те, що застосування допінгу завдає непоправної шкоди здоров'ю спортсмена. Використання допінгу у спорті вбиває ідею чесних та «чистих» змагань, що є основою спорту та олімпійського руху. Необхідне активне впровадження у тренувальний та змагальний процеси політики, спрямованої на виховання моральних принципів чесної спортивної конкуренції, усвідомлення кожним спортсменом, спортивним лікарем, тренером смертельної небезпеки, яку несуть із собою допінги.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Акуленко Т.М. Правові аспекти міжнародного співробітництва щодо антидопінгової діяльності. *Актуальні проблеми політики*. 2018. Вип. 62. С. 152–165.
2. Антидопінгова конвенція (ETS N 135). Страсбург, 16 листопада 1989 року. URL: [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/994\\_228#Text](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/994_228#Text).
3. Міжнародна конвенція про боротьбу з допінгом у спорті. URL: [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/952\\_007#Text](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/952_007#Text).
4. Про антидопінгову діяльність у спорті : Закон України від 26.01.2022 р. № 2011-IX. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2011-20#Text>.
5. Про утворення Національного антидопінгового центру : Постанова Кабінету Міністрів України від 25.07.2002 р. № 1063. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1063-2002-%D0%BF#Text>.
6. Про затвердження Антидопінгових правил : Наказ Національного антидопінгового центру України від 15.12.2020 р. № 30. URL: [https://nadc.org.ua/wp-content/uploads/2020/12/2021\\_NADC-Ukraine-ADR-UA\\_2020-12-15\\_001.pdf](https://nadc.org.ua/wp-content/uploads/2020/12/2021_NADC-Ukraine-ADR-UA_2020-12-15_001.pdf).
7. Измайлова О.В., Щербак Ю.Є. Допінг і боротьба з ним : методичний посібник. Полтава : ПДПУ ім. В.Г. Короленка, 2005. 72 с.

## REFERENCES

1. Akylenko T.M. (2018). Pravovi aspekti mizhnarodnogo spivrobitnytstva chodo antidopingovoi diialnosti. [Legal aspects of international cooperation in anti-doping activities]. *Aktyalni problemy polityky – Actual problems of politics*. Vol. 62. P. 165. Kiev. [In Ukrainian].
2. Antyidopingova konvensiy (ETS N 135). (1989). [Anti-doping convention]. URL: [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/994\\_228#Text](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/994_228#Text). Strasbourg. [In France].
3. Mignarodna konvensiyi pro borotby z dopingom u sporti. (2006). [International Convention on Combating Doping in Sports]. URL: [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/952\\_007#Text](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/952_007#Text).
4. Zakon Ukrainu. (2022) “Pro antyidopingovy diyalnist y sport” [About anti-doping activity in sports]. №2011-IX URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2011-20#Text>.
5. Postanova Kabinety Ministriv Ukrainu (2002, № 1063) “Pro ytvorennia Natsionalnogo antyidopingovogo tsentry” [About anti-doping activity in sports] URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1063-2002-%D0%BF#Text>.
6. Nakaz NDATS Ukrainu (2020, № 30 ) “Pro zatverdzhenia Antyidopingovykh pravyl”. [On the approval of the Anti-Doping Rules]. URL: [https://nadc.org.ua/wp-content/uploads/2020/12/2021\\_NADC-Ukraine-ADR-UA\\_2020-12-15\\_001.pdf](https://nadc.org.ua/wp-content/uploads/2020/12/2021_NADC-Ukraine-ADR-UA_2020-12-15_001.pdf).
7. Izmayilova O.V., Shcherbak Y.E. (2005). Doping I borotba z nym. [Doping and the fight against it]. P. 72. Poltava. [In Ukrainian].