

ТРЕНИНГ АНТИДОПИНГОВОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ-РЕГБИСТОВ

М. В. Шакирова, И. Н. Селиверстова

Уральский государственный университет физической культуры, Челябинск, Россия

Аннотация. В работе рассматривается проблема антидопингового образования в отдельном виде спорта, на примере регби. Авторами был разработан тренинг антидопинговой направленности для спортсменок-регбисток, особенности его содержания представлены в статье. Также был проведён педагогический эксперимент для апробирования эффективности тренинга, результаты которого приведены в исследовании.

Ключевые слова: антидопинговое образование, тренинг антидопинговой направленности, спортсменки-регбистки.

Актуальность. Проблемы исследования обусловлены острой необходимостью построения системы антидопингового образования в российском спорте на всех уровнях. По данным Российского антидопингового агентства «РУСАДА» (РУСАДА) на 29 февраля 2024 г. в список спортсменов, нарушивших антидопинговые правила, и в отношении которых РУСАДА были вынесены санкции (дисквалификация), входят шесть спортсменов-регбистов (всего в списке 326 человек). При этом Федерация регби России занимает одно из последних мест (5051 место из 54) в «Рейтинге антидопинговой деятельности Общероссийских спортивных федераций по олимпийским видам спорта» (<https://clck.ru/3PSUA9>). Приведённые данные вызывают озабоченность, эффективностью организации антидопинговой работы в Федерации регби России и подтверждают актуальность нашего исследования.

Цель исследования — разработать и апробировать эффективность тренинга антидопинговой направленности спортсменов-регбистов.

Материалы и методы исследования. Методами настоящего исследования явились: анализ научно-методических источников, опрос, тестирование, педагогический эксперимент.

В педагогическом эксперименте приняли участие регбистки, входящие в состав сборной Челябинской области. Средний возраст участников составил 24 года. Испытуемые были поделены на две группы — контрольную (КГ) и экспериментальную (ЭГ) по 10 человек в каждой. У экспериментальной группы проходили занятия тренинга антидопинговой направленности в два блока в период учебно-тренировочных сборов. Контрольная группа проходила антидопинговые

курсы РУСАДА в объёме часов равному тренингу.

Результаты исследования и их обсуждение. Анализ научно-методической литературы показал, что существует большое количество исследований, посвящённых проблеме антидопингового образования. Однако, работ, раскрывающих конкретные методические технологии и инструменты антидопингового образования (особенно в отдельных видах спорта) не достаточно. При этом даже существующие методики антидопингового образования ориентируются, прежде всего, на формирование когнитивного компонента, зачастую игнорируя целенаправленное формирование ценностного компонента.

Опираясь на исследования Ф. Н. Солдатенкова [4] и К. А. Бадрака [1], А. Г. Грецева [2] и других исследователей, нами был разработан тренинг антидопинговой направленности «За честный регби!». Особенностью тренинга является его направленность, прежде всего, на формирование ценностного компонента, опирающегося на когнитивный компонент. Поэтому в реализации мероприятий тренинга преобладали проблемные и рефлексивные формы и методы организации деятельности. Продолжительность занятия 60–90 мин. Кратко содержание тренинга представлено в табл. 1.

Оценочный инструментальный педагогического эксперимента состоял из опросного тестирования, определяющего следующие параметры: уровень антидопингового образования по адаптированной нами методике К. А. Бадрака [1, с. 148], отношение к допингу по методике К. А. Бадрака [1, с. 118], оценку ценностей антидопинговой направленности по методике Ф. Н. Солдатенкова [3, с. 111].

Таблица 1

Содержание мероприятий тренинга «За честный регби!»

Мероприятие	Содержание
Лекция-беседа «История регби»	Ознакомить участников с зарождением, развитием и современным состоянием регби, как вида спорта, входящего в олимпийскую программу
Проблемная лекция «Допинг: история происхождения»	Ознакомить участников с историей происхождения допинга и появления проблемы допинга в спорте. В ходе лекции необходимо направить участников к рассуждениям на проблемные вопросы
Лекция-беседа «Современная система борьбы с допингом в спорте»	Ознакомить участников с международной и отечественной системой организации борьбы с допингом в спорте. Рассмотреть круг взаимоотношений организаций (МОК, МФ, ВАДА, НОК, РУСАДА) в системе борьбы с допингом
Игра-викторина «Карточки»	Участникам предлагаются карточки с понятиями по тематике предыдущих лекций, их задача объяснить, как они понимают то или иное понятие. Далее корректируются полученные ответы (называются правильные ответы, обсуждаются высказывания)
Лекция-беседа «Фэйр Плэй — за честный спорт!»	Ознакомить участников с основными принципами Фэйр Плэй. Награды Фэйр Плэй. Спортсмены-регбисты обладатели призов Фэйр Плэй
Диспут «Фэйр Плэй — благородство и честность спорта?»	Для обсуждения предлагаются следующие вопросы: «Почему необходимо придерживаться принципов Фэйр Плэй в спорте?», «Как антидопинговое поведение связано с понятием Фэйр Плэй?», «Может ли движение Фэйр Плэй эффективно бороться с допингом в спорте?»
Ролевая игра «Ток-шоу «Допинговый скандал»	В ходе ролевой игры спортсмены применяют на себя роли: спортсмена, уличённого в допинге, его тренера, врача, спортивного руководителя, зрителя, оправдывающего спортсмена, зрителя, осуждающего спортсмена
Работа в группах «Моделирование «Идеальный спорт»	Группа участников после подготовки предлагает модель «Идеального спорта», на основании решения вопросов: «Что необходимо изменить в спорте, чтобы избавиться его от допинга?», «Как достичь антидопингового поведения в спорте?»
Эссе «Моё отношение к допингу»	Цель — отразить личное критическое отношение к допингу, как рефлексию на прошедший тренинг. Участник может выбрать формат: письменное эссе, видеобращение, презентация и т. д.

Методика оценки уровня антидопингового образования К. А. Бадрака была адаптирована нами путем разработки пятиуровневой шкалы оценки (от 0 до 4 баллов). Результаты тестирования уровня антидопингового образования спортсменов-регбистов до и после проведения педагогического эксперимента наглядно представлены на рис. 1.

Комментируя рис. 1 отметим, что 70 % спортсменов двух групп показали наименьший уровень оценки, фактически демонстрирующий отсутствие знаний до проведения эксперимента,

при этом средний балл ЭГ составил — $0,3 \pm 0,46$ балла, а КГ — $0,4 \pm 0,66$ балла. Однако уровень среднего балла статистически достоверно одинаковый ($p > 0,05$), что свидетельствует о равном уровне антидопингового образования двух групп на начало эксперимента. В конце эксперимента средний балл в КГ был $3,1 \pm 0,7$ балла, а ЭГ — $2,3 \pm 0,78$ балла ($p < 0,05$).

Оценка отношения спортсменов к допингу также было выполнено по методике К. А. Бадрака. Данные исследования представлены на рис. 2.

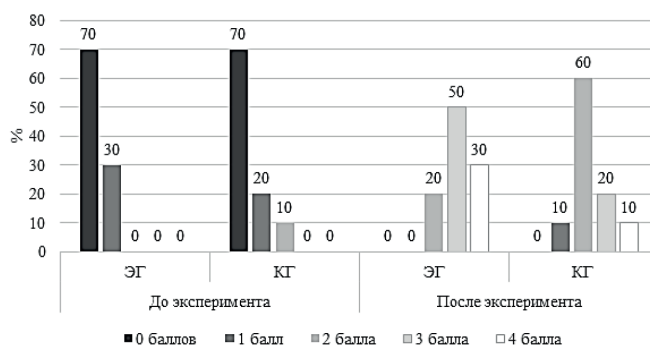


Рис. 1. Динамика уровня антидопингового образования спортсменов-регбистов в педагогическом эксперименте



Рис. 2. Динамика отношения к допингу спортсменов-регбистов в педагогическом эксперименте

В начале эксперимента доля респондентов с положительным отношением к допингу значительная. Различия между группами согласно критерию Фишера статистически не достоверны ($p>0,05$), таким образом на начало эксперимента можно сделать вывод об однородности двух групп по параметру отношения к допингу. На рис. 1 также показано, что отношение к допингу ЭГ к концу эксперимента претерпело значительные изменения, что статистически также было подтверждено ($p<0,05$).

На наш взгляд, основной показатель эффективности нашего экспериментального исследования — это изменения в ранжировании ценностных ориентаций согласно методики Ф. Н. Солдатенкова. Обработка данных ранжирования представлена в табл. 2.

Комментируя данные табл. 2, отметим, что в ЭГ произошли положительные достоверные ($<0,05$) сдвиги по всем семи ценностям характеризующим, антидопинговую направленность («развитие (работа над собой)», «дисциплинированность»,

Таблица 2

Ранг ценностных ориентаций спортсменов-регбистов

Ценности	ЭГ						Р	КГ						Р
	ДоЭ		ПослеЭ		Разница			ДоЭ		ПослеЭ		Разница		
	М	СМ	М	СМ	М	%		М	СМ	М	СМ	М	%	
<i>здоровье</i>	1	37	1	27	0	+5	<0,05	1	32	1	23	0	+4,5	<0,05
материально обеспеченная жизнь	2	70	3	71	-1	-0,5	>0,05	5	90	8	95	-3	-2,5	<0,05
наличие хороших и верных друзей	3	73	4	75	-1	-1	>0,05	11	105	14	116	-3	-5,5	<0,05
независимость	4	74	7	81	-3	-3,5	<0,05	2	40	2	49	0	-4,5	<0,05
самоконтроль (сдержанность)	5	80	9	91	-4	-5,5	<0,05	3	63	5	75	-2	-6	<0,05
активная деятельная жизнь	6	82	13	116	-7	-17	<0,05	10	104	10	103	0	+0,5	>0,05
уверенность в себе	7	83	2	58	+5	+12,5	<0,05	6	91	11	106	-5	-7,5	<0,05
успех (добиться его любой ценой)	8	90	16	134	-8	-22	<0,05	4	66	3	64	+1	+1	>0,05
достижения в спорте	9	91	19	158	-10	-33,5	<0,05	9	103	9	101	0	+1,5	>0,05
<i>ответственность</i>	10	95	6	79	+4	+8	<0,05	8	95	7	87	+1	+4	<0,05
<i>честность</i>	11	102	8	89	+3	+6,5	<0,05	12	110	12	107	0	+1,5	>0,05
<i>дисциплинированность</i>	12	108	10	94	+2	+7	<0,05	7	94	6	81	+1	+6,5	<0,05
<i>твердая воля (умение настоять)</i>	13	109	11	102	+2	+3,5	<0,05	12	110	16	135	-4	-12,5	<0,05
продуктивная жизнь	14	112	15	127	-1	-7,5	<0,05	16	131	17	140	-1	-4,5	<0,05
общественное признание	15	120	17	146	-2	-13	<0,05	12	110	4	75	+8	+17,5	<0,05
зрелость суждений	16	133	14	126	+2	+3,5	<0,05	15	130	13	109	+2	+10,5	<0,05
<i>развитие (работа над собой)</i>	17	134	5	78	+12	+28	<0,05	17	147	15	129	+2	+9	<0,05
<i>познание (расширение кругозора)</i>	18	150	12	107	+6	+21,5	<0,05	18	152	18	167	0	-7,5	<0,05
красота спорта и искусства	19	166	18	148	+1	+9	<0,05	20	165	18	167	+2	-1,5	>0,05
хитрость	20	191	20	193	0	-1	>0,05	19	162	20	169	-1	-3,5	<0,05

Примечание: ДоЭ — до проведения педагогического эксперимента; ПослеЭ — после проведения педагогического эксперимента; М — место в рейтинге; СМ — сумма мест (рейтинг ценности), % — колебание рейтинга ценности в процентном отношении; Р — достоверность различий по Фишеру. Курсивом — выделены ценности, наиболее соответствующие высшему уровню антидопинговой компетентности (по Ф. Н. Солдатенкову)

«здоровье», «ответственность», «честность», «твердая воля (умение настоять)» и «познание (расширение кругозора)»).

В тоже время в КГ достоверную положительную динамику явили только четыре («развитие (работа над собой)», «дисциплинированность», «здоровье», «ответственность») из семи, изучаемых нами ценностей. Ценность «честность», оставшись на 12-м месте, дала небольшой процентный прирост — +1,5 %, но он оказался не достоверным (>0,05). Ценности «твердая воля (умение настоять)» и «познание (расширение кругозора)» показали отрицательную динамику — -12,5 % и -7,5 % соответственно.

Заключение. В настоящее время существует недостаток исследований методического характера по антидопинговому образованию в отдельных видах спорта.

Разработанный нами тренинг «За честный регби!» призван решить эту проблему, он характеризуется направленностью на формирование ценностного компонента в антидопинговом образовании. В тренинге были широко использованы проблемные и рефлексивные формы и методы организации деятельности (лекции-беседы, проблемная лекция, диспут, игра-викторина, ролевая игра, моделирование, эссе).

Анализ результатов педагогического эксперимента выявил, что в параметрах отношения к до-

пингу и уровня антидопингового образования у экспериментальной группы наблюдались достоверные (<0,05) положительные сдвиги и на этапе формирующего эксперимента она отличалась от контрольной (<0,05). В показателе формирования ценностей антидопинговой направленности экспериментальная группа продемонстрировала положительный прирост значимости ценностей (<0,05), по всем семи показателям, в то время как контрольная явила положительную динамику только в четырёх ценностях антидопинговой направленности.

Список литературы

1. Бадрак, К. А. Первичная педагогическая профилактика нарушений антидопинговых правил среди спортсменов : дис. ... канд. пед. наук / К. А. Бадрак. — СПб., 2012. — 180 с.
2. Грецов, А. Г. Образовательные антидопинговые программы для различных типов образовательных организаций и организаций, осуществляющих спортивную подготовку / А. Г. Грецов, С. А. Воробьев, К. А. Бадрак. — СПб, 2017. — 44 с.
3. Солдатенков, Ф. Н. Формирование ценностных ориентаций антидопинговой направленности в образовательном процессе студентов вуза физической культуры : дис. ... канд. пед. наук / Ф. Н. Солдатенков. — Смоленск, 2011. — 216 с.

Поступила в редакцию 06.03.2024; одобрена после рецензирования 28.08.2025; принята к публикации 15.10.2025.

Финансирование. Исследование не имело спонсорской поддержки.

Конфликт интересов. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Для цитирования: Шакирова, М. В. Тренинг антидопинговой направленности спортсменов-регбистов / М. В. Шакирова, И. Н. Селиверстова // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. — 2025. — Т. 10, № 4. — С. 93–97. DOI 10.47475/2500-0365-2025-10-4-93-97

Сведения об авторах

Шакирова Мария Вячеславовна — доцент кафедры управления физической культурой, Уральский государственный университет физической культуры, Челябинск, Россия. **ORCID ID:** 0000-0002-2409-596X. **SPIN-код:** 8586-3802. **Author ID:** 701734. **E-mail:** Shakirova_Maria@bk.ru

Селиверстова Ирина Николаевна — кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедры управления физической культурой, Уральский государственный университет физической культуры, Челябинск, Россия. **ORCID ID:** 0000-0001-6722-3485. **Author ID:** 432251. **E-mail:** seliverstovme@yandex.ru

PHYSICAL CULTURE. SPORT. TOURISM. MOTOR RECREATION 2025, vol. 10, no. 4, pp. 93–97.

Anti-Doping Training for Rugby Athletes

Shakirova M. V.^{1a}, Seliverstova I.N.^{1b}

¹Urals State University of Physical Culture, Chelyabinsk, Russia

^aShakirova_Maria@bk.ru, ^bseliverstovme@yandex.ru

Abstract. The relevance of the study is confirmed by RUSADA data on the state of anti-doping activities in the Russian Rugby Federation, according to which six rugby athletes are currently disqualified, and the according to the results of last year, the Federation is far from leading in the RUSADA Anti-Doping Activity Ranking.

Keywords: *anti-doping education, anti-doping training, rugby athletes.*

References

1. Badrak K.A. Pervichnaya pedagogicheskaya profilaktika narushenij antidopingovykh pravil sredi sportmenov : dis. ... kand. ped. nauk [Primary pedagogical prevention of anti-doping rule violations among athletes. Thesis]. Saint Petersburg, 2012. (In Russ.).

2. Gretsov A.G., Vorobyov S.A., Badrak K.A. Obrazovatelnye antidopingovye programmy dlja razlichnykh tipov obrazovatelnykh organizacij i organizacij, osushhestvljajushhikh sportivnuju podgotovku [Educational anti-doping programs for various types of educational organizations and organizations providing sports training]. Saint Petersburg, 2017. 44 p. (In Russ.).

3. Soldatenkov F.N. Formirovanie cennostnykh orientacij antidopingovoj napravlenosti v obrazovatelnom processe studentov vuza fizicheskoj kultury : dis. ... kand. ped. nauk [Formation of value orientations of anti-doping orientation in the educational process of students of the higher education institution of physical culture. Thesis]. Smolensk, 2011. (In Russ.).



Это произведение доступно по лицензии Creative Commons «Attribution-NonCommercial» («Атрибуция — Некоммерческое использование») 4.0 Всемирная — <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>