

## Олимпийские игры, современный спорт и допинг

Первые Олимпийские игры состоялись в 776 г. до н. э. в городе Олимпия в Южной Греции. По легенде, их основал герой Геракл и посвятил богу Зевсу. Объявление соревнований становилось для древних людей объединяющим праздником. На это время греки объявляли священный мир, прекращали все военные действия, забывали распри. Не позволялось даже появляться в Олимпии с оружием.

Главным элементом Олимпийских игр были спортивные соревнования.

Уже в те времена Атлеты устраивали жертвоприношение богам и произносили речь, где обещали не применять запрещённых приёмов и соревноваться честно.

Нарушать установленный принцип перемирия было нельзя. Злоумышленников ожидали большие денежные наказания и угрозы быть проклятыми богами.

Современный мир быстротечно меняется, меняются правила и традиции, это относится и к спорту, где все чаще используются запрещенные препараты – допинги.

Напомним, что такое допинг. **Это употребление запрещенных препаратов, повышающих спортивные результаты.** Результаты, которые временно, искусственно, усиливают физическую или психологическую деятельность организма ради достижения самых высоких результатов в спорте.

Однако нужно помнить, что после применения запрещенных веществ всегда есть последствия, а именно – вред здоровью, причем ухудшение самочувствия иногда можно заметить не сразу, а спустя долгое время. Применение допинга вызывает психоэмоциональные расстройства, агрессию, привыкание и невозможность отказаться от препарата. Также возможны различные хронические заболевания, а также инсульт, инфаркт и пр.

Тренировки, интенсивные тренировки, а особенно в старшем возрасте – это большая работа: интенсивные нагрузки, усталость, соблюдение режима питания и сна, а самое главное – цель и желание достичь высокого результата, не такого, какой был на прошлых соревнованиях, а лучше, обыграть соперника по команде, обойти команду и т.д., вот тут и возникает желание помочь себе искусственно, с помощью каких-либо средств, которые возможно где-то услышал, кто-то посоветовал.

Однако, нужно помнить всегда, что нижеперечисленные факторы не должны и не могут привести к мысли о применении запрещенных препаратов:

- низкая самооценка;
- результат, достижение успеха;
- недовольство своим телом, весом;
- тренеры и родители недовольны вашими успехами;
- оценка, путем сравнения себя с другими, преимущественно успеха, нежели оценки профессиональных качеств;

- нетерпеливость по отношению к достижению результатов;
- обман;
- вера в то, что и другие это делают;
- отрицание пагубных последствий допинга
- случаи употребления Запрещенных веществ в семье;
- восхищение достижениями известных спортсменов, употребляющих допинг.

Если доказан случай нарушения антидопингового правила, то грозит дисквалификация! Лишение всех наград, материальных призов, отчисление. Антидопинговые правила распространяются не только на профессиональный, но и на любительский спорт. Если Вы принимаете какие-либо медицинские препараты, они должны быть обязательно согласованы с врачом.

С 2004 года вступил в силу Всемирный антидопинговый кодекс, на котором базируются все антидопинговые правила, в Российской Федерации – общероссийские антидопинговые правила. Каждый спортсмен должен знать свои права и обязанности, быть готовым к процедуре допинг-контроля.

С того момента, как человек стал спортсменом, он принимает правила выбранного вида спорта, спортивной федерации, соревнований, в которых участвует, т.е. принимает антидопинговые правила, соблюдать которые это обязанность!