

1. **Вопрос:** На мне лежит полная ответственность за все, что попадет в мой организм в виде еды, напитков и уколов, а также наносится на мое тело. **Ответ:** Правильно **Объяснение:** Все спортсмены должны активно интересоваться тем, что попадает в их организм, чтобы не навредить своей спортивной карьере. Если у Вас имеются вопросы – СПРАШИВАЙТЕ! Если Вы на 100% не уверены в составе или статусе препарата НЕ ПРИНИМАЙТЕ его!
2. **Вопрос:** Только спортсмены, участвующие в Олимпийских или Паралимпийских Играх и мировых чемпионатах обязаны проходить допинг-контроль. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** Многие страны и международные федерации имеют свои антидопинговые программы. Если Вы входите в состав сборной Вашей страны, то Вас могут попросить пройти тест на допинг во время соревнования. Вы также можете подвергнуться прохождению допинг-контроля до или после проведения соревнования у Вас дома или на тренировочной базе.
3. **Вопрос:** ВАДА – это: Всемирная антидопинговая администрация Всемирное антидопинговое агентство **Ответ:** Всемирное антидопинговое агентство **Объяснение:** Миссией Всемирного антидопингового агентства (ВАДА) является пропаганда и координация на международном уровне борьбы против применения любых допинговых средств в спорте.
4. **Вопрос:** Как только спортсмена проинформировали о том, что его выбрали для прохождения теста на допинг во время проведения соревнований, ему разрешается выбрать представителя для сопровождения в пункт допинг-контроля. **Ответ:** Правильно **Объяснение:** Спортсмену разрешается выбрать представителя для посещения пункта по проведению допинг-контроля, которым обычно является его врач команды или тренер. Он является свидетелем всего процесса сдачи анализов, кроме момента его сбора. При необходимости, спортсмену может быть предоставлена помощь переводчика.
5. **Вопрос:** Если медикамент разрешен к применению в моей стране, то я могу принимать этот же препарат, произведенный за рубежом. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** Один и тот же препарат, произведенный в разных странах, может иметь различные ингредиенты. В некоторых случаях это могут быть запрещенные вещества. При малейшем сомнении внимательно проверьте названия компонентов и посоветуйтесь с Вашим врачом.
6. **Вопрос:** Максимальное количество раз прохождения допинг-контроля за год: **Ответ:** Неограниченное **Объяснение:** Спортсмен может быть подвергнут допинг-контролю неограниченное количество раз в год, будь это выборочное или целенаправленное тестирование как во время, так и между соревнованиями.
7. **Вопрос:** Анализ мочи с целью определения запрещенных в спорте препаратов может быть проведен любой лабораторией с соответствующим оборудованием. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** Анализ мочи с целью определения запрещенных в спорте препаратов или методов может быть проведен только теми лабораториями, которые соответствуют высоким стандартам ВАДА и имеют соответствующую аккредитацию.
8. **Вопрос:** Если пищевая добавка приобретена в аптеке без рецепта, она должна быть разрешена для применения в спорте. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** Поскольку многие пищевые добавки могут содержать запрещенные препараты, Вы принимаете их на свой страх и риск. Очень важно, чтобы Вы знали, из чего состоит то или иное вещество, так как производство пищевых добавок во многих странах не регулируется. Если, как гласит **НАРОДНАЯ МУДРОСТЬ**, это слишком хорошо, чтобы быть правдой, значит, скорее всего, эта добавка является запрещенным препаратом! Здоровой альтернативой использованию пищевых добавок может быть изменение Вашего рациона питания.
9. **Вопрос:** Спортсмены с ограниченными физическими возможностями могут принимать любые препараты. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** Спортсмены с ограниченными физическими возможностями должны руководствоваться общепринятым списком запрещенных препаратов. Однако, если по природе своей

инвалидности им требуется особое лекарство, они могут обратиться в медицинскую комиссию Международного Паралимпийского Комитета или антидопинговую организацию своей страны для получения соответствующего разрешения с целью приема такого препарата по медицинским показаниям. Подача такого заявления еще не гарантирует получения разрешения.

- 10. Вопрос:** Спортсмену легко обмануть допинг-контроль, использовав анализ мочи другого человека. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** Согласно стандартным процедурам, принятым в спорте, спортсмен должен находиться в сопровождении официального представителя допинг-контроля на протяжении всего времени начиная от момента извещения спортсмена вплоть до окончания процедуры сдачи анализов. Сам процесс сдачи анализов происходит под прямым наблюдением ответственного сотрудника лаборатории, поэтому различные манипуляции с образцами анализов вряд ли возможны.
- 11. Вопрос:** Если у меня простуда или грипп, я могу принимать любые медикаменты. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** Если у Вас простуда, грипп или сенная лихорадка, **НЕ ПРИНИМАЙТЕ** лекарства без полной уверенности в том, что они не содержат запрещенных препаратов. Это относится не только к препаратам, находящимся в свободной продаже, но также и к лекарствам, прописанным врачом. Помните, положительный тест это всегда положительный тест!
- 12. Вопрос:** Тренер или врач, содействующий спортсмену в приеме запрещенных препаратов, может быть наказан в случае если спортсмен уличен в их приеме. **Ответ:** Правильно **Объяснение:** Содействие в применении запрещенных препаратов или методов является серьезным нарушением антидопинговых правил, караемое наложением санкций.
- 13. Вопрос:** Ответственные сотрудники допинг-контроля обязаны проинформировать спортсменов о проведении тестов на допинг за несколько часов до своего прибытия. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** По возможности, тесты проводятся без предварительного уведомления. Это значит, что сотрудники допинг-центра могут проводить тестирование в любое время и в любом месте. Предполагается однако, что при выборе места и времени сотрудники допинг-контроля не станут создавать неудобства спортсменам.
- 14. Вопрос:** После того, как анализ был оформлен и опечатан, любая попытка открыть упаковку, загрязнить или изменить его состав не останется незамеченной. **Ответ:** Правильно **Объяснение:** Каждый спортсмен должен быть уверен в том, что его анализ не будет подменен или изменен тем или иным способом. Кроме того, лаборатория сообщит о любых имеющихся подозрениях о манипуляциях с их исследованием.
- 15. Вопрос:** Спортсмен может отказаться от прохождения допинг-контроля, если он занят. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** Отказ от прохождения допинг-контроля приравнивается к обнаружению допинга в организме спортсмена. Если спортсмен отказывается пройти допинг-контроль, то он должен предоставить письменное объяснение на специальном бланке и как можно скорее известить свою спортивную организацию.
- 16. Вопрос:** При необходимости, мой тренер может сопровождать меня при посещении станции допинг-контроля. **Ответ:** Правильно **Объяснение:** Каждый спортсмен имеет право прийти на станцию допинг-контроля в сопровождении своего представителя.
- 17. Вопрос:** Я должен использовать набор для сбора анализа, который я сам и не могу попросить его замены, даже если мне кажется, что с ним были произведены какие-то манипуляции или что он грязный. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** Вам должно быть предоставлено право выбора. Если по какой-либо причине Вам не нравится выбранный набор, то Вы можете попросить его замены, и она должна быть Вам предоставлена.
- 18. Вопрос:** Я должен сообщить своему доктору о том, что, будучи спортсменом, я обязан проходить допинг-контроль и не могу принимать запрещенные препараты. **Ответ:** Правильно **Объяснение:** Очень важно,

чтобы Ваш доктор знал о существовании альтернативных препаратов. Однако, если их не существует, то перед приемом лекарств, находящихся в списке запрещенных препаратов, Вам нужно получить разрешение на их применение по медицинским показаниям, обратившись к международной или национальной федерации Вашего вида спорта или НАДО. Кроме этого, Ваш доктор должен быть осведомлен о формальных процедурах, применяемых в кризисных ситуациях.

- 19. Вопрос:** Если Вы не можете сдать необходимое количество мочи (обычно 75-100 мл), Вам будет предложено сдать анализ крови в дополнение к анализу мочи. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** Если Вы не можете сдать необходимого количества мочи, у Вас будет взят частичный анализ. Вы должны будете сдать недостающее количество мочи при первой возможности.
- 20. Вопрос:** Для выигрыша иногда можно обмануть, приняв для этого запрещенные препараты. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** Если Вы использовали запрещенные препараты для того, чтобы выиграть, то Вы выиграли не потому, что Вы являетесь лучшим. Этот обман наносит большой ущерб духу спорта.
- 21. Вопрос:** Можно взять лекарство у знакомого Вам человека, даже если вы не знаете, что содержится в этом препарате. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** Спортсмен должен всегда знать, что попадает в его организм. Прием неизвестных препаратов может стать причиной положительного анализа на наличие допинга и, кроме того, может быть опасным для Вашего здоровья.
- 22. Вопрос:** Если ответственный сотрудник допинг-контроля пришел к Вам домой для проведения теста, Вы можете пойти в другую комнату попить чаю или вообще выйти по делам. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** Очень важно обеспечить целостность Вашего анализа находясь все время на виду у сотрудника допинг-контроля до полного завершения процедуры. Если Вам необходимо покинуть помещение, сообщите об этом сотруднику допинг-контроля и он последует за Вами.
- 23. Вопрос:** Если, в какой-то момент, находясь вне соревнований, Вы прошли тест на допинг, то следующий тест будет только через несколько недель. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** Может пройти несколько недель до Вашего следующего теста, а пройти только может дней или даже часов. Такое количество тестов на протяжении короткого промежутка времени даст спортсменам почувствовать, что прием допинга может быть легко обнаружен.
- 24. Вопрос:** Если врач моей сборной прописал мне лекарство, которое привело к положительному результату на наличие допинга, то это его вина, а не моя. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** Ваш доктор может быть наказан за плохой совет или неправильное лечение, но Вы должны полагаться только на себя себя, когда речь идет о том, что принимать или нет. **Вы ОТВЕТСТВЕННЫ ЗА ТО, ЧТО ПОПАДАЕТ В ВАШ ОРГАНИЗМ!**
- 25. Вопрос:** Меня могут целенаправленно выбрать для прохождения допинг-контроля. **Ответ:** Правильно **Объяснение:** Если Вы спортсмен национального или международного уровня, Вас могут специально выбрать для прохождения допинг-контроля по имени, а не методом случайного отбора. Это даст Вам прекрасную возможность доказать, что Вы соревнуетесь честно.
- 26. Вопрос:** Если у ответственного сотрудника допинг-контроля отсутствуют документы, удостоверяющие его личность, я могу отказаться от прохождения теста. **Ответ:** Правильно **Объяснение:** Сотрудник допинг-центра должен не только показать, что у него есть все полномочия для проведения теста, но и что он является служащим аккредитированной лаборатории. В противном случае напишите объяснительную записку на специальном бланке, подпишите ее и оставьте себе копию. При этом немедленно свяжитесь с Вашей федерацией.
- 27. Вопрос:** Лицо, получающее мои анализы в лаборатории, знает кто я. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** Документация, сопровождающая Ваши анализы в лабораторию, не содержит Вашей личной информации.

Едиственная информация, получаемая лабораторией, это вид спорта, название соревнования, пол спортсмена, название федерации и дата теста.

28. Вопрос: После прохождения допинг-контроля, сотрудник допинг-центра забирает все документы, а я получаю мою копию позже. **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** После завершения сдачи анализа и оформления документов, сотрудник допинг-центра должен выдать Вам копию формуляра допинг-контроля и письменное уведомление, которые Вы должны хранить вместе со своими документами.

29. Вопрос: Во время отпуска я не обязан сообщать о своем местонахождении так как я нахожусь в отпуске! **Ответ:** Неправильно. **Объяснение:** Спортсмены обязаны сообщать органам допинг-контроля о своем местонахождении даже во время отпуска для оперативного нахождения спортсменов и проведения требуемого допинг-тестирования.

30. Вопрос: Употребление анаболических стероидов запрещено в любое время и при любых обстоятельствах в спорте, а также запрещено законом во многих странах. Их использование приводит к следующим побочным эффектам:

- А. Увеличение груди у мужчин; понижение тембра голоса у женщин;
- Б. Сердечная и печёночная недостаточность;
- В. Резкие перемены настроения;
- Г. Все перечисленные ответы верны.

Ответ: Г. Все перечисленные ответы верны. **Объяснение:** Анаболические стероиды позволяют увеличить мышечную массу. Однако документально установленные побочные эффекты приводят к результатам, угрожающим здоровью и жизни. Употребление анаболических стероидов не только подрывает ваше здоровье, но и лишает вас возможности полностью реализовать свой потенциал честного спортсмена.

31. Вопрос: Программа терапевтического использования дает спортсменам возможность требовать лечение серьезного медицинского состояния медицинскими препаратами, содержащими запрещенные субстанции. Разрешение на терапевтическое использование оправдано, если эти препараты не грозят серьезным ухудшением состояния здоровья, не способствуют улучшению спортивных результатов, и им не существует альтернативой замены.

ТИ означает :

- А. Разрешение на терапевтическое использование;
- Б. Оборудование для терапевтического использования.

Ответ: А. Разрешение на Терапевтическое Использование. **Объяснение:** Спортсменам международного уровня следует подавать запрос на терапевтическое использование в международную федерацию своего вида спорта. Спортсмены национального уровня должны направлять запрос в их национальные анти-допинговые агентства. Разрешение на терапевтическое использование предоставляется для конкретного препарата с указанием дозировки и продолжительности его применения.

32. Вопрос: Гормон роста (hGH) стимулирует рост мышечной массы и костной ткани. Использование hGH в спорте запрещено и является грубым нарушением. Наиболее распространенные побочные эффекты применения hGH включают:

- А. Сердечно-сосудистую болезнь;
- Б. Боли в мышцах и суставах; аномальное развитие органов;
- В. Риск возникновения диабета;
- Г. Все перечисленные ответы верны.

Ответ: Г. Все перечисленные ответы верны. **Объяснение:** В настоящее время разработан и внедрен тест на выявление использования гормона роста (hGH) .

33. Вопрос: Запрещенный список перечисляет препараты и методы, запрещенные для использования во время и вне спортивных соревнований. **Ответ:** Правильно. **Объяснение:** Запрещенный список пересматривается

ежегодно группой международных экспертов. Обновленная версия списка публикуется ежегодно в октябре и вступает в силу с 1 января следующего года. Все спортсмены должны своевременно ознакомливаться с всеми изменениями, вносящимися с Список. Эту информацию всегда можно найти на сайте Всемирного антидопингового агентства (www.wada-ama.org).

34. Вопрос: Если спортсмен случайно принимает препарат, включенный в Запрещенный список и незамедлительно сообщает сотруднику допинг-контроля о допущенной ошибке, этот факт будет отражен в специальной форме, и к спортсмену не будут применены санкции. **Ответ:** Неправильно. **Объяснение:** Всемирный антидопинговый кодекс основан на принципе объективной ответственности, который подразумевает полную ответственность спортсмена за запрещенные субстанции, найденные в его организме.

35. Вопрос: Что такое маскирующий агент?

- А. Человек, помогающий спортсменам применять запрещенные препараты;
- Б. Препарат или метод, позволяющий скрыть использование запрещенных препаратов;
- В. Представитель спортсмена;
- Г. Клей для запечатывания крышки на бутылке с контрольной пробой.

Ответ: Б **Объяснение:** Маскирующим агентом является любой препарат или метод, используемый для изменения состава контрольных образцов с целью скрытия факта применения запрещенных препаратов. Использование маскирующих агентов ЗАПРЕЩЕНО во время и вне соревнований.

36. Вопрос: Если я получил травму и не участвую в соревнованиях, я все равно обязан сообщать о своем местонахождении соответствующим спортивным органам на случай необходимости найти меня для проведения допинг-тестирования. **Ответ:** Правильно. **Объяснение:** Даже если вы не участвуете в соревнованиях по причине травмы или болезни, вы обязаны сообщать соответствующим органам допинг-контроля о своем местонахождении.

37. Вопрос: При изменении первоначальных планов моя обязанность спортсмена включает информирование органов допинг-контроля о том, что я не нахожусь в том месте, которое я первоначально указал в форме о местонахождении. **Ответ:** Правильно. **Объяснение:** Если спортсмен своевременно не обновляет информацию о своем местонахождении, и попытка взять пробу срывается из-за его отсутствия в указанном месте, неоднократные нарушения влекут за собой наложение санкций на спортсмена.

38. Вопрос: В настоящее время разработан и внедрен тест на выявление использования гормона роста (hGH). **Ответ:** Правильно **Объяснение:** Тест пробы крови для нахождения hGH применяется с 2004 года и во все большей степени используется в тестировании во время и вне соревнований.

39. Вопрос: Существует ли вероятность, что я потеряю сознание или почувствую себя некомфортно, если у меня возьмут пробу крови во время процедуры допинг-контроля? **Ответ:** Неправильно **Объяснение:** В процессе сдачи крови крайне незначительное количество крови (объем тубика для помады) забирается у спортсмена, и такой объем не может влиять на физическое состояние. Специалист по реабилитации, медсестра или флеботомист, обычно присутствуют для помощи с вопросами или чувством дискомфорта.

40. Вопрос: Вас отобрали сдать пробу мочи для допинг контроля. Во время сдачи пробы вы будете находиться в поле зрения сопровождающего любого пола. **Ответ:** Неправильно. **Объяснение:** Сопровожитель, который наблюдает за процессом сдачи мочи, должен быть одного с вами пола.

41. Вопрос: Если у вас есть опасения или вопросы по поводу процедуры тестирования, вы можете их выразить:

- A. В любое время после сбора пробы;**
- B. Во время сборки пробы;**
- B. Через письменный запрос во Всемирное антидопинговое агентство.**

Ответ: B Во время сборки пробы. **Объяснение:** Спортсмены имеют право задавать вопросы инспектору допинг-контроля относительно процедуры сбора пробы. Спортсменам также должна быть предоставлена возможность документально высказать свое мнение и пожелания, задать вопросы относительно процедуры допинг-контроля.

42. Вопрос: Меня могут подвергнуть тестированию во время соревнований, даже если я не участвую в них.

Ответ: Правильно. **Объяснение:** Если вы заявлены в составе команды, Вы можете быть отобраны для прохождения допинг-контроля независимо от вашего участия в соревнованиях.

43. Вопрос: Какова цель Всемирного антидопингового кодекса:

- A. Защищать фундаментальное право спортсменов на спорт свободный от допинга;
- B. Пропагандировать здоровье, справедливость и равенство для всех спортсменов;
- B. Создавать согласованные, скоординированные и эффективные антидопинговые программы на международном уровне.
- Г. Все перечисленные ответы верны.

Ответ: Г. Все перечисленные ответы верны **Объяснение:** Всемирный антидопинговый кодекс представляет собой универсальный документ, на основе которого базируется Всемирная антидопинговая программа.

44. Вопрос: В случае положительного тестирования на применение запрещенной субстанции, вы имеете право:

- A. Требовать провести анализ пробы «B»;
- B. Присутствовать или быть представленным при вскрытии и анализе пробы «B»;
- B. Подать запрос на предоставление ему копий документации по анализам проб «A» и «B»;
- Г. Все перечисленные ответы верны.

Ответ: Г. Все перечисленные ответы верны. **Объяснение:** Всемирный антидопинговый кодекс стремится обеспечить соблюдение всех прав спортсменов.

45. Вопрос: Предоставление информации о местонахождении спортсменов представителям антидопинговой службы позволяет установить правила честности и справедливости в спорте поскольку все спортсмены включены в программу тестирования.

Кто имеет доступ к информации о моем местонахождении?

- A. Информация становится доступной широкой публике, и любые заинтересованные лица, включая прессу, могут получить доступ к ней;
- B. Широкая публика и пресса не имеют доступа, однако любой сотрудник антидопинговой организации может проверить мое местонахождение;
- B. Эти данные постоянно содержатся в строгой конфиденциальности и их использование ограничено персоналом антидопинговых организаций, ответственных за планирование программ тестирования;
- Г. Все перечисленные ответы неверны.

Ответ: B. **Объяснение:** Информация о местонахождении спортсменов строго конфиденциальна и используется только для целей тестирования. Информация уничтожается после утери своей актуальности.

46. Вопрос: Как часто пересматривается Запрещенный список?

- А. Раз в месяц;
- Б. Раз в году;
- В. Перед Олимпийскими и Параолимпийскими Играмми;
- Г. Никогда не пересматривается.

Ответ: Б. Раз в году **Объяснение:** Запрещенный список пересматривается ежегодно группой международных экспертов. Обновленная версия списка публикуется ежегодно в октябре и вступает в силу с 1 января следующего года. Все спортсмены должны своевременно ознакомливаться с всеми изменениями, вносящимися с Список. Эту информацию всегда можно найти на сайте Всемирного антидопингового агентства (www.wada-ama.org).

“Мы предупреждаем, что данная информация может быть изменена в любое время. За более точной информацией по антидопинговым правилам обращайтесь к Вашей международной или национальной федерации.”