

Серія вебінарів ІТА
для міжнародних федерацій 2026
ПОСІБНИК



**IF WEBINAR
SERIES
HANDBOOK
2026**

Ласкаво просимо до серії вебінарів з питань антидопінгу для Міжнародних федерацій (IF) 2026!

Серія вебінарів IF складається з трьох 60-хвилинних вебінарів, організованих Міжнародним агентством з тестування (ITA) у співпраці з вашою Міжнародною федерацією (IF). Беручи участь, ви, як спортсмен або персонал підтримки спортсменів, отримаєте доступ до важливої інформації з антидопінгової освіти та практичних порад, а також можливість поставити свої запитання експертам з антидопінгу. Ця серія проводиться англійською мовою з синхронним перекладом на арабську, французьку, китайську (мандарин), російську та іспанську мови. Вона розроблена для охоплення ключових тем боротьби з допінгом, щоб ви розуміли свої права та обов'язки, щоб впевнено йти своїм шляхом до чистого спорту.

Цей посібник також містить посилання на ключові ресурси, що супроводжують кожен вебінар.

Зміст

РОЗКЛАД ВЕБІНАРІВ	3
ЩО ТАКЕ МІЖНАРОДНЕ АГЕНТСТВО З ТЕСТУВАННЯ (ITA)?	3
ВЕБІНАР 1: ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО АНТИДОПІНГ	3
ВЕБІНАР 2: СПИСОК ЗАБОРОНЕНИХ РЕЧОВИН, ЛІКИ, ДОЗВОЛИ НА ТЕРАПЕВТИЧНЕ ВИКОРИСТАННЯ ТА ХАРЧОВІ ДОБАВКИ	5
ВЕБІНАР 3: ТЕСТУВАННЯ	7
ЯК ОТРИМАТИ СЕРТИФКАТ УЧАСНИКА СЕРІЇ ВЕБІНАРІВ	9
КОНТАКТНА ІНФОРМАЦІЯ	9

РОЗКЛАД ВЕБІНАРІВ

Назва та теми вебінару	Дата та час
1. Вступ до антидопінгу Огляд прав та обов'язків спортсменів, порушення антидопінгових правил, наслідки допінгу та проактивне повідомлення	лютого 2026 р. – 14:00-15:00 (за центрально європейським часом (+1 година за Києвом))
2. Заборонений список, дозвіл на терапевтичне використання та харчові добавки Включає принцип суворості відповідальності	4 березня 2026 р. – 14:00-15:00 (за центрально європейським часом (+1 година за Києвом))
3. Тестування Включає процедури тестування та біологічний паспорт спортсмена місцезнаходження	11 березня 2026 р. – 14:00-15:00 (за центрально європейським часом (+1 година за Києвом))

Що таке Міжнародне агентство з тестування (ІТА)?

ІТА — це незалежна міжнародна організація, яка впроваджує програми чистого спорту для міжнародних федерацій, організаторів великих заходів та будь-яких інших організацій, які потребують підтримки або співпраці для захисту цілісності міжнародного спорту та здоров'я всіх спортсменів. Дізнайтеся більше про ІТА тут (<https://ita.sport/about-us/>).

Вебінар 1: Вступ до антидопінгу

Дата: середа, 25 лютого, 14:00:15:00 за центральноєвропейським часом

НАТИСНІТЬ ТУТ (https://toolkit.ita.sport/if_webinar_series_edition_1), щоб отримати доступ до набору інструментів серії вебінарів, який включатиме слайди та записи після кожного вебінару в прямому ефірі.

Теми:

- Права та обов'язки спортсменів
- Порушення антидопінгових правил
- Наслідки використання допінгу
- Інформування про випадки порушення антидопінгових правил

Мета цього вебінару полягає в тому, щоб учасники:

- Зрозуміли права та обов'язки спортсменів у боротьбі з допінгом
- Зрозуміли принцип суворої відповідальності – пам'ятайте, що спортсмен несе повну відповідальність за все, що він використовує та що знаходиться в його організмі, незалежно від того, чи є намір шахраювати чи ні, навіть якщо спортсмен невинен.
- Зрозуміли 11 порушень антидопінгових правил (ADRV), чому вони існують та до кого вони застосовуються
- Знали наслідки допінгу
- Зрозуміли роль та важливість проактивного звітування
- Знали, куди звернутися за додатковою інформацією та до кого звернутися за допомогою

ДЛЯ ВАШОЇ ПІДТРИМКИ БУЛИ ЗІБРАНІ НАСТУПНІ РЕСУРСИ ЩОДО ТЕМ ВЕБІНАРУ:

Права та обов'язки спортсменів

Закон про права спортсменів у сфері боротьби з допінгом

(<https://www.wada-ama.org/en/resources/athletes-anti-doping-rights-act>) – Закон гарантує, що права спортсменів чітко визначені, доступні та універсально застосовуються. Він спрямовує спортсменів до відповідних розділів Всесвітнього антидопінгового кодексу та Міжнародних стандартів, для отримання додаткової інформації.

Омбудсмени спортсменів з питань боротьби з допінгом

(<https://www.wada-ama.org/en/athletes-support-personnel/athletes-anti-doping-ombuds>) – Вам потрібна порада або у вас є запитання щодо антидопінгового питання та ви шукаєте інформацію чи рекомендації? Омбудсмени спортсменів з питань боротьби з допінгом, що діють незалежно від ВАДА, є безкоштовним, нейтральним та конфіденційним ресурсом для спортсменів, які мають запитання або занепокоєння щодо антидопінгових питань.

Порушення антидопінгових правил

Всесвітній антидопінговий кодекс (https://www.wada-ama.org/en/what-we-do/world-anti-doping-code?gclid=EAIAIQobChMIk4DVgL_m8AIVAwUGAB3wjQhIEAAYASABEgKg3_D_BwE) – цей документ об'єднує політику, правила та положення щодо боротьби з допінгом у спортивних організаціях та серед державних органів влади по всьому світу.

Наслідки використання допінгу

Вплив допінгу з Тайлером Гамільтоном

(<https://www.youtube.com/watch?v=Rw89iqyLEIg>) - У цьому відео обговорюється знайомство Тайлера з допінгами, психологічний вплив і труднощі, які він пережив у результаті цього.

Вплив допінгу з Юлією Степановою

(https://www.youtube.com/watch?v=0_3mQj60LWI&t=4s) - У цьому відео Юлія розповідає про своє знайомство з допінгами через свого колишнього тренера, а також про наслідки та негативний вплив допінгу на здоров'я.

Інформування про порушення антидопінгових правил

ITA REVEAL (<https://ita.whistleblownetwork.net>) - Повідомляйте про те, що ви бачили, чули або пережили, повністю анонімно та безпечно, активно підтримуючи розслідування порушень антидопінгових правил або кримінальної поведінки.

Короткий посібник ITA REVEAL (<https://ita.sport/resource/reveal-report-doping-securely-and-confidentially/>) - Чому слід повідомляти інформацію про допінг? Про що ви можете повідомити? Які канали ви можете використовувати для зв'язку з експертами? Ця інформативна інфографіка про варіанти звітності ITA REVEAL відповідає на всі ці питання та пояснює різні кроки та аспекти проактивної звітності в контексті допінгу в спорті.

Щомісячний вебінар ITA - Запитайте експерта: Дослідження та розслідування (<https://www.youtube.com/watch?v=Rogdm8xFYso>) - Перегляньте запис, доступний п'ятьма мовами!

Щомісячний вебінар ITA - Інформування про порушення антидопінгових правил: відповіді на ваші запитання (<https://www.youtube.com/watch?v=bH4aDzpa7aQ>) - Перегляньте запис, доступний п'ятьма мовами!

WADA Speak Up - Speak Up (<https://www.wada-ama.org/en/athletes-support-personnel/speak-report-doping>) - це безпечна цифрова платформа, яка дозволяє спортсменам, їхньому допоміжному персоналу та всім іншим, хто може мати інформацію для обміну щодо можливого порушення антидопінгових правил (ADRV), надавати інформацію WADA конфіденційно на власний вибір.

Вебінар 2: Список заборонених речовин, ліки, дозволи на терапевтичне використання (TUE) та харчові добавки

Дата: середа, 4 березня, 14:00:15:00 за центральноєвропейським часом
НАТИСНІТЬ ТУТ (https://toolkit.ita.sport/if_webinar_series_edition_1), щоб отримати доступ до набору інструментів серії вебінарів, який включатиме слайди та записи після кожного вебінару в прямому ефірі.

Теми:

- Список заборонених речовин
- Ліки
- Дозволи на терапевтичне використання (TUE)
- Добавки
- Рекреаційні наркотики

Мета цього вебінару полягає в тому, щоб учасники:

- Зрозуміли мету та структуру Забороненого списку
- Знали, як перевіряти ліки перед використанням
- Знали, що таке дозвіл на терапевтичне використання та як подати заявку на його отримання за потреби
- Зрозуміли ризики, пов'язані з харчовими добавками, та як прийняти обґрунтоване рішення щодо їх використання
- Зрозуміли ризики вживання рекреаційних наркотиків
- Змогли захистити себе та своїх спортсменів від ненавмисного допінгу

ДЛЯ ВАШОЇ ПІДТРИМКИ БУЛИ ЗІБРАНІ НАСТУПНІ РЕСУРСИ ЩОДО ТЕМ ВЕБІНАРУ:

Заборонений список

Заборонений список (<https://www.wada-ama.org/en/prohibited-list>) – Список заборонених речовин WADA повідомляє вам, які речовини та методи заборонені у спорті та коли. Список оновлюється принаймні щорічно. Остання версія публікується на веб-сайті WADA у жовтні та набуває чинності 1 січня.

Ліки

Ліки: Короткий посібник (<https://ita.sport/resource/medications-quick-guide/>) – Щоб допомогти спортсменам та персоналу спортсменів зорієнтуватися у ліках, цей посібник містить короткі пояснення ключових термінів та посилання на ресурси для перевірки ваших ліків.

GlobalDRO (<https://www.globaldro.com/Home>) – Глобальний онлайн-довідник з наркотиків (Global DRO) надає спортсменам та персоналу підтримки інформацію про заборонений статус певних ліків на основі чинного списку заборонених речовин WADA.

Терапевтичне використання

Сторінка ІТА TUE (<https://ita.sport/athlete-hub/tues/>) – Існують ситуації, коли спортсменам необхідно приймати заборонену речовину або використовувати заборонений метод, як зазначено у Забороненому списку, з міркувань збереження здоров'я. Ця сторінка містить інформацію для оцінки необхідності TUE та способу подання заявки.

ІТА TUE Assistant (<https://ita.sport/tue-assistant/>) – Цей інструмент допомагає спортсменам та іншим особам зрозуміти вимоги до подання заявки та отримання TUE. Для надання TUE необхідно виконати суворі умови. TUE дає спортсмену дозвіл використовувати заборонену речовину або метод у контексті спортивних правил, тим самим уникаючи ризику санкцій через позитивний тест.

Харчові добавки

ІТА: Як перевірити свої харчові добавки - посібник для спортсменів (<https://ita.sport/athlete-hub/supplements/>) - Використання добавок є ризикованим, оскільки немає жодної гарантії, що добавка не містить заборонених речовин. Цей посібник містить ключові поради щодо зниження ризику, щоб спортсмени могли приймати обґрунтоване рішення щодо використання.

Щомісячний вебінар ІТА - Навігація по добавках: Зменшення ризику порушення антидопінгових правил

(https://www.youtube.com/watch?v=6a52IN_5JF4) - перегляньте запис, доступний п'ятьма мовами!

Спортсменам слід розглядати використання лише тих добавок, які пройшли партійні випробування незалежною компанією з сертифікації добавок на наявність речовин, заборонених у спорті:

- Informed Sport
- NSF Certified for Sport
- Kölner Liste
- BSCG

Пам'ятайте, що жодна добавка не є на 100% безпечною для спортсмена, тому для її використання у спортсмена має бути обґрунтована експертом причина.

Вебінар 3: Тестування

Дата: середа, 11 березня, 14:00:15:00 за центральноєвропейським часом

НАТИСНІТЬ ТУТ (https://toolkit.ita.sport/if_webinar_series_edition_1), щоб отримати доступ до набору інструментів серії вебінарів IF, який включатиме слайди та записи після кожного вебінару в прямому ефірі.

Теми:

- Процедури тестування, включаючи біологічний паспорт спортсмена (ABP)
- Пули тестування
- Місцезнаходження

Мета цього вебінару – допомогти учасникам:

- Ознайомитися з ключовими термінами та ролями допінг-контролю
- Знати права та обов'язки спортсменів під час тестування
- Мати гарне уявлення про тестування та форму допінг-контролю
- Знати різні типи пулів тестування та зміст Листа про включення до пулу
- Мати уявлення про інформування про місцезнаходження та бути обізнаним про наслідки недотримання вимог щодо інформування про місцезнаходження
- Знати, куди звернутися або до кого звернутися, якщо у вас виникнуть будь-які питання

ДЛЯ ВАШОЇ ПІДТРИМКИ БУЛИ ЗІБРАНІ НАСТУПНІ РЕСУРСИ ЩОДО ТЕМ ВЕБІНАРУ:

Тестування

Посібник спортсмена з тестування

(<https://ita.sport/?s=Athlete%E2%80%99s+Guide+to+Testing>) – інфографіка з посібником спортсмена з тестування, яка надає спортсменам основну інформацію про процес допінг-контролю, включаючи права та обов'язки спортсмена. Доступно 12 мовами!

Найчастіші запитання щодо тестування (<https://ita.sport/athlete-hub/testing/>)

– практичні поради та корисні пояснення з усіх питань тестування.

Посібник Міжнародного паролімпійського комітету (МПК) з допінг-контролю для тестування спортсменів у паролімпійському спорті

(<https://www.paralympic.org/sites/default/files/2023-11/202311%20Doping%20Control%20Guide%20for%20Testing%20Athletes%20in%20Para%20Sport%20%28ENG%29.pdf>)

Щомісячний вебінар ІТА - Тестування - Що вам потрібно знати

(https://www.youtube.com/watch?v=vIcCVnA6SdI&list=PLMo2N3dMr7_qvvRR3ssgP1BBcK0EkpA1K&index=4)

Щомісячний вебінар ІТА – Що відбувається з моїм зразком?

(<https://www.youtube.com/watch?v=3bggf8UZPsw>)

Щомісячний вебінар ІТА – Біологічний паспорт спортсмена

(<https://www.youtube.com/watch?v=5WxdcUVdAzQ>)

Перегляньте
відео, Доступне
на п'яти мовах

Пули тестування та інформація про місцезнаходження

Короткий довідник ІТА ADAMS та місцезнаходження (<https://ita.sport/resource/adams-whereabouts-quick-reference-card-eng/>)

– посібник ІТА, що містить чіткі покрокові інструкції щодо безперешкодного користування системою, незалежно від того, чи ви досвідчений спортсмен, чи новачок у світі боротьби з допінгом та місцезнаходженням. ADAMS – це скорочення від Система адміністрування та управління антидопінгом, онлайн-інструмент, до якого спортсмени можуть отримати доступ у будь-який час для подання інформації про своє місцезнаходження.

Навчальні посібники ІТА – Як користуватися ADAMS для спортсменів та допоміжного персоналу спортсменів (<https://ita.sport/ita-tutorials-adams/>) – Ви новачок в ADAMS або просто хочете освіжити знання про те, як ним користуватися? Ці посібники охоплюють перші кроки від першого налаштування облікового запису ADAMS спортсменів, як скинути пароль або як надіслати інформацію про своє місцезнаходження.

Щомісячний вебінар ІТА – Місцезнаходження: відповіді на всі ваші запитання

(<https://www.youtube.com/watch?v=qJl4-JrovPs>) – Перегляньте запис, доступний п'ятьма мовами!

Щомісячний вебінар ІТА – Місцезнаходження: практичний посібник для спортсменів

(https://www.youtube.com/watch?v=IHbHRUeMKYg&list=PLMo2N3dMr7_qvvRR3ssgP1BBcK0EkpA1K&index=9&t=1s) – Перегляньте запис, доступний п'ятьма мовами!

Як отримати сертифікат про участь у вебінарах IF

- 1. Відвідайте принаймні один прямий ефір або перейдіть за допомогою записів у наборі інструментів ITA IF Webinar Series, які будуть доступні після кожного прямого ефіру.**
- 2. Отримайте посилання на тест:** Після завершення серії вебінарів IF посилання на тест буде доступне в наборі інструментів ITA IF Webinar Series. Тест буде доступний англійською, арабською, французькою, китайською (мандарин), російською та іспанською мовами, і ви зможете вибрати бажану мову. Також буде доступний інструмент перекладача Google. Однак зверніть увагу, що ми не можемо гарантувати точність автоматичного перекладу.
- 3. Пройдіть тест:** Вам потрібно набрати 16/20 балів, щоб його успішно скласти. Кількість спроб не обмежена.
- 4. Отримайте сертифікат:** Після успішного складання тесту ви отримаєте електронний лист із вашим персоналізованим сертифікатом у наступний понеділок.

Контактна інформація

Якщо у вас є запитання, зверніться до команди ITA Education за адресою: education@ita.sport