

باسمه تعالی  
دانشگاه سیستان و بلوچستان  
گروه علوم ورزشی

طرح درس ترمی (Course Plan)

نام درس: استفاده و سوء استفاده از داروها  
مقطع: کارشناسی ارشد  
تعداد واحد: ۲  
زمان برگزاری (نیم سال تحصیلی): ترم آموزشی  
زمان و مکان ارائه درس: طبق برنامه تنظیمی  
مدت کلاس: ۹۰ دقیقه  
امکانات آموزشی: کامپیوتر، ویدیوپروژکتور و وایت برد

اهداف کلی درس: آشنائی دانشجویان با داروها، دوپینگ و مواد ممنوعه مورد استفاده در ورزش، عوارض و اثرات جانبی، مسائل اخلاقی و قوانین مرتبط با مصرف آن ها

اهداف جزئی در هفته جلسه کلاس:

- تعریف دارو، توسعه داروهای جدید و هدف مصرف آن ها
- مسومیت دارویی و قوانین مرتبط و مسائل اخلاقی مرتبط با مصرف آن ها در ورزش
- استفاده و سوء استفاده از داروها در ورزش، دیدگاه های تاریخی، تعریف دوپینگ و فهرست داروهای ممنوعه IOC
- علت مصرف داروها در ورزش و کنترل مصرف آن ها در ورزشکاران نخبه
- داروهای تقلد سمپاتیک و آنتاگونیست های آن
- داروهای محرک سیستم عصبی مرکزی
- داروهای ضد التهابی و آسیب های ورزشی
- الکل و داروهای ضد اضطراب در ورزش
- استروئیدهای آنابولیک و هورمون ها پیتیدی



شیوه (های) تدریس: لکچر، پرسش و پاسخ و بحث گروهی کلاسی

## اجزاء و شیوه اجرای درس در هر جلسه:

مدت زمان: ۱۰ دقیقه	★ مقدمه:
	★ کلیات درس:
مدت زمان: ۲۵ دقیقه	★ بخش اول درس
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	★ پرسش و پاسخ و استراحت
مدت زمان: ۲۵ دقیقه	★ بخش دوم درس
مدت زمان: ۵ دقیقه	★ جمع بندی و نتیجه گیری:
	★ ارزشیابی درس:
مدت زمان: ۱۵ دقیقه	★ سؤال شفاهی از دانشجویان

## روش‌ها و زمان سنجش و ارزشیابی دانشجو

ساعت	تاریخ	نمره	روش
	هر جلسه	۱ نمره	بحث گروهی و مشارکت
	هر جلسه	۱ نمره	حضور منظم در کلاس
	با توافق با دانشجویان	۵ نمره	ارائه لکچر و امتحان میان ترم
	بر اساس برنامه آموزشی	۱۳ نمره	امتحان پایان ترم

## مقررات درس و انتظارات از دانشجویان:

از دانشجویان انتظار می‌رود قبل از هر جلسه از کلاس مطالعه داشته، تمرینات مطرح و ارائه شده را درک نموده و انجام دهند.

## منابع و مواد آموزشی مورد استفاده:

1. Ivan Waddington, Andy Smith(2009). An introduction to drugs in sport: addicted to winning? Taylor & Francis.  
دیوید آرموترام (I. دارو و ورزش: دوپینگ و نقش داروها در ورزش. ترجمه: نورعلی خواجهوند، زهرا درویش نژاد (۱۳۸۷). چاپ اول، انتشارات دستان، تهران.
3. FIMS handbook of sports medicine. FIMS. Latest Edition.
4. David J. Triggler. The Use and Abuse of Drugs.