

科目名	スポーツ栄養学Ⅱ	前期	講義	2 単位
サブタイトル				
担当者	坂元 美子			
[アクティブラーニング授業]				
PBL(課題解決型)	○	反転授業		
ディスカッション・ディベート		グループワーク		
プレゼンテーション		実習、フィールドワーク		
その他		実務経験のある教員による授業	○	
<p>[到達目標] スポーツ栄養学Ⅰで習得した知識をさらに深め、スポーツの現場で即実践できる知識と技術を習得する</p> <p>[授業概要] ジュニアからアスリートのためのスポーツ、高齢者の体力維持のための運動、生活習慣病予防のための運動など、それぞれの目的に応じたスポーツ・運動の現場で適切に栄養指導が行えるよう、スポーツ種目、ライフステージ別の栄養について学ぶ。また、栄養指導に必要な食事調査、栄養計算の方法についても実践的に学習する。</p> <p>[準備学修(授業前後の主体的な学修)] 各回、予習復習として4時間程度、スポーツ栄養学Ⅰ、栄養学総論を復習しておく</p> <p>[授業計画]</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.スポーツ選手の基本の食事 2.試合期の食事(グリコーゲンローディング) 3.試合期の食事(試合当日の食事) 4.水分補給・熱中症予防 5.体作り期の食事(増量) 6.体作り期の食事(減量) 7.女子選手の三主徴 8.スポーツ貧血 9.スポーツ現場で求められているスポーツ栄養とは(外部特別講師)(坂元) 10.健康の維持・増進のための運動と栄養 11.生活習慣病予防の食事 12.スポーツ選手の栄養ケアマネジメント(食事調査) 13.スポーツ選手の栄養ケアマネジメント(栄養アセスメント・目標設定) 				

科目名	スポーツ栄養学Ⅱ	前期	講義	2 単位
サブタイトル				
担当者	坂元 美子			
<p>[成績評価方法] 授業中のレポート課題(100%)</p> <p>[課題(試験やレポート等)に対するフィードバックの方法] 課題提出後、模範解答をフィードバックします。</p> <p>[オフィスアワー(質問等の受付方法)] 詳細は、KISSシステムにて確認して下さい。</p> <p>[メールアドレス] 詳細は、KISSシステムにて確認して下さい。</p> <p>[この授業と関連する学科のディプロマ・ポリシー(DP)]</p> <p>学科DP番号/DP内容:栄養1-1/栄養士として、栄養学的知識はもとより、健康やスポーツに必要な食・栄養・運動に関する基礎的・専門的知識を修得している。 成績評価方法:レポート課題</p> <p>学科DP番号/DP内容:栄養1-2/健康の維持・増進やスポーツにおいて必要な食・栄養・運動に関する指導技術を修得している。 成績評価方法:レポート課題</p> <p>学科DP番号/DP内容:栄養2-1-2/アスリートや障害者に対し、栄養・運動指導ができる。 成績評価方法:レポート課題</p> <p>学科DP番号/DP内容:栄養2-2/社会人として、自ら考えて行動する能力(思考力・自立心)・周囲と情報を交換し共有する能力(コミュニケーション力・対話力)・問題を適切な方向に解決していく能力(問題解決力・創造性)を身に付けている。 成績評価方法:レポート課題</p> <p>[この授業と関連する大学全体の教育目標]</p> <p>教育目標が示す資質・能力等/資質・能力等の内容_:主体性/自分の意志・判断で行動する能力・姿勢 成績評価方法:レポート課題</p> <p>教育目標が示す資質・能力等/資質・能力等の内容_:表現力/自分の考えを適切な手段・方法で表現し、他者に伝えて、理解を得る能力・姿勢 成績評価方法:レポート課題</p> <p>教育目標が示す資質・能力等/資質・能力等の内容_:問題発見力/現状を分析して問題を明らかにし、その解決方法を見出せる能力 成績評価方法:レポート課題</p> <p>教育目標が示す資質・能力等/資質・能力等の内容_:計画力・実行力/課題の解決に向けた計画を立て、それを実行する能力 成績評価方法:レポート課題</p> <p>[教科書 (ISBN)] 応用栄養学 栄養マネジメント演習・実習 第4版 著者名:竹中優・土江節子編 出版社:医歯薬出版株式会社 (978-4-263-70635-0)</p> <p>[参考書 (ISBN)] 中高生のお母さんを応援するにじ色式部活レシピ 著者名:アテーナプロジェクト編 出版社:西日本出版社 (978-4-90108-37-5)</p>				