

授業科目名 (ナンバリングコード)	スポーツ栄養学特講	授業形態	講義	授業科目区分	基礎科目 (スポーツ生命科学)
担当教員名	吉田 剛一郎・長島 未央子			補助担当者名	
単位数	2 単位	履修年次	—	受け入れ人数	—
授業の概要 及び達成目標	栄養学の基礎的な学習を行い、栄養素摂取、食生活など、体育・スポーツの面から関連づけて講じる。				
成績評価の方法	□学期末試験の成績(%) ■授業への取り組み状況(70%) ■レポート等の提出状況(30%)を総合的に評価する。				
成績評価の基準	授業への取り組み、レポートの内容を重視する。				
テキスト、教材 参考書	テキスト(授業時に配布する)				
履修条件・ 関連科目	特になし	備考(教員メッ セージ含む)	必要に応じて論文抄読会を行う。		
オフィス・アワー	随時307・302研究室・メール				
授業計画					
回	担当教員名	授業内容		授業時間外の指導等 (予習、復習、レポート等課題の指示)	
1	吉田 剛一郎	糖質の摂取		糖質の摂取を復習する。(1時間)	
2	〃	脂質の摂取		脂質の摂取を復習する。(1時間)	
3	〃	タンパク質・アミノ酸の摂取		タンパク質・アミノ酸の摂取を復習する。(1時間)	
4	長島 未央子	糖質の役割と身体活動との関係		糖質の役割と身体活動との関係を復習する。(1時間)	
5	〃	タンパク質の役割と身体活動との関係		タンパク質の役割と身体活動との関係を復習する。(1時間)	
6	〃	脂質の役割と身体活動との関係		脂質の役割と身体活動との関係を復習する。(1時間)	
7	〃	ビタミンの役割と身体活動との関係		ビタミンの役割と身体活動との関係を復習する。(1時間)	
8	〃	ミネラルの役割と身体活動との関係		ミネラルの役割と身体活動との関係を復習する。(1時間)	
9	〃	貧血とパフォーマンスとの関係		貧血とパフォーマンスとの関係について復習する(1時間)	
10	〃	カルシウムと骨形成について		カルシウムと骨形成について復習する(1時間)	
11	〃	女性の身体と女性アスリートの諸問題		女性の身体と女性アスリートの諸問題を復習する。(1時間)	
12	〃	論文抄読(女性アスリート)		論文抄読(女性アスリート)を復習する。(1時間)	
13	〃	身体活動と食に関する論文抄読(高齢者)		身体活動と食に関する論文抄読(高齢者)を復習する。(1時間)	
14	〃	身体活動と食に関する論文抄読(子ども)		身体活動と食に関する論文抄読(子ども)を復習する。(1時間)	
15	〃	まとめ		まとめを復習する。(1時間)	