

授業科目名	スポーツ栄養学特殊研究演習		授業形態	演習	授業科目区分	専門科目 (スポーツ生命科学)
担当教員名	鈴木 志保子				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	スポーツ栄養学特殊研究によって得られた知識を実際の栄養管理に活用する方法について、練習期、試合期に分けて検討する。また、水分補給についても知識を習得するとともに実際の活用を検討する。					
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(60%) レポート等の提出状況(40%) を総合的に評価する。					
成績評価の基準	授業に出席し、積極的に取り組む(事前課題の予習を含む)ことを評価する。 授業から得られた考察や検討内容について、レポートを提出する。					
テキスト、教材 参考書	適宜配布する					
履修条件・ 関連科目	スポーツ栄養学特殊研究を履修していること		備考(教員メッセージ含む)			
オフィス・アワー	授業間の休憩時間					
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	鈴木 志保子	授業の進め方				
2	"	水分補給について 解説				
3	"	事例から水分補給について検討			経験からの事例作成(1時間)	
4	"	事例から水分補給について検討			経験からの事例作成(1時間)	
5	"	事例から水分補給について検討			経験からの事例作成(1時間)	
6	"	事例から水分補給について検討			経験からの事例作成(1時間)	
7	"	練習期の栄養管理について解説				
8	"	練習前について検討			経験からの事例作成(1時間)	
9	"	練習中について検討			経験からの事例作成(1時間)	
10	"	練習後について検討			経験からの事例作成(1時間)	
11	"	試合期の栄養管理について解説				
12	"	試合前について検討			経験からの事例作成(1時間)	
13	"	試合当日の前について検討			経験からの事例作成(1時間)	
14	"	試合中についての検討			経験からの事例作成(1時間)	
15	"	試合後についての検討			経験からの事例作成(1時間)	
16	"	まとめ				