

授業科目名	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		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)	