

授業科目名	スポーツ栄養学特講【TSC】		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	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	栄養学の基礎的な復習を行い、身体活動量と栄養素摂取、食事、食生活の関係について学ぶ。また、食品に関するトピックを取り上げ、学ぶ。					
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	ゼミ方式で授業を行う。授業中の発言等によって取り組みを判断指標化する。また、課題レポートの考察を中心に評価する。					
テキスト、教材 参 考 書	授業ごとに資料を配布する。					
履修条件・ 関連科目		備考(教員メッ セージ含む)				
オフィス・アワー						
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	栄養学とは			参考書・資料等の復習及び予習(1時間)	
2	"	現代の食生活に対する問題と課題について			参考書・資料等の復習及び予習(1時間)	
3	"	糖質の役割と身体活動との関係			参考書・資料等の復習及び予習(1時間)	
4	"	糖質の役割と身体活動との関係			参考書・資料等の復習及び予習(1時間)	
5	"	タンパク質の役割と身体活動との関係			参考書・資料等の復習及び予習(1時間)	
6	"	タンパク質の役割と身体活動との関係			参考書・資料等の復習及び予習(1時間)	
7	"	脂質の役割と身体活動との関係			参考書・資料等の復習及び予習(1時間)	
8	"	脂質の役割と身体活動との関係			参考書・資料等の復習及び予習(1時間)	
9	"	ビタミンの役割と身体活動との関係			参考書・資料等の復習及び予習(1時間)	
10	"	ビタミンの役割と身体活動との関係			参考書・資料等の復習及び予習(1時間)	
11	"	ミネラルの役割と身体活動との関係			参考書・資料等の復習及び予習(1時間)	
12	"	ミネラルの役割と身体活動との関係			参考書・資料等の復習及び予習(1時間)	
13	"	食事・食生活の考え方			参考書・資料等の復習及び予習(1時間)	
14	"	保健指導について			参考書・資料等の復習及び予習(1時間)	
15	"	機能性食品・食材について			レポート作成(1時間)	
16	"	まとめ				