

授業科目	スポーツ栄養学特論 Sports Nutrition			担当教員	今村 裕行		
展開方法	講義	単位数	2単位	開講年次・時期	1・2年／前期	必修・選択	選択
授業のねらい							
<p>近年、適切な食事は、競技スポーツや健康づくり運動、さらには生活習慣病の食事・運動療法にも大きな影響を与えていることが明らかにされており、スポーツ栄養学は本邦でも注目されている。本特論のねらいは、スポーツ栄養学における統計的考え方、競技スポーツと栄養、生活習慣病の食事・運動療法などのいくつかのテーマを設定し、各テーマに関する講義と原著論文を講読することにより、管理栄養士が病院、保健所、健康増進施設、学校などの幅広い分野において科学的に思考する能力を養うことである。</p>							
	学生の授業における到達目標				評価手段・方法	評価比率	
関心・意欲 ・態度	スポーツ栄養学における統計的考え方、競技スポーツと栄養、生活習慣病の食事・運動療法に関心を持ち、意欲的に取り組むことができる。				・プレゼンテーション	20%	
思考・判断	スポーツ栄養学における統計的考え方、競技スポーツと栄養、生活習慣病の食事・運動療法などのいくつかのテーマについて、科学的に思考することができる。				・論文抄読	40%	
技能・表現	スポーツ栄養学における統計的考え方、競技スポーツと栄養、生活習慣病の食事・運動療法などのいくつかのテーマについて、プレゼンテーションができる。				・プレゼンテーション	20%	
知識・理解	スポーツ栄養学的な知識を応用し、競技スポーツや生活習慣病の食事・運動療法と関連づけることができる。				・レポート	20%	
出席						受験要件	
合計						100%	
評価基準および評価手段・方法の補足説明							
<ul style="list-style-type: none"> <li>・論文抄読（40%）、プレゼンテーション（40%）、レポート（20%）の割合で評価する。</li> <li>・論文抄読は、スポーツ栄養学と競技スポーツ、生活習慣病の食事・運動療法との関連やその応用について論文を読む能力を評価する。プレゼンテーションは各自でテーマを決定し、発表及びディスカッションを行う。レポートはプレゼンテーションの内容をまとめて提出する。</li> </ul>							
授業の概要							
<p>パワーポイントを用いて講義を行い、原著論文の講読も含めて、適時ディスカッションをしながら学生が自ら考える能力を養う。</p>							
教科書・参考書							
<p>教科書：特に指定しない</p> <p>参考書：栄養科学シリーズNEXT「スポーツ・運動栄養学」講談社サイエンティフィック 抄読のための論文を配布する</p>							
授業外における学修及び学生に期待すること							
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 各授業の最後に資料を配布し次回の講義テーマを伝えるので、専門用語の意味を理解しておくこと。</li> <li>2. 各自が選んだテーマに沿ったディスカッションを行い、その内容を発展させた個人のレポートを提出する。</li> <li>3. 特別な事情を除き無許可での途中退席は不可とする。</li> </ol>							

回	テ ー マ	授 業 の 内 容	予 習 ・ 復 習
1	導入	本特論の進め方について、解説する	各自理解を深めたいテーマを検討しておく
2	統計	スポーツ栄養学における統計的考え方 修士論文で使う統計	修士論文で使う統計を復習し、糖質の役割を調べておく
3	スポーツと栄養（1）	糖質の役割	糖質の役割を復習し、たんぱく質に関する論文を読んでおく
4	スポーツと栄養（2）	たんぱく質の役割	たんぱく質の役割を復習し、脂質に関する論文を読んでおく
5	スポーツと栄養（3）	脂質の役割	脂質の役割を復習し、ビタミンに関する論文を読んでおく
6	スポーツと栄養（4）	ビタミンの役割	ビタミンの役割を復習し、ミネラルに関する論文を読んでおく
7	スポーツと栄養（5）	ミネラルの役割	ミネラルの役割を復習し、肥満の食事・運動療法に関する論文を読んでおく
8	食事・運動療法（1）	肥満の食事・運動療法	肥満の食事・運動療法を復習し、糖尿病の食事・運動療法に関する論文を読んでおく
9	食事・運動療法（2）	糖尿病の食事・運動療法	糖尿病の食事・運動療法を復習し、脂質異常症の食事・運動療法に関する論文を読んでおく
10	食事・運動療法（3）	脂質異常症の食事・運動療法	脂質異常症の食事・運動療法を復習し、高血圧の食事・運動療法の論文を読んでおく
10	食事・運動療法（4）	高血圧の食事・運動療法	高血圧の食事・運動療法を復習し、課題発表の準備をしておく
11	課題発表	プレゼンテーション及びディスカッション	課題発表の資料を準備 レポート作成
12	課題発表	プレゼンテーション及びディスカッション	課題発表の資料を準備 レポート作成
13	課題発表	プレゼンテーション及びディスカッション	課題発表の資料を準備 レポート作成
14	課題発表	プレゼンテーション及びディスカッション	課題発表の資料を準備 レポート作成
15	総括	総まとめ	レポート作成