

授業科目 健康栄養学各論

【担当教員名】 高田 和子	対象学年	2	対象学科	スポ
	開講時期	前期	必修・選択	選択
	単位数	2	時間数	30

【<概要>又は<一般目標：G I O>】
 アスレティックトレーナーとして必要な栄養に関する知識と技術を習得する。

- 【<学習目標>又は<行動目標：S B O>】
- ・運動選手のコンディショニングにおける栄養の意義を理解する。
 - ・最大のパフォーマンスを発揮するための栄養のあり方について理解する。
 - ・運動選手の食事内容を評価し、問題点を見つけ出すための知識と技術を習得する。
 - ・必要に応じて医療や栄養の専門家との連携をとるために必要な知識をえる。
 - ・サプリメントの使用に関してアドバイスができるようになるための知識を得る。
 - ・栄養に関連する問題に直面した場合の対応の方法、情報の収集方法を理解する。

回数	授業計画又は学習の主題	SBO	
		番号	学習方法・学習課題又は備考・担当教員
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食事の状況の簡易な評価方法の理解 ・ 身体組成、からだづくりとウエイトコントロール ・ トレーニングスケジュールや競技特性に応じた食事 ・ 栄養欠陥に基づく疾病と対策 ・ 様々な状況下における栄養ケア ・ サプリメントについての理解 ・ 運動選手の栄養教育、専門家との連携 ・ 現場での情報収集 		講義及び演習

【使用図書】	<書名>	<著者名>	<発行所>	<発行年・価格・その他>
教科書 (必ず購入する書籍)	(仮称) 公認アスレティックトレーナー養成専門科目講習会テキスト 日本体育協会			
参考書				
その他の資料				
【評価方法】 演習における提出物と最終レポート	【履修上の留意点】			

健康スポーツ学科 専門