

講義名	オ)フードコーディネート論		
担当教員	坂元 美子		
開講期・曜日・時限	前期 金曜日 2時限	授業形態	講義
履修開始年次	3年生	単位数	2
主題と概要 ヒトが成長し、健康を保持・増進するために必要な栄養を摂取するための食品の種類と量を、毎日の食事から摂取するためにはどのような工夫が必要であるかについて、スポーツの現場、生活習慣病の予防、自身の健康といった観点から学ぶ。			
到達目標 2年時に学んだ栄養学概論の知識を、様々な場面でより実践的に考察できるよう学習する。			
提出課題 授業内に出すミニ課題			
課題（レポートや小テスト等）に対するフィードバック ミニ課題を出した授業の次回授業内で解答と解説を行います。			
評価の基準 ミニ課題 40% 発表 40% 授業態度 20%			
履修にあたっての注意・助言他 わからない部分はそのままにしておかず、質問時間内に積極的に質問してください。 13、14回目はアクティブラーニングになります。積極的な授業参加が評価につながります。			

教科書 ・スポーツ・健康栄養学、 坂元美子編著 化学同人 ISBN 978-4-7598-1709-6												
プリント資料及び参考文献 パワーポイント資料												
授業計画 1. 導入（授業の進め方、栄養摂取） 2. 日本人の食事摂取基準 3. 自身の必要な栄養量、栄養計算 4. 食事バランスガイド 5. スポーツ栄養学1（スポーツ選手の食事摂取基準と栄養ケア） 6. スポーツ栄養学2（スポーツ選手の体づくり） 7. スポーツ栄養学3（スポーツ選手の時期ごとの食事のとり方） 8. スポーツ栄養学4（スポーツ選手生活のための食事のとり方） 9. 健康と栄養1（生活習慣病と栄養1） 10. 健康と栄養2（生活習慣病と栄養2） 11. 健康と栄養3（サプリメントと栄養） 12. 健康と栄養4（遺伝と健康、時間栄養学） 13. プレゼンテーション1 14. プレゼンテーション2 15. まとめ												
授業形態（アクティブ・ラーニング） <table border="1"> <tr> <td>ア：PBL（課題解決型学習）</td> <td>イ：反転授業（知識習得の要素を授業外に済ませ、知識確認等の要素を教室で行う授業形態）</td> </tr> <tr> <td>ウ：ディスカッション、ディベート</td> <td>エ：グループワーク</td> </tr> <tr> <td>オ：プレゼンテーション</td> <td>カ：実習、フィールドワーク</td> </tr> <tr> <td colspan="2">キ：その他（A-L型であるけども、以上の項目のいずれにも該当しない場合）</td> </tr> </table>					ア：PBL（課題解決型学習）	イ：反転授業（知識習得の要素を授業外に済ませ、知識確認等の要素を教室で行う授業形態）	ウ：ディスカッション、ディベート	エ：グループワーク	オ：プレゼンテーション	カ：実習、フィールドワーク	キ：その他（A-L型であるけども、以上の項目のいずれにも該当しない場合）	
ア：PBL（課題解決型学習）	イ：反転授業（知識習得の要素を授業外に済ませ、知識確認等の要素を教室で行う授業形態）											
ウ：ディスカッション、ディベート	エ：グループワーク											
オ：プレゼンテーション	カ：実習、フィールドワーク											
キ：その他（A-L型であるけども、以上の項目のいずれにも該当しない場合）												
準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間 毎回の授業前に前回の授業を2時間程度復習しておいてください。 前もって配ってあるパワーポイント資料を2時間程度ノートにまとめておいてください。												
卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目の関連 健康・疾病・スポーツと栄養との関連を学び、自身や周りの人にとって理想的な食事のとり方を考察できるようになる												
双方向授業の実施及びICTの活用に関する記述 オンラインによる授業行い、毎回ミニ課題を学内システムに提出することと13回目と14回目のプレゼンテーションで出席と評価とする												
実務経験の有無及び活用 実務経験の有無及び活用 実務経験あり 本専攻において栄養学概論・スポーツ栄養学の授業を行っている スポーツ選手への栄養指導経験を授業内で伝える												
備考 テキストは2年時の栄養学概論で購入済みの方は新しく購入する必要はありません。												