

講義名	オ)栄養学概論			授業形態	
担当教員	坂元 美子	開講期・曜日・時限	前期 金曜日 1時限		
		単位数	2	履修開始年次	2年生
<b>主題と概要</b>					
摂取した食品の栄養素が体の構成成分となる経路、エネルギーへの変換にいたる代謝の過程を学び、ヒトの総体レベルで栄養現象を理解する。エネルギー代謝および栄養素の中間代謝経路では栄養素の体内相互変換について理解し、一連の代謝像を体系的に捉える。栄養学の基本理念と意義の理解により、健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割を解説する。					
<b>到達目標</b>					
栄養素の基本概念と、体内での役割、代謝過程が統括的に理解できるようになる。					
<b>提出課題</b>					
オンデマンド授業を聴講し、毎回授業終了時に出す課題を提出する。					
<b>課題（レポートや小テスト等）に対するフィードバックの方法</b>					
次の週の授業開始時または終了時に前回の課題の回答・解説を行う。					
<b>評価の基準</b>					
毎回の授業終了時に出す課題（100%）					
<b>履修にあたっての注意・助言他</b>					
オンデマンドでの受講内容から課題の解答を考察してください。					
<b>教科書</b>					
.スポーツ・健康栄養学.	坂元美子他	科学同人	3080	9784759817096	
<b>参考図書</b>					
.なし.					

<b>その他</b>	
<b>授業計画</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 栄養の定義</li> <li>2. 健康と栄養</li> <li>3. 疾病予防と栄養</li> <li>4. 五大栄養素</li> <li>5. たんぱく質の種類</li> <li>6. たんぱく質の代謝</li> <li>7. 炭水化物の種類</li> <li>8. 炭水化物の代謝</li> <li>9. 脂質の種類</li> <li>10. 脂質の代謝</li> <li>11. 脂溶性ビタミン</li> <li>12. 水溶性ビタミン</li> <li>13. 微量ミネラル</li> <li>14. 微量ミネラル</li> <li>15. まとめ</li> </ol>	
<b>授業形態（アクティブ・ラーニング）</b>	
<input type="radio"/> 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）
<input type="radio"/> ウ：ディスカッション、ディベート	エ：グループワーク
<input type="radio"/> オ：プレゼンテーション	カ：実習、フィールドワーク
<input type="radio"/> 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）	
<b>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</b>	
予習復習課題の時間あわせて4時間	
<b>卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目の関連</b>	
栄養学概論は、世代・年代問わず広範囲な人々を対象とした専門知識習得を目指している。また健康やスポーツ関連産業に関わる内容が含まれていることから、DPに貢献し得る科目である。	
<b>双方向授業の実施及びICTの活用に関する記述</b>	
<b>実務経験の有無及び活用</b>	
<b>備考</b>	