

項番	項目	内容
1	講義名	ジュニア期のスポーツ栄養学
2	担当教員	燕木智子
3	開講時期	秋
4	時間数	3時間
5	授業概要	成長期に留意すべき食生活のポイントや重要な栄養素について学ぶ
6	到達目標	スポーツをする上で成長期に特に留意すべき食生活のポイントと、けがや疲労を防ぐ上で重要な栄養素について理解する。
7	授業形態	オンライン（オンデマンド配信）
8	テキスト	講義で使用するPDF資料を、事前にmanabaにてダウンロードし準備する。
9	履修上の注意	本指導内容を所属先でフィードバックするとともに、ご自身の食生活についても振り返る機会としていただきたい
10	連絡先、連絡方法など	DB manaba(個別コレクション)
11	実務家教員に該当する実務家経験 (5年以上)	大東文化大学男子バスケットボール部栄養アドバイザー、ジュニアスポーツクラブの栄養講義
12	その他	特になし