

2026年度 愛知学泉大学シラバス

シラバス番号	科目名	担当者名	実務経験のある教員による授業科目	基礎・専門別	単位数	選択・必修別	開講年次・時期
221221059	応用栄養学 I	増田 尚			2	必修	2前期

科目の概要

管理栄養士に必要な専門的知識・技能だけでなく一般的知識・技能を身に付け、人々の日常生活を健康の面から支援することができる管理栄養士の育成を目指す (DP2・3・4)。

この科目では、妊娠期から幼児期までの身体特性と栄養特性を学び、各ライフステージの健康の保持増進及び疾病予防のための栄養ケアの技能を学修する。

学修内容	到達目標
① 各ライフステージの身体特性を学修する。 ② 各ライフステージの栄養特性を学修する。 ③ 各ライフステージの栄養管理プロセスを学修する。	① 各ライフステージの栄養アセスメント結果より、身体特性の課題を抽出できる。 ② 各ライフステージの栄養アセスメント結果より、栄養評価ができる。 ③ 各ライフステージの栄養アセスメント結果 (症例検討) より、課題点を抽出し、課題解決案を提案できる。

学生に発揮させる社会人基礎力の能力要素

学生に求める社会人基礎力の能力要素の具体的行動事例

前に踏み出す力	主体性	PCRシート内の予習課題を解答する。
	働きかけ力	
	実行力	PCRシート内の予習課題を解答する。
考え抜く力	課題発見力	本時の授業の内容について、PCRシート内に自身の課題を抽出し明記できる。
	計画力	
	創造力	PCRシート内の復習課題を解答できる。
チームで働く力	発信力	PCRシート内の質問について、グループワークを通して解答を導き出せる。
	傾聴力	相手からより良い答えを引き出すことができる。
	柔軟性	
	状況把握力	
	規律性	PCRシートのすべての項目を明記し、期日内に提出できる。
	ストレスコントロール力	

テキスト及び参考文献

テキスト：「スタンダード人間栄養学 応用栄養学」五明紀春・渡邊早苗・山田哲雄・吉野陽子編 朝倉書店
「日本人の食事摂取基準 2025年版」 女子栄養大学出版部

他科目との関連、資格との関連

「応用栄養学 I」は、専門科目の専門分野 (応用栄養学) の科目の一部であり、1年次に履修した専門基礎科目及び基礎栄養学 I で獲得した知識・技術を活用する。また、「応用栄養学 I」は、その後に履修する「応用栄養学 II」「応用栄養学実習」「臨床栄養学 I」「栄養教育論 I」「公衆栄養学 I」の基盤となる科目である。

資格との関連：管理栄養士・栄養士・栄養教諭

学修上の助言	受講生とのルール
授業外でも学修する習慣をつけてもらうために、毎授業内で小テストを実施する。小テストについては、google formsまたは紙媒体を適宜使用する。また、課題の受け取りやフィードバックについては、対面で行う。また、授業内外でNotebook LMを利用する。	教科書を必ず読む習慣をつけてください。PCRシートを予習・本時・復習の教材と位置付けて、学修に活用してください。

【評価方法】

評価対象	評価方法		評価の割合	到達目標		各評価方法、評価にあたって重視する観点、評価についてのコメント	
学修成果	学期末試験	筆記（レポート含む）・実技・口頭試験	75	①	✓	(獲得) 各ライフステージの生理特性と栄養特性の知識(60%) (活用) 栄養状態の問題点を抽出できる(30%) (解決) 抽出した問題点に対する改善策が提案できる(10%) 学期末試験問題は症例問題を中心に作成します。	
				②	✓		
				③	✓		
	平常評価	小テスト		15	①	✓	(獲得) 各ライフステージの生理特性と栄養特性の知識(70%) (活用) 栄養状態の問題点を抽出できる(20%) (解決) 抽出した問題点に対する改善策が提案できる(10%) ・小テスト（計5回）を実施する。各テストの成績評価は10点満点とし、計5回分の合計点(50点分)を15点換算します。
					②	✓	
					③	✓	
		レポート		0	①		
					②		
③							
成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）		0	①				
			②				
			③				
学修行動	社会人基礎力（学修態度）		10	①	✓	(主体性) 授業前、PCRシート内の予習問題の回答が正解であれば評価する。 (実行力) 授業前、PCRシート内の予習問題の回答が正解であれば評価する。 (課題発見力) PCRシート内について授業内容の課題点を抽出し明記されていれば評価する。 (創造力) PCRシート内の復習問題に回答が明記されており、尚且つ正解であれば評価する。 (発信力) 授業中の質問項目について、PCRシートに回答が明記されており、さらに正解であれば評価する。 (傾聴力) グループワークの際に相手にどのように質問すれば答えを引き出すために、質問内容を明記されていれば評価する。 (規律性) PCRシート内の全項目が記載され、期日内の提出をもって評価します。	
				②	✓		
				③	✓		
総合評価割合			100				

【到達目標の基準】

到達レベルS(秀)及びA(優)の基準	到達レベルB(良)及びC(可)の基準
S (秀) の基準 学修評価及び学修行動評価の得点率が90%以上 A (優) の基準 学修評価及び学修行動評価の得点率が80%以上	B (良) の基準 学修評価及び学修行動評価の得点率が70%以上 C (可) の基準 学修評価及び学修行動評価の得点率が60%以上

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
1	栄養管理ケア・マネジメント① 栄養ケアマネジメントの概念、栄養アセスメントの意義と種類を学修する。	講義 (PCRシートを活用) グループディスカッション 質問 (PCRシート) のフィードバック	栄養アセスメントの5つの項目を理解できる。	(予習) 教科書(p2-p7)を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
2	栄養管理ケア・マネジメント② 栄養ケア計画の実施、モニタリング、評価、フィードバックについて学修する。	講義 (PCRシートを活用) グループディスカッション 質問 (PCRシート) のフィードバック	栄養ケア計画の流れが理解できる。	(予習) 教科書(p8-p13)を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
3	人の成長・発達と加齢ライフステージの身体的特徴の流れ及び老化のメカニズムを学修する。	講義 (PCRシートを活用) 小テスト(google forms)①及びフィードバック グループディスカッション 質問 (PCRシート) のフィードバック	スキヤモンの発育曲線・加齢に伴うヒトの生理的機能の低下が理解できる。	(予習) 教科書(p28-p34)を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
4	妊娠期・授乳期の栄養ケア① 妊娠の成立・維持について学修する。	講義 (PCRシートを活用) 小テスト(google forms)②及びフィードバック グループディスカッション 質問 (PCRシート) のフィードバック	女性の生殖周期 (内分泌・生理変化) が理解できる。	(予習) 教科書(p36)を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
5	妊娠期・授乳期の栄養ケア② 妊娠の成立、胎児付属物、母体の生理的变化(妊娠～分娩後)について学修する。	講義 (PCRシートを活用) グループディスカッション 質問 (PCRシート) のフィードバック	妊娠中から分娩後の生理変化が理解できる。	(予習) 教科書(p37-p40)を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
6	妊娠期・授乳期の栄養ケア③ 初乳・成乳の成分、母乳分泌機序について学修する。	講義 (PCRシートを活用) グループディスカッション 質問 (PCRシート) のフィードバック	母乳を促す内分泌機能や、各乳の成分を理解できる。	(予習) 教科書(p41-p42)を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
7	妊娠期・授乳期の栄養ケア④ 栄養アセスメントと栄養ケア①について学修する。	講義 (PCRシートを活用) 小テスト(google forms)③及びフィードバック グループディスカッション 質問 (PCRシート) のフィードバック	痩せと肥満、鉄摂取と貧血、妊娠悪阻、妊娠糖尿病のリスクについて理解できる。	(予習) 教科書(p42-p44)を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
8	妊娠期・授乳期の栄養ケア⑤ 栄養アセスメントと栄養ケア②について学修する。	講義 (PCRシートを活用) グループディスカッション 質問 (PCRシート) のフィードバック	妊娠高血圧症候群、神経管閉鎖障害について理解できる。	(予習) 教科書(p44-p45)を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
9	妊娠期・授乳期の栄養ケア⑥ 栄養アセスメントと栄養ケア③について学修する。	講義 (PCRシートを活用) グループディスカッション 質問 (PCRシート) のフィードバック	妊産婦のための食生活指針・授乳の支援ガイドを理解できる。	(予習) 教科書(p45-p47)を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
10	新生児・乳児期の栄養管理① 身体特性について学修する。	講義 (PCRシートを活用) 小テスト(google forms)④及びフィードバック グループディスカッション 質問 (PCRシート) のフィードバック	新生児の代表的な3つの生理的特徴が理解できる。	(予習) 教科書(p48-p50)を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
11	新生児・乳児期の栄養管理② 栄養ケアについて学修する。	講義 (PCRシートを活用) グループディスカッション 質問 (PCRシート) のフィードバック	母乳栄養・人工栄養のメリット・デメリットを抽出できる。離乳食の展開方法が理科いできる。	(予習) 教科書(p51-p53)を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
12	新生児・乳児期の栄養管理③ 栄養アセスメントと栄養ケア①について学修する。	講義 (PCRシートを活用) グループディスカッション 質問 (PCRシート) のフィードバック	母乳性黄疸、ビタミンK欠乏性出血症、乳児下痢症の発症理由を理解できる。	(予習) 教科書(p54-p55)を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
13	新生児・乳児期の食事摂取基準④ 栄養アセスメントと栄養ケア②について学修する。	講義 (PCRシートを活用) グループディスカッション 質問 (PCRシート) のフィードバック	乳糖不耐症と食物アレルギーの原因を理解できる。	(予習) 教科書(p55)を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
14	幼児期の栄養管理① 身体特性、栄養特性について学修する。	講義 (PCRシートを活用) 小テスト(google forms)⑤及びフィードバック グループディスカッション 質問 (PCRシート) のフィードバック	幼児期の発達経過を理解できる。	(予習) 教科書(p56-p59)を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
15	幼児期の栄養管理② 保育所給食、栄養アセスメントと栄養ケアについて学修する。	講義 (PCRシートを活用) グループディスカッション 質問 (PCRシート) のフィードバック	保育所給食の意義、痩せと肥満、脱水、偏食について理解できる。	(予習) 教科書(p60-p63)を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力

2026年度 愛知学泉大学シラバス

シラバス番号	科目名	担当者名	実務経験のある教員による授業科目	基礎・専門別	単位数	選択・必修別	開講年次・時期
221222060	応用栄養学Ⅱ	増田 尚			2	必修	2後期

科目の概要

管理栄養士に必要な専門的知識・技能だけでなく一般的知識・技能を身に付け、人々の日常生活を健康の面から支援することができる管理栄養士の育成を目指す（DP2・3・4）。

そのために、この科目では、学童期から老年期までの身体特性と栄養特性を学び、健康の保持増進、疾病予防、栄養アセスメントと栄養管理プロセスの技能を学修する。さらに、運動と特殊環境における栄養ケアについても学修する。

学修内容	到達目標
① 各ライフステージの身体特性を学修する。 ② 各ライフステージの栄養特性を学修する。 ③ 運動と特殊環境の栄養ケアを学修する。 ④ 各ライフステージの栄養ケア・マネジメントを学修する。	① 各ライフステージの栄養アセスメント結果より、身体特性の課題を抽出できる。 ② 各ライフステージの栄養アセスメント結果より、栄養評価ができる。 ③ 運動と特殊環境での生理変化を理解し、各ライフステージの栄養ケアに役立てられる。 ④ 各ライフステージの栄養アセスメント結果（症例検討）より、課題点を抽出し、課題解決案を提案できる。

学生に発揮させる社会人基礎力の能力要素

学生に求める社会人基礎力の能力要素の具体的行動事例

前に踏み出す力	主体性	PCRシート内の予習課題を解答する。
	働きかけ力	
	実行力	PCRシート内の予習課題を解答する。
考え抜く力	課題発見力	本時の授業の内容について、PCRシート内に自身の課題を抽出し明記できる。
	計画力	
	創造力	PCRシート内の復習課題を解答できる。
チームで働く力	発信力	PCRシート内の質問について、グループワークを通して解答が導き出せる。
	傾聴力	相手からより良い答えを引き出すことができる。
	柔軟性	
	状況把握力	
	規律性	PCRシートのすべての項目を明記し、期日内に提出できる。
	ストレスコントロール力	

テキスト及び参考文献

テキスト：「スタンダード人間栄養学 応用栄養学」五明紀春・渡邊早苗・山田哲雄・吉野陽子編 朝倉書店
 「日本人の食事摂取基準 2025年版」 女子栄養大学出版部
 立命館大学「健康づくりのための運動と栄養摂取の実践」講座PV（第13週目の授業で使用）
<https://www.youtube.com/watch?v=RFOGWCmtEVc>

他科目との関連、資格との関連

「応用栄養学Ⅱ」は、専門科目の専門分野（応用栄養学）の科目の一部であり、「基礎栄養学Ⅰ・Ⅱ」「応用栄養学Ⅰ」「食事摂取基準論」「栄養管理プロセス論」で獲得した知識・技術を活用する。また、「応用栄養学Ⅱ」は、その後履修する「栄養教育論Ⅱ」「臨床栄養学Ⅱ」「公衆栄養学Ⅱ」の基盤となる科目である。
 資格との関連：管理栄養士・栄養士・食品衛生管理者・監視員、健康運動実践指導者、栄養教諭

学修上の助言	受講生とのルール
授業外でも学修する習慣をつけてもらうために、毎授業内で小テストを実施する。小テストについては、google forms または紙媒体を適宜使用する。また、課題の受け取りやフィードバックについては、対面で行う。*非対面型授業の場合は、授業内容を動画にし、質問やディスカッションについてはgoogle meetで行う。また、授業内外でNotebook LMを利用する。	提出物は期日通りに提出してください。

【評価方法】

評価対象	評価方法		評価の割合	到達目標	各評価方法、評価にあたって重視する観点、評価についてのコメント		
学修成果	学期末試験	筆記（レポート含む）・実技・口頭試験	80	①	✓	(獲得) 各ライフステージの生理特性と栄養特性の知識(50%) (活用) 栄養状態の問題点を抽出できる(40%) (解決) 抽出した問題点に対する改善策が提案できる(10%) ・小テスト・PCRシートの内容を筆記試験に活用する。 ・各ライフステージの栄養アセスメント結果より栄養評価ができるかを観点として学期末試験を実施する。(80点)	
				②	✓		
				③	✓		
				④	✓		
	平常評価	小テスト		10	①	✓	(獲得) 各ライフステージの生理特性と栄養特性の知識(60%) (活用) 栄養状態の問題点を抽出できる(30%) (解決) 抽出した問題点に対する改善策が提案できる(10%) ・計4回の小テストを実施し、試験結果(点数・模範解答)をフィードバックする。
					②	✓	
					③	✓	
					④	✓	
		レポート		0	①		
					②		
					③		
					④		
成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）		0	①				
			②				
			③				
			④				
学修行動	社会人基礎力（学修態度）		10	①	✓	(主体性) 授業前、PCRシート内の予習問題の回答が正解であれば評価する。 (実行力) 授業前、PCRシート内の予習問題の回答が正解であれば評価する。 (課題発見力) PCRシート内について授業内容の課題点を抽出し明記されていれば評価する。 (創造力) PCRシート内の復習問題に回答が明記されており、尚且つ正解であれば評価する。 (発信力) 授業中の質問項目について、PCRシートに回答が明記されており、尚且つ正解であれば評価する。 (傾聴力) グループワークの際に相手にどのように質問すれば答えを引き出すために、質問内容を明記されていれば評価する。 (規律性) PCRシート内の全項目が記載され、期日内の提出をもって評価します。	
				②	✓		
				③	✓		
				④	✓		
総合評価割合			100				

【到達目標の基準】

到達レベルS(秀)及びA(優)の基準	到達レベルB(良)及びC(可)の基準
S (秀) の基準 学修評価及び学修行動評価の得点率が90%以上 A (優) の基準 学修評価及び学修行動評価の得点率が80%以上	B (良) の基準 学修評価及び学修行動評価の得点率が70%以上 C (可) の基準 学修評価及び学修行動評価の得点率が60%以上

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
1	学童期の栄養ケア① 身体特性について学修する。	講義 (PCRシートを活用) グループディスカッション (PCRシート内) 質問のフィードバック	スキヤモンの発育曲線が理解できている。食育における課題を抽出できる。	(予習) 教科書p64-65を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
2	学童期の栄養管ケア② 栄養特性及び栄養ケについてを学修する。	講義 (PCRシートを活用) グループディスカッション (PCRシート内) 質問のフィードバック	学童期の身体特性・栄養特性から栄養評価できる。	(予習) 教科書p66-69を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
3	思春期・青年期の栄養ケア 身体特性、栄養特性、栄養アセスメント、栄養ケアについて学修する。	講義 (PCRシートを活用) グループディスカッション (PCRシート内) 質問のフィードバック	月経開始のメカニズム、摂食障害の栄養ケアについて理解できている。	(予習) 教科書p72-79を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
4	成人期・更年期の栄養ケア① 身体特性 (代謝の変化、血液性状の変化) について学修する。	講義 (PCRシートを活用) 小テスト①及びフィードバック グループディスカッション (PCRシート内) 質問のフィードバック	成人期の血液性状の変化を理解できる。	(予習) 教科書p78-79を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
5	成人期・更年期の栄養ケア② 身体特性 (身体状況、精神変化)、栄養特性について学修する。	講義 (PCRシートを活用) グループディスカッション (PCRシート内) 質問のフィードバック	更年期の精神変化と内分泌との関連、栄養摂取状況を理解できる。	(予習) 教科書p80-82を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
6	成人期・更年期の栄養ケア③ 栄養ケア (メタボリックシンドローム) について学修する。	講義 (PCRシートを活用) グループディスカッション (PCRシート内) 質問のフィードバック	メタボリックシンドロームの診断基準が暗記できている。	(予習) 教科書p83を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
7	成人期・更年期の栄養ケア④ 栄養ケア (糖尿病、動脈硬化、骨粗鬆症及び生活習慣病の予防) について学修する。	講義 (PCRシートを活用) グループディスカッション (PCRシート内) 質問のフィードバック	それぞれの病気の診断基準値が暗記できている。	(予習) 教科書p84-85を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
8	老年期の栄養ケア① 身体特性 (老化・感覚機能の変化) について学修する。	講義 (PCRシートを活用) 小テスト②及びフィードバック グループディスカッション (PCRシート内) 質問のフィードバック	老化のメカニズムを理解している。	(予習) 教科書p86-87を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習) PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
9	老年期の栄養管理② 身体特性(咀嚼機能、消化・吸収機能等の変化)を学修する。	講義(PCRシートを活用) グループディスカッション (PCRシート内)質問のフィードバック	老年期の生理的機能低下を理解できる。	(予習)教科書p88を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習)PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
10	老年期の栄養ケア③ 栄養特性と栄養ケア①について学修する。	講義(PCRシートを活用) グループディスカッション (PCRシート内)質問のフィードバック	フレイル、サルコペニア、ロコモティブシンドロームの栄養ケアを理解している。	(予習)教科書p89-91を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習)PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
11	老年期の栄養ケア④ 栄養ケア②について学修する。	講義(PCRシートを活用) グループディスカッション (PCRシート内)質問のフィードバック	骨折、認知症、脱水の栄養ケアを理解している。	(予習)教科書p92-94を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習)PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
12	運動・スポーツと栄養ケア① 運動・エネルギー代謝について学修する。	講義(PCRシートを活用) 小テスト③及びフィードバック グループディスカッション (PCRシート内)質問のフィードバック	3つのエネルギー産生機構が理解できる。糖質代謝と脂質代謝の転換と運動強度・時間との関係が暗記できている。	(予習)教科書p96-99を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習)PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
13	運動・スポーツと栄養ケア② 健康増進と運動について学修する。	講義(PCRシートを活用) グループディスカッション (PCRシート内)質問のフィードバック	運動と健康への栄養を理解している。	(予習)教科書p100-113を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習)PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
14	ストレス・生体リズムと栄養ケア ストレス・生体リズム 栄養の関連について学修する。	講義(PCRシートを活用) 小テスト④及びフィードバック グループディスカッション (PCRシート内)質問のフィードバック	ストレスサーの定義、ストレス応答を理解している。	(予習)教科書p114-119を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習)PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
15	環境と栄養ケア 環境と栄養との関連について学修する。	講義(PCRシートを活用) グループディスカッション (PCRシート内)質問のフィードバック	高温・低温・高圧・低圧環境下の生理変化を理解している。	(予習)教科書p120-125を読み、PCRシートの予習課題に解答する。 (復習)PCRシートの復習課題に解答する。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力