

公認スポーツ栄養士 専門科目カリキュラム

科目名	内 容	時間数
スポーツ栄養士に必要な基礎知識	スポーツ栄養ベーシック講習会を受講(日本スポーツ栄養学会開催)	16.5
スポーツ栄養士の役割	他分野から見た公認スポーツ栄養士の役割 スポーツ現場での公認スポーツ栄養士の役割	2
スポーツ栄養 マネジメント	スポーツ栄養マネジメントの理論 栄養教育・行動科学 身体計測 理論 生理・生化学検査、臨床診査 理論 食事調査 理論 食事調査 演習 消費エネルギー量の算定 理論 消費エネルギー量の算定 演習	12.5
栄養補給	エネルギー補給(糖質、脂質) からだづくりとたんぱく質摂取 ビタミンとミネラル サプリメントとエルゴジェニックエイド 水分補給	9
スポーツ現場における 食環境整備	スポーツ現場における給食管理 種目別・目的別・多様性を考慮した給食管理の立案	3
目的・対象者別 栄養管理	エネルギー不足の理論(FAT含む) エネルギー不足のケーススタディ (演習) ウエイトコントロールの理論 貧血の栄養管理の理論 貧血の栄養管理のケーススタディ (演習) 試合前・中・後の栄養管理 遠征・合宿帯同に必要な基礎知識 ジュニアスポーツ選手の栄養管理(指導法)	23
スポーツ医学	アンチドーピング 内科的疾患(感染症、貧血、暑熱、アレルギーなど) 外科的疾患(リハビリ時) 障がい者スポーツ ジェンダーを考慮したスポーツ障害	7.5
エビデンス・ベースド・ ニュートリション	エビデンスの活用と公表の手順 プレゼンテーションスキル	3
インターンシップと 成果発表	媒体作成 プレゼンテーション 栄養指導の実際 成果のまとめおよび発表	40