

# 体育科 1. 2年スポーツ総合演習（栄養講座）

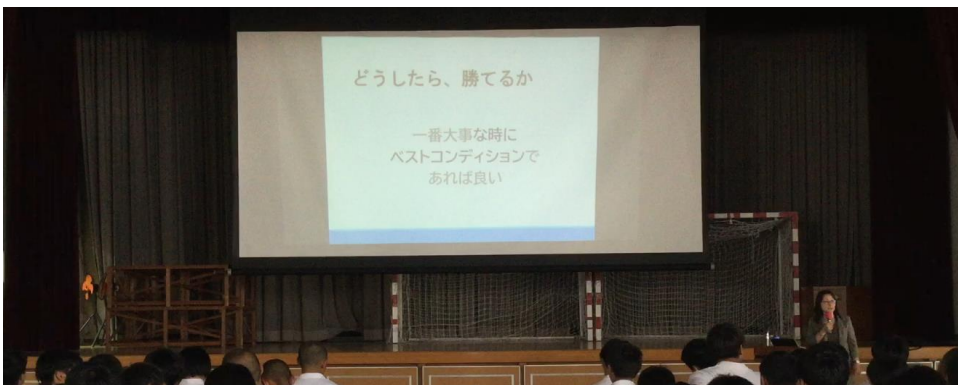
7月10日(水)5時間目 山形県立米沢栄養大学 西田久美子先生を講師に栄養講座を実施しました。「栄養でパフォーマンスを高めよう」をテーマに約60分講演をしていただきました。生徒たちは熱心に話を聞きながら自分の競技力向上につなげようとしていました。講演後も積極的に質問するなど、意識が高い生徒が多数見られ、意義のある講演会となりました。



自分のために・・・

「栄養でパフォーマンスを高めよう」  
をテーマに約60分の講演

熱心に講演していただいた西田氏



スポーツ概論の授業で学習したスポーツ栄養学ことをより深く学びました。

