

第2回講座を実施しました

6月10日(金) 13:25~15:15 会場: 2年6組教室

講義・討議: 「データから解ること、調べられること」

講師: 名古屋文理大学健康生活学部 健康栄養学科助手 山木 克将 先生

5月に実施した食事記録、アンケート、筋量等の測定値の二人(同じ部活、同じ身長、同じ通学手段と通学時間)のサンプルを見ながら、6つのグループに分かれてディスカッションしました。

参加した教員にとっても、アクティブラーニングの一つの手法として大変参考になる講座でした。



① 二人のデータを比較し、何が違うか。

- ・体脂肪率。
- ・食事のバランス。野菜の量。間食の摂り方。

② 体脂肪率がこれほど違う理由は何か。

- ・食事のバランスが違うから。
- ・運動の頻度と一度にする運動時間が違うから。

③ 体脂肪が多い理由は、どの項目を見るとわかるか。

- ・男か女か
- ・食事のバランス、野菜を摂った量
- ・間食の回数や種類
- ・運動量



④ 5月に取ったデータと11月に取るデータと比べて変化するデータと変化しないデータはそれぞれ何だと考えられるか。

- ・変化するデータ……体重、食生活、間食の種類や量、運動量 他
- ・変化しないデータ……身長、大きな筋肉の量、骨密度 他

5月のデータと比較し、何が変化したか、何が変化しなかったかを確認するのが楽しみです。変化する項目に着目してデータを分析すると、相関関係が分かりやすいのだそうです。



第2回の食事調査をします

6月13日(月)~6月19日(日)

女子ハンドボール部、陸上部、レスリング部、サッカー部マネージャー、男子ハンドボール部マネージャー、理科部、2年6組のみなさんに、2回目の食事記録をしてもらいます。

第2回筋量等測定をします

6月20日(月)、21日(火)、23日(木) 16:00~ 会場: 名古屋文理大学

第1回と同様に骨密度の測定とInBodyによる筋量等の測定をします。また、ここ1か月間の「食事に関する質問票」に回答をしてもらいます。

今後の予定 名古屋文理大学研究室の活動体験(8月8~10日)、名古屋市科学館見学
第3,4回食事記録、筋量等測定(8月、11月)、データ分析、発表準備、科学三昧参加(12月)