

101-2 大葉大學 完整版課綱

基本資訊

| | | | |
|-----------|--------------|------------|----------------|
| 課程名稱 | 營養學 | 科目序號 / 代號 | 2367 / MHI3020 |
| 開課系所 | 藥用植物與保健學系 | 學制 / 班級 | 大學日間部3年1班 |
| 任課教師 | 呂玟蓓 | 專兼任別 | 兼任 |
| 必選修 / 學分數 | 必修 / 2 | 畢業班 / 非畢業班 | 非畢業班 |
| 上課時段 / 地點 | (一)12 / J315 | 授課語言別 | 中文 |

課程簡介

本學期上課內容以基礎營養、熱量營養素、能量代謝平衡、營養素與礦物質、生命期營養等五大內容，基礎營養以個人日常應用的健康飲食原則為起點，到能量營養素與各階段需求之營養和應用，是一個人醫生健康之原則。

課程大綱

- 1.營養科學
- 2.健康飲食工具
- 3.糧食供應
- 4.消化與吸收
- 5.碳水化合物
- 6.脂質
- 7.蛋白質
- 8.酒精
- 9.能量代謝
- 10.能量平衡
- 11.營養與運動
- 12.脂溶性維生素
- 13.水溶性維生素
- 14.水與巨量礦物質
- 15.微量礦物質
- 16.懷孕與哺乳
- 17.成長期營養
- 18.成年期營養

基本能力或先修課程

普通化學、有機化學

課程與系所基本素養及核心能力之關連

具備基本生物科技知識能力

對於中草藥理論具有基礎的認知

保健產品之行銷與健康保健衛教之能力

以生物技術研發保健產品與品管之能力

藥妝美容產品開發與品管能力

藥妝美容產品市場行銷之能力

具備尊重倫理，人際溝通及團隊合作能力

教學計畫表

| 系所核心能力 | 權重(%) 【A】 | 檢核能力指標(績效指 標) | 教學策略 | 評量方法及配分 權重 | 核心能力 學習成績 【B】 | 期末學習 成績 【C=B*A 】 |
|--------------------|--------------|---|------------------------|--|---------------------|---------------------------|
| 保健產品之行銷與健康保健衛教之能力 | 40% | 具備常用藥用植物對人體保健功效基礎知識 具備充分表達保健知識與健康衛生保健之能力 | 個案討論 專題演講 | 期中考: 30% 期末考: 30% 作業: 20% 課堂討論: 10% 課程參與度: 10% | 加總: 100 | 40 |
| 以生物技術研發保健產品與品管之能力 | 20% | 具備藥用植物功效成分基礎知識 具備藥用植物鑑別與成分分析技術之技能 具備判讀保健產品市場趨勢的能力 | 個案討論 學生上台報告 專題演講 | 期中考: 30% 期末考: 30% 作業: 20% 課堂討論: 10% 課程參與度: 10% | 加總: 100 | 20 |
| 藥妝美容產品開發與品管能力 | 20% | 熟悉藥妝美容功效成分之基礎法規與知識 熟悉藥妝美容產品之調配技術與工具操作方法 熟悉藥妝美容產品之安全性評估原理與方法 | 個案討論 專題演講 | 期中考: 30% 期末考: 30% 作業: 20% 課堂討論: 10% 課程參與度: 10% | 加總: 100 | 20 |
| 具備尊重倫理，人際溝通及團隊合作能力 | 20% | 服膺生物倫理並尊重他人研究成果 具備表達、評估、協商及合作能力 | 個案討論 專題演講 | 期中考: 30% 期末考: 30% 作業: 20% 課堂討論: 10% 課程參與度: 10% | 加總: 100 | 20 |

成績稽核

期中考: 30%

期末考: 30%

作業: 20%

課堂討論: 10%
課程參與度: 10%

教科書(尊重智慧財產權，請用正版教科書，勿非法影印他人著作)

| 書名 | 作者 | 譯者 | 出版社 | 出版年 |
|-------|--------------------------|-----|---------|-----|
| 透視營養學 | Carol Byrd-Bredbenner | 蕭寧馨 | 藝軒圖書出版社 | 0 |

參考教材及專業期刊導讀(尊重智慧財產權，請用正版教科書，勿非法影印他人著作)

| 書名 | 作者 | 譯者 | 出版社 | 出版年 |
|----|----|----|-----|-----|
|----|----|----|-----|-----|

無參考教材及專業期刊導讀

| 上課進度 | | 分配時數(%) | | | | |
|------|-------------------------|---------|----|----|----|----|
| 週次 | 教學內容 | 講授 | 示範 | 習作 | 實驗 | 其他 |
| 1 | 開學週 | 80 | | | | 20 |
| 2 | 課程簡介 | 80 | | | | 20 |
| 3 | 營養科學 | 80 | | | | 20 |
| 4 | 健康飲食的工具 | 80 | | | | 20 |
| 5 | 專家演講 (駐院營養師的經驗分享—劉兆坤) | 80 | | | | 20 |
| 6 | 糧食供應 | 80 | | | | 20 |
| 7 | 第一次期中考 | 80 | | | | 20 |
| 8 | 專家演講 (團膳營養師的經驗分享—) | 80 | | | | 20 |
| 9 | 消化與吸收 | 80 | | | | 20 |
| 10 | 碳水化合物、脂質、蛋白質 | 80 | | | | 20 |
| 11 | 能量代謝 | 80 | | | | 20 |
| 12 | 第二次期中考 | 80 | | | | 20 |
| 13 | 專家演講 (中央機關營養師的經驗分享—甘正寧) | 80 | | | | 20 |
| 14 | 能量平衡、體重控制與飲食失調 | 80 | | | | 20 |
| 15 | 營養與運動 | 80 | | | | 20 |
| 16 | 維生素 | 80 | | | | 20 |
| 17 | 水與巨量礦物質 | 80 | | | | 20 |
| 18 | 期末考 | 80 | | | | 20 |