

## 102-2 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	2014 / 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2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	(四)56 / H345	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	講述法 專題演講	期中考: 30% 期末考: 30% 課堂討論: 10% 課程參與度: 10% 書面報告: 20%	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	講述法 專題演講	期中考: 30% 期末考: 30% 課堂討論: 10% 課程參與度: 10% 書面報告: 20%	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	講述法 專題演講	期中考: 30% 期末考: 30% 課堂討論: 10% 課程參與度: 10% 書面報告: 20%	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	講述法	期中考: 30% 期末考: 30% 課堂討論: 10% 課程參與度: 10% 書面報告: 20%	加總: 100	20

## 成績稽核

期中考: 30%

期末考: 30%

書面報告: 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	Byrd-Bredbenner等	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	課程簡介 & 智財權宣導(含告知學生應使用正版教科書)	100	0	0	0	0
2	營養科學	100	0	0	0	0
3	健康飲食的工具	100	0	0	0	0
4	消化與吸收	100	0	0	0	0
5	碳水化合物、脂質	100	0	0	0	0
6	蛋白質、酒精	100	0	0	0	0
7	校慶補假	100	0	0	0	0
8	期中考	100	0	0	0	0
9	專家演講-1	100	0	0	0	0
10	能量代謝	100	0	0	0	0
11	能量平衡、體重控制與飲食失調	100	0	0	0	0
12	專家演講-2	100	0	0	0	0
13	營養與運動	100	0	0	0	0
14	維生素	100	0	0	0	0
15	專家演講-3	100	0	0	0	0
16	水與礦物質	100	0	0	0	0
17	生命期營養	100	0	0	0	0
18	期末考	100	0	0	0	0