

## 103-2 大葉大學 完整版課綱

基本資料			
課程名稱	營養學	科目序號/代號	0662 / MHI3020
必選修/學分數	選修 /2	上課時段/地點	(三)56 / H563
授課語言別	中文	成績型態	數字
任課教師 / 專兼任別	呂玟蓓 / 兼任	畢業班/非畢業班	非畢業班
學制/系所/年班	大學日間部 / 藥用植物與保健學系 / 3年1班		

### 課程簡介與目標

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 小組討論 個案討論 影片欣賞	期中考: 50% 期末考: 50%	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 小組討論 個案討論	期中考: 30% 期末考: 30% 作業: 30% 課堂討論: 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	講述法 小組討論	期中考: 20% 期末考: 20% 課堂討論: 30% 課程參與度: 30%	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	小組討論 個案討論 小組合作	課堂討論: 50% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 20%	加總: 100	20

## 成績稽核

期中考: 30%  
 期末考: 30%  
 課堂討論: 18%  
 課程參與度: 12%  
 作業: 6%  
 小組合作狀況: 4%

## 書籍類別 (尊重智慧財產權，請用正版教科書，勿非法影印他人著作)

書籍類別	書名	作者
教科書	透視營養學	Carol Byrd-Bredbenner
參考教材及專業期刊導讀	Nutrition Science and applications	Smolin and Grosvenor

## 上課進度

週次	教學內容	教學策略
1	課程簡介 & 智財權宣導(含告知學生應使用正版教科書)	講述法
2	Nutrition: Food for Health	講述法、 小組討論
3	Nutrition Guildelines : Applying the Science of Nutrition	講述法
4	Digestion, Absorption, and Metabolism	講述法、 影片欣賞
5	Carbohydrates: Sugars, Starches, and Fiber	講述法
6	Lipids: Triglycerides, Phospholipids, and Cholesterol	講述法
7	Protein and Amino	講述法
8	期中考	期中考
9	Energy Balance and Weight Management	講述法
10	The Water-Soluble Vitamins	講述法
11	The Fat-Soluble Vitamins	講述法
12	Water and the electrolytes	講述法
13	Major Minerals and Bone Health	講述法
14	Nutritional assessment	實際操作、 講述法
15	Nutrition and Physical activity	講述法
16	Nutrition During Pregnancy and Lactation	講述法
17	Nutrition from Infancy to Adolescence	講述法
18	期末考	期末考