

결	전공주임	교학부장
재		

수업계획서

< 2017학년도 3월 6일 ~ 6월 25일 >

1. 강의개요							
학습과정명	영양학	학점	3학점	교강사명		교강사 전화번호	
강의시간	3시간	강의실		수강대상		E-mail	
2. 교육과정 수업목표							
<ol style="list-style-type: none"> 건강을 유지하는 데 필요한 영양소의 종류와 작용 등을 알고 식생활에서 이들 식품공급원을 올바르게 이용 할 수 있도록 하기 위함에 있다. 영양과 영양소의 개념을 이해하고 건강을 유지하는데 필요한 영양소의 종류와 체내작용에 대해 학습한다. 소화기관의 구조와 음식물의 소화과정과 흡수 기전에 대하여 학습한다. 탄수화물, 지방, 단백질, 비타민, 무기질과 수분 등 영양소의 특성, 체내 대사 작용, 결핍증 및 과다증과 급원식품 등에 대한 지식을 습득한다. 항산화 영양소의 개념 및 체내 역할에 따른 영양관리, 비만과 체중조절, 에너지 평형과 대사에 대해 학습한다. 이로써 영양과 건강에 대한 정보를 올바르게 파악할 수 있도록 하며 식품산업과 의식산업의 발달에 발맞춰 균형 잡힌 식사를 계획하고 실천할 수 있다. 							
3. 교재 및 참고문헌							
주교재	New 영양학	저자	김나영 외 7인	출판사	백산	출판 년도	2012
부교재	재미있고 유용한 조리영양학	저자	김이수	출판사	대왕사	출판 년도	2014
4. 주차별 강의(실습·실기·실험) 내용							
주별	차시	강의(실습·실기·실험) 내용				과제 및 기타 참고사항	
제 1 주	1	1] 강의주제 : 학과목 소개 및 영양학의 정의 2] 강의목표 : 강의계획서 소개 및 영양과 건강 3] 강의세부내용 :				주교재 (P13-20) PPT자료, 수업관련 유인물 수업관련기자재 : 빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드, 스피커	
	2	① 학습목표, 교재, 과제물, 평가계획 ② 건강, 식품, 영양, 영양소의 개념 ③ 체내에서의 영양소의 역할					
	3	4] 수업방법 : 강의 및 질의응답					
제 2 주	1	1] 강의주제 : 건강을 위한 식사지침				주교재 (P21-40), PPT 및	

	2	<p>2] 강의목표 : 올바른 식생활 실천을 위한 균형식과 식사 구성</p> <p>3] 강의세부내용 : ① 식사구성안을 이용한 식사 계획 ② 영양표시제도와 올바른 식사 지침 ③ 건강한 식생활을 위한 체크, 영양상태 판정</p> <p>4] 수업방법 : 강의 및 질의응답, 토의</p>	<p>시청각자료 수업관련기자재 : 빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드, 스피커</p>
제 3 주	1 2 3	<p>1] 강의주제 : 영양소의 소화와 흡수</p> <p>2] 강의목표 : 체내에서의 소화과정</p> <p>3] 강의세부내용 : ① 소화계란 무엇이며 소화과정에 대한 이해 ② 영양소의 흡수 과정 ③ 흡수된 영양소의 운반과정</p> <p>4] 수업방법 : 강의 및 질의응답, 토의</p>	<p>주교재 (P41-48), PPT자료 수업관련기자재 : 빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드, 스피커</p>
제 4 주	1 2 3	<p>1] 강의주제 : 탄수화물(당질) 영양 I</p> <p>2] 강의목표 : 탄수화물(당질)의 분류와 특성 및 영양</p> <p>3] 강의세부내용 : ① 당질영양 의 개요 ② 당질의 분류와 그 특성 ③ 당질의 체내에서의 역할 ④ 당질의 체내에서의 대사과정</p> <p>4] 수업방법 : 강의 및 질의응답, 토의, 수시평가</p> <p>※ 수시평가 시행 ①주제: 3주차 학습내용에 대한 이해</p> <p>②목표: - 전공 관련 이해도 측정 - 수업 집중도 및 지속적인 개별 학습 유도 - 4주차~13주차에 학습하게 될 다양한 영양소들의 대사과정에 대한 학습 이해도를 높이고자 소화 및 흡수기관인 식도, 위, 소장 및 대장의 구조와 운동기능, 소화와 흡수기능 이해함에 있다.</p> <p>③평가방법(7점): 지필고사(객관식 5문항, 단답형 주관식 2문항)</p>	<p>주교재 (P49-62), PPT자료 수업관련기자재 : 빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드, 스피커</p> <p>※ 수시평가 시행</p>
제 5 주	1 2	<p>1] 강의주제 : 탄수화물(당질) 영양II</p> <p>2] 강의목표 : 탄수화물(당질)과 관련된 영양문제와 권장량 및 급원식품</p> <p>3] 강의세부내용 : ① 당질의 급원식품 및 권장량 ② 당질 섭취와 관련된 영양문제 ③ 식이섬유소의 정의와 종류 및 생리기능</p> <p>4] 수업방법 : 강의 및 질의응답, 팀티칭 및 토의</p> <p>※과제물(팀별, 3 ~ 4인): ①주제: 생애 주기별/신체 건강별/노화와 영양 등 건강과 영양에 대해 조사하시오. (주제 택 1)</p>	<p>주교재 (P63-68), PPT자료 수업관련기자재 : 빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드, 스피커 팀별과제 발표 및 토의</p> <p>※과제물(팀별, 3 ~ 4인)</p>

		<p>②목표: 실생활에서 흔히 접할 수 있는 건강상의 문제에 따른 영양관리의 궁극적인 방법을 모색하기 위함</p> <p>③평가방법(8점):</p> <p>3 - 팀별로 조사 및 PPT발표 - 5주차부터 한 주에 한 팀씩 진행 - 목차와 내용 일치여부, 주제와 내용의 명확성, 도출된 의견과 결론의 논리성, 발표시 전달력, 토론 도출 능력 등 호응도 등 세부평가</p>	
제 6 주	1 2 3	<p>1] 강의주제 : 지질의 영양 I 2] 강의목표 : 지질의 종류와 특성 및 영양 3] 강의세부내용 : ① 지질의 개요와 분류 및 특성 ② 지질의 체내 역할 4] 수업방법 : 강의 및 질의응답, 팀티칭 및 토의</p>	<p>주교재 (P69-77), PPT자료 수업관련기자재 : 빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드, 스피커 팀별과제 발표 및 토의</p>
제 7 주	1 2 3	<p>1] 강의주제 : 지질의 영양II 2] 강의목표 : 지질의 대사과정과 관련된 건강 문제 3] 강의세부내용 : ① 지질의 소화 흡수 과정 ② 지질섭취와 관련된 영양과 건강문제 4] 수업방법 : 강의 및 질의응답, 팀티칭 및 토의</p>	<p>주교재 (P78-88), PPT자료 수업관련기자재 : 빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드, 스피커 팀별과제 발표 및 토의</p>
제 8 주	1 2 3	<p>중 간 고 사</p>	<p>필기시험 -객관식 10문항(각1점)+ 주관식 단답형 7문항(각2점)+주관식 기술형 2문항(각3점)=총30점</p>
제 9 주	1 2 3	<p>1] 강의주제 : 단백질의 영양 I 2] 강의목표 : 단백질의 개요와 분류 및 특성 3] 강의세부내용 : ① 단백질의 정의 ② 단백질의 체내의 역할 ③ 아미노산의 구조 와 종류 4] 수업방법 : 강의 및 질의응답, 팀티칭 및 토의</p>	<p>주교재 (P89-92), PPT자료 수업관련기자재 : 빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드, 스피커 팀별과제 발표 및 토의</p>
제 10 주	1 2 3	<p>1] 강의주제 : 단백질의 영양II 2] 강의목표 : 단백질의 대사 과정과 관련된 건강문제 3] 강의세부내용 : ① 단백질의 소화, 흡수과정 ② 단백질 섭취와 관련된 영양과 건강문제 ③ 단백질 식품의 질적인 평가와 섭취 4] 수업방법 : 강의 및 질의응답, 팀티칭 및 토의</p>	<p>주교재 (P93-100), PPT자료 수업관련기자재 : 빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드, 스피커 팀별과제 발표 및 토의</p>
제 11 주	1	<p>1] 강의주제 : 비타민의 영양 2] 강의목표 : 비타민 영양의 중요성</p>	<p>주교재 (P101-150), PPT자료 수업관련기자재 : 빔프로젝터,</p>

	2	3] 강의세부내용 : ① 비타민의 체내 역할 ② 비타민의 분류 및 일반성질 ③ 지용성 비타민의 생리기능 및 결핍, 과잉증 ④ 수용성 비타민의 생리기능 및 결핍, 과잉증						컴퓨터, 화이트보드, 스피커 팀별과제 발표 및 토의
	3	4] 수업방법 : 강의 및 질의응답, 팀티칭 및 토의						
제 12 주	1	1] 강의주제 : 무기질의 영양 2] 강의목표 : 무기질 영양의 중요성 3] 강의세부내용 :						주교재 (P151-188), PPT자료 수업관련기자재 : 빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드, 스피커 팀별과제 발표 및 토의
	2	① 무기질의 체내의 역할과 특성 ② 다량무기질의 생리기능 ③ 다량무기질의 급원식품과 권장량 ④ 미량무기질의 생리기능 ⑤ 미량무기질의 급원식품과 권장량						
	3	4] 수업방법 : 강의 및 질의응답, 팀티칭 및 토의						
제 13 주	1	1] 강의주제 : 수분과 영양 2] 강의목표 : 체내 수분의 역할 및 건강에 미치는 영향 3] 강의세부내용 :						주교재 (P189-198), PPT 및 시청각자료 수업관련기자재 : 빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드, 스피커 팀별과제 발표 및 토의
	2	① 체내 수분의 분포 ② 체내 수분의 역할 ③ 물의 생리적 기능 ④ 물과 건강						
	3	4] 수업방법 : 강의 및 질의응답, 팀티칭 및 토의						
제 14 주	1	1] 강의주제 : 영양관리와 항산화 영양소 2] 강의목표 : 비만이 인체에 미치는 영향과 항산화 영양소의 기능 3] 강의세부내용:						주교재 (P199-234), PPT 및 시청각자료 수업관련기자재 : 빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드, 스피커 팀별과제 발표 및 토의 - 수업참여도평가 : 학습자의 학습태도와 질의/응답을 통한 수업이해도 평가
	2	① 비만의 분류 및 원인 ② 체중조절 및 관리 ③ 에너지 섭취 불균형으로 유발되는 질환들 ④ 항산화의 개념과 항산화영양소의 역할						
	3	4] 수업방법 : 강의 및 질의응답, 팀티칭 및 토의						
제 15 주	1							필기시험 -객관식 10문항(각1점)+ 주관식 단답형 7문항(각2점)+주관식 기술형 2문항(각3점)=총30점
	2							
	3							
5. 성적평가 방법								
	중간고사	기말고사	수시평가	과제물	수업참여도	출석	합 계	비 고
	30%	30%	7%	8%	5%	20%	100%	
6. 수업 진행 방법								
- 강의 70%, 질의/응답 10%, 발표 및 토론 20%								
- 수시평가(7점): 교과목 주제 범위 내 지필고사로 진행								

- 과제물(팀별- 3~4인, 8점):

- ①주제: 생애 주기별 / 신체 건강별 / 노화와 영양 등 건강과 영양에 대해 조사하시오. (주제 택 1)
- ②목표: 실생활에서 흔히 접할 수 있는 건강상의 문제에 따른 영양관리의 궁극적인 방법을 모색하기 위함
- ③평가: 팀별 조사 및 발표 / 목차에 맞게 작성되었는가, 주제와 내용의 명확성, 도출된 의견과 결론의 논리성, 발표 시 전달력, 토론 도출 능력 등 호응도 등 세부평가
- ④5주차부터 한 주에 한 팀씩 진행

7. 수업에 특별히 참고하여야 할 사항

- 강의 오리엔테이션 : 영양학 소개와 주차별 강의내용 및 운영에 관한 주의사항 전달
- 강의자료 관련 공지 : 서울호서교육정보시스템(HEMS) 사용요령 및 강의자료 활용방법 안내
- 강의교재 관련 공지(강의계획서에 따른 주교재와 부교재 활용방법 설명)
- 성적평가 관련 공지(중간고사, 기말고사, 출석, 과제물, 수시평가, 수업참여도 평가 등)

8. 문제해결 방법(실험·실습 등의 학습과정의 경우에 작성)

9. 강의유형

이론중심(), 토론, 세미나 중심(), 실기 중심(), 이론 및 토론(O), 세미나병행(), 이론 및 실험, 실습 병행(), 이론 및 실기 병행()