

결	전공주임	교학부장
재		

수업 계획서

< 2017학년도 8월 21일 ~ 12월 8일 >

1. 강의개요							
학습과정명	미용과 건강	학점	3	교강사명		교강사 전화번호	
강의시간	3시간	강 의 실		수강대상	미용	E-mail	
2. 교육과정 수업목표							
<p>신체적(Physical), 정신적(Mental), 사회적(Social)으로 안녕(Well-being)이라고 세계보건기구 (WHO)에서 정의하고 있는 것처럼 인간의 삶에서 가장 우선시 되는 건강한 삶과 건강을 바탕으로 아름다운 신체 상태를 유지하기 위한 기초 지식이 되는 생활습관과 질병의 예방, 수명의 연장 등에 관해 익힌다. 본 교과목은 건강학개론, 내분비학, 면역학, 노화이론, 스트레스와 건강, 대체의학, 질병과 건강, 생활습관과 건강, 식생활과 식이요법, 개인건강, 인간행동, 유전과 건강, 보건활동, 미용과 건강, 환경과 건강, 증상과 치료와 같은 내용을 학습한다. 이를 통해 아름다움에 대한 건강으로의 내면적 접근방식을 이해하고 전인적 관점에서 고객상담 및 관리를 행할 수 있다.관리를 행할 수 있다.</p>							
3. 교재 및 참고문헌							
주교재	피부영양학	저자	전세열 외 1인	출판사	정담미디어	출판년도	2012
부교재(참고문헌)	뷰티영약학	저자	한정순 외 6인	출판사	메디시안	출판년도	2011
부교재(참고문헌)	미용영양학	저자	김명숙 외 4인	출판사	훈민사	출판년도	2007
4. 주차별 강의(실습·실기·실험) 내용							
주별	차시	강의(실습·실기·실험) 내용				과제 및 기타 참고사항	
제 1 주	1	<ul style="list-style-type: none"> - 강의주제 : 오리엔테이션 및 영양과 피부 건강의 상관관계에 대한 이해 - 강의목표 : 영양과 피부건강 - 세부내용 : <ul style="list-style-type: none"> - 오리엔테이션:강의소개 및 강의운영안내 - 건강과 식생활 - 피부와 영양의 관계 - 수업방법:강의 및 토론(질의/응답) 				주 p4-14 부1 p16-17 부2 p11-47	
	2						
	3						
제 2 주	1	<ul style="list-style-type: none"> - 강의주제 : 탄수화물의 특징 이해 - 강의목표 : 탄수화물과 건강 - 세부내용 : <ul style="list-style-type: none"> - 탄수화물의 종류 - 탄수화물의 기능 - 탄수화물과 건강 - 수업방법 : 강의 및 토론(질의/응답) 				주 p16-26 부1 p18-29 부2 p47-60 과제부여1: (5대영양소와 건강의 관계 조사)	
	2						
	3						
제 3 주	1	<ul style="list-style-type: none"> - 강의주제 : 지방의 특징 이해 - 강의목표 : 지방과 건강 - 세부내용 : <ul style="list-style-type: none"> - 지방의 분류 - 지방의 구조와 생리기능 				주 p28-43 부1 p29-42 부2 p61-77	
	2						
	3						

		<ul style="list-style-type: none"> - 지방과 건강 - 수업방법 : 강의 및 토론(질의/응답) 	
제 4 주	1	<ul style="list-style-type: none"> - 강의주제 : 단백질과 효소의 특징 이해 	주 p45-61 부1 p43-55 부2 p79-109
	2	<ul style="list-style-type: none"> - 강의목표 : 단백질과 건강 	
	3	<ul style="list-style-type: none"> - 세부내용 : <ul style="list-style-type: none"> - 단백질의 종류 - 단백질과 효소의 기능 - 단백질과 건강 - 수업방법 : 강의 및 토론(질의/응답) 	
제 5 주	1	<ul style="list-style-type: none"> - 강의주제 : 에너지 대사와 영양의 관계 이해 	주 p64-80 부1 p228-239 부2 p168-175
	2	<ul style="list-style-type: none"> - 강의목표 : 에너지 대사와 영양 	
	3	<ul style="list-style-type: none"> - 세부내용 : <ul style="list-style-type: none"> - 영양소의 소화와 흡수 - 인체의 에너지 소모량 - 수업방법 : 강의 및 토론(질의/응답) 	
제 6 주	1	<ul style="list-style-type: none"> - 강의주제 : 비타민의 특징 이해 	주 p82-101 부1 p55-82 부2 p111-138
	2	<ul style="list-style-type: none"> - 강의목표 : 비타민과 건강 	
	3	<ul style="list-style-type: none"> - 세부내용 : <ul style="list-style-type: none"> - 지용성 비타민의 특징 - 수용성 비타민의 특징 - 비타민 결핍증과 과잉증 - 수업방법 : 강의 및 토론(질의/응답) 	
제 7 주	1	<ul style="list-style-type: none"> - 강의주제 : 무기질과 물의 특징 이해 	주 p104-126 부1 p83-105 부2 p139-168
	2	<ul style="list-style-type: none"> - 강의목표 : 무기질과 건강 	
	3	<ul style="list-style-type: none"> - 세부내용 : <ul style="list-style-type: none"> - 무기질의 종류 - 무기질 결핍증과 과잉증 - 수분의 기능 - 수업방법 : 강의 및 토론(질의/응답) 	
제 8 주	1		객관식 20점/주관식10점 총30점(만점)
	2	중간고사	
	3		
제 9 주	1	<ul style="list-style-type: none"> - 강의주제 : 체중 관리의 이해 	주 p128-149 부1 p239-256 부2 p193-252 과제부여2: (비만의 원인과 관리 방법 조사)
	2	<ul style="list-style-type: none"> - 강의목표 : 비만 관리 	
	3	<ul style="list-style-type: none"> - 세부내용 : <ul style="list-style-type: none"> - 비만의 원인과 종류 - 비만관리를 위한 영양관리 및 운동요법 - 요요현상 - 수업방법 : 강의 및 토론(질의/응답) 	
제 10 주	1	<ul style="list-style-type: none"> - 강의주제 : 피부와 영양에 대한 이해 	주 p154-166 부1 p145-213 부2 p177-191
	2	<ul style="list-style-type: none"> - 강의목표 : 피부 구조와 영양 	
	3	<ul style="list-style-type: none"> - 세부내용 : <ul style="list-style-type: none"> - 피부의 구조와 기능 - 피부유형과 관리방법 - 문제성 피부와 영양관리 - 수업방법 : 강의 및 토론(질의/응답) 	
제 11 주	1	<ul style="list-style-type: none"> - 강의주제 : 모발과 영양에 대한 이해 	주 p167-176 부1 p214-225 부2 p253-267
	2	<ul style="list-style-type: none"> - 강의목표 : 모발과 영양 	
	3	<ul style="list-style-type: none"> - 세부내용 : <ul style="list-style-type: none"> - 모발의 구조 - 탈모의 원인과 영양 - 수업방법 : 강의 및 토론(질의/응답) 	

제 12 주	1	- 강의주제 : 식생활과 미용의 관련성 이해	주 p178-188 주 p210-220 부1 p276-326 부2 p275-304			
	2	- 강의목표 : 피부건강에 좋은 식품				
	3	- 세부내용 : - 기능성 식품의 특징 - 기호 식품과 피부 - 피부질환과 영양관리 - 수업방법 : 강의 및 토론(질의/응답)				
제 13 주	1	- 강의주제 : 아로마테라피의 이해	주 p190-208 부1 p257-273 부2 p305-311			
	2	- 강의목표 : 아로마테라피				
	3	- 세부내용 : - 아로마 요법의 특징 - 에센셜 오일의 활용 - 피부타입별 아로마 사용법 - 수업방법 : 강의 및 토론(질의/응답)				
제 14 주	1	- 강의주제 : 건강과 피부의 상관관계 이해	주 p222-239 부1 p108-144 부2 p20-46			
	2	- 강의목표 : 건강을 위한 영양관리				
	3	- 세부내용 : - 건강관리 - 건강진단과 영양상태 판정법 - 건강을 위한 영양관리 - 수업방법 : 강의 및 토론(질의/응답)				
제 15 주	1	기말고사	객관식 20점/주관식10점 총30점(만점)			
	2					
	3					
5. 성적평가 방법						
중간고사	기말고사	과제물	출결	기타	합계	비고
30 %	30%	15%	20%	5 %	100 %	
6. 수업 방법(강의, 토론, 실습 등)						
* 교재와 ppt를 통한 이론 학습						
* 주제에 따른 이론 수업						
* 학습주제에 따른 사전 과제 및 사례 발표를 통한 토론식 위주의 수업 진행 예정.						
7. 수업에 특별히 참고하여야 할 사항						
* 수업시 교재 ppt 지참						
* 매주 수업 전 hems 강의자료실에 업데이트 된 수업준비물(ppt) 출력 필수.						
8. 문제해결 방법(실험·실습 등의 학습과정의 경우에 작성)						