

결	전공주임	교학부장
재		

수업 계획서

< 2017학년도 8월 21일 ~ 12월 8일 >

1. 강의개요							
학습과정명	영양학	학점	3학점	교강사명		교강사 전화번호	
강의시간	3시간	강의실		수강대상	호텔조리	E-mail	
2. 교육과정 수업목표							
<ol style="list-style-type: none"> 1. 건강을 유지하는 데 필요한 영양소의 종류와 작용 등을 알고 식생활에서 이들 식품공급원을 올바르게 이용 할 수 있도록 하기 위함에 있다. 2. 영양과 영양소의 개념을 이해하고 건강을 유지하는데 필요한 영양소의 종류와 체내작용에 대해 학습한다. 3. 소화기관의 구조와 음식물의 소화과정과 흡수 기전에 대하여 학습한다. 4. 탄수화물, 지방, 단백질, 비타민, 무기질과 수분 등 영양소의 특성, 체내 대사 작용, 결핍증 및 과다증과 급원식품 등에 대한 지식을 습득한다. 5. 항산화 영양소의 개념 및 체내 역할에 따른 영양관리, 비만과 체중조절, 에너지 평형과 대사에 대해 학습한다. 6. 이로써 영양과 건강에 대한 정보를 올바르게 파악할 수 있도록 하며 식품산업과 외식산업의 발달에 발맞춰 균형 잡힌 식사를 계획하고 실천할 수 있다. 							
3. 교재 및 참고문헌							
주교재	New 영양학	저자	김나영 외 7인	출판사	백산	출판 년도	2015
부교재	재미있고 유용한 조리영양학	저자	김이수	출판사	대왕사	출판 년도	2014
4. 주차별 강의(실습·실기·실험) 내용							
주별	차 시	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</p> <p>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, 발표 시 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 style="text-align: center;">중 간 고 사</p>	<p style="text-align: center;">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	기 말 고 사					
	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()