

美和科技大學



食品營養系

課程規範

課程名稱：

營養學

中華民國 114 年 09 月制定

1. 課程基本資料：

科目名稱	中文	營養學	
	英文	Nutriology	
適用學制	五專	必選修	必
適用部別	日間部	學分數	3
適用系科別	食品營養系	學期/學年	一學期
適用年級/班級	三年級	先修科目或先備能力	無

2. 食品營養系目標培育人才

依據 UCAN 系統，本系以培育「專業職能」為目標。

教育目標	職涯類型	就業途徑	專業職能
食品品管及食品生技研發	C5 天然資源、食品與農業	C5.1 食品生產與加工	C5.1.1 執行食品加工流程
			C5.1.2 執行加工食品的研發工作
			C5.1.3 規劃、執行、管理並且提供與食品包裝和維護相關的服務
			C5.1.4 執行危害分析以及進行管制作業，以控管食品的生產流程並掌握加工的品質
			C5.1.5 依照既定法規以及相關作業流程，維護加工食品以及從業人員的健康與安全
	C6 醫療保健	C6.5 生技研發	C6.5.1 彙整生物技術研究的目標，並且將其開發為合法的生物技術產品，致力於改善人類生活品質
			C6.5.4 制定實驗室生物安全的規範（如無菌技術、污染防治、測量和校準儀器）
			C6.5.5 生物科技產品之效益評估、產品推廣及實際應用（技術移轉、推廣、臨床應用）
	C6 醫療保健	C6.1 醫療服務	C6.1.1 建立醫病關係以協助評估、了解身心健康問題
			C6.1.2 分析身心健康問題及病人需求，以訂定醫療照護計畫
			C6.1.3 執行並落實醫療照護措施
			C6.1.4 追蹤醫療照護效果
			C6.1.5 依醫療照護或病人需求進行轉

			介或轉銜，以協助病患得到持續性照護
			C6.1.6 執行及推廣社區醫療及照護保健相關活動

3. 課程對應之 UCAN 職能

課程 \ 職能	專業職能 M	專業職能 A
營養學	建立醫病關係以協助評估、了解身心健康問題	執行及推廣社區醫療及照護保健相關活動

註：M 表示課程內容須教授之「主要」相關職能 A 表示課程內容須教授之「次要」相關職能

4. 教學目標

本課程可以達到以下目標：

在於培養學生理解營養素的功能、需求量、來源及其在維持健康與預防疾病中的角色，並具備設計均衡飲食與營養評估的能力。課程強調六大類營養素（醣類、蛋白質、脂質、維生素、礦物質與水）的生理功能、代謝調控與營養需求，學生需能熟悉不同年齡層、性別及特殊族群（如孕婦、嬰幼兒、老年人）的營養需求差異，並能將理論應用於日常飲食設計與臨床照護。

教學目標：

- 4.1 建立學生對膳食建議量（DRIs）、膳食指南與食品組合的理解，強化其分析飲食品質與規劃健康飲食的能力。
- 4.2 課程同時結合慢性疾病營養相關知識，使學生能將營養素攝取與肥胖、糖尿病、心血管疾病及癌症等疾病的預防連結。
- 4.3 培養學生不僅能通過國考，更能具備營養評估、膳食規劃與健康促進的專業能力，成為能夠服務臨床、社區與公共衛生領域的合格營養師。

5. 課程描述

5.1 課程說明

5.1.1 課程定位：本課程為營養師國考核心專業科目，結合理論與實務，強調營養素需求、膳食規劃與疾病預防的應用。

5.1.2 學習重點：

- (1) 營養素功能：碳水化合物、蛋白質、脂質、維生素、礦物質及水的生理功能與代謝角色。

- (2) 需求量與建議：膳食營養素參考攝取量 (DRIs)、膳食指南與食品代換。
- (3) 生命週期營養：不同年齡、性別及特殊族群（嬰幼兒、孕婦、老年人等）的營養需求。
- (4) 膳食規劃：均衡飲食設計、飲食品質評估與營養教育方法。
- (5) 營養與健康：營養與慢性疾病（肥胖、糖尿病、心血管疾病、癌症等）的關聯。
- (6) 公共衛生營養：社區營養、膳食調查及健康促進。
- 5.1.3 課程目標：培養學生能夠運用營養學知識進行飲食評估與規劃，解釋營養素與疾病預防的關係，並具備臨床與社區實務應用能力。
- 5.1.4 應用導向：本課程協助學生銜接臨床營養與公共衛生領域，強化應考實力，並奠定成為合格專業營養師的基礎。

5.2 課程綱要

課程內容規劃	課程設計養成之職能	時數
營養科學	M(C6.1.1,C6.1.2,C6.1.3)、A(C6.1.4,C6.1.5,C6.1.6)	3
健康飲食工具	M(C6.1.1,C6.1.2,C6.1.3)、A(C6.1.4,C6.1.5,C6.1.6)	3
碳水化合物的組成與分類	M(C6.1.1,C6.1.2,C6.1.3)、A(C6.1.4,C6.1.5,C6.1.6)	3
碳水化合物的功能與健康問題	M(C6.1.1,C6.1.2,C6.1.3)、A(C6.1.4,C6.1.5,C6.1.6)	3
脂質的組成與分類	M(C6.1.1,C6.1.2,C6.1.3)、A(C6.1.4,C6.1.5,C6.1.6)	3
脂肪的功能與健康問題	M(C6.1.1,C6.1.2,C6.1.3)、A(C6.1.4,C6.1.5,C6.1.6)	3
蛋白質的組成與分類	M(C6.1.1,C6.1.2,C6.1.3)、A(C6.1.4,C6.1.5,C6.1.6)	3
蛋白質的功能與健康問題	M(C6.1.1,C6.1.2,C6.1.3)、A(C6.1.4,C6.1.5,C6.1.6)	3
維生素的功能與健康問題	M(C6.1.1,C6.1.2,C6.1.3)、A(C6.1.4,C6.1.5,C6.1.6)	3
礦物質的功能與健康問題	M(C6.1.1,C6.1.2,C6.1.3)、A(C6.1.4,C6.1.5,C6.1.6)	3
能量代謝的營養素	M(C6.1.1,C6.1.2,C6.1.3)、A(C6.1.4,C6.1.5,C6.1.6)	3
胺基酸代謝的營養素	M(C6.1.1,C6.1.2,C6.1.3)、A(C6.1.4,C6.1.5,C6.1.6)	3
水分平衡的營養素	M(C6.1.1,C6.1.2,C6.1.3)、A(C6.1.4,C6.1.5,C6.1.6)	3
血液健康的營養素	M(C6.1.1,C6.1.2,C6.1.3)、A(C6.1.4,C6.1.5,C6.1.6)	3
骨骼組成的營養素	M(C6.1.1,C6.1.2,C6.1.3)、A(C6.1.4,C6.1.5,C6.1.6)	3
骨骼健康的營養素	M(C6.1.1,C6.1.2,C6.1.3)、A(C6.1.4,C6.1.5,C6.1.6)	3

5.3 教學活動

- (1).課堂講授 :教師講解分析。
- (2).實例說明及討論
- (3).課堂討論 :全班及小組心得分享，延伸學習。
- (4).平時、期中、期末評量

5. 成績評量方式

- (1).期中成績百分比：30%
- (2).期末成績百分比：30%
- (3).平時成績百分比：40%(包含出席率、上課表現與討論等)

7. 教學輔導

7.1 課業輔導/補救教學對象：

- 7.1.1 成績欠佳之學生：凡學習成效不佳、動機不強之學生，特別提醒外並於安排於課輔時間了解原因並輔導，同時強化學生於報告及討論等平時成績的參與及重視。
- 7.1.2 有特別學習需求之學生：因其他特殊學習需求，學生有個別需要深入了解本科目更深入的學習內容、特殊主題或進階應用有興趣者，指導其深入相關領域知識的追求。
- 7.1.3 學習進度落後，以及期中考和成績低於 60 分的同學，依「美和科技大學學生課業及考照輔導辦法」，配合教師發展中心、成績預警制度進行輔導。

7.2 課業輔導/補救教學之實施

- 7.2.1 課業輔導/補救教學之實施方式，配合「通識教育中心課業輔導辦法」並採下列方式進行：
- 7.2.2 分組互助教學：建立小組同儕學習制度，將學生予以分組，並於每組中安排成績優異的學生擔任小老師，隨時協助成績欠佳學生跟上學習進度，並可借此形成互相觀摩學習的讀書風氣。
- 7.2.3 課後輔導：由授課教師於課輔時間 (Office Hours)，幫助成績欠佳或有特別學習需求之學生進行課後輔導。
- 7.2.4 補救教學：授課教師額外指定成績欠佳學生，進行課後作業練習，使其能在不斷的練習中獲得進步。

7.3 課業輔導/補救教學時間與聯絡方式

7.3.1 輔導時間：

由授課教師協商安排，藉由下課時間與學生自由交談，了解其學習成效，作為內容修正之參考。

7.3.2 輔導老師聯繫方式：

授課教師：吳文童

校內分機：8392

授課教師 email：x00011355@meiho.edu.tw

教師研究室：G1101