

重新查詢

友善列印

### 0981學期 課程基本資料

系所 / 年級	保健系 2年級	課號 / 班別	26U00049 / A
學分數	2學分	選 / 必修	選修
科目中文名稱	營養學(二)	科目英文名稱	Nutrition (2)
主要授課老師	黃晉修	開課期間	一學年之上學期
人數上限	70 人	已選人數	56人

### 起始週 / 結束週 / 上課地點 / 上課時間

第1週 / 第18週 / I106 / 星期三第03節  
第1週 / 第18週 / I106 / 星期三第04節

請各位同學遵守智慧財產權觀念；請勿非法影印。

### 教學綱要

一、教學目標(Objective) 飲食營養與我們健康生活息息相關。本課程旨在瞭解營養與健康的關係，同時學習如何藉由健全的飲食來促進健康並預防疾病。

二、先修科目(Pre Course) 營養學(一)

三、教材內容(Outline) 本學期著重於「維生素」和「礦物質」的介紹。此兩類營養素雖歸屬於微量營養素，但卻是一般社會大眾最常缺乏並導致許多疾病發生的原因。近年<美國醫學會期刊>上有兩篇文章不約而同建議所有成人每天服用綜合維生素和礦物質補充劑。原因是許多人的飲食太不均衡了。而你是否也應

四、教學方式(Teaching Method) 講授、研討、媒體運用

五、參考書目(Reference)  
1.書名:透視營養學  
作者:蕭寧馨編譯 出版社:藝軒圖書出版社  
2.實用營養學謝明哲等人華格那出版社  
3.營養學徐成金等人華格那出版社  
4.實用營養學 (8th Ed)方素琦等人華藤文化股份有限公司  
5.普通營養學賴明宏等人華格那出版社 6.NutritionLori A. Smolin & Mary B. GrosvenorSaunders College Publishing (藝軒出版社代理)

2009/9/16	課程簡介、分組	黃晉修
2009/9/23	介紹六大類營養素	黃晉修
2009/9/30	維生素概論	黃晉修
2009/10/7	脂溶性維生素	黃晉修
2009/10/14	水溶性維生素	黃晉修
2009/10/21	專題報告(1)	黃晉修
2009/10/28	專題報告(2)	黃晉修

六、教學進度(Syllabi)	2009/11/4	維生素重點回顧與整理	黃晉修
	2009/11/11	期中考	黃晉修
	2009/11/18	水和巨量礦物質(1)	黃晉修
	2009/11/25	水和巨量礦物質(2)	黃晉修
	2009/12/2	微量礦物質	黃晉修
	2009/12/9	極微量礦物質	黃晉修
	2009/12/16	專題報告(3)	黃晉修
	2009/12/23	專題報告(4)	黃晉修
	2009/12/30	專題報告(5)	黃晉修
	2010/1/6	礦物質重點回顧與整理	黃晉修
	2010/1/13	期末考	黃晉修

七、評量方式(Evaluation) 上台報告20%、期中考 30%、期末考 30%、出席與課堂表現 20%

八、講義位址(<http://>)

九、教育目標

重新查詢

課程查系統 Viewable With Any Browser & 1024 x 768 Resolution

亞洲大學 41354 台中市霧峰區柳豐路500號 TEL: 886 + (0)4 + 2332-3456 FAX: 886 + (0)4 + 2331-6699 © Asia University, Taiwan