

重新查詢

友善列印

0981學期 課程基本資料

系所 / 年級	通識課程 1年級	課號 / 班別	GOG00189 / A
學分數	2學分	選 / 必修	通識
科目中文名稱	飲食保健新知-3	科目英文名稱	Current topics in diet and health
主要授課老師	蒙美津	開課期間	一學年之上學期
人數上限	48 人	已選人數	60 人

起始週 / 結束週 / 上課地點 / 上課時間

第1週 / 第18週 / L002 / 星期1第03節
第1週 / 第18週 / L002 / 星期1第04節
第1週 / 第18週 / L002 / 星期1第03節
第1週 / 第18週 / L002 / 星期1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) 促使學生對日常飲食有正確的營養保健觀念，能正確選擇對身體有益的食物，達到預防勝於治療的目的。

二、先修科目(Pre Course)

三、教材內容(Outline) 1. 基礎飲食營養保健學理 2. 最新飲食營養資訊

四、教學方式(Teaching Method) 主題式講授、媒體運用

五、參考書目(Reference) 1. 蕭寧馨. 食品營養概論. 時新出版社, 台北市.
2. 謝明哲等校閱. Krause's 膳食療養學. 藝軒, 台北市.
3. 食品資訊網.

2009/9/14	開學週	蒙美津
2009/9/21	人如其食	蒙美津
2009/9/28	健康飲食三部曲	趙哲毅
2009/10/5	不能不知道的腸識	蒙美津
2009/10/12	Learn體重管理	趙哲毅
2009/10/19	如何吃油才健康	蒙美津
2009/10/26	如何遠離代謝症候群	趙哲毅

六、教學進度(Syllabi)

2009/11/2 精明外食族
2009/11/9 期中考
2009/11/16 糖尿病治療新知
2009/11/23 飲食防癌輕鬆做
2009/11/30 預防骨質疏鬆症/給你好臉色
2009/12/7 吃的保養品
2009/12/14 與時間拔河-飲食抗老新知
2009/12/21 認識健康概念食品
2009/12/28 紅麴保健新知
2010/1/4 期末總複習
2010/1/11 期末考

蒙美津
趙哲毅
趙哲毅
蒙美津
趙哲毅
蒙美津
趙哲毅
蒙美津
趙哲毅
蒙美津
趙哲毅
蒙美津
趙哲毅

七、評量方式(Evaluation)

期中考35%，期末考35%，出席與課堂表現30%

八、講義位址(<http://>)

九、教育目標

重新查詢