

## 天皇學院一貫道學系 106 學年度入學

## 108 學年度第 1 學期 樂齡營養學與膳食實作 課程大綱

| 課程基本資訊                      |                                       |                                  |                      |
|-----------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|----------------------|
| 科目名稱 (中文)<br>Subject        | 樂齡營養學與膳食實作                            | 學分數<br>Credits                   | 3                    |
| 科目名稱 (英文)<br>Subject        | Senior Nutrition and Dietary Practice | 上課時數<br>Lecture Hours            | 3                    |
| 科目代碼<br>Course Code         |                                       | 授課部別<br>Teaching Division        | 一貫道學系學士班             |
| 修課別<br>Required or Elective | 選修                                    | 科目類別<br>Subject Category         | 高齡健康照護就業學程           |
| 授課班級<br>Class               | 學士班三年級                                | 授課班級代碼<br>Class Code             |                      |
| 授課教師<br>Instructor          | 洪綺琳                                   | 教師 E-mail<br>Instructor's E-mail | chilin5415@gmail.com |
| Office Hours                |                                       | 教師網站<br>Instructor's Website     |                      |

| 課程發展 Curriculum Development (經審查或課程委員會通過，由系辦統一輸入) |                                                                                |                             |
|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| 課程概述                                              | 本課程提供學生高齡營養與膳食的基本知識，及製作膳食的能力與技巧。介紹各種營養素，探討高齡者在不同階段與罹患不同疾病時的飲食要點，以提升對高齡長輩的照顧能力。 |                             |
| 課程學習目標與核心能力之對應關係                                  | 課程學習目標                                                                         |                             |
|                                                   | 1                                                                              | 瞭解膳食中各類營養素之種類與功用            |
|                                                   | 2                                                                              | 瞭解高齡營養與膳食的基本知識與內涵           |
|                                                   | 3                                                                              | 瞭解高齡者面臨疾病時營養照顧的知識與技巧        |
|                                                   | 4                                                                              | 瞭解高齡者老化過程中食物質地改變的知識與製作膳食之能力 |
|                                                   | 5                                                                              | 具備老人營養評估能力與設計一日飲食之能力        |
|                                                   | 6                                                                              | 瞭解各種食物之代換知識                 |
|                                                   | 對應核心能力                                                                         |                             |
|                                                   | 專業知識                                                                           |                             |
|                                                   | 專業知識                                                                           |                             |
|                                                   | 專業知識、實務技能                                                                      |                             |
|                                                   | 專業知識、實務技能、學習與創新                                                                |                             |
|                                                   | 專業知識、實務技能、學習與創新                                                                |                             |
|                                                   | 專業知識、實務技能、學習與創新                                                                |                             |

| 課程與校核心能力權重值關連 |      |      |      |        |       |          |
|---------------|------|------|------|--------|-------|----------|
| 校核心能力         | 1    | 2    | 3    | 4      | 5     | 權重<br>總和 |
|               | 專業知識 | 實務技能 | 宗教願行 | 多元文化素養 | 學習與創新 |          |
| 百分比%          | 50   | 40   |      | 5      | 5     | 100      |

| 課程進度表 Course Schedule |                           |    |
|-----------------------|---------------------------|----|
| 週次<br>Week            | 教學內容<br>Teaching contents | 備註 |
| 1                     | 課程簡介<br>各類營養素介紹(I)        |    |
| 2                     | 各類營養素介紹(II)               |    |
| 3                     | 老年人的生理變化與營養需求             |    |
| 4                     | 健康老人飲食:得舒飲食&地中海飲食         |    |
| 5                     | 老化與慢性疾病營養照顧-心血管疾病、高血壓     |    |
| 6                     | 老化與慢性疾病營養照顧-糖尿病、腎臟疾病      |    |
| 7                     | 老化與慢性疾病營養照顧-痛風、骨質疏鬆       |    |
| 8                     | 老化與慢性疾病營養照顧-癌症            |    |
| 9                     | 期中測量                      |    |
| 10                    | 高齡咀嚼吞嚥障礙                  |    |
| 11                    | 高齡常見質地改變的飲食原則             |    |
| 12                    | 剝碎飲食:實作                   |    |
| 13                    | 細泥飲食:實作                   |    |
| 14                    | 天然食物攪打管灌:實作               |    |
| 15                    | 液體增稠劑,酵素膠化劑,食材軟化劑:實作      |    |
| 16                    | 食物代換&一日飲食設計               |    |
| 17                    | 一日飲食設計(考試)                |    |
| 18                    | 期末測驗                      |    |

| 教材 Course Material <作者 Author (年代 Year)。書名 Title。出版地：出版者 Publisher。>                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1.使用教材 Teaching Material</b>                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 李仁鳳等(2018)。高齡營養學(第三版)。台北:華格納。                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>2.參考書目 Reference Book</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Mellssa Bernstein&Ann Schmidt Luggen(2011)。老人營養學。台北:禾楓。<br>章樂綺等(2015)。實用膳食療養學。台北:華杏。<br>足立香代子(2018)。營養學解說事典。台北:晨星。<br>葉松鈴等(2017)。營養學(第二版)。台北:新文京。                                                                                                                                                    |
| <b>3.指定閱讀 Assigned Book</b>                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 章樂綺等(2015)。實用膳食療養學。台北:華杏。                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>4.教學方式 Teaching Methods</b>                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <input checked="" type="checkbox"/> 課堂講授 Lectures <input checked="" type="checkbox"/> 課堂討論 Class Discussions <input checked="" type="checkbox"/> 實作演練 Practices<br><input type="checkbox"/> 專題演講 Seminar <input type="checkbox"/> 實地參訪 Field Trips <input type="checkbox"/> 成果發表 Presentation<br>其他： |

| 教學與評量方式 Teaching and Assessment |           |                    |
|---------------------------------|-----------|--------------------|
| 課程學習目標                          | 教學方式      | 評量方式               |
| 1. 瞭解膳食中各類營養素之種類與功用             | 講述法       | 課堂討論與表現、紙 筆測驗      |
| 2. 瞭解高齡營養與膳食的基本知識與內涵            | 講述法       | 課堂討論與表現、紙 筆測驗      |
| 3. 瞭解高齡者面臨疾病時營養照顧的知識與技巧         | 講述法       | 課堂討論與表現、紙 筆測驗      |
| 4. 瞭解高齡者老化過程中食物質地改變的知識與製作膳食之能力  | 講述法<br>實作 | 課堂討論與表現、實作評量       |
| 5. 具備老人營養評估能力與設計一日飲食之能力         | 講述法<br>實作 | 課堂討論與表現、實作評量       |
| 6. 瞭解各種食物之代換知識                  | 講述法<br>實作 | 課堂討論與表現、紙 筆測驗、實作評量 |

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 成績評量及<br>方式<br>Grading    | <p>下列評量方式僅供參考，請老師依實際需求於後續各評量欄位中，勾選對應之號碼，或於「其他」項目中，自行增列評量方式。</p> <p>1.出席狀況 Attendance</p> <p>2.課堂討論與表現 Class Discussions：就學生課堂參與討論及行為表現考查。</p> <p>3.紙筆測驗 Tests：就學生經由教師依教學目標及教材內容所進行之測驗考查。</p> <p>4.作業成績 Assignments：就學生各種習作考查。</p> <p>5.口頭報告（含個人或小組） Oral Reports：就學生蒐集資料、閱讀、觀察、訪問、調查等所得結果之口頭報告考查。</p> <p>6.書面報告（含個人或小組） Reports：就學生蒐集資料、閱讀、觀察、訪問、調查等所得結果之書面報告考查。</p> <p>7.口試 Oral Tests：就學生之口頭問答結果考查。</p> <p>8.實作（含分組演練/合作等） Collaborations：就學生之實際操作及解決問題等行為表現考查。</p> <p>9.實習 Practical Trainings：就學生之實習表現考查，包含實習心得發表、機構督導評分、學校督導評分等。</p> <p>10.展演 Exhibitions：就學生之表演活動考查。</p> <p>11.自我評量 Self-assessment：學生就自身學習情形，成果及行為表現，作自我評量。</p> <p>12.同儕互評 Peer-assessment：學生之間就行為或作品相互評量。</p> <p>13.其他 Other</p> |
| 平時評量：40%<br>Usual Tests   | 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 <input checked="" type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8 <input checked="" type="checkbox"/> 9 <input type="checkbox"/> 10 <input type="checkbox"/> 11 <input checked="" type="checkbox"/> 12 <input type="checkbox"/> 13 <input type="checkbox"/><br>其他：                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 期中評量：25%<br>Mid-term Exam | 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input checked="" type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8 <input type="checkbox"/> 9 <input type="checkbox"/> 10 <input type="checkbox"/> 11 <input type="checkbox"/> 12 <input type="checkbox"/> 13 <input type="checkbox"/><br>其他：                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 期末評量：35%<br>Final Exam    | 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8 <input checked="" type="checkbox"/> 9 <input type="checkbox"/> 10 <input type="checkbox"/> 11 <input type="checkbox"/> 12 <input type="checkbox"/> 13 <input type="checkbox"/><br>其他：                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

| 補救機制與相關課程資訊         |                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 補救教學機制<br>Redeeming | <p>對於學習狀況低落之學生，教師應透過本校「學生學業成績預警輔導機制」予以加強學習輔導。</p> <p>補救教學機制：（可複選）</p> <p><input type="checkbox"/> Office Hours</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 期中考成績不及格輔導</p> <p><input type="checkbox"/> 開設補救教學輔導班</p> |

「遵守智慧財產權觀念」及「不得不法影印」

本課程為 108 學年度開設

|                                                    |                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                    | <input type="checkbox"/> 申請課輔小老師給予輔導<br><input checked="" type="checkbox"/> 其他補救教學機制：實作練習                                                               |
| 課程相關證照、學程與<br>升學<br>Course-Related<br>Certificates | <input type="checkbox"/> 相關證照：<br><input type="checkbox"/> 相關國家考試：<br><input type="checkbox"/> 學程課程/就業學程課程：      學程<br><input type="checkbox"/> 升學相關課程： |