

# 콘텐츠 개발계획서

교 과 목 명	기초영양학	학점
		3

## I. 개발 개요

### 1. 목적 및 필요성

건강과 영양에 관한 튼튼한 기초이론을 터득하고, 응용할 수 있도록 기본적인 영양 지식 습득에 목표를 두고 있습니다. 식생활이 중요해진 요즘 시기의 6대 영양소인 탄수화물, 지질, 단백질, 비타민, 무기질 및 물의 성질을 파악하고 그에 따른 생리적 작용, 대사, 결핍/과잉증, 급여 식품 등에 대한 기초이론을 익혀 이를 실생활 식습관에 적용하여 더 나은 건강한 식습관을 학습 할 수 있다.

e-러닝 강좌의 개발을 통해 더욱 접근성 높게 기초영양학 강의를 동신대학교 전교생 및 교직원에게 제공할 수 있으며, 건강과 영양, 식습관에 관심이 있는 재학생 및 졸업생, 그리고 영양학 전공생을 포함한 모든 초보자를 대상으로 기초영양학을 학습할 수 있다. 특히 온라인 수업의 장점으로 영양학 전공자를 포함한 비전공자까지도 더욱 접근성 높은 환경을 제공함으로써 영양학에 대한 지식 향상에 도움을 줄 수 있다.

## II. 개발내용 및 방법

수업목표	영양과 건강의 정의, 영양소 별 소화흡수 및 체내기능, 결핍증, 과잉증, 그리고 질병과의 상호 관계등을 배울 수 있다.	
차시	학습주제 및 학습내용	비고
수업소개	기초영양학에 대한 개념과 영양소의 개념	
1 주차	제1장 식생활과 건강 건강한 식생활 습관과 방법, 영양소의 개념	
2 주차	제2장 소화와 흡수 인체에서 소화와 흡수에 대한 개념	
3 주차	제3장 탄수화물의 정의 탄수화물에 분류·소화·흡수·운반에 대한 개념	
4 주차	제4장 탄수화물의 대사 탄수화물의 대사와 체내기능에 대한 개념	
5 주차	제5장 지질 지질에 대한 개념과 이해	
6 주차	제6장 단백질 단백질에 대한 개념과 이해	
7 주차	제7장 에너지 대사 인체의 에너지와 대사량에 대한 개념	
8 주차	중간시험	
9 주차	제8장 수용성 비타민(1) 수용성 비타민의 체내 작용과 결핍증에 대한 이해	
10 주차	제9장 수용성 비타민(2) 수용성 비타민의 체내 작용과 결핍증에 대한 이해	
11 주차	제10장 지용성 비타민 지용성 비타민의 체내 작용과 결핍증에 대한 이해	
12 주차	제11장 다량 무기질 무기질의 일반적인 내용과 미량 무기질에 대한 이해	
13주차	기말시험	