

창신대학교 강의계획서

과 목 명	생애주기영양학		
담당교수	박 혜 진	소 속	식품영양학과
수업 목표	<ul style="list-style-type: none"> - 생애주기영양학에서는 인간생애주기별 생리적 특성, 영양, 질환 등을 배움으로써 식생활 전반과 영양상담, 식품영양관련 적용 능력과 관련된 태도를 함양할 수 있다. - 생애주기별 생리적 특성 및 필요영양을 습득한다. - 생애주기별 관련 질환들에 대한 기본 지식을 습득한다. 		
강의내용 요약	<ul style="list-style-type: none"> - 모성영양의 생리적 특성과 식생활, 관련 질환(임신기, 수유기) - 영아기 생리적 특성과 영양 대사, 관련 질환 - 유아기 생리적 특성과 영양 대사, 관련 질환 - 학동기 생리적 특성과 영양 대사, 관련 질환 - 청소년기 생리적 특성과 영양 대사, 관련 질환 - 성인기 생리적 특성과 영양 대사, 관련 질환 - 노년기 생리적 특성과 영양 대사, 관련 질환 - 운동이 신체기능에 미치는 영향 및 영양대사 		
기대효과	<ul style="list-style-type: none"> - 생애주기별 생리적 특성이 소화, 흡수, 대사적 특성, 관련 질환들이 지난 학기 제작된 e-러닝 교과목인 기초영양학과 연계성이 높기 때문에 영양관련 필수교육과정의 심화단계인 생애주기영양학을 온라인 영상으로 제작함으로써 영양학 파트의 체계화된 온라인교육 시스템을 구축할 수 있다. - 높은 이해도를 요구하는 교과목으로 학습자가 용이한 시간에 학습이 자유롭게 이루어질 수 있고 반복학습이 가능한 온라인 콘텐츠로 인해 본 교육내용에 대한 이해도 증가는 물론 연계과목들의 학습효과 상승도 기대할 수 있으며 이는 영양사 국가고시합격을 상승에도 기여할 것으로 기대할 수 있다. 		
기타	<ul style="list-style-type: none"> - 온라인 콘텐츠와 LMS를 통한 하브루타, 플립러닝을 연계한 블렌디드 과정을 통해 자기 맞춤형 학습법 개발을 기대할 수 있다. - 학습자가 주체가 되는 혼합형 교육방식으로 스스로가 공부할 수 있는 사고력 향상과 학습자간 상호작용이 촉진되고 수업 참여도 향상을 기대할 수 있다. - 식품영양학과의 주요 과목들과 연계성이 높은 만큼 영양사 국가고시 특강 또는 학습역량이 다소 떨어지는 학생들을 위한 비교과 특강, 복학생, 편입생, 전과생들을 대상으로 한 전공심화 과정의 콘텐츠로서의 활용도가 높을 것으로 기대된다. 		

주차/차시별 수업 계획

주차	차시	주차 강의별 설명
1주	1차시	-생애주기단계의 구분과 생애주기 영양학에서 다루게 되는 내용과 연계 교과목들의 관련성에 대한 소개가 이루어진다.
	2차시	-세포의 성장 단계와 성장과 발달의 구분, Scamon의 성장곡선에 대해서 설명할 수 있다.
	3차시	-성장, 발달인자인 유전적 요인과 환경적 요인에 대해서 설명할 수 있다.
2주	1차시	-여성의 생식기관의 구조와 기능, 관련 호르몬들의 종류와 분비장소, 기능들에 대해서 설명할 수 있다.
	2차시	-여성의 월경주기와 관련된 호르몬들에 대해서 설명할 수 있고 생식기능에 영향을 주는 요인들에 대해서 설명할 수 있다.
	3차시	-임신과정과 태아부속기관들의 종류와 기능에 대해 설명할 수 있다.
3주	1차시	-임신기 모체의 내분비계, 혈액순환계 및 혈액조성등의 변화에 대해서 설명할 수 있다.
	2차시	-임신기 섭식행동, 대사의 변화와 체중증가의 중요성에 대해서 설명할 수 있다.
	3차시	-임신기 영양불량 시기와 정도에 따른 태아의 성장지연 양상에 대해서 설명할 수 있다.
4주	1차시	-한국인영양섭취기준에 근거한 임신기 영양필요량에 대해서 설명할 수 있다.
	2차시	-임신기 식습관과 생활습관이 임신 결과에 미치는 영향에 대해서 설명할 수 있다.
	3차시	-임신중독증, 임신성 당뇨 등과 같은 고위험 임신의 원인, 증상, 영양관리에 대해서 설명할 수 있다.
5주	1차시	-산육의 정의와 산육시 주의사항에 대해서 설명할 수 있다.
	2차시	-모유의 분비기전과 수유기 모체의 대사의 특성에 대해서 설명할 수 있다.
	3차시	-수유부의 한국인영양섭취기준과 생활습관이 수유부의 건강에 미치는 영향에 대해서 설명할 수 있다.
6주	1차시	-모유 분비의 부족원인과 대책에 대해서 설명할 수 있다.
	2차시	-영아기 영양의 특성과 영아기 성장 발달에 대해서 설명할 수 있다.
	3차시	-영아기 한국인영양섭취기준에 대해서 설명할 수 있다.
7주	1차시	-초유 & 성숙유, 모유 & 우유 조성의 차이를 설명할 수 있다.
	2차시	-인공영양 시 주의 사항과 이유식의 중요성에 대해서 설명할 수 있다.
	3차시	-영아기 다양한 영양관련 문제점들과 조산아의 특성과 영양관리에 대해서 설명할 수 있다.
9주	1차시	-유아기 성장, 생리발달, 영양섭취기준에 대해서 설명할 수 있다.
	2차시	-유아기 영양의 특성과 간식의 역할, 식품선택에 영향을 미치는 요인들에 대해서 설명할 수 있다.
	3차시	-유아기 편식과 다양한 영양관련 문제들에 대해서 설명할 수 있다.
10주	1차시	-아동기 성장의 특성에 대해서 설명할 수 있다.
	2차시	-아동의 식행동에 영향을 미치는 요소들과 다양한 식생활문제에 대해서 설명할 수 있다.
	3차시	-아동의 영양관련 문제들의 현황과 원인, 예방대책들에 대해서 설명할 수 있다.

주차	차시	주차 강의별 설명
11주	1차시	-청소년의 성장발달 특성과 영양필요량에 대해서 설명할 수 있다.
	2차시	-청소년의 식생활 특성과 문제들에 대해서 설명할 수 있다.
	3차시	-청소년기 영양교육의 특성과 운동이 미치는 영향에 대해서 설명할 수 있다.
12주	1차시	-운동의 종류와 강도에 따라 요구되는 영양소와 운동성 빈혈에 대해서 설명할 수 있다.
	2차시	-성인기의 생리적, 사회심리적 특성과 한국인영양섭취기준에 대해서 설명할 수 있다.
	3차시	-성인기의 식품 및 영양섭취 실태와 생활습관 특성과 문제점에 대해서 설명할 수 있다.
13주	1차시	-대사증후군과 대표적인 생활습관질환, 중년 여성의 생리적 특성과 건강문제에 대해서 설명할 수 있다.
	2차시	-노동과 스트레스에 따른 신체 대사 기전과 관련 질환들에 대해서 설명할 수 있다.
	3차시	-노화이론과 노인기 해부학적 변화에 대해서 설명할 수 있다.
14주	1차시	-노인기의 생리학적, 기능적 변화와 한국인영양섭취기준에 대해서 설명할 수 있다.
	2차시	-노인기 식품섭취실태, 식생활특성에 대해서 설명할 수 있다.
	3차시	-노인성 질환들과 치매, 만성생활습관 질환들의 특성과 영양관리, 식사지도에 대해서 설명할 수 있다.