

國立嘉義大學 101 學年度第 2 學期教學大綱（範例）

課程代碼		上課學制	
課程名稱	飲食與健康(生-核)	授課教師	
學分(時數)		上課班級	
先修科目		必選修別	
上課地點		授課語言	
與證照取得關係		晤談時間	
教師 e-mail		備註	

一、系所教育目標（學系訂定）

本校通識教育課程以培養學生現代公民素養，以及博雅素養兩大主軸，做為推動發展的策略，以期使嘉義大學學生，均能兼具歷史人文與藝術、社會探究、生命科學、物質科學，以及公民意識與法治等知識涵養，進而擁有統整的知識與健全的人格發展。

二、本學科與核心能力之關聯性

核心能力（學系訂定）	關聯性（教師填寫）
1 語言表達溝通	關聯性 中等
2 歷史空間知能	關聯性 稍弱
3 國際文化視野	關聯性 中等
4 民主法治公民	關聯性 稍弱
5 主動探究知識	關聯性 稍強
6 人文社會關懷	關聯性 稍強
7 自然生命探索	關聯性 稍強
8 美感創造素養	關聯性 中等

三、本學科內容概述（學系訂定）

介紹均衡飲食對健康之影響以及與慢性疾病之預防的相關性，引導學生了解食物本身之特性及屬性，營養素之特性、功能及其與健康的關係，人體對營養素的需求狀況、飲食設計等，對食品及營養有通盤了解，進而認識營養與健康的關係，並為自己的飲食把關。

四、本學科教學內容大綱(學系訂定)

- (1) 介紹飲食、營養、保健與慢性疾病之關係
- (2) 認識健康飲食
- (3) 認識營養素
- (4) 認識慢性疾病
- (5) 健康飲食與預防代謝症候群
- (6) 慢性疾病之預防與健康管理

五、本學科學習目標(經過本學科的學習後，學生將具有的知能)：（教師填寫）

六、教學進度（教師填寫）				
週次	上課日期	主題	教學內容	教學方法
第1週				
第2週				
第3週				
第4週				
第5週				
第6週				
第7週				
第8週				
第9週				
第10週				
第11週				
第12週				
第13週				
第14週				
第15週				
第16週				
第17週				
第18週				
七、學期成績考核：（教師填寫）				
八、參考書目：（教師填寫）				

1.請尊重智慧財產權觀念及不得非法影印。

2.請重視性別平等教育之重要性，在各項學生集會場合、輔導及教學過程中，隨時向學生宣導正確的性別平等觀念，並關心班上學生感情及生活事項，隨時予以適當的輔導，建立學生正確的性別平等意識。