

## 僑光科技大學 112 學年度第 2 學期遠距教學課程—上課時程紀錄表

系別	餐飲管理系	授課教師	張惠琴	課程名稱	營養學
授課週次	授課時間	面授 (請V勾選)		線上學習 (請填同步、非同步)	
1	113/02/26~113/03/02	V			
2	113/03/04~113/03/09	V			
3	113/03/11~113/03/16	V			
4	113/03/18~113/03/23	V			
5	113/03/25~113/03/30			同步	
6	113/04/01~113/04/06			非同步	
7	113/04/08~113/04/13			非同步	
8	113/04/15~113/04/20	V			
9(期中考)	113/04/22~113/04/27	V			
10	113/04/29~113/05/04	V			
11	113/05/06~113/05/11			非同步	
12	113/05/13~113/05/18			同步	
13	113/05/20~113/05/25			非同步	
14	113/05/27~113/06/01			非同步	
15	113/06/03~113/06/08			非同步	
16	113/06/10~113/06/15			同步	
17	113/06/17~113/06/22	V			
18(期末考)	113/06/24~113/06/29	V			

### 遠距教學實施規範說明：

- 一、遠距教學課程，教室授課時程由教發中心律定開學前三週、期中考、期末考週計五週為面授，線上授課計九週含同步 3 次(期初 1 次同步請安排於第四週或第五週)及非同步 6 次，教師自訂面授計四週，共十八週課程。面授課程請教師依上課時間於教室進行授課輔導。
- 二、教室授課請授課教師確實點名，扣考時數依十八週之三分之一計算。
- 三、設置線上討論區(同步、非同步)，教師應適時回應學生之問題；並建請教師將討論區之表現納入成績評量。
- 四、紀錄線上學習者上網學習時間及次數。(教育部評鑑重點)
- 五、線上討論的紀錄檔案應留存。(教育部評鑑重點)
- 六、學習者過去之學習紀錄均請妥善保存。(教育部評鑑重點)
- 七、該遠距教學課程至少保存五年。
- 八、遠距教學上課時程需依照本表排定時程按時上課，若時程有異動須填寫遠距教學上課時程異動申請表，並告知全部修課同學。

### 遠距教學內容應包括：

- 一、課程教學安排：(1)教學公告、(2)教學進度、(3)教材供給。
- 二、授課教材：(1)應有 9 次遠距教學上課教材，教材應具備完整表達該單元課程內容、(2)每次教材呈現方式，需符合其中一項：①教學 PPT 簡報(含網頁式、Word 檔等之圖文檔案)：教材須有同步解說之錄音或錄影，每次 40 分鐘以上或②錄製教學影片：每次上課 40 分鐘以上、(3)教材需為教師本人或教師成長社群所共同設計之教材，不得混合搭配未經授權之教科書、錄影、錄音、光碟、或其他連結之網外資源、(5)教學活動互動應有 4 次以上作業，2 次以上議題討論、(6)學生學習評量應有 2 次以上完整測驗題庫及命題建置。
- 三、師生互動紀錄：(1)教師回應、(2)討論區域。
- 四、自我評量紀錄。
- 五、學生全程上課紀錄。
- 六、作業報告：學生作業或專題報告。

# 僑光科技大學 遠距教學課程－教學計畫大綱

開課期間：112 學年度第 2 學期（是否為首次開設遠距課程：是、否）

## 壹、課程基本資料（有包含者請勾選）

1	課程名稱	營養學		
2	課程英文名稱	Nutrition		
3	教學型態	<input checked="" type="checkbox"/> 非同步遠距教學 <input type="checkbox"/> 同步遠距教學主播學校 請填列本門課程之收播學校與系所： 學校：_____ 系所：_____		
4	授課教師姓名	張惠琴	職稱	講師
5	師資來源	<input checked="" type="checkbox"/> 專業系所聘任 <input type="checkbox"/> 通識中心聘任 <input type="checkbox"/> 以上合聘 <input type="checkbox"/> 其他_____		
6	開課單位名稱 (或所屬學院及系所名稱)	學院	觀光與餐旅學院	系所 餐飲管理系
7	課程學制	<input type="checkbox"/> 碩士班 <input type="checkbox"/> 碩士班在職專班 <input checked="" type="checkbox"/> 四技 <input type="checkbox"/> 二技 <input type="checkbox"/> 學士後學位學程 <input type="checkbox"/> 學分學程 <input type="checkbox"/> 其他_____		
8	部別	<input checked="" type="checkbox"/> 日間部 <input type="checkbox"/> 進修部(夜間部) <input type="checkbox"/> 其他		
9	科目類別	<input type="checkbox"/> 共同科目 <input type="checkbox"/> 通識科目 <input type="checkbox"/> 校定科目 <input checked="" type="checkbox"/> 專業科目 <input type="checkbox"/> 教育科目 <input type="checkbox"/> 其他		
10	選課別	<input checked="" type="checkbox"/> 選修		
11	學分數／學時數			
12	每週上課時數 (非同步遠距教學，請填平均每週面授時數)	33 小時	計算舉例：2 學分 2 小時遠距課程 $[(2 \text{ 小時} \times 9 \text{ 週面授}) + (2 \text{ 小時} \times 3 \text{ 週同步})] / 18 \text{ 週} = (18+6) / 18 = 1.33 \text{ 小時}$	
13	開課班級數	2		
14	預計總修課人數	45		
15	全英語教學	<input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否		
16	國外學校合作遠距課程 (有合作學校請填寫)	國外合作學校與系所名稱：_____ <input type="checkbox"/> 國內主播 <input type="checkbox"/> 國內收播 <input type="checkbox"/> 境外專班 <input type="checkbox"/> 雙聯學制 <input type="checkbox"/> 其他		
17	課程平台網址(非同步教學必填)	<a href="https://tronclass.ocu.edu.tw/#/">https://tronclass.ocu.edu.tw/#/</a>		
18	教學計畫大綱檔案連結網址 (本欄由教發中心統一填寫)			

## 貳、課程教學計畫

1	教學目標	<p>1. 知識：了解各類營養素的生理功能以達到健康、營養均衡之目的。注重餐飲營養實務管理與執行，並配合營養保健的基礎理論。</p> <p>2. 技能：將營養知識實際落實於日常生活的營養保健與養生。提供營養觀念修正，以提升飲食的創新性，設計及烹調出創新兼顧營養的菜餚。</p> <p>3. 態度：認真學習並具備評估及調整飲食行為能力。充實餐飲營養知識與均衡飲食的理念，應致力於提供消費者可以增進健康的飲食生活為目標。</p> <p>4. 其他：應用所學，改善不良的飲食習慣。創新符合營養且美味的菜餚，提供優質的健康飲食。</p>																																																																																																				
2	修讀對象	所有學生																																																																																																				
3	課程大綱	<p>飲食營養與人體健康的關係非常密切，食物是維持人體生命和機體活動的最基本條件。人體攝取、消化、吸收和利用食物中的營養素以維持生命活動的整個過程，稱為營養。飲食營養與人體健康的關係非常密切，而正確與適當的攝取和利用食物，可以促進生長發育、增進健康、提高身體機能、防治疾病和延緩衰老等。</p> <p>餐飲人從業人員不僅僅是要提供人們美味的食物外，因近年來人們越來越重視健康議題，所以要如何針對不同的需求，提供不同的美味營養的食物，照顧所有美食者的健康，實為現代餐飲人員所必須著重焦點。</p>																																																																																																				
4	教學進度表	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="3">週次</th> <th rowspan="3">授課內容 (授課方式及時數：<u>面授</u>、<u>同步填時數</u>，<u>非同步</u> V)</th> <th colspan="3">授課方式及時數</th> </tr> <tr> <th rowspan="2">面授時數</th> <th colspan="2">遠距教學</th> </tr> <tr> <th>非同步 (V選)</th> <th>同步時數</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>課程及上課方式介紹、營養學簡介</td> <td>2</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>營養學緒論</td> <td>2</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>營養生理-消化系統、消化與吸收</td> <td>2</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>營養生理- 消化系統常見疾病、能量代謝</td> <td>2</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>食物代換表介紹及應用</td> <td></td> <td></td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>食物代換表介紹及應用 醣類-組成、分類、功能、消化、代謝、吸收、生理功能</td> <td></td> <td>2</td> <td></td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>醣類-建議攝取量、飲食來源、醣類與吸收</td> <td></td> <td>2</td> <td></td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>蛋白質-組成、分類、營養價值與品質評定、生理功能</td> <td>2</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>9</td> <td>期中考</td> <td>2</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>蛋白質-消化、吸收、代謝、建議攝取量、飲食來源、蛋白質與健康</td> <td>2</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>11</td> <td>油脂-組成、分類、功能、消化、吸收、運輸</td> <td></td> <td>2</td> <td></td> </tr> <tr> <td>12</td> <td>油脂-脂質與健康、膽固醇與健康 食物熱量計算</td> <td></td> <td></td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>13</td> <td>維生素-性質、脂溶性、水溶性、其他</td> <td></td> <td>2</td> <td></td> </tr> <tr> <td>14</td> <td>礦物質-性質、巨量元素、微量元素</td> <td></td> <td>2</td> <td></td> </tr> <tr> <td>15</td> <td>健康飲食與營養素烹調變化</td> <td></td> <td>2</td> <td></td> </tr> <tr> <td>16</td> <td>個人膳食設計</td> <td></td> <td></td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>17</td> <td>綜合運用</td> <td>2</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>18</td> <td>期末考</td> <td>2</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>註：本表填寫之 18 週授課內容應與校課程教學大綱 18 週上課進度一致。</p>	週次	授課內容 (授課方式及時數： <u>面授</u> 、 <u>同步填時數</u> ， <u>非同步</u> V)	授課方式及時數			面授時數	遠距教學		非同步 (V選)	同步時數	1	課程及上課方式介紹、營養學簡介	2			2	營養學緒論	2			3	營養生理-消化系統、消化與吸收	2			4	營養生理- 消化系統常見疾病、能量代謝	2			5	食物代換表介紹及應用			2	6	食物代換表介紹及應用 醣類-組成、分類、功能、消化、代謝、吸收、生理功能		2		7	醣類-建議攝取量、飲食來源、醣類與吸收		2		8	蛋白質-組成、分類、營養價值與品質評定、生理功能	2			9	期中考	2			10	蛋白質-消化、吸收、代謝、建議攝取量、飲食來源、蛋白質與健康	2			11	油脂-組成、分類、功能、消化、吸收、運輸		2		12	油脂-脂質與健康、膽固醇與健康 食物熱量計算			2	13	維生素-性質、脂溶性、水溶性、其他		2		14	礦物質-性質、巨量元素、微量元素		2		15	健康飲食與營養素烹調變化		2		16	個人膳食設計			2	17	綜合運用	2			18	期末考	2		
週次	授課內容 (授課方式及時數： <u>面授</u> 、 <u>同步填時數</u> ， <u>非同步</u> V)	授課方式及時數																																																																																																				
		面授時數			遠距教學																																																																																																	
			非同步 (V選)	同步時數																																																																																																		
1	課程及上課方式介紹、營養學簡介	2																																																																																																				
2	營養學緒論	2																																																																																																				
3	營養生理-消化系統、消化與吸收	2																																																																																																				
4	營養生理- 消化系統常見疾病、能量代謝	2																																																																																																				
5	食物代換表介紹及應用			2																																																																																																		
6	食物代換表介紹及應用 醣類-組成、分類、功能、消化、代謝、吸收、生理功能		2																																																																																																			
7	醣類-建議攝取量、飲食來源、醣類與吸收		2																																																																																																			
8	蛋白質-組成、分類、營養價值與品質評定、生理功能	2																																																																																																				
9	期中考	2																																																																																																				
10	蛋白質-消化、吸收、代謝、建議攝取量、飲食來源、蛋白質與健康	2																																																																																																				
11	油脂-組成、分類、功能、消化、吸收、運輸		2																																																																																																			
12	油脂-脂質與健康、膽固醇與健康 食物熱量計算			2																																																																																																		
13	維生素-性質、脂溶性、水溶性、其他		2																																																																																																			
14	礦物質-性質、巨量元素、微量元素		2																																																																																																			
15	健康飲食與營養素烹調變化		2																																																																																																			
16	個人膳食設計			2																																																																																																		
17	綜合運用	2																																																																																																				
18	期末考	2																																																																																																				
5	教學方式	(有包含者請勾選，可複選)																																																																																																				

		<input checked="" type="checkbox"/> 1.提供線上課程主要及補充教材 <input checked="" type="checkbox"/> 2.提供線上非同步教學 <input checked="" type="checkbox"/> 3.有線上教師或線上助教 <input checked="" type="checkbox"/> 4.提供面授教學，次數： <u>9</u> 次，總時數： <u>18</u> 時(請填時數) <input checked="" type="checkbox"/> 5.提供線上同步教學，次數： <u>3</u> 次，總時數： <u>6</u> 小時(請填時數) <input type="checkbox"/> 6.其它：(請說明)_____ <p style="color: red;">(線上同步教學平台採同步視訊方式授課，即時視訊教學之次數與上課時程至少須達3次以上)</p>																									
6	學習管理系統	呈現內容是否包含以下角色及功能(有包含者請勾選，可複選) 1.提供給系統管理者進行學習管理系統資料庫管理 <input checked="" type="checkbox"/> 個人資料 <input checked="" type="checkbox"/> 課程資訊 <input checked="" type="checkbox"/> 其他相關資料管理功能 2.提供教師(助教)、學生必要之學習管理系統功能 <input checked="" type="checkbox"/> 最新消息發佈、瀏覽 <input checked="" type="checkbox"/> 教材內容設計、觀看、下載 <input checked="" type="checkbox"/> 成績系統管理及查詢 <input checked="" type="checkbox"/> 進行線上測驗、發佈 <input checked="" type="checkbox"/> 學習資訊 <input checked="" type="checkbox"/> 互動式學習設計(聊天室或討論區) <input checked="" type="checkbox"/> 各種教學活動之功能呈現 <input type="checkbox"/> 其他相關功能：(請說明)_____																									
7	師生互動方式	<p style="color: red;">※請勾選適合師生交流討論方式並留存紀錄(可複選)</p> <input checked="" type="checkbox"/> 1.數位學習平台功能(討論區、作業、測驗、問卷、即時回饋) <input type="checkbox"/> 2.線上即時互動(Teams、Google meet)截圖 <input type="checkbox"/> 3.ZUVIO 即時反饋系統運用 <input type="checkbox"/> 4.面談：每週教師課輔時間，學生可前來諮詢，並登錄課後輔導系統 <input type="checkbox"/> 5.其他做法：(請說明)_____																									
8	上課點名方式	<input checked="" type="checkbox"/> 「僑光科技大學線上點名教師校務資訊系統」為校定必須且正式之點名缺曠紀錄，不可無紀錄，其他(同步)可勾選適合學生出席上課方式並留存紀錄(可複選) <input type="checkbox"/> 1.Teams 出席報告 <input type="checkbox"/> 2.同步視訊影像截圖 <input type="checkbox"/> 3.ZUVIO 登錄簽到 <input type="checkbox"/> 4.數位學習平台出缺勤紀錄 <input type="checkbox"/> 5.其他做法：(請說明)_____																									
9	作業繳交方式	(有包含者請勾選，可複選) <input checked="" type="checkbox"/> 1.提供線上說明作業內容 <input checked="" type="checkbox"/> 2.線上即時作業填答 <input checked="" type="checkbox"/> 3.作業檔案上傳及下載 <input checked="" type="checkbox"/> 4.線上測驗 <input type="checkbox"/> 5.成績查詢(請自行勾選) <input type="checkbox"/> 6.其他做法：(請說明)_____																									
10	成績評量方式 (包括考試方式、考評項目其所佔總分比率)	<table border="1"> <thead> <tr> <th>考評項目</th> <th>佔總分比率(100%)</th> <th>考試方式</th> <th>次數</th> <th>佔總分比率(100%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>課堂出缺席</td> <td>15</td> <td>線上測驗</td> <td>2次</td> <td>10%</td> </tr> <tr> <td>線上出缺席</td> <td>15</td> <td>線上作業</td> <td>4次</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>期中考</td> <td>10</td> <td>議題討論</td> <td>2次</td> <td>10%</td> </tr> <tr> <td>期末考</td> <td>20</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	考評項目	佔總分比率(100%)	考試方式	次數	佔總分比率(100%)	課堂出缺席	15	線上測驗	2次	10%	線上出缺席	15	線上作業	4次	20%	期中考	10	議題討論	2次	10%	期末考	20			
考評項目	佔總分比率(100%)	考試方式	次數	佔總分比率(100%)																							
課堂出缺席	15	線上測驗	2次	10%																							
線上出缺席	15	線上作業	4次	20%																							
期中考	10	議題討論	2次	10%																							
期末考	20																										
11	上課注意事項	1、上述之各項分數皆須取得，否則無法取得本科目學期及格成績。 2、扣考同學除有特殊原因外，無法取得本科目學期及格成績。																									