

강의계획서

과목	노년의 식생활과 맛있는 밥상 (Dietary life and tasty dining table in old age)
----	--

2021. 02.

교수 정보	소 속	성 명	e-mail
	부산디지털대학교 외식조리경영학과	우문호	wmho33@hanmail.net

<강의계획서>

과 목 명	노년의 식생활과 맛있는 밥상				
개설학부	교양	학점	이수 구분	학년	개설연도/학기
개설학과	교양	3	교양	1학년	2021-1
교수자 명	우문호	연락처	강의실 “강의계획” 참고		
		전자우편	wmho33@hanmail.net		

과목 특성	<input checked="" type="checkbox"/> 이론형 <input type="checkbox"/> 실습/실기형 <input type="checkbox"/> 이론+실습/실기형
수업 개요	본 교과목은 노년기의 건강한 식생활을 위한 일상식 밥상 차리기로 구하기 쉬운 식재료를 이용하여 조리과정과 만드는 방법을 비교적 쉽고 간단하게 구성하여 본인 및 돌봄이 등이 손쉽게 익혀 행복한 노년을 위한 식생활의 제공자로서 갖추어야 할 기본소양과 케어서비스 직무역량을 키우고자 한다.

교재 및 자료	구분	제목			
	주교재	생애주기 영양관리			
	부교재	생애주기영양학			
	참고사이트				
수업진행방법	<div><div><input type="checkbox"/> 교수자중심설명 학습형 <input type="checkbox"/> 문제풀이 학습형 <input type="checkbox"/> 프로젝트중심 학습형 <input type="checkbox"/> 심화 학습형</div><div><input type="checkbox"/> 실기/실습 중심형 <input type="checkbox"/> 문제해결 학습형 <input type="checkbox"/> 현장실습형</div><div><input type="checkbox"/> 학습자 간 토론학습형 <input type="checkbox"/> 반복연습 중심 학습형 <input type="checkbox"/> 견학/감상 중심 학습형</div></div>				
콘텐츠 교수유형	<div><div><input type="checkbox"/> 태블릿모니터 매체 <input type="checkbox"/> 빔프로젝트&판서</div><div><input type="checkbox"/> 전자책 매체 <input type="checkbox"/> 토크&대담</div><div><input type="checkbox"/> 정면판서(블랙스튜디오) <input type="checkbox"/> 공개강의</div></div>				
수업운영 계획	학기운영 전략	■ [학습자 동기유발전략] 학습자의 연령을 고려한 노년기 식생활의 중요성에 대한 이론적 강의와 주제에 맞는 메뉴를 구성하여 스토리텔링을 통하여 흥미를 유발하고 전문가 초청 대담 및 현장 인터뷰를 진행하여 주의 집중 할 수 있는 학습 동기를 유발한다.			
	주차별 운영전략	■ [상호작용전략] - 학습자-교수자 상호작용 강의실 내 공지사항, 질문답변, 토론, 쪽지함 등을 활용 - 학습자-학습자 간 상호작용 학습자 상호간 쪽지, 토론, 자유게시판 운영			
수업운영 지원	구분	이름	컨택채널	연락처	비고
	해당없음	교양 담당 조교	<div><input type="checkbox"/> e-mail <input type="checkbox"/> MMS/LMS <input type="checkbox"/> 1대1 게시판</div> <div><input type="checkbox"/> 쪽지 <input type="checkbox"/> Q&A</div>	051-320-2779	

<평가계획>

평가전략 및 평가목표		<div>■ 평가유형 : 피평가자 체크리스트, 포트폴리오</div> <div>■ 평가내용 : 본 교과목의 수업목표 인 학습자가 스스로 노년기의 특성에 맞는 식생활 서비스를 제공할 수 있는 지식과 기술 정도를 평가</div> <div>■ 평가도구 : 직무능력 향상 체크리스트, 포트폴리오(학습내용 중 가장 자신 있는 메뉴 2가지)</div> <div>■ 기타 : 학습자의 직무능력 향상정도를 스스로 점검 할 수 있도록 직무능력 자가점검 체크리스트를 제공함</div>								
평가방법		<input type="checkbox"/> 절대평가 <input checked="" type="checkbox"/> 상대평가								
상대평가 비율	등급		A ⁺	A	B ⁺	B	C ⁺	C	D ⁺	D
	성적 분포	누적분포	0~30%		20~40%		20%~60%			
		세부분포	0~40%	0~40%	0~40%	0~40%				
	성적분포		-	-	-	-	-	-	-	-
평가항목			선택(4항목 이상)	평가비율				횟수		
				참고(Min-Max)		가중치 선택				
출석			○		10-20%		20			
진도율					10-20%					
중간고사	온라인시험		○		10-30%		20			
	실기시험									
	과제형시험									
기말고사	온라인시험		○		10-30%		20			
	실기시험									
	과제형시험									
과제물	일반과제물		○		10-40%		30			
	실기/실습									
퀴즈					10-20%					
토론	일반토론				0-30%					
학습활동 참여도	Q&A		○		10-30%		학습활동 5 상호작용 5			
	학습자료실									
	자유게시판									
합계					100%					

<주차별 수업설계>

주차	주제	수업내용	학습활동	콘텐츠유형	보조자료
1	노년기 식생활관리의 이해	▪ 노년기 식생활 관리의 중요성		크로마키형	전문가대담
		▪ 노년기 신체적 변화와 식생활			
		▪ 노년기 생리적 변화와 식생활			
2	배꼽시계를 믿어라	▪ 규칙적인 식사의 중요성과 영향		크로마키형	현장인터뷰
		▶ 레시피 & 실습 : 톳밥			
		▶ 레시피 & 실습 : 바지락시락국			
3	영양을 골고루 식단의 작성	▪ 식단 작성의 요령과 실천		크로마키형	전문가인터뷰
		▶ 레시피 & 실습 : 연근물김치			
		▶ 레시피 & 실습 : 홍합땅콩죽			
4	소식의 실천	▪ 소식의 중요성과 영향		크로마키형	
		▶ 레시피 & 실습 : 발사믹식초를 곁들인 버섯샐러드			
		▶ 레시피 & 실습 : 코다리무찜			
5	튼튼한 혈관의 유지	▪ 저염 식생활의 중요성과 영향		크로마키형	현장인터뷰
		▶ 레시피 & 실습 : 저염 청경채김치			
		▶ 레시피 & 실습 : 늪은호박 백김치			
6	노익장의 자신감 운동과 건강	▪ 노년기 운동의 중요성과 영향		크로마키형	전문가대담
		▶ 레시피 & 실습 : 말랑말랑멸치조림			
		▶ 레시피 & 실습 : 손인절미			
7	노년의 비만관리 채소 식품	▪ 채소 식품의 섭취 요령과 중요성		크로마키형	현장인터뷰
		▶ 레시피 & 실습 : 오이고추장찌개			
		▶ 레시피 & 실습 : 애호박새우볶음			
8	직무역량향상 자가 진단 적용과 평가	1-7주 직무점검하기			
		자가진단 적용방법			
		중간 학습평 (피평가자 체크리스트)			
9	근육의 유지와 단백질 음식	▪ 단백질 섭취와 중요성		크로마키형	전문가대담
		▶ 레시피 & 실습 : 소고기메추리알 조림			
		▶ 레시피 & 실습 : 두부찜			
10	뼈를 지키자. 우유 및 유제품	▪ 우유 및 유제품의 역할과 중요성		크로마키형	현장인터뷰
		▶ 레시피 & 실습 : 리코타치즈와 요구르트 과일			
		▶ 레시피 & 실습 : 우유죽			
11	수분과 상쾌함의 보고 과일	▪ 올바른 과일 섭취와 중요성		크로마키형	현장인터뷰
		▶ 레시피 & 실습 : 과일양배추김치			
		▶ 레시피 & 실습 : 배냉채와 배김치			
12	노년기의 간식	▪ 노년기 식생활의 여가와 간식		크로마키형	
		▶ 레시피 & 실습 : 고구마경단			
		▶ 레시피 & 실습 : 단호박죽			
13	장수를 위한 식생활	▪ 장수인 식생활의 특징과 장수식품		크로마키형	현장인터뷰
		▶ 레시피 & 실습 : 버섯밥			
		▶ 레시피 & 실습 : 고등어시래기조림			
14	즐거운 식사환경	▪ 올바른 식사 환경		크로마키형	전문가대담
		▶ 레시피 & 실습 : 생선범벅전			
		▶ 레시피 & 실습 : 오이깍두기			
15	직무역량향상 자가 진단 적용과 평가	9-14주 직무점검하기			
		자가진단 적용방법			
		기말 학습평가(피평가자 체크리스트)			