专业课课程教学大纲

SJQU-QR-JW-033（A0）

**【老年营养学】**

**【geriatric nutrition】**

一、基本信息（必填项）

**课程代码：**【2170054】

**课程学分：**【 2 】

**面向专业：**【养老服务管理】

**课程性质：**【专业必修课程】

**开课院系：【**健康管理学院养老服务管理专业】

**使用教材：**

教材：【《老年营养与膳食保健》，臧少敏，北京大学出版社】

参考书目：【1、《公共健康营养学》，张胜利，科学技术文献出版社，2020年第1版

2、《基础营养学》，张立实，科学出版社，2018年第1版

3、《食物、营养与健康》，胡敏，化学工业出版社，2021年第1版】

**课程网站网址：无**

**先修课程：**【正常人体结构学2170001（4）、正常人体功能学2170002（4）】

二、课程简介

近年来，我国老龄化日益严重，老年人的慢性病发病率较高，因此，研究营养与老年人常见慢性疾病的关系及通过营养改善或辅助治疗慢性疾病已成为公共卫生与预防医学的重要课题。老年营养学是研究食物、营养与老年人健康和疾病关系的一门学科，是养老服务管理学专业开设的专业必修课之一。通过本课程的学习，使学生系统地了解老年营养基础理论和营养与老年疾病两部分内容，为更好地运用老年营养学知识解决临床护理实际工作中遇到的老年营养及老年人常见慢性疾病的预防和治疗问题打下基础。希望我们的学生作为未来的养老服务专业人员，能在各类养老机构、健康管理机构、医疗卫生事业单位、社区卫生服务机构发挥作用

三、选课建议

学习《老年营养学》需要掌握正常人体结构学、功能学和营养学基础知识。建议安排在养老服务与管理专业第三学年开设。

四、课程与专业毕业要求的关联性

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 专业毕业要求 | | 关联 |
| L01  品德修养 | LO11 爱党爱国，坚决拥护党的领导，热爱祖国的大好河山、悠久历史、灿烂文化，自觉维护民族利益和国家尊严。 |  |
| LO12 遵纪守法，增强法律意识，培养法律思维，自觉遵守法律法规、校纪校规。 |  |
| LO13 奉献社会，富有爱心，懂得感恩，自觉传承和弘扬雷锋精神，具有服务社会的意愿和行动，积极参加志愿者服务。 |  |
| LO14 诚信尽责，为人诚实，信守承诺，勤奋努力，精益求精，勇于担责。 |  |
| LO15 爱岗敬业，热爱所学专业，勤学多练，锤炼技能。熟悉本专业相关的法律法规，在实习实践中自觉遵守职业规范，具备职业道德操守。 | ● |
| LO2  专业能力 | LO21 具有专业所需的人文科学素养。 |  |
| LO22 健康评估能力：能全面评估老年人的身心、社会及精神方面的健康状态，具有健康监测、健康风险评估能力。 | ˜● |
| LO23 养老服务能力：能应用政策法规管理老年事务，以社会工作专业视角及运用专业知识为老年人服务。 |  |
| LO24 批判性思维能力：有质疑精神，具有初步运用辩证思维和决策的能力，能进行逻辑的分析与批判，以保证安全有效的专业实践。 |  |
| LO25 健康教育能力：能确定老年人的健康需求，并采用合适的健康教育策略。 | ˜● |
| LO26 协调管理能力：能协调工作中的各种人际关系,进行老年活动策划、组织老年事务管理。 |  |
| LO3  表达沟通 | LO31倾听他人意见、尊重他人观点、分析他人需求。 |  |
| LO32应用书面或口头形式，阐释自己的观点，有效沟通。 |  |
| LO4  自主学习 | L041 能根据需要确定学习目标，并设计学习计划。 |  |
| L042 能搜集、获取达到目标所需要的学习资源，实施学习计划、反思学习计划、持续改进，达到学习目标。 |  |
| LO5  健康发展 | LO51身体健康，具有良好的卫生习惯，积极参加体育活动。 |  |
| LO52心理健康，学习和参与心理调适各项活动，耐挫折，能承受学习和生活中的压力。 |  |
| LO53 懂得审美，有发现美、感受美、鉴赏美、评价美、创造美的能力。 |  |
| LO54 热爱劳动，具有正确的劳动观念和态度，热爱劳动和劳动人民，养成劳动习惯。 |  |
| LO55 持续发展，具有爱护环境的意识，与自然和谐相处的环保理念与行动；具备终生学习的意识和能力。 |  |
| LO6  协同创新 | LO61在集体活动中能主动担任自己的角色，与其他成员密切合作，善于自我管理和团队管理，共同完成任务。 |  |
| LO62有质疑精神，能有逻辑的分析与批判。 |  |
| LO63 能用创新的方法或者多种方法解决复杂问题或真实问题。 | ˜ |
| LO64 了解行业前沿知识技术。 | ● |
| LO7  信息应用 | LO71 能够根据需要进行专业文献检索。 |  |
| LO72 能够使用适合的工具来搜集信息，并对信息加以分析、鉴别、判断与整合。 |  |
| LO73 熟练使用计算机，掌握常用办公软件。 |  |
| LO8  国际视野 | LO81 具备外语表达沟通能力，达到本专业的要求。 |  |
| LO82 理解其他国家历史文化，有跨文化交流能力。 |  |
| LO83 有国际竞争与合作意识。 |  |

备注：LO=learning outcomes（学习成果）

五、课程目标/课程预期学习成果

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **课程预期**  **学习成果** | **课程目标**  **（细化的预期学习成果）** | **教与学方式** | **评价方式** |
| 1 | LO15 | 能够熟知相关食品卫生法律，具备职业操守 | 小组讨论  自主学习 | 口头评价  观察评价 |
| 2 | LO22 | 能够为老年人进行营养状态评估 | 理论讲授  案例分析  小组讨论 | 理论考试  课堂表现  观察评价 |
| 能够依据老年人的生理特点提出合理化的膳食建议。 | 理论讲授  案例分析  小组讨论 | 理论考试  课堂表现  观察评价 |
| 3 | LO25 | 掌握老年人的宏量营养素、维生素和矿物质的营养需求；老年人的营养状况评价、营养支持；  老年人的消化、心血管、泌尿系统疾病与营养；老年人内分泌代谢变化、癌症与营养等理论知识。 | 理论讲授  案例分析  小组讨论 | 理论考试  课堂表现  观察评价 |
| 能够为老年人设计健康计划，并用合适的方法进行健康教育 | 理论讲授  案例分析  小组讨论 | 理论考试  课堂表现  观察评价 |
| 4 | LO64 | 了解食品行业最新技术、研究。 | 小组讨论  自主学习 | 口头评价  观察评价 |

六、课程内容

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **单元名称** | **知识点** | **能力目标** | **情感目标** | **教学难点** | **理论时数** | **实践时数** | **总时数** |
| 1 | 导论及营养学概念 | 基础知识、  课程介绍 | 掌握食品营养学的基本概念，了解国内外食品营养工作的发展状况 | 激发学生学习营养学兴趣，了解营养师工作。 | 理解营养素和人体健康的关系 | 1 | 0 | 1 |
| 2 | 认识六大营养素 | 蛋白质、脂质、碳水化合物、维生素、矿物质、水的认知 | 了解不同营养素的作用 | 帮助学生养成科学合理的饮食习惯和健康生活方式，促进身心健康 | 营养素与疾病的关系辨别 | 11 | 2 | 13 |
| 3 | 认识各类食物的营养价值 | 植物性食物营养价值、动物性食物营养价值 | 认识常见的食物,知道它们的来源及作用。 | 帮助学生养成科学合理的饮食习惯和健康生活方式，促进身心健康 | 膳食的搭配平衡 | 2 | 0 | 2 |
| 4 | 为老年人选择安全食品 | 1.预防食品污染2.预防食物中毒3.识别食品添加剂4选择无公害农产品、绿色和有机食品 | 了解食品卫生安全知识,认识食物污染、中毒特征,提高自我救护意识,预防发生食物中毒 | 帮助学生养成科学合理的饮食习惯和健康生活方式，促进身心健康 | 食物中毒的类型及区分 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | 指导老年人合理膳食 | 1.膳食结构认知 2.《中国居民膳食指南认知》3.膳食营养参考摄入量认知4.确定能量需要量5.食物的合理烹调 | 熟悉中国居民膳食指南相关的内容，根据中国居民膳食指南中内容对膳食的合理性进行评定。 | 帮助学生养成科学合理的饮食习惯和健康生活方式，促进身心健康 | 掌握不同人群膳食结构 | 0 | 2 | 2 |
| 6 | 调查与评价老年人膳食营养状况 | 1.膳食调查2.体格测量 3.营养状况实验室检测及营养缺乏病的临床调查 | 1.熟悉膳食营养能量摄入量包括的内容和含义2.掌握营养素摄入量的确定方法和依据；3.能够进行膳食营养分析与评价； | 帮助学生养成科学合理的饮食习惯和健康生活方式，促进身心健康 | 膳食计划的书写 | 1 | 2 | 3 |
| 7 | 为老年人编制营养食谱 | 1.按照营养成分计算法编制 2.按照食物交换份编制 | 1. 掌握与营养配餐相关的基础理论知识；2. 掌握营养配餐的方法，能编制健康人群一餐、一日、一周食谱；3. 熟悉编制和评价营养食谱，能用食物交换法调整食物种类和食谱能量 | 帮助学生养成科学合理的饮食习惯和健康生活方式，促进身心健康 | 根据情况进行配餐 | 1 | 2 | 3 |
| 8 | 指导慢性病老年人合理膳食 | 1.肥胖 2.糖尿病 3.骨质疏松4.心脑血管 5.痛风 6.肿瘤 7.失智症 | 能够依据疾病人群的生理特点提出合理化的膳食建议 | 帮助学生养成科学合理的饮食习惯和健康生活方式，促进身心健康 | 慢性病的辨别 | 2 | 0 | 2 |
| 9 | 特殊人群营养 | 1.孕妇和乳母2.婴幼儿3.青少年 | 能够依据不同人群的生理特点提出合理化的膳食建议。 | 帮助学生养成科学合理的饮食习惯和健康生活方式，促进身心健康 | 分清不同人群的生理特点 | 2 | 0 | 2 |
| 10 | 期末考查 | 随堂考 | 综合运用营养学知识 | 帮助学生养成科学合理的饮食习惯和健康生活方式，促进身心健康 |  | 2 | 0 | 2 |
| 总计 |  |  |  |  |  | 24 | 8 | 32 |

七、课内实验名称及基本要求

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **实验名称** | **主要内容** | **实验**  **时数** | **实验类型** | **备注** |
| 1 | 营养素认知 | 综合运用所学知识进行营养素辨析 | 2 | 综合型 |  |
| 2 | 营养状况评估 | 掌握营养素摄入量的确定方法和依据，能够进行膳食营养分析与评价 | 2 | 综合型 |  |
| 3 | 食谱编制 | 食谱编制实践操作 | 2 | 综合型 |  |
| 4 | 案例讨论 | 根据老年人实际情况，设计合理饮食计划 | 2 | 综合型 |  |

八、评价方式与成绩

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **总评构成（全X）** | **评价方式** | **占比** |
| X1 | 随堂测验 | 40% |
| X2 | 课堂作业 | 30% |
| X3 | 平时成绩（考勤+课堂表现） | 20% |
| X4 | 小论文 | 10% |



撰写人： 系主任审核签名：

审核时间：2023年9月1日