

역량기반 교과목 강의계획서

2026 학년도 1학기

교과목명	힐링아로마	학년-학기	1 - 1	담당교수	이명현
학과	교양과(주)	교육장소	73	분반	1
이수구분	교양	학점	2	시수(이론/실습)	2(1/1)
교과목 개요	자율교양 교과목				
교육목표	<p>○ 복잡한 현대사회에 사는 사람들이 느끼는 스트레스는 그 자체가 질환은 아니지만 제때에 풀지 못하면 수많은 질병의 발생과도 관련된다. 특히 학업에 집중하고자 하는 대학생들의 신체적, 정신적, 감정적인 스트레스를 완화시키는 면에서 아로마는 전인적인 효험을 나타낸다.</p> <p>○ 최근에는 인공적인 또는 검증되지 않은 저가의 아로마 소재를 이용하여 상업성으로 잘못 오용되고 있기도하나 아로마 소재는 동서양의 대체의학 혹은 자연치유요법의 수단으로서 경험적인 것을 기반으로한 과학적이고 체계적으로 오랫동안 연구되어왔다.</p> <p>○ 육체적, 정신적, 감정적인 면에서 전인적인 효험이 있는 아로마 소재는 에센셜오일 뿐만 아니라 다양한 허브차 등을 이용하여 육체적, 정신적 질환의 간접적인 치유에도 유효한 효능을 나타내고 있다.</p> <p>○ 본 교과목인 힐링 아로마는 과학적이고 체계적인 지식을 근거로 학생들에게 생활속에서 항상 친근하고 재밌게 적용할 수 있는 아로마의 기본 지식과 정보를 이론과 실습을 통하여 가르키므로써, 스스로 자연적인 방법으로 자신의 삶을 관리하고 치유할 수 있는 긍정적인 능력을 함양하는데 도움을 주고자 한다.</p>				
전년도 강의결과 분석에 따른 개선사항					
교육내용	<p>○ 다양한 허브식물 유래 주요한 단일 아로마 허브티 혹은 이들 허브티를 함유한 블렌딩한 아로마 허브티와 다양한 천연 허브식물에서 유래된 에센셜오일 등을 활용하여 힐링아로마에 대한 기초적이며 기본적인 내용들을 이론과 실습을 통해 학습하고자 한다.</p> <p>○ 세부적으로는 적절한 방법으로 향(아로마)을 이용할 수 있도록 주요 아로마에 대한 기초 지식, 특성, 적용방법 등의 기초적인 이론을 배운다.</p> <p>○ 개별적인 건조허브식물을 이용한 주요한 단일 허브티와 이들 허브티를 베이스로한 인체 건강에 도움이 되게 블렌딩한 힐링 아로마 허브티를 만들어 본다.</p> <p>○ 뿐만 아니라 식물에서 추출한 천연 아로마 에센셜오일을 이용하여 몇가지 힐링 아로마 제형을 직접 만들고 사용해서 몸과 마음의 치유에 도움이 되는 힐링 아로마에 대해 배운다.</p>				
구분	역량(코드)		하위역량		배점
출석	-		-		20
핵심역량	지식융복합(9501010103_23v1)		종합적 사고능력		20
직업기초역량	기술능력(9601010116_23v1)		기술이해		20
			기술적응		20
			통합적 이해		20

핵심자격증 (면허증) 연계				
교수학습방법	이론강의, 실습, 기타			
Shift N+1 혁신교수법 방법	미설정			
교육환경 및 기자재	프리젠테이션 가능한 강의실 저울, 피펫, 가스렌지, 추출용구, 여과용기 등이 갖추어진 실습실			
교재	주교재	교재명 : 핸드아웃 및 프리젠테이션 자료 (저자: 이명현 출판연도: 2024)		
	부교재	교재명 : 화장품학 (출판사: 도서출판 진술 저자: 이정선, 이명현, 박철호 출판연도: 2017)		
	참조교재	교재명 : 차의 성분과 효능 (출판사: 홍익제 저자: 정동효 출판연도: 2004)		
평가방법	서술형 시험			
평가기준	구분	평가방법	배점	주차
	역량평가 1차	서술형 시험	40	8주차
	역량평가 2차	서술형 시험	40	15주차
	출석	출석횟수	20	A11
세부 평가기준	역량평가 1차			
	평가내용 : 중간고사			
	평가시기 : 8주차			
	평가방법 : 서술형 시험			
영역별 평가내용				
	하위역량	행동지표		배점
	종합적 사고능력	복잡하고 다양한 정보를 단순하게 정리할 수 있다.		10
		서로 다른 정보들을 비교 및 분석할 수 있다.		
		주어진 문제 상황에 대해 여러 관점에서 원인을 분석할 수 있다.		
		서로 다른 개념을 응용 및 융합하여 새로운 개념으로 정의할 수 있다.		
		창의적 의견과 지식을 종합하여 적절한 대안을 찾을 수 있다.		
	기술이해			10
	기술적응			10
통합적 이해			10	

세부 평가기준	역량평가 2차				
	평가내용 : 기말고사				
	평가시기 : 15주차				
	평가방법 : 서술형 시험				
	영역별 평가내용				
	하위역량	행동지표			배점
	종합적 사고능력	복잡하고 다양한 정보를 단순하게 정리할 수 있다.			10
		서로 다른 정보들을 비교 및 분석할 수 있다.			
		주어진 문제 상황에 대해 여러 관점에서 원인을 분석할 수 있다.			
		서로 다른 개념을 응용 및 융합하여 새로운 개념으로 정의할 수 있다.			
		창의적 의견과 지식을 종합하여 적절한 대안을 찾을 수 있다.			
	기술이해				10
	기술적응				10
통합적 이해				10	
성취수준	핵심역량	상	90% 이상	정확히 파악하고 능숙하게 수행할 수 있다.	
		중	70% 이상-90% 미만	대체적으로 파악하고 적절하게 수행할 수 있다.	
		하	70% 미만	미흡하게 파악하고 부분적으로 수행할 수 있다.	
	직업기초역량	상	90% 이상	정확히 파악하고 능숙하게 수행할 수 있다.	
		중	70% 이상-90% 미만	대체적으로 파악하고 적절하게 수행할 수 있다.	
		하	70% 미만	미흡하게 파악하고 부분적으로 수행할 수 있다.	
장애학생 지원	장애학생을 위해 학과 조교 및 근로장학생을 통해 수강신청 및 수업관리에 대한 지원과 교내시설 및 캠퍼스 안내				
기타사항	-				

관련 역량정보			
핵심역량			
역량(코드)	하위역량	행동지표	지식/기술/태도
지식융복합 (9501010103_23v1)	종합적 사고능력	복잡하고 다양한 정보를 단순하게 정리할 수 있다.	

역량(코드)	하위역량	행동지표	지식/기술/태도
지식융복합 (9501010103_23v1)		서로 다른 정보들을 비교 및 분석할 수 있다. 주어진 문제 상황에 대해 여러 관점에서 원인을 분석할 수 있다. 서로 다른 개념을 응용 및 융합하여 새로운 개념으로 정의할 수 있다. 창의적 의견과 지식을 종합하여 적절한 대안을 찾을 수 있다.	
직업기초역량			
역량(코드)	하위역량	행동지표	지식/기술/태도
기술능력 (9601010116_23v1)	기술이해		
	기술적응		
	통합적 이해		

주차별 강의계획

(1) 주차 강의계획		
구분	하위역량	행동지표
직업기초역량	기술이해	
수업주제 (키워드)	힐링아로마 교과목의 전체적인 강의 및 실습 내용과 계획	
수업내용	◦ 힐링아로마 교과목의 전체적인 강의 및 실습 내용과 계획을 설명하고, 주별 세부적인 수업 내용을 소개하고, 시험일정, 성적평가 방법, 과제물, 체험 실습 시 조 편성 등을 설명 ◦ 개별 허브를 적용한 힐링 아로마: 산물감귤진피차 - 실습 : 대표적인 감귤류 전통 건강차인 산물진피, 감귤진피 함유 블렌딩차 체험 및 시음과 시향	
학습활동	오리엔테이션	
(2) 주차 강의계획		
구분	하위역량	행동지표
직업기초역량	기술이해	
수업주제 (키워드)	아로마테라피 역사	
수업내용	◦ 아로마란 무엇인가? 아로마테라피 정의, 아로마 사용의 역사, 고대 및 중세의 아로마 ◦ 과학, 산업혁명과 아로마의 관련성, 20세기 프랑스의 아로마테라피 탄생과 발전 ◦ 개별 허브를 적용한 힐링 아로마: 메밀비트국화차 - 실습 : 메밀전초차, 레드비트차, 국화줄기차, 국화꽃차 함유 블렌딩차 체험 및 시음과 시향	
학습활동	기타	
(3) 주차 강의계획		
구분	하위역량	행동지표
직업기초역량	기술이해	
수업주제 (키워드)	차의 분류와 종류	
수업내용	◦ 차의 분류와 종류 ◦ 차 잎의 성분 특성, 차 따기에 따른 성분 변화 ◦ 우리나라 녹차의 성분, 색, 맛, 향기 ◦ 우롱차(홍차)의 성분 변화 ◦ 개별 허브를 적용한 힐링 아로마: 녹차, 홍차(우롱차) - 실습 : 대표 전통 건강차인 녹차와 홍차 체험 및 시음과 시향	

학습활동	기타	
(4) 주차 강의계획		
구분	하위역량	행동지표
직업기초역량	기술이해	
수업주제 (키워드)	아로마 에센셜 오일의 추출방법	
수업내용	◦ 아로마 에센셜 오일의 추출방법 : 수증기 증류법, 압착법, 냉침법, 온침법, 용매추출법, 초임계 이산화탄소추출법 ◦ 개별 허브를 적용한 힐링 아로마: 매화꽃, 홍차 - 이론 : 봄을 알리는 희망의 꽃 매화, 심신을 안정시키는 홍차의 성분, 특징 - 실습 : 매화꽃 함유 블렌딩 홍차 체험 및 시음과 시향	
학습활동	기타	
(5) 주차 강의계획		
구분	하위역량	행동지표
직업기초역량	기술이해	
수업주제 (키워드)	개별 허브를 적용한 힐링 아로마 : 페파민트	
수업내용	◦ 아로마 에센셜 오일의 화학적 특성 ◦ 아로마 에센셜 오일의 인체에서의 흡수 과정 및 특징 - 후각을 통한 흡수, 호흡을 통한 흡수, 피부를 통한 흡수 ◦ 아로마가 인체의 시스템에 미치는 주요한 영향 ◦ 개별 허브를 적용한 힐링 아로마 : 페파민트 - 이론 : 집중력 강화, 소화불량 개선, 항균, 근육통 치료 작용이 있는 페파민트의 성분, 특징 - 실습 : 페파민트 허브티의 시향 페파민트 에센셜(농축된 형태) 오일의 시향 페파민트 허브티 함유 블렌딩 허브차 체험 및 시음과 시향	
학습활동	기타	
(6) 주차 강의계획		
구분	하위역량	행동지표
직업기초역량	기술적응	
수업주제 (키워드)		
수업내용	◦ 아로마 에센셜 오일을 사용할 때 주의사항, 보관상의 주의할 점 ◦ 어린이를 위한 에센셜 오일의 사용방법 ◦ 개별 허브를 적용한 힐링 아로마 : 로즈 - 이론 : 여성의 생리주기를 안정, 천식에 효과, 모든 피부타입에 적용할 수 있는 로즈의 성분,	

	특징 - 실습 : 로즈 허브티의 시향 로즈 에센셜(농축된 형태) 오일의 시향 로즈 허브티 함유 블렌딩 허브차 체험 및 시음과 시향
학습활동	기타

(7) 주차 강의계획

구분	하위역량	행동지표
직업기초역량	기술적응	
수업주제 (키워드)	개별 허브를 적용한 힐링 아로마 : 로즈마리	
수업내용	<ul style="list-style-type: none"> ◦ 아로마 에센셜오일의 다양한 적용방법 ◦ 스킨케어에 이용하는 에센셜오일, 헤어케어에 이용하는 방법 ◦ 개별 허브를 적용한 힐링 아로마 : 로즈마리 <ul style="list-style-type: none"> - 이론 : 탈모방지, 뇌기능 촉진, 간기능 조절, 진통작용이 있는 로즈마리의 성분, 특징 - 실습 : 건조된 로즈마리 허브티의 시향 로즈마리 에센셜(농축된 형태) 오일의 시향 로즈마리 허브티 함유 블렌딩 허브차 체험 및 시음과 시향 	
학습활동	기타	

(8) 주차 강의계획

구분	하위역량	행동지표
직업기초역량	기술적응	
수업주제 (키워드)	중간고사	
수업내용	중간고사	
학습활동	중간평가	

(9) 주차 강의계획

구분	하위역량	행동지표
직업기초역량	기술적응	
수업주제 (키워드)	개별 허브를 적용한 힐링 아로마 : 라벤다	
수업내용	<ul style="list-style-type: none"> ◦ 아로마 에센셜오일의 신체의 이상 증상별 적용 방법 ◦ 개별 허브를 적용한 힐링 아로마 : 라벤다 <ul style="list-style-type: none"> - 이론 : 진정, 재생, 중화 작용이 있는 라벤다의 성분, 특징 - 실습 : 한국인이 가장 좋아하는 대표적인 아로마 허브로 알려진 건조된 라벤다티의 시향 라벤다에서 추출한 라벤다 에센셜(농축된 형태) 오일의 시향 라벤다 허브티 함유 블렌딩 허브차 체험 및 시음과 시향 	

학습활동	기타
------	----

(10) 주차 강의계획

구분	하위역량	행동지표
직업기초역량	기술적응	
수업주제 (키워드)	개별 허브를 적용한 힐링 아로마 : 카모마일 로만	
수업내용	<ul style="list-style-type: none"> ◦ 피부에 아로마 에센셜오일을 사용하기 위한 캐리어 오일의 종류 및 특성 ◦ 개별 허브를 적용한 힐링 아로마 : 카모마일 로만 <ul style="list-style-type: none"> - 이론 : 신경안정 효과가 있는 카모마일 로만의 성분, 특징 - 실습 : 들국화와 유사한 특징을 갖는 카모마일로 알려진 건조된 국화 허브티의 시향을 통한 힐링 <p style="text-align: center;">카모마일 에센셜(농축된 형태) 오일의 시향 카모마일 국화차 함유 블렌딩 허브차 체험 및 시음과 시향</p>	
학습활동	기타	

(11) 주차 강의계획

구분	하위역량	행동지표
직업기초역량	기술적응	
수업주제 (키워드)	천연 아로마 에센셜 오일을 이용한 제품	
수업내용	<ul style="list-style-type: none"> ◦ 발향되는 속도에 따른 아로마 에센셜 오일의 이용과 분류 ◦ 실습 : 천연 아로마 에센셜 오일을 이용한 제품 만들기 <ul style="list-style-type: none"> - 아로마 향수 목걸이 혹은 차량용 발향제 - 탑노트, 미들노트, 베이스노트 세 종류의 아로마 에센셜오일을 혼합해서 개인용 아로마 발향 제형을 만든다. 	
학습활동	기타	

(12) 주차 강의계획

구분	하위역량	행동지표
직업기초역량	통합적 이해	
수업주제 (키워드)	천연 손세정제 만들기	
수업내용	<ul style="list-style-type: none"> ◦ 천연 손세정제 만들기 <ul style="list-style-type: none"> - 실습 : 향균, 항바이러스 효과를 갖는 아로마 에센셜 오일과 알로에 베라 젤을 혼합하여 천연 아로마 손세정제 만들기 	
학습활동	기타	

(13) 주차 강의계획

구분	하위역량	행동지표
직업기초역량	통합적 이해	
수업주제 (키워드)	아로마 에센셜오일과 천연 올리브 유화제를 이용한 클린징오일	
수업내용	<ul style="list-style-type: none"> ◦ 아로마 에센셜오일과 천연 올리브 유화제를 이용한 클린징오일 만들기 - 이론 : 피부의 적용되는 클린징 제품의 이해 - 실습 : 피부자극은 최소로 줄이고 세정력은 우수한 레몬올리브 클린징오일 만들기 	

(14) 주차 강의계획

구분	하위역량	행동지표
핵심역량	종합적 사고능력	복잡하고 다양한 정보를 단순하게 정리할 수 있다.
		서로 다른 정보들을 비교 및 분석할 수 있다.
		주어진 문제 상황에 대해 여러 관점에서 원인을 분석할 수 있다.
		서로 다른 개념을 응용 및 융합하여 새로운 개념으로 정의할 수 있다.
		창의적 의견과 지식을 종합하여 적절한 대안을 찾을 수 있다.
직업기초역량	통합적 이해	
수업주제 (키워드)	아로마 에센셜오일과 천연 계면활성제를 이용한 클린징폼	
수업내용	<ul style="list-style-type: none"> ◦ 아로마 에센셜오일과 천연 계면활성제를 이용한 클린징폼 만들기 - 이론: 계면활성제의 역할, 종류 및 특성 - 실습 : 사과에서 추출한 계면활성제와 아로마 에센셜 오일을 활용한 아로마 클린징폼 만들기 	
학습활동	기타	

(15) 주차 강의계획

구분	하위역량	행동지표
핵심역량	종합적 사고능력	복잡하고 다양한 정보를 단순하게 정리할 수 있다.
		서로 다른 정보들을 비교 및 분석할 수 있다.
		주어진 문제 상황에 대해 여러 관점에서 원인을 분석할 수 있다.
		서로 다른 개념을 응용 및 융합하여 새로운 개념으로 정의할 수 있다.
		창의적 의견과 지식을 종합하여 적절한 대안을 찾을 수 있다.
수업주제 (키워드)	기말고사	
수업내용	기말고사	

학습활동	기말평가
(16) 주차 강의계획	
수업주제 (키워드)	
수업내용	