

6ТН(6)24

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(МИНОБРНАУКИ РОССИИ)**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Донецкий национальный университет
экономики и торговли имени Михаила Туган-Барановского»
(ФГБОУ ВО «ДОННУЭТ»)**

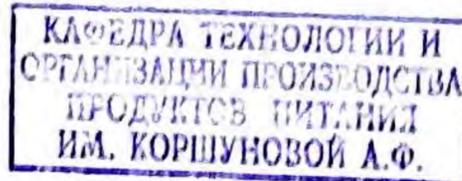
**КАФЕДРА ТЕХНОЛОГИИ И ОРГАНИЗАЦИИ ПРОИЗВОДСТВА ПРОДУКТОВ ПИТА-
НИЯ ИМЕНИ КОРШУНОВОЙ А.Ф.**

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий кафедрой

Антошина К.А.

“ 26 ” 02 2024 г.



ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

по учебной дисциплине

Б1.О.26 ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ

19.00.00 Промышленная экология и биотехнологии

(шифр и наименование учебной дисциплины, практики)

19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания

(код и наименование направления подготовки)

Разработчик:

Доцент Милохова Т.А. Милохова Т.А.

ОМ рассмотрен и утвержден на заседании кафедры
ТОППП имени Коршуновой А.Ф.

от « 26 » 02 2024г., протокол №14

Донецк 2024

Паспорт

оценочных материалов по учебной дисциплине **ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ** (наименование учебной дисциплины)

Перечень компетенций, формируемых в результате освоения учебной дисциплины

№	Контролируемые разделы (темы) учебной дисциплины, практики	Контролируемые разделы (темы) учебной дисциплины	Этапы формирования (семестр изучения)
1	2	3	
1	УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	<p>Тема 1. Предмет и задачи модуля «Физиология питания».</p> <p>Тема 2 Физиолого-гигиенические основы нормирования энергетической ценности рационов питания. Физиолого-гигиенические основы нормирования белков в рационе питания.</p> <p>Тема 3. Физиолого-гигиенические основы нормирования углеводов и жиров в рационе питания. Физиолого-гигиенические основы нормирования витаминов, воды и минеральных веществ в рационе питания.</p> <p>Тема 4. Рациональное питание и физиолого-гигиенические требования к его организации.</p> <p>Тема 5. Значение нейрогуморальной системы регуляции в обеспеченности единства организма.. Система пищеварения и процессы пищеварения</p> <p>Тема 2. Система пищеварения и процессы пищеварения.</p>	5

Показатели и критерии оценивания компетенций, описание шкал оценивания

Показатели оценивания компетенций

№	Код контролируемой компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Контролируемые разделы (темы) учебной дисциплины, практики	Наименование оценочного средства
1	2	3	4	5
1	УК-02	<p>ИДК-1_{УК-2} Формулирует на основе поставленной цели и задачи, аргументирует оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм</p> <p>ИДК-2_{УК-2} Определяет связи между поставленными задачами и ожидаемыми результатами их решения</p> <p>ИДК-3_{УК-2} Планирует необходимые ресурсы, для решения задач, в том числе с учетом их ограниченности и заменяемости</p>	<p>Тема 1. Предмет и задачи модуля «Физиология питания».</p> <p>Тема 2 Физиолого-гигиенические основы нормирования энергетической ценности рационов питания. Физиолого-гигиенические основы нормирования белков в рационе питания.</p> <p>Тема 3. Физиолого-гигиенические основы нормирования углеводов и жиров в рационе питания. Физиолого-гигиенические основы нормирования витаминов, воды и минеральных веществ в рационе питания.</p> <p>Тема 4. Рациональное питание и физиолого-гигиенические требования к его организации.</p> <p>Тема 5. Значение нейрогуморальной системы регуляции в обеспеченности единства организма.. Система пищеварения и процессы пищеварения</p> <p>Тема 2. Система пищеварения и процессы пищеварения.</p>	<p align="center">Тест</p> <p align="center">Собеседование</p>

Критерии и шкала оценивания по оценочному средству тест

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
8-10	Тест пройден на высоком уровне (правильные ответы даны на 90-100% вопросов)
5-7	Тест пройден на среднем уровне (правильные ответы даны на 75-89% вопросов)
1-4	Тест пройден на низком уровне (правильные ответы даны на 60-74% вопросов)
0	Тест пройден на неудовлетворительном уровне (правильные ответы даны менее чем 60%)

Критерии и шкала оценивания по оценочному средству собеседование

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
5	Опрос пройден на высоком уровне (правильные ответы даны на 90...100% вопросов/задач)
4	Опрос пройден на среднем уровне (правильные ответы даны на 75-89% вопросов)
1...3	Опрос пройден на низком уровне (правильные ответы даны на 60-74% вопросов)
0	Опрос пройден на неудовлетворительном уровне (правильные ответы даны менее чем 60%)

Критерии и шкала оценивания по оценочному средству контрольная работа для заочного отделения

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
5	Контрольная работа выполнена на высоком уровне (правильные ответы даны на 90...100% вопросов/задач)
4	Контрольная работа выполнена на среднем уровне (правильные ответы даны на 75-89% вопросов/задач)
1...3	Контрольная работа выполнена на низком уровне (правильные ответы даны на 60-74% вопросов/задач)
0	Контрольная работа выполнена на неудовлетворительном уровне (правильные ответы даны менее чем 60%)

Критерии отличия знаний при решении экзамена

Примечание	Критерии	Оценка
<p>Глубокое и полное осознание содержания учебного материала, в котором обучающийся легко ориентирован, имеет сведения по-прежнему с практикой, решать практические задачи, высказывать и обосновывать свои суждения. Отличная оценка предполагает грамотное, логичное изложение ответа (так в учебной, так и в письменной форме), краткое, но сущностное оформление</p>	<p>включительно 100% от 90% до</p>	«Отлично»
<p>Обучающийся полно освоил учебный материал, владеет понятием абстракции, ориентирован в изученном материале, способен применять знания для решения практических задач, грамотно излагает ответ, но содержит неточности в определении терминов и формул ответа отчасти</p>	<p>от 70% до 90%</p>	«Хорошо»
<p>Обучающийся обнаруживает знания и понимание основных положений учебного материала, но излагает его нечетко, неосознанно, кратко, допускает неточности в определении понятий, в применении знаний для решения практических задач, не имеет достаточного обоснования своих суждений</p>	<p>от 50% до 70%</p>	«Удовлетворительно»
<p>Обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, не умеет выделить главное и второстепенное, допускает ошибки в определении понятий, излагает их кратко, нечетко, не точно и неумело излагает материал, не может применить знания для решения практических задач</p>	<p>Менее 50%</p>	«Неудовлетворительно»

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков

При поточном модульном контроле проводится тестирование по темам:

Студент получает оценки по 5-ти балльной шкале, которые затем интегрируются в баллы поточного модульного контроля в зависимости от максимального возможного по следующей таблице:

Процедура проведения промежуточной аттестации по учебной дисциплине экзамен: форма проведения письменная, вид – собеседование.

Сумма баллов за изучение теоретической части по четырем содержательным модулям составит 40 баллов. Итоговый модульный контроль: итоговый контроль проводится в форме экзамена. В экзаменационный билет входит 6 разрозненных заданий:

- задача из курса в общей сложности 6 открытых вопросов (по 1 вопросу по каждому из 4-х изученных модулей);
 - задачи из курса в общей сложности как 10 (десять) баллов к каждому правильному ответу на вопрос засчитывается как 10 (десять) баллов к экзаменационной оценке по дисциплине; каждый правильный ответ на тестовое задание.

данне и полное раскрытие определения (понятия) предоставляет возможность получить 2 балла, что в совокупности составит $5 \times 2 = 10$ баллов.

Таким образом, по результатам экзамена студент может получить 60 баллов. Итоговая оценка по дисциплине включает две составляющие

- 40 баллов за семестр (текущий модульный контроль);
- 60 баллов – за ответ на экзамене.

Общая сумма - 100 баллов.

Текущее тестирование и самостоятельная работа, балл								Общее количество баллов по смысловым модулям	Итоговый тест (экзамен)	Сумма в баллах
Смысловой модуль N 1		Смысловой модуль N 2		Смысловой модуль N 3		Смысловой модуль N 4				
T1	T2	T1	T2	T1	T2	T1	T2	40	60	100
5	5	5	5	5	5	5	5			

T1, T2 – темы смыслового модуля №1;

T1, T2, – темы смыслового модуля №2;

T1, T2 – темы смыслового модуля №3;

T1, T2 – темы смыслового модуля №4.

Требования к выполнению контрольной работы студентами заочного отделения

Выполнение контрольной работы является составной частью учебного процесса и формой самостоятельной работы студента. Выполнение данного вида работы позволяет приобрести навыки и умения грамотно использовать документы, учебную и специальную литературу.

Вопросы контрольной работы должны быть освещены на основе изучения рекомендованной литературы, как правило, шире и обстоятельнее, нежели они изложены в учебной литературе либо изучаются в ходе учебных занятий. Подготовка студентом контрольной работы проходит следующие основные этапы:

1. Определение вопросов контрольной работы согласно варианта.
2. Подбор литературы, нормативных и иных материалов.
3. Оформление контрольной работы и представление на проверку.

Студент выполняет одну контрольную работу определенного варианта.

Контрольная работа состоит из 4-х теоретических вопросов

При выполнении работы студент пользуется прилагаемым списком основной и дополнительной литературы. Ответы на вопросы должны быть конкретными и освещать имеющийся по данному разделу материал как в обязательной, так и в дополнительной литературе. Отвечать на вопросы необходимо своими словами. Недопустимо копирование и переписывание текста из учебника. При цитировании ставятся кавычки, в конце цитаты в скобках цифрой указывается ссылка на использованный источник.

Страницы тетради следует пронумеровать, привести список использованной литературы, оформленной в соответствии с действующими требованиями библиографии, работу подписать, поставить дату ее выполнения.

Для замечаний рецензента необходимо оставить поля и в конце тетради лист для заключительной рецензии.

На титульном листе контрольной работы следует указать фамилию, имя, отчество студента (полностью), курс, номер группы, название дисциплины и номер варианта выполненного задания.

Работа должна быть выполнена в строгом соответствии с последовательностью вопросов, изложенных в варианте задания.

Контрольные работы на кафедру должны быть представлены не позднее первого дня сессии.

Перечень вопросов для собеседования 5 семестр

1. Характеристика нейрогуморальной системы регуляции функций организма.
2. Строение нервной системы.
3. Особенности строения желудка.
3. Пища и ее состав как факторы жизнедеятельности организма.
4. Строение спинного мозга и его функции.
5. Значение пищевых веществ в жизнедеятельности организма.
6. Функции соляной кислоты желудочного сока.
7. Функции пищи (пищевых веществ) в организме.
8. Гормоны поджелудочной железы и их функции.
9. Характеристика теории рационального питания.
10. Железы внутренней секреции и их роль в регуляции физиологических систем организма.
11. Характеристика теории сбалансированного питания.
12. Основные отделы головного мозга.
13. Последствия длительного пищевого дисбаланса для организма человека.
14. Микрофлора толстого кишечника и ее функции.
15. Значение пищевых веществ в жизнедеятельности организма.
16. Медиаторы передачи нервного возбуждения и импульса.
17. Функции соляной кислоты желудочного сока.
18. Белки и их функции в организме человека.
19. Роль цинка в организме, потребность и пути его поступления в организм
Функции пищи (пищевых веществ) в организме.
20. Гормоны поджелудочной железы и их функции.
21. Роль мукоида желудочного сока в процессе пищеварения.
22. Белки. Понятие белкового и азотистого баланса.
23. Роль витамина С в организме, потребность и пути его поступления в организм человека.
24. человека.
25. Понятие «рефлексы». Характеристика условных и безусловных рефлексов.
26. Отделы тонкого кишечника и их функции.
27. Пищевая и биологическая ценность углеводов.
28. Роль витаминов В₁ и В₂ в организме, потребность и пути их поступления в организм человека.
29. Строение эндокринной системы регуляции организма.
30. Химические изменения пищи в двенадцатиперстной кишке.
31. Функции жиров в организме человека.
32. Роль витаминов В₆ и В₁₂ в организме, потребность и пути их поступления в организм человека.
33. Железы внутренней секреции и их роль в регуляции физиологических систем организма.

34. Состав кишечного сока.
35. Свойства и пищевая ценность жиров.
36. Роль витаминов В₁₅ и Н (биотин) в организме, потребность и пути их поступления в организм человека.
37. Основные отделы головного мозга.
38. Типы пищеварения в тонком кишечнике и их сущность.
39. Нормирование жиров в рационах питания. Источники жиров в питании.
40. Роль марганца в организме, потребность и пути его поступления в организм человека.
41. Последствия длительного пищевого дисбаланса для организма человека.
42. Гормоны- андрогены и их функции в организме.
43. Ферменты кишечного сока и их роль в пищеварении.
44. Функции макро- и микроэлементов в организме человека.
45. Роль витамина К в организме, потребность и пути его поступления в организм человека.
46. Функции иммунитета в организме человека.
47. Секреторная функция и состав сока поджелудочной железы.
48. Нормирование белков в рационах питания. Источники белков в питании.
49. Роль витамина Д в организме, потребность и пути его поступления в организм человека.
50. Все диеты.

Фонд тестовых заданий

5 семестр

1. Все пищевые вещества в организме человека выполняют:
 1. Четыре функции
 2. Пять функций
 3. Шесть функций
 4. Восемь функций
2. Самой элементарной частью тела человека является:
 1. Органы
 2. Клетка
 3. Вода
 4. Мышцы
3. Режим питания – это
 1. Распределение пищи по калорийности и объему
 2. Распределение пищи по времени, калорийности и объему
 3. Распределение пищи по времени и объему
 4. Распределение пищи по времени и калорийности
4. Гуморальная система регуляции -это
 1. Нервная клетка
 2. Жидкостная система
 3. Жидкостная и нервная система
 4. Жидкостная, химическая
5. Нервная система подразделяется на:
 1. Центральную и не центральную
 2. Центральную и периферическую
 3. Центральную и вегетативную
 4. Периферическую
6. Обмен веществ и энергии – это процесс
 1. поступления веществ в организм
 2. удаления из организма непереваренных остатков

3. потребления, превращения, использования, накопления и потери веществ и энергии
4. поступление в организм и накопление
7. Гормон адреналин часто называют:
 1. Гормоном радости
 2. Аварийным гормоном
 3. Гормоном торможения
 4. Гормоном агрессии
8. В каком порядке расположены органы пищеварения?
 1. ротовая полость-пищевод-желудок-тонкая кишка-толстая кишка-прямая кишка
 2. ротовая полость-пищевод-желудок- толстая кишка- тонкая кишка- прямая кишка
 3. ротовая полость- желудок- пищевод- толстая кишка- тонкая кишка- прямая кишка
 4. ротовая полость-пищевод- тонкая кишка-толстая кишка -желудок -прямая кишка
9. Ассимиляция – это
 1. процесс накопления питательных веществ и энергии в организме
 2. процесс расхода питательных веществ организмом
 3. процесс накопления и расхода питательных веществ организмом
10. Диссимиляция – это
 1. процесс накопления питательных веществ и энергии в организме
 2. процесс расхода питательных веществ организмом
 3. процесс накопления и расхода питательных веществ организмом
11. Найдите орган, который не относится к пищеварительной системе:
 1. ротовая полость, слюнные железы, пищевод, желудок
 2. щитовидная железа, вилочковая железа, гипофиз, мозжечок
 3. желчный пузырь, поджелудочная железа, печень, желудок
 4. ротовая полость, глотка, двенадцатиперстная кишка
12. Функции ротовой полости в процессе пищеварения
 1. расщепление белков, жиров, углеводов
 2. механическая переработка и начальное расщепление крахмала
 3. переваривание жиров
 4. механическая переработка и расщепления белков, жиров
13. Пища называется усвоенной
 1. если она была расщеплена в желудочно-кишечном тракте на простые компоненты
 2. если она была расщеплена в желудочно-кишечном тракте на простые компоненты и всосалась в кровь
 3. если она была расщеплена в желудочно-кишечном тракте на простые компоненты, всосалась в кровь и использована для физических функций и восстановления энергии
 4. если она была расщеплена в желудочно-кишечном тракте на простые и сложные компоненты
14. От чего зависит суточный расход энергии человека?
 1. От массы тела, пола и возраста человека.
 2. От физической активности человека.
 3. От массы тела, пола, возраста человека и коэффициента физической активности.
 4. От массы тела и физической активности
15. К основным пищевым веществам относят
 1. белки, жиры, углеводы
 2. белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, витамины, воду

3. минеральные вещества, витамины, воду
 4. ферменты, витамины, жирные кислоты
16. Источником полноценных (содержащих все незаменимые аминокислоты) белков являются
1. макаронные изделия
 2. масло сливочное
 3. молоко
 4. овощи
17. Главная функция углеводов -
1. обеспечение организма энергией
 2. участие в образовании биологически важных соединений
 3. защита тела от ударов
 4. защита от холода
18. Суть пищеварения в организме заключается
1. в химическом расщеплении органических соединений на неорганические
 2. в механическом раздроблении пищи на мелкие частички
 3. в ферментном расщеплении крупных органических соединений на более мелкие
 4. в химическом расщеплении органических соединений на более мелкие
19. К сильным стимуляторам секреции относятся продукты:
1. отварное мясо и рыба
 2. бланшированные овощи
 3. творог, кофе
 4. поджаренное мясо, рыба
20. Соотношение белков, жиров и углеводов в рационе питания детей должно составлять:
1. 1 : 0,9 : 4,7
 2. 1 : 1 : 4
 3. 1:2:1
 4. 2:2:3
21. Важнейшая составная часть овощей и плодов –
1. углеводы
 2. вода
 3. минеральные вещества
 4. белки
22. Клетчатка в организме
1. стимулирует перистальтику кишок
 2. растворяется в воде и полностью усваивается организмом
 3. создаёт условия для подавления развития полезных бактерий
 4. создаёт условия для подавления развития болезнетворных бактерий
23. В детских учреждениях общепринят четырехразовый прием пищи со следующим распределением суточной калорийности:
1. завтрак- 25%; обед -30%; полдник -20%; ужин -25%.
 2. завтрак- 20%; обед -35%; полдник -15%; ужин -30%.
 3. завтрак- 25%; обед -40%; полдник -10%; ужин -25%
 4. завтрак- 25%; обед -25%; полдник -25%; ужин -25%.
24. Витамины
1. являются источниками энергии
 2. поддерживают защитные свойства организма в борьбе с инфекциями
 3. являются биологическими регуляторами всех жизненных процессов в организме человека
 4. стимулируют перистальтику желудка
25. Соотношение белков, жиров и углеводов при работе без значительных физических усилий составляет:
1. 1 : 1 : 4

2. 1 : 2 : 4

3. 1 : 2 : 3

4. 1 : 1 : 2

26. Соотношение белков, жиров и углеводов при работе при значительных физических усилиях составляет:

1. 2 : 1,1 : 5

2. 1 : 1,5 : 6

3. 1 : 2 : 7

4. 1 : 1,1 : 5

27. Для большинства спортсменов соотношение между белками, жирами и углеводами должно составлять:

1. 1 : 1,8 : 4,0

2. 1 : 0,8 : 4,0

3. 1 : 2 : 4,5

4. 2 : 0,8 : 4,0

28. Клетчатка, содержащаяся в сырых овощах и фруктах, употребляемых в пищу человеком, улучшает:

1. пищеварение в желудке

2. расщепление углеводов

3. моторную функцию кишечника

4. всасывание питательных веществ в кровь

29. Больше всего энергии выделяется при расщеплении 1 г:

1. глюкозы

2. белка

3. нуклеиновой кислоты

4. жира

30. Конечными продуктами обмена углеводов у человека являются:

1. мочевина и этиловый спирт

2. уксусная и молочная кислоты

3. пировиноградная и лимонная кислоты

4. углекислый газ и вода

31. Расщепление белков в организме человека завершается:

1. выведением углекислого газа, воды и мочевины

2. накоплением в клетках кислорода

3. превращением тепловой энергии в энергию химических связей

4. образованием и накоплением антител в крови

32. Пищевые вещества, обуславливающие аромат и приятный вкус грибных блюд:

1. витамины

2. углеводы

3. экстрактивные вещества

4. белки

33. Функция простых углеводов в клетке:

1. каталитическая

2. энергетическая

3. хранение наследственной информации

4. участие в биосинтезе белка

34. Вещества, содержащие азот, образуются при биологическом окислении:

1. белков

2. жиров

3. углеводов

4. глицерина

35. Избыточное количество углеводов в организме приводит к:

1. отравлению организма

2. их превращению в белки

3. их превращению в жиры
 4. расщеплению на более простые вещества
36. Витаминизация готовых блюд в учреждениях для детей подростков осуществляется:
- 1) аскорбиновой кислотой, добавляемой во все блюда в осенне-зимний период
 - 2) аскорбиновой кислотой, добавляемой в 3 блюда круглогодично
 - 3) аскорбиновой кислотой, добавляемой в 3 блюда в осенне-зимний период
 - 4) поливитаминными препаратами, добавляемыми во все блюда круглогодично
37. Соотношение белков, жиров, углеводов в рационе лиц пожилого возраста должно быть:
- 1) 1:1:4
 - 2) 1: 1:5
 - 3) 1:0,8:3
 - 4) 1:0,8:6
38. От общего количества углеводов в рационе лиц зрелого возраста занимающихся умственным трудом сахара составляют:
- 1) 36%
 - 2) 20%
 - 3) 40%
 - 4) 15%
39. Суточный рацион питания на отдельные приемы пищи распределяется по калорийности следующим образом:
1. завтрак - 40%; обед-30%; ужин-30%
 2. завтрак-30%; обед-60%; ужин-10%
 3. завтрак - 20%; обед - 70%; ужин - 10%
 4. завтрак-30%; обед-50%; ужин-20%
40. Каково химическое название витамина А?
1. Тиамин
 2. Пиридоксин
 3. Ретинол
 4. Холекальциферол
41. Важнейшая роль в выполнении пластической функции принадлежит?
1. Жиры
 2. Углеводы
 3. Белки
 4. Макроэлементы
42. Ведущая роль в выполнении иммуно-регуляторной функции принадлежит?
1. Жиры
 2. Углеводы
 3. Белки
 4. Пищевым волокнам
43. Какие нутриенты рациона питания имеют наиболее важное значение в питании работников «горячих» цехов?
1. Водорастворимые витамины и минеральные соли
 2. Углеводы
 3. Белки
 4. Жиры
44. Для смягчения влияния на организм работающих действия источников ионизирующих излучений и радиоактивных веществ используются лечебно-профилактическое питание в виде?
1. Лечебно-профилактического рациона №1
 2. Лечебно-профилактического рациона №2
 3. Лечебно-профилактического рациона №3
 4. Кисломолочных продуктов и пектинов

45. Для смягчения влияния на организм работающих действия хрома и хромосодержащих соединений и других химических аллергенов используются лечебно-профилактическое питание в виде?
1. Рацион №1
 2. Рацион №2
 3. Рацион №2а
 4. Рацион №4
46. К группе тканей внутренней среды организма человека относятся?
1. Костная ткань
 2. Мышечная ткань
 3. Кровь и лимфа
 4. Нервная ткань
47. Какой механизм регуляции обеспечивает согласованную работу всех органов и физиологических систем организма человека?
1. Химический
 2. Нейрогуморальный
 3. Нервный
 4. Гуморальный
48. Нервная клетка передает информацию в ЦНС через:
1. Дендриты
 2. Аксоны
 3. Медиаторы
 4. Синапсис
49. Основной формой деятельности ЦНС является:
1. Возбуждение
 2. Торможение
 3. Рефлекс
 4. Нервный центр
50. Сколько пар черепно-мозговых нервов выходят из мозгового ствола?
1. 12
 2. 10
 3. 4
 4. 2
51. Блуждающий нерв иннервирует:
1. Органы грудной полости
 2. Органы брюшной полости
 3. Органы грудной и брюшной полости
 4. Органы шеи
52. Центр слюноотделения находится:
1. в продолговатом мозге
 2. в мозжечке
 3. в гипофизе
 4. в гипоталамусе
53. Важным элементом для образования гормонов щитовидной железы являются:
1. Кальций
 2. Магний
 3. Фтор
 4. Йод
54. Основным источником энергии для работы мозга являются:
1. Метионин
 2. Лизин
 3. Пектин
 4. Глюкоза
55. Поджелудочная железа выделяет:

1. В кровь – инсулин и глюкагон
 2. В полость желудка- пепсин
 3. В полость желудка –желудочный сок
 4. В полость тонкого кишечника – инсулин и глюкагон
56. Сколько отделов выделяют в тонком кишечнике?
1. 2
 2. 4
 3. 5
 4. 3
57. Не пищеварительные функции печени связаны:
1. С желчевыделением
 2. С обменом веществ
 3. С желчеотделением
 4. С синтезом желчных кислот из холестерина
58. Какая реакция среды в ротовой полости?
1. Нейтральная
 2. Слабощелочная
 3. Кислая
 4. Щелочная
59. Какие вещества всасываются в желудке?
1. Белки в виде аминокислот
 2. Вода, минеральные соли, продукты расщепления белка
 3. Жиры
 4. Углеводы
60. Какую реакцию имеет чистый желудочный сок?
1. Нейтральную
 2. Кислую
 3. Щелочную
 4. Слабокислую
61. Какие виды сокращений различают в желудке?
1. Перистальтические и тонические
 2. Не перистальтические и систолические
 3. Перистальтические, систолические, тонические
 4. Тоническое и маятникообразное
62. Какой промежуток времени необходим для полной эвакуации химуса?
1. 2-3 часа
 2. 3-4 часа
 3. 4-6 часов
 4. 6-10 часов
63. Какие пищевые вещества расщепляются в тонком кишечнике?
1. Витамины и минеральные вещества
 2. Витамины и белки
 3. Белки, жиры и углеводы
 4. Минеральные соли, углеводы, жиры
64. Какие конечные продукты переваривания жиров в тонком кишечнике?
1. Глицерин и жирные кислоты
 2. Дисахариды
 3. Аминокислоты
 4. Глюкоза и азот
65. В каком отделе пищеварительного канала идет наиболее интенсивно процесс всасывания пищевых веществ?
1. В толстом кишечнике
 2. В пищеводе
 3. В желудке

4. В тонком кишечнике
66. Какую реакцию среды имеет секрет слизистой оболочки толстого кишечника?
 1. Слабощелочную
 2. Выраженную щелочную
 3. Кислую
 4. Слабокислую
67. Где локализуется пищевой центр?
 1. В продолговатом мозге и гипоталамусе
 2. Гипоталамусе и в коре головного мозга
 3. В продолговатом мозге, гипоталамусе, коре большого мозга
 4. В коре большого мозга и спинном мозге
68. Какие белки приняты за стандарт естественной сбалансированной в них незаменимых аминокислот?
 1. Белки куриного мяса и сои
 2. Белки сои и мясо кроликов
 3. Белки женского молока
 4. Белки куриных яиц и женского молока
69. Как изменяются усвояемые углеводы в организме человека?
 1. Перевариваются
 2. Всасываются и метаболизируются
 3. Перевариваются, всасываются и метаболизируются
 4. Метаболизируются
70. Какие функции характерны для витамина С?
 1. Способствует повышению эластичности и прочности кровеносных сосудов
 2. Участвуют в обмене углеводов в организме
 3. Необходим для роста, развития обновления кожи
 4. Активно участвует в белковом и углеводном обмене
71. Какие функции в организме характерны для витамина А?
 1. Способствует повышению эластичности и прочности кровеносных сосудов;
 2. Способствует активности темновой адаптации зрения человека;
 3. Необходим для роста, развития и обновления тканей;
 4. Участвует в обмене углеводов в организме
72. Какие функции в организме характерны для витамина В1?
 1. Способствует повышению эластичности и прочности кровеносных сосудов;
 2. Способствует активности темновой адаптации зрения человека;
 3. Необходим для роста, развития и обновления тканей;
 4. Участвует в обмене углеводов в организме
73. Какие функции в организме характерны для витамина В6?
 1. Способствует повышению эластичности и прочности кровеносных сосудов;
 2. Необходим для роста, развития и обновления тканей;
 3. Участвует в обмене углеводов в организме;
 4. Активно участвует в белковом и жировом обмене
74. Какие функции в организме характерны для Са?
 1. Входит в состав минерального компонента костной ткани;
 2. Участвует в процессах обмена белков, жиров и углеводов;
 3. Способствует задержке воды в организме;
 4. Стимулирует кроветворение
75. Какие функции в организме характерны для Р?
 1. Входит в состав минерального компонента костной ткани;
 2. Участвует в процессах обмена белков, жиров и углеводов;
 3. Способствует задержке воды в организме;
 4. Участвует в образовании гормона щитовидной железы - тироксина
76. Гигиена питания это наука о?
 1. Санитарной охране пищевых ресурсов;

2. Процессах, протекающих при потреблении пищи;
 3. Регуляции процессов жизнедеятельности организма;
 4. Рациональном питании и санитарной охране пищевых ресурсов
77. Нарушение принципов рационального питания вызывает болезненные состояния организма, связанные:
1. С недостатком поступающей с пищей энергии;
 2. С избытком поступающей с пищей энергии;
 3. С недостатком поступающих с пищей пищевых веществ;
 4. С избытком поступающих с пищей пищевых веществ
78. При превентивном питании для нормализации двигательной функции кишечника используется рацион, обогащенный?
1. Растительными белками;
 2. Растительными жирами;
 3. Животными жирами;
 4. Пектином и клетчаткой
79. Физиология питания является научной основой теории:
1. Адекватного питания;
 2. Функционально-гомеостатической теории питания;
 3. Кроветворной теории питания;
 4. Всех перечисленных теорий питания
80. Для групп населения, отнесенных к группе риска по атеросклерозу, рекомендуется превентивное питание с ограничением?
1. Хлебобулочных изделий;
 2. Овощей и фруктов;
 3. Животных жиров;
 4. Растительных жиров
81. В зависимости от суточных энергетических затрат взрослое население дифференцировано на?
1. 2 группы интенсивности труда;
 - 3 группы интенсивности труда;
 - 4 группы интенсивности труда;
 - 5 групп интенсивности труда
82. Расчет энергетической ценности белковой части рациона производится на основании учета выделения энергии при окислении 1 г белка (ккал)?
1. 3,8;
 2. 4,0;
 3. 4,1;
 4. 9,0
83. Расчет энергетической ценности углеводной части рациона производится на основании учета выделения энергии при окислении 1 г углеводов (ккал)?
1. 3,8;
 2. 4,0;
 3. 4,8;
 4. 9,0
84. По нормам физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии в зависимости от группы интенсивности труда взрослого населения, потребность в белке находится в пределах?
1. 30-70 г
 2. 40-80 г;
 3. 50-110 г;
 4. 60-120 г
85. В рациональном питании здорового человека по нормам физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии для населения квота белков животного происхождения от общего количества составляет?

1. Около 45%;
2. Около 50%%
3. Около 55%;
4. Около 60%

86. Норма физиологической потребности в жирах (по мегакалории, сбалансированной по основным пищевым и биологически активным веществам) для металлургов - мужчин (IV группа интенсивности труда), при энергозатратах 3500 ккал составляет?

1. 68 г
2. 88 г
3. 98 г
4. 123 г

87. Суточная потребность взрослого здорового мужчины в кальции составляет (мг)?

1. 500
2. 600
3. 1000
4. 1200

88. С какого возрастного периода суточные потребности в питании детей и подростков дифференцированы по полу?

1. 10 лет
2. 11 лет
3. 12 лет
4. 14 лет

89. К каким группам интенсивности труда в нормах физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии для населения Украины отнесены рабочие основных профессий?

1. I, II, III, IV;
2. III, IV;
3. I, II, III;
4. II, III, IV

90. К какой группе интенсивности труда в нормах физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии для населения отнесены в основном рабочие умственного труда?

1. I, II;
2. III;
3. I;
4. II, III

91. При работе с неорганическими соединениями свинца в особо вредных условиях труда выдается лечебно-профилактическое питание в виде?

1. Защитного продукта молока;
2. Кисломолочных продуктов и пектина;
3. Витаминных препаратов;
4. Лечебно-профилактического рациона №3

92. Какую направленность должны иметь рационы для работников умственного труда?

1. Углеводную
2. Белковую
3. Жировую
4. Белково-витаминную

93. При возбуждении парасимпатических нервов:

1. Усиливается работа сердца
2. Замедляются процессы пищеварения (моторика и секреция)
3. Нарушается постоянство внутренней среды организма
4. Стимулируются процессы пищеварения (моторика и секреция)

94. Какие отделы выделяют в вегетативно нервной системе?

1. Симпатический и соматический

2. Симпатический, парасимпатический и соматический
 3. Симпатический, парасимпатический и метасимпатический
 4. Симпатический и метасимпатический
95. Недостаток белка в рационе питания:
1. Стимулирует образование условных рефлексов
 2. Ускоряет процессы возбуждения и торможения
 3. Повышает возбудимость ЦНС
 4. Ухудшает образование условных рефлексов
96. Недостаток в рационе питания витамина В приводит:
1. К усилению процессов возбуждения
 2. К ослаблению процессов торможения
 3. К ослаблению процессов возбуждения
 4. К ослаблению процессов возбуждения и усилению процессов торможения
97. Где происходит контактное (мембранное) пищеварение?
1. В ротовой полости
 2. В тонкой кишке на поверхности микроворсинок
 3. В желудке
 4. В толстом кишечнике
98. Из каких оболочек состоит стенка пищевого канала?
1. Слизистой и мышечной
 2. Слизистой и адвентициальной
 3. Адвентициальной и слизистой
 4. Слизистой, мышечной и адвентициальной
99. Какие отделы выделяют в желудке?
1. Дно и тело
 2. Дно и привратниковую часть
 3. Дно, тело и привратниковую часть
 4. Дно и среднюю часть
100. Безусловно рефлекторная регуляция слюноотделения происходит:
1. При попадании пищи в ротовую полость
 2. При виде пищи
 3. При приготовлении пищи
 4. При ощущении запаха пищи

Перечень вопросов для контрольной работы

1. Значение питания для жизнедеятельности организма человека.
2. Пищевые волокна, их роль в питании, физиологическая характеристика.
3. Вода. Физиологическая роль воды и потребность в ней человека.
4. Особенности питания детей и подростков.
5. Энерготраты организма человека. Виды суточных энерготрат, их характеристика. Методы определения суточных энерготрат человека.
6. Основные функции нейрогуморальной системы регуляции человека. Строение нервной системы человека.
7. Кальций, его значение для организма человека. Ликвидация дефицита кальция.
8. Особенности питания пожилых людей и людей преклонного возраста.
9. Простые углеводы, их физиологическая характеристика.
10. Витамины, значение для организма. Классификация витаминов.
11. Характеристика гуморальной системы регуляции. Особенности действия гормонов на организм человека.
12. Основы лечебного питания. Характеристика диеты №5.
13. Ротовая полость, строение и функции органов ротовой полости. Влияние питания на состояние ротовой полости.

14. Железо, его значение для организма человека. Ликвидация дефицита железа в организме человека.
15. Значение пищевых веществ в жизнедеятельности человека (основные функции питания)
16. Основы лечебного питания. Характеристика диеты №9.
17. Желудок, строение и функции. Влияние питания на функцию желудка.
18. Водорастворимые витамины, роль для организма человека, источники в питании и физиологическая потребность при различных состояниях. Ликвидация дефицита в питании.
19. Строение центральной нервной системы. Основной принцип действия нервной системы.
20. Основы лечебного питания. Характеристика диеты №1.
21. Пищеварение в двенадцатиперстной кишке. Значение печени и поджелудочной железы в процессе пищеварения. Влияние питания на функцию печени и поджелудочной железы.
22. Витаминная недостаточность организма человека. Виды и причины витаминной недостаточности.
23. Характеристика периферической нервной системы. Понятия рефлекс. Безусловные и условные рефлексы человека .
24. Основы лечебного питания. Характеристика диеты №7.
25. Строение и функции толстого кишечника. Значение кишечной микрофлоры для пищеварения. Влияние пищевых факторов на функцию толстого кишечника.
26. Энергетический баланс организма человека, его виды и физиологическая характеристика.
27. Влияние состава пищи и пищевого рациона на состояние нейрогуморальной системы регуляции организма человека.
28. Основы лечебного питания. Характеристика диеты №2.
29. Пищеварительная система человека. Основные функции и регуляция процессов пищеварения.
30. Азотистый баланс организма человека, виды и физиологическая характеристика.
31. Современные приемы длительного хранения пищевого сырья и готовых продуктов. Их влияние на пищевую ценность продуктов.
32. Лечебное питание. Характеристика диеты №8.
33. Белки, роль белков для организма человека. Биологическая ценность белков пищи.
34. Жирорастворимые витамины и их физиологическая характеристика для организма человека.
35. Сущность и значение пищеварения. Строение пищеварительного аппарата.
36. Особенности питания лиц, занятых умственным трудом.
37. Пищеварение в тонком кишечнике. Процессы всасывания и усвоения пищевых веществ.
38. Пищевая ценность продуктов животного происхождения: мясо, рыба.
39. Усвояемость и удобоваримость пищи. Регуляция процессов пищеварения.
40. Основы лечебного питания. Характеристика диеты №10.
41. Строение толстого кишечника. Пищеварение в толстом кишечнике.
42. Принципы рационального питания.
43. Лечебно-профилактическое питание. Научные принципы обоснования лечебно-профилактического питания.
44. Особенности питания беременных женщин.
45. Минеральные вещества, их роль для организма человека, классификация. Щелочные и кислотные макроэлементы, их значение, источники в питании.
46. Строение желудка. Процессы пищеварения в желудке.
47. Общие требования к построению рационального питания.
48. Физиолого-гигиенические основы питания детей и подростков
49. Влияние питания на состояние здоровья. Болезни, связанные с нерациональным питанием.
50. Сущность и значение пищеварения. Строение пищеварительного аппарата.
51. Пищевая ценность продуктов растительного происхождения: зерно и продукты его переработки.
52. Основы лечебного питания. Характеристика диеты №15.

53. Строение тонкого кишечника. Пищеварение в тонком кишечнике.
54. Влияние состава пищи и пищевого рациона на состояние нейрогуморальной системы регуляции организма человека.
55. Пищевая ценность продуктов растительного происхождения: овощи, фрукты, ягоды.
56. Особенности питания людей, занятых тяжелым физическим трудом

Перечень методических материалов

1. Федотова, Н. А. Основы физиологии и гигиены питания [Электронный ресурс]: метод. указ. для самостоят. изучения курса для студ. направ. подготовки 6.051701 «Пищ. технологии и инж.» ди. и заоч. форм обучения / Н. А. Федотова ; Донец. нац. ун-т экономики и торговли им. Михаила Туган-Барановского, Каф. технологии в ресторан. хоз-ве . — Донецк : ДонНУЭТ, 2015 . — Локал. компьютер. сеть ИБ ДонНУЭТ.

2. Милохова Т.А. Методические указания для контроля знаний для студентов очной и заочной формы обучения направления подготовки 19.03.04 „Технология продукции и организация общественного питания” и 43.03. «Гостиничное дело»: Т.А. Милохова. - Донецк: ДонНУЭТ, 2017 г. - 24 с.

3. Физиология питания [Текст]: метод. указания для самостоятельного изучения курса и выполнения контрольной работы для студентов очной и заочной формы обучения направления подготовки 19.03.04 „Технология продукции и организация общественного питания” : Т.А. Милохова. - Донецк: ДонНУЭТ, 2019 г. - 20 с.

4. Физиология питания [Текст]: методические указания к проведению лабораторных занятий "Определение потребности в питании и оценка ее адекватности фактическому состоянию питания различных контингентов населения" для студентов направления подготовки 19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания, очной и заочной форм обучения /Т.А. Милохова; - Донецк: ФГБОУ ВО «ДОННУЭТ», 2023 г. -55 с.