

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор/Декан

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ)**

**Б1.В.08 Физиология питания**

19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания

Технология организации ресторанного дела

бакалавр

заочная

## 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций ОП ВО и овладение следующими результатами обучения по дисциплине:

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ПК-1 Способен организовать разработку, создание и эксплуатацию прогрессивных технологий производства продукции общественного питания массового изготовления и специализированных пищевых продуктов	ПК-1.3 Разработка системы мероприятий по повышению эффективности и технологических процессов производства продукции общественного питания массового изготовления и специализированных пищевых продуктов	<b>знает</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>физиологические основы питания и потребности организма в пищевых веществах и энергии;</li> <li>влияние состава рациона на обмен веществ, здоровье и работоспособность человека;</li> <li>принципы рационального и сбалансированного питания для различных групп населения.</li> </ul>
		<b>умеет</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>анализировать пищевую ценность продуктов и рационов питания;</li> <li>разрабатывать мероприятия по улучшению качества питания и повышению его эффективности;</li> <li>обосновывать состав рационов с учетом физиологических потребностей организма.</li> </ul>
		<b>владеет навыками</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>навыками разработки рационов питания с учетом физиологических норм;</li> <li>методами оценки пищевой и энергетической ценности продукции;</li> <li>подходами к созданию продуктов с заданными функциональными свойствами.</li> </ul>

## 2. Перечень оценочных средств по дисциплине

№	Наименование раздела/темы	Курс	Код индикаторов достижения компетенций	Оценочное средство проверки результатов достижения индикаторов компетенций
1.	1 раздел. Физиология питания			
1.1.	Физиологические основы питания и пищеварения	3	ПК-1.3	Устный опрос, Реферат
1.2.	Рациональное и лечебно-профилактическое питание	3	ПК-1.3	Контрольная работа
1.3.	Зачет по дисциплине	3	ПК-1.3	
	Промежуточная аттестация			За

### 3. Оценочные средства (оценочные материалы)

Примерный перечень оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде (Оценочные материалы)
<b>Текущий контроль</b>			
<b>Для оценки знаний</b>			
1	Устный опрос	Средство контроля знаний студентов, способствующее установлению непосредственного контакта между преподавателем и студентом, в процессе которого преподаватель получает широкие возможности для изучения индивидуальных особенностей усвоения студентами учебного материала.	Перечень вопросов для устного опроса
<b>Для оценки умений</b>			
2	Контрольная работа	Средство проверки умений применять полученные знания для решения задач определенного типа по теме или разделу	Комплект контрольных заданий по вариантам
<b>Для оценки навыков</b>			
<b>Промежуточная аттестация</b>			
3	Зачет	Средство контроля усвоения учебного материала практических и семинарских занятий, успешного прохождения практик и выполнения в процессе этих практик всех учебных поручений в соответствии с утвержденной программой с выставлением оценки в виде «зачтено», «незачтено».	Перечень вопросов к зачету

### 4. Примерный фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) "Физиология питания"

*Примерные оценочные материалы для текущего контроля успеваемости*

Темы для устного опроса

1. Понятие физиологии питания.
2. Роль питания в организме человека.

3. Строение пищеварительной системы.
4. Процессы пищеварения.
5. Обмен веществ и энергии.
6. Энергетическая ценность пищи.
7. Белки: функции и значение.
8. Жиры: функции и значение.
9. Углеводы: функции и значение.
10. Витамины и их роль.
11. Минеральные вещества.
12. Водный баланс организма.
13. Принципы рационального питания.
14. Сбалансированное питание.
15. Режим питания.
16. Питание различных групп населения.
17. Лечебно-профилактическое питание.
18. Пищевые волокна.
19. Гликемический индекс.
20. Современные концепции питания.

### Контрольные работы

#### Вариант 1

Теоретические вопросы:

1. Физиология питания и ее значение.
2. Белки и их роль в организме.

Практико-ориентированное задание:

Рацион студента содержит недостаточное количество белка.

Проанализируйте последствия и предложите корректировку рациона.

#### Вариант 2

Теоретические вопросы:

1. Жиры и их физиологическая роль.
2. Энергетическая ценность пищи.

Практико-ориентированное задание:

Рацион содержит избыток жиров.

Оцените последствия и предложите оптимизацию питания.

#### Вариант 3

Теоретические вопросы:

1. Углеводы и их значение.
2. Гликемический индекс.

Практико-ориентированное задание:

Рацион вызывает резкие колебания уровня глюкозы.

Предложите корректировку с учетом гликемического индекса.

#### Вариант 4

Теоретические вопросы:

1. Витамины и их значение.
2. Минеральные вещества.

Практико-ориентированное задание:

У потребителей наблюдаются признаки дефицита витаминов.

Предложите изменения в рационе.

#### Вариант 5

Теоретические вопросы:

1. Принципы рационального питания.
2. Питание различных групп населения.

Практико-ориентированное задание:

Разработайте основные принципы рациона для работников умственного труда.

*Примерные оценочные материалы  
для проведения промежуточной аттестации (зачет, экзамен)  
по итогам освоения дисциплины (модуля)*

Теоретические вопросы

1. Понятие физиологии питания.
2. Роль питания в жизнедеятельности человека.
3. Пищеварительная система: строение и функции.
4. Процессы пищеварения.
5. Переваривание белков.
6. Переваривание жиров.
7. Переваривание углеводов.
8. Роль ферментов в пищеварении.
9. Всасывание питательных веществ.
10. Обмен веществ и энергии.
11. Энергетический баланс организма.
12. Основной обмен.
13. Энергетическая ценность пищи.
14. Белки: функции и значение.
15. Жиры: функции и значение.
16. Углеводы: функции и значение.
17. Витамины: классификация и роль.
18. Минеральные вещества: значение.
19. Водный баланс организма.
20. Потребности организма в энергии.
21. Потребности в белках.
22. Потребности в жирах.
23. Потребности в углеводах.
24. Потребности в витаминах.
25. Потребности в минеральных веществах.
26. Принципы рационального питания.
27. Сбалансированное питание.
28. Режим питания.
29. Питание различных групп населения.
30. Питание детей и подростков.
31. Питание взрослых.
32. Питание пожилых людей.
33. Питание при физической нагрузке.
34. Питание при умственной деятельности.
35. Лечебно-профилактическое питание.
36. Диетическое питание.
37. Функциональные продукты питания.
38. Влияние питания на здоровье.
39. Питание и иммунитет.
40. Питание и обмен веществ.
41. Нарушения питания.
42. Дефицит нутриентов.
43. Избыточное питание.
44. Ожирение и его причины.
45. Метаболические нарушения.
46. Роль пищевых волокон.
47. Антиоксиданты в питании.
48. Биологически активные вещества.
49. Гликемический индекс.
50. Усвояемость пищевых веществ.
51. Совместимость продуктов.

52. Современные концепции питания.
53. Персонализированное питание.
54. Спортивное питание.
55. Питание и профилактика заболеваний.
56. Оценка пищевой ценности рациона.
57. Методы расчета рационов.
58. Оптимизация питания.
59. Роль технолога в организации питания.
60. Перспективы развития науки о питании.

#### Практико-ориентированные задания

1. Рацион студента (мужчина, 20 лет) состоит преимущественно из быстрых углеводов и содержит мало белка.

Задание: проанализируйте рацион, выявите нарушения и предложите корректировку.

2. Рацион работника физического труда имеет низкую энергетическую ценность.

Задание: определите риски и предложите изменения в рационе.

3. Меню предприятия общественного питания не учитывает потребности пожилых людей.

Задание: предложите корректировку рациона с физиологическим обоснованием.

4. В рационе спортсмена недостаточно белка.

Задание: предложите варианты увеличения белка и обоснуйте выбор.

5. Рацион офисного работника содержит избыток жиров.

Задание: оцените последствия и предложите оптимизацию питания.

6. В продукте общественного питания низкое содержание пищевых волокон.

Задание: предложите способы повышения их содержания.

7. У потребителей наблюдаются признаки дефицита витаминов.

Задание: предложите изменения в рационе и продуктах.

8. Разрабатывается меню для школьников.

Задание: сформулируйте основные принципы его составления.

9. Рацион питания приводит к скачкам уровня глюкозы в крови.

Задание: предложите корректировку с учетом гликемического индекса.

10. В рационе недостаточно кальция.

Задание: предложите способы его увеличения.

11. Разрабатывается рацион для людей с избыточной массой тела.

Задание: предложите основные принципы его формирования.

12. Рацион питания не обеспечивает необходимое количество энергии.

Задание: рассчитайте направления корректировки.

13. В меню предприятия отсутствует баланс БЖУ.

Задание: предложите пути оптимизации.

14. Потребители жалуются на быструю утомляемость.

Задание: проанализируйте возможные причины, связанные с питанием.

15. Разрабатывается функциональный продукт для повышения иммунитета.

Задание: предложите состав и обоснуйте его.

16. Рацион содержит недостаточное количество жиров.

Задание: оцените последствия и предложите корректировку.

17. Питание не соответствует режиму дня (нерегулярные приемы пищи).

Задание: предложите оптимальный режим питания.

18. Разрабатывается меню для работников умственного труда.

Задание: предложите особенности рациона.

19. В рационе преобладают рафинированные продукты.

Задание: предложите пути повышения его биологической ценности.

20. Необходимо разработать рацион для профилактики метаболических нарушений.

Задание: предложите основные принципы и состав.

**Темы письменных работ (эссе, рефераты, курсовые работы и др.)**

## Темы рефератов

1. Физиологические основы рационального питания человека.
2. Роль питания в обеспечении жизнедеятельности организма.
3. Пищеварительная система и ее функции.
4. Обмен веществ и энергии в организме человека.
5. Белки в питании человека: функции и значение.
6. Жиры в питании: физиологическая роль и особенности потребления.
7. Углеводы как основной источник энергии.
8. Витамины и их роль в организме человека.
9. Минеральные вещества и их значение в питании.
10. Водный баланс и его значение для организма.
11. Принципы сбалансированного питания.
12. Питание различных групп населения (дети, взрослые, пожилые).
13. Питание при физической и умственной нагрузке.
14. Лечебно-профилактическое питание.
15. Питание и иммунитет.
16. Роль пищевых волокон в питании человека.
17. Гликемический индекс и его значение в питании.
18. Современные концепции питания (функциональное, персонализированное).
19. Питание и профилактика заболеваний.
20. Разработка рационов питания с учетом физиологических потребностей.