

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 16.06.2026 08:30:51
 Уникальный программный ключ:
 e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

Оценочный материал для диагностического тестирования

Тестовое задание для диагностического тестирования по

дисциплине:

Нутрициология и фармакологическая поддержка спорта, 8 семестр

Код, направление подготовки	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль)	Спортивная тренировка
Форма обучения	очная
Кафедра-разработчик	Теории физической культуры
Выпускающая кафедра	Теории физической культуры

Проверяемая компетенция	Задание	Варианты ответов	Тип сложности вопроса	Кол-во баллов за правильный ответ
ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	Усвояемость в приложении к пищеварению – это: (выберите один правильный ответ из заданного списка)	1) степень полезности пищевого продукта или нутриента для осуществления физиологических функций организма человека 2) степень проникновения структурных элементов пищи через клеточные мембраны 3) способность пищевых компонентов подвергаться действию ферментов 4) доля пищевого продукта или нутриента, непосредственно используемая для обеспечения жизнедеятельности человека	низкий	2
ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	Биоусвояемость в приложении к пищеварению – это: (выберите один правильный ответ из заданного списка)	1) степень перехода пищевых компонентов через кишечный барьер 2) степень, в которой пищевое вещество становится доступно предназначенной ткани после введения или воздействия. 3) свойство пищевого вещества, определяемое его подверженностью воздействию ферментов 4) свойство пищевого вещества, определяемое способностью его к всасыванию в желудочно-кишечном тракте	низкий	2
ОПК - 8.1	Удобоваримость в	1) степень напряжения	низкий	2

ОПК - 8.2	приложении к пище-варению – это: (выберите один правильный ответ из заданного списка)	пище-варительной системы (пище-варительного аппарата) при переваривании, всасывании, усвоении и метаболизме пищи или отдельных нутриентов 2) доля пищевого продукта или нутриента, непосредственно используемая для обеспечения жизнедеятельности человека 3) степень полезности пищевого продукта или нутриента для осуществления физиологических функций организма человека 4) способность пищевых компонентов подвергаться действию ферментов		
ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	Наука о питании (нутрициология) – это: (выберите один правильный ответ из заданного списка)	1) наука, изучающая свойства и значение пищевых компонентов 2) общее понятие, интегрирующее комплекс наук, своей методологией способствующих решению проблем питания населения 3) раздел гигиены, изучающий качество и значение пищевых продуктов 4) наука, изучающая процессы превращения (метаболизм) компонентов пищи в организме	низкий	2
ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	Выберите наиболее правильное определение гигиены питания (выберите один правильный ответ из заданного списка)	1) наука, изучающая качество и значение пищевых продуктов, их влияние на организм человека и разрабатывающая структуру и рациональную систему питания, направленные на улучшение здоровья населения 2) раздел гигиены, изучающий качество и значение пищевых продуктов, их влияние на организм человека и разрабатывающий структуру, и рациональную систему питания, направленные на улучшение здоровья населения 3) наука о здоровом, рациональном, лечебном и профилактическом питании	низкий	2
		4) одна из гигиенических наук, изучающая роль питания в жизнедеятельности человека		

ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	Нутриенты – это: (выберите один пра- вильный ответ из заданного списка)	1) пищевые продукты 2) структурные элементы пищи 3) пищевые вещества 4) биологически активные вещества	средний	5
ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	Основной обмен (ОО) – это: (выберите один пра- вильный ответ из заданного списка)	1) уровень энергетического обмена организма человека, определяющий оптимальное его функционирование 2) уровень энергетического обмена организма человека, определяющий его способность к функционированию в условиях дефицита пищи 3) минимальное количество энергии, необходимое для поддержания функционирования организма в повседневной жизни 4) минимальное количество энергии, необходимое для поддержания жизни организма в состоянии полного покоя лежа	средний	5
ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	Пищевая ценность питания – это: (выберите один пра- вильный ответ из заданного списка)	1) понятие, характеризующее полноценность питания по критерию содержания в нем белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных и биологически активных веществ 2) понятие, отражающее степень соответствия содержания в питании белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных и биологически активных веществ физиологическим нормам 3) понятие, отражающее всю полноту полезных свойств пищевого продукта, включая степень обеспечения физиологических потребностей человека в основных веществах, энергию и органолептические достоинства 4) понятие, отражающее степень соответствия органолептических свойств пищи сложившимся вкусовым традициям населения	средний	5

ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	Пищевой рацион среднесуточный – это: <i>(выберите один правильный ответ из заданного списка)</i>	1) количество пищевых продуктов, потребляемое человеком за конкретные сутки 2) количество пищевых продуктов, потребляемое человеком за сутки, рассчитываемое в среднем за какой-либо промежуток времени 3) количество питательных веществ в суточном наборе пищевых продуктов и блюд 4) средний условный уровень содержания нутриентов в суточном рационе питания	средний	5
ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	Пищевые добавки – это: <i>(выберите один правильный ответ из заданного списка)</i>	1) природные (идентичные природным) биологически активные вещества, предназначенные для употребления одновременно с пищей или введенные в состав пищевых продуктов 2) природные или искусственные вещества и их соединения, специально вводимые в пищевые продукты в процессе их изготовления в целях придания пищевым продуктам определенных свойств и (или) сохранения качества пищевых продуктов 3) добавки, приносимые в пищевые продукты и блюда для придания им лечебно-профилактических свойств 4) макро- и микроэлементы, вносимые в продукты для nivelирования их дефицита в питании	средний	5
ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	Государственная политика в области здорового питания – это: <i>(выберите один правильный ответ из заданного списка)</i>	1) комплекс мероприятий, направленных на создание условий, обеспечивающих удовлетворение потребностей различных категорий населения в рациональном, здоровом питании с учетом традиций, привычек и экономического положения 2) комплекс государственных мероприятий по рационализации питания населения 3) блок государственной политики, направленный на обеспечение населения продуктами питания	средний	5
		4) государственная политика, направленная на поддержание социальной сбалансиро-		

ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	Безупречность пищи в санитарно-эпидемиологическом отношении – это: <i>(выберите один правильный ответ из заданного списка)</i>	ванности питания населения 1) оптимальный состав потребляемой пищи, сбалансированный по содержанию всех нутриентов 2) свойство потребляемой пищи, характеризующее оптимальным составом входящих в нее продуктов 3) соответствие пищи нормативным требованиям по санитарно-бактериологическим показателям 4) отсутствие опасности передачи каких-либо заболеваний и нарушений алиментарным путем	средний	5
ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	Коэффициент физической активности (КФА) – это: <i>(выберите один правильный ответ из заданного списка)</i>	1) доля энергии основного обмена в общей структуре энергозатрат 2) энергия, затрачиваемая человеком при осуществлении определенного вида деятельности за определенный промежуток времени 3) кратность превышения общих энергозатрат человека величины его основного обмена 4) число двигательных актов, осуществляемое человеком за определенный промежуток времени	средний	5
ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	Белки – это: <i>(выберите один правильный ответ из заданного списка)</i>	1) сложные органические соединения, расходуемые в организме на пластические нужды 2) высокомолекулярные органические вещества, построенные из остатков аминокислот 3) высокомолекулярные органические вещества, обладающие высокой и разнообразной биологической активностью 4) высокомолекулярные органические вещества, содержащиеся, главным образом, в продуктах животного происхождения	средний	5
ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	Аминокислоты – это:	1) соединения, основой которых являются амины	средний	5

	<i>(выберите один правильный ответ из заданного списка)</i>	2) органические кислоты, обладающие высокой биологической активностью 3) органические соединения, основой которых являются		
--	---	---	--	--

		биогенные амины 4) органические кислоты, из которых состоят белки		
ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	К алиментарным заболеваниям относятся: <i>(выберите несколько ответов из предложенного списка)</i>	1) сахарный диабет 2) белково-энергетическая недостаточность 3) пищевые аллергии 4) ожирение, связанное с нерациональным питанием	высокий	8
ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	К болезням с алиментарными факторами риска патологии относятся: <i>(выберите несколько ответов из предложенного списка)</i>	1) заболевания органов кровообращения 2) белково-энергетическая недостаточность 3) заболевания органов пищеварения 4) микроэлементозы	высокий	8
ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	К основным недостаткам усредненных рационов населения Российской Федерации относятся: <i>(выберите несколько ответов из предложенного списка)</i>	1) дефицит энергетической ценности 2) дисбаланс основных пищевых компонентов 3) дефицит микронутриентов 4) дефицит углеводов	высокий	8
ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	Усвоение железа снижают: <i>(выберите несколько ответов из предложенного списка)</i>	1) клетчатка 2) соевый белок 3) избыток кальция 4) дефицит флавоноидов	высокий	8
ОПК - 8.1 ОПК - 8.2	К специальным нормам питания относятся: <i>(выберите несколько ответов из предложенного списка)</i>	1) нормы, принятые в Вооруженных Силах 2) нормы, принятые на транс- порте 3) нормы лечебного питания 4) нормы резерва продовольствия	высокий	8