

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ВЛАДИМИРА ДАЛЯ»

Институт гражданской защиты
Кафедра физической реабилитации

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Института гражданской защиты
Малкин В.Ю.

« 25 » 20 15 года



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

«Диетология»

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)

«Физическая реабилитация»

Разработчик:

доцент Кратинова И.П.

ФОС рассмотрен и одобрен на заседании кафедры физической реабилитации
от «25» 02 2025 г., протокол № 7

Заведующий кафедрой _____ Мечетный Ю.Н.

Луганск 2025г.

**Комплект оценочных материалов по дисциплине
«Диетология»**

Задания закрытого типа

Задания закрытого типа на выбор правильного ответа

1. Выберите один правильный ответ

Какая диета показана при ожирении?

А) со снижением суточного количества калорий

Б) средиземноморская диета

В) стол 5 по Певзнеру

Г) оволактовегетерианство

Правильный ответ: А

Компетенции (индикаторы): ОПК-6, ПК-4

2. Выберите один правильный ответ

Какая диета показана при заболеваниях печени?

А) со снижением суточного количества калорий

Б) средиземноморская диета

В) стол 5 по Певзнеру

Г) оволактовегетерианство

Правильный ответ: В

Компетенции (индикаторы): ОПК-6, ПК-4

3. Выберите один правильный ответ

Какая диета показана при заболеваниях почек?

А) со снижением суточного количества калорий

Б) средиземноморская диета

В) стол 7 по Певзнеру

Г) оволактовегетерианство

Правильный ответ: В

Компетенции (индикаторы): ОПК-6, ПК-4

4. Выберите один правильный ответ

Какая диета показана при запорах?

А) со снижением суточного количества калорий

Б) средиземноморская диета

В) стол 3 по Певзнеру

Г) оволактовегетерианство

Правильный ответ: В

Компетенции (индикаторы): ОПК-6, ПК-4

Задания закрытого типа на установление соответствия

Установите правильное соответствие. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца

Где происходит метаболизм основных компонентов пищи?

Компоненты пищи

Отдел ЖКТ

1) белки

А) полость рта

2) жиры

Б) 12 перстная кишка

3) углеводы

В) желудок

Правильный ответ

1	2	3
В	Б	А

Компетенции (индикаторы): ПК-4

2. Установите правильное соответствие. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца. Суточные нормы потребления калорий

1) беременные

А) 2200-2500 ккал

2) студенты

Б) 2800-3000 ккал

3) пожилые люди

В) 3400-3800 ккал

4) спортсмены

Г) 1800-2100 ккал

Правильный ответ:

1	2	3	4
Б	А	Г	В

Компетенции (индикаторы): ОПК-6, ПК-4

3. Установите правильное соответствие. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца. Суточные нормы потребления основных компонентов пищи при ожирении и избыточном весе:

1) жиры

А) 10-15%

2) белки

Б) 15-30%

3) углеводы

В) 55-75%

Правильный ответ:

1	2	3
Б	В	А

Компетенции (индикаторы): ОПК-6, ПК-4

Задания закрытого типа на установление правильной последовательности

1. Установите последовательность метаболических реакций в организме человека при снижении количества углеводов до менее чем 50гр/сутки?

А) образование кетоновых тел

Б) распад жиров

В) распад белков в цикле Кребса

Г) распад и утилизация углеводов

Д) активация глюконеогенеза

Правильный ответ: Г, Д, В, Б, А

Компетенции (индикаторы): ОПК-6

2. Установите последовательность метаболических процессов при низкоуглеводных диетах:

- А) удержание нужного веса в течении нескольких недель
- Б) ограничение простых сахаров в рационе
- В) повышение употребления белков и жиров
- Г) возможность добавления углеводов в рацион
- Д) снижение веса до целевых значений

Правильный ответ: Б, В, Д, А, Г

Компетенции (индикаторы): ОПК-6

Задания открытого типа

Задания открытого типа на дополнение

1. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Самый сбалансированный набор аминокислот содержится в _____

Правильный ответ: куринном яйце/ яйце

Компетенции (индикаторы): ОПК-6, ПК-4

2. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Недостаточное поступление в организм аминокислот или резкое нарушение их пропорций называется _____.

Правильный ответ: голодание/ белковое голодание

Компетенции (индикаторы): ОПК-6, ПК-4

3. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Диета с исключением животных белков называется _____.

Правильный ответ: вегетерианство

Компетенции (индикаторы): ОПК-6, ПК-4

Задания открытого типа с кратким свободным ответом

1. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Диета с высоким содержанием зелени, бобовых, оливкового масла, свежих овощей и фруктов, называется _____

Правильный ответ: средиземноморская диета

Компетенции (индикаторы): ОПК-6

2. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Диета со снижением количества углеводов до менее чем 50 гр/сутки называется _____

Правильный ответ: кето / кетодиета / кетогенная диета

Компетенции (индикаторы): ОПК-6

3. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Система питания, которая исключает белки животного происхождения называется _____

Правильный ответ: вегетарианский рацион / вегетарианство

Компетенции (индикаторы): ОПК-6

4. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Диета со снижением количества углеводов до 150 гр/сутки называется _____

Правильный ответ: низкоуглеводная диета

Компетенции (индикаторы): ОПК-6

Задания открытого типа с развернутым ответом

1. Ситуационная задача

Перечислите основные принципы, на которых базируется составление лечебных рационов в диетологии при патологии почек.

Время выполнения – 20 минут.

Ожидаемый результат:

1) правильное определение суточных энерготрат в зависимости от пола, возраста и образа жизни человека.

2) удовлетворение потребности организма в определенном количестве, качественном составе и соотношении пищевых веществ; правильное соотношение БЖУ и достаточное потребление микро и макронутриентов.

3) соблюдение режима и кратности питания

4) стол номер 7 по Певзнеру

5) строгий учет показаний и противопоказаний

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): ОПК-6

2. Ситуационная задача

Перечислите основные принципы, на которых базируется составление лечебных рационов в диетологии при патологии печени.

Время выполнения – 20 минут.

Ожидаемый результат:

1) правильное определение суточных энерготрат в зависимости от пола, возраста и образа жизни человека.

2) удовлетворение потребности организма в определенном количестве, качественном составе и соотношении пищевых веществ; правильное соотношение БЖУ и достаточное потребление микро и макронутриентов.

3) соблюдение режима и кратности питания

4) стол номер 5 по Певзнеру

5) строгий учет показаний и противопоказаний.

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): ПК-4

Экспертное заключение

Представленный фонд оценочных средств (далее – ФОС) по дисциплине «Диетология» соответствует требованиям ФГОС ВО.

Предлагаемые формы и средства текущего и промежуточного контроля адекватны целям и задачам реализации основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлены в полном объеме.

Виды оценочных средств, включенные в представленный фонд, отвечают основным принципам формирования ФОС.

Разработанный и представленный для экспертизы фонд оценочных средств рекомендуется к использованию в процессе подготовки обучающихся по указанному направлению.

Председатель учебно-методической комиссии
института гражданской защиты



Д.В. Михайлов

Лист изменений и дополнений

№ п/п	Виды дополнений и изменений	Дата и номер протокола заседания кафедры (кафедр), на котором были рассмотрены и одобренны изменения и дополнения	Подпись (с расшифровкой) заведующего кафедрой (заведующих кафедрами)