***Рекомендуемые темы тестовых заданий***

Тестовые задания по учебной дисциплине "Основы нутрициологии" могут быть разными по форме, сложности и содержанию, в зависимости от цели, этапа и уровня обучения. Среди наиболее распространенных и эффективных тем тестовых заданий можно выделить следующие:

Основные понятия и законы нутрициологии. Пищевые вещества и их классификация. Пищевые потребности и рациональное питание. Биологическая ценность и качество пищи.

Методы анализа питания и пищевого поведения. Анкетирование, дневники питания, частотные опросы, реколлы, биохимические и антропометрические методы. Оценка пищевого статуса и пищевого риска.

Методы оценки и коррекции питания и пищевого поведения. Индивидуальный и групповой подход. Принципы составления рациона питания. Методы формирования пищевых навыков и мотивации к здоровому питанию. Психологические и социальные аспекты пищевого поведения.

Методы и технологии решения практических задач, связанных с питанием и пищевым поведением. Программы питания для различных групп населения. Профилактика и лечение алиментарно-зависимых заболеваний. Пищевые добавки и функциональные продукты. Новые технологии в производстве и хранении пищи.

Роль и место нутрициологии в сфере физической культуры и спорта. Нутрициология как наука о питании спортсменов. Основные задачи и направления нутрициологии в физической культуре и спорте. Особенности питания в разных видах спорта. Пищевые добавки и допинг в спорте.