Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Новосибирский государственный технический университет»
Кафедра технологии и организации пищевых производств

Паспорт зачета

по дисциплине «Основы здорового питания и этикета», 6 семестр

1. Методика оценки

Зачет проводится в форме письменного тестирования с использованием электронной информационно-образовательной среда НГТУ (http:// www.nstu.ru/sveden/eos).

Тестовые задания охватывают все содержание «Основы здорового питания и этикета».

Тест состоит из 40 вопросов различного вида и позволяет проверить результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с установленными в программе индикаторами достижения компетенций. Один вопрос – 0, 5 балла.

2. Критерии оценки результатов обучения, соотнесенных с уровнями освоения индикаторов достижения компетенций

Выполнение теста засчитывается на **продвинутом** уровне, если студент правильно ответил на все вопросы теста, знает определения всех понятий, продемонстрировал способность безошибочно устанавливать последовательность и соответствие между процессами и явлениями, выявлять проблемы, предлагать механизмы их решения, представляет количественные и качественные характеристики определенных процессов. Совокупность результатов обучения по дисциплине и соотнесенных с ними индикаторов достижения компетенций не содержит пробелов. Установленные в программе компетенции сформированы в полном объеме. Оценка составляет *от 18 до 20 баллов.*

Выполнение теста засчитывается на **базовом** уровне, если студент правильно ответил на ⅔ вопросов теста, знает определения основных понятий, продемонстрировал способность устанавливать последовательность и соответствие между процессами и явлениями, правильно характеризует процессы, явления. Совокупность результатов обучения по дисциплине и соотнесенных с ними индикаторов достижения компетенций содержит несущественные пробелы. Установленные в программе компетенции сформированы на базовом уровне. Оценка составляет *от 14 до 17 баллов.*

Выполнение теста засчитывается на **пороговом** уровне, если студент правильно ответил от ½ до ⅔ вопросов теста, знает определения основных понятий, продемонстрировал способность устанавливать последовательность и соответствие между процессами и явлениями. Совокупность результатов обучения по дисциплине и соотнесенных с ними индикаторов достижения компетенций содержит пробелы. Установленные в программе компетенции сформированы на пороговом уровне. Оценка составляет *от 10 до 14 баллов.*

Выполнение теста считается **неудовлетворительным**, если студент правильно ответил менее чем на половину вопросов теста, не знает определений понятий, не продемонстрировал способность устанавливать последовательность и соответствие между процессами и явлениями. Совокупность результатов обучения по дисциплине и соотнесенных с ними индикаторов достижения компетенций содержит существенные пробелы. Установленные в программе компетенции не сформированы. Оценка составляет *менее 10 баллов.*

3. Шкала оценки

Зачет считается сданным, если сумма баллов по всем вопросам составляет от 10 до 20 баллов включительно. Сумма менее 10 баллов признается неудовлетворительным результатом промежуточной аттестации по дисциплине.

В общей оценке по дисциплине баллы за зачет учитываются в соответствии с правилами балльно-рейтинговой системы, установленными в НГТУ.

4. **Примерный тест для** зачета

Утверждаю:
Зав. кафедрой ____ _____ ФИО
«____» _____ 20_ г.

Тест

по дисциплине «Основы здорового питания и этикета»[1]

1. При потреблении пищевых продуктов, содержащих крахмал, уровень глюкозы:
А) повышается быстро;
Б) снижается;
В) повышается медленно
2. За счет углеводов пищи обеспечивается общая энергетическая потребность организма, (%):
А) 10,0-20,0 **Б) 50,0-70,0**
В)80,0-90,0
3. Биологическая ценность белков обусловлена:
А) наличием незаменимых аминокислот
Б) соотношением заменимых и незаменимых аминокислот
В) количеством и сбалансированностью незаменимых аминокислот
4. Источниками углеводов в питании являются :
А) фрукты
Б) мясопродукты
В) рыба
Г) яйцо
Д) макаронные изделия
Е) творог
5. Источником пищевых волокон в рационе являются:
А) зерновые продукты
Б) овощи
В) рыба
Г) мясо
Д) хлеб из муки высшего сорта
Е) яйцо
6. Рекомендуемое минимальное потребление фруктов и овощей в сутки составляет, (г):
А) 200 **Б) 400**
В) 800
7. Источником крахмала являются:
А) крупы
Б) фрукты
В) рыба
Г) зерновые
8. Пищевые волокна:
А) являются источником энергии
Б) стимулируют перистальтику кишечника
В) подавляют гнилостные процессы

[1] Правильные ответы выделены жирным шрифтом

Г) усиливают гнилостные процессы
Д) адсорбируют ядовитые вещества
Е) обеспечивают обезвреживающую функцию печени
Ж) нарушают работу почек
З) угнетают секрецию пищеварительных желез
9. Недостаток витамина С приводит к заболеванию:
А) Рахитом
Б) Куриной слепотой
В) Цингой
Г) Бери-бери
10. Витамины участвуют в ферментативных реакциях, потому что они:
А) Входят в состав ферментов
Б) Поступают с пищей
В) Являются катализаторами
Г) Образуются в организме человека
11.ω-9 жирные кислоты относятся к группе:
А) Насыщенных жирных кислот;
Б) Мононенасыщенных жирных кислот;
В) Полиненасыщенных жирных кислот.
12. При недостатке витамина D возникает:
А) Куриная слепота
Б) Базедова болезнь
В) Рахит
Г) Пеллагра
13. Авитаминоз возникает при:
А) Избытке витаминов в пище
Б) Продолжительном пребывании на солнце
В) Отсутствии витаминов в пище
Г) Питании растительной пищей
14. К жирорастворимым витаминам относятся:
А) А , D и Е
Б) А, В и С
В) В, С, и Е
15. Минеральные вещества необходимы для:
А) гидролиза пищи
Б) поддержания кислотно-щелочного равновесия
В) катализа окисления пищевых веществ
17. Рекомендуемое минимальное потребление фруктов и овощей в сутки составляет, (г):
А) 200 **Б) 400**
В) 800
16. Источником крахмала являются:
А) крупы
Б) фрукты
В) рыба
Г) зерновые
17. По сбалансированным нормам потребления пищевых веществ соотношение белков, жиров и углеводов должно составлять
А) 1:1:4
Б) 1:2:1
В) 1:1:1
18. На усвоение кальция оказывают влияние его соотношение с:
А) углеводами
Б) фосфором
В) витамином С
19. Препятствуют усвоению железа:
А) фитин (содержится в зерне)
Б) витамины группы В

В) полифенольные соединения (чай)
Г) аскорбиновая кислота
20. Обмен веществ и энергии – это
а) процесс ассимиляции б) процесс диссимиляции **в) процессы ассимиляции и диссимиляции, протекающие одновременно**
21. Формула успеха в бизнесе

a) профессионализм+реклама
b) **профессионализм+порядочность**
c) профессионализм+опыт
d) профессионализм+ связи

(один вариант)

22. Корректность это умение

a) всегда быть в рамках приличий
b) легко идти на компромиссы
c) проявлять вежливость
d) всегда быть в хорошем настроении

(один вариант)

(один вариант)

23. Эстетический принцип этикета включает (выберите несколько вариантов)
a) благородство
b) **вкус**
c) тактичность
d) **манеры**
e) пунктуальность
f) **культура речи**

(возможно нескольких вариантов)

24. Вежливость это

a) проявление внимательности
b) **проявление доброжелательности**
c) проявление учтивости
d) умение всегда «сохранять лицо»

(один вариант)
25. В каких сферах человеческих отношений важна культура поведения?
a) общественная жизнь
b) политическая деятельность
c) личная жизнь
d) работа, коллектив, карьера
e) **все перечисленные**

(один вариант)

26. Любые отступления от правил культуры поведения или ее отсутствие как таковой проводят
a) к нарушениям отношений между людьми
b) потере времени на переговорах
c) понижению заработной платы
d) неконструктивным конфликтам

(один вариант)

27. В чем состоит практическое значение современного этикета?
a) **позволяет использовать готовые формы общепринятой вежливости**
b) позволяет легче находить друзей
c) позволяет экономить время на переговорах
d) упрощает прием на работу

(один вариант)

28. Что такое тактичность?

a) чувство меры, превысив которое, можно обидеть человека или не дать ему «сохранить лицо» ✔
b) пунктуальность, ответственность, верность данному слову
c) умение нравиться людям, коммуникабельность
d) чувство прекрасного и умение замечать лучшее в людях
e) (один вариант)

29. Установите соответствие
Возможные варианты:

1.	ВЕЖЛИВОСТЬ
2.	ТАКТИЧНОСТЬ
3.	СКРОМНОСТЬ
4.	КОРРЕКТНОСТЬ

Соотнесённые пары:

доброжелательность, внимательность и уважение к людям	⟷	
чувство меры, превысив которое, можно обидеть человека или не дать ему «сохранить лицо» в затруднительной ситуации	⟷	
сдержанность в оценке своих достоинств, знаний и положения в обществе	⟷	
умение держать себя всегда в рамках приличий, даже в конфликтной ситуации	⟷	

✔ *Правильные пары:*

доброжелательность, внимательность и уважение к людям	⟷	ВЕЖЛИВОСТЬ
чувство меры, превысив которое, можно обидеть человека или не дать ему «сохранить лицо» в затруднительной ситуации	⟷	ТАКТИЧНОСТЬ
сдержанность в оценке своих достоинств, знаний и положения в обществе	⟷	СКРОМНОСТЬ
умение держать себя всегда в рамках приличий, даже в конфликтной ситуации	⟷	КОРРЕКТНОСТЬ

(укажите правильные соответствия)

30. Исторический принцип этикета
a) знание своей истории
b) уважение национальных традиций и обычаев
c) умение применять исторический опыт
d) сохранять истории переговоров
(один вариант)

31. Салфетку из ткани перед трапезой нужно
a) развернуть, сложить вдвое и положить на колени
b) развернуть и заправить за воротник
c) переложить на пирожковую тарелку
d) заложить за лацкан пиджака
(один вариант)

32. При потреблении вина

a) бокал держат за чашу
b) **бокал держат за ножку**
c) бокал держат в месте соединения чаши и ножки
d) бокал держат за основание

(один вариант)

33. Когда все поднимают бокалы и чокаются, смотреть надо

a) на бокалы
b) на тамаду
c) на устроителя банкета
d) **в глаза тем, с кем чокаетесь**

(один вариант)

34. Установите соответствие между видом дистанции и расстоянием

Возможные варианты:

1.	750 см и более
2.	120 - 350 см
3.	45-75
4.	15-45 см

Соотнесённые пары:

Интимная	⟷	
личная	⟷	
социальная	⟷	
публичная	⟷	

✔ *Правильные пары:*

Интимная	⟷	15-45 см
личная	⟷	45-75
социальная	⟷	120 - 350 см
публичная	⟷	750 см и более

(укажите правильные соответствия)

35. Установите соответствие между стратегией поведения в конфликте и ее сутью

Возможные варианты:

1.	соперничество или конкуренция
2.	сотрудничество
3.	компромисс
4.	избегание или уклонение
5.	приспособление

Соотнесённые пары:

открытая борьба за свои интересы	⟷	
поиск решения, удовлетворяющего интересы всех сторон	⟷	
урегулирование разногласий через взаимные уступки	⟷	
стремление выйти их конфликтной ситуации, не решая ее	⟷	
сглаживание противоречий при добровольной сдачи своих позиций, когда вы ведете себя как миротворец,	⟷	

поступаясь своими интересами		

✔ *Правильные пары:*

открытая борьба за свои интересы	⟷	соперничество или конкуренция
поиск решения, удовлетворяющего интересы всех сторон	⟷	сотрудничество
урегулирование разногласий через взаимные уступки	⟷	компромисс
стремление выйти их конфликтной ситуации, не решая ее	⟷	избегание или уклонение
сглаживание противоречий при добровольной сдачи своих позиций, когда вы ведете себя как миротворец, поступаясь своими интересами	⟷	приспособление

(укажите правильные соответствия)

36. Договоренности наиболее прочные при использовании

a) метода "торг"
b) метода «пакетирование»
c) **метода «совместный анализ проблемы»**
d) метода «пробный шар»
e) метода рукоприкладства

(один вариант)

37. Какие приемы ведения переговоров относятся к методу **«совместный анализ проблемы»** или **партнёрский подход?**

a) постепенное повышение сложности
b) прямое "открытие своих карт"
c) **значительные уступки**
d) завышение первоначальных требований
e) **принятие любых предложений**
f) метод «салями»

(возможно нескольких вариантов)

38. Выберите тактические прием торга

a) **расстановка ложных акцентов**
b) «пробный шар»
c) пакетирование
d) блеф, угрозы, вымогательство
e) повышение сложности
f) **завышение первоначальных требований**

(возможно нескольких вариантов)

39. В конструктивном конфликте оппоненты

a) могут прибегать к оскорблениям
b) не выходят за рамки деловых аргументов
c) оказывают психологическое давление
d) не могут прибегать к сарказму

(один вариант)

40. Тактический приемы двойственного характера

a) двойное толкование
b) **пакетирование**
c) «блеф»
d) **уход**
e) **«пробный шар»**
f) завышение требований

(возможно нескольких вариантов)