**Контрольная точка №1 по дисциплине**

**«Методология науки о пище»**

1. Понятие о науках «История науки» и «Методология науки».
2. Действительность в процессе развития. Отдаленное время с его событиями.
3. Предмет, изучающий развитие какой-либо области природы, знания – в частности, развитие представлений в науке о пище.
4. Методология – как совокупность приемов исследования, применяемых в научном познании мира.
5. Понятие о науке «трофология».
6. Нутрициология и ее связь с другими науками
7. Понятия и термины нутрициологии
8. Пищевой рацион современного человека.
9. Основные группы пищевых продуктов.
10. Формула пищи XXI века.
11. Самостоятельный подбор продуктов для обеспечения суточной физиологической потребности человека питательными веществами, исходя из рекомендуемых норм потребления.
12. Понятие о функциональном питании.
13. Функциональные ингредиенты пищи.
14. Физиологическое воздействие функциональных ингредиентов.
15. Продукты функционального питания.
16. Понятие о диетических продуктах.
17. Принципы лечебного питания.
18. Что характерно для современной структуры питания?
19. Каково в наши дни состояние питания детей и подростков?
20. К чему приводит дефицит микронутриентов у детей и подростков?
21. Чем сопровождается избыток нутриентов в рационе?
22. Каковы особенности строения белка?
23. Какие продукты богаты белком?
24. Дайте общую характеристику заменимых и незаменимых аминокслот.
25. Дайте общую характеристику глицина.
26. Какова суточная потребность человека в белке?
27. Назовите причины и последствия белковой недостаточности.
28. Назовите причины и последствия избытка белков в организме.
29. Что такое жиры пищи?
30. Дайте характеристику животных жиров и растительных масел.
31. Что определяет пищевую ценность жиров?
32. Какие продукты содержат много жиров?
33. Как может проявиться избыток жиров в питании?
34. К чему приводит недостаток жиров в питании?
35. Что представляют собой углеводы?
36. Какова основная функция углеводов в организме?
37. Что такое простые углеводы?
38. Что такое сложные углеводы?
39. Какова роль в организме простых и сложных углеводов?
40. Что такое неусваиваемые полисахариды?
41. В чем физиологическое значение пищевых волокон?
42. Каково содержание воды в организме человека?
43. Какова суточная потребность человека в воде?
44. Что такое дубильные вещества и каково их действие в организме ?
45. Расскажите о пигментах и их действии.
46. Расскажите о фитонцидах и их действии.
47. Расскажите об органических кислотах и их действии.
48. Расскажите об азотсодержащих экстрактивных веществах.
49. Что такое витамины?
50. Что такое провитамины и антивитамины?
51. Что такое минеральные вещества, каковы их функции в организме ?
52. Что такое метаболизм?
53. В чем отличие пищевой ценности от биологической?
54. Какова в среднем энергетическая ценность основных пищевых веществ?
55. Какие существуют разновидности питания?
56. Какой термин используют для веществ с повышенным фармакологическим эффектом?
57. Какова суточная потребность взрослого человека в белке?
58. Какие аминокислоты являются незаменимыми?
59. Чем определяется высокая биологическая ценность жиров?
60. Какова роль глюкозы, фруктозы и крахмала в организме человека?
61. Какова суточная потребность взрослого человека в углеводах?
62. Какова роль минеральных веществ в жизнедеятельности организма человека?
63. Какова роль воды в жизнедеятельности организма человека?
64. Какова роль витаминов в жизнедеятельности организма человека?
65. Каковы особенности трехразового и четырехразового питания?
66. Концепции строения белков Мульдера, Данилевского, теория Фишера.
67. Хронология открытия протеиногенных аминокислот.
68. Установление уровней организации белковых молекул.
69. Открытие простых и сложных белков, их роли в питании человека.
70. Возникновение названия «фермент». В чем видели изначально его отличие от энзима.
71. Первые доказательства материальной основы ферментов.