

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Волинський національний університет імені Лесі Українки
Медичний факультет
Кафедра фізичної терапії та ерготерапії

СИЛАБУС

нормативного освітнього компоненту

Дієтологія з основами раціонального харчування

(назва освітнього компонента)

підготовки бакалавра (на базі повної загальної середньої освіти)

(назва освітнього рівня)

спеціальності 227 Фізична терапія, ерготерапія

(шифр і назва спеціальності)

освітньо-професійної програми Фізична терапія, ерготерапія

(назва освітньо-професійної освітньо-наукової/освітньо-творчої програм)

Силабус освітнього компонента «Дієтологія з основами раціонального харчування» підготовки “бакалавра”, галузі знань — 22 - охорона здоров'я, спеціальності — 227 - фізична терапія, ерготерапія, за освітньою програмою - фізична терапія, ерготерапія.

Розробник: Грейда Н.Б., доцент кафедри фізичної терапії та ерготерапії ВНУ ім. Лесі Українки, кандидат педагогічних наук, доцент.

Погоджено

Гарант освітньо-професійної програми:



Андрійчук О. Я.

Силабус освітнього компонента затверджено на засіданні кафедри фізичної терапії та ерготерапії

протокол № 3 від 10 жовтня 2022 р.

Завідувач кафедри:



Андрійчук О. Я.

I. ОПИС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Таблиця 1

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній ступінь	Характеристика освітнього компонента
Денна форма навчання	Галузь знань: 22 - Охорона здоров'я Спеціальність: 227 - фізична терапії, ерготерапія Освітньо-професійна програма: фізична терапія, ерготерапія Освітній ступінь: Бакалавр на базі повної загальної середньої школи	Нормативний
Кількість годин/кредитів <u>90/3</u>		Рік навчання <u>4</u>
		Семестр <u>8-ий</u>
		Лекції 20 год.
ІНДЗ: <u>намає</u>		Практичні заняття 20 год.
		Самостійна робота 44 год.
		Консультації 6 год.
	Форма контролю: залік	

II. ІНФОРМАЦІЯ ПРО НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНОГО ПРАЦІВНИКА

Грейда Наталія Богданівна,

кандидат педагогічних наук,

доцент,

доцент кафедри здоров'я людини та фізичної терапії,

Комунікація зі студентами: ngreyda@ukr.net, 066-9522036

Розклад занять розміщено на сайті навчального відділу ВНУ: <http://194.44.187.20/cgi-bin/timetable.cgi?n=700>

III. ОПИС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

1. АНОТАЦІЯ

Освітній компонент «Дієтологія з основами раціонального харчування» вивчає основні принципи харчування та становлення традиційного харчування в антропогенезі. Вивчає основи нутриціології, основні функції складників їжі, принципи обґрунтування харчового раціону, фізіологію харчування та особливості перетворення харчових речовин у різних відділах травної системи. Здобувачі вивчають концепції та теорії харчування та основні положення раціонального харчування. Під час навчального процесу розглядаються особливості лікувального харчування при порушеннях діяльності органів та систем організму. Буде розглянута гігієнічна та нутриціологічна характеристика харчових продуктів, органічно-

правові основи їх експертизи (гігієнічна експертиза молока і молочних продуктів, м'яса і м'ясних продуктів, риби і продуктів моря, яєць та продуктів їх переробки, зернових продуктів, овочів, фруктів та ягід, кондитерських виробів, напоїв та смакових добавок).

Пререквізити – нормальна фізіологія людини (за професійним спрямуванням); функціональна анатомія людини (за професійним спрямуванням); основи медичних знань, професійна етика і деонтологія; науково-доказова практична діяльність у фізичній терапії та ерготерапії; основи практичної діяльності у фізичній терапії та ерготерапії (вступ до спеціальності); долікарська медична допомога.

Постреквізити – підготовка до атестації.

Мета і завдання освітнього компонента:

Метою викладання освітнього компонента «Дієтологія з основами раціонального харчування» є формування системи теоретичних знань, практичних вмінь та навичок студентів щодо організації системи харчування здорової та хворої людини на різних вікових етапах шляхом застосування сучасних наукових положень нутриціології та організації харчування в лікувально-профілактичних, оздоровчих і навчальних установах, а також методів профілактики за допомогою спеціально підібраної дієти.

Основним завданням освітнього компонента «Дієтологія з основами раціонального харчування» є:

- формування навичок розрахунку фізіологічної потреби організму в харчових та біологічно активних речовинах, обґрунтування енергетичної цінності та нутрієнтного складу раціону харчування, оцінки статусу харчування організму та його порушень;
- сприяння практичному оволодінню вміннями та навичками розробки наукових засад обґрунтування практичних рекомендацій щодо організації раціонального харчування різних груп населення;
- формування вміння оцінювати харчові продукти за гігієнічними показниками, результатами бактеріологічного та токсикологічного дослідження й формулювання висновку щодо їх якості та відповідності стандартам;
- дати змогу майбутнім фахівцям опанувати практичними навичками з основ дієтології до професійної діяльності з обґрунтування та організації заходів спрямованих на зміцнення здоров'я населення;
- формування готовності до проведення просвітницької та консультативної роботи серед населення з питань первинної та вторинної аліментарної профілактики захворювань;
- пропагування гігієнічних знань серед населення в галузі раціонального харчування.

Компетентності

До кінця навчання здобувачі повинні бути компетентними у таких питаннях:

ЗК 01. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК 02. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК 05. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

ЗК 10. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК 11. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК 13. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ФК 11. Здатність адаптовувати свою поточну практичну діяльність до змінних умов.

ФК 12. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.

ФК 13. Здатність навчати пацієнта/опікунів самообслуговуванню/догляду, профілактиці захворювань, травм, ускладнень та неповносправності, здоровому способу життя.

ФК 14. Здатність знаходити шляхи постійного покращення якості послуг фізичної терапії та ерготерапії.

ПР 5 Надавати долікарську допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі; вибирати оптимальні методи та засоби збереження життя.

ПР 10 Здійснювати заходи фізичної терапії для ліквідації або компенсації рухових порушень та активності

ПР 11 Здійснювати заходи ерготерапії для ліквідації або компенсації функціональних та асоційованих з ними обмежень активності та участі в діяльності.

ПР 14 Безпечно та ефективно використовувати обладнання для проведення реабілітаційних заходів, контролю основних життєвих показників пацієнта, допоміжні технічні засоби реабілітації для пересування та самообслуговування.

ПР 16 Проводити інструктаж та навчання клієнтів, членів їх родин, колег і невеликих груп.

ПР 17 Оцінювати результати виконання програм фізичної терапії та ерготерапії, використовуючи відповідний інструментарій та за потреби, модифікувати поточну діяльність.

СТРУКТУРА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Практ.	Сам. роб.	Конс.	*Форма контролю/ Бали
Змістовий модуль 1. Принципи дієтології і нутриціології						
Тема 1. Основи і принципи правильного збалансованого харчування. Травна система та робота шлунково-кишкового тракту.	11	2	2	6	1	ДС РМГ/5
Тема 2. Кількісний та якісний склад їжі. Продуктова піраміда. Харчова цінність харчових продуктів: білки жири вуглеводи.	13	4	2	6	1	ДС РМГ/5
Тема 3. Роль вітамінів і мікроелементів для захисту організму. Роль жирів у виникненні зайвої ваги.	11	2	4	4	1	ДС РМГ/5
Тема 4. Гігієнічна експертиза харчових продуктів	10	2	2	6		ДС ДБ РМГ/5
Разом за модулем 1	45	10	10	22	3	5

Змістовий модуль 2. Принципи лікувального харчування, характеристика основних лікувальних дієт та спортивного харчування						
Тема 5. Лікувальне харчування при різних захворюваннях.	12	4	2	6		ДС РМГ/5
Тема 6. Моно-дієти і розвантажувальні дні. Роздільне харчування.	11	2	4	4	1	ДС РМГ/5
Тема 7. Сучасний погляд на дієти, причини ожиріння.	11	2	2	6	1	ДС РМГ/5
Тема 8. Спортивне харчування. Класифікація добавок і їх застосування при зниженні і наборі ваги.	11	2	2	6	1	ДС РМГ/5
Разом за модулем 2	45	10	10	22	3	5
Види підсумкових робіт						Бал
Модульна контрольна робота №1						5
Модульна контрольна робота №2						5
Всього годин / Балів	90	20	20	44	6	5/200

*Форма контролю: ДС – дискусія, ДБ – дебати, Т – тести, ТР – тренінг, РЗ/К – розв’язування задач / кейсів, ІНДЗ / ІРС – індивідуальне завдання / індивідуальна робота студента, РМГ – робота в малих групах, Р – реферат, а також аналітична записка, аналітичне есе, аналіз твору тощо.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ОПРАЦЮВАННЯ

Самостійна робота здобувачів освіти – основний вид засвоєння навчального матеріалу, який передбачає теоретичне вивчення питань, які не увійшли до практичного курсу, або ж були розглянуті коротко. Під час самостійної роботи здобувач освіти опрацьовує теоретичний матеріал, виконує індивідуальні завдання, тощо.

Самостійна робота здобувачів освіти оцінюється під час поточного контролю та підсумкового контролю.

1. Глікемічний індекс і глікемічне навантаження. Цукрозамінники. Користь і шкода.
2. Харчування вагітних, породіль і жінок, що годують. Харчування людей похилого віку.
3. Надмірна вага. Складання програм ефективного схуднення.
4. Правила поєднання продуктів харчування та їх приготування.
5. Консультування пацієнта щодо харчування. Програми зниження ваги.
6. Типова особистість з розладами харчування на прийомі у лікаря. Мотивація. Дисципліна. Здорові харчові звички.
7. Норми харчової поведінки. Вплив середовища на формування харчових звичок.
8. Вплив соціуму та модних тенденцій на культуру харчування молоді.
9. Емоційне харчування, як основна причина зайвої ваги. Компульсивне та екстернальне харчування. Орторексія. Синдром нічної їжі.
10. Зв'язок розладів харчової поведінки і психосоматичних захворювань.

11. Анорексія. Булімія. Дефіцит маси тіла. Причини і правильний набір ваги.
12. Основні принципи сучасної клінічної дієтології в поєднанні з викладенням клінічних особливостей перебігу захворювань і патологічних процесів.
13. Наукові аспекти харчування хворої людини і практичні рекомендації по використанню дієтотерапії в конкретних ситуаціях організації лікувального харчування в стаціонарних та амбулаторних умовах.

IV. ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ

Політика науково-педагогічного працівника щодо здобувача освіти полягає в послідовному та цілеспрямованому здійсненні навчального процесу на засадах прозорості, доступності, наукової обґрунтованості, методичної доцільності та відповідальності учасників освітнього процесу.

Всі учасники освітнього процесу повинні дотримуватись вимог чинного законодавства України, Статуту і Правил внутрішнього розпорядку ВНУ імені Лесі Українки, загальноприйнятих моральних принципів, правил поведінки та корпоративної культури; підтримувати атмосферу доброзичливості, порядності та толерантності.

Вивчення освітнього компонента передбачає постійну роботу здобувачів освіти на кожному занятті. Середовище під час проведення лекційних та лабораторних робіт є творчим, дружнім, відкритим для конструктивної критики та дискусії. Здобувачі освіти не повинні спізнюватися на заняття. Усі здобувачі освіти на лабораторних роботах відповідно до правил техніки безпеки повинні бути одягненими в білі халати. Перед початком заняття здобувачі освіти повинні вимкнути звук засобів зв'язку (мобільний телефон, смарт-годинник тощо).

Здобувачі освіти здійснюють попередню підготовку до лекційних та лабораторних занять згідно з переліком рекомендованих джерел. До початку курсу необхідно встановити на мобільні пристрої або ноутбуки застосунки Microsoft Office 365 (Teams, Forms, One Note) для роботи з доступними матеріалами курсу. Вхід для активації облікового запису відбувається через корпоративну пошту з доменом – @vnu.edu.ua. Корпоративна пошта з паролем видається методистом деканату медичного факультету.

Оцінювання здобувачів освіти здійснюється відповідно до Положення про поточне та підсумкове оцінювання знань здобувачів освіти Волинського національного університету імені Лесі Українки https://vnu.edu.ua/sites/default/files/2022-07/Polozh_pro_otzin_ped%2BМЕД.pdf

В освітньому процесі застосовується дві шкали оцінювання: багатобальна (200-бальна) шкала та 4- бальна шкала. Результати конвертуються із однієї шкали в іншу згідно із нижче наведеними правилами. Максимальна кількість балів за поточну навчальну діяльність – 200 балів.

Оцінювання поточної успішності здійснюється на кожному лабораторному занятті за 4- бальною шкалою (5 – «відмінно», 4 – «добре», 3 – «задовільно», 2 – «незадовільно»). На кожному лабораторному занятті здобувач освіти отримує оцінку за цією шкалою.

Рівень володіння теоретичними знаннями та оволодіння практичними компетентностями, які розглядаються на лекційних та лабораторних заняттях, а також вивчаються здобувачами самостійно, визначається за 4-бальною шкалою відповідно до підсумкових критеріїв, які зазначені нижче.

Сукупність знань, умінь, навичок, компетентностей, які набуті здобувачем у процесі навчання з кожної теми орієнтовно оцінюється за такими критеріями:

– 5 ("відмінно") – здобувач бездоганно засвоїв теоретичний матеріал теми заняття, демонструє глибокі і всебічні знання відповідної теми, основні положення наукових джерел, логічно мислить і формує відповідь, вільно використовує набуті теоретичні знання при аналізі практичного матеріалу, висловлює своє ставлення до тих чи інших проблем, демонструє високий рівень засвоєння практичних навичок;

– 4 ("добре") – здобувач добре засвоїв теоретичний матеріал заняття, володіє

основними аспектами з джерел, аргументовано викладає його; володіє практичними навичками, висловлює свої міркування з приводу тих чи інших проблем, але припускається певних неточностей і похибок у логіці викладу теоретичного змісту або при виконанні практичних навичок;

– 3 ("задовільно") – здобувач в основному опанував теоретичними знаннями навчальної теми, орієнтується в рекомендованих джерелах, але непереконливо відповідає, плутає поняття, додаткові питання викликають у здобувача невпевненість або відсутність стабільних знань; відповідаючи на запитання практичного характеру, виявляє неточності у знаннях, не вміє оцінювати факти та явища, припускається помилок при виконанні практичних навичок;

– 2 ("незадовільно") – здобувач не опанував навчальний матеріал теми, не знає наукових фактів, визначень, майже не орієнтується в джерелах, відсутнє наукове мислення, практичні навички не сформовані.

Здобувач має отримати оцінку на кожному лабораторному занятті. У разі пропуску лабораторного заняття здобувач освіти зобов'язаний його відпрацювати у повному обсязі на консультаціях за графіком відпрацювання лабораторних занять, але не пізніше останнього тижня у відповідному семестрі. Якщо здобувач пропустив більше, ніж 3 практичні заняття, він має отримати дозвіл на їх відпрацювання у деканаті.

Відвідування занять здобувачами є обов'язковим та дає можливість отримати загальні та фахові компетентності. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, карантин, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із деканом факультету) або може бути відпрацьоване на консультаціях відповідно до встановленого порядку.

У разі наявності диплома молодшого спеціаліста (молодшого бакалавра, фахового молодшого бакалавра) можливе зарахування (перезарахування) певної кількості годин відповідно до Положення про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Волинському національному університеті імені Лесі Українки.

У разі наявності документа, що засвідчує навчання на сертифікованих курсах, онлайн-курсах, які дотичні до тем освітнього компонента, можливе зарахування певної кількості балів (за попереднім погодженням з викладачем), відповідно до Положення про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Волинському національному університеті імені Лесі Українки.

У разі переходу на дистанційну форму навчання викладання курсу відбувається в команді освітнього середовища Microsoft Office 365 відповідно до Положення про дистанційне навчання та додаткових розпоряджень ректорату.

Політика щодо академічної доброчесності.

Науково-педагогічний працівник і здобувач освіти мають дотримуватись ст. 42 Закону України «Про освіту». Усі здобувачі освіти повинні ознайомитись із основними положеннями Кодексу академічної доброчесності Волинського національного університету імені Лесі Українки та Ініціативою академічної доброчесності та якості освіти – Academic IQ.

У разі недотриманням здобувачем освіти *засад академічної доброчесності* - сукупності етичних принципів та визначених законом правил, якими керуються учасники освітнього процесу під час навчання, викладання і провадження наукової (творчої) діяльності з метою забезпечення довіри до результатів навчання та/або наукових (творчих) досягнень, оцінювання роботи не буде відбуватись. Списування під час контрольних робіт заборонені (в

т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування та підготовки практичних завдань під час заняття.

Дотримання академічної доброчесності здобувачами освіти передбачає: • самостійне виконання навчальних завдань, завдань поточного та підсумкового контролю результатів навчання (для осіб з особливими освітніми потребами ця вимога застосовується з урахуванням їхніх індивідуальних потреб і можливостей); • посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей; • дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права; • надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використанні методики досліджень і джерела інформації.

Політика щодо дедлайнів та перескладання. Якщо з об'єктивних причин заняття пропущене, здобувач відпрацьовує тему лабораторного заняття. День та години відпрацювання визначаються графіком консультацій, який оприлюднюється.

У випадку невиконання та не відпрацювання лабораторних робіт студент не допускається до підсумкового контролю та його підсумковий бал за поточний семестр не визначається.

Терміни проведення іспиту, а також терміни ліквідації академічної заборгованості визначаються розкладом екзаменаційної сесії. У разі не складання іспиту, студент може перездати його двічі.

У відомості, індивідуальному навчальному плані (заліковій книжці) здобувача освіти записується підсумкова кількість балів за екзамен.

V. ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ

Формою підсумкового контролю є залік.

Максимальна кількість балів, яку може набрати здобувач за поточну навчальну діяльність при вивченні ОК становить 200 балів. Мінімальна кількість балів, яку повинен набрати здобувач за поточну навчальну діяльність для зарахування дисципліни становить 122 бали. Розрахунок кількості балів проводиться на підставі отриманих здобувачем освіти оцінок за 4-бальною шкалою під час вивчення дисципліни впродовж семестру, шляхом обчислення середнього арифметичного (далі – СА), округленого до двох знаків після коми. Отримана величина конвертується у бали за 200-бальною шкалою згідно таблиці 1.

Залік виставляється за результатами поточної роботи здобувача за умови, що здобувач виконав ті види навчальної роботи, які визначено цим силабусом. У випадку, якщо здобувач освіти не відвідував окремі аудиторні заняття (з поважних причин), на консультаціях він має право відпрацювати пропущені заняття та добрати ту кількість балів, яку було визначено на пропущені теми.

У дату складання заліку викладач записує у відомість суму поточних балів, які здобувач освіти набрав під час поточної роботи (шкала від 0 до 200 балів).

Таблиця 1

Перерахунок середньої оцінки за поточну діяльність у багатобальну шкалу для дисциплін, що завершуються заліком

4- бальна шкала	200- бальна шкала	4- бальна шкала	200- бальна шкала	4- бальна шкала	200- бальна шкала	4- бальна шкала	200- бальна шкала
5	200	4.45	178	3.92	157	3.37	135
4.97	199	4.42	177	3.89	156	3.35	134
4.95	198	4.4	176	3.87	155	3.32	133
4.92	197	4.37	175	3.84	154	3.3	132
4.9	196	4.35	174	3.82	153	3.27	131
4.87	195	4.32	173	3.79	152	3.25	130
4.85	194	4.3	172	3.77	151	3.22	129
4.82	193	4.27	171	3.74	150	3.2	128
4.8	192	4.24	170	3.72	149	3.17	127
4.77	191	4.22	169	3.7	148	3.15	126
4.75	190	4.19	168	3.67	147	3.12	125
4.72	189	4.17	167	3.65	146	3.1	124
4.7	188	4.14	166	3.62	145	3.07	123
4.67	187	4.12	165	3.57	143	3.02	121
4.65	186	4.09	164	3.55	142	3	120
4.62	185	4.07	163	3.52	141	Менше 3	Не- достатньо
4.6	184	4.04	162	3.5	140		
4.57	183	4.02	161	3.47	139		
4.52	181	3.99	160	3.45	138		
4.5	180	3.97	159	3.42	137		
4.47	179	3.94	158	3.4	136		

У випадку, якщо здобувач набрав менше, ніж 122 бали, він складає залік під час ліквідації академічної заборгованості. У цьому випадку бали, набрані під час поточного оцінювання, анулюються. Максимальна кількість балів під час ліквідації академічної заборгованості з заліку – 200. Повторне складання заліку допускається не більше як два рази: один раз – науково-педагогічному працівнику, другий – комісії, яку створює декан факультету.

ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ

**Шкала оцінювання знань здобувачів освіти з освітніх компонентів,
де формою контролю є залік**

Оцінка в балах	Лінгвістична оцінка
170–200	Зараховано
150–169	
140–149	
130–139	
122–129	
1–121	Незараховано (необхідне перескладання)

Питання на залік

1. Основні положення та принципи раціонального харчування.
2. Становлення традиційного харчування в антропогенезі.
3. Фізіологія харчування
4. Концепція та теорія харчування, основні положення раціонального харчування.
5. Оцінка та корекція раціону харчування.
6. Загальні підходи до вибору необхідної оздоровчої технології для корекції стану здоров'я дітей та молоді, що не мають хронічних захворювань;
7. Як навчити вести здоровий спосіб життя, фізично самовдосконалюватися та спонукати дітей та молодь до ведення здорового способу життя.
8. Основи патології, впливи природних чинників на здоров'я людини.
9. Вміти продемонструвати уміння ефективно проводити професійну діяльність, застосовуючи сучасні науково-доказові дані.
10. Сучасні проблеми харчування людини, харчові отруєння та їх профілактика.
11. Основні засоби організації лікувального та дієтичного харчування.
12. Види лікувального харчування.
13. Лікувальне харчування при порушеннях діяльності кардіореспіраторної системи.
14. Лікувальне харчування при інфекційних захворюваннях шлунково-кишкового тракту.
15. Лікувальне харчування при порушеннях обміну речовин.
16. Лікувальне харчування при захворюваннях нирок.
17. Лікувальне харчування після хірургічного втручання.
18. Раціональне харчування жінок при вагітності.
19. Раціональне харчування жінок при грудному вигодовуванні.
Рраціональне харчування дітей різного віку.
20. Раціональне харчування в в похилому віці та старості.
21. Спортивне харчування.
22. Раціональне харчування юних спортсменів.
23. Лікувально-профілактичне харчування на виробництві зі шкідливими умовами.
24. Правила проведення гігієнічної експертизи харчових продуктів.

VI. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна література

1. Вибрані питання нутріціології: навч. посіб. / Л. Андріюк, О. Зав'ялова, С. Федяєва, В. Яцюк, С. Ломейко, Є. Глебова; Львів. нац. мед. ун-т ім. Данила Галицького. — Львів: Коло, 2015. — 118 с.
2. Зубар М. Н. Основи фізіології та гігієни харчування / М. Н. Зубар. — К.: Центр учбової літератури, 2018. — 336 с.
3. Теоретичні та практичні аспекти нутріціології: навч. посіб. / Л. В. Андріюк, Т. П. Гарник, В. М. Яцюк, С. І. Федяєва; Львів. нац. мед. ун-т ім. Д. Галицького. — Львів: Посвіт, 2016. — 126 с. — Бібліогр.: с. 123—126.
4. Харченко Н.В. Дієтологія / Н. В. Харченко, Г.А. Анохіна. - Київ; Кіровоград: Меридіан, 2012. — 528 с.

Допоміжна література

1. Бісмак О.В. Основи фізичної реабілітації: навч. посіб. / О.В. Бісмак, Н.Г. Мельнік. — Х.: Вид-во Бровін О.В., 2010 — 120 с.
2. Грейда Б.П. Вітаміни та основні харчові речовини в обмінно-фізіологічних процесах організму і лікуванні хворих: монографія / Б.П.Грейда, Н.Б.Грейда, В.В.Демчук, В.В.Кварцяний. - Луцьк: Видавництво „Волинська обласна друкарня”, 2002. — 201 с.
3. Грейда Н.Б. Лікарські рослини та їх застосування: навчальний посібник Н.Б.Грейда,

- Б.П.Грейда, В.В.Кварцяний. - Луцьк: Видавництво Волинська обласна друкарня, 2003. – 244 с.
4. Грейда Н.Б. Дієтотерапія при захворюваннях печінки / Н.Б.Грейда, О.Я.Андрійчук // Перспективи розвитку медичної та фізичної реабілітації на різних рівнях надання медичної допомоги: зб. матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю (м.Тернопіль, 23-24 вересня 2021 р.). – Тернопіль: ТНМУ, 2021. – С.21-22.
 5. Грейда Н.Б. Основи харчового раціону спортсменів / Н.Б.Грейда // Олімпійський спорт і спорт для всіх: Тези доповідей IX міжнародного наукового конгресу. – Київ: Олімпійська література, 2005. – С. 852.
 6. Дебейки М. Диета здорового сердца / М. Дебейки. – Минск: Поппури, 2014. - 259 с.
 7. Ильин В. Лечебные диеты при панкреатите и других болезнях поджелудочной железы / В.Ильин. – К., 2010. – 127 с.
 8. Калмыков З. Ожирение, профилактика и лечение / З Калмыков. – Винницы: Медкнига, 2009. – 108 с.
 9. Медична та соціальна реабілітації: навчальний посібник / за заг. ред. І.Р. Мисули, Л.О. Вакуленко. – Тернопіль: ТДМУ, 2005. – 402 с.
 10. Олейник С. Спортивная фармакология и диетология / С. Олейник, Л. Гунина. – К., 2008. – 256 с.
 11. Пешкова О. В. Фізична реабілітація при захворюваннях внутрішніх органів : навчальний посібник / О. В. Пешкова. – Харків : СПДФО, 2011. – 312 с.
 12. Сергеев В.М. Особливості китайської фітотерапії, порівняно з національною народною фітотерапією / В.М. Сергеев, Н.Б. Грейда, О.В.Усова // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Зб. наукових праць ВНУ ім. Лесі Українки. – Луцьк: РВВ „Вежа”, 2014. – С. 57-61.
 13. Joan Webster-Gandy, Angela Madden, Michelle Holdsworth. Oxford Handbook of Nutrition and Dietetics. — O : Oxford University Press, 2006. — ISBN 0–19–856725–1.

Електронні ресурси:

1. <https://www.yakaboo.ua/sportivnaja-farmakologija-i-dietologija.html#tab-attributes>
2. <https://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/75098>
3. https://nadpsu.edu.ua/wp-content/uploads/2018/10/sbirnik_3_2017_pdn.pdf
4. http://nbuv.gov.ua/UJRN/snsv_2013_5_4