

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ**

**ФАКУЛЬТЕТ ЗАОЧНОГО НАВЧАННЯ  
КАФЕДРА УКРАЇНСЬКОЇ ТА ІНОЗЕМНИХ МОВ**

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
ПРОФЕСІЙНО ОРІЄНТОВАНА ІНОЗЕМНА МОВА  
(АНГЛІЙСЬКА МОВА)**

**спеціальність: 227 Фізична терапія, ерготерапія**

**спеціалізація: Фізична терапія**

**освітньо-професійна програма: Фізична терапія**

**спеціалізація: Ерготерапія**

**освітньо-професійна програма: Ерготерапія**

**код дисципліни в освітньо-професійній програмі: ОК2**

**мова навчання: англійська**

**РОЗРОБНИКИ:**

**Кудря Микола Миколайович**, кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри української та іноземних мов, [laborant\\_inoz@ukr.net](mailto:laborant_inoz@ukr.net)

**Доценко Лариса Зіннатівна**, старший викладач кафедри української та іноземних мов, [laborant\\_inoz@ukr.net](mailto:laborant_inoz@ukr.net)

**Анотація навчальної дисципліни.** Дисципліна спрямована на формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, зокрема здатності до застосування у професійній діяльності набутих мовленнєвих навичок й умінь у читанні, аудіюванні, мовленні та в письмі у навчально-професійних сферах комунікації.

Знання та вміння, отримані під час вивчення даної навчальної дисципліни, будуть використані магістрами у переважній більшості таких дисциплін професійної та практичної підготовки фахівця: англійська мова за професійним спрямуванням, анатомія, фізіологія, спортивна фізіологія, біомеханіка та біологія спорту, фізична терапія, ерготерапія та фізична реабілітація, теорія обраного виду спорту, менеджменту спорту, рекреації, ТМФВ тощо.

Обсяг дисципліни – 10 кредитів ЄКТС. Основні теми: Sports therapist and physical rehabilitation; Understanding the healing process; Maintaining and improving flexibility; Muscular Strength and Endurance; Isokinetics in rehabilitation; Cardiorespiratory endurance; Therapeutic aspects in rehabilitation; Psychological consideration and evaluation process in rehabilitation

Підсумкова оцінка формується з урахуванням результатів поточного контролю та екзамену.

**Abstract of the discipline.** The discipline is aimed at forming the general and professional competences defined by the educational and professional program, in particular the ability to use the acquired language skills and skills in reading, listening, speaking and writing in the educational and professional spheres of communication in the professional activity.

The knowledge and skills acquired during the study of this discipline will be used by masters in the vast majority of such disciplines of professional and practical training: English for professional orientation, anatomy, physiology, sports physiology, biomechanics and sports biology, physical rehabilitation, the theory of the chosen species sports, management of sports, recreation, TMF and others like that.

The volume of discipline - 10 ECTS credits. Key topics: Sports therapist and physical rehabilitation; Understanding the healing process; Maintaining and improving flexibility; Muscular Strength and Endurance; Isokinetics in rehabilitation; Cardiorespiratory endurance; Therapeutic aspects in rehabilitation; Psychological consideration and evaluation process in rehabilitation. The final evaluation is based on the results of the current control and examination.

**Мета навчальної дисципліни** – на основі сформованої у студентів мовної компетенції розвивати спеціальну (професійну) комунікативну компетенцію, яка полягає у здатності студентів розуміти основну інформацію під час детальних обговорень, лекцій, офіційних заходів тощо за темами професійного спрямування, а також у вмінні студентів здійснювати комунікацію у сфері їхньої професійної діяльності.

**Обсяг навчальної дисципліни** – 10 кредитів ЄКТС, які розподіляються у годинах:

Форми навчання	Види навчальних занять				Самостійна робота	Разом
	лекції	лабораторні	практичні	семінарські		
Денна	-	-	100	-	200	300
Заочна			40		260	300

**Статус навчальної дисципліни:** обов'язкова.

**Передумови для вивчення навчальної дисципліни:** успішне опанування такими навчальними дисциплінами:

на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти: «Іноземна мова (англійська)» мати задовільний обсяг знань, умінь і навичок з англійської мови, які передбачені вимогами програми бакалаврського рівня.

### **Програма навчальної дисципліни.**

#### **Тематичний план навчальної дисципліни**

Номер і назва теми	Кількість годин							
	денна форма навчання				заочна форма навчання			
	усього	у тому числі			усього			
		л.	практ.	с. р.		л.	практ.	с. р.
Тема 1. <i>Sports therapist and physical rehabilitation</i> . Introduction into specialty. Health-related careers. My future job is physical rehabilitation. The academic background of a qualified physical rehabilitator.	40	-	10	30	36		4	32
Тема 2. <i>Understanding the healing process</i> . Rehabilitation targets in sports medicine. Healing process and musculoskeletal injuries. Understanding the healing process. Healing process and the patho-physiology of musculoskeletal injuries. Managing the Healing Process through Rehabilitation. Injury Prevention. P.R.I.C.E.	30	-	10	20	38		4	34
Тема 3. <i>Maintaining and improving flexibility</i> . Therapeutic Exercise. Maintaining and Improving Flexibility. Factors that Limit Flexibility	40	-	10	30	36		4	32

Тема 4. <i>Muscular Strength and Endurance</i> . The Importance of Muscular Strength. Muscular strength and endurance as a part of a physical rehabilitation program. The importance of muscular endurance. The importance of muscle power. Circuit training.	30	-	10	20	38		4	34
Control Work No. 1	10	-	10	-	-		-	-
Тема 5. <i>Isokinetics in rehabilitation</i> Isokinetic exercise. Parameters while isokinetic evaluation. Biomechanical and physiological principles of plyometric training. Plyometric exercise in rehabilitation. Closed-kinetic chain exercise. Aerobic vs. anaerobic metabolism.	40	-	10	30	38		6	32
Тема 6. <i>Cardiorespiratory endurance</i> Maintenance of cardio-respiratory endurance. Fartlek training. Par cours. Evaluation of cardio-respiratory endurance. Blood. The energy systems. Training techniques for maintaining cardiorespiratory endurance. ATP: the immediate source. Neuromuscular proprioception in rehabilitation.	30	-	10	20	38		6	32
Тема 7. <i>Therapeutic aspects in rehabilitation</i> . Re-establishing proprioception. Joint arthrokinematics. Manual therapy techniques in rehabilitation. Proprioceptive neuromuscular facilitation technique. Functional progression in rehabilitation. Motor skills. Aquatic Therapy. Therapeutic modalities effectiveness. Pharmacological considerations.	40	-	10	30	38		6	32
Тема 8. <i>Psychological consideration and evaluation process in rehabilitation</i> . Psychological considerations for rehabilitation. Psychological aspects with injured athletes.	30	-	10	20	38		6	32
Control Work No. 2	10	-	10	-				
Всього годин:	300	-	100	200	300		40	260

***Зміст навчальної дисципліни за темами***

**Тема 1. Sports therapist and physical rehabilitation.**

Introduction into specialty. Health-related careers. My future job is physical rehabilitation. The academic background of a qualified physical rehabilitator.

**Тема 2. Understanding the healing process.**

Rehabilitation targets in sports medicine. Healing process and musculoskeletal injuries. Understanding the healing process. Healing process and the patho-physiology of musculoskeletal injuries. Managing the Healing Process through Rehabilitation. Injury Prevention. P.R.I.C.E.

**Тема 3. Maintaining and improving flexibility.**

Therapeutic Exercise. Maintaining and Improving Flexibility. Factors that Limit Flexibility

**Тема 4. Muscular Strength and Endurance.**

The Importance of Muscular Strength. Muscular strength and endurance as a part of a physical rehabilitation program. The importance of muscular endurance. The importance of muscle power. Circuit training.

**Тема 5. Isokinetics in rehabilitation.**

Isokinetic exercise. Parameters while isokinetic evaluation. Biomechanical and physiologi-cal principles of plyometric training. Plyometric exercise in rehabilitation. Closed-kinetic chain exercise. Aerobic vs. anaerobic metabolism.

**Тема 6. Cardiorespiratory endurance.**

Maintenance of cardio-respiratory endurance. Fartlek training. Par cours. Evaluation of cardio-respiratory endurance. Blood. The energy systems. Training techniques for maintaining cardiorespiratory endurance. ATP: the immediate source. Neuromuscular proprioception in rehabilitation.

**Тема 7. Therapeutic aspects in rehabilitation.**

Re-establishing proprioception. Joint arthrokinema-tics. Manual therapy techniques in rehabilitation. Proprioceptive neuro-muscular facilitation technique. Functional progression in rehabilitation. Motor skills. Aquatic Therapy. Therapeutic modalities effectiveness. Pharmacological considerations.

**Тема 8. Psychological consideration and evaluation process in rehabilitation.** Psychological considerations for rehabilitation. Psychological aspects with injured athletes.

***Тематика практичних занять***

Номер і назва теми дисципліни	Номер і назва теми практичних занять	Кількість годин	
		Денна форма навчання	Заочна форма навчання
Тема 1. Sports therapist and phy-sical rehabilitation.	1. Introduction into specialty	4	1
	2. Health-related careers.	2	1
	3. My future job is physical rehabilitation.	2	1
	4. The academic background of a	2	2

	qualified physical rehabilitator.		
Tema 2. Understanding the healing process.	1 Rehabilitation targets in sports medicine.	4	2
	2. Healing process and musculoskeletal injuries. 3. Understanding the healing process.	2	1
	3. Healing process and the patho-physiology of musculo-skeletal injuries.	2	1
	4. Managing the Healing Process through Rehabilitation	2	1
Tema 3. Maintaining and improving flexibility.	1. Therapeutic Exercise.	4	2
	2. Maintaining and Improving Flexibility.	4	2
	3. Factors that Limit Flexibility	2	1
Tema 4. Muscular Strength and Endurance.	1. The Importance of Muscular Strength.	4	2
	2. Muscular strength and endurance as a part of a physical rehabilitation program.	2	1
	3. The importance of muscular endurance.	2	1
	4. The importance of muscle power. Circuit training.	2	1
Tema 5. Isokinetics in rehabilitation.	1. Isokinetic exercise. Parameters while isokinetic evaluation.	4	2
	2. Biomechanical and physiological principles of plyometric training. Plyometric exercise in rehabilitation.	2	1
	3. Closed-kinetic chain exercise.	2	1
	4. Aerobic vs. anaerobic metabolism.	2	1
Tema 6. Cardiorespiratory endurance.	1. Maintenance of cardiorespiratory endurance. Fartlek training. Par cours.	4	2
	2. Evaluation of cardiorespiratory endurance. Blood. The energy systems.	2	1
	3. ATP: the immediate source.	2	1
	4. Neuromuscular proprioception in rehabilitation.		1

Тема 7. Therapeutic aspects in rehabilitation.	1.Re-establishing proprioception. Joint arthrokinematics. Manual therapy techniques in rehabilitation.	4	2
	2.Motor skills. Aquatic Therapy. Therapeutic modalities effectiveness.	4	2
	3.Pharmacological considerations.	2	1
Тема 8. Psychological consideration and evaluation process in rehabilitation	1. Psychological considerations for rehabilitation.	4	2
	2. Psychological aspects with injured athletes.	2	1
	3. Evaluation process in rehabilitation.	2	1
	4. It is the Athlete's Injury".	2	1
Всього годин:		80	40

### *Завдання для самостійної роботи студентів*

Номер і назва теми дисципліни	Завдання	Кількість годин	
		Денна форма навчання	Заочна форма навчання
Тема 1. Health-related careers and physical rehabilitation		30	34
Тема 2. Managing healing process through rehabilitation		20	32
Тема 3. Therapeutic modalities		30	32
Тема 4. Physiological and biomechanical principles of plyometric training		20	32
Тема 5. P.R.I.C.E.		30	32
Тема 6. Role and benefits of using functional progression.		20	32
Тема 7. Injury prevention		30	32
Тема 8. Drug testing		20	34
Всього годин:		200	260

**Очікувані результати навчання з дисципліни:** у результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати:

- 1) загальноспортивну, фахову термінологічну лексику англійської мови;
- 2) структуру англійської мови, необхідну для спілкування, розуміння і продукування текстів, які стосуються побуту та спеціалізації.

вміти:

Аудіювання

- розуміти на слух фахові тексти з метою виокремлення потрібної інформації;

- розуміти повідомлення професійного характеру (у монологічній формі та у діалозі), яке відноситься до однієї з вказаних сфер і ситуацій спілкування, тривалістю до 5 хв. звучання у нормальному середньому темпі мовлення.

#### Діалогічне мовлення

- здійснювати усне спілкування англійською мовою у межах вивченої тематики;
- брати участь у діалозі (бесіді), виражати певні комунікативні наміри (запит/повідомлення інформації – додаткової, детальної, уточнюючої, ілюстративної, оціночної; визначення думки співрозмовника,
- виражати власну думку з приводу одержаної інформації, виражати схвалення/невдоволення, ухиляння від відповіді).

#### Монологічне мовлення

- здійснювати повідомлення (монологічне висловлювання професійного характеру обсягом не менше 15-18 фраз за 5 хв. у нормальному середньому темпі мовлення).

#### Читання

- читати і розуміти фахову літературу та вести бесіду за змістом прочитаного; володіти усіма видами читання оригінальної літератури:
  - а) ознайомлювальним читанням зі швидкістю 180-200 слів/хв. без словника, кількість незнайомих слів не перевищує 4-5% по відношенню до загальної кількості слів у тексті;
  - б) навчальним читанням – кількість невідомих слів не перевищує 8% по відношенню до загальної кількості слів у тексті; допускається використання словника.

#### Письмо

- фіксувати і передавати письмово інформацію з фаху;
- реалізувати на письмі комунікативні наміри (встановлення ділових контактів, нагадувань, вираження жалю і докору); фіксувати потрібну інформацію при аудіюванні;
- складати план, тези повідомлення/доповіді;
- перекладати з іноземної мови на українську та навпаки; працювати зі словником та програмним забезпеченням перекладацького спрямування.

### **Порядок оцінювання результатів навчання з дисципліни**

Підсумкова оцінка з навчальної дисципліни формується з урахуванням результатів поточного контролю та екзамену.

Протягом семестру здобувач вищої освіти магістра може отримати максимальну кількість балів – 100 як суму балів за результатами поточного контролю на практичних заняттях та під час консультацій науково-педагогічних працівників з тем, на які не передбачено аудиторних годин робочою програмою навчальної дисципліни, або, в установленому порядку, з тем, заняття з яких було пропущене здобувачем вищої освіти магістра. З метою оцінювання знань



використовуються такі форми поточного контролю та розподіл балів, які може отримати студент за тему:

Номер і назва теми практичних занять	Засоби оцінювання	Кількість балів за тему
I семестр		
Тема 1. <i>Sports therapist and physical rehabilitation.</i> Introduction into specialty. Health-related careers. My future job is physical rehabilitation. The academic background of a qualified physical rehabilitator.	Експрес-контроль. Презентації. Виконання вправ.	20
Тема 2. <i>Understanding the healing process.</i> Rehabilitation targets in sports medicine. Healing process and musculoskeletal injuries. Understanding the healing process. Healing process and the pathophysiology of musculoskeletal injuries. Managing the Healing Process through Rehabilitation. Injury Prevention. P.R.I.C.E.	Експрес-контроль. Перекази текстів. Виконання вправ. Тестування.	20
Тема 3. <i>Maintaining and improving flexibility.</i> Therapeutic Exercise. Maintaining and Improving Flexibility. Factors that Limit Flexibility	Експрес-контроль. Презентації. Виконання вправ.	20
Тема 4. <i>Muscular Strength and Endurance.</i> The Importance of Muscular Strength. Muscular strength and endurance as a part of a physical rehabilitation program. The importance of muscular endurance. The importance of muscle power. Circuit training.	Експрес-контроль. Презентації. Виконання вправ.	30
Control Work No. 1	Тестування	10
Усього:		100
II семестр		
Тема 5. <i>Isokinetics in rehabilitation</i> Isokinetic exercise. Parameters while isokinetic evaluation. Biomechanical and physiological principles of plyometric training. Plyometric exercise in rehabilitation. Closed-kinetic chain exercise. Aerobic vs. anaerobic metabolism.	Експрес-контроль. Перекази текстів. Виконання вправ.	20
Тема 6. <i>Cardiorespiratory endurance</i> Maintenance of cardio-respiratory endurance. Fartlek training. Par cours. Evaluation of cardio-respiratory endurance. Blood. The energy systems. Training techniques for maintaining cardiorespiratory endurance. ATP: the immediate source. Neuromuscular proprioception in rehabilitation.	Експрес-контроль. Перекази текстів. Виконання вправ.	20
Тема 7. <i>Therapeutic aspects in rehabilitation.</i> Re-establishing proprioception. Joint arthrokinematics.	Експрес-контроль. Перекази текстів.	20

Manual therapy techniques in rehabilitation. Proprioceptive neuro-muscular facilitation technique. Functional progression in rehabilitation. Motor skills. Aquatic Therapy. Therapeutic modalities effectiveness. Pharmacological considerations.	Виконання вправ.	
Тема 8. <i>Psychological consideration and evaluation process in rehabilitation.</i> Psychological considerations for rehabilitation. Psychological aspects with injured athletes.	Експрес-контроль. Перекази текстів. Виконання вправ.	30
Control Work No. 2	Тестування	10
Усього:		100

Викладач під час завершення практичного заняття з теми дисципліни знайомить здобувачів вищої освіти з відповідними завданнями для самостійної роботи та темами практичних занять.

Перед початком практичного заняття науково-педагогічний працівник ознайомлює здобувачів вищої освіти із формами поточного контролю, які будуть застосовуватись, і кількістю балів, які вони можуть отримати. Під час завершення кожного заняття кожному присутньому здобувачу вищої освіти оголошується кількість отриманих ним балів.

Здобувач вищої освіти, який протягом семестру отримав менше 34 балів, до заліку/екзамену не допускається, і може в установленому порядку пройти повторне вивчення цієї дисципліни.

Заліки/екзамени проводяться у порядку, визначеному у Положенні про організацію освітнього процесу в університеті.

### **Рекомендовані джерела інформації:**

#### **Основна література:**

1. William E. Prentice. Rehabilitation Techniques in Sports Medicine. Handbook. WCB Mcgraw-Hill, USA, 2004. – 486 с.
2. Tippett Steven R., Voight Michael L. Functional progression for sport rehabilitation. Handbook. Human Kinetics, USA: 2007. – 122 р.
3. Доценко Л. З. Учбові завдання з англійської мови для самостійної роботи студентів “Rehabilitation: benefits of physical fitness”. Київ: Поліпром., 2001. – 50 с.
4. Доценко Л. З. Методические разработки для самостоятельной работы студентов для специальности “Physical rehabilitation” по книге William E. Prentice. Rehabilitation Techniques in Sports Medicine. Handbook. WCB Mcgraw-Hill, USA, 2007.- 210 с.
5. Sapin M. R., Kolesnikov I.I., Nikitjuk D.B. Textbook of human anatomy: for medical students. In two volumes. Moscow: New Wave Publisher LLC, 2007. – р. 416 (I), p.426 (II).
6. Українсько-англійський словник: близько 200 000 слів /за ред. проф. Гороть Є.І. – Вінниця: Нова Книга, 2009. – 1040 с.
7. Англо-український словник – English-Ukrainian Dictionary. Близько 120000 слів: у 2-х томах / Уклад. М. І. Балла. – Київ: Освіта, 2010. – 1464 с.

## 8. Англомовна періодика.

**Додаткова література:**

1. Маслова А. М., Вайнштейн З. И., Плебейская Л.С. Essential English for medical students. – М.: Лист Нью., 2002. - 320 с.
2. Маслова А. М., Вайнштейн З. И., Плебейская Л.С. Language laboratory exercises for medical students. – М.: Лист Нью., 2002. - 226 с.
3. Маслова А. М., Вайнштейн З. И., Essential vocabulary for medical students. – М.: Лист Нью., 2002. - 58 с.
4. Wilmore J. H. Physiology of Sport and Exercise / Dr. Jack H. Wilmore, Dr. David Costill, W. Larry Kenney. Fourth Edition. – Champaign, IL: Human Kinetics Publishers, 2007. – 592 p.
5. Качалова К., Израилевич Е. Практическая грамматика английского языка. Учебник, Методика, Киев, 2006.
6. Скалкин В. Английский язык в ситуациях общения. Учебное пособие. Книжный Дом «Университет», Москва, 2007.
7. Meeks L. Health: A Wellness Approach / L. Meeks, P. Heit. - Columbus, Ohio: Merrill, 2002. – 596 p.
8. Bouchard C. Physical Activity and Health / C. Bouchard, S.N. Blair, W.L. Haskell // Human Kinetics. – USA, 2007. – 409 p.
9. Platonov V. N. System of training athletes in Olympic sports. The general theory and its practical applications / V. N. Platonov. — K.: Olympic lit., 2004. – 808 p.
10. Eckersley C.E. Essential English for Foreign Students. – Sofia: Foreign Languages Press, 2003.
11. Raymond Murphy. English Grammar. Handbook. – Cambridge: Cambridge University Press, 2005. – 391p.
12. Англо-русский медицинский энциклопедический словарь под общей редакцией академика Чучалина А.Г. – Медицинское издательство «ГЭОТАР», Москва: 2005.- 725 с.
13. Українсько-англійський словник: близько 200 000 слів /за ред. проф. Гороть Є.І. – Вінниця: Нова Книга, 2009. – 1040 с.
14. Англо-український словник – English-Ukrainian Dictionary. Близько 120000 слів: у 2-х томах / Уклад. М. І. Балла. – Київ: Освіта, 2010. – 1464 с.
15. Англо-російський словник.
16. Російсько-англійський словник.
17. Англомовна періодика.

**Електронні ресурси:**

1. [audio-class.ru](http://audio-class.ru)
2. [britannica.com](http://britannica.com)
3. [dictionary.reference.com](http://dictionary.reference.com)
4. [dictionaryvisual.com](http://dictionaryvisual.com)
5. [encyclopedia.com](http://encyclopedia.com)
6. [english.mymcomm.net](http://english.mymcomm.net)

7. [englspace.com](http://englspace.com)
8. [igorkalinin.com](http://igorkalinin.com)
9. [languages-study.com](http://languages-study.com)
10. [loc.gov](http://loc.gov)
11. [news.bbc.co.uk/sport](http://news.bbc.co.uk/sport)
12. [olympic.org](http://olympic.org)
13. [sportsillustrated.cnn.com](http://sportsillustrated.cnn.com)
14. [visual.merriam-webster.com](http://visual.merriam-webster.com)