

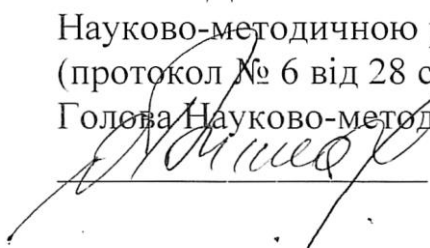
**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ**

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

ЗАТВЕРДЖЕНО

Науково-методичною радою
(протокол № 6 від 28 серпня 2024 р.)

Голова Науково-методичної ради


Олександр ПИЖОВ

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ПРОФЕСІЙНО ОРІЄНТОВАНА ІНОЗЕМНА МОВА

рівень вищої освіти: другий (магістерський)

спеціальність: 091 Біологія та біохімія

спеціалізація/освітньо-професійна програма: Спортивна дієтологія

код дисципліни в освітньо-професійній програмі: ОК 4

мова навчання: англійська

Київ – 2024

Розробник:

Лук'янець Тетяна Геннадіївна,

кандидат філологічних наук, доцент, завідувач кафедри української та іноземних мов Національного університету фізичного виховання і спорту України,

tlukianets@uni-sport.edu.ua

РЕКОМЕНДОВАНО:

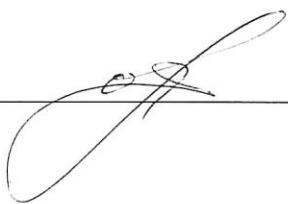
Кафедрою української та іноземних мов

(засідання кафедри, протокол № 12 від 28. 08. 2024 року)

Завідувач кафедри  доцент Т.Г. Лук'янець

ПОГОДЖЕНО:

Начальник
навчально-методичного відділу



Ольга Д'ЯЧЕНКО

Начальник відділу забезпечення
якості вищої освіти



Сергій ПОПОВИЧ

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 читання, аудіювання, мовлення та письма у навчально-професійних сферах комунікації.

Знання та вміння, здобуті під час вивчення цієї навчальної дисципліни, будуть використані у таких дисциплінах професійної підготовки фахівця, як анатомія, фізіологія, спортивна фізіологія, біомеханіка та біологія спорту, фізична реабілітація, теорія обраного виду спорту, тощо.

Обсяг дисципліни – 5 кредитів ЄКТС. Основні теми: Nutrition. Basic facts. Managing a Healthy Weight. Nutrition for Individual Needs. Planning Nutritious Meals and Snacks.

Підсумкове оцінювання проводиться у формі семестрового екзамену або заліку у терміни, встановлені графіком освітнього процесу, розкладу занять та екзаменаційних сесій та в обсязі навчального матеріалу, визначеному робочою програмою навчальної дисципліни.

Abstract of the academic discipline. The discipline is aimed at forming the general and professional competences defined by curriculum, in particular the ability to use the acquired language skills and skills in reading, listening, speaking and writing within various educational, professional and daily communication activities.

The knowledge and skills acquired in the process of studying this master course will be used for studying a number of other practical training courses. Among them Foreign Language for Professional Use, Anatomy, Physiology, Sports Physiology, Physical Rehabilitation, the Theory of the Chosen Sport, Sports Management, Recreation, Theory and Methods of Physical Education, etc. should be mentioned.

The course comprises 5 ECTS credits. The course comprises Nutrition. Basic facts. Managing a Healthy Weight. Nutrition for Individual Needs. Planning Nutritious Meals and Snacks.

The final assessment is conducted in the form of a semester exam or credit test in the terms established by the schedule of the educational process, the schedule of classes and examination sessions and in the amount of educational material determined by the curriculum of the academic discipline.

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

**Перелік програмних компетентностей, які формуються під час вивчення
«Професійно орієнтованої іноземної мови» відповідно до освітньо-
професійної програми «Спортивна дієтологія»
для другого (магістерського) рівня вищої освіти
за спеціальністю 091 «Біологія та біохімія»,
спеціалізація «Спортивна дієтологія»**

Шифр	Компетентності
Інтегральна компетентність	
ІК	Здатність розв'язувати складні задачі і проблеми в галузі біології, зокрема у спортивній дієтології, при здійсненні професійної діяльності або у процесі навчання, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій та характеризується невизначеністю умов і вимог.
Загальні компетентності	
ЗК 1	Здатність працювати у міжнародному контексті.

Обсяг навчальної дисципліни – 5 кредитів ЄКТС, які розподіляються у годинах:

Форми навчання	Види навчальних занять				Самостійна робота	Разом
	лекції	лабораторні	практичні	семінарські		
Денна	-	-	40	-	110	150
Заочна	-	-	16	-	134	150

Статус навчальної дисципліни: обов'язкова.

Передумови для вивчення навчальної дисципліни: володіння іноземною мовою на рівні B1 згідно з Загальноєвропейськими стандартами; успішне опанування на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти дисципліною(ами) та/або курсами загальної англійської мови (General English).

Програма навчальної дисципліни
Тематичний план навчальної дисципліни

Номер і назва теми	Кількість годин							
	денна форма навчання				заочна форма навчання			
	усього	у тому числі			усього	у тому числі		
		л.	практ.	с. р.		л.	практ.	с. р.
<i>Тема 1. Nutrition. Basic facts.</i> Nutrients. Guidelines for healthful eating. Food and healthy living.	36	-	8	28	36	-	4	32
<i>Тема 2. Managing a Healthy Weight.</i> Fad Diets and Eating Disorders Nutrition for Individual Needs. Fuel up for Sports. Nutrition throughout Life Cycle	36	-	8	28	36	-	4	32
Control Work No. 1	2	-	-	2	2	-	-	2
<i>Тема 3. Nutrition for Individual Needs.</i> Vegetarian Choices. Consumer Issues: Facts or Fiction. Shopping for Food.	36	-	12	24	36	-	4	32
<i>Тема 4. Planning Nutritious Meals and Snacks</i> Eating Well When Away from Home Food and Culture	38	-	12	26	38	-	4	34
Control Work No. 2	2	-	-	2	2	-	-	2
Всього годин:	150	-	40	110	150	-	16	134

Зміст навчальної дисципліни за темами

Тема 1. Nutrition. Basic facts. Nutrients. Guidelines for healthful eating. Food and healthy living.

Тема 2. Managing a Healthy Weight. Fad Diets and Eating Disorders. Nutrition for Individual Needs. Fuel up for Sports. Nutrition throughout Life Cycle

Тема 3. Nutrition for Individual Needs. Vegetarian Choices. Consumer Issues: Facts or Fiction. Shopping for Food.

Тема 4. Planning Nutritious Meals and Snacks. Eating Well When Away from Home. Food and Culture.

Тематика практичних занять

Номер і назва теми дисципліни	Номер і назва теми практичних занять	Кількість годин	
		Денна форма навчання	Заочна форма навчання
Тема 1. Nutrition. Basic facts	1. Nutrients 1.	2	2
	2. Nutrients 2.	2	2
	3. Guidelines for healthful eating.	2	
	4. Food and healthy living.	2	
Тема 2. Managing a Healthy Weight	5. Fad Diets. Eating Disorders.	2	2
	6. Nutrition for Individual Needs.	2	2
	7. Fuel up for Sports.	2	
	8. Nutrition throughout Life Cycle	2	
Control Work No. 1	Fundamentals of Nutrition		-
Тема 3. Nutrition for Individual Needs	9. Vegetarian Choices.	2	2
	10. 'Consumer Issues: Facts or Fiction 1.	2	2
	11. 'Consumer Issues: Facts or Fiction 2.	2	
	12. Shopping for Food	2	
	13. Consumer choices 1.	2	
	14. Consumer choices 2.	2	
Тема 4. Planning Nutritious Meals and Snacks	15. Eating Well When Away from Home 1.	2	2
	16. Eating Well When Away from Home 2.	2	2
	17. Eating safely 1.	2	
	18. Food and Culture 1.	2	
	19. Food and Culture 2.	2	
	20. National Cuisine.	2	
Control Work No. 2	Test. Nutrition for Life		-
Всього годин:		40	16

Завдання для самостійної роботи здобувачів

Номер і назва теми дисципліни	Завдання	Кількість годин	
		Денна форма навчання	Заочна форма навчання
Тема 1. Is Our Obsession With Health Data Making Us Crazy?		28	32
Тема 2. A Heart to Last a Lifetime		28	32
Control Work No. 1		2	2
Тема 3. The Trouble with Fat-burner Pills		24	32
Тема 4. 6 'Healthy' Snacks a Nutritionist Will Immediately Cut From Your Diet		26	34
Control Work No. 2		2	2
Всього годин:		110	134

Очікувані результати навчання з дисципліни: у результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен

знати:

- 1) загальну спортивну, фахову термінологічну лексику іноземної мови;
- 2) граматичну структуру іноземної мови, необхідну для спілкування, розуміння і створення зв'язних текстів, які стосуються побуту та професійної діяльності за спеціалізацією.

вміти:

Аудіювання

- розуміти на слух фахові тексти з метою виокремлення потрібної інформації;
- розуміти повідомлення професійного характеру (у монологічній формі та в діалозі), яке стосується однієї зі вказаних сфер і ситуацій спілкування, тривалістю до 5 хв. звучання у нормальному середньому темпі мовлення.

Діалогічне мовлення

- здійснювати усне спілкування іноземною мовою у межах вивченої тематики;
- брати участь у діалозі (бесіді), виражати певні комунікативні наміри (запит/повідомлення інформації – додаткової, детальної, уточнювальної, ілюстративної, оціночної; з'ясування думки співрозмовника,
- виражати власну думку з приводу отриманої інформації, виражати схвалення/невдоволення, вміти ухилитися 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) володіти ознайомлювальним читанням зі швидкістю 180-200 слів/хв. без словника, кількість незнайомих слів не повинна перевищувати 4-5% щодо загальної кількості слів у тексті;
 - б) володіти навчальним читанням – кількість незнайомих слів не повинна перевищувати 8% щодо загальної кількості слів у тексті; допускається використання словника.

Письмо

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

**Перелік програмних результатів, яких досягають під час вивчення
«Професійно орієнтованої іноземної мови» відповідно до освітньо-
професійної програми «Спортивна дієтологія»
для другого (магістерського) рівня вищої освіти
за спеціальністю 091 «Біологія та біохімія»,
спеціалізація «Спортивна дієтологія»**

Шифр	Програмні результати навчання
ПРН 1	Володіти державною та іноземною мовами на рівні, достатньому для спілкування з професійних питань та презентації результатів власних досліджень.
ПРН 2	Використовувати бібліотеки, інформаційні бази даних, інтернет ресурси для пошуку необхідної інформації.

Порядок оцінювання результатів навчання з дисципліни

Поточне оцінювання здійснюється протягом семестру під час проведення практичних занять і оцінюється сумою набраних балів. На початку вивчення навчальної дисципліни здобувачів вищої освіти інформують про форми (методи) та критерії оцінювання результатів навчання, що зафіксовані у робочій програмі навчальної дисципліни (див. Таблицю нижче). Максимальна кількість балів за поточне оцінювання - 100 балів.

Результати поточного оцінювання здобувачів вищої освіти фіксуються в електронному журналі обліку відвідування та успішності здобувачів вищої освіти відповідно до порядку його ведення, визначеному Положенням про електронний журнал обліку відвідування та успішності здобувачів вищої освіти у Національному університеті фізичного виховання і спорту України.

Підсумкове оцінювання проводиться у формі екзамену чи заліку, що визначається освітньою програмою та навчальним планом у терміни, передбачені графіком освітнього процесу, розкладом занять та екзаменаційних сесій.

Підсумкова оцінка з окремої освітньої компоненти включає результат поточного та підсумкового оцінювання. Мінімальна кількість балів для отримання здобувачем вищої освіти позитивної підсумкової оцінки становить 60 балів.

Номер і назва теми практичних занять	Засоби оцінювання під час заняття та кількість балів	Загальна кількість балів за заняття
Заняття 1. Nutrients 1.	Експрес-контроль – 3 Перекази текстів – 7	10
Заняття 2. Nutrients 2.	Виконання вправ – 10	10
Заняття 3. Guidelines for healthful eating	Тестування – 10	10
Заняття 4. Food and healthy living.	Виконання вправ – 10	10
Заняття 5. Fad Diets. Eating Disorders.	Експрес-контроль – 5 Перекази текстів – 5	10
Заняття 6. Nutrition for Individual Needs.	Тестування – 10	10

Заняття 7. Fuel up for Sports.	Есе – 10	10
Заняття 8. Nutrition throughout Life Cycle.	Виконання вправ – 10	10
Контрольна робота № 1	Тестування – 20	20
100 (1-ий семестр)		
Заняття 9. Vegetarian Choices.	Експрес-контроль – 3 Перекази текстів – 4	7
Заняття 10. Consumer Issues: Facts or Fiction 1.	Виконання вправ – 7	7
Заняття 11. Consumer Issues: Facts or Fiction 2.	Тестування – 7	7
Заняття 12. Shopping for Food	Есе – 7	7
Заняття 13. Consumer choices 1.	Презентація – 7	7
Заняття 14. Consumer choices 2.	Перекази текстів – 7	7
Заняття 15. Eating Well When Away from Home 1.	Експрес-контроль – 3 Перекази текстів – 4	7
Заняття 16. Eating Well When Away from Home 2.	Виконання вправ – 7	7
Заняття 17. Eating safely.	Виконання вправ – 7	7
Заняття 18. Food , Culture 1.	Есе – 6	7
Заняття 19. Food, Culture 2.	Презентація – 6	7
Заняття 20. National Cuisine.	Перекази текстів – 6	7
Контрольна робота № 2	Тестування	16
100 (2-ий семестр)		

Рекомендовані джерела інформації:

Основна література:

- Burke L. (2012). Nutrition for athletes: a practical guide to eating for health and performance / Louise Burke. Cambridge : Cambridge Univ. Press, 66 p.
- Glencoe, McGrwaHill. (2005). Glencoe Health, 845 p. Retrieved from: <http://www.mcgrawhill.glencoe.com/>
- Glencoe, McGrwaHill. (2010). Food, Nutrition and Wellness, 625 p.
- Glencoe, McGrwaHill. (2010). Glencoe Health / Student Activity Book, 235 p.
- Mack G. (2012). Mind Gym: An Athlete's Guide to Inner Excellence. Chicago, IL: McGraw-Hill, 240 p.
- Nutrition and athletic performance: position of dietitians of Canada, the academy of nutrition and dietetics and the American college of sports medicine (2016). Toronto : Toronto Univ. Press, 48 p.
- Nutrition for athletes (2007) // A practical guide to eating and drinking for health and performance in track and field. Monaco: Création et impression Multiprint, 38 p.
- Nutrition for athletes: a practical guide to eating for health and performance (2010) // Nutrition Working Group of the International Olympic Committee. Australia : Commonwealth Games Federation, 48 p.
- Orlick T. (2008). In Pursuit of Excellence: How to Win in Sport and Life Through Mental Training. Champaign, IL: Human Kinetics, 311 p.

10. Platonov V. N. (2004). System of Training Athletes in Olympic sports. The General Theory and its Practical Applications. K.: Olympic lit., 808 p.
11. Лук'янець Т. Г. (2021). Nutrition and Wellness: Методичні вказівки із професійно орієнтованої іноземної (англійської) мови. К.: НУФВСУ, 187 с.

Додаткова література:

1. Andersen M. B. (2007). Doing Sport Psychology. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers, 312 p.
2. Backley S. (2012). The Champion in all of Us: 12 Rules for Success. Mirage Publishing, 200 p.
3. Meeks L., Heit P. (2002). Health: A Wellness Approach. Columbus, Ohio : Merrill, 596 p.
4. Murphy R. (2005). English Grammar [Handbook]. Cambridge: Cambridge University Press, 391 p.
5. Tillitt B., Bruder M. N. (2005). Speaking Naturally. Cambridge : Cambridge Univ. Press, 128 p.
6. Time Magazine Retrieved from: <https://time.com/tag/dietnutrition/>
7. Англо-український словник – English-Ukrainian Dictionary. (2010). Близько 120000 слів: у 2-х томах / Уклад. М. І. Балла, Київ: Освіта, 1464 с.
8. Офіційний сайт Національного університету фізичного виховання і спорту України – Режим доступу: <http://www.unisport.edu.ua>

Електронні ресурси:

1. BBC News [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://news.bbc.co.uk/sport>
2. Britannica Encyclopedia [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://britannica.com>
3. IOC official website [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://olympic.org>
4. Library of Congress [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://loc.gov>
5. Online Dictionary [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://dictionary.reference.com>
6. Sport Illustrated [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://si.com>
7. The World's #1 Online Encyclopedia [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://encyclopedia.com>
8. Time Magazine [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://time.com>
9. Visual Dictionary Online [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://visual.merriam-webster.com>