



СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«Іноземна мова за професійним спрямуванням»

Ступінь вищої освіти	Бакалавр
Освітньо-професійна програма	«Фізкультурно-спортивна реабілітація»
Факультет	Історико-філологічний
Кафедра	Іноземних мов
Семестр	I, II, III, IV
Кількість кредитів	8
Мова викладання	англійська
Викладач	к.пед.н., доц. Кочмар Діана Анатоліївна
Контактна інформація	trial2008@ukr.net

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО ДИСЦИПЛІНУ

Анотація	<p>Навчальна дисципліна «Іноземна мова за професійним спрямуванням» є однією з обов'язкових дисциплін в системі професійного навчання майбутніх бакалаврів фізичної культури і спорту відповідно до освітньо-професійної програми підготовки здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня спеціальності 017 Фізична культура і спорт.</p> <p>Англійська мова є мовою міжнародної комунікації: ділової кореспонденції, наукових та практичних конференцій, наукових публікацій, зокрема і у галузі фізкультурно-спортивної реабілітації. За допомогою англійської мови можна одержати доступ до більшості ресурсів світової інформаційної комп'ютерної мережі Інтернет. Сучасні вимоги до підготовки бакалавра потребують від нього вмінь та навичок спілкування в усній і письмовій формах на повсякденному, професійному та діловому рівні. Майбутні бакалаври повинні бути спроможними оволодіти новітньою фаховою інформацією використовуючи усні та письмові іноземні джерела. Це підвищує попит на кваліфікованих випускників (бакалаврів), які вільно володіють іноземною мовою, та обумовлює необхідність вивчення курсу «Іноземна мова за професійним спрямуванням».</p>
Мета та цілі	<p>Основною метою курсу «Іноземна мова за професійним спрямуванням» є підготовка студентів до ефективного спілкування англійською мовою відповідно до вимог освітньої програми «Фізкультурно-спортивна реабілітація». Курс спрямований на формування комунікативних умінь за фахом, розвиток навичок читання оригінальної літератури, що дозволяє здобувати необхідну професійну інформацію, удосконалення навичок перекладу та аналізу фахової літератури, а також виховання здатності чітко і грамотно висловлювати власні думки англійською мовою, що сприяє розширенню мовно-культурного світогляду студентів.</p>

	<p>Завдання курсу «Іноземна мова за професійним спрямуванням»: Оволодіти професійною термінологією: студенти повинні навчитися використовувати фахову термінологію, що стосується фізичної культури та спорту. Вдосконалити навички усного спілкування на професійні теми. Читати літературу англійською мовою, які стосуються фізкультурно-спортивної реабілітації, з метою отримання необхідної інформації. Вміти писати формальні і неформальні тексти, що стосуються тематики курсу. Вміти аналізувати та перекладати тексти для більш глибокого розуміння специфіки термінів і виразів, що стосуються фізичної культури. Вивчити правила ділового спілкування англійською мовою, сформувати навички введення ділової кореспонденції.</p>
<p>Результати навчання</p>	<p>Опанувавши дисципліну «Іноземна мова за професійним спрямуванням», студенти повинні досягти таких програмних результатів навчання:</p> <p>Спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуючись етики ділового спілкування.</p> <p>Уміти обробляти дані іноземною мовою з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій.</p> <p>Набути навичок читання оригінальної літератури на іноземній мові з метою отримання необхідної інформації, а також формувати вміння аналізувати та інтерпретувати професійну інформацію.</p> <p>Вміти написати формальні та неформальні листи, а також інші документи, що стосуються професійної діяльності, з дотриманням мовних норм і правил.</p> <p>Розвинути навички усного та письмового спілкування на повсякденному і професійному рівнях, здатність до ведення діалогу та монологу.</p> <p>Розширити мовно-культурний світогляд, розуміючи культурні аспекти спілкування та взаємодії з іншими народами в професійному контексті.</p> <p>Ці результати сприяють підвищенню конкурентоспроможності випускників на ринку праці та їх професійному розвитку у сфері фізичної культури і спорту.</p>
<p>Soft skills</p>	<p>Під час вивчення дисципліни студент отримує можливість формувати та розвивати soft skills - соціально-психологічні аспекти професійної компетентності: здатність аналізувати та оцінювати, інтерпретувати; здатність логічно мислити, креативно діяти; планувати та управляти часом, презентувати себе і свою позицію; діяти відповідально. Здатність до критичного осмислення теоретичного і фактографічного матеріалу, його аналізу і синтезу. Здатність до розуміння інших культур і готовність до міжкультурного діалогу. Уміння ідентифікувати наукові проблеми та знаходити шляхи їх вирішення. Розуміння необхідності і здатність до інтенсивної самостійної роботи в перебігу наукової діяльності. Здатність з повагою ставитися до наукових поглядів інших і водночас чітко, логічно і переконливо викладати власні позиції.</p>
<p>Пререквізити</p>	<p>Попередні курси шкільний курс «Іноземна мова».</p>

СТРУКТУРА ДИСЦИПЛІНИ

Тема	План, короткі тези	Завдання	К-сть балів
Nice to meet you!	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми «Nice to meet you!». Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником	2
University life	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми «University life». Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, написання есе	2
Daily routine	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми «Daily routine». Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником	2
Travelling	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, аналіз англомовних статей, написання есе	2
Shopping	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, робота з термінологічним словником, аналіз англомовних статей, написання есе	2
Meals	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми «Meals».	Підготовка завдань до практичного	2

	<p>Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.</p>	<p>заняття, огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, написання есе</p>	
<p>Writing an informal letter and a formal letter</p>	<p>Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток навичок писемної комунікації з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.</p>	<p>Огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, аналіз англомовних статей</p>	<p>2</p>
<p>Work – life balance</p>	<p>Введення лексико-граматичного матеріалу до теми «Work – life balance». Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.</p>	<p>Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, аналіз англомовних статей, написання есе</p>	<p>2</p>
<p>Recreational activities</p>	<p>Введення лексико-граматичного матеріалу до теми «Recreational activities». Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.</p>	<p>Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, аналіз англомовних статей, написання есе</p>	<p>2</p>
<p>Fitness benefits</p>	<p>Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми.</p>	<p>Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу,</p>	<p>2</p>

	Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, аналіз англомовних статей, написання есе	
We go in for sport	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, написання есе	2
Our training	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, робота з термінологічним словником, аналіз англомовних статей, написання есе	2
At the competitions	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, аналіз англомовних статей.	2
Case study	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ.	2
Olympism	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, робота з термінологічним	2

		словником, аналіз англомовних статей, написання есе	
Spirit of antiquity	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, аналіз англомовних статей, написання есе	2
Symbols and ceremonies of the games	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, аналіз англомовних статей, написання есе	2
Writing an opinion essay	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Огляд теоретичного матеріалу, робота з термінологічним словником, аналіз англомовних статей, написання есе	2
Human body	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу, написання есе	2
At the out-patient department	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, аналіз англомовних	2

		статей	
Emergency care. First aid management	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, аналіз англомовних статей, написання есе	2
Coaching values	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, аналіз англомовних статей, написання есе	2
PE: educational mission	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми. Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, аналіз англомовних статей, написання есе	2
Benefits of recreational activities	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми «Benefits of recreational activities». Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, робота з термінологічним	2

		словником, аналіз англomовних статей, написання есе	
Writing a motivation letter	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми «Writing a motivation letter». Формування та розвиток навичок писемного мовлення з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, аналіз англomовних статей, написання есе	2
Sport management skills	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми «Sport management skills». Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Підготовка завдань до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, аналіз англomовних статей, написання есе	2
Counseling skills for effective therapy	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми «Counseling skills for effective therapy». Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Огляд теоретичного матеріалу, виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, аналіз англomовних статей	4
Being good at sports nutrition	Введення лексико-граматичного матеріалу до теми «Being good at sports nutrition». Перевірка термінологічного словника. Формування та розвиток комунікативних навичок з теми. Опрацювання граматичного матеріалу з теми.	Виконання письмових вправ, робота з термінологічним словником, аналіз англomовних статей, написання есе	4

ЛІТЕРАТУРА ТА НАВЧАЛЬНІ МАТЕРІАЛИ

Базова

1. Лук'янець Т. Г. Іноземна мова (англійська) / Т. Г. Лук'янець, О. П. Алексєнко, І. А. Гришук, Л. З. Доценко, І.О. Коробова, А. І. Шматюк. К: 2022. 248 с.
2. Career Paths: Sports. Student's Book. Book 1 /Evans Virginia, Dooley Jenny, Graham Alan. Express Publishing, 2012. – 38 pages.
3. Career Paths: Sports. Student's Book. Book 2 /Evans Virginia, Dooley Jenny, Graham Alan. Express Publishing, 2012. – 40 pages.
4. Career Paths: Sports. Student's Book. Book 3 /Evans Virginia, Dooley Jenny, Graham Alan. Express Publishing, 2012. – 38 pages.

Допоміжна

5. Довідник з граматики англійської мови / Г. В. Верба. – Завдання студентам-юристам для самостійного опрацювання розмовних тем / за заг. ред. проф. В. П. Сімонок – Х., 2005.
6. Новий англо-український та українсько-англійський словник / уклад.: В. Ф. Малишев, О. А. Петраковський. Х.: Друк. центр «Світovid», 2002. 576 с.
7. Англо-український, україно-англійський словник / уклад.: Л. О. Зінов'єва, Ю. І. Лаптінова. 2-ге вид. Донецьк : СПД ФО Сердюк В. І., 2004. 560 с.
8. Сучасний англо-український та українсько-англійський словник / уклад.: М. Зубков, В. Мюллер
9. New Webster's Dictionary and Thesaurus of the English Language. Lexicon Publications, Inc., 1993
10. Macmillan Essential dictionary for learners of English. Macmillan Publishers Limited, 2003
11. Longman Dictionary of Contemporary English/Della Summers. New ed. p. 2003.
12. Навчально-методичний посібник з навчальної дисципліни «Англійська мова» (відповідно до вимог ECTS) / уклад.: В. П. Сімонок, Г. А. Сергєєва, О. Ю. Мошинська та ін. Х.: Нац. юрид. акад. України. 2008. 48 с.
13. Навчально-методичний посібник для самостійної роботи та практичних занять з навчальної дисципліни «Англійська мова професійного спілкування» (відповідно до Загальноєвропейських Рекомендацій з мовної освіти рівня володіння мовою «B2») / уклад. В. П. Сімонок. Х.: Нац. юрид. акад. України. 2008 – 34 с.
14. Завдання для практичних занять з англійської мови для студентів 1 курсу / уклад. О. О. Ходаковська. Х., 2004.
15. Завдання для практичних занять з англійської мови для студентів 2 курсу / уклад. Г. А. Сергєєва. Х., 2004.
16. Raymond Murphy. English Grammar in Use Fifth Edition Intermediate with answers and Interactive eBook. Cambridge University Press. 2019. 396 p.
17. Michael McCarthy, Felicity O'Dell. English Vocabulary in Use Upper-intermediate. Cambridge University Press, 2017, 278 p.
18. Англійська мова: навч. посіб. для магістрантів спеціальності фізична культура і спорт / О. Романчук, Н. Базиляк, У. Проценко, О. Матвіяс. Львів : Галицька Видавнича Спілка, 2023. 72 с.
19. Kochmar, D., Fabian, M., Stoika, O., Maksymova, O., Zhvava, O. The process of teaching a foreign language with the use of social internet applications. Systematic Reviews in Pharmacy, 2020, 11(10), pp. 156-159
20. Kochmar Diana, Myroslava Fabian, Olesia Stoika, Olga Maksymova, Natalia Shalyhina. Use of social networks as a technology of foreign language teaching. JCR. 2020; 7(14): 502-505. https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/50256/2/Journal%20of%20Critical%20Reviews_2020.pdf
21. Kochmar, D., Fabian, M., Bartosh, O., Shandor, F., Volynets, V., (2021). Using The Anthology Of Learning Foreign Languages In Ukraine In Symbiosis With Modern Information Technologies Of Teaching. International Journal of Computer Science and Network Security, 21(4), 241–248.

- <https://www.koreascience.or.kr/article/JAKO202121055714018.jsp1ff8%3Fkj=OJOOBS&py=2014&vnc=v31n1ff1ff882&sp=141>
22. Штурба А.О., Подуфалова К.Ю., Кочмар Д.А., Поченюк Я.В., Костенко Н.І. Дистанційні освітні технології при навчанні іноземної мови/Журнал «Перспективи та інновації науки». Серія «Педагогіка». № 12(17) 2022.-С. 235-249. <http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/2906/2919>
23. Смерчко, А.А., Кочмар, Д.А., Будз, І.Ф. 2023. Комунікативні стратегії і тактики: проблеми успішної комунікації в когнітивному та прагматичному ракурсі. Академічні студії. Серія «Гуманітарні науки». 2 (Жов 2023), 87-95. <https://doi.org/10.52726/as.humanities/2023.2.12>
24. Терлецька, Л. М., Оверчук, О. В., & Лещенко, А. В. (2023). Етичні аспекти навчання іноземної мови: дослідження моральних інтересів здобувачів вищої освіти. Академічні візії, (25). вилучено із <https://academy-vision.org/index.php/av/article/view/709>
25. Ярослава Григошкіна, Інна Яненко, Ольга Оверчук. Мовні практики та комунікативний підхід у викладанні англійської мови: аналіз впливу на результативність навчання. Вісник науки та освіти, 2023. № 8(14). С. 54-70. Режим доступу : <http://perspectives.pp.ua/index.php/vno/issue/view/172/264>
26. Оксана Торосян, Ольга Оверчук, Анна Рогульчик, Юлія Байло, Пабат Марина. Технології електронного навчання іноземній мові під час воєнного стану. Вісник науки та освіти: журнал. 2023. No 1(7). С. 260-270. Режим доступу : <http://perspectives.pp.ua/index.php/vno/article/view/3598/3618>

Інформаційні ресурси

Словники

<http://acronymfinder.com>

<http://www.urbandictionary.com>

<http://i.com.ua/~viorell/dicti.htm>

<http://fr5.abby.com/LingvoDict/Proverbs.zip>

<http://www.babylon.com.gloss/>

<http://www.oup.com/elt/global/products/oald/lookup> (сторінка видавництва «Oxford University Press»)

<http://www.m-w.com/home.htm> (сторінка видавництва "Merriam-Webster")

<http://www.m-w.com/netdict.htm> (електронна версія словника "Merriam-Webster")

<http://www.oed.com/> (сторінка видавництва „Oxford English Dictionary”)

http://www.cobuild.collins.co.uk/boe_info.html (сторінка видавництва Collins COBUILD)

<http://www.bartleby.com/61/>

Автоматичні (машинні) системи перекладу

http://pere.slovyk.org.ua/cgi-bin/pere.cgi?1+uk_UA

<http://translation2.paralink.com/>

<http://babelfish.altavista.com/babelfish/tr>

<http://systranbox.com/systran/cgi>

<http://freetranslation.imtranslator.com/>

<http://www.perevodov.net/>

<http://80.78.37.38/translate.asp>

Ресурси із загальнотеоретичних та практичних проблем вивчення іноземних мов

<http://www.englishspace.com/>

<http://www.trworkshop.net/>

<http://m3easyspace.com/yurasch/lmks.htm>

Електронні адреси бібліотек та довідкових систем

<http://www.nbuy.gov.ua/> (Національна бібліотека України ім. В.І. Вернадського)

<http://gntb.n-t.org/> (Державна науково-технічна бібліотека України)

<http://literature.megatop.ru/go/go34112.phtml> (електронна бібліотека Національної

бібліотеки України ім. В. І. Вернадського)

<http://www.bl.uk/> (Британська бібліотека)

<http://www.loc.gov> (бібліотека Конгресу США)

<http://catalog.loc.gov/> (електронний каталог бібліотеки Конгресу. США)

<http://search.loc.gov:8765/> (пошукова система бібліотеки Конгресу США)

<http://library-www.larc.nasa.gov/> (технічна бібліотека NASA)

http://www.online-literature.com/author_index.php

<http://www.gutenberg.net.au/>

<http://etext.lib.virginia.edu/ebooks/ebooklist.html>

<http://www.eb.com/> (енциклопедія «Britannica»)

ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ

Загальна політика	Здобувач освіти зобов'язаний відвідувати всі заняття згідно розкладу, не спізнюватися. Дотримуватися етики поведінки. Працювати з навчальною літературою, з літературою на електронних носіях і в Інтернеті. При пропуску практичного заняття потрібно опрацювати матеріал та здати викладачу в усній чи письмовій формі. Виконати індивідуальне завдання.
Політика щодо дедлайнів та перекладання	Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку.
Політика щодо академічної доброчесності	Під час виконання завдань вимагається дотримання правил академічної доброчесності. Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування.

ОЦІНЮВАННЯ

Нарахування балів

Види оцінювання	Бали
Змістовий модуль 1	15
Змістовий модуль 2	15
Змістовий модуль 3	15
Змістовий модуль 4	15
Підсумковий контроль – екзамен	40

Розподіл балів для оцінювання успішності студентів

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	відмінно
82-89	B	добре
74-81	C	
64-73	D	задовільно
60-63	E	
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

