

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРКАСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМ. Б. ХМЕЛЬНИЦЬКОГО**

Аліфанова С.А.

Петрова О.Б.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

для практичних занять та самостійної роботи до теми “Medicine”
(для студентів 2 курсу денної форми навчання освітньо-кваліфікаційного рівня
бакалавр спеціальності 014 середня освіта (мова і література (англійська)))

Кафедра фонетики та граматики англійської мови

Черкаси – 2022

УДК 811.111'24:61(075.8)

ББК

Рецензенти:

Ланських О.Б., к.ф.н., ст. викладач кафедри іноземних мов та міжнародної комунікації Черкаського Державного Технологічного університету

Швидка Л.В., к.ф.н., доцент кафедри німецької філології Черкаського національного університету ім. Б.Хмельницького

Аліфанова С.А., Петрова О.Б.

Методичні рекомендації для практичних занять та самостійної роботи до теми “**Medicine**”. – Черкаси, 2022. - 66 с.

Затверджено на засіданні кафедри фонетики та граматики англійської мови навчально-наукового інституту іноземних мов ЧНУ.

Протокол № 9 від 23/04/2019 р.

Рекомендовано до друку на засіданні Ученої ради ЧНУ

Протокол № 5 від 11 лютого 2022 р.

ВІД АВТОРА

Дані методичні рекомендації призначені для студентів та викладачів 2 курсу філологічних факультетів університетів. Рекомендації розраховані на студентів, які поглиблено вивчають англійську мову, і передбачають систематизоване вивчення матеріалу з теми ‘Medicine’

Мета методичних рекомендацій – забезпечити практичне оволодіння студентами лексичними та мовленнєвими моделями, необхідними для вільного спілкування по вказаній темі на англійській мові. Матеріал даного посібника сприятиме оволодінню студентами навичками та вміннями читання, мовлення та письма по цим темам, а також формуванню у студентів когнітивної, комунікативної та соціально-психологічної компетенцій.

Чітка організація та логічна побудова методичних вказівок дозволяють студентам грамотно і ефективно організувати свою роботу за темою. Методичні рекомендації містять навчально-тематичний план вивчення теми “Медицина”, плани практичних занять, зміст навчання видів мовленнєвої діяльності, вимоги та завдання до самостійної роботи, питання для самоконтролю студентів. Посібник містить основний та додатковий вокабуляр по темі, тексти для читання і переказу, що можуть використовуватись як основа для екзаменаційних тем, мовні та мовленнєві вправи для роботи з текстом. Лексичні вправи спрямовані на детальне відпрацювання матеріалу текстів: для тренування граматичних та лексичних структур і моделей, а також для тренування окремих мовних одиниць. Мовленнєві та творчі вправи, які пропонуються на продвинутому етапі

вивчення теми, дадуть можливість студентам використовувати засвоєний лексичний матеріал у різних ситуаціях.

ЗМІСТ

1. Мета та завдання навчальної дисципліни.....	6
2. Погодинне планування.....	9
3. Тематика та зміст практичних занять.....	12
4. Самостійна робота студентів.....	15
5. Bibliography.....	16
6. Додатки.....	18

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни “Практика мови II курс” з теми “Medicine” є формування англомовної комунікативно-когнітивної компетентності, розвиненої на ґрунті знань, навичок і вмінь інтегративної здатності до провадження ефективної англомовної когнітивно-комунікативної діяльності, що виявляється в ході розв’язання проблемних завдань мовними й когнітивними засобами в різних (в тому числі й модельованих) умовах особистісної, соціокультурної та професійної взаємодії.

У результаті опрацювання теми студенти повинен володіти **знаннями**:

- особливостей *лексичного* (правил словотворення лексичних одиниць та їх сполучуваності; етимології окремих слів; лексики, яка позначає предмети й об’єкти повсякденного побуту країни, мова якої вивчається (міри ваги, довжини, об’єму, позначення часу, назви хвороб, лікарів, тощо); мовленнєвих та етикетних формул, *фонетичного* (інтонацію та її основні компоненти; *орфографічного* (способів передачі мовлення на письмі, правил пунктуації) складу англійської мови та соціокультурних (країнознавчих та лінгвокраїнознавчих) аспектів англійської мови у порівнянні з рідною мовою та закономірностей їх використання в іншомовній мовленнєвій діяльності;

а також **навичками** в: *говорінні* (монологічному та діалогічному мовленні); *письмі* (поєднувати ідеї, застосовуючи зв’язувальні елементи та різні комунікативні типи речень; організовувати текст згідно з його жанровими особливостями, узагальнювати інформацію тощо); *читанні* (розуміти комунікативні інтенції висловлювання, здогадуватися про значення невідомих

слів та виразів з контексту; використовуючи аналогію з відомими словами рідної або англійської мов тощо); *аудіюванні*;

уміннями в : *говорінні* (продукувати монологічні та діалогічні висловлювання в межах зазначеної програмою тематики,); *письмі* (перекладати текст; скорочувати текст; розташовувати речення у логічній послідовності; складати різноманітні плани тощо); *читанні* (розуміти основний зміст англійських текстів; усунути прогалини в розумінні за рахунок прогнозування на рівні тексту, передбачення змісту на основі окремих опорних текстуальних елементів); *аудіюванні* (розуміти літературно-розмовне мовлення носія англійської мови).

Згадані знання, навички, вміння і здатності окреслені такими компетенціями, які, в свою чергу, є складовими загальної англійської **комунікативно-когнітивної компетентності студентів;**

- **когнітивна компетенція** (здатність аргументовано доводити власну позицію англійською мовою під час дискусії, використовуючи відповідні мовні засоби та формулювати критичну оцінку й доводити правильність судження);
- **комунікативна компетенція** (здатність до ефективної комунікативної взаємодії, що передбачає коректне з погляду мовних, мовленнєвих і стилістичних засобів, з диференціацією найтонших відтінків смислу, з досягненням прагматичного ефекту, вільне спілкування в різноманітних соціокультурних ситуаціях);
- **соціально-психологічна компетенція, що складається з стратегічного** (здатності поповнювати недостатність мовленнєвого й соціального

досвіду) та *соціальнокомпонентів* (здатності вступати в комунікативні відносини в різних соціальних ситуаціях).

2. Погодинне планування

Змістовий модуль Медицина			
	Лабораторні заняття	Самостійна робота	Разом
Тема 1. Хвороби та їх лікування	10		10
Тема 2. Візит до лікаря	10		10
Тема 3. Здоровий спосіб життя		15	15
Разом за змістовим модулем 2	20	15	35

3. Тематика та зміст практичних занять.

П р а к т и ч н е з а н я т т я № 1

Тема: *Хвороби та їх симптоми.*

Мета: *ознайомити студентів з новими лексичними одиницями з теми; розвивати навички читання (Навчити розуміти найбільш значущу частину інформації та найважливіші деталі повідомлення, утримувати у пам'яті основний зміст та певні деталі повідомлення та демонструвати розуміння у той чи інший спосіб).*

Зміст практичного заняття

1. Опрацювання тексту “A Day’s Wait” (с. 45-48 [1]).
2. Vocabulary Notes 1-4 (с. 49 [1]).
3. Введення нової тематичної лексики : хвороби та їх симптоми. (Додаток 1)
4. Виконання вправ на активізацію тематичного словника. (Додаток 1)

Рекомендована література:1

П р а к т и ч н е з а н я т т я № 2

Тема: *Скарги пацієнт. Методи обстеження пацієнта.*

Мета: *навчити учнів вживати нові ЛО у монологічному та діалогічному мовленні, розвивати навички говоріння (навчити передавати зміст висловлювання своїми словами близько до тексту), розвивати навички аудіювання (навчити розуміти іншомовне повідомлення із заданої теми та фіксувати значущі смислові віхи)*

Зміст практичного заняття

- 1 Переказ тексту “A Day’s Wait” (с. 45-48 [1]).
2. Vocabulary Notes 5, 6, 7 (с. 50-51 [1]).
3. Аудіювання тексту “The Strange Doctor” (Додаток 2)

4. Виконання вправ на автоматизацію тематичної лексики. (Додаток 2)

Рекомендована література:1.

П р а к т и ч н е з а н я т т я № 3

Тема: *Методи обстеження пацієнта.*

Мета:*навчити учнів вживати нові ЛО у монологічному та діалогічному мовленні.*

Зміст практичного заняття:

1. Виконання вправ на закріплення тематичної лексики.
2. Аудіювання мініоповідання. (Додаток 3)
3. Виконання вправ із підстановочними діалогами та складання власних діалогів. (Додаток 3)

Рекомендована література:1.

П р а к т и ч н е з а н я т т я № 4

Тема: *Встановлення діагнозу. Рекомендації лікаря.*

Мета:*ввести та активізувати лексичний матеріал; удосконалити рецептивні та продуктивні інтонаційні навички; удосконалити навички читання (ігнорувати окремі незнайомі слова та здогадуватися про значення слів та фраз із контексту, утримувати у пам'яті основний зміст повідомлення та демонструвати розуміння).*

Зміст практичного заняття

1. Повторення Vocabulary Notes 1-7 (с. 49-51 [1]).
2. Введення нової тематичної лексики (рекомендації лікаря, придбання ліків у аптеці). (Додаток 4)
3. Робота з тематичним словником: (впр. 7, 8, с.73 [1]);

4. Складання тематичних мінідіалогів.

Рекомендована література:1.

П р а к т и ч н е з а н я т т я № 5

Тема Засоби лікування. Рекомендації лікаря.

Мета:продовжитиактивізувати тематичний лексичний матеріал; удосконалити рецептивні та продуктивні інтонаційні навички;удосконалити навички говоріння(висловлювати думку та вести розгорнутий діалог з опорою на логіко-синтактичну тему та ключові лексичні одиниці).

Зміст практичного заняття:

1. Виконання вправ на автоматизацію тематичної лексики.(Додаток 5)
2. Розвиток діалогічного мовлення: студенти спонтанно реагують на репліки співрозмовника. (Додаток 5)
3. Рольова гра: Студенти медичного вузу готуються обрати спеціалізацію. Щоб полегшити вибір декан запросив декілька спеціалістів, які представлятимуть свої професії (терапевт, педіатр, дантист, кардіолог, хірург). Вони повинні перелічити хвороби, які вони лікують, назвати переваги та недоліки своїх професій. (Додаток 5)

Рекомендована література:1

П р а к т и ч н е з а н я т т я № 6

Тема:Візит до лікаря. Скарги пацієнта.

Мета:розвивати мовленнєві лексичні, граматичні та фонетичні навички.

Зміст практичного заняття

1. Аудіювання тексту “What do you know about disease” с. 55-56 (Збірник тематичних диктантів для II курсу).

2. Опрацювання Vocabulary Notes 8, 9(с. 51-52 [1]).
3. Робота з текстом “The doctor’s visit” с.56 (В.В.Янсон, II част.).
4. Введення нової тематичної лексики: Рекомендації лікаря. (Додаток 6)
5. Рольова гра: 6 студентів виконують ролі випускників медичного інституту. Їм даються симптоми хвороби пацієнтів. Завдання: пояснити яке обстеження необхідне пацієнту та назвати можливі діагнози. (Додаток 6)

Рекомендована література:1.

П р а к т и ч н е з а н я т т я № 7

Тема:Візит до лікаря. Огляд пацієнта.

Мета:розвивати мовленнєві лексичні, граматичні та фонетичні навички. Розвивати вміння писемного мовлення з опорою на запропонований текст зраок та ключові тематичні вислови.Розвивати вміння висловлювати думку в типових комунікативних ситуаціях.

Зміст практичного заняття:

1. Читання, переклад та переказ тематичного діалогу. (Додаток 7)
2. Тематичний диктант (Додаток 7)
3. Мінідискусія: студенти повинні погодитися чи висловити заперечення до запропонованих висловлювань. (Додаток 7)

Рекомендована література:1.

П р а к т и ч н е з а н я т т я № 8

Тема:Візит до лікаря.У хірурга.

Мета: удосконалювати вміння вживати нові ЛО у монологічному/діалогічному мовленні. Розвиток навичок говоріння (вести розгорнутий діалог з опорою на задану схему, включаючи задані ключові фрази, робити повідомлення на основі мовленнєвої ситуації)

Зміст практичного заняття:

1. Введення тематичної лексики “У хірурга”
2. Робота з підстановочними діалогами. (Додаток 8)
3. Тренувальний переклад речень. (Додаток 8)
4. Рольова гра: Ви скаржитесь на (загальне нездужання, розлад шлунку, розхитані нерви, приступи алергії, терапевт обстежує Вас, ставить діагноз та призначає лікування)
5. Робота з диктантом № 6, ст.58-59 (Збірник тематичних диктантів для II курсу).

Рекомендована література:1

П р а к т и ч н е з а н я т т я № 9

Тема:Візит до лікаря.На прийомі у стоматолога.

Мета:розвивати мовленнєві лексичні, граматичні та фонетичні навички. Розвиток навичок говоріння (Робити повідомлення на основі мовленнєвої ситуації з вживанням ключовий виразів з теми в обсязі 30-35 речень); навичок читання (навчити розуміти деталі повідомлення та утримувати їх у пам'яті з метою подальшого використання у мовленні)

Зміст практичного заняття:

1. Аудіювання мінідіалогів (пацієнти приходять зі своїми скаргами до лікаря). (Додаток 9)
2. Читання тексту та виконання вправ до нього. (Додаток 9)
3. Виконання тренувальних вправ на активізацію тематичної лексики. (Додаток 9)
4. Складання теми “Хвороби та їх лікування”: хвороби та їх симптоми; лікарі, типові скарги до певних лікарів; виклик лікаря додому; в поліклініці; способи обстеження пацієнта; способи лікування;

Рекомендована література:1

Практичне заняття № 10

Тема: Узагальнення матеріалу з теми. Підготовка до модульного контролю.

Мета: контролювати рівень володіння фонетичними, граматичними, лексичними навичками та вміннями з теми. Вдосконалити навички фонетичної вимови студентів, актикувати студентів у читанні текстів. Розвивати навички аудіювання

Зміст заняття:

1. Дискусія *Як часто ви хворієте? Як ви лікуєтеся?* (Додаток 10)
2. Робота з текстом *10 речей, які ви не знаєте про звичайну простуду* та виконання вправ до нього. (Додаток 10)
3. Робота з текстом *Сучасні тенденції у розвитку медицини* та виконання вправ до нього. (Додаток 10)

4. Самостійна робота студентів.

Мета самостійної роботи - активізувати пізнавальну діяльність студентів у навчальному процесі, розвинути їх мовленнєві навички та вміння, допомогти тим, які мають слабку підготовку з іноземної мови. Отже, більшість завдань для самостійного виконання добираються, аби посилити практичну спрямованість мовної освіти майбутніх педагогів.

Основні завдання - розширити мовну практику студентів, сприяти досягненню практичної мети навчання.

Поняття "самостійна робота" включає в себе не тільки виконання студентами домашніх завдань, а й різні види їх навчально-пізнавальної діяльності під час аудиторних занять. Для студентів різних курсів викладачами розроблено програми самостійного оволодіння знаннями й уміннями з іноземної мови та методики викладання.

Зміст самостійної роботи студентів

Здоровий спосіб життя. Боротьба зі шкідливими звичками. Особливості сучасної екологічної ситуації та її вплив на наше здоров'я. Основні принципи правильного харчування. Фізичні вправи – запорука гарного самопочуття.

Завдання для самостійної роботи

1. Прочитайте текст *Здоровий спосіб життя* (Додаток 11)
2. Складіть повідомлення для рольової гри (Додаток 11)
3. Дайте відповіді на запитання анкети – опитування та дізнайтеся, наскільки ви здорові. Виконайте завдання до анкети. (Додаток 11). Проведіть подібне опитування серед інших студентів своєї групи, складіть статистику.
4. Виконайте тренувальні вправи на активізацію тематичної лексики.
5. Прочитайте текст *Народна медицина* та виконайте вправи до нього. (Додаток 11)

BIBLIOGRAPHY

1. *Английский язык* [Текст] : учебник : [для II курса фил. фак. унив.] / Т. И. Матюшкина-Герке, С. П. Балашова, Н. Н. Броссе [и др.] – М.: Высш. школа, 1990. – 527с. – ISBN 5-06-000447-3.
2. *Англійська мова*: Навч. посіб. для студентів II курсу напряму підготовки «Філологія». Друге видання / [О.Б. Петрова, А.П. Разан, С.М. Щур та ін.] ; за ред. Т.М. Кравченко – Черкаси, 2021. – 613 с.
3. *Английский язык для студентов университетов*. Чтение, письменная и устная практика [Текст] : уч. пос. / Е. М. Меркулова, О. Е. Филимонова, О. Е. Костыгина [и др.] – СПб.: Союз, 2000. – 384 с. – ISBN: 5-87852-114-8.
4. *Бережна О. О.* Збірник нових тем сучасної англійської мови / *О. О. Бережна, Г. Л. Кубарьков, В. О. Тимошук.* – Донецьк: ТОВ ВКФ БАО, 2006. – 688 с. – ISBN: 978-966-338-211-1.
5. *Вікіпедія* [Електронний ресурс] : енциклопедія. – Режим доступу : http://en.wikipedia.org/wiki/Main_Page. – Назва з екрану.
6. *Гусак Т. М.* Посібник з аудіювання [Текст] : книга для викл. / *Т. М. Гусак, Н. О. Мірошниченко.* – К. : КНЕУ, 2000. – 144 с. – ISBN 966-574-023-7.
7. *Манси Е. А.* Английский язык: Разговорные темы (тексты, диалоги) [Текст] : в 2 т. / *Е. А. Манси.* – К. : А.С.К., 2000 – Т.1. – 400 с. – ISBN 966-539-162-3.
8. *Практический курс английского языка* [Текст]: учебник : [для пед. вузов по спец. «Иностр. яз.»] / *В. Д. Аракин, Л. И. Селянина, В. Д. Куценко [и др.]* ; под ред. В. Д. Аракина.– М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – 520 с. – ISBN5-691-00199-X.
9. *Практичний курс англійської мови* [Текст]: навч. посіб. [для студ. вищ. навч. закл.] Кн. 1 / *В. В. Янсон, Л. В. Свистун, С. Т. Богатирьова, С. М. Лежньов.*– К. : ТОВ ВП Логос, 2002. – 368 с. – ISBN 966-509-071-2.
10. *Ресурси для викладання англійської.* [Електронний ресурс] : тексти, аудіо, відео. – Режим доступу : <http://www.onestopenglish.com/> – Назва з екрану.
11. *British Culture, Traditions and Customs* [Електронний ресурс] : сайт британської школи. – Режим доступу : <http://www.woodlands-junior.kent.sch.uk/customs/> – Назва з екрану.
12. *Evans V.* Enterprise 4. [Текст] :coursebook : [Intermediate] / *Virginia Evans, Jenny Dooley.* – Express Publishing, 2002. – 198 p. – ISBN 978-1-84216-821-9, 1-84216-821-5
13. *Khripun V.* The World of Britain: Britain Today. 2004.

14. *Misztal M.* Tests in English. Thematic vocabulary [Текст] / *Mariusz Misztal.* – К. : Знання, 2004 – 352 p. – ISBN 966-7293-58-0, 966-8148-29-0.
15. *Soars J.* New Headway English Course. [Текст] : [Intermediate. Student's book] / *John Soars, Liz Soars.* – Oxford University Press. – 1999. – 159 p. – ISBN 0-19470-223-5, 978-0-19470-223-2.
16. Dictionary of Language and Culture. – Harlow: Pearson Longman. 2005
17. <http://www.encyclopedia.com/>
18. <http://www.news.google.co.uk>
19. <http://www.bbc.co.uk>

ДОДАТКИ.

Додаток 1.

TOPICAL VOCABULARY: COMPLAINTS

I feel miserable.	Я жахливо себе почуваю.
I feel exhausted / run down.	Я почуваюся виснаженим.
I feel low.	Я почуваюся пригніченим.
A sort of numbness comes over me sometimes.	Час від часу на мене знаходить якесь заціпеніння.
Everything reels before my eyes.	Все обертається перед очима.
My head is swimming (turning).	Голова йде обертом.
I feel giddy (dizzy).	Голова паморочиться.
I'm sick.	<i>BE:</i> Мене нудить. <i>AE:</i> Я хворий
I feel so limp all the time.	Постійно відчуваю слабкість.
I am short of breath.	Мені не вистачає повітря.
It aches me to move.	Мені боляче рухатись.
My joints ache and when I bend my knee it hurts.	Всі суглоби болять і мені боляче згинати коліно.
It's terribly painful!	Дуже болить!
Please, do smth for the pain!	Будь ласка, зніміть біль!
Give me smth for a headache.	Дайте мені щось від головного болю.
to faint (away) / to lose consciousness	знепритомніти
She fainted away from loss of blood / lack of air	Вона знепритомніла від втрати крові / повітря
to come to one's senses / to come round	опритомніти, прийти в себе
to have a fit	перенести припадок
to catch a (bad) cold	(сильно) застудитись
to fall ill with flu(e)	захворіти на грип
to be down with flu(e)	лежати з грипом
to go down with flu(e)	злягти з грипом
to catch a disease	підхопити захворювання
a catching / contagious / infectious disease	заразне (інфекційне) захворювання
to get an infection from smb	заразитися від когось
I'm subject to colds / to constant headaches.	Мені властиві часті застуди / головні болі.
I am running high temperature. / I have a fever.	У мене висока температура.
	Мене кидає то в жар, то в холод.

I'm now cold, now hot.

I have a running nose. / I have a cold in my head.

My nose is clogged up.

I've got a hoarse voice.

My throat is sore / I have a sore throat.

I can't get rid **of** bad cough.

to sneeze

I have a splitting headache.

I have a severe / violent migraine.

My nerves are shattered.

to be **on** the point of nervous breakdown

to suffer **from** insomnia

to lose one's appetite

to lose weight / to gain (put on) weight

to grow thin / stout

to have a complication **after** smth

to have an allergy **to** painkillers

to have a heart complaint / condition

to have a heart attack

to die **of** pneumonia

У мене нежить.

У мене заклало ніс.

У мене охрип голос.

У мене болить горло.

Не можу позбутися сильного кашлю.
чхати

У мене розколюється голова.

У мене дуже сильна мігрень.

У мене нервовий розлад.

бути на межі нервового зриву

страждати від безсоння

втратити апетит

втратити вагу / набрати вагу

схуднути / погладшати

мати ускладнення після чогось

мати алергію на болезаспокійливі
засоби

мати проблеми з серцем

перенести сердечний напад

вмерти від запалення легенів

to CURE -to HEAL - to TREAT

to cure - to bring back to health – вилікувати:

*e.g. The doctors cured her **of** cancer. What can't be cured, must be endured.*

to heal - to become or make smb healthy after a wound of any kind – заживати, гоїти(ся):

e.g. The cut finally healed, but it left an ugly scar.

to treat - to give medical care – лікувати:

*e.g. A person must be treated in order to be cured . She was treated **for** pneumonia.*

1.Choose the right word:cure, treat, heal(er).

1. Time is a great

2. Children's diseases are ... by a pediatrician.
3. Fresh air, wholesome food may ... the patient of tuberculosis.
4. He was alone, confronted by a case which he must diagnose and ... without anybody's help.
5. It took his wound much time to
6. She was genuinely grateful to the doctor who had ... her hands of some skin trouble.
7. The doctor said there was no need to hospitalize him. He might as well be ... with antibiotics at home.
8. The noisy and crowded sea resort was precisely the place to provoke rather than ... a nervous breakdown.
9. If they had begun to ... her ulcer a year ago, she would have been ... by now.
10. After the grippe, complications developed which had to be ... for a month before she was completely
11. Take this medicine. It'll ... your cold.

2. Translate into English the following complaints and try to guess what illness the patient suffers from. To make a supposition you may use the following expressions:

**He may (must) be down with flu
be ill with quinsy
be suffering from constipation.**

- 1) - я страждаю від безсоння;
- я втратила апетит і худну;
- у мене трусяться руки;
- я легко втрачаю самоконтроль;
- 2) - мене морозить;
- я постійно кашляю і чихаю;
- мені боляче ковтати;
- я жахливо почуваю себе;
- 3) - у мене висока температура;
- я страждаю від запору;
- я відчуваю гострий біль у правому боці;
- 4) - у мене нежить;
- я непритомнію від нестачі повітря;
● у мене на шкірі висипання, що зудить;
- 5) – у мене запаморочується голова;
● все крутиться у мене перед очима;
● я страждаю від страшного головного болю;











- 6) – у мене печія після їжі;
- у мене обкладений язик та гіркий присмак у роті;
 - я не можу позбутися нападів різкого болю в животі.

3. Read the sentence and decide what word is missing and where.

bed ache blood pulse sore
subject calm headache complain prescription

1. I want something to my nerves.
2. Take this to the Chemist's.
3. The flu generally begins with a throat.
4. She of having the pains where the heart is.
5. She says she is to coughs.
6. I am afraid of poisoning.
7. You should stay in and take the medicine regularly.
8. Let me feel your .
9. My joints when I bend my knee it hurts me.

4. A. Give synonyms to the following expressions:

- | | |
|--------------------------------|---|
| • to be exhausted |  to come to one's senses |
| • to feel low |  to relieve pain |
| • to feel giddy |  to have a fever |
| • to have a splitting headache |  I can't sleep. |
| • to have a cold in one's head |  My throat aches. |
| • a coated tongue |  I can't breathe. |
| • my throat aches |  I often catch colds. |
| • a catching disease |  I do not have enough air. |
| • after-effects |  My nerves are in a bad condition. |
| • to lose consciousness |  I may have a nervous breakdown at any moment. |

B. Transform the sentences changing underlined expressions with synonymous ones:

1. - What troubles you?
 - Oh, the pain in my knee is quite intolerable.
 - Don't worry. I'll give you an injection of a painkiller. It will relieve your pain.
2. Last week I got an infection of flu from my brother, I was running a high temperature. I had a terrible cold in my head, could not breathe through the nose and suffered from a severe headache.

3. When she came around she felt bad but she couldn't fall asleep.
4. If you go down with a catching disease you must follow all doctor's prescriptions to avoid after-effects.
5. I can't sleep at nights and my nerves are in a bad condition.
6. Bob lost his consciousness from the lack of air, but soon he came to his senses.
7. When I am down with flu I feel exhausted, and my head is swimming.
8. Helen has a hoarse voice because she can't stop coughing and is sneezing all the time.
9. My brother often gets colds, but he always avoids after-effects.

5. Fill in the blanks with appropriate expressions from the brackets:

1. When I was dizzy and suffered from a ... headache the doctor ... the blood ... and ... the pulse. As my blood pressure was within ... the doctor prescribed me a ..., which brought me an instant
2. Tom came to the gastroenterologist and complained of Besides it hurt him on pressing on the right side of The doctor examined him ... and sent to have all ... taken. It appeared that there was nothing ... with Tom. The doctor recommended Tom to have ..., to keep to ..., to keep off... and promised that it would ... by itself.
 1. If the patient has a ... throat, a ... nose and is constantly ..., the doctor usually asks him ... to the waist, ... deeply through the nose while he ... his chest. If the lungs are ... then it's nothing but a cold. The doctor prescribes him a caught ..., and a gargle and the patient ... soon. But if the lungs are ..., then the patient must be put on a
 1. Last time when I was down with flu the doc prescribed me some tablets to ... the fever and powders, which were to help me to ... my headache and to ... of bad cough. But I did not ... all his instructions, and therefore did not avoid some

- (- to test, to sneeze, to feel, relieve, to get rid of, to cough, to strip, to sound, bring down, to follow, to breathe in, to recover;
 - unbearable, radically wrong, thoroughly, sore, sound, clogged up, inflamed;
 - pressure, pain-killer, normal limits, relief, stomach, constipation, analyses, a diet, complications, regular meals, mixture, sick-leave, alcohol)

6. Act as a doctor consulting a patient. Read the list of your patient's complaints and decide what examination he needs and name all possible diagnoses.

1. The patient is feverish, his throat is inflamed, and he can't get rid of fits of coughing and sneezing.

2. The patient suffers from a splitting headache, he is giddy, everything reels before his eyes.
3. The patient feels a sharp pain in the left side of his chest.
4. The patient suffers from diarrhoea and it hurts him on pressing on this stomach.

You may use the following hints:

1. Перевірити горло (чи важко дихати, чи боляче ковтати), попросити роздягтися до пояса, вдихнути глибоко через ніс, прослухати легені, зробити рентген. **Якщо**
 - легені запалені: виписати лікарняний, покласти в лікарню, призначити спеціальний курс лікування.
 - легені здорові: легкий випадок, просто застуда, замовити мікстуру, яка принесе миттєве полегшення.
2. Поміряти пульс, поміряти тиск: **Якщо**
 - пульс та тиск у нормі: встановити, чи є алергія на знеболююче, призначити знеболююче, що підходить йому.
 - високий тиск: призначити ліки від тиску.
3. Прослухати грудну клітину, встановити, чи є у серці шуми, направити на кардіограму:
 - порадити не перевтомлюватися, дотримуватися режиму дня, утримуватися від алкоголю, попередити, що хвороба може набути серйозного характеру.
4. Перевірити язик, направити здати аналізи, пройти ретельне обстеження: **Якщо**:
 - аналізи гарні: порадити дотримуватися дієти, утримуватися від алкоголю, регулярно харчуватися, все пройде саме собою
 - виразка шлунку: пройти спеціальний курс лікування
 - запалений апендицит: видалити

You may use the following expressions:

- to sound the lungs; to take the temperature; to ask the patient to strip to the waist; to breathe in deeply; to examine the throat; to have the chest X-rayed.
- to feel the pulse, to prescribe a pain-killer, to test the blood pressure.
- to sound the chest; to feel the pulse; to recommend the patient to undergo cardiogram.
- to examine the tongue; to have analyses taken; to undergo a thorough examination; to find out if it hurts on pressing somewhere.

7. Complete the following sentences:

1. It hurts me to swallow because ...

2. My nerves are shattered and I'm ...
3. I'm constantly sneezing and coughing because ...
4. I can't breathe through the nose because...
5. Your pulse is normal and your pressure is...
6. You seem to have heart-troubles, you must (пройти кардіограму)
7. Strip to the waist I'll...
8. This woman complains of giddiness. Will you ...(поміряти тиск)?
9. The doctor wanted to make sure that I'd recovered from pneumonia and...(направив на ретген)
10. There's nothing radically wrong with you. Your illness will...(пройде сама собою)
11. If you follow the doctor's prescriptions, you'll ...
12. You are in a bad state, you must be ... (виписати лікарняний /пройти спеціальний курс лікування/ покласти в лікарню)
13. If you don't follow doc's prescriptions your illness may...
- 14.- As a rule I go down with quinsy 3-4 times a year. – Then you'd better....(видалити мигдалини)
- 15.– The fits of pain in the right side of the stomach became more frequent. The patient must...(видалити апендицит)
16. I'll give you an injection of a pain-killer, it'll ...
17. I'll prescribe you this purgative, it's the best remedy ...
18. I recommend you to consult a skin-specialist as this ointment is sold only ...

Додаток 2.

Text for audition

- Doc, I seem to be suffering from all illnesses imaginable.

- Oh, I see. Pills won't help you. You are run down and you must have a good rest. Go to bed early,

drink milk, walk a lot and smoke just one cigar a day.

- Thank you, doc. I shall follow all our prescriptions.

A month later. I am very glad to see you. You look much better.

- Oh, doc. I feel quite well now. I had a good rest. I kept regular hours. I drank tons of milk. I

took long walks. Your advice has worked wonders. But that cigar a day almost killed me at first.

It's not a joke to start smoking at my age.

Exercises:

1. Using one of the key phrases agree or disagree with the statements below and develop your idea.

Pattern: 1.-Purgative is the best remedy for ulcer.

- **Nothing of the kind. Purgative is the best remedy for constipation.**

2.-If you have pains in your chest and it hurts you to breathe you are ill with pneumonia.

- **So it is. You may know that your lungs are inflamed if your chest pains, it hurts you to breathe, you feel miserable and exhausted.**

Key phrases:

Agreement

- *So it is*
- *Right you are*
- *That's quite true*
- *It's just how I see it*

Disagreement

- *No way*
- *Far from it!*
- *Nothing of the kind*
- *I doubt it greatly*

- *It goes without saying*
 - *I share your opinion*
 - *There is no denying the fact that...*
 - *I fully subscribe to the idea*
 - *I am completely for everything you've just said*
 - *I agree with you partially*
- 🎬 *I should not say so*
 - 🎬 *On the contrary*
 - 🎬 *Just the other way round*
 - 🎬 *That's your opinion, not mine*
 - 🎬 *I am afraid you are wrong*
 - 🎬 *I am afraid i can't agree with you*
 - 🎬 *That's ridiculous!*
 - 🎬 *It's simply nonsense!*

1. When your nerves are shattered you suffer from insomnia.
2. The people who are down with catching diseases must be isolated from others.
3. When you are running a high temperature you are to call the doctor in.
4. A bitter taste in your mouth and a furred tongue are symptoms of a heart attack.
5. All the medicines for external use are sold only by prescription.
6. If the doctor finds out that your lungs are sound, he'll ask you to undergo cardiogram.
7. The patients who suffer from gastric diseases are usually recommended to keep off alcohol.
8. If you want something for rash you may take this mixture.
9. If the doctor wants to test your blood pressure he usually asks you to breathe in deeply through the nose.
10. If there is nothing radically wrong with the patient he's usually put on a sick leave.
11. If you are short of breath and faint away from lack of air you are to have your tonsils removed.
12. If you are seriously ill you must follow all doc's prescriptions.
13. If you fall ill it is a good idea to ask your friends for a piece of advice, they are sure to recommend you some wondrous medicine.

2. Insert prepositions or post verbal adverbs:

1. What do you complain ...?
2. The best remedy ... a headache is this painkiller.
3. The doctor gave him a sick-leave to avoid complications ... his heart ... quinsy.
4. The weather has been nasty lately and many people have fallen ill ... flu.
5. You'd better take a tablet of analgine ... your headache.
6. Shake this mixture carefully ... use.
7. He often suffers ... pains ... his stomach ... meals.

8. The doctor recommended him to keep ... alcohol, to keep ... diet ... fruit and salads and promised that the illness would pass itself.
9. These powders will help you to bring the temperature
- 10.- The woman has fainted Send ... the doctor. - Don't worry. She'll come ... soon.
11. My nerves are so shattered. I'm ... the point ... the nervous breakdown.
12. You must be ... a bad state if you get short ... breath after such a short walk.

3. Translate into English

1. - На що скаржитесь? - У мене жахлива застуда. Ніс закладений, мене кидає в жар, то в холод, все крутиться перед очима. - Як довго ви хворієте? - Я не можу позбутися кашлю з вівторка. В мене розколюється голова. Дайте мені що-небудь від головного болю.
2. - Здається, у вас ускладнення після грипу. - Схоже на те, увесь час відчуваю слабкість, а вчора знепритомніла. - Дайте—но я перевірю ваші легені. Здається, вони в нормі, але у вас шуми в серці. - А минулого місяця у мене був серцевий напад. Я випишу вам лікарняний.
3. - Лікарю, моя дитина заразилася від свого однокласника. Він втратив апетит, схуд, і йому боляче рухатись. - Я повинен оглянути його. Легені в нормі, але язик обкладений. Тобі складно ковтати? - Так, і в мене крутиться голова. - Я випишу тобі рецепт. Приймай по столовій ложці двічі на день після їжі.
4. - Ви виглядаєте виснаженою. Що вас турбує? - Лікарю, я страшенно стомилася, мої нерви розхитані, і я відчуваю страшенну слабкість. - Якщо ви зараз не відпочинете, то ваша хвороба набуде серйозного характеру. Свіже повітря – це найкращий засіб від вашої хвороби. І ви повинні змінити клімат. - Дякую, я буду дотримуватись ваших порад, щоб уникнути ускладнень.
5. На що скаржитесь? - Здається, я застудилася. Я досить погано себе почуваю. - Як довго ви хворієте? - Близько тижня. Все крутиться перед очима. - Роздягніться до пояса, я послухаю ваші легені. Ви в поганому стані. - Знаю, вчора я втратила свідомість. - Я випишу вам лікарняний. Вам потрібно пройти рентген. Боюся, що це пневмонія

4. What will you say or do if ...

- ... you have a headache and want to buy a medicine in the drugstore.
- ... you suspect that you have a high blood-pressure and want to check it up.
- ... you want to know how soon you'll be healthy again.
- ... after the doctor's visit you are interested if your friend will attend the classes or stay at home.
- ... you are down with flu and want to complain to the doctor.

... you complain to the doctor of the allergy.

What will you do or say if you are a doctor and:

... want to know what the matter is with your patient.

... want to examine your patient thoroughly.

... you have just sounded your patient's chest.

...you have just tested your patient's pressure.

examined your patient's tongue.

... you want to prescribe treatment to the patient who is down with quinsy.

5. When will you say:

- I'm on the point of the nervous break down;

- I feel feverish;

- I have a sore throat;

- I must have an allergy ;

- My nose is clogged up;

- It hurts me to move;

Додаток 3.

Exercises:

TOPICAL VOCABULARY: ILLNESSES AND DISEASES

Illness - the state of being ill:

e.g. His illness has exhausted him.

Disease - a kind of illness with special symptoms:

e.g. The grippe, scarlet fever and measles are diseases.

the flu(e) = influenza = the grippe	грип
(the) measles	кір
pneumonia (inflammation of lungs)	пневмонія
scarlet fever	скарлатина
tuberculosis = TB	туберкульоз
tonsillitis = quinsy	ангіна
appendicitis	апендицит
asthma	астма
small-pox	віспа
bronchitis	бронхіт
diphtheria	дифтерит
constipation	запор
diarrhoea	понос
whooping-cough	коклюш
dysentery	дизентерія
malaria	малярія
chicken-pox	вітрянка
cancer	рак
rheumatism	ревматизм
mumps	свинка
indigestion	незваріння шлунка
insomnia	безсоння
cholera	холера
plague	чума
bleeding	кровотеча

nosebleed	кровотеча з носа
pimple	прищ
boil	нарив
abscess	гнійний налив
rash	сип
dermatitis	дерматит
ulcer	виразка шлунку
anthrax	сибірська язва
sunstroke	сонячний удар
burn	обпik
frost-bite	обмороження
swelling	пухлина
fracture	перелом
dislocation	вивих
strain, sprain	розтяг (sprainedankle)
itch	зуд
nausea	нудота
vomiting	рвота
a scratch	подряпина

1. Say what expression is extra in each line and why:

- mumps, measles, ulcer, dysentery;
- constipation, chicken-pox, indigestion, heartburn;
- flu, quinsy, bronchitis, pneumonia;
- abscess, injury, sprain, insomnia;
- rheumatism, rash, swelling, itch;

2. Match the diseases with their symptoms:

flu	swollen glands in front of ear, earache or pain on eating
pneumonia	burning pain in abdomen, pain or nausea after eating
rheumatism	rash starting on body, slightly raised temperature
chickenpox	dry cough, high fever, chest pain, rapid breathing
mumps	headache, aching muscles, fever, cough, sneezing
an ulcer	swollen, painful joints, stiffness, limited movement

3. What medical problems will you have if...

- You wear shoes that rub?  You eat food you're allergic to?
- You eat too fast?  You run unusually fast for a bus?

- You smoke a lot?
 - You play football?
 - You go skiing?
 - You stay too long in the sun?
- 🎬 You eat food that is bad?
 - 🎬 A mosquito bites you?
 - 🎬 You get wet on a cold day?
 - 🎬 You think you are ill all the time?

4. Choose the correct answer.

1. She died after a long
a) disease b) failing c) illness d) sickness
2. The doctor had threeof nose-bleeding in the same day.
a) aspects b) cases c) examples d) illnesses
3. He still suffers from a rare tropical disease which hewhile in the Congo,
a) contracted b) gained c) infected d) received
4. My grandmother is very old and is not..... very good health,
a) from b) in c) on d) with
5. The teachers at the school went..... with flu one after another.
a) down b) off c) out d) under
6. Malaria isby the female mosquito.
a) broadcast b) sent c) transmitted d) transported
7. The school is half empty as a serious epidemic of measles has broken
a) down b) in c) out d) up
8. Severalof malaria have been reported.
a) cases b) doses c) occurrences d) types
9. Hea rare disease when he was working in the hospital,
a) caught b) infected c) suffered d) took
10. The doctor examined him carefully andinfluenza,
a) concluded b) decided c) diagnosed d) realised
11. Some diseasesquickly from one person to another,
a) catch b) get about c) move d) spread
12. It was a minor illness and he soon gotit.
a) around b) on with c) over d) up to
13. The local medical officer reported a seriousof food-poisoning,
a) event b) incident . c) outbreak d) state

Minialogues.

Here are some bits of conversations that deal with *symptoms*, possible *diagnosis* and *remedies*. These six exchanges between doctor and patient have been mixed up. Decide which response should follow which question.

1. I've been **suffering from insomnia** lately. Do you think I might be **heading for a nervous breakdown**?
 - a. Possible. Try this **lotion** for a few days to **stop the itching**, then start putting on this **powder** at night.
2. I seem to have some sort of infection in my right eye. Do you think I might have **conjunctivitis**?
 - b. Unlikely, but I'll let you have some **cough mixture** to **relieve the symptoms**
3. I can't stop scratching this **place** on my foot. Do you think it's **athlete's foot**?
 - c. I would doubt it. Here, rub this **cream** in for the next few nights to help **reduce the swelling**.
1. I've got a rather **sore throat**, and I keep feeling a bit **flushed**. Do you think it could be **'flu**?
 - d. No, of course not. But I'll **prescribe some barbiturates – sleeping pills** – to help you get a good night's rest. Ok?
1. I've got a **big bump** on the back of my head. Do you think it might be more than a **bruise**?
 - e. I wouldn't have thought so. But I'll give you a **prescription** for some **drops** to try and **clear it up**.
6. I keep getting **shooting pains** down my ankle. Is it possible that I've **broken** or **sprained** something?
 - f. Well, the **X-ray** didn't show anything. If it's so **painful**, you'd better have some **crutches** to walk with and some **painkillers** to **ease the pain**.

Rearrange these six paragraphs in the same way.

1. I've got a **dull ache** in my arm and occasionally I get a **spasm**. Could it be a minor **fracture**, a **chipped bone** or something?
 - a. It's just possible. I'll **strap it up** anyway and put it in a sling. That should reduce your **discomfort** quite a lot.

1. I've got these tiny little **bumps** all over the back of my **neck**. Do you think it might be **gland** trouble?

1. I've **come out in a rash** on my chest. Do you think it could be a **skin disease** like **impetigo** or **dermatitis**?

1. I keep getting **short of breath**. Is there any way I could be **suffering from asthma**?

5. I think I've got an **ulcer** in my mouth you think it could be a **sign** that I am **run down**?

6. I feel so **feverish**, and I'm sure I've got a temperature. I'm so afraid that there's **something wrong with my heart**.

b. Oh, I shouldn't think so, but I think perhaps you ought to start **taking** these **tranquilizers**, to at least **get your blood pressure down**.

c. Oh no, no, no. You'd know if it was. I'll give you some **ointment to rub in** to **get rid** of the **inflammation**.

d. Probably not. I'll put you on a **course of tablets to prevent them from spreading**. They should go soon.

e. It might well be. I'll **put you on antibiotics** for a while anyway, to **lessen the risk of a serious infection**.

f. Mm, sounds a bit like it. I'll make out a **prescription** for some **penicillin**, and some menthol **inhalations** might speed up the **recovery**.

AUDITION:

Hi, Bob. What's the matter with you? Your pale complexion and dark areas under your eyes suggest some heart problems.

B: So it is. Not long ago I went down with quinsy and have not avoided complications. I have not yet fully recovered: I feel limp all the time. Now and then I have fits of giddiness and when I walk a lot I'm short of breath.

B: I think you should take care of your health and follow exactly all doc's prescriptions.

B: Of course I will. I've had a tonic made up and take a table spoonful of it 3 times a day. I have given up smoking and keep to a fruit diet. I hope pretty soon I shall be perfectly well.

Додаток 4

TOPICAL VOCABULARY: At the Chemist's

- ▶ - a chemist's = a drug-store = a pharmacy - аптека
- to have the prescription made up (filled) - замовити ліки по рецепту
- to be sold only by prescription - продаватися лише за рецептом
- Please, give me smth for headache - дайте щось від головного болю
- o you have this medicine in tablets /powder form / capsules /drops - ці ліки продаються в таблетках, порошках, капсулах, краплях
- Is it for external or internal use? - це для внутрішнього чи зовнішнього вживання?
- to give the instructions for use - дати інструкції для вживання
- to take a table (tea) spoonful 3 times a day on an empty stomach (before meals) - приймати столову (чайну) ложку 3 рази на день натщесерце (перед їжею)

- ▶ mustard plasters - гірчичники
- valerian drops - краплі валеріани
- purgative - проносне
- a tranquilizer - заспокійливе
- a sedative = a pain killer - болезаспокійливе
- ointment (to spread ointment) - мазь (намазувати мазь)
- a tonic - тонізує
- a mouth wash - полоскання для рота
- a gargle - полоскання для горла
- a cough mixture - мікстура від кашлю
- bandage - бинт
- a plaster - пластир
- грілка

- ▶ it works wonders ● воно робить чудеса
- it will bring you an instant relief

It is the best remedy for a headache
It disagrees with me
I have an allergy to

- воно принесе миттєве полегшення
- це найкращий засіб від головного болю
- воно мені не підходить
- у мене алергія

At the Chemist's Dialogue

Customer - Morning, Mr. Page!

Chemist - Good morning, Mrs. Baker! What's wrong? It's a decent place but I'm not happy when people come here very often.

C - Oh, Mr. Page! You are joking. Still, there are troubles. Old Mrs. Baker is ill and I've popped in to get the prescriptions filled.

Ch - What's wrong with her?

C - She's got terrible insomnia and rheumatism. She's a decent old lady but these troubles make her intolerable. She grumbles, complains, annoys everybody.

Ch - Did she consult Dr. Wilson?

C - Yes, these are his prescriptions.

Ch - Let me see. Oh, we have no this drug containing soporific now, but Peter Darrell's Drugs have this, its just round the corner. Well, now. OK, tranquilizers are available here. They are in tablets, you'll get them now.

C - Will you give me the directions for use?

Ch - Sure. It should be taken 4 times a day after a meal. And this ointment for rheumatism must be prepared.

C - When will it be ready?

Ch - In 2 hours.

C - OK. What are the doses?

Ch - D'you mean ointment? No doses. You simply spread it several times a day. Legs?

C - Yes. And give something for a headache, please.

Ch - Is it for Mrs. Baker?

C - Oh, no! This time it's for me. Today I'm asking you for some pain-killer for her and tomorrow I'll come to order some sleeping tablets and sedatives for myself.

Ch - Oh, Mr. Baker! Take the things easy. Buy these valerian drops and have 15-20 drops in the morning.

C - Will it help?

Ch - It won't hurt.

C - OK, Mr. Page. I'll drop in in 2 hours.

Додаток 5

Вправи:

Translate the following sentences into English:

1. - Лікарю, я почуваюсь жахливо. Мені заклало носа, у мене запаморочується голова.
- Зараз я огляну горло, послухаю грудну клітину, та поміряю ваш тиск ... Тиск у вас нормальний, а от горло і легені запалені. Вам треба пройти флюорографію.
3. - Ці краплі принесуть Вам полегшення тільки, якщо Ви дотримуватимесь рекомендацій лікаря.
4. - Дайте мені щось від головного болю, будь ласка.
- Найкраще знеболююче це ці порошки, але вони продаються лише за рецептом.
5. - Вона знепритомніла! Покличте лікаря!
- Не хвилюйтесь: вона вже прийшла до тями. В неї мабуть підвищений тиск.
6. - Док, я в поганому стані? Я зовсім втратив апетит і страждаю від безсоння.
- З Вами нічого страшного. але у вас може бути нервовий зрив, якщо ви не відпочинете.
7. - Я швидко одужаю?
- Я ще не знаю. Ви повинні пройти ретельне обслідування, здати всі аналізи. А поки що я дам Вам лікарняний.
8. Якщо Ви хворієте грипом, Вам краще не вставати з ліжка, щоб уникнути ускладнень.
9. Щоб залишатись здоровими і ніколи не скаржитись на шлункові хвороби, люди повинні регулярно харчуватись і утримуватись від усього, що отруєє наш організм, тобто від нікотину та алкоголю. Останнє особливо важливо в наш час, коли багато харчових продуктів забруднені добривами, промисловими залишками та наслідками Чорнобильської катастрофи.
10. Щоб забезпечити постійне постачання свіжого повітря, всі кімнати в будинку повинні провітрюватись належним чином.

11. Щоб тримати організм у гарному стані, ми повинні забезпечувати його фізичними вправами, які очищують і оживляють організм. Але також необхідно пам'ятати, що відпочинок, який змінює вправи, дуже важливий для організму.

Розвиток діалогічного мовлення

What will you say or do if ...

- ... you have a headache and want to buy a medicine in the drugstore.
- ... you suspect that you have a high blood-pressure and want to check it up.
- ... you want to know how soon you'll be healthy again.
- ... after the doctor's visit you are interested if your friend will attend the classes or stay at home.
- ... you are down with flu and want to complain to the doctor.
- ... you complain to the doctor of the allergy.

What will you do or say if you are a doctor and:

- ... want to know what the matter is with your patient.
- ... want to examine your patient thoroughly.
- ... you have just sounded your patient's chest.
- ...you have just tested your patient's pressure.
- ... you want to prescribe treatment to the patient who is down with quinsy.

12. When will you say:

- I'm on the point of the nervous break down;
- I feel feverish;
- I have a sore throat;
- I must have an allergy ;
- My nose is clogged up;
- It hurts me to move;

Рольова гра

The students of the group act as the 1st-year students of the medical college. Soon they'll have to choose their speciality. To facilitate this choice their Dean has invited

some specialists to introduce their professions. 6 students act as guest specialists (therapist, paediatrician, psychiatrist, dentist, cardiologist, surgeon). Their task is to enumerate illnesses they treat and to tell about pros and cons of their professions. The rest of the group listen and prepare questions to each specialist.

Додаток 6

TOPICAL VOCABULARY: DIAGNOSING A CASE and DOCTOR'S ADVICE

There's nothing wrong with you.	З вами все гаразд.
You look a picture of health.	Ви виглядаєте втіленням здоров'я.
It will pass off by itself.	Саме пройде.
Soon you will be perfectly fit again.	Дуже скоро ви знову будете у добрій формі.
You'll be all right soon.	Ви скоро будете здорові
Oh, it's only a mild case.	Це легкий випадок.
You're in a bad state.	Ви у поганому стані.
You look exhausted.	Ви виглядаєте виснаженим.
You have a heart trouble, but in a very mild form.	У вас проблеми з серцем, але у легкій формі.
You have the murmur of the heart.	У вас шуми у серці.
It's nothing but a cold.	Це лише застуда.
I think you've got a fever.	Думаю, вас лихоманить.
I'll write out a sick leave for you..	Я випишу вам лікарняний лист.
to be on the sick leave	бути на лікарняному
Keep to bed for 2 weeks more just to be on the safe side.	Залишайтеся у ліжку ще на два тижні про всяк випадок.
to put mustard plasters	накладати гірчичники
to gargle one's throat with a mixture	полоскати горло мікстурою
to drink plenty of warm tea to warm oneself	пити багато теплого чаю, щоб зігрітись
to advise a hot-water bottle to one's feet	порекомендувати прикладати грілку до ніг
to try a scalding (a very hot foot bath)	спробувати парити ноги
to avoid draughts	уникати протягів
I shall write out a prescription for you.	Я випишу вам рецепт.

Are you allergic to any medicines?	У вас є алергія на якісь ліки?
Take this prescription to the chemist's and have it made up.	Віднесіть рецепт в аптеку і замовте там ці ліки.
Take a tablespoonful of this mixture twice a day before meals.	Приймайте по дві столових ложки цієї мікстури двічі на день перед їжею.
These drops are the best remedy for a heartache.	Ці краплі є найкращим засобом від болю у серці.
Some penicillin / vitamin injections will do you a lot of good.	Ін'єкції пеніциліну / вітамінів будуть дуже корисними.
This medicine works wonders.	Ці ліки творять чудеса.
It'll bring you fast relief.	Це принесе вам швидке полегшення.
to avoid after-effects	уникати ускладнень
undergo a cardiography	пройти електрокардіографічне обстеження
an operation	зробити операцію
You'll have to be operated on for appendicitis.	Доведеться прооперувати вас з приводу апендицита.
Your tonsils should be removed.	Необхідно видалити мигдалини.
You're overworked.	Ви перепрацювались.
You are run down.	Ви виснажені.
You need a change of climate (air).	Вам потрібно змінити клімат.
Get plenty of fresh air and plenty of sleep	Вам потрібно багато дихати свіжим повітрям і багато спати.
Keep to a diet of salads and fruit.	Притримуйтеся фруктовово-овочевої дієти.
to have a cold rubdown	обтиратися холодною водою
to keep regular hours	притримуватись розпорядку дня

Рольова гра

Act as a doctor consulting a patient. Read the list of your patient's complaints and decide what examination he needs and name all possible diagnoses.

1. The patient is feverish, his throat is inflamed, and he can't get rid of fits of coughing and sneezing.
2. The patient suffers from a splitting headache, he is giddy, everything reels before his eyes.
3. The patient feels a sharp pain in the left side of his chest.
4. The patient suffers from diarrhoea and it hurts him on pressing on this stomach.

You may use the following expressions:

- to sound the lungs; to take the temperature; to ask the patient to strip to the waist; to breathe in deeply; to examine the throat; to have the chest X-rayed.
- to feel the pulse, to prescribe a pain-killer, to test the blood pressure.
- to sound the chest; to feel the pulse; to recommend the patient to undergo cardiogram.
- to examine the tongue; to have analyses taken; to undergo a thorough examination; to find out if it hurts on pressing somewhere.

Додаток 7

Діалог

At the Therapist's

D - Well, what's the trouble?

P - I've been suffering from a terrible headache for two days and I can't get rid of it. I can't stop sneezing and the headache is just splitting from blowing my nose so often. I suppose I caught a cold when I went to the races last Sunday.

D - Well, let me have a look at you. Open your mouth, please. Your tongue is coated and the throat is inflamed. Have you been running a fever?

P - I haven't taken my temperature, but I do feel hot and feverish. It's probably only the flu, but I thought I'd better see you.

D - Quite right. Have you been taking any medicines for your cold?

P - Only aspirin. Tell me, doctor, is it dangerous? I was down with flu only last month.

D - It will be serious if you don't follow my instructions. You've only caught a cold. You have to lie down immediately. I'll prescribe you a gargle and some medicine.

P - Shall I have to stay in bed long?

D - No, I think you'll recover in a week. Please, take this note to the reception office in the polyclinic and you'll have your chest X-rayed and your blood examined to make sure that everything is all right and no complications have set in.

P - How should this medicine be taken?

D - Gargle as often as you can and take a tablespoonful of the medicine 3 times a day. Shake up the bottle before use. I shall write out a sick leave for 5 days.

P - Thank you ever so much doctor.

D - When you are quite well again, you should have a cold rubdown every morning. That'll keep you from catching cold.

Dictation

My mother was suddenly taken ill. She was feverish and felt very bad. There were dark areas under her eyes and her throat was inflamed. A terrible cough kept her awake at night and the headache was just splitting.

We telephoned for doctor Ivanova, our district doctor. Dr. Ivanova came, took off her coat and put on the white gown which she kept in her bag. The doctor asked mother to strip to the waist. She examined her, felt her pulse, took her temperature and measured her blood pressure.

The doctor said that it might be pneumonia and told mother she must go to hospital for investigation and cure. But mother wouldn't hear of it. So, Dr. Ivanova prescribed her penicillin injections, a gargle, a cough mixture, tablets, mustard plasters and a hot- water bottle at the feet. Next Dr. Ivanova wrote a note for an X-ray and blood examination. The doctor put everything she'd found in my mother's patient's file.

The prescription which the doctor left was made up at the chemist's. My sister and I sat up with mother turn by turn. We followed the doctor's instructions and in two weeks mother felt much better.

I took her to the polyclinic for a check-up. Mother went to Dr. Ivanova's consulting-room while I remained in the waiting- room. I looked through the stands containing diagrams with first aid measures and the coloured photographs of certain diseases and their symptoms which covered the walls.

Soon mother came out. The doctor said she was on the mend. But she recommended mother to stay indoors for another week just to be on the safe side.

Мінідискусія

Using one of the key phrases agree or disagree with the statements below and develop your idea.

Pattern: 1.-Purgative is the best remedy for ulcer.

- **Nothing of the kind. Purgative is the best remedy for constipation.**

2.-If you have pains in your chest and it hurts you to breathe you are ill with pneumonia.

- **So it is. You may know that your lungs are inflamed if your chest pains, it hurts you to breathe, you feel miserable and exhausted.**

Key phrases:

Agreement

- *So it is*
- *Right you are*
- *That's quite true*
- *It's just how I see it*
- *It goes without saying*
- *I share your opinion*
- *There is no denying the fact that...*
- *I fully subscribe to the idea*
- *I am completely for everything you've just said*
- *I agree with you partially*

Disagreement

- 🎬 *No way*
- 🎬 *Far from it!*
- 🎬 *Nothing of the kind*
- 🎬 *I doubt it greatly*
- 🎬 *I should not say so*
- 🎬 *On the contrary*
- 🎬 *Just the other way round*
- 🎬 *That's your opinion, not mine*
- 🎬 *I am afraid you are wrong*
- 🎬 *I am afraid i can't agree with you*
- 🎬 *That's ridiculous!*
- 🎬 *It's simply nonsense!*

Додаток 8

Підстановочні діалоги

Render Ukrainian sentences into English and reproduce the dialogues:

- На що ви скаржитесь?
- I have a sore throat, my nose is clogged up and I'm feverish.
- Ви міряли температуру?
- Yes, it's 37,3. And I feel a bit dizzy.
- Дозвольте мені вас оглянути. Відкрийте рота, будь ласка. Що ж, ваше горло запалене, а язик обкладений.
- Am I in a bad state?
- Ваші легені чисті. Тож з вами нічого страшного. Це просто простуда.
- Doctor, what must I do to recover quickly?
- Ви повинні виконувати всі мої поради. Приймайте ці пігулки 2 рази на день, вони знизять температуру. А ці порошки і полоскання - найкращій засіб від кашлю.

* * *

- Що з вами?
- I'm dizzy and I'm suffering from a splitting headache, I get short of breath even after a short walk.
- Ви міряли пульс та кров'яний тиск?
- Yes, my blood pressure was within normal limits and my pulse was a bit too rapid.
- Дозвольте мені послухати вашу грудну клітину. У вас - шуми в серці. Вам потрібно зробити кардіограму. Та я рекомендую вам залишатись у ліжку що найменше тиждень.
- Will you take me to the hospital?
- В цьому немає потреби. Я выпишу вам лікарняний. Та не забувайте, будь ласка, дотримуватися режиму дня, не паліть та не вживайте алкоголь.

* * *

- Що вас турбує? Ви така бліда!
- I feel exhausted. My nerves are shattered. I easily lose my self-control and get annoyed at any trifle.

- Вам сняться кошмари?
- I don't see any dreams at all. I suffer from insomnia.
- А як щодо апетиту?
- That's another problem. I've lost 10 pounds.
- Мені шкода це казати, але ви на межі нервового зриву. Ви повинні припинити хвилюватися, добре відпочити і дотримуватися режиму.
- But illness won't pass off by itself, will it?
- Я призначу вам снодійні краплі - найкращий засіб від безсоння і заспокійливе, що допоможе вам відновити самоконтроль.
- Thank you. I'll follow all your prescriptions exactly.
- Тоді через місяць ви будете повністю здорові.

Тренувальний переклад

1. Після того, як я зробив рентген грудної клітини, я дізнався, що одне ребро було зламане, і мені наклали гіпс.
2. Я вважаю, що кожен повинен знати про засоби першої допомоги та вміти їх застосовувати у випадку необхідності.
3. В прийомному передпокої зберігаються історії хвороб, а в реєстратурі – картки хворих.
4. Мені виміряли тиск і зробили укол, а потім поклали до лікарні, де мені прооперували апендицит.
5. Якщо ви зробили щеплення чи вакцинувалися від яких-небудь хвороб, це повинно бути відмічено у вашій медичній картці.
6. Більшість жінок, які очікують дітей, йдуть у декретну відпустку на 3 роки.
7. Амбулаторні хворі – це ті, хто лікується у поліклініці. Ті пацієнти, які залишається у лікарні називаються стаціонарними хворими.
8. В цій палаті знаходяться приковані до ліжка хворі. Про них піклуються і дехто вже одужує.
9. Зробіть рентген грудної клітини. Якщо знімок покаже що-небудь серйозне, вас покладуть до лікарні і там ви пройдете ретельне обстеження.
10. Профілактика захворювань – це дуже важливо. Набагато легше попередити хворобу, аніж лікувати її.

11. Кожний рік студентам вводять вакцину і роблять щеплення від різноманітних захворювань.
12. Сучасні поліклініки обладнані складним (sophisticated) устаткуванням: крапельницями, приладами для електричного лікування, ліжками для огляду хворих, обладнанням для щеплень та вакцинацій.
13. Днями моя племінниця потрапила в аварію і зламала руку. На неї наклали гіпс на 2 тижні. Зараз у неї рука на перев'язі.

Додаток 9

Аудіювання

Making an Appointment with the Doctor by Phone

Caller - Hello! Is this the registration office?

Nurse - Yes, sir. What can I do for you?

C - Could I have an appointment with Doctor Brook in the middle of the week, please?

N - Just a minute, sir, I'll check his schedule. Will Wednesday be all right ?

C - Yes, it's fine.

N - What time suits you best?

C - Any time in the evening.

N - Will 5:30 be OK ?

C - Yes, it's perfect. Shall I give you my name and address?

N - Sure. I'll have to find your file.

C - I'm Mr. Gibson, Joseph Gibson: 15, Saint Julia's St.

N - Thank you. Good bye.

C - Good bye.

At the Outpatients' Department

Patient - Hello!

Nurse - Hello! What can I do for you?

P - You see, I'm going on a business trip abroad and I was told that I should go through some medical tests.

N - Where are you going?

P - Africa. I'll work there. I'm an engineer.

N - I see. Well, what's your name? I'll have to find your medical file.

P - My name is Bikovets Bogdan Dmitrovich.

N - Yes, just a moment. Well, here it is. You'll have to take your blood and urine counts. They take analyses in the morning, 7-9, on an empty stomach. Here is the form to be filled.

P - Any other analyses? Can I do anything today?

N - You may be X-rayed now. Room 15, the ground floor. Then –on Monday and Wednesday you may have inoculations and vaccinations. You'll go with these forms and your file to rooms 217 and 219, the first floor. They work from 9 till 13.

P - Shall I visit any special doctors?

N - By all means. And a lot of them. After you have had these analyses taken, you'll go the oculist, neurologist, ear, nose and throat specialist, dermatologist, oncologist and, finally, you'll have to attend the therapist. He'll examine you, look through your medical file and sign it.

P - Shall I go to the dentist?

N - Of course.

P - Oh, God! It's a long way to Africa!

Читання тексту і виконання вправ до нього

Read attentively the following directions for use:

1. Purity Mouthwash

Put a tablespoonful of Purityl Mouthwash into a small cup and wash out your mouth for one minute twice daily. This mouthwash is especially useful for a sore mouth or for a bad breath.

NOTE: If you use this mouthwash, your tongue and teeth may become slightly yellow. However, you can usually prevent this if you brush your teeth first.

WARNING: Do not swallow the mouthwash. Do not let children play with it.

2. Diotum

For stomachache

Take the tablets every 4 hours. They can cure your stomachache in a few hours.

Adults: two tablets each time up to 24 hours. Children 6 to 12 years: one tablet up to 24 hours.

Chew the tablets and swallow them with water. Do this 12 hours after your stomachache has disappeared. This prevents your stomachache from returning. If your stomachache does not improve, see your doctor.

WARNING: Do not take more than the dose stated above.

3. Paratecil Tablets

For headaches, colds and influenza

DOSE (Unless told otherwise by a doctor)

Adults and children over 12 years: one to two tablets. Take the tablets three or four times daily every four hours.

WARNING: Don't continue to take the tablets for more than three days. If you do not get better after this time, see your doctor. Do not take more than the dose. Keep the tablets in a safe place because they can be dangerous to young children.

4. Anti-sting

For insect bites and stings. Helps to prevent pain and itching.

IMPORTANT: Use on the skin only. Rub gently on the skin two or three times daily for up to three days. Keep out of the reach of children.

If there is no improvement within three days, see your doctor.

Write true (T) or false (F) after each of the following sentences, according to the directions above.

1 Take two Paratecil tablets every four hours for up to three days.

2 Wash your mouth out with Purityl Mouthwash once in two days.

3 Use Anti-sting for mosquito bites.

4 If you have bad breath, take two Diotum tablets.

5 Buy some Purityl if your mouth or tongue is sore.

6 Put two Diotum tablets in water and swallow them.

7 Don't take Paratecil tablets for longer than three days.

8 You can swallow Anti-sting to help to prevent pain.

9 If you use Purityl, your teeth may change colour a little.

10 All the tablets advise people to put the medicines where children cannot reach them.

11 See a doctor for help if the Paratecil tablets do not cure you.

Тренувальні вправи

Fill the blanks with the words below. You may need to change the form of the words. Each word can be used only once.

cavity disease gums lose pain
cement examine equipment interval practice tooth
dentist fill nerve preventive treat
dentures treatment

General Dental Practice

General dentalincludes mouth examination, diagnosis, treatment, and prevention of Therefrequently uses X-rays and other to ensure correct diagnosis and

Treatment may include filling, removing theof teeth, treating diseases of he removing and replacing teeth with bridges and Anaesthesia is often used in any treatment that might cause Teeth may bewith amalgam, or

Perhaps one of the most important parts of a dentist's work isdentistry. If a dentista patient's teeth at regular he may find and a disease before it becomes serious.

6. Restore the dialogue:

- You won't feel any pain.
- It's too late.
- What's troubling you?
- Must I have it pulled out?
- I have a bad tooth.
- I can't keep thinking about drilling.
- Open your mouth, please.
- It can not be filled.
- I'm very much afraid.
- I'd like to have it filled.

7. Translate into English:

1. - У мене хитається зуб, і з нього випала пломба. - Боюсь, цей зуб вже не можна запломбувати. Його треба видалити. Але не хвилюйтесь. Ми зробимо вам ін'єкцію знеболюючого і ви нічого не відчуєте. А згодом ви зможете вставити штучний зуб.
2. - Мені необхідно підлікувати зуби. Один з передніх зубів розхитався, а один із задніх непокоїть мене вже декілька днів. Від холодного він болить ще більше. - Вам необхідно запломбувати зуб, поки не оголився нерв. Якщо ми зараз цього не зробимо, зуб зіпсується і вам доведеться його вирвати і зберігати як сувенір на пам'ять про мене.
3. Якщо ви не хочете залишитися без зубів, ви не повинні чекати поки зубний біль стане нестерпним. Навіть якщо ви не витримуєте відчуття від бормащини, ви повинні проявити твердість і полікувати зуби.
4. Який зуб вас непокоїть? Цей? Не дивно, адже в ньому карієс, до того ж випала пломба. Боюсь, що його вже не можна запломбувати. Вам доведеться його видалити, а натомість ми поставимо штучний зуб.
5. Вам необхідно поставити металеву чи пластмасову коронку на передній зуб. Що стосується мене, то я не дуже люблю металічні коронки. Вони псують зовнішність.

Додаток 10

Exercise

Talk with your partner and find out :

- how often he gets colds
- which of the following symptoms he usually suffers from:
 - he feels dizzy
 - he sneezes
 - he has a headache
 - his nose runs
 - he feels sick
 - he has a blocked nose
 - he has a sore throat
 - he coughs

Before you read, do you know the answers to any of these questions?

- A. Are colds caused by being cold?
- B. How do we catch colds?
- C. How often do we get colds?
- D. Why do we sneeze?
- E. What causes colds?
- F. What can we do to relieve the symptoms?
- G. Why do we cough?
- H. Why does our voice deepen when we have a cold?
- I. Will there ever be a cure?
- J. Is there anything we can do when our nose is blocked?

Read the text quickly and match questions A-J with the answers.

Choose 4 questions that you find interesting. Read the answers in more detail. Was there any information that you found interesting or difficult to believe? Share it with your partner.

Check the words you do not know in the dictionary. Choose 5 words or phrases to remember from this text. Compare with your partner.

10 things you probably never knew about the common cold

1. Any one of more than 200 types of virus. One, called rhinovirus, is the most active. Under a microscope, the virus looks like a 20-sided golf ball, but it is tiny. 50000of them could be put on the head of a pin.

2. During the average lifetime (75 years) we'll suffer about 210 colds, each lasting 5 or 6 days. On any one day, 50 million people worldwide have a cold, and on average we each spend three years of our lives coughing and sneezing. Children have more colds than adults, as many as eight a year.
3. People traditionally link colds with cool temperatures, but although colds are more common in winter than in summer, it's really because in the winter we spend more time together indoors, making cross-infection more likely. Or it may be because we are more depressed in winter and this affects the performance of the immune system. However one thing that definitely does make us catch more colds is being stressed.
4. No one is sure. It may be directly from people coughing or sneezing, or by picking a virus up on your hand from a contaminated surface, e.g. a door handle, and then wiping your nose or touching your eye.
5. Inflammation of the throat makes the vocal chords thicker and, like the strings on a guitar, the thicker they are, the deeper the sound.
6. When we have a cold one side of the nose is normally more blocked than the other. When we fall asleep, our body always makes sure that one nostril stays open. It does this by a complex reflex system activated by pressure on our arm as we lie on our side, keeping the nostril on the upper side open. If you squeeze a tennis ball under your arm, you can trick the brain into thinking you're asleep, so opening up the other nostril.
7. It's a reaction to the irritation in the throat caused by colds, and is affected by personality. People who are obsessive cough much more than others.
8. It is a reflex action controlled by nerves which detect the invaders (the viruses) and get the lungs to blow air through the nose and mouth. When the weather is cold we sneeze, in fact it's almost impossible to keep them open. This means that if you sneeze while you're driving at 80 kph, you'll be driving blind for 50 m.
9. There already is one: our immune system. If it wasn't working a cold would kill us. There is unlikely to be a vaccine, because there are so many different viruses and each vaccination would work only against one type.
10. Reduce your daily consumption of dairy products such as milk and cheese and drink plenty of hot drinks. Eat spicy food such as curry because it makes your nose run and helps to clean out the virus. For headache you can take painkillers. Above all, be positive and don't worry as this tends to make your symptoms worse.

Read the text below. Match the heading A-H to the paragraphs 1-6. There are 2 extra headings that you do not need to use.

- A. Bionic eyes
- B. Close your eyes and live longer
- C. Eat me, cure me
- D. Eat more fish
- E. Gym pill
- F. How far can you walk
- G. Love can help your heart
- H. New cure for sleeplessness

Find three synonyms of “sickness” in the text. They are used in these collocations:

- heart-related i.....
- heart d.....
- skin c.....

Find words in the text which mean:

1. The ability to see.
2. A unit that carries one piece of genetic information.
3. A short sleep.
4. Measures taken to cure a sick person.
5. A state of being seriously overweight.
6. Holding someone in your arms.

In pairs, ask your partner the following questions:

- Which of the new treatments described in the text do you think is the most useful? Why?

New Science.Investigations.

1. A short nap after lunch may reduce your chance of suffering a heart attack. In a medical study in Greece, people who took a half-hour siesta at least three times a week were thirty-seven per cent less likely to die from heart-related illnesses. For working men, the result was even more dramatic: a sixty-four per cent reduction. The explanation could be that siestas reduce stress, one of the most common causes of heart disease.
2. There is a new treatment for skin conditions: a hot bath with hundreds of tiny toothless fish. “Doctor fish” from Turkey eat dead and diseased cells, treating the symptoms of various illnesses of the skin. It does not hurt and the only side-effects may be some slight bleeding.

Unfortunately, it is not a permanent cure. The results last only a few months.

3. A study into effects of hugging has shown that hugs lower blood pressure, reduce the risk of heart disease, and generally improve your health. People in loving relationships benefit more from hugs. And women benefit more than men. During the study, 38 American couples had to talk about a happy time, watch a romantic movie, and hug for 20 seconds.
4. Childhood obesity is a growing problem in the UK. In response this, the British Government is to give 45,000 free pedometers to thousands of overweight children to help them become fitter. It is hoped the pedometers, which count the steps you take, will encourage the children to take more exercise and lose weight. In trials, the average number of steps taken by children rose from 8,355 to 13,939 per day.
5. A new drug that turns on a gene which burns body fat could lead to a new medicine that imitates physical exercise, allowing you to become thinner without effort. Mice on the drug lost weight even though they did no exercise and ate a high-fat diet. The aim is to create a medicine for people suffering from obesity rather than a pill which lets you eat too much while staying thin.
6. Millions of blind people could regain their sight thanks to a new invention being tested in the USA. A tiny camera which sits on a pair of glasses sends optical information to electrodes in the eye. This happens in real time, allowing patients to distinguish lights, shapes and movements. It could be available within 2 days.

- What other drug or treatment would you like to see invented? Why?

I'd like to see ...

-a cure for...

-a vaccine against ...

-something to help people with ...

Додаток 11

Текст *Здоровий спосіб життя*

HEALTHY WAY of LIFE

Healthy way of life has become much more popular today than it used to be some 20 years ago. Nowadays people realize that if you are in perfect health you can have more pleasures in life. For millions of people around the world, regular exercise and a balanced diet are now part of their daily lives. Dozens of magazines enlighten the readers about the essentials of the healthy life style.

The most important thing is regular exercise, which helps people to stay fit. Fit people live longer, healthier lives than unfit people – especially unfit people who also smoke, drink or take drugs. Fitness reduces the risk of heart attacks, increases strength and stamina. You sleep better and don't get tired so easily. Fitness helps you to lose weight, to increase the tone of your muscles, makes you feel happier and more positive. Fit people do not only feel good, they look good, too.

In order to stay fit some people jog, cycle or swim, while others prefer to work-out in gyms, do aerobics or play team sports. Work-out videos have made it easier to exercise at home. But even if you are too pressed for time to afford a 20-minute energetic exercise, you are advised to take advantage of other opportunities for physical activity. Thus, you can walk to your work every day instead of taking a taxi; you should ignore the lift and climb the stairs if your office is not too high up.

Another important issue is food. Healthy food advocates prefer to grill rather than to fry food. They avoid eating too much sugary, salty or fatty food and try to have a portion of fresh fruit every day. Of course they don't eat junky food which is served in fast-food restaurants. It doesn't have any nutritional value and leads to extra weight. Overweight and unfit people often fail at school and can be left behind in the learning race. Physical fitness is needed for mental agility, and when it comes to academic excellence a poor diet and lack of exercise become a handicap.

Health-conscious people should also try to accustom their body to cold. It is especially advisable for those who are subject to chills, coughs and sore throats. They

should take a cold shower or have a cold rub-down every morning. This will invigorate their body and keep them from catching cold.

Smoking and alcohol are absolutely incompatible with the healthy lifestyle. Smoking is not just a bad habit. The latest medical investigations have proved that it results in many lung diseases and leads to cancer. As for alcohol abuse, its evils are well known too. The person who drinks will in course of time become unfit for social, professional and family life. Both health and character are often ruined.

Unfortunately, today the whole humanity is facing one more serious problem – drugs. Drugs damage people, especially young people, more than anything else. Increasing number of teenagers suffer from the effects of heroin addiction. In order to achieve a quick high, they often combine alcohol with drugs. The drug culture spreads to towns and cities. The result is nearly always the same: broken life and early death.

Another acute problem is obsession with television and Internet. Information is becoming a new drug of the century. We are witnessing the rise of the generation of dataholics and Internet addicts. Children, for example, spend more time glued to a PC or TV screen than interacting with their friends. Sometimes they are to be wheeled with their computers to the dinner table or fall asleep while watching TV. This quest for information can lead to stress, depression or severe illness. We were not built for sitting at a desk all day. If we don't get the exercise our body wants, than things can go badly wrong.

Some people are healthy eating and sporty type. Others destroy themselves with cigarettes, alcohol and junk food. One person goes for a run each morning, another gets out of breath when reaching for a cigarette. Some of us have enough energy to cope with several tasks simultaneously, others carry on with life through headaches, colds and fatigue. In each case it is us who make the choice. And if you feel that you should change your lifestyle, start today!

Рольова гра до тексту

A group of specialists is invited to the University because of the bad situation concerning the student's attendance. They are to investigate the situation and to suggest some measure to remedy it. (Use the expressions from the text "The Laws of Health").

Анкета-опитування

Questionnaire

How healthy and fit are you? To find out, do this questionnaire.

1. Do you take some energetic exercise for at least 20 minutes three times a week?
2. Do you accustom your body to cold not to be the subject to chills, coughs and sore throats? How do you do that?
3. Do you usually take the lift rather than walk up two floors?
4. Have you walked at least one and a half km at any time in the last week?
5. Are you a healthy food advocate or a junk food eater?
 - a. Do you usually fry rather than grill food?
 - b. Do you try not to eat too much sugary, salty or fatty food?
 - c. Do you eat a piece of fresh fruit every day?

Do you drink more than 10 cups of coffee every day? If not, is it 3-5 cups?

What sort of smoker are you? (chain-smoker, never smoked, ex-smoker, 1-10 a day)

Are you a TV fanatic or hater? Do you often fall asleep while watching TV?

Are you the Internet addict or do you prefer to socialize with friends?

Do you usually wake up looking forward to the day?

And now sum up your answers and decide whether:

- You are already taking most of the right steps for health and fitness (if so, keep up the good work)
- You seriously need to change your lifestyle. Start today!
- You must think how you can improve the way you look after yourself. Perhaps more exercise? A more careful diet?

Read the two accounts of personal health and fitness. Both people answered the questionnaire. Can you work out how?

Sue Thorne:

- I get quite a lot of exercise. The tube station is about ten minutes from my flat, so of course I do that walk twice a day, five times a week. Then, I go aerobics two or three times a weeks. Sometimes I miss a week or two, but I always pick it up again. I avoid taking lifts if I can – I'll walk up about four floors. Unfortunately, where I'm working at the moment I'm on the sixth floor, so I have to take the lift.

I'm generally very careful about what I eat. I don't eat sugary or fatty foods if I can possibly help it, because of my weight and my teeth. But I don't worry about salty food as much. At home I usually grill rather than fry food. If I'm eating out I never have anything fried, always grilled. I eat fruit every day for lunch: an orange and a banana, and sometimes an apple as well. But one thing that's bad is that I drink an awful lot of coffee, always more than twelve cups a day.

I think I lead quite a healthy life. I don't smoke. I have tried it, but I didn't like it. Once in a blue moon I fall asleep in front of the television. I usually wake up looking forward to the day, but at the moment I don't because I don't like the girl I work with. I certainly do at weekends.

José Augusto Rodrigues:

- Ten years ago I did a lot of exercise. I went to the beach and played football for seven or eight hours. But since I started working and studying at the same time I just haven't had time for that sort of thing. I'm afraid I'm getting fat. I like walking, but in Brazil we don't have the right climate for it, so I usually take buses or taxis. I always walk up stairs rather than take the lift. It's the only gymnastics I do!

I know, sugary, salty and fatty foods aren't good for me, but I never worry about what I eat. My mother does all the cooking; she usually fries things and hardly ever grills. But I eat lots of fresh fruit every day: apples, oranges, bananas. I love strawberries, but we often don't have them in Santos. Even though I'm Brazilian I don't drink much coffee – just a cup between classes.

I never think about my lifestyle, but I don't think it's unhealthy. I don't smoke because I get bronchitis frequently. At the weekends I don't usually come home until 2 or 3 in the morning. Then I sometimes turn the television on, and immediately fall asleep!

Тренувальні вправи

Ex.1. Pre-reading task.

- Can you name any healthy and unhealthy kinds of food?
- What is your favourite kind of dish? Why? Do you consider it tasty?
- What is junk food? Why do people eat so much junk food nowadays?

Ex. 2.Pre-reading task.

Read the following summary and guess the correct items. Then listen to the tape and find out if your guesses were correct.

In today's world people have less time for eating, let alone **shopping/cooking**. That's why junk food is so popular. Junk food is **high/low** in fat which is linked with a higher risk of **diabetes/ cancer**. Our eating habits have changed due to the lack of **money/time**. Also, the amount of exercise we do has **decreased/increased**. Researchers suggest that the new generation will be more likely to suffer from heart and **kidney/liver** diseases. But if we improve our eating habits, we will be better equipped to deal with our **stressful/boring** lifestyles.

Ex. 3. You are going to read a newspaper article about unhealthy food. Five paragraphs have been removed from the article. Choose from paragraphs A-E the one which fits each gap (1-5).

Junk food

In today's **fast moving world**, people have less and less time to spend eating, **let alone** cooking. It's probably for this reason that junk food has become so popular, and there's no doubt that **it's here to stay**. So what exactly is junk food?

1	
---	--

Obviously, a diet of junk food is not the best thing for your health, particularly as it is **high insaturated fat**. In 1993, the *Journal of the National Cancer Institute* reported this type of fat to be associated with a greater risk of cancer.

2	
---	--

The best advice for those, who cannot live without their hamburgers or chocolate bars, is **to limit the amount of junk food** they eat. A little **now and then** will probably do no harm. But why have our eating habits changed? “It’s**slack of time and loss of tradition**,” says one expert.

3	
---	--

Another **alarming thing** about people’s lifestyles today is that while the amount of junk food we eat has **increased**, the amount of exercise we do has actually **decreased**. Exercise plays an important part in keeping the body fir and healthy; it helps to **control our weight** and, if taken regularly, can also decrease our chances of having a **heart attack** in later life.

4	
---	--

Even though people nowadays are actually far more **aware of** the importance of exercise and a **healthy diet** than they were a few years ago, the new unhealthy way of life is surprisingly popular. This is illustrated by statistics gathered by researchers over the past two decades.

Researchers suggest that the new generation will be much more likely to suffer from heart and liver disease. What can’t be emphasized enough is the fact that a balanced diet and regular exercise bring significant health benefits. You can gain anything from beautiful skin to an all-round feeling of good health. One way or another, the vast majority of people seem to be missing out on this, duemainly to the pressures of modern life.

5	
---	--

A What’s more, you don’t have to exercise much **to gainvisible benefits**. Doctors say that twenty minutes’ exercise three times a week is all that is necessary.

- B** Basically, it's anything that is high in **calories** but is **low innutrition**. Hamburgers, crisps, chocolate bars and hot dogs fall into this category. Pizzas, although they can have cheese and vegetable **toppings**, are also included as they contain a lot of fat.
- C** He explains that people are too busy to cook and eat proper meals, so they **grab** whatever is **available** – and that is actually junk food. Also, the style of life represented on TV, especially in music videos, is fast. Young people **pick up the idea** that speed means excitement, whereas anything traditional is slow and boring. As a result, they **turn down** traditional food and **go for** junk food instead.
- D** **Apart from** the risk cancer, another **side effect** of **consuming** highly **fattening food** is that you are likely to **gain weight**. This is especially true because you **tend to** eat more, as junk food is less satisfying and lower in **vital nutrients** than healthier food.
- E** Ironically, if we were to make time to exercise and **improve our eating habits**, we shall probably find that we were far **better equipped to deal** with **the stressful lifestyles** than we are now.

Ex.3.

Fill in the correct word from the list below. Use the word just once.

eating

fast-moving

balanced

the pressures

chocolate

to do

heart

high

junk

to keep

saturated

side

1. a(n).....world
2.bars
3.the body fit
4.in calories
5.food
6.habits
7.disease
8.of modern life
9.fat
- 10.....no harm
- 11.a(n).....diet
- 12.....effects

Ex.4. Fill in the correct prepositions or post-verbal adverb, then choose any five items and make sentences.

1. to be popular ...smb
2. to be high ... calories
3. to be associated ... snb/smth
4. to be aware ... smt
5. to be lacking ... smth
6. the loss ... smb/smth
7. to turn ... an offer
8. to pick ... an idea
9. to go ... junk food

Ex.5. Read the text again and make notes under the following headings:

- Reasons for the popularity of junk food
- Dangers of eating junk food
- Positive effects of eating healthy food

Ex. 6. Answer the following YES / NO questions concerning eating habits. Then check your score to find out what kind of diet you have.

1. Do you eat at a fast-food restaurant more than once a week?
2. Do you often eat fresh fruit?
3. Do you eat red meat more than twice a week?
4. Do you usually eat a large meal before you go to bed?
5. Do you eat salted snacks (crisps, nuts, etc.) at least once a day?
6. Do you have fresh vegetables with your meals less than three times a week?
7. Do you drink fizzy beverages more than once a day?
8. Would you rather eat out instead of at home?
9. Do you always add salt to your food at the table?
10. Do you prefer butter to sunflower or olive oil?

SCORE **8 – 10 “Yes”** → very unhealthy diet → be careful
 5 – 7 “Yes” → fairly healthy diet
 3 – 4 “Yes” → quite unhealthy diet
 1 – 2 “Yes” → very healthy diet

Читання тексту про народну медицину

Exercise

a) Talk with your partner and find out :

- *if he ever uses home remedies*
- *if he has ever tried garlic, lemon, ginger, camomile or mint, and if so - for which purposes*
- *how he used it, and if it was effective*

b) Read the title of the article. What do you think the article is about? Which of the following words and phrases would you expect to find in the article?

- *traditional healing methods*
- *headaches*

- *herbal mixtures*
- *folk healers*
- *healthcare*
- *conventional doctors*
- *medical treatment*
- *alternative medicines*
- *herbal medicines*
- *medical practices*

Traditional Folk Medicine

1. Long before modern medicine came along, people relied on traditional healing methods to protect and *restore* their health. They involved using various herbs and other natural products. Some serious illness were thought to be caused by evil spirits, so the *treatments* used by traditional healer were often a mixture of spiritual *remedies* as well as more practical herbal mixtures. Although traditional folk healers can still be found in most cultures of the world, nowadays the majority of people prefer to rely on modern medical treatment.
2. Folk medicine differs culture to culture and reflects its history and traditions. All these practices, however, have one thing in common; they are passed on from generation to generation *by word of mouth*, and are a system of practices rather than a collection of remedies.
3. The curanderos are folk healers who have provided remedies along the Texas-Mexico border for almost 500 years. They are *highly respected* people and are often called upon for their services, particularly in Northern Mexico, where there are few doctors. Their ability to heal is believed to be a *special gift*, so they do not charge a fee for their services, though they will accept a small gift. This is one reason why they are so highly valued. Many *rural* Mexicans can not afford to pay a *conventional* doctor for the treatment.
4. Modern medical practitioners have largely replaced folk medicine in many parts of the world, but in Mexico it continues to *flourish*. Many curanderos have extensive knowledge of the healing properties of plants and can deal with all types of illnesses. It turned out that many Mexican Americans will *consult* a curandero first before trying conventional medicine.

5. Many modern doctors have shown interest in traditional remedies. At the same time curanderos and other traditional healers are beginning to accept and use modern medical technology. The majority of the population of Great Britain for example, believe that traditional and herbal remedies should be available via the National Health Service. Many modern doctors *share* this belief and *increasingly* use a combination of traditional folk remedies and conventional medicines.
6. This ‘marriage’ between the conventional and the traditional is not a new idea. Many of today’s modern medical remedies are plant based. A good example is aspirin, which is naturally found in willow bark, and is used by Native American people to cure headaches. More research is needed, for who knows what miraculous cures might be developed from simple remedies that have been available for generations.

c) Read the article about traditional folk medicine and choose the most suitable heading from the (A-H) for each part (1-7). There is one extra heading you do not need to use.

- A. Health Care Products
- B. A mixture of Ancient and Modern
- C. The Future of Traditional Medicine
- D. Keeping the Traditions Alive
- E. North American Healers
- F. Traditional Medicine Preferred
- G. The First Healers

d) Fill in the correct words. Use any five phrases to make up your own sentences.

Miraculous, folk, respected, spirits, remedies, highly, methods, serious, conventional, primary.

1. healer	6. cures
2. healing	7. valued
3. evil	8. medicine
4. herbal	9.health care

5.illnesses	10. highly
------------------	------------------

e) Fill in: for, as, by, in, of, on or at, and use the phrases in the sentences of your own.

1. to rely sb	4. interest ... sth	7. to be called upon ... their service
2. ... word ... mouth	5. ... the same time	8. selection ... sth
3. to charge a fee ... sth	6. common	