

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВЕЛИКОЛУКСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе ВЛГАФК
Е.Ю. Андриянова
15.05.2023 г.

Кафедра *иностранных языков*

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Иностранный язык для профессиональных целей»

образовательной программы по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

*по профилю подготовки - спортивная подготовка по виду спорта (спортивное ориентирование),
тренерско-преподавательская деятельность в образовании*

квалификация – Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения очная

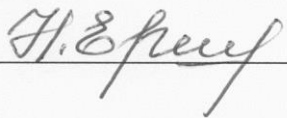
Авторы-разработчики:

Ершова Наталья Генриховна, доцент, доктор педагогических наук, профессор кафедры
иностранных языков
Дытко Екатерина Викторовна, старший преподаватель кафедры иностранных языков

Великие Луки 2023

Заведующий кафедрой иностранных языков

Ершова Н.Г., доцент, доктор педагогических наук, профессор кафедры иностранных языков

 (подпись)

Заведующая библиотекой ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»:

Орлова Виалетта Викторовна

 (подпись)

Рецензенты:

Багина Валентина Анатольевна, к.п.н., профессор кафедры теории и методики физической культуры, педагогики и психологии **ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»**

Гарская Елена Сергеевна, доцент, к.э.н., заведующая кафедрой социально – гуманитарных и естественнонаучных дисциплин **ФГБОУ ВО «ВГСХА»**

РЕЦЕНЗИЯ

на фонд оценочных средств по дисциплине «Иностранный язык для профессиональных целей» по направлению подготовки 49.03.04 Спорт профиль - спортивная подготовка по виду спорта (лыжный спорт и спортивное ориентирование), тренерско-преподавательская деятельность в образовании, реализующейся в ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта»

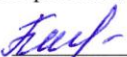
Представленный на рецензию фонд оценочных средств (ФОС) является неотъемлемой частью рабочей программы дисциплины «Иностранный язык для профессиональных целей». ФОС предназначен для проведения текущей и промежуточной аттестации и представляет собой комплекс контрольно-измерительных материалов для установки уровня и качества достижения обучающимися результатов обучения - показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины (п.6.1.), индикаторы достижения компетенций по уровню их сформированности (п.6.2.), соотношение индикаторов достижения со шкалой критериев их оценивания и уровнем их сформированности (п.6.3.), методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы (п.6.4.), перечень вопросов для промежуточной аттестации на зачете, оценивающих знания (п.6.4.1.), перечень вопросов для промежуточной аттестации на зачете, оценивающих знания и умения (п.6.4.2.), перечень практических заданий на зачете, необходимых для оценки умений и опыта деятельности (п.6.4.3.), паспорт оценочных средств промежуточной аттестации (зачет) (п.6.5), методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности при проведении промежуточной аттестации (п.6.6.). ФОС в отношении процесса приобретения обучающимися ЗУН имеет контролирующую и управляющую функции, и, таким образом, позволяет обеспечить эффективное формирование объема компетенций, представленных в образовательной программе по направлению подготовки 49.03.04 Спорт (профиль - спортивная подготовка по виду спорта (лыжный спорт и спортивное ориентирование), тренерско-преподавательская деятельность в образовании).

В ходе детального анализа ФОС было установлено, что перечень указанных в нем контрольно-измерительных материалов позволяет в полном объеме оценить результаты освоения обучающимися учебной дисциплины «Иностранный язык для профессиональных целей» с учетом Общеευропейских компетенций владения иностранным языком, а также получить представление о степени сформированности умений и навыков, заявленных в результатах обучения рабочей программы дисциплины. Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы (п.6.4.), состоят из примерных типовых разноуровневых заданий, примеров мультимедийных проектов, типовых заданий для тестирования.

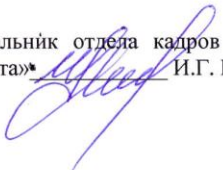
Перечень вопросов для промежуточной аттестации на зачете, оценивающих знания (п.6.4.1.) состоит из 2-х пунктов, включая выполнение лексико-грамматического теста, беседу с преподавателем по пройденным устным темам, а также анализ иноязычного текста (п.6.4.3.). Практическое задание № 3- по спортивной, лингвострановедческой, профессионально-ориентированной тематике. В перечне вопросов для промежуточной аттестации на зачете, оценивающих знания и умения, предлагаются ситуационные задачи с вариантами практических заданий (п.6.4.2.), отражающих и будущую профессиональную деятельность обучающихся, и её лингвистический аспект. В перечне практических навыков, необходимых для демонстрации на зачете, приводится содержание примерного билета (состоит из 2-х пунктов), полностью отражающего комплекс изученных коммуникативных тем.

Все вопросы и задания к зачету представляют собой единое целое, четко сформулированные, связанные друг с другом по смыслу темы, рекомендованные к овладению в устной и письменной форме, отражают актуальные требования к знаниям будущих бакалавров физической культуры в области владения иностранным языком.

Таким образом, фонд оценочных средств в составе рабочей программы дисциплины «Иностранный язык для профессиональных целей» по направлению подготовки 49.03.04 Спорт (профиль - спортивная подготовка по виду спорта (лыжный спорт и спортивное ориентирование), тренерско-преподавательская деятельность в образовании) соответствует содержанию указанной учебной дисциплины и может быть рекомендован к применению в учебном процессе.

Рецензент:  Багина Валентина Анатольевна, к.п.н. профессор кафедры теории и методики физической культуры, педагогики и психологии ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта».

5 мая 2023года

Начальник отдела кадров ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта»  И.Г. Попланова



ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

на фонд оценочных средств рабочей программы дисциплины «Иностранный язык для профессиональных целей» по направлению подготовки 49.03.04 Спорт *профиль* - спортивная подготовка по виду спорта (лыжный спорт и спортивное ориентирование), тренерско-преподавательская деятельность в образовании, реализуемой в ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта»

Гарской Еленой Сергеевной, к.э.н., заведующей кафедрой социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин ФГБОУ ВО «Великолукская государственная сельскохозяйственная академия», проведена экспертиза фонда оценочных средств (ФОС) рабочей программы дисциплины «Иностранный язык для профессиональных целей» для обучающихся по направлению подготовки 49.03.04 Спорт (*профиль* - спортивная подготовка по виду спорта (лыжный спорт и спортивное ориентирование), тренерско-преподавательская деятельность в образовании, разработанного Ершовой Натальей Генриховной, доктором педагогических наук, профессором кафедры иностранных языков, Дытко Екатериной Викторовной, старшим преподавателем кафедры иностранных языков ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта». Разработчиками представлен ФОС, в котором имеются: показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины (п.6.1.), индикаторы достижения компетенций по уровню их сформированности (п.6.2.), соотношение индикаторов достижения со шкалой критериев их оценивания и уровнем их сформированности (п.6.3.), методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы (п.6.4.), перечень вопросов для промежуточной аттестации на зачете, оценивающих знания (п.6.4.1.), перечень вопросов для промежуточной аттестации на зачете, оценивающих знания и умения (п.6.4.2.), перечень практических заданий на зачете, необходимых для оценки умений и опыта деятельности (п.6.4.3.), паспорт оценочных средств промежуточной аттестации (зачет) (п.6.5), методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности при проведении промежуточной аттестации (п.6.6.).

На основании рассмотрения представленных на экспертизу материалов, сделаны следующие выводы:

1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины, индикаторы достижения компетенций по уровню их сформированности, соотношение индикаторов достижения со шкалой критериев их оценивания и уровнем их сформированности, соответствуют ФГОС 3++ ВО по направлению подготовки 49.03.04 Спорт.

2. Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы, состоят из примерных типовых разноуровневых заданий, примеров мультимедийных проектов, типовых заданий для тестирования.

3. Перечень вопросов для промежуточной аттестации на зачете, оценивающих знания, состоит из 2-х пунктов, включая выполнение лексико-грамматического теста, беседу с преподавателем по пройденным устным темам, а также анализ иноязычного текста; перечень вопросов для промежуточной аттестации на зачете, оценивающих знания и умения; перечень практических заданий на зачете, необходимых для оценки умений и опыта деятельности, разработаны на основе принципов оценивания: валидности, определенности, однозначности, надежности; соответствуют требованиям к составу и связи оценочных средств, полноте по количественному составу оценочных средств и позволяют объективно оценить результаты обучения, уровни сформированности компетенций.

4. Методические материалы ФОС содержат четко сформулированные рекомендации по проведению оценивания результатов обучения, уровни сформированности компетенций.

5. Направленность ФОС соответствует профилю - тренерско-преподавательская деятельность в образовании.

6. По качеству оценочные средства ФОС в целом обеспечивают объективность, адекватность и достоверность результатов при проведении оценивания.

Заключение. Представленный ФОС дисциплины «Иностранный язык для профессиональных целей» по направлению подготовки 49.03.04 Спорт (*профиль* - спортивная подготовка по виду спорта (лыжный спорт и спортивное ориентирование), тренерско-преподавательская деятельность в образовании) разработанный Ершовой Н.Г., Дытко Е.В., отвечает требованиям ФГОС 3++ и соответствующего профессионального стандарта, с которым соотнесена ООП ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» и обеспечивает решение оценочной задачи проверки сформированности компетенций в процессе подготовки обучающегося.

Гарская Елена Сергеевна, к.э.н., заведующая кафедрой социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин ФГБОУ ВО «Великолукская государственная сельскохозяйственная академия».

5 мая 2023 года

Подпись к.э.н., заведующей кафедрой социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин ФГБОУ ВО «Великолукская государственная сельскохозяйственная академия» Гарской Е.С. удостоверяю.

Начальник отдела кадров ФГБОУ ВО «Великолукская государственная сельскохозяйственная академия» Носова О.А.



Оглавление

АННОТАЦИЯ.....	7
1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ.....	7
2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	9
3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ	9
3.1. Очная форма обучения	9
4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ.....	10
4.1. Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий	10
5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ	23
5.1. Перечень примерных вопросов и заданий для организации самостоятельной работы обучающегося	23
5.1.1. Очная форма обучения.....	23
5.2. Методические рекомендации к различным видам самостоятельной работы	35
5.3. Критерии оценки самостоятельной работы обучающегося.....	38
6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.....	41
6.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины	41
6.2. Индикаторы достижения компетенций по уровню их сформированности	41
6.3. Соотношение индикаторов достижения со шкалой критериев их оценивания и уровнем их сформированности	42
6.4. Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы	43
6.4.1. Перечень вопросов для промежуточной аттестации (зачёт), оценивающих знания ...	47
6.4.2. Перечень заданий для промежуточной аттестации (зачёт), оценивающих знания и умения	48
6.4.3. Перечень практических заданий на зачёте, необходимых для оценки умений и опыта деятельности	53
6.5. Паспорт оценочных средств промежуточной аттестации	56
6.6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности при проведении промежуточной аттестации	60
7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	60
7.1. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	60
7.1.1. Рекомендуемая литература (основная).....	60
7.1.2. Рекомендуемая литература (дополнительная)	61
7.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»	62
7.3. Программное обеспечение	63
7.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы	63
7.4.1. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в локальной сети.....	63
7.4.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в сети «Интернет» (заключены договора с ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»).....	64
7.4.3. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы сети «Интернет» свободного доступа	64
8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	64
9. ХРОНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН практических занятий по дисциплине	66

9.1. Очная форма обучения.....	66
ПРИЛОЖЕНИЕ №1	69
Контрольные работы для обучающихся	69
ПРИЛОЖЕНИЕ №2	92
Методические указания для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья	92
ПРИЛОЖЕНИЕ №3	96
Тексты/конспекты устных тем для устной беседы на зачете	96
ПРИЛОЖЕНИЕ №4.....	107
Электронный образовательный ресурс.....	107
ПРИЛОЖЕНИЕ 5.	111
Достижимые уровни владения иностранным языком.....	111
ПРИЛОЖЕНИЕ №6.....	115
Тексты для дополнительного чтения	115
ПРИЛОЖЕНИЕ №7.....	122
Методические рекомендации по освоению различных видов чтения.....	122
ПРИЛОЖЕНИЕ № 8.....	126
Иностранный язык в письменной коммуникации	126
Задания на формирование навыков письменной коммуникации	126
ПРИЛОЖЕНИЕ №9.....	135
Иностранные языки в социально-бытовой сфере общения	135
ПРИЛОЖЕНИЕ №10.....	138
Иностранный язык в ситуации межличностного общения	138
ПРИЛОЖЕНИЕ №11.....	142
Лингвострановедение	142
ПРИЛОЖЕНИЕ №12.....	150
Формы глаголов в английском языке	150
ПРИЛОЖЕНИЕ №13.....	158
Грамматические навыки в устной речи в английском языке.....	158
ПРИЛОЖЕНИЕ №14.....	166
Грамматика английского языка.....	166
ПРИЛОЖЕНИЕ №15.....	172
Клише для подготовки обоснования темы научного исследования по	172
направлению и профилю специальности:.....	172

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель» (код 05.012)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)		Знает: - систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов); - основы деловой коммуникации; - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ООП; - все основные виды чтения; - основные термины и понятия в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в

		профессиональной сфере. Умеет: - логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте и определять и выделять основную информацию текста; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык. Имеет навыки и/или опыт деятельности: - владения различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-
--	--	---

Дисциплина «Иностранный язык для профессиональных целей» является факультативной дисциплиной учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 (3семестр) и 3 (5 семестр) курсе при обучении на очной форме. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

[illegible]

Перевод, реферирование, аннотирование профессионально-ориентированной литературы		10			4		6			
Выполнение лексико-грамматических заданий при подготовке к практическим занятиям		10			5		5			
Письменные самостоятельные работы		6			3		3			
Работа со справочным материалом. Изучение основной и дополнительной профессионально-ориентированной литературы.		8			4		4			
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)		10			6		4			
Подготовка к промежуточной аттестации		10			4		6			
Общая трудоемкость	часы	108			54		54			
	зачетные единицы	3			1,5		1,5			

*из 54 часов – 14 в активной и интерактивной формах

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

4.1. Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Тема № 1. Основы Олимпийского образования. Паралимпийское движение.						
	1.1. Принципы реализации Олимпийского образования в высшем спортивном образовании. Деятельность международного комитета Fair Play.			2		2	4
	1.2. Документы МОК. Олимпийская Хартия.			2		2	4

	1.3. Паралимпийское движение. Документы Международного Паралимпийского Комитета.			2		2	4
	1.4. Паралимпийский спорт в России и за рубежом.			4		4	8
	1.5. Мой спортивный регион. Профессиональный спорт и спорт высших достижений в регионе. Школы олимпийского резерва.			4		4	8
	1.6. Тренерство и судейство. Особенности подготовки судей и тренеров в избранном виде спорта.			4		2	6
2	Тема № 2. Вопросы адаптивной физической культуры						
	2.1. Адаптивная физическая культура в России и за рубежом.			2		2	4
	2.2. Виды спортивных травм и их классификация. Новейшие методы диагностики и лечения спортивных травм.			2		4	6
	2.3. Физиотерапия и реабилитация. Типология реабилитационных программ и упражнений для различных видов спорта.			4		2	6
	2.4. Тренерская деятельность в адаптивной физической культуре.			2		2	4
3	Тема № 3. Научная деятельность на иностранном языке						
	3.1. Исследования в сфере физической культуры в странах изучаемого языка			4		6	10
	3.2. Исследовательская деятельность в спорте высших достижений по			6		4	10

	отраслям научного знания (биологические и педагогические науки)						
	3.3. Анализ и подготовка научно-исследовательских работ в избранном виде спорта на иностранном языке			4		6	10
4	Тема № 4. Устная и письменная коммуникация в профессиональном контексте						
	4.1. Особенности устной коммуникации в профессиональном аспекте на иностранном языке. Подготовка к выступлению на конференции на иностранном языке в рамках профессиональной тематики.			6		6	12
	4.2. Особенности письменной коммуникации в профессиональном аспекте на иностранном языке. Составление реферата и аннотации профессионально-ориентированных текстовых материалов.			6		6	12
	ИТОГО (в часах)			54		54	108

Темы и их краткое содержание

Второй курс

Тема № 1. Основы Олимпийского образования. Паралимпийское движение.

Тема 1.1. Принципы реализации Олимпийского образования в высшем спортивном образовании. Деятельность международного комитета Fair Play.

Практическое занятие с интерактивным взаимодействием № 1 (2 часа)

Организации, реализующие программы Олимпийского образования в России. Деятельность международного комитета Fair Play как фактор преодоления различных проблем Олимпийского движения. Составление диалогических и монологических высказываний, отработка навыков участия в полилоге в рамках изучаемой коммуникативной темы.

Самостоятельная работа (2 часа)

Подготовка мультимедийной презентации об организациях, реализующих программы Олимпийского образования за рубежом/награжденных почетными грамотами международного комитета Fair Play спортсменов (тренеров) в России и мире.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – системы государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов);

умений – логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах);

навыков/опыта деятельности - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта.

Тема 1.2. Документы МОК. Олимпийская Хартия.

Практическое занятие с интерактивным взаимодействием № 2 (2 часа)

Деятельность Международного Олимпийского Комитета в России и за рубежом. Основные программные документы МОК. Индивидуальный контроль чтения и перевода с последующим обсуждением прочитанных текстовых материалов из электронных/печатных источников.

Самостоятельная работа (2 часа)

Поиск аутентичных текстовых материалов о деятельности МОК в информационно-коммуникационной сети Интернет с их последующим переводом.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – системы государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов); всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; нормативных клише иностранного языка, необходимых для письменной речи профессионального характера, основных языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере.

умений – логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;

навыков/опыта деятельности – применения различных форм, видов устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта.

Тема 1.3. Паралимпийское движение. Документы Международного Паралимпийского Комитета.

Практическое занятие № 3 (2 часа)

Деятельность Международного Паралимпийского Комитета в России и за рубежом. Основные программные документы Международного Паралимпийского Комитета. Индивидуальный контроль чтения и перевода с последующим обсуждением прочитанных текстовых материалов из электронных/печатных источников.

Самостоятельная работа (2 часа)

Поиск аутентичных текстовых материалов о деятельности Международного Паралимпийского Комитета в информационно-коммуникационной сети Интернет с их последующим переводом.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – системы государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов); всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; нормативных клише иностранного языка, необходимых для письменной речи профессионального характера, основных языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере.

умений – логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;

навыков/опыта деятельности – применения различных форм, видов устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта.

Тема 1.4. Паралимпийский спорт в России и за рубежом.

Практическое занятие с интерактивным взаимодействием № 4 (2 часа)

Паралимпийские летние и зимние виды спорта в России и за рубежом. Их классификация и особенности. Обсуждение плана работы с различными типами текстов рассматриваемой коммуникативной тематики с анализом типичных ошибок.

Самостоятельная работа (2 часа)

Поиск и перевод аутентичных текстовых материалов о паралимпийских летних и зимних видах спорта в России и за рубежом. Подготовка к Контрольной работе № 1 по теме «Контроль формирования лексико-грамматических навыков в рамках пройденных коммуникативных и грамматических тем».

Практическое занятие № 5 (2 часа)

Контрольная работа № 1 (Вариант 1/2, приложение № 1).

Самостоятельная работа (2 часа)

Подготовка мультимедийной презентации о программах подготовки спортсменов под эгидой Международного Паралимпийского Комитета (любой вид спорта).

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – системы государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов); всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; нормативных клише иностранного языка, необходимых для письменной речи профессионального характера, основных языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере.

умений – логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;

навыков/опыта деятельности – применения различных форм, видов устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта.

Тема 1.5. Мой спортивный регион. Профессиональный спорт и спорт высших достижений в регионе. Школы олимпийского резерва.

Практическое занятие с интерактивным взаимодействием № 6 (2 часа)

Спорт в Псковской области – общие характеристики наиболее популярных видов спорта в регионе. Приоритетные направления развития спорта в Псковской области.

Самостоятельная работа (2 часа)

Поиск и перевод аутентичных текстовых материалов по вопросам развития спорта в Псковской области.

Практическое занятие № 7 (2 часа)

Развитие профессионального спорта и спорта высших достижений в Псковской области.

Самостоятельная работа (2 часа)

Подготовка мультимедийной презентации о программах подготовки спортсменов в школах олимпийского резерва в Псковской области (любой вид спорта).

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – системы государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов); всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; нормативных клише иностранного языка, необходимых для письменной речи профессионального характера, основных языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере.

умений – логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;

навыков/опыта деятельности – применения различных форм, видов устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта.

1.6. Тренерство и судейство. Особенности подготовки судей и тренеров в избранном виде спорта.

Практическое занятие № 8 (2 часа)

Определение понятия «тренерская деятельность». Качества, необходимые для тренера в избранном виде спорта. Известные тренеры в избранном виде спорта.

Самостоятельная работа (2 часа)

Подготовка монологического высказывания (порядка 5-7 предложений) на тему «Особенности подготовки тренеров в избранном виде спорта».

Практическое занятие № 9 (2 часа)

Определение термина «судейство». Качества, необходимые для судьи в избранном виде спорта. Известные судьи в избранном виде спорта.

Самостоятельная работа (2 часа)

Подготовка мультимедийной презентации о программах подготовки судей в избранном виде спорта в Псковской области.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – системы государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов); всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; нормативных клише иностранного языка,

необходимых для письменной речи профессионального характера, основных языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере.

умений – логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;

навыков/опыта деятельности – применения различных форм, видов устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта.

Тема № 2. Вопросы адаптивной физической культуры

Тема 2.1. Адаптивная физическая культура в России и за рубежом

Практическое занятие с интерактивным взаимодействием № 10 (2 часа)

Состояние развития адаптивной физической культуры в России и мире. Актуальные вопросы и исследования в рамках адаптивной физической культуры в России. Обсуждение плана работы с различными типами текстов рассматриваемой коммуникативной тематики с анализом типичных ошибок.

Самостоятельная работа (2 часа)

Поиск и перевод аутентичных текстовых материалов о развитии адаптивной физической культуры за рубежом.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – системы государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов); всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; нормативных клише иностранного языка, необходимых для письменной речи профессионального характера, основных языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере;

умений – логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; получать общее представление о прочитанном тексте и определять и выделять основную информацию текста;

навыков/опыта деятельности – применения различных форм, видов устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта.

Тема 2.2. Виды спортивных травм и их классификация. Новейшие методы диагностики и лечения спортивных травм.

Практическое занятие № 11 (2 часа)

Типология спортивных травм. Исследования и практические разработки в области диагностики и лечения спортивных травм (опыт российских и зарубежных исследователей). Разбор конкретных коммуникативных ситуаций с алгоритмом поискового и изучающего чтения на основе текстов изучаемой коммуникативной тематики.

Самостоятельная работа (4 часа)

Поиск и перевод аутентичных текстовых материалов. Создание мультимедийной презентации о тех или иных спортивных травмах (любой вид спорта), алгоритме восстановления после спортивных травм (любой вид спорта). Подготовка к Контрольной работе № 2.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – системы государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов); всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; нормативных клише иностранного языка, необходимых для письменной речи профессионального характера, основных языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере;

умений – логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; получать общее представление о прочитанном тексте и определять и выделять основную информацию текста;

навыков/опыта деятельности – применения различных форм, видов устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта.

Тема 2.3. Физиотерапия и реабилитация. Типология реабилитационных программ и упражнений для различных видов спорта.

Практическое занятие № 12 (2 часа)

Анализ характеристики и особенностей российских и зарубежных реабилитационных программ. Классификация восстановительных/реабилитационных упражнений для различных видов спорта (опыт российских и зарубежных исследователей). Разбор конкретных коммуникативных ситуаций с алгоритмом поискового и изучающего чтения на основе текстов изучаемой коммуникативной тематики.

Самостоятельная работа (2 часа)

Сообщение об одной из российских/зарубежных реабилитационных программ (любой вид спорта) /восстановительных/реабилитационных упражнений (любой вид спорта). Подготовка к защите рефератов. Подготовка к Контрольной работе № 2 по теме «Индивидуальный контроль формирования навыков поискового чтения».

Практическое занятие № 13 (2 часа)

Контрольная работа № 2 (Вариант 1/2, приложение № 1).

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – системы государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов); всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; нормативных клише иностранного языка, необходимых для письменной речи профессионального характера, основных языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере;

умений – логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; получать общее представление о прочитанном тексте и определять и выделять основную информацию текста;

навыков/опыта деятельности – применения различных форм, видов устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта.

Тема 2.4. Тренерская деятельность в адаптивной физической культуре.

Практическое занятие № 14 (2 часа)

Анализ характеристики и особенностей тренерской деятельности в адаптивной физической культуре в России и зарубежом. Разбор конкретных коммуникативных ситуаций с алгоритмом поискового и изучающего чтения на основе текстов изучаемой коммуникативной тематики.

Самостоятельная работа (2 часа)

Сообщение об одной из российских/зарубежных программ подготовки тренеров в адаптивной физической культуре (любой вид спорта).

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – системы государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов); всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; нормативных клише иностранного языка, необходимых для письменной речи профессионального характера, основных языковых формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере;

умений – логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; получать общее представление о прочитанном тексте и определять и выделять основную информацию текста;

навыков/опыта деятельности – применения различных форм, видов устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта.

Третий курс

Тема № 3. Научная деятельность на иностранном языке.

Тема 3.1. Исследования в сфере физической культуры в странах изучаемого языка.

Практическое занятие с интерактивным взаимодействием № 15 (2 часа)

Анализ исследовательской деятельности в сфере физической культуры в странах изучаемого языка. Индивидуальный контроль чтения и перевода с последующим обсуждением прочитанных текстовых материалов из электронных/печатных источников.

Самостоятельная работа (2 часа)

Подготовка диалогического высказывания по вопросам приоритетных исследований в сфере физической культуры/в избранном виде спорта.

Практическое занятие № 16 (2 часа)

Сравнительный анализ исследовательской деятельности в зарубежных и российских НИИ. Характеристика приоритетных направлений исследовательской деятельности в физической культуре и спорте.

Самостоятельная работа (4 часа)

Поиск и перевод аутентичных текстовых материалов о научной деятельности в сфере физической культуры и спорта (объемом до 900 печатных знаков с пробелами).

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – системы государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов); всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; основных понятий и терминологии на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ООП; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; нормативных клише иностранного языка, необходимых для письменной речи профессионального характера, основных языковых формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере;

умений – логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; получать общее представление о прочитанном тексте и определять и выделять основную информацию текста; излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык;

навыков/опыта деятельности – применения различных форм, видов устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; публичной защиты результатов собственных научных исследований.

Тема 3.2. Исследовательская деятельность в спорте высших достижений по отраслям научного знания (биологические и педагогические науки).

Практическое занятие № 17 (2 часа)

Спорт высших достижений как предмет и объект исследований в физической культуре. Обсуждение плана работы с различными типами текстов рассматриваемой коммуникативной тематики с анализом типичных ошибок.

Самостоятельная работа (2 часа)

Поиск и перевод аутентичных текстовых материалов по проблематике исследований в спорте высших достижений в России и за рубежом.

Практическое занятие № 18 (2 часа)

Спорт высших достижений в биологических и педагогических науках. Приоритетные направления исследований в биологических/педагогических науках.

Самостоятельная работа (2 часа)

Подготовка реферата фрагмента научной статьи (объемом до 900 печатных знаков с пробелами). Подготовка к Контрольной работе № 1 (Вариант 1, приложение 1) по теме «Подготовка реферата по обзору журналов спортивной тематики из сети «Интернет».

Практическое занятие № 19 (2 часа)

Контрольная работа № 1 по теме «Подготовка реферата по обзору журналов спортивной тематики из сети Интернет» (Вариант № 1, приложение № 1).

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – системы государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов); всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; основных понятий и терминологии на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ООП; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; нормативных клише иностранного языка, необходимых для письменной речи профессионального характера,

основных языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере;

умений – логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; получать общее представление о прочитанном тексте и определять и выделять основную информацию текста; излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык;

навыков/опыта деятельности – применения различных форм, видов устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; публичной защиты результатов собственных научных исследований.

Тема 3.3. Анализ и подготовка научно-исследовательских работ в избранном виде спорта на иностранном языке.

Практическое занятие № 20 (2 часа)

Правила подготовки научно-исследовательских работ в России. Индивидуальный контроль чтения и перевода с последующим обсуждением прочитанных текстовых материалов из электронных/печатных источников.

Самостоятельная работа (2 часа)

Проанализировать одну из научно-исследовательских работ студентов своего направления подготовки (с 2012 по 2021 гг), подготовленную для участия в конференциях различного уровня, определить ее достоинства и недостатки.

Практическое занятие № 21 (2 часа)

Особенности подготовки курсовых и выпускных квалификационных работ в вузах физической культуры. Индивидуальный контроль чтения и перевода с последующим обсуждением прочитанных текстовых материалов из электронных/печатных источников.

Самостоятельная работа (4 часа)

Поиск аутентичных текстовых материалов по вопросам подготовки и защиты научно-исследовательских проектов и статей в информационно-коммуникационной сети Интернет с их последующим переводом.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – системы государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов); всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; основных понятий и терминологии на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ООП; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; нормативных клише иностранного языка, необходимых для письменной речи профессионального характера, основных языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере;

умений – логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; получать общее представление о прочитанном тексте и определять и выделять основную информацию текста; излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык;

навыков/опыта деятельности – применения различных форм, видов устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; публичной защиты результатов собственных научных исследований.

Тема № 4. Устная и письменная коммуникация в профессиональном контексте

Тема 4.1. Особенности устной коммуникации в профессиональном аспекте на иностранном языке. Подготовка к выступлению на конференции на иностранном языке в рамках профессиональной тематики.

Практическое занятие с интерактивным взаимодействием № 22 (2 часа)

Особенности и правила оформления продуктов устной коммуникации в ситуации профессионально-ориентированного общения на иностранном языке. Индивидуальный контроль чтения и перевода с последующим обсуждением прочитанных текстовых материалов из электронных/печатных источников.

Самостоятельная работа (2 часа)

Составить монологическое/диалогическое высказывание (объемом до 15 предложений) по предложенной преподавателем теме в рамках профессионально-ориентированной беседы на иностранном языке.

Практическое занятие № 23 (2 часа)

Подготовка к выступлению на конференции на иностранном языке в рамках профессиональной тематики. Обзор научно-исследовательских конференций студентов и молодых ученых для обучающихся вузов физической культуры/неязыковых вузов в России.

Самостоятельная работа (2 часа)

Подготовка «скрипта» (примерно на 15 слайдов) мультимедийной презентации по актуальной тематике, представленной на научно-исследовательских конференциях студентов и молодых ученых для обучающихся вузов физической культуры/неязыковых вузов.

Практическое занятие № 24 (2 часа)

Подготовка к выступлению на конференции на иностранном языке в рамках профессиональной тематики. Обзор зарубежных научно-исследовательских конференций студентов и молодых ученых для обучающихся вузов физической культуры/неязыковых вузов.

Самостоятельная работа (2 часа)

Подготовка мультимедийной презентации на основе отредактированного «скрипта» по актуальной тематике, представленной на научно-исследовательских конференциях студентов и молодых ученых для обучающихся вузов физической культуры/неязыковых вузов.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – системы государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов); всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; основных понятий и терминологии на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ООП; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; нормативных клише иностранного языка, необходимых для письменной речи профессионального характера, основных языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере;

умений – логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; получать общее представление о прочитанном тексте и определять и выделять основную информацию текста; излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык;

навыков/опыта деятельности – применения различных форм, видов устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; публичной защиты результатов собственных научных исследований.

Тема 4.2. Особенности письменной коммуникации в профессиональном аспекте на иностранном языке. Составление реферата и аннотации профессионально-ориентированных текстовых материалов.

Практическое занятие № 25 (2 часа)

Особенности и правила оформления продуктов письменной коммуникации в ситуации профессионально-ориентированного общения на иностранном языке. Индивидуальный контроль чтения и перевода с последующим обсуждением прочитанных текстовых материалов из электронных/печатных источников.

Самостоятельная работа (2 часа)

Составить монологическое/диалогическое высказывание в письменной форме (объемом до 15 предложений) по предложенной преподавателем теме в рамках профессионально-ориентированной беседы на иностранном языке.

Практическое занятие № 26 (2 часа)

Правила подготовки и оформления реферата и аннотации профессионально-ориентированного текстового материала по профессионально-ориентированной тематике.

Самостоятельная работа (2 часа)

Подготовка реферата профессионально-ориентированного текстового материала по заданной преподавателем тематике/на основе тематики, связанной с будущей профессиональной деятельностью в спорте. Подготовка к Контрольной работе № 2 (Вариант 1, приложение 1) по теме «Написание научной статьи».

Практическое занятие № 27 (2 часа)

Контрольная работа № 2 по теме «Написание научной статьи». (Вариант № 1, приложение № 1).

Самостоятельная работа (2 часа)

Подготовка аннотации профессионально-ориентированного текстового материала по заданной преподавателем тематике/на основе тематики, связанной с будущей профессиональной деятельностью в спорте.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – системы государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов); всех основных видов чтения; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; основных понятий и терминологии на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ООП; основных терминов и понятий в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; нормативных клише иностранного языка, необходимых для письменной речи профессионального характера, основных языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере;

умений – логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; получать общее представление о прочитанном тексте и определять и выделять основную информацию текста; излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык;

навыков/опыта деятельности – применения различных форм, видов устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах);

аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; публичной защиты результатов собственных научных исследований.

5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

5.1. Перечень примерных вопросов и заданий для организации самостоятельной работы обучающегося

5.1.1. Очная форма обучения

№ п/п	Тема/раздел	Виды и содержание самостоятельной работы	Трудоемкость, часов
1.	Тема № 1. Основы Олимпийского образования. Паралимпийское движение.		
	1.1. Принципы реализации Олимпийского образования в высшем спортивном образовании. Деятельность международного комитета Fair Play.	<i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Принципы реализации Олимпийского образования в высшем спортивном образовании. 2. Деятельность международного комитета Fair Play. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Дытко, Е.В. Getting to know English: учебно-методическое пособие по дисциплине «Иностранный язык» / Е.В. Дытко, Н.Г. Ершова. – Великие Луки, 2019. – 104с. 2. Романова, С.В. Английский язык (олимпийские виды спорта): учебное пособие / С.В. Романова. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2017 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 3. Английский язык для направления «Физическая культура» = English for Students of Physical Education: учебник для студентов учреждений высшего образования / Е.А. Баженова, А.Ю. Гренлунд, Л.Я. Ковалева, А.В. Соколова. – 7-е изд., испр. – Москва: Издательский центр «Академия», 2015. – 352 с. – (Сер. Бакалавриат). 4. Беляева, Н.И. Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings. Виды спорта: история развития и особенности тренировки: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Беляева. – Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная	2

	сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 5. Зиновьева, А.Ф. Deutsch: учебник для бакалавров /А.Ф.Зиновьева [и др.]; под редакцией А.Ф.Зиновьевой. – Москва: Юрайт, 2014. – 348 с.	
1.2. Документы МОК. Олимпийская Хартия.	<i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Деятельность Международного Олимпийского Комитета в России и за рубежом. 2. Основные программные документы МОК. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Дытко, Е.В. Getting to know English: учебно-методическое пособие по дисциплине «Иностранный язык» / Е.В. Дытко, Н.Г. Ершова. – Великие Луки, 2019. – 104с. 2. Романова, С.В. Английский язык (олимпийские виды спорта): учебное пособие / С.В. Романова. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2017 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 3. Английский язык для направления «Физическая культура» = English for Students of Physical Education: учебник для студентов учреждений высшего образования / Е.А. Баженова, А.Ю. Гренлунд, Л.Я. Ковалева, А.В. Соколова. – 7-е изд., испр. – Москва: Издательский центр «Академия», 2015. – 352 с. – (Сер. Бакалавриат). 4. Беляева, Н.И. Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings. Виды спорта: история развития и особенности тренировки: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Беляева. – Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 5. Зиновьева, А.Ф. Deutsch: учебник для бакалавров /А.Ф.Зиновьева [и др.]; под редакцией А.Ф.Зиновьевой. – Москва: Юрайт, 2014. – 348 с.	2
1.3. Паралимпийское движение. Документы Международного Паралимпийского Комитета.	<i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Паралимпийское движение. 2. Документы Международного Паралимпийского Комитета. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Дытко, Е.В. Getting to know English: учебно-методическое пособие по дисциплине «Иностранный язык» / Е.В. Дытко, Н.Г. Ершова. – Великие Луки, 2019. – 104с. 2. Романова, С.В. Английский язык (олимпийские виды спорта): учебное пособие / С.В. Романова. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2017 //	2

	Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 3. Английский язык для направления «Физическая культура» = English for Students of Physical Education: учебник для студентов учреждений высшего образования / Е.А. Баженова, А.Ю. Гренлунд, Л.Я. Ковалева, А.В. Соколова. – 7-е изд., испр. – Москва: Издательский центр «Академия», 2015. – 352 с. – (Сер. Бакалавриат). 4. Беляева, Н.И. Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings. Виды спорта: история развития и особенности тренировки: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Беляева. – Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 5. Зиновьева, А.Ф. Deutsch: учебник для бакалавров / А.Ф.Зиновьева [и др.]; под редакцией А.Ф.Зиновьевой. – Москва: Юрайт, 2014. – 348 с.	
1.4. Паралимпийский спорт в России и за рубежом.	<i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Паралимпийские летние и зимние виды спорта в России и за рубежом. 2. Классификация Паралимпийских летних и зимних видов спорта в России и за рубежом и особенности. <i>Подготовка к Контрольной работе № 1 (Вариант 1/2, приложение 1) по теме «Контроль формирования лексико-грамматических навыков в рамках пройденных коммуникативных и грамматических тем».</i> <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Дытко, Е.В. Getting to know English: учебно-методическое пособие по дисциплине «Иностранный язык» / Е.В. Дытко, Н.Г. Ершова. – Великие Луки, 2019. – 104с. 2. Романова, С.В. Английский язык (олимпийские виды спорта): учебное пособие / С.В. Романова. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2017 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 3. Английский язык для направления «Физическая культура» = English for Students of Physical Education: учебник для студентов учреждений высшего образования / Е.А. Баженова, А.Ю. Гренлунд, Л.Я. Ковалева, А.В. Соколова. – 7-е изд., испр. – Москва: Издательский центр «Академия», 2015. – 352 с. – (Сер. Бакалавриат). 4. Беляева, Н.И. Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings. Виды спорта: история	4

	развития и особенности тренировки: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Беляева. – Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 5. Зиновьева, А.Ф. Deutsch: учебник для бакалавров /А.Ф.Зиновьева [и др.]; под редакцией А.Ф.Зиновьевой. – Москва: Юрайт, 2014. – 348 с.	
1.5. Мой спортивный регион. Профессиональный спорт и спорт высших достижений в регионе. Школы олимпийского резерва.	<i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Спорт в Псковской области – общие характеристики наиболее популярных видов спорта в регионе. 2. Приоритетные направления развития спорта в Псковской области. 3. Развитие профессионального спорта и спорта высших достижений в Псковской области. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Дытко, Е.В. Getting to know English: учебно-методическое пособие по дисциплине «Иностранный язык» / Е.В. Дытко, Н.Г. Ершова. – Великие Луки, 2019. – 104с. 2. Романова, С.В. Английский язык (олимпийские виды спорта): учебное пособие / С.В. Романова. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2017 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 3. Английский язык для направления «Физическая культура» = English for Students of Physical Education: учебник для студентов учреждений высшего образования / Е.А. Баженова, А.Ю. Гренлунд, Л.Я. Ковалева, А.В. Соколова. – 7-е изд., испр. – Москва: Издательский центр «Академия», 2015. – 352 с. – (Сер. Бакалавриат). 4. Беляева, Н.И. Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings. Виды спорта: история развития и особенности тренировки: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Беляева. – Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 5. Зиновьева, А.Ф. Deutsch: учебник для бакалавров /А.Ф.Зиновьева [и др.]; под редакцией А.Ф.Зиновьевой. – Москва: Юрайт, 2014. – 348 с.	4
1.6. Тренерство и судейство. Особенности подготовки	<i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Определение понятия «тренерская деятельность». 2. Качества, необходимые для тренера в избранном	2

	судей и тренеров в избранном виде спорта.	виде спорта. 3. Известные тренеры в избранном виде спорта. 4. Определение термина «судейство». 5. Качества, необходимые для судьи в избранном виде спорта. 6. Известные судьи в избранном виде спорта. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Дытко, Е.В. Getting to know English: учебно-методическое пособие по дисциплине «Иностранный язык» / Е.В. Дытко, Н.Г. Ершова. – Великие Луки, 2019. – 104с. 2. Романова, С.В. Английский язык (олимпийские виды спорта): учебное пособие / С.В. Романова. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2017 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 3. Английский язык для направления «Физическая культура» = English for Students of Physical Education: учебник для студентов учреждений высшего образования / Е.А. Баженова, А.Ю. Гренлунд, Л.Я. Ковалева, А.В. Соколова. – 7-е изд., испр. – Москва: Издательский центр «Академия», 2015. – 352 с. – (Сер. Бакалавриат). 4. Беляева, Н.И. Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings. Виды спорта: история развития и особенности тренировки: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Беляева. – Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 5. Зиновьева, А.Ф. Deutsch: учебник для бакалавров / А.Ф.Зиновьева [и др.]; под редакцией А.Ф.Зиновьевой. – Москва: Юрайт, 2014. – 348 с.	
2.	Тема № 2. Вопросы адаптивной физической культуры		
	2.1. Адаптивная физическая культура в России и за рубежом.	<i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Состояние развития адаптивной физической культуры в России и мире. 2. Актуальные вопросы и исследования в рамках адаптивной физической культуры в России. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Ершова, Н.Г. Important issues of adapted physical education = Актуальные вопросы адаптивной физической культуры: учебное пособие / Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко, Н.А. Павлюченкова. – Великие Луки, 2017. – 280 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. – URL:	2

	https://lib.rucont.ru (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 2. Английский язык: учебное пособие. Ч.1 / под редакцией Н.А. Шнайдер, С.П. Канарского. – 2-е изд., испр. и доп. – Малаховка: МГАФК, 2016 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 3. Ершова, Н.Г., Антонова, Т.А. Английский язык: учебно-методическое пособие / Н.Г. Ершова, Т.А. Антонова. – Великие Луки, 2010. – 51 с. 4. Павлюченкова, Н.А. Sportrehabilitation: сборник текстов с заданиями для студентов вузов физической культуры: учебно-методическое пособие по немецкому языку / Н.А. Павлюченкова, Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко. – Великие Луки, 2016. – 50 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. – URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 5. Беляева, Н.И. Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings. Виды спорта: история развития и особенности тренировки: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Беляева. – Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021).	
2.2. Виды спортивных травм и их классификация. Новейшие методы диагностики и лечения спортивных травм.	<i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Типология спортивных травм. 2. Исследования и практические разработки в области диагностики и лечения спортивных травм (опыт российских и зарубежных исследователей). <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Ершова, Н.Г. Important issues of adapted physical education = Актуальные вопросы адаптивной физической культуры: учебное пособие / Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко, Н.А. Павлюченкова. – Великие Луки, 2017. – 280 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. – URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 2. Английский язык: учебное пособие. Ч.1 / под редакцией Н.А. Шнайдер, С.П. Канарского. – 2-е изд., испр. и доп. – Малаховка: МГАФК, 2016 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 3. Ершова, Н.Г., Антонова, Т.А. Английский язык: учебно-методическое пособие / Н.Г. Ершова, Т.А. Антонова. – Великие Луки, 2010. – 51 с. 4. Павлюченкова, Н.А. Sportrehabilitation: сборник текстов с заданиями для студентов вузов физической	4

		культуры: учебно-методическое пособие по немецкому языку / Н.А. Павлюченкова, Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко. – Великие Луки, 2016. – 50 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. – URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 5. Беляева, Н.И. Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings. Виды спорта: история развития и особенности тренировки: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Беляева. – Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021)	
	2.3. Физиотерапия и реабилитация. Типология реабилитацион ных программ и упражнений для различных видов спорта.	<i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Анализ характеристики и особенностей российских и зарубежных реабилитационных программ. 2.Классификация восстановительных/реабилитационных упражнений для различных видов спорта (опыт российских и зарубежных исследователей). <i>Подготовка к Контрольной работе № 2 (Вариант 1/2, приложение 1) по теме «Индивидуальный контроль формирования навыков поискового чтения».</i> <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Ершова, Н.Г. Important issues of adapted physical education = Актуальные вопросы адаптивной физической культуры: учебное пособие / Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко, Н.А. Павлюченкова. – Великие Луки, 2017. – 280 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. – URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 2. Английский язык: учебное пособие. Ч.1 / под редакцией Н.А. Шнайдер, С.П. Канарского. – 2-е изд., испр. и доп. – Малаховка: МГАФК, 2016 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 3. Ершова, Н.Г., Антонова, Т.А. Английский язык: учебно-методическое пособие / Н.Г. Ершова, Т.А. Антонова. – Великие Луки, 2010. – 51 с. 4. Павлюченкова, Н.А. Sportrehabilitation: сборник текстов с заданиями для студентов вузов физической культуры: учебно-методическое пособие по немецкому языку / Н.А. Павлюченкова, Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко. – Великие Луки, 2016. – 50 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. – URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 5. Беляева, Н.И. Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings. Виды спорта: история	2

		развития и особенности тренировки: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Беляева. – Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021).	
	2.4. Тренерская деятельность в адаптивной физической культуре.	<i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Анализ характеристики и особенностей тренерской деятельности в адаптивной физической культуре в России и зарубежом. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Ершова, Н.Г. Important issues of adapted physical education = Актуальные вопросы адаптивной физической культуры: учебное пособие / Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко, Н.А. Павлюченкова. – Великие Луки, 2017. – 280 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. – URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 2. Английский язык: учебное пособие. Ч.1 / под редакцией Н.А. Шнайдер, С.П. Канарского. – 2-е изд., испр. и доп. – Малаховка: МГАФК, 2016 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 3. Ершова, Н.Г., Антонова, Т.А. Английский язык: учебно-методическое пособие / Н.Г. Ершова, Т.А. Антонова. – Великие Луки, 2010. – 51 с. 4. Павлюченкова, Н.А. Sportrehabilitation: сборник текстов с заданиями для студентов вузов физической культуры: учебно-методическое пособие по немецкому языку / Н.А. Павлюченкова, Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко. – Великие Луки, 2016. – 50 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. – URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 5. Беляева, Н.И. Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings. Виды спорта: история развития и особенности тренировки: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Беляева. – Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021).	2
	Тема № 3. Научная деятельность на иностранном языке		
	3.1. Исследования в сфере	<i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Анализ исследовательской деятельности в сфере	6

физической культуры в странах изучаемого языка.	физической культуры в странах изучаемого языка. 2. Сравнительный анализ исследовательской деятельности в зарубежных и российских НИИ. 3. Характеристика приоритетных направлений исследовательской деятельности в физической культуре и спорте. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Аветисян, Н.Г. Английский язык для делового общения. [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Аветисян Н.Г., Игнатов К.Ю. — Москва : КноРус, 2017. — 190 с. — (для бакалавров и магистров). Режим доступа: https://book.ru/book/932012 (дата обращения: 29.04.2021). 2. Дытко, Е.В. Getting to know English: учебно-методическое пособие по дисциплине «Иностранный язык» / Е.В. Дытко, Н.Г. Ершова. — Великие Луки, 2019. — 104с. 3. Романова, С.В. Английский язык (олимпийские виды спорта): учебное пособие / С.В. Романова. — Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2017 // Электронная библиотека вузов ФК. — Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 4. Павлюченкова, Н.А. Sportrehabilitation: сборник текстов с заданиями для студентов вузов физической культуры: учебно-методическое пособие по немецкому языку / Н.А. Павлюченкова, Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко. — Великие Луки, 2016. — 50 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. — URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 30.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей. 5. Беляева, Н.И. Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings. Виды спорта: история развития и особенности тренировки: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Беляева. — Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. — Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 6. Уткина Г.И. Иностранный (немецкий) язык: практический курс (Спорт). Томский государственный педагогический университет, 2018. 72 с.	
3.2. Исследовательская деятельность в спорте высших достижений по отраслям научного знания (биологические	<i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Спорт высших достижений как предмет и объект исследований в физической культуре. 2. Спорт высших достижений в биологических и педагогических науках. 3. Приоритетные направления исследований в биологических/педагогических науках. <i>Подготовка к Контрольной работе № 1 (Вариант 1, приложение 1) по теме «Подготовка</i>	4

и педагогические науки).	<i>реферата по обзору журналов спортивной тематики из сети «Интернет».</i> <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Аветисян, Н.Г. Английский язык для делового общения. [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Аветисян Н.Г., Игнатов К.Ю. — Москва : КноРус, 2017. — 190 с. — (для бакалавров и магистров). Режим доступа: https://book.ru/book/932012 (дата обращения: 29.04.2021). 2. Дытко, Е.В. Getting to know English: учебно-методическое пособие по дисциплине «Иностранный язык» / Е.В. Дытко, Н.Г. Ершова. — Великие Луки, 2019. — 104с. 3. Романова, С.В. Английский язык (олимпийские виды спорта): учебное пособие / С.В. Романова. — Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2017 // Электронная библиотека вузов ФК. — Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 4. Павлюченкова, Н.А. Sportrehabilitation: сборник текстов с заданиями для студентов вузов физической культуры: учебно-методическое пособие по немецкому языку / Н.А. Павлюченкова, Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко. — Великие Луки, 2016. — 50 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. — URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 30.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей. 5. Беляева, Н.И. Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings. Виды спорта: история развития и особенности тренировки: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Беляева. — Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. — Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 6. Уткина Г.И. Иностранный (немецкий) язык: практический курс (Спорт). Томский государственный педагогический университет, 2018. 72 с.	
3.3. Анализ и подготовка научно-исследовательских работ в избранном виде спорта на иностранном языке.	<i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Правила подготовки научно-исследовательских работ в России. 2. Особенности подготовки курсовых и выпускных квалификационных работ в вузах физической культуры. Индивидуальный контроль чтения и перевода с последующим обсуждением прочитанных текстовых материалов из электронных/печатных источников. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Аветисян, Н.Г. Английский язык для делового общения. [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Аветисян Н.Г., Игнатов К.Ю. — Москва : КноРус,	6

		2017. — 190 с. — (для бакалавров и магистров). Режим доступа: https://book.ru/book/932012 (дата обращения: 29.04.2021). 2. Дытко, Е.В. Getting to know English: учебно-методическое пособие по дисциплине «Иностранный язык» / Е.В. Дытко, Н.Г. Ершова. — Великие Луки, 2019. — 104с. 3. Романова, С.В. Английский язык (олимпийские виды спорта): учебное пособие / С.В. Романова. — Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2017 // Электронная библиотека вузов ФК. — Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 4. Павлюченкова, Н.А. Sportrehabilitation: сборник текстов с заданиями для студентов вузов физической культуры: учебно-методическое пособие по немецкому языку / Н.А. Павлюченкова, Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко. — Великие Луки, 2016. — 50 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. — URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 30.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей. 5. Беляева, Н.И. Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings. Виды спорта: история развития и особенности тренировки: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Беляева. — Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. — Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 6. Уткина Г.И. Иностранный (немецкий) язык: практический курс (Спорт). Томский государственный педагогический университет, 2018. 72 с.	
	Тема № 4. Устная и письменная коммуникация в профессиональном контексте		
	4.1. Особенности устной коммуникации в профессиональном аспекте на иностранном языке. Подготовка к выступлению на	<i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Особенности и правила оформления продуктов устной коммуникации в ситуации профессионально-ориентированного общения на иностранном языке. 2. Подготовка к выступлению на конференции на иностранном языке в рамках профессиональной тематики. 3. Научно-исследовательские конференции студентов и молодых ученых для обучающихся вузов физической культуры/неязыковых вузов в России. <i>Рекомендованные источники литературы</i>	6

конференции на иностранном языке в рамках профессиональной тематики.	1. Ершова, Н.Г. Important issues of adapted physical education = Актуальные вопросы адаптивной физической культуры: учебное пособие / Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко, Н.А. Павлюченкова. – Великие Луки, 2017. – 280 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. – URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 2. Аветисян, Н.Г. Английский язык для делового общения. [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Аветисян Н.Г., Игнатов К.Ю. — Москва : КноРус, 2017. — 190 с. — (для бакалавров и магистров). Режим доступа: https://book.ru/book/932012 (дата обращения: 29.04.2021). 3. Дытко, Е.В. Getting to know English: учебно-методическое пособие по дисциплине «Иностранный язык» / Е.В. Дытко, Н.Г. Ершова. – Великие Луки, 2019. – 104с. 4. Романова, С.В. Английский язык (олимпийские виды спорта): учебное пособие / С.В. Романова. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2017 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 5. Павлюченкова, Н.А. Sportrehabilitation: сборник текстов с заданиями для студентов вузов физической культуры: учебно-методическое пособие по немецкому языку / Н.А. Павлюченкова, Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко. – Великие Луки, 2016. – 50 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. – URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 6. Беляева, Н.И. Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings. Виды спорта: история развития и особенности тренировки: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Беляева. – Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 7. Уткина Г.И. Иностранный (немецкий) язык: практический курс (Спорт). Томский государственный педагогический университет, 2018. 72 с.	
4.2. Особенности письменной коммуникации в профессиональном аспекте на иностранном языке. Составление	<i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Особенности и правила оформления продуктов письменной коммуникации в ситуации профессионально-ориентированного общения на иностранном языке. 2. Правила подготовки и оформления реферата и аннотации профессионально-ориентированного текстового материала по профессионально-ориентированной тематике.	6

	реферата и аннотации профессиональных ориентированных текстовых материалов.	<i>Подготовка к Контрольной работе № 2 (Вариант 1, приложение 1) по теме «Написание научной статьи».</i> <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Ершова, Н.Г. Important issues of adapted physical education = Актуальные вопросы адаптивной физической культуры: учебное пособие / Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко, Н.А. Павлюченкова. – Великие Луки, 2017. – 280 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. – URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 2. Аветисян, Н.Г. Английский язык для делового общения. [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Аветисян Н.Г., Игнатов К.Ю. — Москва : КноРус, 2017. — 190 с. — (для бакалавров и магистров). Режим доступа: https://book.ru/book/932012 (дата обращения: 29.04.2021). 3. Дытко, Е.В. Getting to know English: учебно-методическое пособие по дисциплине «Иностранный язык» / Е.В. Дытко, Н.Г. Ершова. – Великие Луки, 2019. – 104с. 4. Романова, С.В. Английский язык (олимпийские виды спорта): учебное пособие / С.В. Романова. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2017 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 5. Павлюченкова, Н.А. Sportrehabilitation: сборник текстов с заданиями для студентов вузов физической культуры: учебно-методическое пособие по немецкому языку / Н.А. Павлюченкова, Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко. – Великие Луки, 2016. – 50 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. – URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 6. Беляева, Н.И. Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings. Виды спорта: история развития и особенности тренировки: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Беляева. – Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021). 7. Уткина Г.И. Иностранный (немецкий) язык: практический курс (Спорт). Томский государственный педагогический университет, 2018. 72 с.	
--	--	---	--

5.2. Методические рекомендации к различным видам самостоятельной работы

1. Методические рекомендации для подготовки к контрольной работе

Примерные варианты контрольных работ представлены в приложении 1. Ознакомление с текстами контрольных работ, их количеством, условиями ответов на вопросы контрольных работ, самими вопросами и вариантами ответов на них позволяет создать относительно полное представление об особенностях их проведения. При подготовке к контрольной работе рекомендуется повторно проанализировать материал учебника по коммуникативно-грамматическим темам, освоенным на практических занятиях, ознакомиться с содержанием рекомендованных разделов учебных пособий.

2. Методические рекомендации к подготовке материала и презентации доклада

Создание материалов-презентаций – это вид самостоятельной работы обучающегося по созданию наглядных информационных пособий, выполненных с помощью мультимедийной компьютерной программы PowerPoint.

Материалы-презентации готовятся обучающимся в виде слайдов с использованием программы Microsoft PowerPoint. В качестве материалов-презентаций могут быть представлены результаты любого вида внеаудиторной самостоятельной работы, по формату соответствующие режиму презентаций.

Затраты времени на создание презентаций зависят от степени трудности материала по теме, его объема, уровня сложности создания презентации, индивидуальных особенностей обучающегося и определяются преподавателем.

Деятельность обучающегося:

- изучает материалы темы, выделяя главное и второстепенное;
- устанавливает логическую связь между элементами темы;
- представляет характеристику элементов в краткой форме;
- выбирает опорные сигналы для акцентирования главной информации и отображает в структуре работы;
- оформляет работу и предоставляет к установленному сроку.

3. Методические рекомендации по работе над лексикой и коммуникативными темами

Работу по расширению и закреплению лексического запаса рекомендуем проводить следующим образом.

При работе со словарем выучите английский алфавит, а также ознакомьтесь по предисловию с построением словаря и системой условных обозначений, принятых в данном словаре.

Слова выписывайте в тетрадь или на карточки в исходной форме, т.е. существительные - в единственном числе, глаголы - в неопределенной форме (инфинитиве), указывая для неправильных глаголов основные формы. Учите слова и постоянно повторяйте выученные слова.

При переводе с английского языка на русский необходимо помнить, что трудности вызывает следующее:

1. Многозначность слов. Например, слово *convention* имеет значения: 1) собрание, съезд; 2) договор, соглашение, конвенция; 3) обычай; 4) условность. Подобрать нужное значение слова можно только исходя из контекста: *The convention was successful.* – Собрание прошло успешно. *That is not in accord with convention.* – Это не принято.

2. Омонимы - разные по значению, но одинаково звучащие слова. Их следует отличать от многозначных слов:

some - какой-нибудь и *sum* - сумма; *break* - ломать и *brake* - тормоз; *left* - левый и *left* – Past Indefinite от глагола *to leave* - оставлять, покидать.

3. Конверсия - образование новых слов из существующих без изменения их написания. Наиболее распространенным является образование глаголов от существительных:

water - вода – to water - поливать; control – контроль – to control - контролировать; cause – причина – to cause - являться причиной, вызывать.

4. Словообразование. Эффективным средством расширения запаса английских слов является знание способов словообразования. Умея расчленить производное слово на корень, суффикс и префикс, легче определить значение неизвестного слова. Кроме того, зная значения наиболее употребительных префиксов и суффиксов, вы сможете без труда понять значение гнезда слов, образованных от одного корня, который вам известен.

5. В английском языке есть ряд глаголов, которые употребляются с послелогом и образуют новые понятия. Благодаря послелогам сравнительно немногочисленная группа слов отличается большой многозначностью. К этой группе относятся глаголы to put, to get, to be, to make, to go и ряд других: to go - идти

to go about - циркулировать

to go back - возвращаться

to go in for – заниматься

6. В английском языке очень часто существительное употребляется в функции определения. Структура «существительное + существительное» (и т.д.) вызывает трудность при переводе, так как существительные стоят подряд. Необходимо помнить, что главным в такой группе является последнее слово. Все предшествующие существительные являются определениями к нему: the world championship - мировой чемпионат, sports society – спортивное общество.

7. Научная литература характеризуется наличием терминов. Рекомендуем выписывать их в специальный терминологический словарь-минимум и заучивать.

4. Методические рекомендации по работе над грамматическим материалом

Грамматические правила усваивайте постепенно, по каждому разделу в отдельности, анализируя примеры-образцы. Знакомясь с грамматическим явлением английского языка, сопоставляйте его с соответствующим явлением в родном языке. Убедившись в полном понимании грамматической формы, приступайте к выполнению упражнений. Не оставляйте неусвоенным или не полностью понятым правило, т.к. это может создать большие затруднения при изучении следующей темы и повлиять на успех изучения английского языка в целом.

Помните об основных особенностях грамматического строя английского языка:

1. Наличие минимального числа окончаний, являющихся признаком конкретных грамматических форм определенных частей речи.

2. Твердый порядок слов в английском предложении.

3. Наличие строевых слов-признаков, являющихся показателем грамматических функций слов. Строевыми словами-признаками имени существительного являются:

1) артикль: a record - рекорд

an aim - цель

the object - предмет

2) предлог: without result - без результата

3) местоимение: - притяжательное my work - моя работа

- вопросительное, относительное whose plans - чьи планы

- неопределенное some factors - некоторые факторы

- отрицательное no athlete – ни один спортсмен

Строевыми словами - признаками глагола являются: 1) частица "to": to aim – нацеливаться, 2) модальный или вспомогательный глагол: must work - должен работать, will work - будет работать, 3) местоимение: - личное I work - я работаю; - вопросительное, относительное who plans - кто планирует

5. Методические рекомендации по работе над текстом

- Характер работы с текстом и её итоговый результат зависят от поставленной цели.

- Изучающее чтение – точное и полное понимание текста - предполагает осуществление адекватного перевода текста на основе лексико-грамматического анализа и подбора наиболее подходящих форм родного языка.
- Ознакомительное чтение – понимание общего содержания, поисковое и просмотровое чтение – извлечение нужной информации - предполагают беспереводное понимание текста без словаря, итогом которого может быть составление аннотации, реферата, ответы на вопросы.
- При всех видах чтения необходимо использовать и развивать следующие умения и навыки:
 - догадываться о значении слов на основе словообразовательных признаков и контекста;
 - узнавать интернациональные слова и определять их значение;
 - узнавать знакомые грамматические формы и конструкции и устанавливать их эквиваленты в родном языке;
 - применять знания по специальным и другим предметам в качестве основы смысловой и языковой догадки;
 - уметь разбивать текст на смысловые отрезки и составлять план прочитанного.

5.3. Критерии оценки самостоятельной работы обучающегося

1. Критерии оценки подготовки к контрольной работе по теме

При оценке результатов достижения компетенций посредством контрольной работы в виде тестовых заданий применяется следующая шкала:

оценка «отлично»	выставляется при условии выбора обучающимся 90-100% правильных ответов при тестировании
оценка «хорошо»	выставляется при условии выбора обучающимся 76-89 % правильных ответов при тестировании
оценка «удовлетворительно»	выставляется при условии выбора обучающимся 61-75 % правильных ответов при тестировании
оценка «неудовлетворительно»	выставляется при условии выбора обучающимся менее 60 % правильных ответов при тестировании

2. Критерии оценки материала-презентации доклада:

- соответствие содержания теме;
- правильная структурированность информации;
- наличие логической связи изложенной информации;
- эстетичность оформления, его соответствие требованиям;
- качество визуального, аудио- или видеоряда, представленного на слайдах или сопровождающего мультимедийную презентацию;
- работа представлена в срок.

оценка «отлично»	Представляемая презентация полностью соответствует теме; имеет место правильное структурирование информации; изложенная информация логически связана; присутствует высокое качество оформления, содержание слайдов соответствует и дополняет выступление; работа представлена в срок
оценка «хорошо»	Представляемая презентация соответствует теме; имеет место правильное структурирование информации, но с некоторыми замечаниями;

	прослеживается логическая связь изложенной на слайдах информации; присутствует хорошее качество оформления, содержание слайдов в целом соответствует выступлению; работа представлена в срок
оценка «удовлетворительно»	Представляемая презентация в основном соответствует теме; имеются ошибки в структурировании информации; не всегда прослеживается логическая связь изложенной на слайдах информации; присутствует удовлетворительное качество оформления, содержание слайдов иногда отклоняется и не соответствует выступлению; работа представлена в срок
оценка «неудовлетворительно»	Представляемая презентация слабо соответствует заявленной теме; имеются явные ошибки в структурировании информации; нарушена логическая связь изложенной на слайдах информации; качество оформления низкое, содержание слайдов слабо связано с выступлением; работа представлена с опозданием

3. Критерии оценки освоения лексических единиц для коммуникации по пройденным темам

оценка «отлично»	Ответ четко структурирован (введение - основная часть - заключение). Введение содержит тезис, соответствующий заданному вопросу. Приведено несколько примеров, логично, полно и связно доказывающих заявленный тезис. Выводы соответствуют введению и логично вытекают из основной части. При необходимости надлежащим образом используются приемы обобщения и конкретизации. Правильно используются разнообразные специализированные и общие лексические средства (могут присутствовать единичные ошибки словоупотребления). Правильно используются разнообразные грамматические конструкции; текст ответа состоит из распространенных предложений разного уровня сложности (могут присутствовать единичные грамматические ошибки). Используется достаточное количество уместных средств связи. Ответ не содержит фонетических и фонологических ошибок. Ответы на дополнительные вопросы соответствуют вопросам, не содержат лексических и грамматических ошибок и демонстрируют умение поддерживать диалог.
оценка «хорошо»	Ответ четко структурирован (введение-основная часть-заключение). Введение содержит тезис, соответствующий заданному вопросу. Приведен только один пример, логично, полно и связно доказывающий заявленный тезис. Выводы соответствуют введению. Правильно используются разнообразные специализированные и общие лексические средства, но присутствуют несистематические ошибки словоупотребления. Используются разнообразные грамматические конструкции; текст ответа состоит из распространенных предложений разного уровня сложности, но в нем присутствуют несистематические грамматические ошибки. Используются 1-2 средства текстовой связи. Учащийся

	допускает отдельные фонетические ошибки, не нарушающие коммуникацию. Фонологические ошибки отсутствуют. Ответы на дополнительные вопросы соответствуют вопросам, но содержат ошибки словоупотребления и/или грамматические ошибки.
оценка «удовлетворительно»	Ответ недостаточно четко структурирован (например, отсутствует введение ИЛИ заключение). Тезис, содержащийся во введении, не в полной мере соответствует заданному вопросу. Часть приведенных примеров не доказывает заявленный тезис. Заключение помимо логичных выводов содержит новую информацию, либо некоторые выводы не соответствуют введению. В ответе не используется (практически не используется) специализированная лексика, и/или содержатся ошибки ее употребления, присутствуют систематические ошибки употребления общей лексики. Используются однообразные грамматические конструкции; текст ответа состоит из распространенных предложений, но содержит систематические грамматические ошибки. Не используются средства текстовой связи. Учащийся систематически допускает фонетические и/или фонологические ошибки, которые, в определенной степени, затрудняют понимание. Один из ответов на дополнительные вопросы не соответствует вопросу; ответы не демонстрируют умение поддерживать диалог и содержат лексические и грамматические ошибки. (Допустима ситуация, когда учащийся не понимает вопрос, но может ответить на него в случае перефразирования.)
оценка «неудовлетворительно»	Ответ не структурирован и представляет собой набор не связанных друг с другом высказываний. Тезис, содержащийся во введении (если оно присутствует), не соответствует заданному вопросу. Ответ не содержит примеров, доказывающих заявленный тезис. Выводы (если они имеются) не соответствуют введению и/или противоречат основной части. Используются только общие лексические средства, учащийся демонстрирует ограниченный лексический запас и делает много ошибок словоупотребления. Текст ответа состоит из простых нераспространенных предложений либо содержит много грамматических ошибок (не менее двух в каждом предложении). Не используются средства текстовой связи. Ответ содержит большое количество фонетических и фонологических ошибок, затрудняющих понимание и нарушающих коммуникацию. Ответы на дополнительные вопросы не соответствуют вопросам (учащийся не понимает вопросов), либо содержат много лексических и грамматических ошибок.

4. Критерии оценки освоения грамматического материала

При проверке усвоения грамматических тем используются тесты (см. приложение 7-13). Ниже приводятся следующие критерии оценки результатов тестирования:

% верных решений (ответов)	Отметка
85-100	5 – Отлично
71-84	4 – Хорошо
50-70	3 – Удовлетворительно
0-49	2 - Неудовлетворительно

5. Критерии и шкала оценки заданий на чтение

№ п/п	Критерии оценивания	Отметка
1	Понимает основное содержание прочитанного материала, почти все детали и смысловые связи между содержательными компонентами и частями текста; свободно оперирует программным учебным материалом в незнакомой ситуации по аспектам языка при непосредственном общении; содержание высказывания отличается связностью, полнотой, спонтанностью, беглостью, аргументированностью, выражением собственной точки зрения, привлечением сведений из других учебных курсов; речь лексически и грамматически разнообразна, допускаются 1-3 ошибки.	5 - Отлично
2	Понимает основное содержание прочитанного материала и некоторые детали; коммуникативная задача решается в пределах знакомой ситуации; речь лексически и грамматически разнообразна; высказывания логичны, построены на основе известных алгоритмов, допускаются ошибки на изученный программный учебный материал (6-7 ошибок).	4 - Хорошо
3	Частично воспроизводит содержание прочитанного материала; говорит на уровне механического воспроизведения отдельных предложений; выполняет простые инструкции; многочисленные ошибки затрудняют понимание смысла высказывания.	3 - Удовлетворительно
4	Различает отдельные слова и фразы при чтении; говорит на уровне отдельных слов и высказываний.	2 - Неудовлетворительно

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

6.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Таблица раздела 1 «РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ» демонстрирует взаимосвязь педагогического контроля с соотнесенными с основной профессиональной образовательной программой профессиональными стандартами - в ней определены трудовые функции профессиональных стандартов, выполнение которых обеспечивает формирование соответствующих компетенций в рамках учебной дисциплины.

6.2. Индикаторы достижения компетенций по уровню их сформированности

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Шкала оценивания	Уровень сформированной компетенции
Знает (соответствует таблице раздела 1)	Знает	отлично	высокий
		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый
	Не знает	неудовлетворительно	недостаточный
Умеет (соответствует таблице раздела 1)	Умеет	отлично	высокий
		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый
	Не умеет	неудовлетворительно	недостаточный
Имеет опыт/владеет (соответствует таблице раздела 1)	Имеет опыт/владеет	отлично	высокий
		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый
	Не владеет	неудовлетворительно	недостаточный

6.3. Соотношение индикаторов достижения со шкалой критериев их оценивания и уровнем их сформированности

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Уровень сформированной компетенции
Знает (соответствует таблице раздела 1)	Показывает полные и глубокие знания, логично и аргументировано отвечает на все вопросы, в том числе дополнительные, показывает высокий уровень теоретических знаний	высокий
	Показывает глубокие знания, грамотно излагает ответ, достаточно полно отвечает на все вопросы, в том числе дополнительные, в то же время при ответе допускает несущественные ошибки	повышенный
	Показывает достаточные, но не глубокие знания, при ответе не допускает грубых ошибок или противоречий, однако в формулировании ответа отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. Для получения правильного ответа требуются уточняющие вопросы	пороговый
	Показывает недостаточные знания, не способен аргументированно и последовательно излагать материал, допускает грубые ошибки,	недостаточный

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Уровень сформированной компетенции
	неправильно отвечает на дополнительные вопросы или затрудняется с ответом	
Умеет (соответствует таблице раздела 1)	Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач, способен предложить альтернативные решения анализируемых проблем, формулировать выводы	высокий
	Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач, способен формулировать выводы, но не может предложить альтернативные решения анализируемых проблем	повышенный
	При решении конкретных практических задач возникают затруднения	пороговый
	Не может решить практические задачи	недостаточный
Имеет опыт/владеет (соответствует таблице раздела 1)	Владеет навыками, необходимыми для профессиональной деятельности, способен оценить результат своей деятельности	высокий
	Владеет навыками, необходимыми для профессиональной деятельности, затрудняется оценить результат своей деятельности	повышенный
	Демонстрирует слабые навыки, необходимые для профессиональной деятельности	пороговый
	Отсутствие навыков или неспособность их продемонстрировать	недостаточный

6.4. Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные типовые разноуровневые задания

Английский и немецкий язык

Задание 1

1. Прочтите и переведите предложенный текст (касающийся важных для обучающегося тем, например: тренерская деятельность в избранном виде спорта, олимпийское образование, тренировочный процесс в избранном виде спорта, и пр.) с английского/немецкого языка на русский.
2. Прочтите текст/диалог и ответьте на вопросы на понимание его содержания.
3. Переведите предложения с английского/немецкого на русский язык и объясните употребление соответствующих грамматических конструкций (функции и формы глаголов to be, to have /haben, sein; употребление временных форм).
4. Поставьте глагол в скобках (инфинитив) в соответствующую временную форму в активном или пассивном залоге и объясните свой выбор.
5. В паре с партнером подготовьте диалог на предложенную тему (например, At the competition/ Im Wettbewerb teilnehmen – На соревнованиях), используя ключевые слова и выражения; определенные грамматические конструкции.

Задание 2

1. Подготовьте краткое монологическое высказывание на предложенную тему (например, My best result at a competition/Mein besten Resultat im Wettbewerb - Мой лучший результат на соревновании), используя ключевые слова и выражения; изученные грамматические конструкции.
2. Напишите краткое сообщение (3-5 простых предложений) на предложенную тему (например, Problems of modern sport / Probleme im moderner Sport (Проблемы современного спорта)).

Задание 3

1. Проанализируйте текстовый фрагмент (скрипт) радио/телепрограммы, интервью и ответьте на вопросы, связанные с пониманием ее содержания.
2. Переведите аутентичный текст (например, статью из СМИ повседневной тематики) с английского/немецкого на русский язык.
3. В паре с партнером вступите в спонтанный диалог на предложенную тему (например, At the training / Im Training – На тренировке), используя ключевые слова и выражения и/или определенные грамматические конструкции.
4. Объясните смысл предложенного высказывания (развейте идею высказывания), выразите и обоснуйте свое мнение (например, The pen is mightier than the sword. / Wer schreibt, der bleibt. – Что написано пером, того не вырубишь топором.)
5. Кратко изложите сюжет книги/рассказа/истории и выразите свое отношение к прочитанному, используя соответствующие клишированные выражения.
6. Подготовьте эссе на предложенную тему, выразив свои переживания и впечатления (например, Cultural Globalization / Kulturelle Globalization - Культурная глобализация).

Задание 4

1. Проанализируйте текстовый фрагмент (скрипт) радио/телерепортажа и ответьте на вопросы, связанные с пониманием его содержания.
2. Прочтите предложенную статью из зарубежных СМИ и передайте ее краткое содержание, используя соответствующие клишированные выражения.
3. В группе из 3-5 человек вступите в спонтанную дискуссию на предложенную тему (например, Problems of the Olympic Movement / Probleme Olympischer Bewegung – Проблемы олимпийского движения). Обоснуйте свою точку зрения.
4. Объясните свою точку зрения по предложенной теме (например, Negative Sides of doping / Negative Seiten Dopings – Отрицательные стороны допинга), используя соответствующие клишированные выражения.
5. Подготовьте доклад на предложенную тему (например, Sport in modern world / Sport in moderner Welt – Спорт в современном мире), аргументируя точку зрения «за» или «против».

Примеры мультимедийных проектов**Английский язык**

1. The 2014 Winter Olympics in Sochi (Зимние Олимпийские игры в Сочи в 2014 году)
2. Lesgaft State University (Университет им. П.Ф. Лесгафта)
3. Famous trainers in my sport (Известные тренеры в избранном виде спорта)
4. New Olympic Sports in Russia (Новые олимпийские виды спорта в России)
5. Doping scandals: the present, past and future (Допинговые скандалы: настоящее, прошлое, будущее)
6. Olympic sports venues (Спортивные объекты Олимпийских Игр)
7. Main development trends in modern sport (Основные направления развития современного спорта)
8. Olympic education in Russia (Олимпийское образование в России)
9. The Commonwealth Games (Игры Содружества)

10. Well-known routes of sports tourism in Russia (Известные маршруты спортивного туризма России)

Немецкий язык

1. SportUnis und Sportfakultäte in Deutschland und Österreich (Университеты физической культуры и факультеты физического воспитания в Германии и Австрии)
2. Berühmte Trainers meiner Sportart (Известные тренеры в избранном виде спорта)
3. Deutsche Populäre Sportarten (Популярные виды спорта в Германии)
4. Berühmte Sportler Russlands (Известные российские спортсмены)
5. Goethe Institut (Институт имени Гёте)
6. Olympische Spiele 2014 und 1980 in Russland und USSR (Олимпийские Игры 2014 и 1980 года в России и СССР)
7. Известные маршруты спортивного туризма России (Berühmte Reiseroute Sporttourismus in Russland)
8. Negative Seiten Dopings (Негативные стороны допинга)
9. Neue Olympische Sportarten der Welt (Новые Олимпийские виды спорта в мире)
10. Sport für Sportliebhaber (Спорт для любителей спорта)

Типовые задания для тестирования

Английский язык

Часть 1

1. **This ... monument was created by a group of people.**
a) stone b) shelter c) share d) culture
2. **This ... has a lot of problems.**
a) stone b) generation c) shelter d) difference
3. **The culture influences the ... of people.**
a) feature b) way c) behaviour d) growth
4. **At that period they were planting ...**
a) crops b) animals c) skins d) habits
5. **... was the material for different things.**
a) animals b) habits c) bone d) crops
6. **He was ... when he was talking with her.**
a) human b) uneasy c) whole d) mostly
7. **There are different ways of ... expression.**
a) human b) artistic c) similar d) uneasy
8. **One of the important steps in the growth of culture was ... development.**
a) tools b) growth c) steps d) prison
9. **There are specific ... in our culture.**
a) steps b) features c) invaders d) courts
10. **They are obtaining ... there.**
a) steps b) food c) culture d) expression

Часть 2

1. **These things ... by these people.**
a) is shared b) was shared c) share d) are shared
2. **These goods ... from foreign countries.**
a) obtain b) are obtained c) obtained d) are obtaining
3. **They are not similar, they ... from each other.**
a) differs b) differ c) are differed d) were differed
4. **The behavior of people ... by the culture.**
a) is influenced b) influences c) influence d) influenced
5. **As a rule he ... with all these things.**
a) deal b) to deal c) deals d) dealing

6. They ... the habits of the animals last year.

- a) were learning b) was learning c) are learning d) learn

7. It ... long before.

- a) occur b) occurs c) occurred d) has occurred

8. At present they ... crops.

- a) was planting b) are planting c) planted d) were planting

9. He ... yet.

- a) has not appeared b) have not appeared c) has appeared d) appeared

10. In some minutes they ... this song.

- a) record b) will record c) recorded d) were recording

11. Does your watch keep ... ?

- a) Good times b) talking c) being talked d) be talking

12. You are early. – Yes, but not ... I had intended.

- a) as early as b) early c) as early d) so early

13. There's something wrong with my leg.

- a) can walk hardly b) can hard walk c) hardly can walk d) can hardly walk

14. Have you got ... work to do?

- a) many b) much c) few d) a few

15. What ... to do next?

- a) are you going b) you are going c) you going are d) going you

16. ... cold in Moscow in winter?

- a) Is it b) Does it c) Is there d) Does there

17. What's the matter? – I ... for David. Have you seen him?

- a) look b) am looking c) have been looking d) have looked

18. Yesterday she ... some nice shoes.

- a) buy b) buys c) bought d) buyed

19. In this office you ... wear a tie, it's not necessary.

- a) can't b) don't need c) don't have to d) shouldn't

20. Please, don't give me __ more work to do.

- a) some b) any c) no d) none

Часть 3

1. What is culture?

- a) Arts.
b) Customs and traditions.
c) The whole way of life.

2. What is culture in its narrow meaning?

- a) The whole way of life.
b) Art, literature and music.
c) Customs and traditions.

3. When did the foundations for human culture develop?

- a) In modern times.
b) Nowadays.
c) In prehistoric times.

4. When was the first system of writing developed?

- a) About 3500 BC.
b) About 9000 BC.
c) 2 million years ago.

5. Where do the British Isles lie?

- a) to the south – east coast of Europe
- b) to the north – west coast of Europe
- c) to the east coast of Europe
- d) to the south – west coast of Europe

6. What is the area of the British Isles?

- a) about 244 thousand square kilometres
- b) about 144 thousand square kilometres
- c) about 200 thousand square kilometres
- d) about 315 thousand square kilometres

7. What mountains are famous for their natural resources (iron, copper, and other metals)?

- a) the Pamirs
- b) the Caucasus
- c) the Urals
- d) the Altai

8. Winters in Russia are so much colder than in Western Europe because ____ .

- a) the Russian climate is temperate
- b) the Russian climate is more continental
- c) the Russian climate is arid
- d) the Russian climate is humid

9. Into which seas in the north-west and southwest does Russia have outlets?

- a) the White, Baltic and Black Seas
- b) the White, Baltic and Caspian Seas
- c) The Bering, Laptev and the Sea of Japan
- d) The Bering, Kara and Caspian Seas

6.4.1. Перечень вопросов для промежуточной аттестации (зачёт), оценивающих знания

Второй курс

Третий семестр (зачет)

1. Оформить мультимедийную презентацию по тематике, обозначенной в разделе 6.4. РПД.
2. Беседа с преподавателем по пройденным темам. Студент должен уметь последовательно изложить свои мысли (в объеме не менее 100-150 слов) по следующим темам:

Английский язык

1. Position Statement For Adapted Physical Education.
2. Disabled Sports
3. Paralympic Games. The International Paralympic Committee activities.
4. Physical Medicine and Rehabilitation. General questions, special issues.
5. The role of massage in rehabilitation and treatment of ailments.
6. Adaptations of different kinds.
7. Types of exercises for restoration of various physiological systems.
8. Various aspects of APE in Russia.
9. The Olympic Games. The International Olympic Committee activities.
10. Olympic Education programs in Russia – their structure and peculiarities. New Olympic Sports.

Немецкий язык

1. Medizinische Rehabilitation
2. Phasen der Rehabilitation
3. Rehabilitationsmaßnahmen
4. Chronische Erkrankungen und Sport
5. Adaptive Körperkultur
6. Risiken bei Bewegung, Spiel und Sport
7. Kooperation zwischen Sportlehrkräften und Ärzten
8. Paralympische Bewegung. Paralympische Schpiele.
9. Olympische Bewegung. Olympische Schpiele.

Третий курс
Пятый семестр (зачет)

1. Оформить мультимедийную презентацию по тематике, обозначенной в разделе 6.4. РПД.
2. Беседа с преподавателем по пройденным темам. Студент должен уметь последовательно изложить свои мысли (в объеме не менее 100-150 слов) по следующим темам:

6.4.2. Перечень заданий для промежуточной аттестации (зачёт), оценивающих знания и умения

Английский язык

Вопрос № 1. Монологическое высказывание на тему

Студент должен уметь высказываться по теме в объеме не менее 100-150 слов.

Типовые темы для монологического высказывания

1. Olympic Education programs in higher sports education – definition and characteristics.
2. Olympic Education programs in Russia and abroad – comparison.
3. Problems and perspectives of Olympic Education.
4. Activities of the International Fair Play Committee.
5. Documents of the International Olympic Committee.
6. The main activities of the International Olympic Committee in Russia and abroad.
7. Modern Olympic Movement in Russia and abroad.
8. The International Olympic Academy – history, structure and functions.
9. Velikie Luki Olympic Academy – history of creation, its structure and work.
10. Adapted Physical Education in higher sports education – definition and peculiarities.
11. Adapted Physical Education in Russia – general information.
12. Adapted Physical Education in foreign countries – differences (comparison with Russia).
13. Typology of summer disabled sports in Russia and abroad.
14. Typology of winter disabled sports in Russia and abroad.
15. Summer and Winter Paralympic Games' Program and its main characteristics.
16. Famous athletes with different types of disability.
17. Paralympic Movement in Russia and abroad - characteristics and main problems.
18. Main activities of the International Paralympic Committee in Russia and abroad.
19. Documents of the International Paralympic Committee.
20. Basic information on rehabilitation process. Its peculiarities within different situations.
21. Efficient methods and technologies of rehabilitation (considering the experience of Russian and foreign scientists and adapted physical education specialists).
22. Modern methods of diagnostics and treatment of sports injuries.
23. General characteristics of adaptations and adaptation process.
24. WADA – history, structure and principles of organization.

25. RusADA – general information, history, principles of organization.

Практическое задание № 2. Устное собеседование

Типовые вопросы для устного собеседования

1. What are the definition and characteristics of Olympic Education programs in higher sports education?
2. Compare Olympic Education programs in Russia and abroad.
3. Describe Problems and perspectives of Olympic Education.
4. What are the activities of the International Fair Play Committee?
5. List the documents of the International Olympic Committee.
6. What are the main activities of the International Olympic Committee in Russia and abroad?
7. Compare modern Olympic Movement in Russia and abroad.
8. What are the history, structure and functions of the International Olympic Academy?
9. Describe Velikie Luki Olympic Academy – the history of its creation, its structure and work.
10. What are the definition and peculiarities of Adapted Physical Education in higher sports education?
11. Give general information about Adapted Physical Education in Russia.
12. Compare Adapted Physical Education in Russia and foreign countries.
13. What is the typology of summer disabled sports in Russia and abroad?
14. What is the typology of winter disabled sports in Russia and abroad?
15. What are the main characteristics of Summer and Winter Paralympic Games' Program?
16. List famous athletes with different types of disability.
17. What are the characteristics and main problems of the Paralympic Movement in Russia and abroad?
18. What are the main activities of the International Paralympic Committee in Russia and abroad?
19. What are the documents of the International Paralympic Committee?
20. Give basic information on rehabilitation process, its peculiarities within different situations.
21. Give examples of efficient methods and technologies of rehabilitation (considering the experience of Russian and foreign scientists and adapted physical education specialists).
22. What are the modern methods of diagnostics and treatment of sports injuries?
23. What are the general characteristics of adaptations and adaptation process?
24. Describe WADA – its history, structure and principles of organization.
25. Describe RusADA – general information, history, principles of organization.

Практическое задание № 3 (дополнительное). Реферирование текста/статьи

Типовой текст / статья для реферирования

The press in Britain

There are 12 daily newspapers and 10 Sunday newspapers in circulation in most parts of the country. National newspapers cater for a wide variety of tastes and interests. They are often described as either “qualities” or “tabloids” depending upon their format, style and content. Quality newspapers, which are broadsheet in format, cater for those readers who want detailed information on a wide range of news and current affairs. The most popular tabloid newspapers tend to appeal to those who want to read shorter, entertaining stories with more human interest, and they generally contain a larger number of photographs.

Newspapers cater for a whole range of political views, but often express a strong stand-point in favour of or against a certain party or policy in their editorial columns.

Certain British newspapers are renowned throughout the world. «The Times» is perhaps the most influential and best known. It was first published in 1785, making it Britain's oldest daily newspaper. «The Observer», first published in 1791, is the oldest national Sunday newspaper in the world. More recent additions to the market include «The Independent» and its sister paper, «The Independent on Sunday», and «Today».

At one time London's Fleet Street was the centre of newspaper industry, but now all the national papers have moved their editorial offices and printing plants to other parts of the capital – many to Docklands, a regenerated area to the east of the City.

A number of large publishing groups own both national and regional newspapers. There are, however, safeguards against the risk resulting from undue concentration of ownership of the media. It is unlawful to transfer a newspaper or newspaper assets to a proprietor, whose newspapers have an average daily circulation of 500,000 or more, including that of the newspaper to be taken over, without consent from the Government.

Most towns and cities have their own regional newspapers. These papers mainly include stories of regional and local interest, but the dailies also cover national and international news, often looked at from a local point of view. Some of the best-known papers include the «York-shire Post» (Leeds), «The Northern Echo» (Darlington), «The Manchester Evening News» (Manchester). London has its own evening paper, «the Evening Standard», which provides Londoners with news and features covering events in the capital. Thousands of free newspapers, which are mainly financed by advertising, are distributed to homes every week.

They have enjoyed a rapid growth in recent years and have a total estimated circulation of about 37 million. There are over 100 newspapers and magazines produced by the ethnic minorities in Britain, reflecting the multi-cultural nature of today's society. Numerous newspapers and magazines from overseas are also available.

Примеры клишированных выражений для реферирования на английском языке:

The text / article deals with ...
 As the title implies the text / article describes ...
 The text / paper is concerned with...
 It is known that...
 It should be noted about...
 The fact that ... is stressed.
 A mention should be made about ...
 It is spoken in detail about...
 It is reported that ...
 The text / article gives valuable information on...
 Much attention is given to...
 It is shown that...
 The following conclusions are drawn...
 The text / paper looks at recent research dealing with...
 The main idea of the text / article is...
 It gives a detailed analysis of...
 It draws our attention to...
 It is stressed that...
 The text / article is of great help to ...
 The text / article is of interest to ...

Немецкий язык

Вопрос № 1. Монологическое высказывание на тему

Студент должен уметь высказываться по теме в объеме не менее 100-150 слов.

1. Medizinische Rehabilitation
2. Ausführung der medizinischen Rehabilitation
3. Leistungen medizinischer Rehabilitation
4. Beispiele der Erkrankungen, bei denen Rehabilitationsmaßnahmen erforderlich sind
5. Berufsgruppen die sich mit den medizinischen Rehabilitationsmaßnahmen beschäftigen
6. Ziel der sportmedizinischen Untersuchung
7. Sportmedizinischen Beratung

8. Primäre Überprüfung
9. Körperliche Untersuchung
10. Medizinische Bescheinigung
11. Pflichten die Sportlehrkräften besitzen müssen
12. Sportrehabilitation
13. Hilfsmittel der Sportrehabilitation
14. Ziel der Sportrehabilitation
15. Die Paralympischen Spiele
16. Kategorien der Sportler in den Paralympischen Spielen
17. Geschichte der Paralympischen Spiele
18. Sportarten in denen die Athleten bei den Paralympischen Sommerspielen antreten
19. Behinderungsarten für alle Sportarten bei den Paralympischen Sommerspielen
20. Geschichte der Olympischen Spiele
21. Begründer der modernen Olympischen Spiele
22. Zweck des Anti-Doping-Gesetzes

Практическое задание № 2. Устное собеседование

Типовые вопросы для устного собеседования

1. Was versteht man unter medizinischer Rehabilitation?
2. Wie wird eine medizinische Rehabilitation ausgeführt?
3. Welche Leistungen gehören zur medizinischer Rehabilitation ?
4. Führen Sie Beispiele der Erkrankungen an, bei denen Rehabilitationsmaßnahmen erforderlich sind.
5. Welche Berufsgruppen beschäftigen sich mit den medizinischen Rehabilitationsmaßnahmen?
6. Was ist ein Ziel der sportmedizinischen Untersuchung ?
7. Was gehört zu der sportmedizinischen Beratung?
8. Was schließt die primäre Überprüfung ein?
9. Was umfasst eine körperliche Untersuchung?
10. Was bedeutet eine medizinische Bescheinigung?
11. Welche Pflichten müssen Sportlehrkräften besitzen?
12. Wer füllt die medizinische Bescheinigung aus?
13. Was umfasst die Sportrehabilitation?
14. Welche Mittel gehören zu den Hilfsmitteln der Sportrehabilitation?
15. Wo verläuft die Sportrehabilitation?
16. Was ist ein Ziel der Sportrehabilitation?
17. Wem ist Sportrehabilitation nötig?
18. Welche Spiele nennt man die Paralympischen Spiele?
19. In welche Kategorien werden Sportler in den Paralympischen Spielen eingeteilt?
20. Was können Sie über die Geschichte der Paralympischen Spiele erzählen?
21. In welchen Sportarten treten die Athleten bei den Paralympischen Sommerspielen an?
22. Welche Behinderungsarten unterscheidet man für alle Sportarten bei den Paralympischen Sommerspielen?
23. Was können Sie über die Geschichte der Olympischen Spiele erzählen?
24. Wer war Begründer der modernen Olympischen Spiele?
25. Was ist der Zweck des Anti-Doping-Gesetzes?

Типовые вопросы для устного собеседования

Практическое задание № 3 (дополнительное). Реферирование текста/статьи

Типовой текст / статья для реферирования

Nationalparks in Deutschland

In 145 Parks, davon 12 Nationalparks hat Deutschland viele, zum Teil sogar noch versteckte Schätze zu bieten.

In Deutschland wurde im Jahr 1970 im Bayerischen Wald der 1. Nationalpark als Beitrag zum europäischen Naturschutzjahr eingerichtet. Er befindet sich zwischen Bayerisch Eisenstein und Mauth entlang der Grenze zur Tschechischen Republik, Größe: 242,5 qkm.

1997 wurde der Nationalpark Bayerischer Wald zum größten Waldnationalpark Deutschlands entwickelt. Zwischen Kachel, Lusen und Falkenstein soll die Waldlandschaft in ihrer Ursprünglichkeit erhalten werden. Obwohl hier viel Forstwirtschaft betrieben wurde, stehen in einigen Teilen des Biosphärenreservats noch Urwälder, die weitgehend unberührt bleiben.

„Filze“ heißen die Hochmoore, an denen Latschen, Moos- und Preiselbeeren und Sonnentau wachsen. Hier brüten auch Wiesenpieper, Bekassine, Krickenten. An die 100 Vogelarten sind im Bereich des Bayerischen Waldes erkundet worden. Kohlmeise, Grauschnäpper und Stieglitz sind anzutreffen, oder die sogar in den Alpen selten gewordenen Dreizehensprechte und Alpengingdrosseln. Greifvögel leben in der Nähe von Rot- und Schwarzwild, Rehen, Fuchsen, Dachsen, Edel- und Steinmardern.

Zwischen Buchholz im Norden und Schneverdingen im Süden liegt die Lüneburger Heide (234 qkm). Von tiefrosa bis hellviolett, durchsetzt mit vereinzelt, seltsam geformten Wacholderbüschen, erstreckt sich die Heide kilometerweit. Vor 150 Jahren sah dieser Landstrich noch völlig anders aus: eintönig, verarmt, wenig reizvoll – eine öde Steppe, durch Menschenhand baum- und strauchlos. Das sollte ab 1909 anders werden, als man den Naturschutzpark Lüneburger Heide gründete, den ältesten in Deutschland! Naturfreunde kauften das Gelände, um damit zu verhindern, dass es bebaut wurde. Das ist eine saftige Hügellandschaft, bestimmt von großen Wäldern, durchsetzt mit fruchtbaren Ackerfluren.

Fauna und Flora: Zwergstraucharten wie Besenheide, Heidelbeere, Preiselbeere, Wacholder, Mischwälder mit Birken, Fichten, Eichen, Kiefern. 140 Spinnenarten, Wildbienen, Käfer, Heuschrecken, Schmetterlinge, Wildschwein, Rothirsch, Reh, Fuchs, Dachs, Marder, Iltis.

Die Nationalparks Harz und Hochharz waren früher Schatzkammern mit Silber und Gold, heute sind sie Naturparadiese und Wasserspeicher.

Ost- und Westharz sind seit 1992 zum Naturpark Harz zusammengeschlossen. Der Oberharz, Nordwestteil des Gebirges, erhebt sich markant aus dem Norddeutschen Tiefland. Steile und kurze Täler durchziehen ihn. Ausgehöhlt ist er von Stollen und Schächten des mittelalterlichen Bergbaus. Im Osten prägen weite Hochflächen den Unterharz. Auch zergliedern steile Bachtäler das Plateau.

Der niedersächsische Teil des Hochharzes ist als Nationalpark ausgewiesen. Kernbereich ist 700-800 Meter hohe Plateau, das noch von einzelnen Erhebungen überragt wird.

Direkt um den Brocken liegt der Nationalpark Hochharz. Die dichten Fichtenforste werden allmählich in naturnahe Wälder umgewandelt. Besondere Reichtümer sind die Moose und Flechten, die sonst nur in alpinen Zonen vorkommen.

Fauna und Flora: Wildkatzen, Muffelwild, Wanderfalken, Rotwild, Baummarder, Auerhühner, Spinnenarten, Moosbeere, Immergrün, Maiglöckchen u.a.

Примеры клишированных выражений для реферирования на немецком языке:

- **Начать необходимо с введения, то есть кратко изложить об источнике (журнал, газета, сборник...).** Можно использовать:

• Mein Artikel ist der Zeitung bzw. Der Zeitschrift vom (Datum) entnommen.

Das ist eine (überregionale, regionale, lokale, politische, gesellschaftlich-politische, interessante ...) Tageszeitung:

• Die Zeitung teilt mit:

- berichtet:

- bringt einen Artikel über etw. heraus:

- bringt einen Artikel unter dem Titel ... heraus: •Der Artikel befindet sich auf der Seite ...
 - steht in der Rubrik ...
 - in der Spalte
 - заглавие
 - Der Titel
 - (heißt) ist ...
 - lautet in Deutsch ungefähr so ...
 - entspricht in Deutsch folgendem Satz: ...
 - ist äußerst schwer zu übersetzen, deshalb würde ich ihn so formulieren: ... / deshalb würde ich ihn etw. ändern.
 - Ich würde den Titel ungefähr so übersetzen: ...
 - **описание темы**
- Der Hauptgedanke/die Hauptidee dieses Artikels ist...
- In diesem Zusammenhang ...der Autor/ In diesem Zusammenhang laesst sich folgendes sagen (если надо дать комментарий).
- In diesem Artikel thematisiert der Autor ...
- Der Autor setzt sich mit dem Thema ... auseinander.
- Der Artikel ist dem Thema ... gewidmet.
- Im Mittelpunkt / Im Blickpunkt stehen...
 - Die Zeitung berichtet über dieses Ereignis in Schlagzeilen
 - Dieses Ereignis ist das Thema Nummer 1 aller Zeitungen.
 - Dieses Ereignis ist die Spitzenmeldung aller Zeitungen.
 - betrachtet das Problem aus zwei Sichtweisen.
 - schildert dieses Problem von zwei verschiedenen Seiten
 - **Последняя часть - заключение.**
- Примеры фраз:
- Zum Schluss möchte ich sagen ...
- Letztlich, zu gutter Letzt ..

6.4.3. Перечень практических заданий на зачёте, необходимых для оценки умений и опыта деятельности

Практическое задание № 1

Приведите на изучаемом языке примеры студенческих конференций, которые проводятся в вузе, где Вы обучаетесь.

Практическое задание № 2

Опишите на изучаемом языке студенческие конференции по профилю подготовки, в которых Вы участвовали в вузе, где Вы обучаетесь.

Практическое задание № 3

Охарактеризуйте на изучаемом языке свой интерес к научной деятельности/причины его отсутствия.

Практическое задание № 4

Укажите основные направления научно-исследовательской деятельности вуза, в котором Вы обучаетесь.

Практическое задание № 5

Опишите на изучаемом языке виды спортивных травм и приведите их классификацию.

Практическое задание № 6

Охарактеризуйте на изучаемом языке новейшие методы диагностики и лечения спортивных травм.

Практическое задание № 7

Приведите примеры терминологических единиц, относящихся к лексическим коммуникативным темам «APE in Russia and abroad»

Практическое задание № 8

Приведите примеры терминологических единиц, относящихся к лексическим коммуникативным темам «Main issues of APE in Russia and abroad»

Практическое задание № 9

Опишите на изучаемом языке одно из устройств, используемых в НИИ ПСОФК ФГБОУ ВО ВЛГАФК.

Практическое задание № 10

Опишите перспективы развития спортивной науки/науки в целом/интересующей отрасли науки на изучаемом языке.

Практическое задание № 11

На изучаемом языке приведите типологию реабилитационных программ и упражнений для различных видов спорта, применяемых в России и зарубежом.

Практическое задание № 12

На изучаемом языке дайте описание спортивного объекта, в котором проходят учебно-тренировочные занятия в избранном Вами виде спорта/по паралимпийским видам спорта.

Практическое задание № 13

Опишите на изучаемом языке спортивный инвентарь, которым Вы пользуетесь на учебно-тренировочных занятиях/на занятиях по АФК.

Практическое задание № 14

Приведите примеры терминологических лексических единиц по коммуникативной теме «Мой олимпийский/паралимпийский вид спорта» на изучаемом языке.

Практическое задание № 15

Приведите примеры терминологических лексических единиц по коммуникативной теме «Моя тренировка» на изучаемом языке.

Практическое задание № 16

Приведите примеры терминологических лексических единиц по коммуникативной теме «Олимпийский/Паралимпийский спорт в России» на изучаемом языке.

Практическое задание № 17

Приведите примеры терминологических лексических единиц по коммуникативной теме «Олимпийский/Паралимпийский спорт в Великобритании/Германии» на изучаемом языке.

Практическое задание № 18

Приведите примеры терминологических лексических единиц по коммуникативной теме «Олимпийский/Паралимпийский спорт в США/Австрии» на изучаемом языке.

Практическое задание № 19

Приведите примеры терминологических лексических единиц по коммуникативной теме «Спортивное соревнование» на изучаемом языке.

Практическое задание № 20

Приведите примеры терминологических лексических единиц по коммуникативной теме «Спортивные звания в России и странах изучаемого языка» на изучаемом языке.

Практическое задание № 21

Приведите основные даты деятельности МОК на изучаемом языке.

Практическое задание № 22

Укажите ключевые понятия для Олимпийского движения на изучаемом языке.

Практическое задание № 23

Приведите пример состязаний, входивших в программу древних Олимпийских Игр, на изучаемом языке.

Практическое задание № 24

Приведите пример состязаний, входивших в программу современных Летних Олимпийских/Паралимпийских Игр, на изучаемом языке.

Практическое задание № 25

Приведите пример состязаний, входивших в программу современных Зимних Олимпийских/Паралимпийских Игр, на изучаемом языке.

Практическое задание № 26

Приведите примеры видов спорта, являющихся кандидатами на включение их в программу предстоящих Летних Олимпийских/Паралимпийских Игр, на изучаемом языке.

Практическое задание № 27

Приведите примеры видов спорта, являющихся кандидатами на включение их в программу предстоящих Зимних Олимпийских/Паралимпийских Игр, на изучаемом языке.

Практическое задание № 28

Приведите примеры видов спорта, исключенных из программы Летних/Зимних Олимпийских/Паралимпийских Игр, на изучаемом языке.

Практическое задание № 29

Приведите примеры терминологических лексических единиц по коммуникативной теме «Олимпийский/Паралимпийский вид спорта» на изучаемом языке.

Практическое задание № 30

Приведите примеры терминологических лексических единиц по коммуникативной теме «Олимпийское/Паралимпийское движение в России» на изучаемом языке.

Практическое задание № 31

Приведите примеры терминологических лексических единиц по коммуникативной теме «Олимпийское/Паралимпийское движение в странах изучаемого языка» на изучаемом языке.

6.5. Паспорт оценочных средств промежуточной аттестации

№ п/п	Тема или раздел	Код контролируемых компетенций	Номер зачётного вопроса для контроля знаний	Номер ситуационной задачи для контроля знаний и умений	Номер практического задания для контроля сформированности умений и опыта практической деятельности
1.	Тема № 1. Основы Олимпийского образования. Паралимпийское движение.				
	1.1. Принципы реализации Олимпийского образования в высшем спортивном образовании. Деятельность международного комитета Fair Play.	УК-4	9, 10 (англ. яз.) / 6, 9 (нем. яз.)	14, 16, 17, 18, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31	Задания 1-3, п. 6.4.2
	1.2. Документы МОК. Олимпийская Хартия.	УК-4	9, 10 (англ. яз.) / 6, 9 (нем. яз.)	21, 22	Задания 1-3, п. 6.4.2
	1.3. Паралимпийское движение. Документы Международного Паралимпийского Комитета.	УК-4	2, 3 (англ. яз.) 6, 10 (нем. яз.)	23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31	Задания 1-3, п. 6.4.2
	1.4. Паралимпийский спорт в России и за	УК-4	2, 3 (англ. яз.) / 6, 9 (нем. яз.)	14, 16, 17, 18, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31	Задания 1-3, п. 6.4.2

	рубежом.				
	1.5. Мой спортивный регион. Профессиональный спорт и спорт высших достижений в регионе. Школы олимпийского резерва.	УК-4	9, 10 (англ. яз.) / 6, 9 (нем. яз.)	14, 16, 17, 18, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31	Задания 1-3, п. 6.4.2
	1.6. Тренерство и судейство. Особенности подготовки судей и тренеров в избранном виде спорта.	УК-4	9, 10 (англ. яз.) / 6, 9 (нем. яз.)	14, 16, 17, 18, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31	Задания 1-3, п. 6.4.2
2.	Тема № 2. Вопросы адаптивной физической культуры				
	2.1. Адаптивная физическая культура в России и за рубежом.	УК-4	1, 8 (англ. яз.) / 4, 5, 6, 7 (нем. яз.)	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13	Задания 1-3, п. 6.4.2
	2.2. Виды спортивных травм и их классификация. Новейшие методы диагностики и лечения спортивных травм.	УК-4	1, 6 (англ. яз.) / 3, 6, 7 (нем. яз.)	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13	Задания 1-3, п. 6.4.2
	2.3. Физиотерапия и реабилитация. Типология реабилитационных программ и упражнений для различных видов	УК-4	4, 5, 7 (англ. яз.) / 1, 2, 3, 7 (нем. яз.)	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13	Задания 1-3, п. 6.4.2

	спорта.				
	2.4. Тренерская деятельность в адаптивной физической культуре.	УК-4	4, 5, 7 (англ. яз.) / 1, 2, 3, 7 (нем. яз.)	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13	Задания 1-3, п. 6.4.2
3.	Тема № 3. Научная деятельность на иностранном языке				
	3.1. Исследования в сфере физической культуры в странах изучаемого языка.	УК-4	9, 10 (англ. яз.) / 6, 9 (нем. яз.)	14, 16, 17, 18, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31	Задания 1-3, п. 6.4.2
	3.2. Исследовательская деятельность в спорте высших достижений по отраслям научного знания (биологические и педагогические науки).	УК-4	9, 10 (англ. яз.) / 6, 9 (нем. яз.)	14, 16, 17, 18, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31	Задания 1-3, п. 6.4.2
	3.3. Анализ и подготовка научно-исследовательских работ в избранном виде спорта на иностранном языке	УК-4	9, 10 (англ. яз.) / 6, 9 (нем. яз.)	14, 16, 17, 18, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31	Задания 1-3, п. 6.4.2
4.	Тема № 4. Устная и письменная коммуникация в профессиональном контексте				
	4.1. Особенности устной коммуникации	УК-4	9, 10 (англ. яз.) / 6, 9 (нем. яз.)	14, 16, 17, 18, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31	Задания 1-3, п. 6.4.2

	в профессиональном аспекте на иностранном языке. Подготовка к выступлению на конференции на иностранном языке в рамках профессиональной тематики.				
	4.2. Особенности письменной коммуникации в профессиональном аспекте на иностранном языке. Составление реферата и аннотации профессионально-ориентированных текстовых материалов.	УК-4	1, 8 (англ. яз.) / 4, 5, 6, 7 (нем. яз.)	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13	Задания 1-3, п. 6.4.2

6.6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности при проведении промежуточной аттестации

Процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, подробно описаны в Положении о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта» (принято решением учёного совета ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» 29 октября 2019 года, протокол № 03, введено в действие приказом ректора ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» № 219 от 29 октября 2019 года).

Критерии оценивания ответа обучающегося на зачёте (2 семестр)

«зачтено»	Обучающийся обнаруживает знание большей части основного учебного материала в объёме, необходимом для дальнейшего обучения и предстоящей работы по профессии, возможны некоторые неточности при ответе и/или интерпретации примеров из образовательной практики, которые обучающийся исправляет после пояснений, данных преподавателем; владеет навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач. Уровень сформированности компетенций - не ниже порогового
«не зачтено»	Обучающийся имеет существенные пробелы в теоретических знаниях содержания дисциплины, допускает принципиальные ошибки при выполнении заданий, не способен решать профессиональные задачи. Уровень сформированности компетенций - недостаточный

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

7.1.1. Рекомендуемая литература (основная)

Английский язык

1. Ершова, Н.Г. Important issues of adapted physical education = Актуальные вопросы адаптивной физической культуры: учебное пособие / Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко, Н.А. Павлюченкова. – Великие Луки, 2017. – 280 с.

1а. Ершова, Н.Г. Important issues of adapted physical education = Актуальные вопросы адаптивной физической культуры: учебное пособие / Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко, Н.А. Павлюченкова. – Великие Луки, 2017. – 280 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. – URL: <https://lib.rucont.ru> (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Английский язык: учебное пособие. Ч.1 / под редакцией Н.А. Шнайдер, С.П. Канарского. – 2-е изд., испр. и доп. – Малаховка: МГАФК, 2016 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021).
3. Английский язык: учебное пособие для студентов вузов физической культуры. Ч. 2 / под ред. Н.А. Шнайдер, С.П. Канарского. – 2-е изд., испр. и доп. – Малаховка: МГАФК, 2016 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021).
4. Английский язык для направления «Физическая культура» = English for Students of Physical Education: учебник для студентов учреждений высшего образования / Е.А. Баженова, А.Ю. Гренлунд, Л.Я. Ковалева, А.В. Соколова. – 7-е изд., испр. – Москва: Издательский центр «Академия», 2015. – 352 с. – (Сер. Бакалавриат).

Немецкий язык

1. Павлюченкова, Н.А. Sportrehabilitation: сборник текстов с заданиями для студентов вузов физической культуры: учебно-методическое пособие по немецкому языку / Н.А. Павлюченкова, Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко. – Великие Луки, 2016. – 50 с.
- 1а Павлюченкова, Н.А. Sportrehabilitation: сборник текстов с заданиями для студентов вузов физической культуры: учебно-методическое пособие по немецкому языку / Н.А. Павлюченкова, Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко. – Великие Луки, 2016. – 50 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. – URL: <https://lib.rucont.ru> (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Беляева, Н.И. Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings. Виды спорта: история развития и особенности тренировки: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Беляева. – Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021).
3. Васильева, М.М. Практическая грамматика немецкого языка: учебное пособие / М.М. Васильева, М.А. Васильева. – 14-е изд. – Москва: Инфра-М, 2015. – 252 с.

7.1.2. Рекомендуемая литература (дополнительная)

Английский язык

1. Аветисян, Н.Г. Английский язык для делового общения. [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Аветисян Н.Г., Игнатов К.Ю. — Москва : КноРус, 2017. — 190 с. — (для бакалавров и магистров). Режим доступа: <https://book.ru/book/932012> (дата обращения: 29.04.2021).
2. Дытко, Е.В. Getting to know English: учебно-методическое пособие по дисциплине «Иностранный язык» / Е.В. Дытко, Н.Г. Ершова. – Великие Луки, 2019. – 104с.
3. Романова, С.В. Английский язык (олимпийские виды спорта): учебное пособие / С.В. Романова. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2017 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021).
4. Английский язык: лексика и грамматика в текстах футбольной направленности: учебное пособие / Л. Е. Сергеева. – Санкт-Петербург, 2016. – 175 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021).
5. Глембоцкая, Я.И. Figure skating. Избранный вид спорта. Фигурное катание: лексико-грамматический практикум по английскому языку для студентов вузов физической культуры / Я.И. Глембоцкая. – Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021).

6. Глембоцкая, Я.И. Football. Избранный вид спорта. Футбол: лексико-грамматический практикум по английскому языку для студентов вузов физической культуры / Я.И. Глембоцкая. – Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021).
7. Шнайдер, Н.А. Track-and-Field Athletics. Легкая атлетика: учебно-методическое пособие / Н.А. Шнайдер. – Малаховка: МГАФК, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021).

Немецкий язык

1. Беляева, Н.И. Вводно-коррективный курс немецкого языка. Правила чтения и особенности произношения: учебно-методическое пособие / Н.И. Беляева. – Малаховка: МГАФК, 2015// Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору (дата обращения 30.09.2021).
2. Васильева, М.Ю. Немецкий язык: методические указания, учебные тексты и контрольные задания / М.Ю. Васильева. – Великие Луки, 2011. – 143 с.
3. Зиновьева, А.Ф. Deutsch: учебник для бакалавров /А.Ф.Зиновьева [и др.]; под редакцией А.Ф.Зиновьевой. – Москва: Юрайт, 2014. – 348 с.
4. Уткина Г.И. Иностранный (немецкий) язык: практический курс (Спорт). Томский государственный педагогический университет, 2018. 72 с.
5. Бганцева, И. В. Fachdeutsch für Neilsport (Немецкий язык для обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья: учебное пособие / И. В. Бганцева. – Волгоград : ВГАФК, 2016. – 174 с. // ЭБС Лань: сайт. –URL: <https://e.lanbook.com/book/158051> (дата обращения: 18.10.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. Бганцева, И. В. Когнитивно-систематизирующее развитие иноязычной коммуникативной компетенции студентов нелингвистического вуза : монография / И. В. Бганцева. – Волгоград : ВГАФК, 2017. – 201 с.// ЭБС Лань: сайт. – URL: <https://e.lanbook.com/book/158109> (дата обращения: 18.10.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

7.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»

На русском языке

1. Министерство спорта Российской Федерации: сайт. – Москва: Министерство спорта Российской Федерации, 2008-2019. - URL: <http://minsport.gov.ru> (дата обращения 30.09.2021).
2. Теория и практика физической культуры: научно-теоретический журнал: сайт. - Москва. - URL: <http://www.teoriya.ru/ru> (дата обращения 30.09.2021).
3. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: научно-методический журнал: сайт. - URL: <http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/2> (дата обращения 30.09.2021).
4. Культура физическая и здоровье: научно-методический журнал: сайт. – Воронеж: Воронежский государственный педагогический университет, 2013. - URL: <http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/content.html> (дата обращения 30.09.2021).
5. Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта: научно-теоретический журнал: сайт. – Санкт-Петербург: Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, 2021. - URL: <http://lesgaft-notes.spb.ru/ru/node/638> (дата обращения 30.09.2021).

На английском, немецком языке

1. The SIL Glossary of linguistic terms: сайт. – URL: <https://glossary.sil.org/> (дата обращения: 30.09.2021).
2. UsingEnglish.com: сайт. – URL: <http://www.usingenglish.com/glossary.html> (дата обращения: 30.09.2021).
3. Scientific, technical, and medical research on ScienceDirect: сайт. – URL: <https://www.sciencedirect.com/> (дата обращения: 30.09.2021).
4. Reise Know-How Verlag: сайт. – URL: <https://www.reise-know-how.de/> (дата обращения: 30.09.2021).
5. Goethe Institut: сайт. – URL: <https://www.goethe.de/de/index.html> (дата обращения: 30.09.2021).
6. Duolingo – The world's best way to learn a language: сайт. – URL: [duolingo.com](https://www.duolingo.com) (дата обращения: 30.09.2021).

Английский, немецкий язык

7. The SIL Glossary of linguistic terms: сайт. – URL: <https://glossary.sil.org/> (дата обращения: 29.04.2021).
8. UsingEnglish.com: сайт. – URL: <http://www.usingenglish.com/glossary.html> (дата обращения: 29.04.2021).
9. Scientific, technical, and medical research on ScienceDirect: сайт. – URL: <https://www.sciencedirect.com/> (дата обращения: 29.04.2021).
10. Reise Know-How Verlag: сайт. – URL: <https://www.reise-know-how.de/> (дата обращения: 29.04.2021).
11. Goethe Institut: сайт. – URL: <https://www.goethe.de/de/index.html> (дата обращения: 29.04.2021).
12. Duolingo – The world's best way to learn a language: сайт. – URL: [duolingo.com](https://www.duolingo.com) (дата обращения: 29.04.2021).
7. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. – Доступ к полным текстам по паролю. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red (дата обращения: 29.04.2021).
8. BBC [Электронный ресурс] : [сайт]. – Режим доступа: <https://bbc.co.uk/>, свободный (дата обращения 29.04.2021)
9. CNN [Электронный ресурс] : [сайт]. – Режим доступа: <https://cnm.com/>, свободный (дата обращения 29.07. 29.04.2021)
10. USA TODAY [Электронный ресурс] : multi-platform news and information media company. – Режим доступа: <https://usatoday.com/>, свободный (дата обращения 29.04.2021).

7.3. Программное обеспечение

1. Microsoft Office 2007
2. Microsoft Windows 7

7.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

7.4.1. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в локальной сети

1. Электронная библиотека Национального государственного университета им. Лесгафта (Санкт-Петербург). – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. – Текст: электронный.

2. Электронная библиотека Московской государственной академии физической культуры (Малаховка). – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. – Текст: электронный.

3. Электронная библиотека Сибирского университета физической культуры (Омск). – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. – Текст: электронный.

7.4.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в сети «Интернет» (заключены договора с ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»)

1. РУКОНТ: национальный цифровой ресурс: межотраслевая электронная библиотека : сайт / Консорциум «КОНТЕКСТУМ». – Сколково, 2010 -. – URL: <http://lib.rucont.ru/search> (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.

2. IPRbooks: электронно-библиотечная система (Базовая версия «Премиум»): сайт. – Саратов, 2005 -. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/> (дата обращения: 11.10.2019). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.

3. Springer Nature: издательство: сайт. – Москва, 2019. – URL: <http://link.springer.com> (дата обращения: 12.10.2021) – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.

4. Web of science : наукометрическая реферативная база данных журналов и конференций : сайт. – Москва, 2019 -. – URL: <http://www.webofscience.com> (дата обращения: (12.10.2021) – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.

7.4.3. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы сети «Интернет» свободного доступа

1. eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000 -. – URL: <http://www.elibrary.ru> (дата обращения: 30.09.21). – Текст: электронный.

2. Большая бесплатная библиотека : сайт. – URL: <http://tululu.org/> (дата обращения: 11.10.2019). – Текст: электронный.

3. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»: сайт. – Москва. – URL: <http://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 30.09.21). – Текст: электронный.

4. Спортивное чтение: спортивная электронная библиотека: сайт. – 2019. – URL: <http://sportfiction.ru/> (дата обращения: 30.09.21). – Текст: электронный.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Аудитория № 105 здания общежития с пристроенным учебным корпусом, пл. Юбилейная д. 4, к. 1	14 посадочных мест, стулья ученические – 17 штук, стулья мягкие – 2 штуки, столы ученические – 14 штук, столы письменные – 3 штуки, шкаф трехстворчатый; тонкий клиент ТОНК 1507 – 7 штук, монитор LG 23MP55HQ-P – 7 штук, мышь компьютерная – 7 штук, клавиатура – 7 штук, переносной мультимедийный проектор BenQ MP522-24010-00, переносная доска для проектора на

	штативе; ноутбук hp Compad 8710p-43857-00; доска классная, стиральная тряпка, мел – 3 штуки, вешалка для одежды, магниты для доки – 6 штук; наглядные пособия (плакаты) – 9 штук, диски учебные (фильмы) – 2 штуки, журналы методические на русском языке – 33 штуки, папки с учебно-методическими материалами (грамматика – 2 штуки, интернет-тренажер, самообследование студентов к аккредитации, менеджмент, сервис, страноведение, Великобритания, США, деловая и личная корреспонденция, контрольные работы и тестовые материалы, сценарии, Олимпийские игры, психология, образование, язык и коммуникация, физическая культура и физиология, тесты на оценку языкового уровня студентов первого курса – 2 штуки), словари (английский язык) – 17 штук, словари (немецкий язык) – 9 штук, журнал «Speak Out» – 36 штук, журнал «English» – 70 штук, журнал «English Learner's Digest» – 74 штуки, учебно - методическое пособие «Important issues of adapted physical education» – 9 штук, учебно - методическое пособие для студентов заочной формы обучения (английский язык) – 18 штук, сборник упражнений по грамматике – 13 штук, учебные пособия (английский язык) – 15 штук, учебные издания (английский язык) – 7 штук, учебники – 6 штук, материалы по Олимпийским играм в Сочи 2014 – 46 штук.
Аудитория № 109* здания общежития с пристроенным учебным корпусом, пл. Юбилейная д. 4, к. 1	10 посадочных мест, стулья ученические – 12 штук, столы ученические – 10 штук, стол компьютерный, стол письменный, кресло компьютерное; персональный компьютер Формоза – 10 штук, персональный компьютер Хр, монитор Dero 700P – 11 штук, клавиатура genius K627 – 10 штук, клавиатура Logitech Y - su61, мышь Genius Netscroll 110 – 10 штук, мышь Glaser X6-70D, наушники Amadeus – 11 штук, мультимедийная доска TraceBoard, маркеры для мультимедийной доски TraceBoard – 2 штуки, стационарный мультимедийный проектор Infocus; копировальный аппарат цифровой – 19670-00; шкафы двустворчатые – 2 штуки;

	диски учебные (фильмы) – 17 штук, диски учебные (конференции) – 2 штуки.
Электронный читальный зал* библиотеки здания общежития с пристроенным учебным корпусом, пл. Юбилейная д. 4, к. 1	11 посадочных мест, ученические столы – 11, ученические стулья – 11, персональные компьютеры ТОНК 1507 – 11 штук, мониторы Samsung 710N – 11 штук

**Помещения для самостоятельной работы*

9. ХРОНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН практических занятий по дисциплине

9.1. Очная форма обучения

№ п/п	Темы лекций, лабораторных, практических и семинарских занятий в хронологическом порядке	Перечень необходимого оборудования, наглядные пособия	Количество часов и вид занятия	Возможность применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий при проведении учебного занятия
Третий семестр				
1	Принципы реализации Олимпийского образования в высшем спортивном образовании. Деятельность международного комитета Fair Play.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 1, 2 ч	Да
2	Деятельность Международного Олимпийского Комитета в России и за рубежом. Основные программные документы МОК.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 2, 2 ч	Да
3	Деятельность Международного Паралимпийского Комитета в России и за рубежом. Основные программные документы Международного Паралимпийского Комитета.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 3, 2 ч	Да
4	Паралимпийские летние и зимние виды спорта в России и за рубежом. Их классификация и особенности.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 4, 2 ч	Да
5	Контрольная работа № 1 по теме «Контроль формирования лексико-грамматических навыков в рамках пройденных коммуникативных и грамматических тем»	Контрольная работа № 1 (в распеч. виде для кажд. студента)	Практическое занятие № 5, 2 ч	Да
6	Спорт в Псковской области – общие характеристики наиболее популярных видов спорта в регионе.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 6, 2 ч	Да
7	Развитие профессионального спорта и спорта высших достижений в Псковской области.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 7, 2 ч	Да
8	Определение понятия «тренерская деятельность». Качества, необходимые для тренера в избранном виде спорта.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 8, 2 ч	Да
9	Определение термина «судейство». Качества, необходимые для судьи в избранном виде спорта.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 9, 2 ч	Да
10	Состояние развития адаптивной физической культуры в России и мире. Актуальные вопросы и исследования в рамках адаптивной физической	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 10, 2 ч	Да

	культуры в России.			
11	Типология спортивных травм. Исследования и практические разработки в области диагностики и лечения спортивных травм (опыт российских и зарубежных исследователей).	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 11, 2 ч	Да
12	Анализ характеристики и особенностей российских и зарубежных реабилитационных программ. Классификация восстановительных/реабилитационных упражнений для различных видов спорта (опыт российских и зарубежных исследователей).	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 12, 2 ч	Да
13	Контрольная работа № 2 по теме «Индивидуальный контроль формирования навыков поискового чтения»	Контрольная работа № 2 (в распеч. виде для кажд. студента)	Практическое занятие № 13, 2 ч	Да
14	Анализ характеристики и особенностей тренерской деятельности в адаптивной физической культуре в России и зарубежом.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 14, 2 ч	Да
Пятый семестр				
15	Анализ исследовательской деятельности в сфере физической культуры в странах изучаемого языка.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 15, 2 ч	Да
16	Сравнительный анализ исследовательской деятельности в зарубежных и российских НИИ. Характеристика приоритетных направлений исследовательской деятельности в физической культуре и спорте.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 16, 2 ч	Да
17	Спорт высших достижений как предмет и объект исследований в физической культуре.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 17, 2 ч	Да
18	Спорт высших достижений в биологических и педагогических науках. Приоритетные направления исследований в биологических/педагогических науках.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 18, 2 ч	Да
19	Контрольная работа № 1 по теме «Подготовка реферата по обзору журналов спортивной тематики из сети Интернет».	Контрольная работа № 1 (в распеч. виде для кажд. студента)	Практическое занятие № 19, 2 ч	Да
20	Правила подготовки научно-исследовательских работ в России. Особенности подготовки исследовательских проектов для участия в конференциях на иностранных языках в вузах физической культуры.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 20, 2 ч	Да
21	Правила подготовки научно-исследовательских работ зарубежом. Особенности подготовки курсовых и выпускных квалификационных работ в вузах физической культуры.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 21, 2 ч	Да
22	Особенности и правила оформления продуктов устной коммуникации в ситуации профессионально-ориентированного общения на иностранном языке.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 22, 2 ч	Да
23	Подготовка к выступлению на конференции на иностранном языке в рамках профессиональной тематики.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 23, 2 ч	Да
24	Обзор зарубежных научно-исследовательских конференций студентов и молодых ученых для обучающихся вузов физической культуры/неязыковых вузов.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 24, 2 ч	Да
25	Особенности и правила оформления продуктов письменной коммуникации в ситуации профессионально-ориентированного общения на иностранном языке.	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 25, 2 ч	Да
26	Правила подготовки и оформления реферата и аннотации профессионально-ориентированного	аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской	Практическое занятие № 26, 2 ч	Да

	текстового материала по профессионально-ориентированной тематике.	проектором, интерактивной доской	2 ч	
27	Контрольная работа № 2 по теме «Написание научной статьи»	Контрольная работа № 2 (в распеч. виде для кажд. студента)	Практическое занятие № 27, 2 ч	Да

Контрольные работы для обучающихся**3 семестр****Английский язык****Контрольная работа № 1 (Вариант 1)**

по дисциплине «Иностранный язык для профессиональных целей»

по теме «Контроль формирования лексико-грамматических навыков в рамках пройденных коммуникативных и грамматических тем»

студен _____ группы

Ф.И.О. _____

Дата _____

I. Найдите и подчеркните в каждом ряду однокоренных слов существительное, перевод которого дан в начале ряда:

Олимпиадец - a) Olympic, b) Olympian, c) Olympiad.

Спортивное мастерство - a) sportsman, b) sportsmanship, c) sporting.

Направление - a) development, b) direction, c) relation.

Успешный - a) success, b) succeed, c) successful, d) unsuccessful.

Запрещать - a) to adopt, b) to appeal, c) to ban, d) to assert.

Призывать - a) to abolish, b) to refuse, c) to resolve, d) to appeal.

II. Найдите в каждом ряду слово, противоположное по значению выделенному слову:

Stable - a) equal, b) profound, c) unstable, d) apparatus.

Trust - a) support, b) mistrust, c) ban, d) expulsion.

To adopt - a) to resolve, b) to abolish, c) to ban, d) to support.

III. Соедините слова из списков а) и б) в пары синонимов:

a) to hoist, to struggle, to conquer, to make a debut, victor, to expand, to participate, to converse.

b) to fight, to raise, to win, to make an appearance, winner, to enlarge, to take part, to involve, to convoke.

IV. Переведите следующие слова и словосочетания:

лекарство

витамины

травма

суставы

боковые связки

ЖКТ

травмированный человек

болезнь

хрупкий

V. Переведите следующие предложения:

1. Неправильно подобранные упражнения могут привести к травматизму.
2. Кашель и насморк очень заразны.
3. Каждый может позволить себе заниматься в фитнес-клубе.
4. Физические отклонения у спортсменов не являются препятствием для участия в Паралимпийских Играх.

VI. Соотнесите лексические единицы левой и правой колонок таким образом, чтобы получились адекватные по смыслу словосочетания. Выпишите и переведите их.

sedentary	environment
health	injury
mental	session
undergo	problems
educational	surgery
rehabilitation	lifestyle
acquired	disorder

Контрольная работа № 1 (Вариант 2)

по дисциплине «Иностранный язык для профессиональных целей»

по теме «Контроль формирования лексико-грамматических навыков в рамках пройденных коммуникативных и грамматических тем»

студен _____ группы

Ф.И.О. _____

Дата _____

I. Определите и запишите русские эквиваленты следующих слов и сочетаний слов:

- the modern Olympic movement - Olympic awards
- the Olympic Games - national hero
- the Olympic Charter - touch-bearer
- the Olympic Oath - international referees
- Ancient Greece - national team

II. Предложите английские эквиваленты следующих слов и словосочетаний:

- древние олимпийские игры
- олимпийский флаг с пятью переплетенными кольцами
- церемония произнесения клятвы
- дебютировать
- Олимпийские игры были запрещены

III. Прочитайте предложения. Переведите их письменно.

1. To compete is as important as to win – this is the motto of the Olympic Games.
2. The 15th Winter Olympic Games are to be held in Calgary, Canada.
3. Athens was chosen to celebrate the 1st Olympic Games.
4. On June 23, it 1894 was agreed to revive the Games and to hold at Athens in 1896.
5. The Olympic Games of the 5th Olympiad to have been staged in Berlin were not held because of World War 1.
6. The competition has resulted in winning many gold, silver and bronze medals.
7. We know of their taking part in the Winter Games.
8. Having joined the Olympic movement, the Soviet athletes made a great contribution to its development.
9. The revival of the Games was proclaimed on June 23, 1894.

IV. Переведите следующие слова и словосочетания:

лекарство
 витамины
 травма
 суставы
 боковые связки
 ЖКТ
 травмированный человек
 болезнь
 хрупкий

V. Переведите следующие предложения:

1. Неправильно подобранные упражнения могут привести к травматизму.
2. Кашель и насморк очень заразны.
3. Каждый может позволить себе заниматься в фитнес-клубе.
4. Физические отклонения у спортсменов не являются препятствием для участия в Паралимпийских Играх.

VI. Соотнесите лексические единицы левой и правой колонок таким образом, чтобы получились адекватные по смыслу словосочетания. Выпишите и переведите их.

sedentary	environment
health	injury
mental	session
undergo	problems
educational	surgery
rehabilitation	lifestyle
acquired	disorder

Контрольная работа № 2 (Вариант 1)

по дисциплине «Иностранный язык для профессиональных целей»

по теме «Индивидуальный контроль навыков поискового чтения»

студен _____ группы

Дата: _____

Ф.И.О. _____

TEACHING METHODS

1. A teacher is someone acknowledge as a guide or helper in processes of learning. A teacher's role may vary between cultures. Academic subjects are emphasized societies, but a teacher's duties may include instruction craftsmanship or vocational training, spirituality, civics, community roles, or life skills. In modern schools and most contemporary occidental societies, where scientific pedagogy is practiced, the teacher is defined as a specialized profession on the same level as many other professions.

2. The objective is typically a course of study, lesson plan, or a practical skill, including and thinking skills. The different ways to teach are often referred to as the teacher's pedagogy. When deciding what teaching method to use, a teacher will need to consider students' background knowledge, environment, and learning objectives. A teacher may follow standardized curricula as determined by the relevant authority. The teacher may interact with students of different ages, from infants to adults, students with different abilities and students with learning disabilities.

3. Teaching may be carried out informally, within the family or the wider community. Formal teaching may be carried out by paid professionals. Such professionals enjoy a status in some societies on a par with physicians, lawyers, engineers, and accountants.

4. A teacher's professional duties may extend beyond formal teaching. Outside of the classroom teachers may accompany students on field trips, supervise study halls, help with the organization of school functions, and serve as supervisors for extracurricular activities. In some education systems, teachers may have responsibility for student discipline. Around the world teachers are often required to obtain specialized education and professional licensure. The teaching profession is regarded for having a body of specialized professional knowledge, codes of ethics and internal monitoring. (Wikipedia, the free encyclopedia)

1. Определите, является ли утверждение:

A teacher has only formal professional duties in teaching.

1. Ложным
2. В тексте нет информации
3. Истинным

2. Определите, является ли утверждение:

A teacher may be a person who has a high level of skills.

1. Ложным
2. В тексте нет информации
3. Истинным

3. Определите, является ли утверждение:

A teacher's profession is supposed to lead and assist in the process of studying.

1. Ложным
2. В тексте нет информации
3. Истинным

4. Определите, является ли утверждение:

The standard program must be determined by the teacher.

1. Ложным
2. В тексте нет информации
3. Истинным

5. Укажите, какой части текста (1,2,3,4) соответствует утверждение:

Teachers' functions may be beyond their educative activity.

- 1
- 2
- 4
- 3

6. Укажите, какой части текста (1,2,3,4) соответствует утверждение:

Teachers' functions include different spheres of vital activity.

- 1
- 2
- 4
- 3

7. Ответьте на вопрос: *What is the main duty of teachers?*

1. To help parents to bring up their children
2. To be only a mentor in the process of learning
3. To be a facilitator and coordinator in the educational process
4. To organize student's activity beyond learning

8. Определите основную идею текста:

1. The different ways of teaching are referred to as the teacher's pedagogy
2. A teacher is someone whose activity is aimed at teaching in classes
3. A teacher is someone whose activity is to bring up different students from infants to adults
4. Teaching may be carried out both formally and informally

Контрольная работа № 2 (Вариант 2)

по дисциплине «Иностранный язык для профессиональных целей»

по теме «Индивидуальный контроль навыков поискового чтения»

студен _____ группы

Дата: _____

Ф.И.О. _____

LEVELS OF MENTAL ORGANIZATION

1. We greatly underestimate consciousness when we attempt to redefine it as merely awareness or selective attention. Consciousness seems closer to the higher intellectual functions such as structured language, planning ahead, composing music, logical chains of inference. Just as intelligence has been described as "What you use when you don't know what to do", so too consciousness is prominently involved when the situation contains ambiguity or demands creative responses. Many mental activities can be handled by subroutines; consciousness helps to deal with the leftovers.

2. But there is some method to all of this floundering around. The key concept is that of levels of organization. The more consciousness one has, the more layers of processing divide one from the world... The deeper and broader our consciousness becomes, the more complex the layers of processing are necessary to obtain that consciousness. Levels are best defined by certain functional properties, not anatomy. A proper level is also characterized by "casual decoupling" from adjacent levels; it's a study unto itself. For example, you can weave without understanding how to make clothing. Chemistry is a proper level: Mendeleyev discovered the patterns of the table of elements without knowing anything about the underlying patterns of electron shells.

3. Mental life can pyramid a number of levels. Some of the major tasks of early childhood involve discovering four levels of organization in the apparent chaos of the surrounding environment. Infants discover phonemes and create standard categories for them. Between 18 and 36 months of age, they start to discover patterns of words called phrases. After syntax, then they go on to discover the rule about narratives having a beginning, middle and end.

4. Yet finally what we may arrive at is a theory of the mind and consciousness. The given theory states that a mind is so decoupled from its material support systems that it seems to be independent of them. (Wilham H. Calvin "Towards a Science of Consciousness")

1. Определите, является ли утверждение:

We can redefine consciousness as merely selective attention.

1. Ложным
2. В тексте нет информации
3. Истинным

2. Определите, является ли утверждение:*Levels of mental organizations cannot be properly defined by anatomy.*

1. Ложным
2. В тексте нет информации
3. Истинным

3. Определите, является ли утверждение:*4-year-old children have four levels of organization.*

1. Ложным
2. В тексте нет информации
3. Истинным

4. Определите, является ли утверждение:*According to the theory consciousness as merely selective attention.*

1. Ложным
2. В тексте нет информации
3. Истинным

5. Укажите, какой части текста (1,2,3,4) соответствует утверждение: “Causal decoupling” is one of the characteristics of a proper level.

- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 1
- ☐ 4

6. Укажите, какой части текста (1,2,3,4) соответствует утверждение:*Among the higher intellectual functions there are composing music and structural language.*

- ☐ 4
- ☐ 2
- ☐ 1
- ☐ 3

7. Ответьте на вопрос: How many levels of mental organization is it necessary to obtain?

1. eighteen levels
2. some number of levels
3. four levels
4. one level

8. Определите основную идею текста:

1. A proper level is characterized by causal decoupling from adjacent level and designed by certain functional properties.
2. Levels of mental organization make consciousness independent of its material base.
3. Our consciousness is deep and broad
4. Our consciousness consists of four levels of organization.

Немецкий язык**Контрольная работа № 1 (Вариант 1)***по дисциплине «Иностранный язык для профессиональных целей»**по теме «Контроль формирования лексико-грамматических навыков в рамках пройденных коммуникативных и грамматических тем»*

студен _____ группы _____

Ф.И.О. _____

Дата _____

1. Запишите следующие слова и выражения и переведите их на русский язык.

die Eigenschaft –

die Qualität –
 die Leistungsfähigkeit –
 achten auf ... -
 die Ausdauer –
 die Kraft –
 die Grundlage –
 die Meisterschaft –
 abhängen –
 von Bedeutung sein –
 die Körperkultur -
 körperlich -
 geistig -
 die Regel

2. Прочитайте следующие «интернациональные» слова и запишите их перевод.

das Training; trainieren; speziell; organisieren; pädagogisch; der Prozess; optimal; physisch; die Technik; technisch; die Taktik; taktisch; theoretisch; funktionell; funktionieren; die Disziplin; charakterisieren; modern; der Element; variieren; die Rolle; moralisch; die Initiative; sportlich

3. Образуйте от следующих глаголов существительные. Переведите данные существительные на русский язык, обращая внимание на значение суффиксов –er и –in.

Например: lehren – der Lehrer, die Lehrerin

trainieren; spielen; teilnehmen; schwimmen; turnen; laufen; besuchen; boxen; erziehen; leiten; verteidigen; angreifen

4. Определите глагол, от которого образовано существительное с суффиксом –ung; запишите и переведите пары слов.

Например: die Übung – üben (упражняться) – упражнение

die Leistung –
 die Erziehung –
 die Ausbildung –
 die Anforderung –
 die Entwicklung –

die Beherrschung –
 die Verbindung –
 die Überwindung –
 die Vervollkommnung –
 die Vorbereitung –
 die Führung –
 die Bedeutung –

5. Определите глагол, от которого образовано существительное; запишите и переведите пары слов.

Например: das Turnen - turnen (заниматься гимнастикой) – гимнастика

das Lernen –
 das Leben –
 das Schwimmen –
 das Wissen –
 das Können –
 das Boxen –
 das Ringen –

6. Образуйте от прилагательных существительные с суффиксами –keit\-heit; запишите и переведите пары слов.

Например: fähig + keit = die Fähigkeit – способный – способность

gewandt + heit –
 beweglich + keit –
 möglich + keit –
 zielstrebig + keit –
 beharrlich + keit –
 entschlossen + heit –
 schwierig + keit –
 selbständig + keit –
 gesund + heit –
 geschwind(ig) + keit –
 schnell(ig) + keit –
 kühn + heit –

7. Разложите сложные существительные на составные части; каждую часть переведите отдельно, затем переведите всё существительное.

Например: die Körperkultur = der Körper + die Kultur (тело + культура) – физическая культура

die Sportart; die Spielart; die Sportspiele; das Trainingsprozess; die Bewegungsfähigkeit; die Spielführung; die Spielelemente; die Spieltechnik; die Spieldisziplin; die Spielregel

8. Сгруппируйте слова по общности корня. Переведите их на русский язык, обращая внимание на части речи.

das Spiel; die Kraft; schwimmen; schnell; der Herr; kräftig; der Schwimmer; der Spieler; beherrschen; kräftigen; die Schnelligkeit; spielerisch; die Beherrschung

9. Переведите следующие предложения, обращая внимание на неопределенно-личное местоимение man.

- 1) Im Training entwickelt man wichtige körperliche und geistige Fähigkeiten.
- 2) Man schreibt viel über die Probleme mit dem Doping im Sport.
- 3) Man muss an der Entwicklung der physischen Eigenschaften beharrlich arbeiten.
- 4) Im Trainingsprozess muss man das Erlernen der Technik und Taktik beachten.
- 5) Im Fußballspiel darf man den Ball mit den Händen nicht berühren.
- 6) Sportspiele zählt man zu beliebten Sportarten.
- 7) Ohne gute Kenntnisse über moderne Technik kann man die allgemeinen Grundlagen des sportlichen Trainings nicht besitzen.

Контрольная работа № 1 (Вариант 2)

по дисциплине «Иностранный язык для профессиональных целей»

по теме «Контроль формирования лексико-грамматических навыков в рамках пройденных коммуникативных и грамматических тем»

студент _____ группы _____

Ф.И.О. _____

Дата _____

1. Определите глагол, от которого образовано существительное; запишите и переведите пары слов.

Например: das Turnen - turnen (заниматься гимнастикой) – гимнастика

das Lernen –
 das Leben –
 das Schwimmen –
 das Wissen –
 das Können –
 das Boxen –
 das Ringen -

2. Образуйте от прилагательных существительные с суффиксами –keit\-heit; запишите и переведите пары слов.

Например: fähig + keit = die Fähigkeit – способный – способность

gewandt + heit –
 beweglich + keit –
 möglich + keit –
 zielstrebig + keit –
 beharrlich + keit –
 entschlossen + heit –
 schwierig + keit –
 selbständig + keit –
 gesund + heit –
 geschwind(ig) + keit –
 schnell(ig) + keit –
 kühn + heit -

3. Разложите сложные существительные на составные части; каждую часть переведите отдельно, затем переведите всё существительное.

Например: die Körperkultur = der Körper + die Kultur (тело + культура) – физическая культура

die Sportart; die Spielart; die Sportspiele; das Trainingsprozess; die Bewegungsfähigkeit; die Spielführung; die Spielelemente; die Spieltechnik; die Spieldisziplin; die Spielregel

4. Сгруппируйте слова по общности корня. Переведите их на русский язык, обращая внимание на части речи.

das Spiel; die Kraft; schwimmen; schnell; der Herr; kräftig; der Schwimmer; der Spieler; beherrschen; kräftigen; die Schnelligkeit; spielerisch; die Beherrschung

5. Переведите следующие предложения, обращая внимание на неопределенно-личное местоимение man.

- 1) Im Training entwickelt man wichtige körperliche und geistige Fähigkeiten.
- 2) Man schreibt viel über die Probleme mit dem Doping im Sport.
- 3) Man muss an der Entwicklung der physischen Eigenschaften beharrlich arbeiten.
- 4) Im Trainingsprozess muss man das Erlernen der Technik und Taktik beachten.
- 5) Im Fußballspiel darf man den Ball mit den Händen nicht berühren.
- 6) Sportspiele zählt man zu beliebten Sportarten.
- 7) Ohne gute Kenntnisse über moderne Technik kann man die allgemeinen Grundlagen des sportlichen Trainings nicht besitzen.

Контрольная работа № 2 (Вариант 1)

по дисциплине «Иностранный язык для профессиональных целей»

по теме «Индивидуальный контроль навыков поискового чтения»

студент _____ группы _____

Дата: _____

Ф.И.О. _____

Sportrehabilitation

Die Sportrehabilitation umfasst nicht nur Rehabilitation unter Mithilfe der Körperübungen, sondern auch Rehabilitation zur Sportfähigkeit. Bei der Sportrehabilitation laufen ärztliche Behandlung sowie sportliches Training nebeneinander. Um ausgefallene Körperfunktionen zu ersetzen oder zu ergänzen, werden Körperersatzstücke (Prothesen), Stützapparate (Orthese) und orthopädische Schuhe verwenden. Andere Hilfsmittel sind Hörgeräte, Rollstühle, aber auch Orientierungshilfen für blinde Menschen. Unter einer sog. Sportrehabilitation versteht man das gezielte Fitnessstraining des Körpers unter Bezugnahme auf bestimmte Muskelgruppen nach Verletzungen (die entweder operativ oder auch nur konservativ behandelt wurden) oder aber auch bei Schäden von Gelenk- und Muskelgruppen bei Fehlbelastungen, die man im Zuge des Arbeitslebens erlitten hat (hierzu gehört zum Beispiel auch die sitzende Tätigkeit am Computer und die möglichen Fehlhaltungen des Körpers die durch falsches Sitzen hervorgerufen wurden). Eine Sportrehabilitation läuft in aller Regel unter Anleitung von geschultem Personal in einer Physiotherapie oder einem gesundheitsorientierten Fitnessstudio ab. Ähnlich wie bei einer Krankengymnastik wird der Patient an verschiedene Geräte und Trainingsmöglichkeiten herangeführt. Ziel dieser Sportrehabilitation ist es, dem Patienten zu zeigen, wie er im Alltags- und Arbeitsleben Gelenkschädigungen vorbeugen kann, ebenso wird ihm gezeigt, welche

Übungen zu Hause, mit einem kleinen Trainingspensum täglich, erlernen und beibehalten kann. Je nach beruflicher Tätigkeit gibt es die unterschiedlichsten Trainingsmethoden – diese wirken Fehlverhalten in Sachen Körperhaltung- und Spannung entgegen. Mit Hilfe der Sporttherapeuten kann der Patient praktische Tipps erlernen, wie er sich am besten zu verhalten hat, wie man bestimmte Dinge zum Beispiel hoch hebt. Es werden Trainingspläne im Bereich Krafttraining nach den Bedürfnissen, Wünschen und auch Möglichkeiten des Patienten erarbeitet – nur so kann man garantieren, dass der Patient nach der Sportrehabilitation auch weiterhin das erarbeitete Programm weiter verfolgt und verfestigt. Ziel ist ein langfristiger Muskelaufbau der am meisten beanspruchten Muskelgruppen, sowie auch ein langfristiger Verhaltensplan in Bezug auf die körperliche Haltung im Berufsleben. Zwischenzeitliche Entspannungs- und Dehnungsübungen werden bei einer Sportrehabilitation ebenso gelehrt. Neben dem speziellen Krafttraining können verschiedene Ausdauersportarten ebenfalls zur Festigung von Bewegungsabläufen und Verbesserung der Kondition beitragen. Sportrehabilitation zu betreiben ist vor allem ganz wichtig bei aktiven Menschen, die sich einen komplizierten Knochenbruch zugezogen haben, hier folgt meist eine schwierige Operation mit anschließender Rehabilitation, während dieser Rehabilitation werden die Gelenkgruppen nach und nach immer mehr belastet (mit verschiedenen Gewichten), bis der Patient wieder ohne fremde Hilfe zum Beispiel entweder laufen (bei Brüchen der unteren Extremitäten) oder zugreifen (bei Brüchen in den oberen Extremitäten) kann. Denkbar natürlich auch bei Wirbelkörperfrakturen- oder Haarrissen.

1. Ответьте на вопросы:

1. Was umfasst die Sportrehabilitation?
2. Welche Mittel gehören zu den Hilfsmitteln der Sportrehabilitation?!
3. Wo verläuft die Sportrehabilitation?
4. Was ist ein Ziel der Sportrehabilitation?
5. Wem ist Sportrehabilitation nötig?

2. Разложите сложные существительные на составные части; каждую часть переведите отдельно, затем переведите всё существительное.

Например: die Sportrehabilitation = der Sport + die Rehabilitation (спорт + реабилитация) –
 sportliche Rehabilitation.

die Körperübungen, die Sportfähigkeit, der Stützapparate, die Hilfsmittel, der Hörgeräte, der Rollstuhl, die Orientierungshilfe, die Muskelgruppen, die Fehlbelastungen, die Gelenkschädigungen, die Dehnungsübungen, die Bewegungsabläufe, der Knochenbruch.

3. Запишите неопределенную форму следующих глагольных форм из текста; переведите глаголы в инфинитиве на русский язык.

umfasst -
 sind -
 versteht -
 wurden -
 gehört -
 hervorgerufen -

erarbeitet -
 abläuft -
 herangeführt -
 kann -
 gezeigt -

4. Найдите в тексте немецкие эквиваленты высказываний, данных на русском языке, и напишите их.

1. Другие вспомогательные средства - это слуховые аппараты, инвалидные коляски, а также помощь в ориентации для слепых людей. 2. Спортивная реабилитация протекает по всем правилам при руководстве обученного персонала в физиотерапии или ориентированной на здоровье фитнес - студии. 3. Промежуточные упражнения на расслабление и упражнения на растяжение мышц проводятся при спортивной реабилитации. 4. Целью спортивной реабилитации является показать пациенту, как он сможет предотвратить травмы в будничной жизни и рабочей жизни.

5. Найдите в тексте эквиваленты следующих слов. Запомните их.

лечебная гимнастика -
протез -
инвалидная коляска -
реабилитация -

осанка –
ортопедические ботинки –
слуховой аппарат –
мышечные группы –

Контрольная работа № 2 (Вариант 2)

по дисциплине «Иностранный язык для профессиональных целей»

по теме «Индивидуальный контроль навыков поискового чтения»

студен _____ группы

Дата: _____

Ф.И.О. _____

Medizinische Rehabilitation

Unter medizinischer Rehabilitation versteht man die Wiederherstellung von körperlichen Funktionen, Organfunktionen und gesellschaftlicher Teilhabe mit physiotherapeutischen- und ergotherapeutischen Maßnahmen, Mitteln der klinischen Psychologie und Anleitungen zur Selbstaktivierung. Sie wird stationär und in zunehmenden Maße ambulant durchgeführt.

Die medizinische Rehabilitation ist sozialmedizinisch von der früher sogenannten beruflichen Rehabilitation zu unterscheiden (heute: Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben). Im deutschen Gesundheitswesen werden Maßnahmen der medizinischen Rehabilitation von der medizinischen Akutbehandlung unterschieden. Zur medizinischen Rehabilitation gehört auch die sogenannte Anschlussheilbehandlung.

Leistungen zur medizinischen Rehabilitation werden als sogenannte Leistungen zur Teilhabe je nach Zuständigkeit von den Rentenversicherungsträgern, gesetzlichen Krankenkassen, von der gesetzlichen Unfallversicherung, von der Versorgungsverwaltung, von den Trägern der öffentlichen Jugendhilfe oder von den Sozialhilfeträgern erbracht.

Für Personen im arbeitsfähigen Alter ist zahlenmäßig am häufigsten ein Träger der gesetzlichen Rentenversicherung zuständig. Die Zuständigkeit eines Rentenversicherungsträgers ist gegeben, sobald der Versicherte, um dessen Leistungsfähigkeit es geht, die Wartezeit von 15 Jahren erfüllt hat oder er in den letzten 2 Jahren 6 Kalendermonate Pflichtbeiträge erbracht hat oder bereits eine Rente wegen verminderter Erwerbsfähigkeit bezieht. Das Ermessen des Rentenversicherungsträgers kann dabei bei Erfüllung der versicherungsrechtlichen und persönlichen Voraussetzungen so weit reduziert sein, dass eine Leistung zur medizinischen Rehabilitation zu erbringen ist. Leistungen zur medizinischen Rehabilitation werden vom Rentenversicherungsträger nicht vor Ablauf von vier Jahren nach Durchführung solcher oder ähnlicher Leistungen zur Rehabilitation erbracht, deren Kosten aufgrund öffentlich-rechtlicher Vorschriften getragen oder bezuschusst worden sind. Dies gilt nicht, wenn vorzeitige Leistungen aus gesundheitlichen Gründen dringend erforderlich sind.

Indikationen für die Verordnung einer Rehabilitationsmaßnahme oder einer Anschlussheilbehandlung sind vielfältig. Viele Unfälle oder Erkrankungen können dazu führen, dass

der Patient / die Patientin nach der Akutversorgung / Behandlung im Krankenhaus anschließend noch intensive medizinische bzw. physiotherapeutische Betreuung braucht. Beispiele hierfür:

- Herzinfarkt (→kardiologische Reha)
- Schädel-Hirn-Trauma (→neurologische Reha)
- Wirbelsäulenverletzungen (→neurologische / sportmedizinische Reha)
- Polytraumata (komplexe Verletzungen mit der Beteiligung mehrerer Körperteile / Organsysteme)
- Krebserkrankungen (onkologische Reha)
- Psychiatrische Erkrankungen wie z.B. Magersucht (Anorexie), Depressionen u.a.
- Hörschädigung (Rehabilitation für Hörgeschädigte)
- Sprach- und Schluckstörungen
- Sucht (Psychosomatische Rehabilitation)
- Essstörungen, Übergewicht, Adipositas, Bulimie, Mangelernährung

Rehabilitationsmaßnahmen

In einer Rehaklinik arbeiten mehrere Berufsgruppen gemeinsam, um eine soziale Wiedereingliederung (und möglichst auch Arbeitsfähigkeit) der Patienten optimal gewährleisten zu können. Die sind unter anderem (die weibliche Berufsbezeichnung ist der Lesbarkeit halber weggelassen):

- Fachärzte
- Gesundheits- und Krankenpfleger
- Physiotherapeuten
- Ergotherapeuten
- Arbeitspädagogen
- Logopäden
- Ernährungsberater und Diätassistenten
- Masseure und medizinische Bademeister
- Orthopädietechniker
- Neuropsychologen
- Psychotherapeuten
- Psychologen
- Motopäden/Mototherapeuten
- Sozialarbeiter/Sozialpädagogen
- Audiotherapeuten (DSB)
- Sporttherapeuten

Dementsprechend vielseitig ist das Angebot. Dieses reicht meist von vielen Methoden der Krankengymnastik über klassische Massage, Diätberatung, Gruppen- und Einzeltherapie bis hin zu Prothesenversorgung und -beratung.

1. Сгруппируйте слова по общности корня. Переведите их на русский язык, обращая внимание на части речи.

Der Psychotherapeut, der Träger, die Leistungsfähigkeit, die Rente, die Organfunktion, sozialmedizinisch, die Erkrankung, die Rehabilitation, zuständig, der Rentenversicherungsträgers, der Krankenpfleger, medizinisch, der Versicherte, die Leistung, die Funktion, die Zuständigkeit, die Rehabilitationsmaßnahme, die Krankenkasse, der Psychologe, tragen, das Krankenhaus, das Organsystem.

2. Сопоставьте значение данных пар глаголов, обращая внимание на неотделяемую и отделяемую приставку глагола.

- | | |
|---------------------|----------------------|
| geben – übergeben | hören – gehören |
| tragen – austragen | nehmen – zunehmen |
| lassen – weglassen | führen – durchführen |
| bringen – erbringen | |

3. Найдите в тексте эквиваленты следующих слов. Запомните их.

восстановление –	психологи –
состояние –	травма –
инфаркт миокарда –	больница –
истощение –	массажист –
медицинская реабилитация –	

4. Ответьте на вопросы:

1. Was versteht man unter medizinischer Rehabilitation?
2. Wie wird eine medizinische Rehabilitation ausgeführt?
3. Welche Leistungen werden zur medizinischer Rehabilitation erbracht?
4. Führen Sie Beispiele der Erkrankungen an, nach denen Patienten Rehabilitationsmaßnahmen brauchen?
5. Welche Berufsgruppen beschäftigen sich mit den medizinischen Rehabilitationsmaßnahmen?

5 семестр

Английский язык

Контрольная работа №1

по дисциплине «Иностранный язык для профессиональных целей»

по теме «Подготовка реферата по обзору журналов спортивной тематики из сети «Интернет»

студен _____ группы

Дата: _____

Ф.И.О. _____

При подготовке реферата текста необходимо придерживаться следующего плана:

1. Название статьи, автор, стиль.

The article I'm going to give a review of is taken from... — Статья, которую я сейчас хочу проанализировать из...

The headline of the article is — Заголовок статьи...

The author of the article is... — Автор статьи...

It is written by — Она написана ...

The article under discussion is ... — Статья, которую мне сейчас хочется обсудить,

The headline foreshadows... — Заголовок приоткрывает

2. Тема. Логические части.

The topic of the article is... — Тема статьи

The key issue of the article is... — Ключевым вопросом в статье является

The article under discussion is devoted to the problem... — Статью, которую мы обсуждаем, посвящена проблеме...

The author in the article touches upon the problem of... — В статье автор затрагивает проблему....

I'd like to make some remarks concerning... — Я бы хотел сделать несколько замечаний по поводу...

I'd like to mention briefly that... — Хотелось бы кратко отметить...

I'd like to comment on the problem of... — Я бы хотел прокомментировать проблему...

The article under discussion may be divided into several logically connected parts which are...
— Статья может быть разделена на несколько логически взаимосвязанных частей, таких как...

3. Краткое содержание.

The author starts by telling the reader that — Автор начинает, рассказывая читателю, что

At the beginning of the story the author — В начале истории автор

describes — описывает

depicts — изображает

touches upon — затрагивает

explains — объясняет

introduces — знакомит

mentions — упоминает

recalls -вспоминает

makes a few critical remarks on — делает несколько критических замечаний о

The story begins (opens) with a (the)

description of — описанием

statement — заявлением

introduction of — представлением

the mention of — упоминанием

the analysis of a summary of — кратким анализом

the characterization of — характеристикой

(author's) opinion of — мнением автора

author's recollections of — воспоминанием автора

the enumeration of — перечнем

The scene is laid in ... — Действие происходит в ...

The opening scene shows (reveals) ... — Первая сцена показывает (раскрывает) ...

We first see (meet) ... (the name of a character) as ... — Впервые мы встречаемся с (имя главного героя или героев)

In conclusion the author

dwells on — останавливается на

points out — указывает на то

generalizes — обобщает

reveals — показывает

exposes — показывает

accuses/blames -обвиняет

mocks at — издевается над

gives a summary of -дает обзор

4. Отношение автора к отдельным моментам.

The author gives full coverage to... — Автор дает полностью охватывает...

The author outlines... — Автор описывает

The article contains the following facts..../ describes in details... — Статья содержит следующие факты / подробно описывает

The author starts with the statement of the problem and then logically passes over to its possible solutions. — Автор начинает с постановки задачи, а затем логически переходит к ее возможным решениям.

The author asserts that... — Автор утверждает, что ...

The author resorts to ... to underline... — Автор прибегает к ..., чтобы подчеркнуть ...

Let me give an example... — Позвольте мне привести пример ...

5. Вывод автора.

In conclusion the author says / makes it clear that.../ gives a warning that... — В заключение автор говорит / проясняет, что ... / дает предупреждение, что ...

At the end of the story the author sums it all up by saying ... — В конце рассказа автор подводит итог всего этого, говоря ...

The author concludes by saying that../ draws a conclusion that / comes to the conclusion that — В заключение автор говорит, что .. / делает вывод, что / приходит к выводу, что

6. Выразительные средства, используемые в статье.

To emphasize ... the author uses... — Чтобы акцентировать внимание ... автор использует

To underline ... the author uses... Чтобы подчеркнуть ... автор использует

To stress... — Усиливая

Balancing... — Балансируя

7. Ваш вывод.

Taking into consideration the fact that — Принимая во внимание тот факт, что

The message of the article is that /The main idea of the article is — Основная идея статьи (послание автора)

In addition... / Furthermore... — Кроме того

On the one hand..., but on the other hand... — С одной стороны ..., но с другой стороны ...

Back to our main topic... — Вернемся к нашей основной теме

To come back to what I was saying... — Чтобы вернуться к тому, что я говорил

In conclusion I'd like to... — В заключение я хотел бы ...

From my point of view... — С моей точки зрения ...

As far as I am able to judge... — Насколько я могу судить .

My own attitude to this article is... — Мое личное отношение к

I fully agree with / I don't agree with — Я полностью согласен с/ Я не согласен с

It is hard to predict the course of events in future, but there is some evidence of the improvement of this situation. — Трудно предсказать ход событий в будущем, но есть некоторые свидетельства улучшения.

I have found the article dull / important / interesting / of great value — Я нахожу статью скучной / важной/ интересной/ имеющую большое значение (ценность)

Контрольная работа №2

по дисциплине «Иностранный язык для профессиональных целей»

по теме «Написание научной статьи»

студен _____ группы

Дата: _____

Ф.И.О. _____

Научная статья должна включать в себя следующие разделы:

Structure of a Scientific Paper

1. Title
2. Abstract (summary): *Topic, Purpose, Scope, Results, Conclusion.*
3. Introduction: *General introduction, Problem definition, Gaps in the literature, Problems solution, Study motivation, Aims and objectives, Significance and advantages of your work.*
4. Literature review: *Previous literature, Limitations of previous research, Research questions, Research to be explored.*
5. Materials and Methods: *Experimental setup, Data collection, Data analysis, Statistical testing, Assumptions, Remit of the experiment.*
6. Results and Discussion: *Findings, Comparison with prior studies, Limitations of your work, Casual arguments, Speculations, Deductive arguments.*
7. Conclusion and Future Work: *Overall summary, Further research.*
8. Acknowledgements
9. References
10. Supplementary Materials/Appendix

Немецкий язык

Контрольная работа №1

по дисциплине «Иностранный язык для профессиональных целей»

по теме «Подготовка реферата по обзору журналов спортивной тематики из сети «Интернет»

студен _____ группы

Дата: _____

Ф.И.О. _____

При подготовке реферата текста необходимо придерживаться следующего плана:

E i n l e i t u n g

1. Die gemeinsame Information

Ich habe einen Artikel [unter dem Titel...] gelesen.

Er heißt...

Der zu referierende Artikel heißt...

Der Titel (die Schlagzeile) lautet so ...

Der Artikel ist der online-Ausgabe der Zeitung... entnommen.

Er wurde in der Zeitung (Zeitschrift, Broschüre)... veröffentlicht.

Er erschien in der Zeitung...

Die Zeitung bringt einen Artikel unter dem Titel ... heraus.

Der Autor (Verfasser) des Artikels ist...

2. Die Grundgedanke / die Idee

In diesem Artikel thematisiert der Autor ...

In diesem Artikel ist die Rede von...

Es geht hier um...

Der Artikel ist dem Problem ... gewidmet.

Der Artikel betrifft ...

Der Artikel lässt sich in ...Teile gliedern.

Im Artikel wird folgendes Problem formuliert.

Im Artikel werden folgende Fragen gestellt (analysiert).

Der Autor / Der Korrespondent / Der Berichterstatter / der Verfasser ...

macht einen kurzen Überblick über...

beschreibt (schildert)...

behandelt das Thema...

setzt mit dem Thema... auseinander.

Der Verfasser beschäftigt sich mit einen wichtigen (ernsthaften / ernstrangigen) Problem.

Hier werden die Fragen... beleuchtet.

Der Artikel macht uns mit... bekannt.

Im Mittelpunkt / Im Blickpunkt stehen...

Der Hauptgedanke / die Hauptidee dieses Artikels ist...

H a u p t t e i l

3. Der Inhalt

Der Autor / Der Korrespondent / Der Berichterstatter / der Verfasser...

erklärt (erläutert)...

bestätigt...

berichtet, dass

betont, dass...

stellt... [kritisch] dar.

bemerkt, dass

führt folgende Angaben an...

hebt die Rolle von...hervor.

unterstreicht den Gedanken...

richtet (lenkt) die Aufmerksamkeit auf...

macht den Leser auf ... aufmerksam.

widerspiegelt / stellt gegenüber...

weist darauf hin, dass...

betrachtet das Problem aus zwei Sichtweisen.

schildert dieses Problem von zwei verschiedenen Seiten / Gesichtspunkten.

beruft sich auf...

bringt dafür folgende Beispiele...

Der Artikel enthält ... Angaben über (Akk.)...

Man kann hier auch interessante Tatsachen über (Akk.)... finden.

Man geht davon aus, dass...

Die Zahlen zeugen davon, dass...

Der Vorteil ist / der Nachteil ist...

S c h l u s s

4. Der Schlussfolgerung, die eigene Meinung

Als Schlussfolgerung kann man sagen, dass...

Ich finde diesen Artikel...interessant (aktuell, informationsreich / inhaltsreich, wichtig).

Ich habe viel Neues über (Akk.)... erfahren.

Es ergibt sich, dass...

Es (Aus dem Artikel) ist ersichtlich, dass...

Daraus (aus den angeführten Tatsachen) folgt, dass...

Der Artikel (das Thema) regt zum Nachdenken an.

Mich hat überrascht, dass...

Ich habe große Zweifel, dass...

Dafür / dagegen spricht, dass...

Was mich anbetrifft / Ich bin der Meinung / Meiner Meinung nach / Ich meine damit...

Ich möchte sagen...

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass...

Вводные конструкции, союзы, местоимения...

im Grossen [und Ganzen] / zusammenfassend — в общем [и целом]

am Anfang / am Ende (des Artikels) / zum Schluss — в начале / в конце (статьи) / в конце

Letztlich / zu guter Letzt — наконец / в конце концов

in erster Linie — в первую очередь

vor allem — прежде всего

außerdem — кроме того

dazu — к тому же

einerseits — с одной стороны

andererseits — с другой стороны

somit (daher; folglich) — таким образом, итак

soweit — насколько... (Soweit ich weiß...)

erstens / zweitens / drittens — во-первых / во-вторых / в третьих

entweder... oder — или... или..., либо... либо...

sowohl... als auch — и ...и; как ..., так и; не только..., но и

nicht nur..., sondern auch — не только..., но и...

mal... mal / bald... bald — то... то

weder... noch — ни... ни

je..., desto — чем..., тем

schließlich — в конце концов

mit anderen Worten (m.a.W.) — другими словами

übrigens / nebenbei gesagt — кстати

darum (deshalb; deswegen) — поэтому; потому

dann — потом

dann (da; damals) — тогда

weil /denn (прямой порядок слов) — потому что; так как

doch (aber; dennoch) — однако

also — следовательно

wenn / falls — если

und so weiter (usw.) — и так далее (и т.д.)

auch — также

damit — для того, чтобы

in bezug (auf Akk.) — относительно чего-либо, кого-либо

Контрольная работа №2

по дисциплине «Иностранный язык для профессиональных целей»

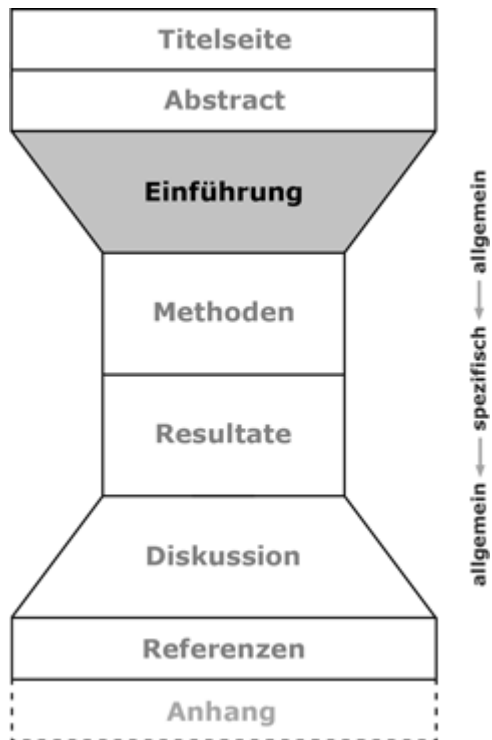
по теме «Написание научной статьи»

студен _____ группы

Дата: _____

Ф.И.О. _____

Научная статья должна включать в себя следующие разделы:

Struktur der Artikel (Wissenschaft)

ПРИЛОЖЕНИЕ №2

Методические указания для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

Рабочая программа дисциплины (модуля) адаптируется при необходимости для лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) или инвалидностью и дополняется нижеследующими особенностями при ее освоении такими обучающимися. Используются следующие образовательные технологии с учетом их адаптации для лиц с ОВЗ или инвалидностью:

Образовательные технологии	Цель	Адаптированные методы
Проблемное обучение	Развитие познавательной способности, активности, творческой самостоятельности лиц с ОВЗ или инвалидностью	Поисковые методы, постановка познавательных задач с учетом индивидуального социального опыта и особенностей лиц с ОВЗ или инвалидностью
Концентрированное обучение	Создание блочной структуры учебного процесса, наиболее отвечающей особенностям здоровья лиц с ОВЗ или инвалидностью	Методы, учитывающие динамику и уровень работоспособности лиц с ОВЗ или инвалидностью
Модульное обучение	Гибкость обучения, его приспособление к индивидуальным потребностям лиц с ОВЗ или инвалидностью	Индивидуальные методы обучения: индивидуальный темп и график обучения с учетом уровня базовой подготовки лиц с ОВЗ или инвалидностью
Дифференцированное обучение	Создание оптимальных условий для выявления индивидуальных интересов и способностей лиц с ОВЗ или инвалидностью	Методы индивидуального личностно-ориентированного обучения с учетом ОВЗ и личностных психолого-физиологических особенностей
Развивающее обучение	Ориентация учебного процесса на потенциальные возможности лиц с ОВЗ или инвалидностью	Вовлечение обучающихся с ОВЗ и инвалидов в различные виды деятельности, развитие сохранных возможностей
Социально-активное, интерактивное обучение	Моделирование предметного и социального содержания учебной деятельности лиц с ОВЗ или инвалидностью	Методы социально-активного обучения, игровые методы с учетом социального опыта лиц с ОВЗ или инвалидностью
Рефлексивное обучение, развитие критического мышления	Интерактивное вовлечение лиц с ОВЗ или инвалидностью в групповой образовательный процесс	Интерактивные методы обучения, вовлечение лиц с ОВЗ или инвалидностью в различные

		виды деятельности, создание рефлексивных ситуаций по развитию адекватного восприятия собственных особенностей
--	--	---

Имеется возможность беспрепятственного доступа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, в учебные помещения и другие помещения ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» (на первые этажи) (имеются пандусы, поручни, расширенные дверные проёмы) по адресам:

182105, Псковская область, г Великие Луки, пл Юбилейная, д 4, корп 1.

Имеется возможность их пребывания в указанных помещениях. Лифтов нет. Аудитории для проведения учебных занятий с такими обучающимися располагаются на первых этажах.

Образовательные технологии применяются как с использованием универсальных, так и специальных информационных и коммуникационных средств, в зависимости от вида и характера ограниченных возможностей здоровья или инвалидностью обучающихся.

На уровне специальных приемов, используемых при обучении лиц с ОВЗ и инвалидностью используются следующие: 1) приемы, обеспечивающие доступность учебной информации (рельефное письмо и осязательное чтение для обучающихся с нарушениями зрения, жестовая речь для обучающихся с нарушениями слуха, дозированность учебной нагрузки и др.); 2) специальные приемы организации обучения (алгоритмизация учебной деятельности с учетом особенностей нарушения, специфика структурного построения занятий, и др.). 3) логические приемы переработки учебной информации (конкретизация, установление аналогий по образцам, обобщение по доступным признакам изучаемых объектов и явлений и др.); 4) приемы использования технических средств, специальных приборов и оборудования (технические средства по перекодированию зрительной и слуховой информации в доступные для сохраненных анализаторов сигналы, использование приборов, усиливающих зрительную, тактильную, слуховую и др. информацию).

Проводится дополнительная индивидуальная работа с преподавателем (индивидуальные консультации), работа с лекционным и дополнительным материалом, беседа, морально-эмоциональная поддержка и стимулирование, индивидуальная учебная работа, то есть дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, или им требуется проведение индивидуальной учебно-воспитательной работы.

Обучающимся осуществляется самостоятельная работа: работа с книгой и другими источниками информации, план-конспекты, реферативные (воспроизводящие), реконструктивно-вариативные, эвристические, творческие самостоятельные работы, проектные работы, он-лайн технологии сети «Интернет».

Конкретные формы и виды контактной работы лиц с ОВЗ или инвалидностью устанавливаются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося или, при возможности, для нескольких обучающихся. Выбор форм и видов контактной и самостоятельной работы лиц с ОВЗ или инвалидностью осуществляется с учетом их способностей, особенностей восприятия и готовности к освоению учебного материала. Формы работы устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, на компьютере или с использованием иной техники, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для консультаций и выполнения заданий.

К реализации дисциплины (модуля), в том числе при процедуре оценки уровня сформированности компетенций (в соответствии с запросами обучающихся)

привлекаются услуги ассистентов, сурдопереводчиков¹, специалистов² по специальным техническим и программным средствам обучения.

Обучение лиц с нарушениями слуха предполагает использование мультимедийных средств и других технических средств для приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для слабовидящих обучающихся предусмотрена возможность просмотра удаленных объектов (например, текста на доске или слайда на экране).

Обучение лиц с нарушениями зрения предполагает использование технических средств для приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата в учебных аудиториях выбирается место с возможностью беспрепятственного к нему доступа на инвалидной коляске.

Дополнительное учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля):

- библиотечный фонд помимо учебной литературы включает справочно-библиографические и периодические издания в соответствии с перечнем указанным в рабочей программе дисциплины (модуля);

- обеспечивается доступ к ним обучающихся с ОВЗ и инвалидов с использованием специальных технических средств.

Дополнительное материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)³:

- Аппаратно-программный комплекс «Читающая машина» для лиц с нарушениями зрения;

- Увеличивающее телевизионное устройство для слабовидящих ElecGeste EM-302 для лиц с нарушениями зрения;

- использование звукоусиливающей аппаратуры для лиц с нарушениями слуха.

Использование оценочных средств для определения уровня сформированности компетенций обучающихся с ОВЗ и инвалидов проводится с учетом индивидуальных особенностей восприятия, переработки материала, выполнения заданий. Материалы оценочных средств при необходимости представляются обучающимся в печатном и (или) электронном, и (или) аудиоформате, т.е. в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,

¹ ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» аккредитован договор № б/н от 01.12.2017 года на оказание, в случае необходимости, услуг сурдопереводчика

² Приказом ректора № 201 от 25.10.2016 назначены ответственные за оказание технической помощи по каждому конкретному адресу (по каждому зданию)

³ 3 октября 2018 года заключено соглашение о сотрудничестве между ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)», утвержденным в качестве образовательной организации высшего образования, подведомственной Министерству спорта Российской Федерации, на базе которой создан Ресурсный учебно-методический центр (РУМЦ) по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, и ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта». На основании пункта 3.1.4. этого соглашения о сотрудничестве РУМЦ предоставляет во временное пользование образовательной организации высшего образования технические средства обучения и оборудование Центра коллективного пользования для обучения студентов с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья

- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Текущий контроль результатов обучения осуществляется преподавателем в процессе проведения занятий семинарского типа, а также выполнения индивидуальных работ и домашних заданий, или в режиме тренировочного тестирования в целях получения информации о выполнении обучаемым требуемых действий в процессе учебной деятельности; правильности выполнения требуемых действий; соответствия формы действия данному этапу усвоения учебного материала, что позволяет своевременно выявить затруднения и отставание обучающихся с ОВЗ и инвалидов и внести коррективы в учебный процесс. При необходимости предусматривается увеличение времени на подготовку или выполнение заданий.

Формы проведения промежуточной аттестации для обучающихся с ОВЗ и инвалидов устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости предусматривается увеличение времени на подготовку. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов, при необходимости предоставляется техническая помощь.

Тексты/конспекты устных тем для устной беседы на зачете

Английский язык

DANCE THERAPY

Dance therapy, or dance movement therapy is the psychotherapeutic use of movement and dance for emotional, cognitive, social, behavioural and physical conditions. Dance movement therapy strengthens the body/mind connection through body movements to improve both the mental and physical well-being of individuals. As a form of expressive therapy, DMT is founded on the basis that movement and emotion are directly related. The ultimate purpose of DMT is to find a healthy balance and sense of wholeness.

Since its birth in the 1940s, DMT has gained much popularity and has been taken to more serious and beneficial levels. Over the years, the practices of DMT have progressed, however, the main principles that founded this form of therapy have remained the same. Influenced by the “main principles” of this therapy, most DMT sessions are configured around four main stages: preparation, incubation, illumination, and evaluation. Organizations such as the American Dance Therapy Association and the Association for Dance Movement Therapy, United Kingdom maintain the high standards of profession and education throughout the field. DMT is practiced in places such as mental health rehabilitation centers, medical and educational settings, nursing homes, day care facilities, and other health promotion programs. This form of therapy which is taught in a wide array of locations goes farther than just centering the body. Specialized treatments of DMT can help cure and aid many types of diseases and disabilities. Other common names for DMT include: movement psychotherapy and dance therapy.

Although dance has been a method of expression for centuries, it wasn't until just recently that it was characterized as a form of therapy. The development of DMT can be split into two waves throughout history. Long before the first wave of DMT in America (1940's), the UK developed the idea of dance therapy. The first records of dance being used as a form of therapy date as far back as the nineteenth century in the UK. Although there were significant American influences, the main theories of dance therapy originated in the UK.

The theory of DMT is based upon the idea that “the body and mind are inseparable”. Dance movement therapy rests on certain theoretical principles. These are:

- body and mind interact, so that a change in movement will affect total functioning;
- movement reflects personality;
- the therapeutic relationship is mediated at least to some extent non-verbally, for example through the therapist mirroring the client's movement;
- movement contains a symbolic function and as such can be evidence of unconscious process;
- movement improvisation allows the client to experiment with new ways of being;
- through the unity of the body, mind, and spirit, DMT provides a sense of wholeness to all individuals.

DMT can be used to heal serious disorders and diseases. Although DMT is promoted to reduce stress and center the body, this therapy is very effective in helping to heal other disabilities and diseases. Examples of these include:

Autism: therapists connect on a sensory-motor level, provides a sense of acceptance and expands skills and cognitive abilities, increases maturity.

Learning disabilities: develops better organizational skills, learns/experiences control and choice, higher self confidence, new inspirations to learn.

Mental retardation: improves body image, social skills, coordination, and motor skills, promotes communication.

Deaf and hearing impaired: reduces feelings of isolation, provides inspiration for

relationships.

Blind and visually impaired: improves body image, motor skills, and personal awareness.

Physically handicapped: improves motor skills and body image, provides a way to communicate and express emotions.

Elderly: provides social interaction, expression, and exercise, alleviates fears of loneliness and isolation.

Eating disorders: alters distorted body images which helps end destructive behaviors.

Parkinson's disease: uses rhythm to help reduce body dysfunctions which improves motor abilities, balance, and use of limbs.

Holistic Birth Preparation: implores relaxation techniques to reduce anxiety, learn breathing techniques and release energy, builds confidence to help cope with labor, birth and early parenting (*from "Wikipedia"*).

OCCUPATIONAL THERAPY

Occupational therapy, often abbreviated as "OT", incorporates meaningful and purposeful occupation to enable people with limitations or impairments to participate in everyday life. Occupational therapists work with individuals, families, groups and populations to facilitate health and well-being through engagement or re-engagement in occupation. Occupational therapists are becoming increasingly involved in addressing the impact of social and environmental factors that contribute to exclusion and occupational deprivation.

The World Federation of Occupational Therapists defines occupational therapy as a profession concerned with promoting health and well-being through occupation. The primary goal of occupational therapy is to enable people to participate in the activities of everyday life. Occupational therapists achieve this outcome by enhancing the individual's ability to participate, by modifying the environment, or by adapting the activity to better support participation.

Another way of thinking about the ideas contained in these definitions could be: occupational therapy is about understanding the importance of an activity to an individual, being able to analyze the physical, mental and social components of the activity and then adapting the activity, the environment and/or the person to enable them to resume the activity. Occupational therapists would ask, "Why does this person have difficulties managing his or her daily activities (or occupations), and what can we adapt to make it possible for him or her to manage better and how will this then impact his or her health and well-being?". Occupational therapy enables people to achieve health, well-being and life satisfaction through participation in occupation.

The role of Occupational therapy allows OT's to work in many different settings, work with many different populations and acquire many different specialties. This broad spectrum of practice lends itself to difficulty categorizing the areas of practice that exist, especially because each country has a different healthcare system. These divisions occur when the setting is defined by the population it serves for example acute physical or mental health settings (e.g.: hospitals), sub-acute settings (e.g.: aged care facilities), outpatient clinics and community settings. In each area of practice OT can work with different populations, diagnosis, specialties, and in different settings.

Inpatient rehabilitation (e.g., spinal cord injuries). People with disabilities have the right and the privilege to live meaningful purposeful lives. When a disability occurs it is sometimes possible to recover – when it is not it is important to learn the skills to adapt capacity and environmental supports to be able to participate. OTs use their knowledge to help both with recovery and adaptation.

Home health. Occupational therapists who work in this area of practice generally work with client's in the geriatric population who have one or more of the following diagnoses: Alzheimer's disease, arthritis, depression, generalized weakness and Parkinson's disease. Occupational therapists working with these clients evaluate their level of independence, cognition, and safety. Moreover, occupational therapists provide intervention to maximize

independence and function through remedial and compensatory strategies, with the ultimate goal of the client's regaining the ability to live independently at home.

Productive aging. An OT practicing in this area would provide skills and services to older adults to maximize independence, participation, and quality of life. Typical issues addressed are any impairment or condition that would limit their ability to carry out meaningful occupations and tasks that are necessary for daily life. Skills taught include education in adaptive equipment (such as a shower bench), task simplification, adapting and modifying activities to progress with a client's changing abilities, safety, social interactions and communication, memory skills training, mobility device assessment and training (i.e. scooters, wheelchairs, walkers), etc.

Work hardening and work conditioning. Work hardening is essentially a specialized program designed to enable people with physical, psychological, and psychosocial issues inhibiting a person's ability, to successfully return to work. Work hardening is a highly structured, goal oriented, individualized treatment program designed to maximize the individual's ability to return to work. Work hardening programs, which are interdisciplinary in nature, use real or simulated work activities in conjunction with conditioning tasks that are graded to progressively improve the biomechanical, neuromuscular, cardiovascular/metabolic and psychosocial functions of the individual. Work conditioning is similar to work hardening, except work conditioning purely involves improving physical capacities, whereas work hardening improves physical, psychological, and psychosocial factors.

Mental health. Occupational therapists work with the mental health population throughout the life span and across many treatment settings where mental health services and psychiatric rehabilitation are provided. Just as with other clients, the OT facilitates maximum independence in activities of daily living and instrumental activities of daily living (medication management, grocery shopping, etc). OT improves functional capacity and quality of life for people with mental illness in the areas of employment, education, community living, and home and personal care through the use of real life activities in therapy treatments.

Only a qualified occupational therapist has the knowledge, training, and experience required to evaluate and, as necessary, re-evaluate a patient's level of function, determine whether an occupational therapy program could reasonably be expected to improve, restore, or compensate for lost function, and where appropriate, recommend to the physician a plan of treatment(from "Wikipedia").

HYDROTHERAPY

Hydrotherapy, formerly called hydropathy involves the use of water for soothing pains and treating diseases. Its use has been recorded in ancient Egyptian, Greek and Roman civilizations. Egyptian royalty bathed with essential oils and flowers, while Romans had communal public baths for their citizens. Hippocrates prescribed bathing in spring water for sickness. A Dominican monk, Sebastian Kneipp, again revived it during the 19th century. His book *My Water Cure* in 1886 was published and translated into many languages. The use of water to treat rheumatic diseases has a long history. Today, hydrotherapy is used to treat musculoskeletal disorders such as arthritis, ankylosing spondylitis, or spinal cord injuries and in patients suffering burns, spasticity, stroke or paralysis.

According to the International SPA Association (ISPA), hydrotherapy has long been a staple in European spas. It's the generic term for water therapies using jets, underwater massage and mineral baths (e.g. balneotherapy, Iodine-Grine therapy, Kneipp treatments, Scotch hose, Swiss shower, thalassotherapy) and others. It also can mean a whirlpool bath, hot Roman pool, hot tub, Jacuzzi, cold plunge and mineral bath. These treatments use physical water properties, such as temperature and pressure, for therapeutic purposes, to stimulate blood circulation and treat the symptoms of certain diseases.

Packings. The full pack consists of a wet sheet enveloping the body, with a number of dry blankets packed tightly over it, including a macintosh covering or not. In an hour or less these are removed and a general bath administered. The pack is a derivative, sedative, sudorific and

stimulator of cutaneous excretion. The trapped body heat causes the patient to be warmed. There are numerous modifications of it, notably the cooling pack, where the wrappings are loose and scanty, permitting evaporation, and the application of indefinite duration, the sheet being rewetted as it dries; this was used to deal with fever. There are also local packs, to trunk, limbs or head separately, which are derivative, soothing or stimulating.

Hot air baths. Hot air baths or saunas, the chief of which is the Turkish (properly, the Roman) bath, consisting of two or more chambers ranging in temperature from 50°C to 100°C or higher, but mainly used at 66°C for curative purposes. Exposure is from twenty minutes up to two hours according to the effect sought, and is followed by a general bath, and occasionally by soaping and shampooing. It is stimulating, derivative, depurative, sudorific and alternative, powerfully promoting tissue change by increase of the natural waste. It determines the blood to the surface, reducing internal congestions and, through the extremes of heat and cold, is an effective nervous and vascular stimulant and tonic. Morbid growths and secretions, as also the uraemic, gouty and rheumatic diathesis, were believed to be beneficially influenced by it.

General baths. General baths comprise the rain (or needle), spray, shower, shallow, plunge, douche, wave and common morning sponge baths, with the dripping sheet, and hot and cold spongings, and are combinations, as a rule, of hot and cold water.

Local baths. Local baths comprise the sitz, douche, spinal, foot and head baths, of hot or cold water, singly or in combination, successive or alternate. Rapid alternations of hot and cold water was believed to have a powerful effect in vascular stasis and lethargy of the nervous system and absorbents, benefitting local congestions and chronic inflammations.

Compresses. Bandages (or compresses) are of two kinds, cooling, of wet material left exposed for evaporation, used in local inflammations and fevers; and heating, of the same, covered with waterproof material, used in congestion, external or internal, for short or long periods (from "Wikipedia").

CLINICAL EXERCISE THERAPY

I was once asked to be the keynote speaker at a nationally recognized cardiac rehabilitation symposium. The title of my address was "The Future of Cardiac Rehabilitation." My responsibility was to offer a perspective of what cardiac rehabilitation might look like in the years to come. At the time, my professional involvement was not in cardiac rehabilitation. Although my background emphasized fitness, prevention and personal training, it appeared the organizers of the symposium wanted the opinion of someone not entrenched in the current rehabilitation style. I could apply the concepts of one-on-one training to the exercise rehabilitation process.

Cardiac patients, especially after they return to work following the phase II (monitored exercise) portion of their program, experience the same daily time constraints as healthy individuals. These patients also find it difficult to attend scheduled classes and welcome an opportunity to set their own rehabilitation session schedule with a leader.

A high percentage of cardiac rehabilitation patients at the end of phase II do not continue on to phase III (ongoing exercise). In many cases, this is because they realize if they do not make it to a class they will lose the supervision and motivation of a trained class leader. Out of fear, or for other reasons, these individuals choose not to continue their exercise regimen when they actually need it most. In fact, many of those with special health conditions such as hypertension, cardiac disease, arthritis, diabetes and osteoporosis who would benefit from exercise rehabilitation, cannot make a scheduled class. Therefore, they don't exercise at all. These individuals have the desire to exercise, but they can't find the same quality leadership they did in phase II.

Cardiac rehabilitation and exercise therapy for special health conditions is now becoming more of a one-on-one training experience. In fact, a market for personal training individuals with special health conditions is developing. This presents an excellent opportunity for the AFAA (Aerobics and Fitness Association of America) Fitness Practitioner (AFP) to be a provider of

clinical exercise therapy. With the AFP's comprehensive knowledge, willingness to study or research a new client's health condition, and regular communication with M.D.s and other health care professionals, they are well positioned to offer exercise and lifestyle enhancement training. This includes therapy to individuals with special health needs who want to exercise, but have limited time and need a trained, certified leader who understands their special health conditions.

Clinical exercise therapy is a term endearing itself to the health care profession and may be attractive to M.D.s and other health care professionals as well as clients and patients. Regardless of what you call it, leadership in exercise and lifestyle enhancement with an approach that incorporates the understanding of special health conditions is in demand. As an AFP, you can provide these highly needed services.

From "American Fitness" (by Neil Sol).

ADAPTED PHYSICAL EDUCATION

Adapted Physical Education (APE) is a sub-discipline of physical education. It is an individualized program created for students who require a specially designed program for more than 30 days. The program involves physical fitness, motor fitness, fundamental motor skills and patterns, aquatics skills, dance skills, individual, group games and sports. For people with disabilities, adapted physical education provides safe, personally satisfying, and successful experiences related to physical activity, rather than a sedentary alternative program. Adapted Physical Education is a direct service, not a related service.

Students who qualify for adapted physical education include people with disabilities as specified in the Individuals with Disabilities Education Act (IDEA). This includes children who have:

Autism - developmental disability significantly affecting verbal and nonverbal communication and social interaction, genearily evident before age 3, that adversely affects a child's education performance. Other characteristics often associated with autism are engagement in repetitive activities and stereotyped movements, resistance to environmental change or change in daily routines, and unusual responses to sensory experiences.

Blindness - concomitant hearing and visual impairments, the combination of which causes such severe communication and other developmental and educational needs that they cannot be accommodated in special education programs solely for children with deafness or children with blindness.

Deafness - hearing impairment that is so severe that the child is impaired in processing linguistic information through hearing, with or without amplification, that adversely affects a child's educational performance.

Emotional disturbance - condition exhibiting one or more of the following characteristics over a long period of time and to a marked degree that adversely affects a child's educational performance:

- inability to learn that cannot be explained by intellectual, sensory, or health factors;
- inability to build or maintain satisfactory interpersonal relationships with peers and teachers;
- inappropriate types of behavior or feelings under normal circumstances; general pervasive mood of unhappiness or depression;
- a tendency to develop physical symptoms or fears associated with personal or school problems (this term also includes schizophrenia).

Hearing impairment - impairment in hearing, whether permanent or fluctuating, that adversely affects a child's educational performance but that is not included under the definition of deafness.

Mental retardation - significantly subaverage general intellectual functioning, existing concurrently with deficits in adaptive behavior and manifested during the developmental period, which adversely affects a child's education performance.

Multiple disabilities - concomitant impairments (such as mental retardation-blindness, mental retardation- orthopedic impairment, etc.), the combination of which causes such severe educational needs that they cannot be accommodated in special education programs solely for one of the impairments.

Orthopedic impairment - severe orthopedic impairment that adversely affects a child's educational performance. The term includes impairments caused by congenital anomaly (e.g., clubfoot, absence of some member, etc.), impairments caused by disease (e.g., poliomyelitis, bone tuberculosis, etc.), and impairments from other causes (e.g., cerebral palsy, amputations, and fractures or burns that cause contractures).

Other health impairment - having limited strength, vitality or alertness, including heightened alertness to environmental stimuli, that results in limited alertness with respects to the educational environment, that is due to chronic or acute health problems such as asthma, attention deficit disorder or attention hyperactivity disorder, diabetes, epilepsy, a heart condition, hemophilia, lead poisoning, leukemia, nephritis, rheumatic fever.

Specific learning disability - disorder in one or more of the basic psychological processes involved in understanding or in using language, spoken or written, that may manifest itself in an imperfect ability to listen, think, speak, read, write, spell, or to do mathematical calculations, including conditions such as perceptual disabilities, brain injury, minimal brain dysfunction and dyslexia.

Speech or language impairment - communication disorder, such as stuttering, impaired articulation, a language impairment, or a voice impairment, that adversely affects a child's educational performance.

Traumatic brain injury - an acquired injury to the brain caused by an external physical force, resulting in total or partial functional disability or psychosocial impairment, or both, that adversely affects a child's educational performance. The term applies to open or closed head injuries resulting in impairments in one or more areas, such as cognition; language; memory; attention; reasoning; abstract thinking; judgement; problem-solving; sensory; perceptual, and motor abilities; psychosocial behavior; physical functions; information processing; and speech.

Infants and toddlers who need early intervention services because of developmental delays in cognitive, physical, communication, social, emotional or adaptive development can also qualify for adapted physical education. The state can chose to include infants and toddlers who are under three-years old who are "at risk" for experiencing a developmental delay if early intervention services are not provided. Another group of students who might qualify for adapted physical education are students who are recuperating from injuries, accidents, recovering from noncommunicable diseases, are overweight, have low skills levels, or have low levels of physical fitness. This group is not covered by legislation, but a school district can decide to develop a plan to meet these students' physical education needs (*from "Wikipedia"*).

RURAL ADAPTED PHYSICAL EDUCATION

by Jayne Chase, Stephen A. Butterfield

The past fifteen years have witnessed emergence of adapted physical education as a fundamental education service for disabled children. Enactment of federal and state legislation, federally funded research, and graduate training programs have enabled adapted physical education to establish parity with teachers of special education. However, in many years, adapted physical education is misunderstood, unappreciated, or even viewed as frivolous or possibly unnecessary. In addition, there appears to be much variation in delivery of adapted physical education services across the nation. For instance, states such as Oregon, California, Ohio, Illinois, Minnesota, and Texas, with nationally recognized graduate programs in adapted physical education, strong grassroots organizations, and in some instances, teacher certification, have prospered, while progress in other states has been modest.

Many rural states, for example, are faced with unique circumstances which limit delivery of special education services. Problems related to transportation, communication, and

teacher turnover adversely affect quality of special education in rural school systems. Some specialists also attributed travel, communication, and staffing problems along with scheduling difficulties, lack of administrative support, and too little time as factors that restrict educational opportunities for rural school children. Although there is a model for preservice training in rural adapted physical education, most service delivery programs are geared to nonrural population.

Like many states, Maine is faced with problems associated with rural education. In fact, the adapted physical education specialist is virtually nonexistent in Maine; only five are now employed with 240 school districts -- all in more densely populated areas. Consequently, delivery of appropriate physical education to most of Maine's 27,000 handicapped children rests in the hands of 730 traditional physical educators. Many of the current teachers were educated when most teacher preparation programs did not require a course in adapted physical education.

The Maine Adapted Physical Education Task Force was established under the auspices of the Maine Department of Educational and Cultural Services for promoting appropriate physical education for students with disabilities in Maine's public schools. The Task Force consists of state department of education consultants, university system faculty, public school physical education teachers, and related service personnel. Since its inception in 1984, the principal charge of this group has been to increase physical education opportunities for handicapped children in Maine. To accomplish this goal, the Task Force realized that a comprehensive inservice education program must be developed and implemented. There is a statewide inservice training program designed to retrain (or in some cases, introduce) traditional physical educators in adapted physical education. This program was designed and implemented by university faculty, overseen by the Maine Adapted Physical Education Task Force, which served as advisory board, and funded for three years by the state's Division of Special Education.

A cover letter describing the project and application materials were mailed to every school superintendent in Maine. Superintendents were allowed to nominate one teacher from their school systems to participate in the project. They were strongly encouraged to select experienced, career teachers who would initiate an adapted physical education program, or improve an existing one, but who lacked formal training in adapted physical education. Superintendents were also informed that project graduates would be expected to conduct workshops and provide consultation for other physical education teachers within their geographical areas. In return, the project would pay for the trainees' room, board, and tuition for three semester hours of graduate coursework. The first two training cycles included 37 physical education and two special education teachers who were responsible for their schools' adapted physical education programs. In characterizing the individuals by numerical averages, they had 9.8 year teaching experience. All trainees worked in rural school systems. There were 24 K-6 teachers, nine worked at 7-12 levels and four taught grade levels K-12 (*from "Palaestra"*).

WEIGHT TRAINING FOR WHEELCHAIR USERS

by Anita Horning

Transcending challenges and rising above physical obstacles, wheelchair users can successfully add resistance training to their exercise plan. All it takes is thoughtful planning and ingenuity. "Everything can be adapted," said Kerry Syed, exercise physiologist. Strength training benefits improve the ability to perform daily activities, like pushing wheelchairs, carrying items and transferring. "Many wheelchair users have an inefficient push," said Diane Backwith, Coordinator of the Seated and Wheelchair Clinics at Emory's Center for Rehabilitation Medicine. Besides lifting weights, simple equipment can be used to provide resistance and thus increase strength. Some exercises and most stretches require no equipment at all.

Strength training with weights. Warm up with five or ten minutes of general large muscle activity such as laps. Using proper posture to protect your back, sit up straight with shoulders relaxed, maintain a loose, comfortable grip on the weight or machine handle. Most weight training machines have rubber grips but some equipment, like free weights or dumbbells do not.

Squeezing too tightly can elevate blood pressure, not holding tightly enough can cause weights to fall, causing potential injury.

To select the proper weight, start with one you can lift 15 times. When using machines, set the seat back or chest pads so you are secure. Breathe normally, exhale as you lift and inhale as you lower the weight for a count of three seconds, increase the weight five percent when it becomes easy to lift eight to twelve times. Train large muscle groups first, then proceed through the body in this order: legs, back, shoulders, chest, arms, neck. Special machines can be used even with very limited finger functioning. Velcro cuffs allow wheelchair users to bench press, row and ride a stationary bicycle.

Resistance training with equipment. Resistance can also be created with rubber bands. They can be attached to a pole, hook or door handle, just about anywhere. After securing the band carefully, pull away, working the muscles in a variety of ways such as pulling the band toward you, turn and pull it behind you, hold both ends and extend your arms out, etc.

Stretches/flexibility exercises. Best performed after working out, when muscles are warm, stretching increases flexibility and eases stress and fatigue. Holding for eight counts, stretch each muscle group two times. Since many wheelchair users experience shoulder stress and posture problems, do shoulder and neck rolls, ear to shoulder stretches and chin tucks. Arm lifts and torso side stretches increase flexibility and reduce fatigue which can result from pushing the chair. Lying down, stretch arms above head to stretch back muscles.

Range of motion. For all types of strength training, use full range of motion, lifting and lowering smoothly and slowly. If movement is too fast, momentum does the work instead of your body. Don't "lock" your joints, this puts too much stress on them. Avoid injury by training opposing muscle groups, for instance biceps that curl the arm in and triceps that extend it out.

Personal trainers. We all need a little help sometimes. Personal trainers and exercise specialists certified to design a balanced program, provide motivation and can help with transferring from wheelchair to exercise machines. In addition to resistance training two or three days a week, they help choose aerobic movement, such as swimming or machines. The American Council on Exercise maintains a database of certified personal trainers. Syed believes their clients enjoy weight training and stick with it for a long time. Perseverance pays off. Press on toward the goal to win the prize, and after four to six weeks, your body will grow accustomed to this new activity and you'll be smiling as you lift and stretch up (*from "Accent on Living"*).

Немецкий язык

HYGIENE UND DIE PSYCHE

Psychohygiene beginnt damit, dass man lernt, sein eigenes Verhalten zu beurteilen und zu werten.

Die Beurteilung der eigenen Handlungen hinsichtlich der Verpflichtungen gegenüber Freunden und Bekannten, Mitschülern, Eltern, Verwandten wird als Gewissen bezeichnet. Wenn man aber eine Tat nicht gut vollbracht, nicht richtig ausgeführt oder sich gegenüber anderen fehlerhaft verhalten hat, entstehen Gewissenbisse. Dann entsteht ein Zustand der Spannung und Unruhe.

Es ist bekannt, dass innere Konflikte sogar zu Krankheiten verschiedener Organe des Menschen führen können.

Es gibt ein Wort, das die gesundheitsschädigende Überbeanspruchung des Körpers kennzeichnet: Stress.

Lärm, Hektik, Zeitdruck, zu wenig Kontakte mit anderen können zu inneren Konflikten und zu Stress führen. Stress ist nicht zu vermeiden; denn jede Tätigkeit, vor allem geistig schöpferische, aber auch körperliche Anstrengung, erfordert ein großes Maß an Spannung. Wichtig ist nur, dass diese Spannung nicht zu stark wird und durch Ruhe, Entspannung abgelöst wird. So können Spiel und Sport sehr schnell die Spannung geistiger Arbeit auflösen und einen guten Erholungseffekt erzielen.

Wir müssen aber lernen, unsere Gefühle zu beherrschen. Dazu soll man sich mühen, negative Gefühle schnell zu überwinden und durch aktive, positive Begeisterung und Freude zu ersetzen. Man muss das negative Gefühl so regulieren und trainieren, dass daraus die Kraft wächst, die entstandene Situation zu lösen.

Eine günstige Tageseinteilung mit festgelegten Zeiten für Schularbeit, Hausarbeit und Erholung durch Spiel und Sport, ausreichend Schlaf sind die Grundlagen einer guten Psychohygiene.

Die Freizeitgestaltung spielt bei der Psychohygiene eine wichtige Rolle. Die Menschen, die sehr lange sitzen, sollen sich bei intensiver Bewegung aktiv erholen. Natürlich kann man sich auch bei einer interessanten Lektüre oder beim Fernsehen entspannen, wobei Lesen psychohygienisch günstiger ist. Spannende "Krimis" lesen oder sehen ist aber insbesondere in den Abendstunden nicht so günstig, da sie die Ursache für Schlaflosigkeit sein können.

ZURÜCK ZUR NATUR

Der französische Philosoph, Schriftsteller und Pädagoge Jean – Jacques Roesseau, der im 18. Jahrhundert lebte, stellte die Forderung auf: "Zurück zur Natur".

Immer mehr zieht es heute jung und alt in der Freizeit möglichst weit hinaus aus der Stadt. Frische Luft "tanken" im Walde oder am Rande eines Sees, wie schön ist das. In den Ferien, wenn wir an einem Ferienlager teilnehmen, ob wir nun in festen Häusern oder in Zelten untergebracht sind, oder auch wenn wir mit unseren Eltern campen, sind wir der Natur besonders nahe. Dieser enge Kontakt mit der Natur bringt für den Körper eine Umstellung auf andere Lebensbedingungen. Damit wir gesund bleiben und erholen können, darf man einiges beachten.

Zum Beispiel, dass für kühle Nächte und Tage warme Kleidung am besten einen Trainingsanzug, muss man einpacken. Eine Mütze als Sonnen-oder Regenschutz ist ebenso unerlässlich, wie festes, aber luftdurchlässiges Schuhwerk zum Wandern. In die Reiseapotheke gehören ein Fieberthermometer, Verbandpäckchen, Mullbinden, 1 Flasche Sepsotinktur, eine Dose Fettcreme, eine Abschnurbinde, ein Dreiecktuch, eine kleine Schere sowie eine kleine Pinzette zum Entfernen von Holzsplittern und einige Sicherheitsnadeln. Ein Einreibemittel zur Vorbeugung gegen Insektenstiche sollte man mitnehmen.

Auf keinen Fall darf man den Graben um das Zelt vergessen, damit man nicht bei starkem Regen im Nassen sitzt. Wenn man sich selbst verpflegt, achtet man darauf, dass die Lebensmittel frisch sind.

Leichtverderbliche Waren sollte man am Tage des Kaufes verzehren oder in einer Kühltasche aufbewahren. Kartoffel-, Fleisch- und Fischsalate und bestimmte Konserven (sogenannte Präserven und Halbkonserven) sollte man im Urlaub überhaupt nicht kaufen, da sie bei sommerlichen Temperaturen einen guten Nährboden für Bakterien bilden und schnell verderben. Harte Wurst, Eier, Schnittkäse, Konserven, Obst sind für Zeltner zu empfehlen. Auf keinen Fall jedoch gehören Lebensmittel ins Schlafzelt; man sollte sie in der Küche aufbewahren.

Bestimmte Erkrankungen schließen von der Teilnahme am Ferienlager aus insbesondere Infektionskrankheiten. An den Trinkwasserzapfstellen darf man aus hygienischen Gründen nicht seinen Körper oder sein Geschirr reinigen oder seine Wäsche waschen. Ordnung und Sauberkeit ist im Ferienlager oder auf dem Campingplatz oberstes Gebot.

Die Grundsätze der persönlichen Hygiene, die wir schon kennengelernt haben, sind hier natürlich zu beachten.

Das Baden in einem See kann die tägliche gründliche Reinigung mit Wasser und Seife nicht ersetzen. Denkt auch daran, dass man die Sportkleidung nicht als Unterwäsche tragen darf. Nach der Toilettenbenutzung und vor jedem Essen muss man sich die Hände waschen. Das Essgeschirr muss man selbstverständlich nach jeder Mahlzeit gründlich reinigen.

ENTWICKLUNG DER MASSAGE

Die Massage ist eine sehr alte Form der Behandlung, die aus Instinkt und Erfahrung geboren, sicherlich schon in den Urzeiten der Menschheit in irgendeiner Form praktiziert wurde. Die ältesten schriftlichen Überlieferungen stammen aus China und Indien und gehen auf das Jahr 2800 v.u.Z. zurück.

Besonders im Altertum hatte die Massage einen breiten Anwendungsbereich und wurde im Zusammenhang mit Gymnastik und Atemübungen betrieben. Hippokrates und Asklepiades sahen sie als ein wichtiges Heilmittel an. Lange Zeit entbehrte sie einer wissenschaftlichen Grundlage. So ist der eigentliche Aufschwung der Massage erst den Anregungen des Schweden Ling (1776-1839) zu verdanken, die er im Rahmen seiner medizinischen Gymnastik auch die Massage gegeben hat, wobei er sich besonders um eine Systematisierung der Massagegriffe bemühte. Seine Methode, die als "Schwedische Massage" bekannt wurde, förderte Mezger (1839-1901) weiter. Seinen Erfolgen ist es zu verdanken, dass sich berühmte Kliniker wie Langenbeck, Billroth, Esmarch u.a. für die Massage als Heilmittel eingesetzt haben.

Die Masseure wenden heute noch in abgewandelter Form die Mezgerschen Handgriffe an. Zur wissenschaftlichen Begründung der Massage haben besonders die Arbeiten der englischen Ärzte Head (1889) und Mackenzie (1917) über die nervös-reflektorischen Beziehungen zwischen der Haut bzw. Muskulatur einerseits und den inneren Organen andererseits beigetragen, die damit die Entwicklung von Spezialmethoden der Massage einleiteten und die Grundlage der heutigen Reflexzonenmassage schufen.

Die Mitteilungen über die Anwendung und Wirkung der Massage im Zusammenhang mit sportlichen Übungen gehen auf Galen (130-199 v.u.Z.) zurück. Er hatte bewusst Widerstandsgymnastik angewandt und eine Massage zu Beginn und nach Abschluss der Übungen gekannt.

Bei Zabłudowski, einen ehemaligen russischen Militärarzt, der in Preußen wirkte, finden wir erste Ansätze zur Sportmassage. Er hatte 1905 einen Läufer in Vorbereitung für den Lauf von Berlin nach Dresden behandelt und veröffentlichte 1906 eine Arbeit zu dem Thema: "Körperliche Übungen und Massage im Dienste des Sports."

Mit dem Anwachsen der Sportbewegung wurde auch die Sportmassage ausgebaut und ihr wissenschaftliches Interesse angeregt. Das drückt sich in der Zahl vieler Publikationen, deren wichtigste Verfasser Kirchberg (1924), Horwitz und Ziller (1926), sowie Thomsen (1949) und Prokop (1950) waren.

SUPERMANN IM DOPING-TEST

Dr. Clausnitzer ist Mitglied der Medizinischen Kommission des Internationalen Olympischen Komitees, speziell der Subkommission Antidoping.

Korr.: Es gibt Diskussionen um die saubere Definition "Doping". Wo liegt die Schwierigkeit?

Dr. Clausnitzer: Die Definition ist der wundeste Punkt, weil es bis jetzt keine gibt, die wissenschaftlich exakt ist. Die größte Schwierigkeit besteht darin, zu erklären, was ist Doping? Wer heute Leistungssport betreibt und erfolgreich sein will, der muss sich im Training bis an die Leistungsgrenze fordern. Und solch Spitzenathlet ist wohl kaum in der Lage, sich aus eigener Kraft zu reproduzieren. Doch keiner glaubt, sich in der Trainingsphase lange Pausen leisten zu können. Also versucht er, durch Mineralien, Vitamine, aber auch Pharmaka, sich schnell wieder aufzubauen. Doch die meisten davon stehen auf der Verbotliste. Deshalb plädieren internationale Sportmediziner dafür, die therapeutische Dosis zuzulassen, um den Teufelskreis durchzubrechen. Aber wer befindet dafür, wann der therapeutische Effekt in einen Doping-Effekt umschlägt?

Korr.: Worin besteht nun genau die Aufgabe Ihres Doping-Kontrolllabors?

Dr.: Von internationalen und nationalen Wettkämpfen kommen die Urinproben anonym in verplombten Containern zu uns. Mit Hilfe hochsensibler Verfahren der Massenspektrometrie und Gaschromatographie versuchen wir, verbotene Doping-Substanzen nachzuweisen. Wirft nun der Computer ein positives Ergebnis aus, dann geht eine Meldung an die betroffene internationale

Föderation oder den nationalen Sportverband, und es macht sich eine sogenannte B-Probe notwendig. Diese Prozedur übernehmen andere Mitarbeiter des Labors. Der betroffene Sportler und von ihm benannte Sachverständige können dabei sein. Bestätigt sich das erste Ergebnis, wird der Sportler ein sogenannter "Dopingfall". Im Olympiajahr'88 haben alle zwanzig Labors 47 069 Proben bei nationalen und internationalen Wettkämpfen sowie im Training analysiert, von denen 1153 positiv ausfielen.

EIN DRITTEL DES LEBENS WIRD "VERSCHLAFEN"

Der Säugling verschläft mehr als drei Viertel des Tages, das Schulkind je nach Alter etwas weniger als die Hälfte und der Erwachsene ein Drittel seines Lebens. Für Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahren rechnet man mit einem durchschnittlichen Schlafbedarf von 11 bis 12 Stunden, von 10 bis 12 Jahren von 10 Stunden, von 12 bis 15 Jahren von 9 Stunden täglich.

Schlafbedürfnis stellt sich ein, wenn die Nervenzellen der Hirnrinde erschöpft, ermüdet sind. Man kann ja zwar durch chemische Stoffe, beispielsweise Koffein, durch Anspannung aller Willenskräfte angeregtes Spielen oder angestregtes Arbeiten vorübergehend. Es ist aber nicht möglich, einen Menschen oder ein Tier ständig wach zu halten. Dies wurde schwerste geistige Störungen nach sich ziehen und schließlich sogar den Tod herbeiführen. Sicher kann man einmal bei besonderer Gelegenheit bis in die Nacht hinein feiern oder arbeiten bzw. Schulaufgaben erledigen. Das kann und darf aber nicht zur Regel werden. Früher oder später wird dabei eine Erschöpfung eintreten, die bis zum Nervenzusammenbruch führen kann. Davon ausgehend, ist es nicht möglich, bei chronischer Übermüdung intensiv zu lernen.

Jede Nervenzelle hat nur eine bestimmte Leistungsfähigkeit. Ist die Leistungsgrenze erreicht, so muss eine Erholung erfolgen. Unser Gehirn benötigt den Schlaf als Ruhepause. Beim Schlaf werden nicht alle Aktivitäten des Gehirns abgeschaltet. Das Gehirn verarbeitet im Schlaf zum Teil die Erlebnisse des Tages. Erinnerungen, Wünsche, Hoffnungen, alles oft bunt "durcheinandergemischt", zeigen sich in manchmal schönen, manchmal bedrückenden Träumen. Solche Traumphasen wechseln sich mit traumlosen Phasen bei jedem Menschen in jeder Nacht ab. Allerdings kann man sich morgens nicht mehr daran erinnern, was man geträumt hat.

Wenn man nicht gleich einschlafen kann, liegt das oft an einem noch zu angeregten Nervensystem oder daran, dass man zu unregelmäßigen Zeiten zu Bett geht. Kann man nicht einschlafen, sollte man abends Kaffee und Tee sowie Cola-Limonade meiden und nicht zu viel essen.

Weniger bewusst ist vielen, dass das Zubettgehen zur immer gleichen Stunde schlaffördernd wirkt. Hierbei schleift sich ein bedingter Reflex ein, der dann beim Niederlegen in Verbindung mit der Ruhe, Dunkelheit und Wärme schnell den Schlaf hervorruft. Das immer gleiche Bett oder das Ticken einer Uhr können schlaffördernd sein. Die optimale Schlafzimmertemperatur beträgt 16 bis 18 Celsius. Das Fenster sollte außer immer geöffnet sein. Schlaf erhält nicht nur die Leistungsfähigkeit von Muskulatur und Nervensystem, sondern renegiert auch den gesamten Körper. Messen wir abends und morgens unsere Körperlänge, können wir feststellen, dass wir morgens gewöhnlich etwas grösser sind. Auch die Haut wird straffer und elastisch.

Электронный образовательный ресурс

Для работы в системе дистанционного обучения (СДО) при проведении учебных занятий онлайн, а также для самостоятельной работы обучающимся предлагается:

1. учебно-методическое пособие «Лексико-грамматический практикум. Английский язык.», разработанное на кафедре иностранных языков ФГБОУ ВО «ВЛГАФК». Доступ к данному пособию бесплатный с возможностью скачивания:

Дытко, Екатерина Викторовна Ершова, Наталья Генриховна. Лексико-грамматический практикум. Английский язык. Учебно-методическое пособие – М.: Мир науки, 2021. – Сетевое издание. Режим доступа: <https://izd-mn.com/PDF/01MNNPU21.pdf> – Загл. с экрана.

Пособие нацелено на формирование УК-4 (способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)). Данная компетенция подразумевает использование знаний, совершенствование навыков и умений применения иностранного языка как основы социогуманитарных знаний для формирования научного мировоззрения, а также способов коммуникации в устной и письменной форме на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия.

В содержании пособия предусмотрены материалы контрольных работ, список грамматических и коммуникативных тем для изучения, тексты для дополнительного чтения, письменного перевода и реферирования, кейс-задания.

Пособие включает в себя также ряд методических указаний, список рекомендуемой литературы для самостоятельной работы, подборка полезных интернет-ресурсов спортивной и околоспортивной тематики, лексический минимум с единицами общеспортивной лексики. Особое место в пособии занимают оригинальные материалы приложения Coach's corner, позволяющие обучающимся ближе познакомиться с деятельностью спортивных тренеров, а также материалы раздела Тексты для реферирования, в которых отражена специфика различных видов спорта, представленных в ФГБОУ ВО «ВЛГАФК».

В методических указаниях представлены рекомендации, характеризующие работу с каждым из предложенных видов работы (работа с видеоматериалами, мультимедийными презентациями, кейс-заданиями, над рефератом текста).

2. Учебно-методическое пособие SPORT ORIENTEERING: topics and terminology. Учебно-методическое пособие // Дытко Е.В., Ершова Н.Г. – М.: Мир науки, 2023. – Сетевое издание. Режим доступа: <https://izd-mn.com/PDF/04MNNPU23.pdf> - Загл. с экрана

Тема 1

Основы олимпийского образования. Паралимпийское движение. Принципы реализации Олимпийского образования в высшем спортивном образовании. Деятельность международного комитета Fair Play. Документы МОК. Паралимпийское движение. Мой спортивный регион.

Практические задания по тематическим разделам

Текстовые материалы по вопросам образования для ознакомления и письменного перевода, примеры коммуникативных тем:

1. По учебнику Борисенко, Е.Г. Английский язык для физкультурных специальностей: учебное пособие / Е.Г. Борисенко, О.А. Кравченко. – Ростов н/Д: Феникс, 2015. – 377, [2] с. – (Высшее образование):

Coaching activity – с. 209, Kids Start Sports - с. 331, Goal Setting in Sport - с. 344 – Тексты прочитать, перевести (письменно). Задать вопросы (5) к каждому тексту.

2. Scientific, technical, and medical research on ScienceDirect: сайт. – URL: <https://www.sciencedirect.com/> (дата обращения: 30.09.2021) :

Freedom Collection: полнотекстовая коллекция электронных журналов / Elsevier. – URL: <https://www.sciencedirect.com> (дата обращения 12.10.2021). – Режим доступа: для авторизов. пользователей.

Найти материалы по темам, найти тексты по современным проблемам олимпизма, составить терминологический словарь по темам: Основы олимпийского образования. Паралимпийское движение. Словарь должен содержать не менее 20 слов и словосочетаний.

Выложить файл с заданиями в систему дистанционного обучения (СДО) для проверки.

Тема 2.

Вопросы адаптивной физической культуры. Адаптивная физическая культура в России и за рубежом. Виды спортивных травм и их классификация. Физиотерапия и реабилитация.

Текстовые материалы спортивной тематики для ознакомления и письменного перевода, примеры коммуникативных тем:

1. По учебнику Английский язык для направления «Физическая культура» = English for Students of Physical Education: учебник для студ. учреждений высш. образования / [Е.А. Баженова, Ю.А. Гренлунд, Л.Я. Ковалева, А.В. Соколова]. – 7-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 352 с. – (Сер. Бакалавриат):

Winter sports – с. 180-181, Our training – с. 256

2. По учебнику Ершова, Н.Г. Important issues of adapted physical education = Актуальные вопросы адаптивной физической культуры: учебное пособие / Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко, Н.А. Павлюченкова. – Великие Луки, 2017. – 280 с.

1а. Ершова, Н.Г. Important issues of adapted physical education = Актуальные вопросы адаптивной физической культуры: учебное пособие / Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко, Н.А. Павлюченкова. – Великие Луки, 2017. – 280 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. – URL: <https://lib.rucont.ru> (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

Part I. P.Core Tasks (ознакомиться со всеми текстами. 2 любых Tasks с полным выполнением всех заданий (письменно)).

Part IV. Case Taska p. 113 (письменно).

Выложить файл с заданиями в систему дистанционного обучения (СДО) для проверки.

Тема 3.

Научная деятельность на иностранном языке. Исследовательская деятельность в сфере физической культуры и спорта. Исследовательская деятельность в спорте высших достижений по отраслям научного знания. Актуальные проблемы в сфере спорта высших достижений. Терминология.

Текстовые материалы спортивной тематики для ознакомления и письменного перевода, примеры коммуникативных тем:

1. По учебнику Английский язык для направления «Физическая культура» = English for Students of Physical Education: учебник для студ. учреждений высш. образования / [Е.А. Баженова, Ю.А. Гренлунд, Л.Я. Ковалева, А.В. Соколова]. – 7-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 352 с. – (Сер. Бакалавриат):

Pyotr Lesgaft - с. 285, 287. Составить план пересказа текста письменно.

Career problems in sport - с. 265. Подготовить «интервью» с известным спортсменом (письменно).

2. По учебнику Ершова, Н.Г. *Important issues of adapted physical education* = Актуальные вопросы адаптивной физической культуры: учебное пособие / Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко, Н.А. Павлюченкова. – Великие Луки, 2017. – 280 с.

1а. Ершова, Н.Г. *Important issues of adapted physical education* = Актуальные вопросы адаптивной физической культуры: учебное пособие / Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко, Н.А. Павлюченкова. – Великие Луки, 2017. – 280 с. // ЭБС РУКОНТ [сайт]. – URL: <https://lib.rucont.ru> (дата обращения: 30.09.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

Part IV. Case Taska p. 113. Задания выполняются письменно.

3. Приготовить обзор статей по предлагаемым журналам (в виде реферата) по тематике коммуникативной темы. Подготовить реферат профессионально-ориентированного текстового материала по связанной с будущей профессиональной деятельностью в спорте.

- Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: научно-методический журнал: сайт. URL: <http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/2> (дата обращения 30.09.2021).

- Культура физическая и здоровье: научно-методический журнал: сайт. – Воронеж: Воронежский государственный педагогический университет, 2013. – URL: <http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/content.html> (дата обращения 30.09.2021).

- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта: научно-теоретический журнал: сайт. – Санкт-Петербург: Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, 2021. – URL: <http://lesgaft-notes.spb.ru/ru/node/638> (дата обращения 30.09.2021):

Выложить файл с заданиями в систему дистанционного обучения (СДО) для проверки.

Тема 4.

Устная и письменная коммуникация в профессиональном контексте. Особенности устной и письменной коммуникации в профессиональном контексте. Подготовка к выступлению на конференции на иностранном языке. В рамках профессиональной тематики. Составление реферата и аннотаций профессионально-ориентированных текстовых материалов.

Текстовые материалы спортивной тематики для ознакомления и письменного перевода, примеры коммуникативных тем:

1. По учебнику Английский язык для направления «Физическая культура» = *English for Students of Physical Education*: учебник для студ. учреждений высш. образования / [Е.А. Баженова, Ю.А. Гренлунд, Л.Я. Ковалева, А.В. Соколова]. – 7-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 352 с. – (Сер. Бакалавриат):

Athlete's career – с. 298. На основе текста приготовить рассказ (письменно) об известном спортсмене из **нашего региона**. Презентация в Power Point приветствуется.

2. По учебнику Борисенко, Е.Г. Английский язык для физкультурных специальностей: учебное пособие / Е.Г. Борисенко, О.А. Кравченко. – Ростов н/Д: Феникс, 2015. – 377, [2] с. – (Высшее образование):

Famous coach/famous athlete – с. 25 (Yelena Isinbaeva). Приготовить письменный перевод текста.

3. По материалам журналов приготовить доклад (5-7 мин.) на интересующую тему по предлагаемой тематике. Приготовить Poster для выступления на конференции.

Теория и практика физической культуры: научно-теоретический журнал: сайт. – Москва. – URL: <http://www.teoriya.ru/ru> (дата обращения 30.09.2021).

Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: научно-методический журнал: сайт. – URL: <http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/2> (дата обращения 30.09.2021).

Культура физическая и здоровье: научно-методический журнал: сайт. – Воронеж: Воронежский государственный педагогический университет, 2013. – URL: <http://kultura->

fiz.vspu.ac.ru/content.html (дата обращения 30.09.2021).

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта: научно-теоретический журнал: сайт. – Санкт-Петербург: Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, 2021. - URL: <http://lesgaft-notes.spb.ru/ru/node/638> (дата обращения 30.09.2021).

Выложить файл с заданиями в систему дистанционного обучения (СДО) для проверки.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5.

Достигаемые уровни владения иностранным языком

Таблица 1 Соответствие уровней владения иностранным языком оценкам студентов за освоение материала рабочей программы дисциплины «Иностранный язык (профессиональный)»

А Элементарное владение (Basic User)	A1 Уровень выживания (Breakthrough)	Оценка «удовлетворительно»
	A2 Предпороговый уровень (Waystage)	Оценка «хорошо»
В Самостоятельное владение (Independent User)	B1 Пороговый уровень (Threshold)	Оценка «отлично»

Таблица 2 Общая характеристика достигаемых уровней владения иностранным языком

Элементарное владение	A1	- понимать и уметь употребить в речи знакомые фразы и выражения, необходимые для выполнения конкретных задач; - уметь представиться представить других, задавать/ отвечать на вопросы о месте жительства, знакомых, имуществе; - уметь участвовать в несложном разговоре, если собеседник говорит медленно и отчетливо и готов оказать помощь.
	A2	- понимать отдельные предложения и часто встречающиеся выражения, связанные с основными сферами жизни (например, основные сведения о себе и членах своей семьи, покупках, устройстве на работу и т.п.); - уметь выполнять задачи, связанные с простым обменом информацией на знакомые или бытовые темы; - уметь в простых выражениях рассказать о себе, своих родных и близких, описать основные аспекты повседневной жизни.
Самостоятельное владение	B1	- понимать основные идеи четких сообщений, сделанных на литературном языке на разные темы, типично возникающие на работе, учебе, досуге и т.д.; - уметь общаться в большинстве ситуаций, которые могут возникнуть во время пребывания в стране изучаемого языка; - уметь составить связное сообщение на известные или особо интересующие меня темы; - уметь описать впечатления, события, надежды, стремления, изложить и обосновать свое мнение и планы на будущее.

Таблица 3 Характеристика достигаемых уровней владения иностранным языком с точки зрения видов речевой деятельности

A1 (Уровень выживания):

Понимание	Аудирование	- понимать отдельные знакомые слова и очень простые фразы в медленно и четко звучащей речи в ситуациях повседневного общения, когда говорят о моей семье и ближайшем окружении
	Чтение	- понимать знакомые имена, слова, а также очень простые предложения в объявлениях, на плакатах или каталогах
Говорение	Диалог	- уметь принимать участие в диалоге, если собеседник повторяет по просьбе в замедленном темпе свое высказывание или перефразирует его, а также помогает сформулировать то, что ему пытаются сказать; - уметь задавать простые вопросы и отвечать на них в рамках известных или интересующих тем.
	Монолог	- уметь, используя простые фразы и предложения, рассказать о месте жительства и знакомых людях
Письмо	Письмо	- уметь писать простые открытки (например, поздравление с праздником), заполнять формуляры, вносить свою фамилию, национальность, адрес в регистрационный листок в гостинице

A2 (Предпороговый уровень):

Понимание	Аудирование	- понимать отдельные фразы и наиболее употребительные слова в высказываниях, касающихся важных тем (например, основную информацию о себе и своей семье, о покупках, о месте жительства, о работе); - понимать, о чем идет речь в простых, четко произнесенных и небольших по объему сообщениях и объявлениях.
	Чтение	- понимать очень короткие простые тексты; - уметь найти конкретную, легко предсказуемую информацию в простых текстах повседневного общения: в рекламах, проспектах, меню, расписаниях; - понимать простые письма личного характера.
Говорение	Диалог	- уметь общаться в простых типичных ситуациях, требующих непосредственного обмена информацией в рамках знакомых тем и видов деятельности; - уметь поддерживать предельно краткий разговор на бытовые темы, не обладая достаточным уровнем понимания, чтобы самостоятельно вести беседу.
	Монолог	- уметь, используя простые фразы и предложения, рассказать о своей семье и других людях, условиях жизни, учебе, настоящей или прежней работе.
Письмо	Письмо	- уметь писать простые короткие записки и сообщения, написать несложное письмо личного характера (например, выразить кому-либо благодарность за что-либо).

B1 (Пороговый уровень):

Понимание	Аудирование	- понимать основные положения четко произнесенных высказываний в пределах литературной нормы на известные темы, с которыми приходится иметь дело на работе, в школе, на отдыхе и т.д.; - понимать, о чем идет речь в большинстве радио- и телепрограмм о текущих событиях, а также передач, связанных с личными или профессиональными интересами. Речь говорящих должна быть при этом четкой и относительно медленной.
	Чтение	- понимать тексты, построенные на частотном языковом материале повседневного и профессионального общения, понимать описания событий, чувств, намерений в письмах личного характера.
Говорение	Диалог	- уметь общаться в большинстве ситуаций, возникающих во время пребывания в стране изучаемого языка, без предварительной подготовки участвовать в диалогах на знакомую/интересующую тему (например, «семья», «хобби», «работа», «путешествие», «текущие события»).
	Монолог	- уметь строить простые связные высказывания о своих личных впечатлениях, событиях, рассказывать о своих мечтах, надеждах и желаниях, кратко обосновать и объяснить свои взгляды и намерения, рассказать историю или изложить сюжет книги или фильма и выразить к этому свое отношение.
Письмо	Письмо	- уметь писать простые связные тексты на знакомые или интересующие темы, писать письма личного характера, сообщая в них о своих личных переживаниях и впечатлениях.

Таблица 4 Оценка умения говорения в рамках достигаемых уровней владения иностранным языком

A1 (Уровень выживания):

ДИАПАЗОН	Обладает очень ограниченным запасом слов и словосочетаний, которые служат для изложения сведений о себе и для описания конкретных частных ситуаций.
ТОЧНОСТЬ	Ограниченно контролирует употребление заученных наизусть нескольких простых грамматических и синтаксических конструкций.
БЕГЛОСТЬ	Может очень коротко высказаться, произнести отдельные высказывания, в основном составленные из заученных единиц. Делает много пауз для поиска подходящего выражения, выговаривания менее знакомых слов, исправления ошибок.
ВЗАИМО-ДЕЙСТВИЕ	Может задавать вопросы личного характера и рассказывать о себе. Может элементарно реагировать на речь собеседника, но в целом общение зависит от повторений, перефразирования и исправления ошибок.
СВЯЗНОСТЬ	Может соединять слова и группы слов с помощью таких простых союзов, выражающих линейную последовательность, как «и», «затем».

A2 (Предпороговый уровень):

ДИАПАЗОН	Использует элементарные синтаксические структуры с заученными конструкциями, словосочетания и стандартные обороты для того, чтобы передать ограниченную информацию в простых каждодневных ситуациях.
ТОЧНОСТЬ	Правильно употребляет некоторые простые структуры, но по-прежнему систематически делает элементарные ошибки.
БЕГЛОСТЬ	Может понятно выразить свою мысль очень короткими предложениями, хотя паузы, самоисправления и переформулирование предложения непосредственно бросаются в глаза.
ВЗАИМО-ДЕЙСТВИЕ	Может отвечать на вопросы и реагировать на простые высказывания. Может показать, когда он/она еще следит за мыслью собеседника, но очень редко понимает достаточно, чтобы поддерживать беседу самостоятельно.
СВЯЗНОСТЬ	Может соединять группы слов при помощи таких простых союзов как «и», «но», «потому что».

B1 (Пороговый уровень):

ДИАПАЗОН	Обладает достаточными языковыми знаниями, чтобы принять участие в беседе; словарный запас позволяет объясниться с некоторым количеством пауз и описательных выражений по таким темам, как семья, хобби, увлечения, работа, путешествия и текущие события.
ТОЧНОСТЬ	Достаточно аккуратно использует набор конструкций, ассоциируемых со знакомыми, регулярно происходящими ситуациями.
БЕГЛОСТЬ	Может высказаться понятно, несмотря на то, что паузы для поиска грамматических и лексических средств заметны, особенно в высказываниях значительной протяженности.
ВЗАИМО-ДЕЙСТВИЕ	Может начинать, поддерживать и завершать беседу один на один, если темы обсуждения знакомы или индивидуально значимы. Может повторить предыдущие реплики, демонстрируя тем самым свое понимание.
СВЯЗНОСТЬ	Может связать несколько достаточно коротких простых предложений в линейный текст, состоящий из нескольких пунктов.

Тексты для дополнительного чтения

Английский язык

Текст № 1

Americans love sports of all kinds. Many people play sports in their free time, and many go to games or watch them on TV. American sports fans are friendly but very, very noisy. At games they about and cheer for their favourite team.

One of the most popular sports is football. About 37 million people watch football each weekend during the fall and winter. Baseball is also very popular. It is played in the spring and summer. Basketball is played in the winter and spring. Basketball started in the U. S. in the late nineteenth century. People wanted to play sports in winter, but it was too cold outside. Basketball was a game they could play indoors. At big games in the U. S. there is a lot of entertainment before and during the game. There are parades, bands, and cheerleaders dress in their team's colours, and they lead the crowd in cheers. You have to be in good shape to be a cheerleader, and you have to practice for many hours.

Professional games are fun, but so are the thousands of smaller, local games. Each school or high school has its own teams, and its own cheerleaders. The students and their families and friends come to watch games are just as exciting as the big games.

Thousands of boys between 8 and 12 belong to «Little League» teams and play baseball on weekends. Many families and group of friends get together on weekends too and play softball in parks, often with a picnic or a barbecue. But if you don't belong to a team, there are plenty of other sports you can do, and in the U. S. there is plenty of space to do them. You can go to the mountains for skiing or hiking, or you can go to the ocean for surfing or scuba-diving. But if that's too much trouble, you can always stay home and watch the big ball game on TV.

Текст № 2

SLEEP YOUR WAY TO THE TOP

Do you bound out of bed without an alarm clock, bright and ready to face the challenges of the day? Or are you more of a snooze addict who crawls lifelessly into the shower, craving an intravenous caffeine drip? If the eight to 10 hours of sleep you need has been whittled down to five to seven hours, sleep deprivation is definitely taking its toll on your body and mind.

Improving your sleep quality can improve your health, enhance your judgement, balance your mood, and even increase sensory perception (read: better sex!)

When you first fall asleep, you enter the **quiet sleep** phase. This is when your body 'let's go', your brain is at its most inactive and your heart and circulation are under less stress than when you're awake. The first part of quiet sleep should only last a few minutes if you are healthy. The second part follows in uninterrupted blocks of about 30 minutes. This is your deepest sleep of the night. **Delta sleep**, also known as **body sleep**, comes in block of 1 S – 2 hours, during which you swing from deep to light sleep (when you are most easily woken up.)

It is the delta sleep phase that is crucial for physical activity. During deep delta sleep, an increased blood supply to the muscles repairs any damage you've done to your body during the day.

It's during the delta sleep phase that your body fights infections you might have been exposed to during the day. Studies prove that even one night of too little sleep damage your body's immune response, as sleep deprivation definitely leaves you more susceptible to colds, flu and other infections. But the good news is, with one subsequent night of good sleep, your immune system can get right back in action.

REM (rapid eye-movement) is the period when you dream most vividly. This recurring period lasts about 30 minutes and gets longer and closer together towards the end of the night. REM is known as **brain sleep**.

It is during REM sleep that your brain really gets a workout. This is when your mind sorts through what you learned during the day and imprints it on your memory.

In the first three hours of sleep, large amounts of growth hormone are released into the body. These are responsible for repair, fine tuning, balancing and protecting our bodies. Our sex hormones are released during this phase, and if we deprive ourselves of sleep, their release is suppressed.

“How you feel and behave tomorrow depends on how you sleep tonight”, says Nigel Ball, author of *The Sleep Solution*.

“You can control your sleep to improve your life”. Here is how to do it:

- Go to bed at least eight hours before you need to get up. Try to maintain that same bedtime for at least one week for maximum benefit.
- If you need an alarm clock to wake you up, you haven’t slept enough. But don’t lie in.
- Go to bed an additional 30 minutes earlier for the next week.
- Gradually add 15 to 30 minutes of sleep each week until you can wake easily without needing an alarm clock and still feel alert all day.
- *Stick to a sleep schedule*

Once you’ve found your ideal bedtime stick to it every night. And wake up at the same time every day, even at weekends.

- *Sleep without stopping*

The best sleep is continuous sleep – in fact, six straight hours are better than eight broken hours.

- *Play sleep catch-up*

If you have lost several hours of sleep, you’ll need extra sleep (on top of your normal amount).

- Go to bed early for three nights rather than changing your normal waking time.

Текст № 3

YOU’VE GOT TO TAKE CONTROL TO BE IN CONTROL

For every stress there’s positive side and negative side.

Stress can come from good things and bad things, big pressures and small, but most often it comes from feeling overwhelmed. As someone who runs a business and travels every week, I know that the management is stress management. If your life is organised, you’ll sleep better, feel in control and accomplish more.

Keep note pads everywhere – by each phone, in your handbag, in your car. Visualize your day each morning, focusing on what you must achieve, might achieve and don’t have to achieve. Listing your priorities is key to reducing stress.

Stress Management

Studies indicate that people who internalize high levels of stress are at greater risk of developing heart disease, ulcers, some forms of cancer. We all have lots of stress, but it’s how we react to it that counts.

The best advice would be: Focus on the solution, not the problem.

If stress is something within your control, then cope with it to overcome and – possibly solve it. With practice, stress management is a discipline anyone can master by turning negative reactions toward stress into positive ones.

Some typical negative responses and their solutions:

Frantic You have so much to do you don’t know where to start. *Positive reaction:* Go somewhere quiet and make a list of priorities, putting what’s dispensable aside.

Money Problems Put your abstract worry (“We’re spending too much”) on paper. Make a budget and be firm with yourself and your family about doing what’s necessary to live within your means.

Paralyzed with Fear Too scared to seek a new job, face a deadline – ask someone to listen.

Bad moods Exercise hard to “pump” them away, then stretch out to relax.

Overeating Don’t dwell on it. Exercise, then resume your diet.

Setting Priorities

Fact: There is never enough time for everything. And some things – that extra cocktail party, etc. – will have to go. Concentrate on your priorities for optimum health, minimum stress, maximum efficiency. My priorities are:

Health I keep up with health news. I see that my family and I eat and live right. Health comes first, because it determines everything else.

Sleep Prolonged lack of sleep can weaken the immune system, even prevent the body from warding off colds and flu. If you can’t get enough, learn to catnap – catching 15 minutes here, half an hour there: just before dinner, during a train ride, anytime.

Exercise For every half hour you exercise, you have about two extra hours energy. It organizes the mind, orders the thought processes and makes you strong.

Work Every person should keep his work on a schedule. If you love your work be grateful for it. If not, do it diligently while looking for something better. And learn that work isn’t everything.

Fun A giggle with a friend dissolves worries like nothing else. If fun is what’s missing in your life, then life is what you’re missing.

Living for the Health

Health is never a “*side dish*” to the meal of life, it is the meal. Everything starts with health, and everything comes back to it. And you are in charge.

Текст № 4

STRESS DOES INCREASE RISK OF HEART ATTACK

STRESS is a cause of heart attacks after all and is nearly as important as smoking, according to a study.

The Interheart study among 29.000 people in 52 countries, half of whom had experienced a heart attack, found that “psychosocial factors” increased the risk of a heart attack two and half times while smoking increased the risk nearly three times.

Doctors have argued for years about the importance of stress in heart disease and have tended to take the view that if it does have an effect it is something that can trigger a heart event in someone already diagnosed.

The study suggests that stress may be a cause in its own right. It looked at nine easily measured risk factors for heart disease including smoking, high blood pressure, diabetes, internal fat, lack of exercise, consumption of fruit and vegetables, stress and high blood fats.

Persistent severe stress makes it two and a half times more likely that an individual will have a heart attack compared with someone who is not stressed.

Stress and depression together increased the risk threefold. The Interheart study shows definitively that stress is one of the important factors in heart attack in all ethnic groups and in all countries.

It would be most unusual to have no stress at all. It’s how you respond to it. Patients wanted to know what had caused their heart attack if they were to blame for not handling stress better.

Текст № 5

Adult figure skating has been under the ISU umbrella since 2005 when the first ISU Adult Figure Skating Competition was held in Oberstdorf, Germany.

There are now two major ISU adult competitions – one in Oberstdorf each May and another in North America each fall. Today, these competitions attract hundreds of skaters from many member federations.

Participation in the Free Skating, Artistic Free Skating, Pair Free Skating, Ice Dance and Synchronized Skating disciplines is for skaters of all skill levels and has even attracted former World and Olympic competitors. Skaters compete in various age categories (see Announcement for details).

Competitors must be 28 years of age before July 1 preceding the competition. Synchronized skaters must have reached 25 years of age before July 1 preceding the competition. In 2019, the ISU eliminated the upper age limit.

The events to take place on international scale in ISU format in are International Adult Figure Skating Competitions in 19 May-25 May, 2019 in Obersdorf, Germany and 14 October-19 October 2019 in Lake Placid, the USA.

Текст № 10

IAAF HALL OF FAME. HEIKE DRECHSLER

Many people consider Heike Drechsler to be the leading female long jumper of the 20th century. She won global titles in the vest of both the former East Germany and then, after reunification, Germany.

When only 18, she took the long jump gold at the inaugural IAAF World Championships in 1983 and, 17 years later, she won the 2000 Olympic title.

In between, in the long jump alone, she triumphed at the 1987 IAAF World Indoor Championships, four successive European Championships from 1986 to 1998, regained her World Championships crown on home soil in Stuttgart in 1993, and won at the 1992 Olympic Games.

She is the only woman to have two Olympic long jump victories to her name. In addition, Drechsler set two world records of 7.44m and 7.45m in 1985 and 1986, equalling the latter mark later in 1986.

Drechsler was also a formidable sprinter in the first decade of her career before she concentrated mainly on the long jump. She won 200m gold medals at the 1986 European Championships and 1987 IAAF World Indoor Championships.

At the 1988 Olympics, she got bronze medals in the 100m and 200m in addition to a silver medal in the long jump. In the longer sprint, Drechsler twice equalled the world record of 21.71 by another 2014 IAAF Hall of Fame inductee, Marita Koch.

Текст № 11

WORLD CLASS GYMNASTS. MARGARITA MAMUN.

Place of birth: Moscow

Year of birth: 1995 (23 y.o.)

Discipline: Rhythmic gymnastics

Hobbies: Spending time with family and friends, going to the cinema and theatre. (olympic.ru, 10 Jul 2015)

Spoken languages: English, Russian

Club: MGFSO Moscow / St. Petersburg [Russia]

Coach: Amina Zaripova [personal], RUS; Irina Viner-Uzmanova [national], RUS (Athlete, 09 Mar 2016)

International senior debut: 2011 for Russia, World Cup in Montreal, Canada (Athlete, 09 Mar 2016)

Start sporting career. She began training at age seven in Moscow, Russia. (sport-express.ru, 05 Mar 2013)

Reason for taking up the sport. She saw the sport on TV and asked her mother to introduce her to the sport. (olympic.ru, 10 Jul 2015)

Hero / Idol: Russian gymnasts Irina Tchachina and Evgenia Kanaeva. (vesti.ru, 23 Jun 2015)

Awards. She was awarded the Prize for Elegance at the 2015 World Championships in Stuttgart, Germany (11 Sep 2015). She holds the title of Honoured Master of Sport in Russia (2015).

Other facts. She competed internationally in junior events for Bangladesh, the country of birth of her father, prior to switching to compete for Russia at senior level. (fig-gymnastics.com, 29 Apr 2015).

Немецкий язык

Текст №1

Eine der wichtigsten Aufgaben des Trainers ist die Willenserziehung. Man muss den Sportlern solche Eigenschaften wie Leistungswillen, Kampfgeist, Siegesgeist anerkennen. Die Willenserziehung wird im engen Zusammenhang mit der sportlichen Ausbildung geplant und durchgeführt. Man muss also Aufgaben, Mittel und Methoden des Trainings mit erzieherischen Absichten verbinden. Das wichtigste methodische Mittel für Willenserziehung ist auch die Teilnahme an bedeutenden Wettkämpfen und Turnieren.

Der Trainer bereitet die Sportler allseitig und zielstrebig auf höchste sportliche Leistungen vor. Er nimmt eine führende Rolle im Erziehungsprozess ein. Er stellt an die Sportler hohe Anforderungen und achtet konsequent auf ihre Erhaltung. Forderungen sind ein wichtiges Mittel in der Erziehungsarbeit. Sie müssen überlegt und richtig sein, müssen also dem Entwicklungszustand des Sportlers entsprechen und seine Persönlichkeit respektieren.

Текст №2

Der Trainer bereitet die Sportler allseitig und zielstrebig auf höchste sportliche Leistungen vor. Er nimmt eine führende Rolle im Erziehungsprozess ein. Er stellt an die Sportler hohe Anforderungen und achtet konsequent auf ihre Erhaltung. Forderungen sind ein wichtiges Mittel in der Erziehungsarbeit. Sie müssen überlegt und richtig sein, müssen also dem Entwicklungszustand des Sportlers entsprechen und seine Persönlichkeit respektieren.

Das Ansehen des Menschen spielt in der Erziehung eine grosse Rolle. Die Autorität des Trainers gründet sich vorwiegend auf seine fachliche Überlegenheit, seine methodischen Fähigkeiten und auf seine Kontaktbeziehungen zu den Sportlern. Ein guter Trainer nimmt auch an den Sorgen, Problemen und Wünschen seiner Zöglinge teil. Er respektiert die einzelnen Sportler ebenso wie das gesamte Kollektiv. Man muss gute kollektive Beziehungen in der Mannschaft fördern, denn sie schaffen eine günstige Ausgangspositionen für die Erziehung.

Текст №3

MIT BEGEISTERUNG TURNER UND PATRIOT

Turnvater Jahn hat bei späteren Generationen grosse Popularität erlangt.

Dieses Beiwort charakterisiert ein Gutteil seines Lebenswerkes.

Friedrich Ludwig Jahn (1778-1852) gilt heute als ein Klassiker der deutschen Körpererziehung. Er schuf ein System der Körpererziehung, das zu den bedeutendsten Errungenschaften in der Geschichte der Körperkultur gehört. Er war dabei Theoretiker und Praktiker. 1811 hat Jahn den ersten Turnplatz nicht weit von Berlin eröffnet, auf dem sich junge Leute an Sport- und Balanciergeräten übten. Jahn ist Erfinder von Reck und Barren, die heute auf keinem Turnpodium fehlen. Friedrich Ludwig Jahn sah im Turnen eine bedeutende vaterländische Kraft. Sein Ziel war, aus den Turnern kräftige Verteidiger des Vaterlandes zu schaffen. Durch sein Wirken für die nationale Unabhängigkeit, für die Befreiung von der napoleonischen Fremdherrschaft wurde er von seinen Zeitgenossen hoch geehrt. Als Turnvater und als Patriot seiner Heimat bleibt er unvergessen.

Текст №4**DIE ERZIEHUNGS- UND AUSBILDUNGSAUFGABEN DES TRAINER**

Der Trainer nimmt eine führende Rolle im Erziehungsprozess ein, bereitet die Sportler allseitig und zielstrebig auf höchste sportliche Leistungen vor. Ein wichtiges Mittel im Erziehungs- und Ausbildungsprozess sind Forderungen, die überlegt und richtig sein müssen. Sie müssen also dem Entwicklungszustand des Sportlers entsprechen und seine Persönlichkeit respektieren.

Das Ansehen eines Menschen spielte immer in der Erziehung eine grosse Rolle. Die Autorität des Trainers hat sich immer vorwiegend auf seine fachliche Überlegenheit, seine methodischen Fähigkeiten und auf seine Kontaktbeziehungen zu den Sportlern begründet. Ein guter Trainer überzeugt, dass man gute kollektive Beziehungen in der Mannschaft fördern muss, denn sie schaffen eine günstige Ausgangsposition für die Erziehung.

Eine der wichtigsten Aufgaben des Trainers ist die Willenserziehung, deren wichtigstes methodisches Mittel auch die Teilnahme an bedeutenden Wettkämpfen ist.

Die Vorbereitung auf sportliche Höchstleistungen im Sport erfordert von den Sportlern eine allgemeine Grundausbildung, die auf der Anwendung vielseitiger Körperübungen beruht. Ohne eine allgemeine athletische Ausbildung zu haben, wird ein Sportler niemals hohe Leistungen erzielen. Um die besonderen Eigenschaften des Sportlers zu entwickeln, müssen entsprechende Körperübungen angewandt werden. Fast jede Übung hilft uns, verschiedene notwendige sportliche Eigenschaften herauszubilden. Die Übungen können von dem Sportler stehend, sitzend, liegend mit oder ohne Geräte ausgeführt werden.

Текст №5**SPORT UND UNTERHALUNG**

Der Sport nimmt eine wichtige Stellung im Leben der Deutschen ein. Viele Bürger verfolgen sportliche Ereignisse, z.B. die Ergebnisse der Fußball-Bundesliga sehr genau, ähnlich wie die Erfolge berühmter deutscher Sportler und Sportlerinnen. Steffi Graf, Boris Becker und Michael Stich aus dem Bereich des Tennis können hier genauso als Beispiele angeführt werden, wie die Fußballstars Pierre Litbarski und Lothar Matthäus.

Die Sportsendungen aller Fernsehanstalten, die regelmäßig am Wochenende ausgestrahlt werden, erfreuen sich großer Beliebtheit.

Wenn wichtige Fußballländerspiele oder internationale Wettkämpfe im Fernsehen übertragen werden, sind die Straßen in vielen deutschen Großstädten oft menschenleer, da die Sportfans diese Zeit vor dem Fernsehgerät verbringen.

Zwar ist jeder dritte Deutsche Mitglied in einem Sportverein, jedoch gibt es auch viele "passive" Mitglieder, die nur in einen Verein eintreten, weil sie das gesellschaftliche Zusammensein und die Freude an der gemeinsamen Betätigung schätzen.

Der Deutsche Sportbund (DSB) vergibt im Rahmen des Programms "Sport für Jedermann" das Deutsche Sportabzeichen in Gold, Bronze und Silber nach Ablegung der entsprechenden Prüfungen. Das deutsche Sportabzeichen kann unter bestimmten Bedingungen auch im Ausland erworben werden. Etwa 700.000 Menschen legen jedes Jahr im Inland diese Prüfung ab.

Die meisten Mitglieder hat der Deutsche Fußballbund (DFB), der Dachverband für die vielen regionalen und nationalen Fußballvereine. Nur wenige Deutsche üben einen Leistungssport aus; die meisten Bürger betreiben eine Sportart aus Freude an der Bewegung und um gesund zu bleiben. Viele Vereine bieten einen Familienbeitrag an, so daß die gesamte Familie das Angebot wahrnehmen kann.

Sportliche Betätigung findet jedoch nicht nur in den eigens dafür vorgesehenen Wettkampfstätten statt. In vielen Städten und Gemeinden kann man feststellen, daß Jugendliche z.B. ihre Skateboard- und Rollschuhkünste auch in den Straßen und auf den Plätzen zur Schau stellen. Großstädte öffnen Parkanlagen für Ballspiele und Freizeitsport, um den vielfältigen Anforderungen gerecht zu werden. Viele Seen in den Naherholungsgebieten werden gern von Freizeitsurfern aufgesucht.

Auf dem Unterhaltungssektor gibt es zahlreiche Angebote für alle Bevölkerungsschichten und Altersgruppen. In den Großstädten bieten Konzertagenturen regelmäßig ihre Veranstaltungen an. Unter den Jugendlichen sind ausländische, vor allem englischsprachige Musik-Bands besonders beliebt. Dennoch haben deutsche Gruppen ihren festen Platz im Angebot der Agenturen.

Mit dem Einzug des Fernsehgerätes in die Haushalte haben die Kinos ihre Attraktivität für die Bundesbürger sicherlich zu einem Teil verloren. Der Videomarkt hat ebenfalls zum Rückgang der Zuschauerzahlen beigetragen, denn viele aktuelle Filme können schon nach relativ kurzer Zeit aus den vielen Videotheken entliehen werden. Dennoch gehen die Bundesbürger immer noch gern ins Kino, um die neuesten Filme möglichst schnell sehen zu können. Viele Filmtheater bieten heute bis zu vier verschiedene Filme gleichzeitig an. Weit über 100 Millionen Menschen gehen jedes Jahr ins Kino. Weniger als ein Viertel aller gezeigten Filme kommt aus deutscher Production.

Fast jeder Junge und jedes Mädchen zwischen 14 und 16 Jahren geht in eine Tanzschule. Oft besuchen ganze Schulklassen diese gemeinsam. Dort lernt man vor allem die Standardtänze. Viele Schüler und Schülerinnen nehmen anschließend an den sogenannten F – (“Fortgeschrittenen”) Kursen teil. Großer Beliebtheit bei den Jugendlichen erfreut sich das Disco Dancing.

Das Wandern ist ebenfalls eine beliebte Freizeitbeschäftigung der Deutschen. Zahlreiche Wandervereine haben die Patenschaft für die vielen Wanderwege durch die Naturparks und Wälder der Bundesrepublik übernommen. Die Mitglieder sorgen für die entsprechenden Wegweiser und die Pflege der Wanderpfade. Lokale Touristenbüros bieten den Wanderern oft auch die Möglichkeit, sich durch entsprechende Laufleistungen ein Wanderabzeichen in Bronze, Silber oder Gold zu erwandern.

Текст № 6

Unter MOTIVATION versteht man individuelle Struktur der Motive für konkrete Handlungen. In der Motivation lassen sich stets dominierende und periphere sowie generell-überdauernde und speziell-situative Beweggründe unterscheiden. Die Beziehungen zwischen Motivation und Handeln sind jedoch nicht immer eindeutig, denn gleiches Handeln kann unterschiedlich motiviert sein. Das Schaffen von Motiven ist für das regelmässige Sporttreiben ebenso bedeutsam wie für die sportliche Leistungsentwicklung. Zwischen Persönlichkeits- und Motivationsentwicklung bestehen vielfältige Wechselbeziehungen, und Kinder motivieren ihre sportliche Betätigung vorrangig mit persönlichen und sozialen Motiven. Im Erziehungsprozess kommt es vor allem darauf an, das kollektive und gesellschaftliche Verantwortungsbewusstsein als wesentliche Motive des sportlichen Leistungsstreben auszuprägen und die persönlichen Bedürfnisse und Interessen harmonisch einzuordnen.

Текст №7

Das Ansehen des Menschen spielt in der Erziehung eine grosse Rolle. Die Autorität des Trainers gründet sich vorwiegend auf seine fachliche Überlegenheit, seine methodischen Fähigkeiten und auf seine Kontaktbeziehungen zu den Sportlern. Ein guter Trainer nimmt auch an den Sorgen, Problemen und Wünschen seiner Zöglinge teil. Er respektiert die einzelnen Sportler ebenso wie das gesamte Kollektiv. Man muss gute kollektive Beziehungen in der Mannschaft fördern, denn sie schaffen eine günstige Ausgangspositionen für die Erziehung.

Eine der wichtigsten Aufgaben des Trainers ist die Willenserziehung. Man muss den Sportlern solche Eigenschaften wie Leistungswillen, Kampfgeist, Siegesgeist anerkennen. Die Willenserziehung wird im engen Zusammenhang mit der sportlichen Ausbildung geplant und durchgeführt. Man muss also Aufgaben, Mittel und Methoden des Trainings mit erzieherischen Absichten verbinden. Das wichtigste methodische Mittel für Willenserziehung ist auch die Teilnahme an bedeutenden Wettkämpfen und Turnieren.

Методические рекомендации по освоению различных видов чтения

Методические рекомендации для грамматического анализа непонятных предложений текста на иностранном языке

1. Бегло просмотрите текст и постарайтесь понять, о чем идет речь.
2. При вторичном чтении определите тип непонятого предложения и функции всех его составляющих по внешним признакам.
3. При наличии сложносочиненного или сложноподчиненного предложения разделяйте его по формальным признакам на самостоятельные и придаточные, выделяйте инфинитивные, причастные, герундиальные обороты.
4. Если в предложении есть служебные слова, используйте их для членения предложения на смысловые группы.
5. В каждом отдельном предложении находите сказуемое или группу сказуемого, затем подлежащее или группу подлежащего. Если значение этих слов неизвестно, обращайтесь к словарю.
6. Глагол - сказуемое обычно стоит справа от группы подлежащего. Сказуемое можно найти: а) по личным местоимениям; б) по вспомогательным и модальным глаголам в личной форме; в) по неправильным глаголам; г) по суффиксам.
7. Подлежащее стоит слева от сказуемого. Помните, что существительное употребляется в функции подлежащего без предлогов.
8. Найдя подлежащее и сказуемое, проверьте, согласуются ли они в лице и числе. Поняв значение главных членов, выявляйте последовательно второстепенные, сначала в группе сказуемого, а затем в группе подлежащего.
9. Если предложение длинное, определите слова и группы слов, которые можно временно опустить для выявления основного содержания предложения. Не ищите сразу в словаре все незнакомые слова, а заменяйте их вначале неопределенными местоимениями и наречиями (кто-то, какой-то, как-то, где-то и др.).
10. Внимательно присмотритесь к словам, имеющим знакомые корни, суффиксы, приставки. Попытайтесь установить значение этих слов. При этом обратите внимание на то, какой частью речи являются такие слова, а затем подбирайте соответствующее русское слово.
11. Слова, оставшиеся непонятными, ищите в словаре, соотнося их значение с контекстом.

Методические рекомендации по освоению алгоритма просмотрового чтения

1. Внимательно прочитайте заголовок текста, постарайтесь вникнуть в его смысл, определите главную мысль текста.
2. Прочтите первое предложение текста. Сопоставьте его содержание с заголовком.
3. Прочитайте первый абзац. Сопоставьте его содержание со своим представлением о главной мысли текста.
4. Просмотрите все остальные абзацы, сопоставьте их содержание с представлением о главной мысли текста, обращая внимание на содержание первых предложений абзацев.
5. Сформулируйте ответ на вопрос: «О чем повествуется в тексте?»

Методические рекомендации по освоению алгоритма ознакомительного чтения

1. Прочтите заголовок текста и постарайтесь определить его основную тему.
2. Читайте абзац за абзацем, отмечая в каждом предложении, несущие главную информацию и предложения, в которых содержится дополняющая второстепенная информация.
3. Определите степень важности абзацев, отметьте абзацы, которые содержат более важную информацию, и абзацы, которые содержат второстепенную по значению информацию.
4. Обобщите информацию, выраженную в абзацах, в смысловое единое целое.

Методические рекомендации по освоению примерного алгоритма работы с заглавием перед чтением любого текста

1. Внимательно прочитайте заглавие и выделите в нем ключевое слово (чаще всего оно выражено существительным).
2. Просмотрите текст и обратите внимание на то, как часто встречается выделенное вами доминирующее слово заглавия в тексте.
3. Найдите слова - заместители для доминирующего слова и всего заглавия в тексте.
4. Перефразируйте заглавие, используя синонимичные слова из текста.
5. Найдите в тексте предложения с вариантами доминирующего слова заголовка.
6. Скажите, являются ли выделенные вами ключевые слова и их заместители самыми информативными элементами в тексте.
7. Повторно прочтите заглавие и скажите, о чем будет идти речь в данном тексте.

Методические рекомендации для овладения контекстуальной догадкой в процессе чтения текста на иностранном языке

1. Прочитайте заголовок текста.
2. Выпишите незнакомые слова.
3. Определите по формальным признакам синтаксическую функцию как известных, так и неизвестных вам слов.
4. Сделайте предварительный перевод заглавия, заменяя незнакомые слова.
5. Прочтите текст, определите его тему двумя-тремя словами.
6. Прочтите еще раз первый абзац.
7. Подумайте, встречаются ли в первом абзаце слова заглавия. Помните, что известные вам слова могут быть представлены синонимами или описательно.
8. Посмотрите, есть ли в абзаце слова, близкие по форме неизвестному слову.
9. Определите, одинаковы ли подлежащее абзаца и подлежащее заголовка.
10. Определите, одинаковы ли сказуемые (дополнения) в абзаце и заголовке.
11. Читайте следующие абзацы, выписывая из них законченные в смысловом плане отрезки, содержащие известные слова заглавия.
12. Преобразуйте, если необходимо, полученные отрезки в двух – или трехсоставные предложения так, чтобы известные слова выполняли одну и ту же синтаксическую функцию.
13. Сравните главные члены и дополнения в полученных предложениях.
14. Убедитесь в том, что в заголовке сказуемое было выражено незнакомым вам словом, а в полученных предложениях (в некоторых из них, по крайней мере) в роли сказуемого появились слова, известные вам. То же относится к подлежащему и дополнению.

Методические рекомендации по работе с кейс-заданиями

1. Для начала быстро ознакомьтесь с содержанием текста, чтобы понять его основное содержание и общую структуру/выбрать главные факты, опирайтесь на уже известные Вам лексические единицы.
2. Выделите ключевые слова, опорные фразы. Затем ознакомьтесь с вопросами к данному тексту и вариантами ответа к ним, сопоставьте содержание вариантов ответа с выделенными ранее ключевыми словами.
3. Вернитесь к содержанию текста и ознакомьтесь с его структурой, прочитайте заголовки и подзаголовки, отдельные абзацы, чтобы определить правильный вариант ответа на предлагаемые вопросы. Определите основную мысль текста.
4. Для того, чтобы оценить правильность выбранных ответов и понимания незнакомых слов, прочитайте текст более внимательно, осмысливая и запоминая все приведенные в нем основные и второстепенные факты.

Методические рекомендации к работе над переводом и реферированием научных текстов

Читая иностранную научную литературу, вы ставите обычно перед собой несколько целей:

- 1) главная цель - получить из читаемой литературы определенные сведения (извлечение информации), нужные вам для своей работы. Сведения должны быть вполне достоверны, поэтому желательно понять читаемое совершенно точно;
- 2) применить полученные сведения в своей практической работе;
- 3) не только понять, но и критически осмыслить прочитанное;
- 4) усовершенствоваться в иностранном языке.

Что вы должны делать, взяв в руки новую иностранную научную статью?

Прежде всего ознакомьтесь с ней, составьте о ней общее впечатление и решите вопрос, нужна ли вам эта статья вообще, стоит ли ее читать. Убедившись в том, что статья заслуживает внимания, вам предстоит проделать два этапа работы над ней.

Первый этап:

- 1) прежде всего прочитайте и тщательно переведите заглавие и краткую аннотацию, которая дается (не всегда) под заглавием;
- 2) внимательно рассмотрите все имеющиеся в тексте рисунки и таблицы;
- 3) быстро «пробегите» весь материал в целом или хотя бы его некоторые разделы.

Быстрое ознакомительное чтение - необходимая часть работы. Хорошо усвойте его технику. Читайте быстро, иначе это чтение теряет смысл. Не пользуйтесь словарем. Пробежав глазами текст, попытайтесь пересказать себе на родном языке все, что вам удалось «выловить» из его содержания. На первых порах рекомендуем вам записывать все, что удалось понять, т. к. сам факт записи дисциплинирует и заставляет задуматься над читаемым. Старайтесь найти элементарную логику повествования.

Второй этап.

Его задачей является полное и точное понимание иностранного текста во всех подробностях. Оставшиеся непонятными при первом прочтении слова и грамматические формы выясняются на втором этапе с помощью догадки, припоминания, грамматического и лексического анализа, словаря.

Придерживайтесь во всех случаях следующих правил:

- 1) начинайте с синтаксического анализа предложения, если структура его неясна с первого взгляда;
- 2) старайтесь по возможности установить еще до перевода главные члены предложения, определить сказуемое;
- 3) сочетайте грамматический анализ с выяснением значений незнакомых слов;
- 4) сначала рассмотрите грамматическую форму слова, затем анализ его лексического состава, только после этого обращайтесь к словарю;
- 5) при подборе значения слова руководствуйтесь общим смыслом всего текста, который был установлен при первом чтении;
- 6) добивайтесь четкого и ясного «звучания» перевода на русском языке;
- 7) если предложение сложное и длинное, делайте его письменный перевод.

Итак, в результате второго этапа работы над текстом добейтесь точного и полного его понимания при достаточно ясном его переводе на русский язык.

Методические рекомендации по освоению алгоритма составления аннотации

1. Запишите заголовок аннотационной работы с указанием фамилии ее автора, названия издательства, места и года издания, количества страниц, таблиц и т. д.
2. Пронумеруйте абзацы текста.
3. Просмотрите текст и определите его ведущую тему.
4. Читая текст абзац за абзацем, определите тему и подтемы каждого абзаца и выпишите их вместе с номером каждого абзаца. Таким образом составьте логический план текста.
5. Дайте описание выделенных пунктов плана,²⁷ используя ключевые фрагменты и языковые клише.
6. Прочтите составленный текст аннотации и отредактируйте его.
7. В заключение укажите свою фамилию и инициалы, номер группы и дату.

Иностранный язык в письменной коммуникации

Задания на формирование навыков письменной коммуникации

Английский язык

1-14. You are going to read an article. Decide which word is the best for each space:

Looking for an unforgettable way to celebrate that special occasion? Well, the 1) ____ of options open to today's youngster - or even "oldster" for that matter, is a far cry from the traditional party or restaurant visit. No longer is it 2) ____ sufficient to invite your friends round, buy some food and 3) ____ a baker to produce a cake. No, today's birthday boy or girl is looking for something out of the ordinary, ranging from the 4) ____ expensive to the downright dangerous. Anything 5) ____ as long as it is unusual and impressive.

Top of this year's popular 6) ____ are the follows: taking some friends rally driving, helicopter lessons, plane trip and parachuting and hot air ballooning. Then, there is 7) ____ group bungee jumping or taking your bodies on a stomach-churning, white water rafting 8) ____ down rapids.

The desire for adventurous celebration is not restricted to the 9) _____. I recently met an octogenarian who celebrated 10) _____ the milestone of eighty by having a flying lesson.

Of course, if you have the money the world is your oyster. A well-heeled relation of mine flew fifty of his friends to a Caribbean island to mark the passing of his century. Unfortunately I was only a 11) _____ relation.

Undoubtedly, the more traditional forms of celebration do continue to 12) _____ the less extravagant or less adventurous among us. However, with my own half century 13) _____ on the horizon I would not say no to a weekend in Paris and a meal at the Eiffel Tower. I can 14) _____ dream. Perhaps by the time I'm eighty I'll be able to afford it.

- | | | | |
|-------------------|------------------|-----------------|---------------|
| 1) A. scale | B. degree | C. range | D. variance |
| 2) A. hoped | B. decided | C. marked | D. considered |
| 3) A. make | B. get | C. let | D. want |
| 4) A. perfectly | B. dearly | C. outrageously | D. explicitly |
| 5) A. goes | B. comes | C. wins | D. takes |
| 6) A. experiments | B. extravagances | C. exposures | D. expenses |
| 7) A. ever | B. always | C. more | D. instead |
| 8) A. travel | B. voyage | C. ride | D. crossing |
| 9) A. adolescents | B. teenagers | C. youth | D. young |

- | | | | | |
|-----|--------------|-------------|-----------------|-------------|
| 10) | A. attaining | B. arriving | C. getting | D. reaching |
| 11) | A. distant | B. remote | C. faraway | D. slight |
| 12) | A. pacify | B. distract | C. absorb | D. satisfy |
| 13) | A. appearing | B. looming | C. darkening | D. showing |
| 14) | A. however | B. but | C. nevertheless | D. anyway |

Read the article:

Having a bad boss could be bad for your heart. This is the (15) ____ of a Swedish study on management styles and health. The researchers concluded that poor managers can (16) ____ their employee's risk of developing heart disease. The Stockholm University study analyzed data on the health of 3,000 male workers. They (17) ____ the data with the results from questionnaires about senior managers. The questions asked workers if they (18) ____ their boss was considerate, communicated well and offered positive feedback. Other questions looked (19) ____ how much work bosses gave to workers and how well they (20) ____ their goals. The research team found that workers who respected their bosses were healthier and had fewer heart problems.

The report is published in the journal Occupational and Environmental Medicine. It suggests that companies should re-train bosses (21) ____ improve worker health. A healthier workforce will improve the (22) ____ health of the company. Investing in providing leadership skills to senior managers could be a good long-(23) ____ investment. The researchers said a more supportive and understanding boss would reduce the chances of workers developing high blood (24) ____ and stress-related illnesses. Magnus Larsson, an engineer for a large IT company, agreed with the report's findings. He (25) ____ his heart attack last year was because of his boss: "The guy was a monster. Working for him was a daily (26) ____ for eight years," Larsson said.

Put the correct words from the table below in the above article:

- | | | | | |
|-----|----------------|---------------|---------------|---------------|
| 15. | A. concludes | B. conclusive | C. conclude | D. conclusion |
| 16. | A. increasing | B. increased | C. increase | D. increases |
| 17. | A. comparative | B. compared | C. comparison | D. compares |
| 18. | A. thought | B. thinking | C. thoughts | D. thoughtful |
| 19. | A. in | B. on | C. at | D. of |
| 20. | A. in line | B. lineout | C. outlining | D. outlined |
| 21. | A. for | B. to | C. from | D. with |
| 22. | A. overall | B. overalls | C. over all | D. all over |

23. A. semesters B. term C. semester D. terms
 24. A. pressuring B. pressured C. pressure D. pressing
 25. A. believes B. belief C. believer D. believing
 26. A. nightly B. nighttime C. nights D. nightmare

Read the text and choose the right answer:

There is a debate going on in some colleges and universities today about the importance of a foreign language requirement. At some of these institutions, students may choose between a second language and mathematics – or some other discipline.

When you live in the U.S., knowledge of a foreign language is helpful but not necessary for survival. From some students' point of view, saying "bonjour" instead of "hello" when they might spend a couple of weeks' vacation in France over the course of a lifetime hardly merits a big investment in time and effort. Neither does learning a Spanish dialogue to make a trip South of the Border.

It is important, therefore, to define the benefits of learning a foreign language. In the first place, students should be made aware that in the U.S. alone, over 30% of the population is Spanish-speaking or of Hispanic origin. Learning French enables one to communicate in parts of Europe, Canada, and Africa. Chinese and Arabic covers over half the people in the world!

Second, learning a foreign language leads to a better understanding of cultures and mentalities different from one's own; and though it may be interesting to bow rather than to shake hands, the important thing is the thinking and questioning process that should lead to a better understanding of one's own culture as well as those of others.

Third, learning a language opens the door to great literatures and philosophies, which can have a tremendous impact on one's life. Reading literature in the language written is truly "living" the author's creation, in a way not possible through translation – no matter how great the translator.

Finally, we do business in a global economy; the better we communicate with associates around the world, the greater success we will achieve.

27. Today in some colleges and universities a debate is going on about the importance of:

- A. studying mathematics
 B. learning a foreign language
 C. studying different disciplines

28. When you live in the United States, knowledge of a foreign language is:

- A. necessary

- B. helpful
 - C. both necessary and helpful
29. Learning French gives one a chance to communicate in:
- A. Spanish speaking countries
 - B. some Arabic speaking countries and China
 - C. some European countries, Canada, and Africa
30. Learning a foreign language leads to a better understanding of:
- A. your own country and mentality
 - B. different ways of bowing and shaking hands
 - C. cultures and mentalities of people coming from different countries
31. Learning a foreign language help:
- A. to write great literatures
 - B. to understand great world literatures
 - C. you to have a tremendous impact on great literatures

Read the text and choose the right answer:

English is the most widely spoken language in the world. It is the first language, or mother tongue, of around 400 million people living in Britain, Ireland, the US, Australia, New Zealand, Canada and South Africa, and is spoken as a second language by another 300 million people. English is learned by many more people worldwide as a foreign language. Altogether about 1.3 billion (1 300 million) people speak English, and the number is increasing. English has become a global language or international language, used by people who speak different native languages to communicate with each other.

English has achieved the status of a world language over a long period of time, and for various historical and cultural reasons. In the 17th century English was spread by settlers going from Britain to America, and in the 18th and 19th centuries by the expansion of the British Empire. Many countries which were part of the empire kept English as their official language after independence. This avoided their having to choose between competing local languages. As an official language, English is generally used in government, public administration and the law, and children may be taught in English. Some countries feel that using English gives them an advantage in international affairs. More recently, the military and political power of the US has contributed to the spread of English. People in many countries who have had contact with these great powers have been expected to learn English. Since the middle of the 20th century, English has been an official language of international organizations such as the United Nations.

Economic factors are also important. Britain and the US are both major business and financial centers, and many multinational corporations started in these countries. Elsewhere, knowledge of English is often seen as necessary for success in business.

32. English is spoken by many people worldwide:

- A. to learn it
- B. to use it instead of their native languages
- C. to communicate with each other

33. In the seventeenth century English was spread by:

- A. the expansion of the British Empire
- B. settlers going from Britain to America
- C. many countries which were part of the British Empire

34. Some countries feel that using English gives them an advantage in:

- A. public administration and the law
- B. international affairs
- C. teaching English to children

35. People worldwide who have contact with Great Britain and the United States have been expected:

- A. to choose local languages
- B. to contribute to the spread of English
- C. to learn English

36. English is often seen as:

- A. necessary for success in business
- B. an economic factor
- C. necessary for starting multinational corporations

Read the text and choose the right answer:

Aside from the tremendous increase in use of the Internet by all segments of the population (15 million households in the United States alone), businesses in particular are using the Net as a marketplace. As a businessman or -woman with a computer and modem, you can research just about anything, finding links to resources for your business. And now the Internet itself is being transformed into a marketplace: advertisements, sales brochures, cyberstores, and webzines are offering everything for sale. Businesses are looking to the Net as a current and future marketing tool. Whether you are using the Net for private research, or just for fun, you will certainly encounter your business colleagues discussing the latest thing

they saw on-line, and you will want to be informed. Familiarize yourself with its special language, and enjoy comparing notes with colleagues.

There is a discussion today about how beneficial the Web is as a sales tool. Many companies, even those with a tremendous presence on the Web, are not making a lot of money. They are positioning themselves for the future, with hopes that buying on-line will become an everyday event. The question that must be answered is whether the World Wide Web will remain a place of information, or evolve into a profitable marketplace for business.

Actually, if you trace the history and growth of the Internet, you will realize that extraordinary progress has been made. In the last decade, the number of personal computers has multiplied to the point that potential vendors of products and services now see tens of millions of customers to whom they can market their products. As customers become more relaxed and secure about buying on-line, market potential will raise.

37. Using a computer and modem you can find:

- A. a marketplace
- B. links to resources for your business
- C. a cyberstore

38. Businesses are looking to the Internet as:

- A. a marketing tool
- B. everything for sale
- C. webzines

39. Today there is a discussion about the Web as:

- A. a tool for making a lot of money
- B. a tool for sales
- C. a company

40. Web buying will become:

- A. impossible
- B. a rare event
- C. an ordinary thing

41. On-line market potential:

- A. will increase
- B. will never rise
- C. has just risen

Read the text and choose the right answer:

Administrative law is the body of law created by administrative agencies in the form of rules, regulations, orders, and decisions to carry out regulatory powers and duties of such agencies. Administrative law is the legal framework within which public administration is carried out. It derives from the need to create and develop a system of public administration under law, a concept that may be compared with the much older notion of justice under law. Since administration involves the exercise of power by the executive arm of government, administrative law is of constitutional and political, as well as juridical, importance.

There is no universally accepted definition of administrative law, but rationally it may be held to cover the organization, powers, duties, and functions of public authorities of all kinds engaged in administration; their relations with one another and with citizens and nongovernmental bodies; legal methods of controlling public administration; and the rights and liabilities of officials. Administrative law is to a large extent complemented by constitutional law, and the line between them is hard to draw. The organization of a national legislature, the structure of the courts, the characteristics of a cabinet, and the role of the head of state are generally regarded as matters of constitutional law, whereas the substantive and procedural provisions relating to central and local governments and judicial review of administration are reckoned matters of administrative law. But some matters, such as the responsibility of ministers, cannot be exclusively assigned to either administrative or constitutional law. Some French and American jurists regard administrative law as including parts of constitutional law.

42. Public administration is carried out within the framework of:

- A. regulations
- B. regulatory powers
- C. administrative law

43. Administration involves:

- A. the exercise of power
- B. administrative law
- C. the executive arm of government

44. Administrative law is complemented by:

- A. the functions of public authorities of all kinds
- B. constitutional law
- C. legal methods of controlling public administration

45. Matters of administrative law are procedural provisions relating to:

- A. the structure of the courts
- B. central and local governments and judicial review of administration

C. the organization of a national legislature and the role of the head of state

46. The responsibility of ministers is assigned to:

A. administrative law

B. constitutional law

C. neither administrative nor constitutional law

Read the text and choose the right answer:

We define management as the process of designing and maintaining an environment in which individuals working together in groups, accomplish efficiently selected aims. This basic definition needs to be expanded. As managers, people carry out the managerial functions of planning, organizing, staffing, leading and controlling.

Management applies to any kind of organization. It applies to managers at all organizational levels. Management applies to small and large organizations, to profit and not-for-profit enterprises, to manufacturing as well as service industries.

The term “enterprise” refers to business, government agencies, hospitals, universities, and other organizations. Effective managing is the concern of the corporation president, the hospital administrator, the government first line supervisor and the like.

Managers are charged with responsibility of taking actions that will make it possible for individuals to make their best contributions to group objectives.

The scope of authority held may vary and the types of problems dealt with may be considerably different. But the fact remains that, as managers, all obtain results by establishing an environment for effective group endeavour. Top-level managers spend more time on planning and organizing than lower-level managers. Leading takes a great deal of time for first-line supervisors.

In a very real sense, in all kinds of organizations, whether business or nonbusiness, the logical and most desirable aim of all managers should be a surplus – managers must establish an environment in which people can establish group goals with the least amount of time, money, materials and personal dissatisfaction.

47. Managers must establish an environment in which:

A. individuals don't work together

B. individuals design it

C. individuals can accomplish selected aims

48. Management applies to:

A. all types of organization

B. only profit and non-for-profit enterprises

C. only small and large organizations

49. Effective managing is the concern of:

A. only the government first line managers

B. only the corporation management

C. managers at all levels

50. Lower-level managers:

A. spend more time on planning and organizing than top-level managers

B. don't spend time on planning and organizing

C. spend less time on planning and organizing than top-level managers

51. The most desirable aim of all managers should be accomplishing:

A. individual goals

B. group goals

C. selected goals

Иностранные языки в социально-бытовой сфере общения**Английский язык**

1. How old are you?
A. I have 16. B. I am 16. C. I have 16 years. D. I am 16 years.
2. Are you having a nice time?
A. Yes, I'm nice. B. Yes, I'm having it. C. Yes, I am. D. Yes, it is.
3. Could you pass the salt please?
4. Yesterday I went ___ bus to the National Museum.
A. on B. in C. by D. with
5. Sue and Mike ___ to go camping.
A wanted B said C made D talked
6. Who's calling, please?
A. Just a moment. B. It's David Parker. C. I'll call you back. D. Speaking.
7. They were ___ after the long journey, so they went to bed.
A. hungry B. hot C. lazy D. tired
8. Can you tell me the ___ to the bus station?
A. road B. way C. direction D. street
9. ___ you remember to buy some milk?
A. Have B. Do C. Should D. Did
10. - Don't forget to put the rubbish out. - I've ___ done it!
A. yet B. still C. already D even
11. I'm a nurse. And ___ do you do?
A. how B. what C. which D. who
12. Can I have ___ fruit, please?
A. a lot B. any C. no D. some
13. We go on picnics ___ in the summer.
A. a lot B. a lot of C. many D. never
14. We're thirsty! Is there ___ juice left?
A. a lot B. any C. no D. some
15. ___ boys over there are Spanish.
A. That B. These C. This D. Those
16. You don't need to bring ___ to eat.

- A. some B. a food C. many D. anything
17. What about going to the cinema?
- A. Good idea! B. Twice a month. C. It's Star Wars. D. I think so.
18. What would you like, Sue? - I'd like the same ___ Michael please.
- A. that B. as C. for D. had
19. ___ people know the answer to that question.
- A. Few B. Little C. Least D. A little
20. It's not ___ to walk home by yourself in the dark.
- A. sure B. certain C. safe D. problem
21. ___ sure all the windows are locked.
- A. Take B. Have C. Wait D. Make
22. I'll go and ___ if I can find him.
- A. see B. look C. try D. tell
23. What's the difference ___ football and rugby?
- A. from B. with C. for D. between
24. My car needs ___.
- A. repairing B. to repair C. to be repair D. repair
25. Tim was too ___ to ask Monika for a dance.
- A. worried B. shy C. selfish D. polite
26. I haven't had so much fun ___ I was a young boy!
- A. when B. for C. during D. since
27. Nick is a ___ tennis player than Tom.
- A. bad B. badly C. worse D. worst
28. I'm afraid you ___ smoke in here.
- A. could not B. don't have to C. are not allowed to D. can't be
29. Everyone wanted to go out ___ John.
- A. apart B. unless C. however D. except
30. You ___ pay for the tickets. They're free.
- A. doesn't have to B. don't have to C. have to D. needn't
31. Honestly! I saw a ghost! I'm not ___ it up!
- A. having B. laughing C. making D. joking
32. Eat everything up! I don't want to see anything ___ on your plate!
- A. left B. missing C. put D. staying
33. He doesn't smoke now, but he ___ a lot when he was young.
- A. has smoked B. smokes C. used to smoke D. was smoked

Иностранный язык в ситуации межличностного общения**Английский язык**

- 1) Does your watch keep__?
A. Good times B. talking C. being talked D. be talking
- 2) You are early. – Yes, but not __ I had intended.
A. as early as B. early C. as early D. so early
- 3) There's something wrong with my leg.
A. can walk hardly B. can hard walk C. hardly can walk D. can hardly walk
- 4) Have you got__work to do?
A. many B. much C. few D. a few
- 5) What__to do next?
A. are you going B. you are going C. you going are D. going you
- 6) __cold in Moscow in winter?
A. Is it B. Does it C. Is there D. Does there
- 7) What's the matter? - I__for David. Have you seen him?
A. look B. am looking C. have been looking D. have looked
- 8) Yesterday she__some nice shoes.
A. buy B. buys C. bought D. buyed
- 9) In this office you__wear a tie, it's not necessary.
A. can't B. don't need C. don't have to D. shouldn't
- 10) Please, don't give me__more work to do.
A. some B. any C. no D. none
- 11) I like listening to music.- So__
A. do I B. like I C. am I D. I do
- 12) I'm afraid my clothes are quite wet. I should dry__
A. it B. them C. their D.theirs
- 13) Ann__for a job since December.
A. was looking B. is looking C. has been looking D. had looked
- 14) What a beautiful dress! I'll buy it if it__too expensive.
A. won't be B. weren't C. isn't D. wouldn't be
- 15) The house was very quiet when I got home. Everyone__to bed.
A. went B. had gone C. was D. has gone

- 16) When I saw him he__a letter.
 A. wrote B. has written C. writing D. was writing
- 17) When you go through customs, your luggage may__by a customs officer.
 A. be checked B. have checked C. have been checked D. check
- 18) You haven't met my sister,__?
 A. have you not B. have you C. didn't you D. do you
- 19) Could you all stop__? The programme is beginning now.
 A. to talk B. talking C. being talked D. be talking
- 20) Your shoes are terribly dirty, they really need__.
 A. cleaning B. clean C. to clean D. cleaned
- 21) Please, don't wake me up tomorrow morning. Let me __a little longer.
 A. sleep B. to sleep C. sleeping D. to sleeping
- 22) Why didn't you tell me? – You __angry if I had.
 A. were B. were to be C. had been D. would have been
- 23) Why didn't you carry that heavy box? You __ hurt yourself.
 A. may have B. can C. could have D. needn't have
- 24) Everyone understood. The teacher__
 A. may not B. mustn't C. didn't need D. needn't
- 25) Many different languages__ in India.
 A. speak B. spoke C. are speaking D. are spoken
- 26) They __ key staff to run the business next month.
 A. appoint B. will appoint C. appointed D. have appointed
- 27) Some companies __ these reviews by September.
 A. carried out B. carries out C. have carried out D. had carried out
- 28) This organization __ toward its goals and objectives now.
 A. progress B. have progressed C. is progressing D. was progressing
- 29) I __ since lunchtime.
 A. haven't eaten B. didn't eat C. don't eat D. am not eating
- 30) How long __ your present job?
 A. did you do B. you are doing C. have you been doing D. you have been doing

- 31) When I got to the shop, it ____.
- A. has closed B. had closed C. closed D. is closing
- 32) We hope that they ____ happily for many years.
- A. had lived B. will have lived C. shall live D. will live
- 33) Look! He ____.
- A. is swimming B. swims C. swim D. will swim
- 34) He often ____ flowers to his girl-friend.
- A. is buying B. has bought C. buys D. buy
- 35) I suggested meeting again after we ____ proposals.
- A. read B. have read C. will read D. had read
- 36) Tomorrow they ____ everything in their power to help us.
- A. do B. did C. will do D. have done
- 37) He cut himself while he ____ his car.
- A. repairs B. is repairing C. was repairing D. has repaired
- 38) The firm often ____ in different newspapers and magazines.
- A. is advertising B. advertise C. have advertise D. advertises
- 39) They ____ their employees to work effectively at this time last year.
- A. are motivating B. were motivating C. will motivate D. have motivated
- 40) Sales ____ at this time last year.
- A. didn't increase B. are increasing C. won't increase D. weren't increasing
- 41) A reduction in input prices ____ it possible for firms to supply more output at each price in six months.
- A. made B. will make C. has made D. was making
- 42) Some economists ____ the role of profit as a necessary incentive for innovation at the last meeting.
- A. emphasize B. will emphasize C. have emphasize D. emphasized
- 43) She ____ in Rome at the moment.
- A. works B. worked C. is working D. has worked
- 44) I ____ good money for this work very soon.
- A. got B. will get C. get D. have got
- 45) I ____ since lunchtime.

A. haven't eaten B. didn't eat C. don't eat D. am not eating

46) How long ___ your present job?

A. did you do B. you are doing C. have you been doing D. you have been doing

47) 47. When I got to the shop, it ___.

A. has closed B. had closed C. closed D. is closing

48) We hope that they ___ happily for many years.

A. had lived B. will have lived C. shall live D. will live

49) 49. Look! He ___.

A. is swimming B. swims C. swim D. will swim

50) ___ a computer process large volumes of data?

A. Do B. Does C. Shall D. Is

Лингвострановедение**Английский язык**

1. Where do the British Isles lie?
 - 1) to the south – east coast of Europe
 - 2) to the north – west coast of Europe
 - 3) to the east coast of Europe
 - 4) to the south – west coast of Europe
2. What is the area of the British Isles?
 - 1) about 244 thousand square kilometres
 - 2) about 144 thousand square kilometres
 - 3) about 200 thousand square kilometres
 - 4) about 315 thousand square kilometres
3. What is the capital of Great Britain?
 - 1) Cardiff
 - 2) London
 - 3) Edinburgh
 - 4) Belfast
4. What is the population of Great Britain?
 - 1) more than 20 million of people
 - 2) more than 70 million of people
 - 3) more than 66 million of people
 - 4) more than 56 million of people
5. Where is London situated?
 - 1) on the river Severn
 - 2) on the river Trent
 - 3) on the river Thames
 - 4) on the river Wye
6. What parts can London be divided into?
 - 1) into four main parts
 - 2) into three main parts
 - 3) into five main parts

4) into two main parts

7. What is Britain?

1) a socialist country

2) a parliamentary monarchy

3) a democratic country

4) a constitutional monarchy

8. Who is the chief of state?

1) the President

2) the Governor-General

3) the King (Queen)

4) Prime Minister

9. What rights has the monarch?

1) to appoint the Prime Minister, the other ministers and judges

2) to enforce federal laws

3) to veto a bill

4) to appoint the President

10. What is the highest organ of legislative power in Britain?

1) the Federal Assembly

2) Parliament

3) the State Duma

4) Senate

11. What chambers does the British Parliament consist of?

1) the House of Lords and the House of Commons

2) the Council of Federation and the State Duma

3) the Senate and the House of Representatives

4) the Senate and the Council of Federation

12. What is the official name of Britain?

1) The United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland

2) United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland

3) The United Kingdom of the Great Britain and the Northern Ireland

4) The United Kingdom of Great Britain

13. What parts does the United Kingdom consist of?

1) England, Scotland, Wales

2) England, Scotland, Wales, Ireland

3) England, Scotland, Wales, Northern Ireland

4) England, Ireland

14. What is the capital of Scotland?

1) Belfast

2) Edinburgh

3) Cardiff

4) Manchester

15. What is the symbol of England?

1) the thistle

2) the daffodil

3) the red rose

4) the crown

16. What is the oldest part of London?

1) the East End

2) the City

3) the West End

4) Soho

17. What is the official part of London?

1) Westminster

2) the East End

3) the West End

4) the City

18. What part of London is the symbol of wealth and luxury?

1) the City

2) the West End

3) the East End

4) Soho

19. What is the largest island of the British Isles?

1) Ireland

2) Great Britain

3) Alaska

4) the Isle of Man

20. What channel lies between Britain and the continent of Europe?

1) Suez Canal

2) British Channel

3) English Channel

4) Panama Channel

21. What mountains are there in England?

1) the Grampians

2) the Cambrian Mountains

3) the Pennine Chain

4) the Alps

22. What is the highest mountain peak in Britain?

1) Snowdon

2) Ben Nevis

3) the Grampians

4) Ben Macdui

23. What is the longest river in Britain?

1) the Severn

2) the Thames

3) the Ob

4) the Trent

24. Who heads the government of Great Britain?

1) The Queen

2) the Prime Minister

3) the President

4) the General Governor

25. What are the Houses of British Parliament?

1) The House of Lords and the House of Commons

2) The House of Lords and the House of Commons and Senate

3) Senate and the House of Lords

4) The House of Commons and Senate

26. In what part of the world is Russia situated?

1) In the northeast of Europe and in the north of Asia

2) In the northeast of Europe and in the west of Asia

3) In the southwest of Europe and in the north of Asia

4) In the southeast of Europe and in the north of Asia

27. The European part of Russia is separated from Asia by _____ :

1) the Caucasus

2) the Altai

3) the Pamirs

4) the Urals

28. What mountains are famous for their natural resources (iron, copper, and other metals)?

1) the Pamirs

2) the Caucasus

3) the Urals

4) the Altai

29. Winters in Russia are so much colder than in Western Europe because ____ .

1) the Russian climate is temperate

2) the Russian climate is more continental

3) the Russian climate is arid

4) the Russian climate is humid

30. Into which seas in the north-west and southwest does Russia have outlets?

1) the White, Baltic and Black Seas

2) the White, Baltic and Caspian Seas

3) the Bering, Laptev and the Sea of Japan

4) The Bering, Kara and Caspian Seas

31. What region is famous for its volcanoes and hot lakes with fountains spewing forth from the depths of the earth?

1) Karelia

2) Dagestan

3) Altai

4) Kamchatka

32. Christianity was adopted in 988 during ____ .

1) the Mongol-Tartar Invasion

2) the formation of the Moscow State

3) during the reign of Ivan the Terrible

4) Kievan Rus's heyday

33. How long was Russia under the Mongol yoke (rule)?

1) 180 years

2) 300 years

3) 240 years

4) 120 years

34. Why did Russia become the centre of Orthodoxy and of the Christian world?

1) Moscow became the largest Christian city in Europe.

2) Byzantine Empire was a mighty and cultural neighbour around Kievan Russia. Russia entered Byzantium's zone of influence. In effect, Byzantium and Russia had changed places after the fall of the Byzantine Empire.

3) The Russian land was united and became a mighty state.

4) Ivan the Terrible proclaimed Russia the centre of orthodoxy, but it was not so.

35. The Mongols were defeated on _____ in a huge, frightful battle in 1380.

1) on Kulikovo field

2) on Borodino field

3) on the Moskva River

4) on the Don River

36. What's the name of the most famous clock in Britain?

1) Big Albert

2) Big Stephen

3) Big Wren

4) Big Ben

37. What's tartan?

1) a dish

2) a pattern of the kilt

3) a bird

4) a dance

38. Where is Glasgow situated?

1) in Scotland

2) in Wales

3) in England

4) in Northern Ireland

39. What's the name of the British flag?

1) Star-Spangled Banner

2) Stripes and Stars

3) Union Jack

4) John Bull

40. Where is Ben Nevis situated?

1) in Scotland

2) in Wales

3) in England

4) in Northern Ireland

41. For Christmas dinner the English usually have ____ .

- 1) chicken
- 2) roast beef
- 3) fish
- 4) turkey

42. What is the most ancient monument in Great Britain?

- 1) the Lower West Gate
- 2) Stonehenge
- 3) Hadrian's Wall
- 4) the Tower Gate

43. The Romans first invaded Britain in ____ .

- 1) the 5th century AD
- 2) the 5th century BC
- 3) the 1st century BC
- 4) the 1st century AD

44. Guy Fawkes is ____ .

- 1) a national hero of Britain
- 2) a poet
- 3) a famous historian
- 4) the man that wanted to set fire to the House of Parliament

45. The midday meal in Britain is called ____ .

- 1) breakfast
- 2) lunch
- 3) dinner
- 4) snack

46. Which party was Margaret Thatcher the leader of?

- 1) Labour
- 2) Social-Democratic
- 3) Liberal
- 4) Conservative

47. The Irish Sea is ____ .

- 1) to the west of England
- 2) to the east of England
- 3) to the north of England
- 4) to the south of England

48. The London Royal Opera House is called _____ .

- 1) Covent Garden
- 2) the National Theatre
- 3) «Old Vic» Theatre
- 4) the Barbican

49. The British money is _____ .

- 1) franks
- 2) dollars
- 3) crones
- 4) pounds

50. England consists of _____ .

- 1) districts
- 2) counties
- 3) states
- 4) regions

Формы глаголов в английском языке

1. An Equal Pay Act _____ into force in Britain in December 1975.

- 1) came
- 2) comes
- 3) has come
- 4) will come

2. They _____ several attempts recently to do this hard job.

- 1) make
- 2) made
- 3) are making
- 4) have made

3. They usually ... their European meeting in Paris.

- 1) are holding
- 2) hold
- 3) holds
- 4) have held

4. She _____ in Rome at the moment.

- 1) works
- 2) worked
- 3) is working
- 4) has worked

5. I _____ good money for this work very soon.

- 1) got
- 2) will get
- 3) get
- 4) have got

6. I _____ since lunchtime.

- 1) haven't eaten
- 2) didn't eat
- 3) don't eat
- 4) am not eating

7. How long _____ your present job?

- 1) did you do
 - 2) you are doing
 - 3) have you been doing
 - 4) you have been doing
8. When I got to the shop, it _____.
1) has closed
2) had closed
3) closed
4) is closing
9. We hope that they ... happily for many years.
1) had lived
2) will have lived
3) shall live
4) will live
10. Look! He _____.
1) is swimming
2) swims
3) swim
4) will swim
11. He often _____ flowers to his girl-friend.
1) is buying
2) has bought
3) buys
4) buy
12. I suggested meeting again after we _____ proposals.
1) read
2) have read
3) will read
4) had read
13. Tomorrow they _____ everything in their power to help us.
1) do
2) did
3) will do
4) have done
14. He cut himself while he _____ his car.

- 1) repairs
 - 2) is repairing
 - 3) was repairing
 - 4) has repaired
15. The electronic computer _____ these calculations.
- 1) just performed
 - 2) had just performed
 - 3) were just performing
 - 4) has just performed
16. The controller _____ the disk drive at the present time.
- 1) run
 - 2) has run
 - 3) is running
 - 4) runs
17. The first electronic computer _____ 30 tons.
- 1) weighed
 - 2) will weigh
 - 3) has weighed
 - 4) had weighed
18. They _____ several attempts recently to do this hard job.
- 1) make
 - 2) made
 - 3) are making
 - 4) have made
19. They usually _____ their European meeting in Paris.
- 1) are holding
 - 2) hold
 - 3) holds
 - 4) have held
20. She _____ in Rome at the moment.
- 1) works
 - 2) worked
 - 3) is working
 - 4) has worked
21. I _____ good money for this work very soon.

- 1) got
 - 2) will get
 - 3) get
 - 4) have got
22. I ... since lunchtime.
- 1) haven't eaten
 - 2) didn't eat
 - 3) don't eat
 - 4) am not eating
23. How long _____ your present job?
- 1) did you do
 - 2) you are doing
 - 3) have you been doing
 - 4) you have been doing
24. When I got to the shop, it _____.
- 1) has closed
 - 2) had closed
 - 3) closed
 - 4) is closing
25. We hope that they _____ happily for many years.
- 1) had lived
 - 2) will have lived
 - 3) shall live
 - 4) will live
26. Look! He _____.
- 1) is swimming
 - 2) swims
 - 3) swim
 - 4) will swim
27. _____ a computer process large volumes of data?
- 1) Do
 - 2) Does
 - 3) Shall
 - 4) Is
28. Why _____ they _____ the problems of hardware with their teacher when we came?

- 1) do _____ discuss
 - 2) was _____ discussing
 - 3) were _____ discussing
 - 4) will _____ discuss
29. Businessmen always _____ the market for a product.
- 1) are investigating
 - 2) had investigated
 - 3) investigate
 - 4) investigates
30. The Government _____ a number of measures to strengthen the criminal justice system next year.
- 1) took
 - 2) has taken
 - 3) take
 - 4) will take
31. She _____ her complaint now.
- 1) settles
 - 2) is settling
 - 3) settled
 - 4) are settling
32. The electronic computer _____ these calculations.
- 1) just performed
 - 2) had just performed
 - 3) were just performing
 - 4) has just performed
33. The controller _____ the disk drive at the present time.
- 1) run
 - 2) has run
 - 3) is running
 - 4) runs
34. The first electronic computer _____ 30 tons.
- 1) weighed
 - 2) will weigh
 - 3) has weighed
 - 4) had weighed

35. They _____ several attempts recently to do this hard job.
- 1) make
 - 2) made
 - 3) are making
 - 4) have made
36. They usually _____ their European meeting in Paris.
- 1) are holding
 - 2) hold
 - 3) holds
 - 4) have held
37. She _____ in Rome at the moment.
- 1) works
 - 2) worked
 - 3) is working
 - 4) has worked
38. I _____ good money for this work very soon.
- 1) got
 - 2) will get
 - 3) get
 - 4) have got
39. I _____ since lunchtime.
- 1) haven't eaten
 - 2) didn't eat
 - 3) don't eat
 - 4) am not eating
40. How long _____ your present job?
- 1) did you do
 - 2) you are doing
 - 3) have you been doing
 - 4) you have been doing
41. The police _____ some people about the crime by that time.
- 1) had questioned
 - 2) have questioned
 - 3) questioned
 - 4) question

42. She _____ a formal complaint yesterday.
- 1) has submitted
 - 2) submits
 - 3) was submitting
 - 4) submitted
43. The customers _____ to take more interest in their suppliers now.
- 1) started
 - 2) start
 - 3) are starting
 - 4) had started
44. Last year they _____ their best to make management at your work place more effective.
- 1) do
 - 2) have done
 - 3) did
 - 4) will do
45. The director _____ just _____ a presentation of a new product to his colleagues.
- 1) have _____ given
 - 2) has _____ given
 - 3) had _____ given
 - 4) will _____ give
46. Businessmen always _____ the market for a product.
- 1) are investigating
 - 2) had investigated
 - 3) investigate
 - 4) investigates
47. The Government _____ a number of measures to strengthen the criminal justice system next year.
- 1) took
 - 2) has taken
 - 3) take
 - 4) will take
48. She _____ her complaint now.
- 1) settles
 - 2) is settling

- 3) settled
 - 4) are settling
49. The electronic computer _____ these calculations.
- 1) just performed
 - 2) had just performed
 - 3) were just performing
 - 4) has just performed
50. The controller _____ the disk drive at the present time.
- 1) run
 - 2) has run
 - 3) is running
 - 4) runs

Грамматические навыки в устной речи в английском языке

1. If he _____ her address, he would write to her.
 - 1) knows
 - 2) knew
 - 3) had known
 - 4) has known
2. If he had been at the concert, he _____ it.
 - 1) will enjoy
 - 2) would enjoy
 - 3) would have enjoyed
 - 4) enjoys
3. If we _____ a taxi, we would have missed the plane.
 - 1) have taken
 - 2) hadn't taken
 - 3) had taken
 - 4) has taken
4. If it were not so cold, the children _____ to the mountains.
 - 1) would go
 - 2) will go
 - 3) would have gone
 - 4) will have gone
5. I would have answered her letter long ago, if I _____ her address.
 - 1) knew
 - 2) have known
 - 3) had known
 - 4) has known
6. I wish I _____ two foreign languages.
 - 1) speak
 - 2) spoke
 - 3) will speak
 - 4) would speak
7. I wish I _____ free now.

1) am

2) had been

3) were

4) will be

8. If I were you, I _____ at home tonight.

1) would stay

2) will stay

3) stay

4) stayed

9. If I hadn't drunk so much coffee, I _____ better.

1) would sleep

2) will sleep

3) would have slept

4) sleep

10. I would have gone to London for a month if I _____ enough money.

1) have

2) had

3) had had

4) have had

11. If I _____ you, I wouldn't buy this coat.

1) am

2) was

3) were

4) will be

12. I would have gone out if I _____ so tired.

1) hadn't been

2) haven't been

3) hasn't been

4) won't be

13. He said that he _____ English very well.

1) understands

2) understood

3) has understood

4) have understood

14. Tom said that he _____ to give up smoking.

1) is going

2) was going

3) goes

4) go

15. The travel agent said that he _____ his work the following day.

1) has begun

2) will begin

3) would begin

4) begins

16. John asked me why I _____ longer the day before?

1) haven't stayed

2) hadn't stayed

3) wouldn't stay

4) won't stay

17. He said that Ann _____ a new house that week.

1) has bought

2) bought

3) had bought

4) buys

18. Fred asked me _____ him my telephone number.

1) to give

2) give

3) gives

4) giving

19. Jane said that she _____ her sister at the station the following day.

1) meets

2) meet

3) will meet

4) would meet

20. We thought that you _____ their invitation.

1) had got

2) get

3) will get

4) gets

21. We were sure that you _____ in the concert.

- 1) take part
- 2) takes part
- 3) will take part
- 4) would take part

22. He said that he _____ spending weekends at home.

- 1) doesn't prefer
- 2) didn't prefer
- 3) won't prefer
- 4) will prefer

23. The girl said that she _____.

- 1) cannot swim
- 2) couldn't swim
- 3) doesn't swim
- 4) swims

24. Sally asked me if I _____ ice-cream.

- 1) like
- 2) likes
- 3) had liked
- 4) liked

25. He gave up _____.

- 1) to smoke
- 2) smoking
- 3) smoke
- 4) smokes

26. She refused _____ me 5 dollars.

- 1) to lend
- 2) lending
- 3) lend
- 4) lends

27. We don't like the idea of _____ Charles.

- 1) inviting
- 2) being invited
- 3) to invite
- 4) invites

28. He did the exercise without ... any mistakes.

1) to make

2) making

3) being made

4) makes

29. I don't remember _____ this lady before.

1) having seen

2) to have seen

3) being seen

4) saw

30. He is good at _____ things.

1) to repair

2) repair

3) repairs

4) repairing

31. She showed them how _____ the safe.

1) opening

2) to open

3) open

4) opens

32. I used _____ to the cinema a lot.

1) to go

2) go

3) goes

4) going

33. I remember _____ the Queen in London.

1) to meet

2) meet

3) meets

4) meeting

34. Stop _____, please!

1) to talk

2) talk

3) talking

4) talks

35. I am not used to _____ up early.

1) to get

2) get

3) gets

4) getting

36. 'I did this painting all _____ my own, Dad,' said Milly.

1) by

2) with

3) for

4) on

37. You _____ better check all the details are correct before we send it off.

1) would

2) had

3) should

4) did

38. This game is _____ to be for five year-olds, but I think a two year-old could do it!

1) expected

2) required

3) obliged

4) supposed

39. Just put this powder down, and it should _____ any more ants from getting in.

1) prevent

2) avoid

3) refuse

4) forbid

40. When Jonnie _____ to do something, you can be sure she'll do it, and do it well.

1) gets on

2) takes up

3) sets out

4) brings about

41. _____ we get to the top of this hill, the path gets much easier.

1) At the time

2) Eventually

3) Once

4) Finally

42. Fifty-seven? No, that _____ be the right answer!

- 1) can't
- 2) mustn't
- 3) wouldn't
- 4) needn't

43. _____ happens, I'll always be there for you!

- 1) However
- 2) What
- 3) Whatever
- 4) No matter

44. A _____ debate ensued, with neither side prepared to give way to the other.

- 1) warm
- 2) heated
- 3) hot
- 4) boiling

45. I've drunk milk every _____ day of my life, and it's never done me any harm!

- 1) particular
- 2) individual
- 3) single
- 4) one

46. The version of the film I saw had been _____ censored.

- 1) strongly
- 2) deeply
- 3) great
- 4) heavily

47. He promised to phone me at nine o'clock exactly, and he was as _____ as his word.

- 1) true
- 2) good
- 3) right
- 4) honest

48. There has been so much media _____ of the wedding that I'm completely fed up with it.

- 1) circulation
- 2) attention
- 3) broadcasting
- 4) coverage

49. If I were you I would _____ clear of the area around the station late at night.

- 1) stick
- 2) steer
- 3) stop
- 4) stand

50. Turning back now is out of the _____.

- 1) agenda
- 2) matter
- 3) question
- 4) possibility

Грамматика английского языка

1-13. In this exercise you must choose the word or phrase which is best completes each sentences. Indicate the letter A, B, C or D against the number of each item 1 - 13 for the word or phrase you choose.

Pskov

Pskov is one of the best-known ancient Russian 1) _____. Long ago this strongly fortified city-state stood guard over Russian lands in the northwest.

Pskov's historical 2) _____ as a warrior and intercessor was reflected 3) _____ its monuments, especially its architecture, an extraordinary, permanent, genuinely popular epic in stone.

The entire territory of ancient Pskov can be regarded as an open-air museum. The new city has made its way into the ancient city—more noticeably in some places than in others. There are some spots where monuments stand in clusters. However, each and every architectural monument taken in itself is also important. The churches in Mirozhsky Monastery (12th century) and Snetogorsky Monastery (14th century) are famous 4) _____ their murals.

Pskov has a Museum of History, Art, and Architecture with branches in outlying towns—in Izborsk with its 14th-century fortress, in Pechory with its 16th-century fortress-monastery, and the Pushkin Museum near Pskov. The Russian 5) _____. Modest Mussorgsky, was born in the village of Naumovo near Pskov. A museum has been opened there. Another famous composer, Nikolai Rimsky-Korsakov, lived 6) _____ the village of Vechasha, and a museum has been opened here in his 7) _____.

Two museums in Pskov are linked with V.I. Lenin's visit to the city in 1900. Pskov was the 8) _____ of Lenin's 9) _____ Iskra (The Spark) . The Red Army also came into being in the land of Pskov in 1918. From 1941 to 1944, during the Second World 10) _____, Pskov and its adjacent lands were part 11) _____ the legendary partisan "forest republic", where Soviet laws were observed in the rear of the occupied territory.

Today Pskov is a large industrial city in the Russian 12) _____ and a popular site for international tourism. Pskov is one of the best-known 13) _____ Russian cities. Long ago this strongly fortified city-state stood guard over Russian lands in the northwest.

- | | | | |
|--------------|------------|-------------|--------------|
| 1. A. cities | B. towns | C. villages | D. countries |
| 2. A. fate | B. destiny | C. karma | D. luck |

- | | | | |
|------------------|--------------|---------------|----------------|
| 3. A.out | B. in | C.with | D.of |
| 4.A.in | B. against | C.for | D. from |
| 5.A.artist | B. architect | C.composer | D.poet |
| 6. A.in | B.at | C.on | D.under |
| 7. A. memory | B. honour | C.mind | D. thought |
| 8. A. birthplace | B. birthday | C. city | D. town |
| 9. A. magazine | B. shop | C. article | D. newspaper |
| 10. A. Peace | B. War | C. Party | D. Festival |
| 11. A. in | B. at | C. of | D. under |
| 12. A. Community | B. Sovereign | C. Federation | D. Country |
| 13. A. modern | B.ancient | C. popular | D. interesting |

14. Mike is French. _____ a French boy.

- a. It is
- b. She is;
- c. He is;
- d. I am.

15. This is a book. Those _____ books.

- a. is;
- b. am;
- c. be;
- d. are.

16. I'm Russian. _____ English?

- a. You;
- b. Are you;
- c. Am I;
- d. You're.

17. I speak German. She _____ Japanese.

- a. does speak;
- b. speaking;
- c. speaks;
- d. speak.

18. What _____? I'm a student.

- a. do you;
- b. do you do;
- c. you;
- d. you do.

19. Sorry, I _____ understand.
- am not;
 - not;
 - no;
 - don't.
20. _____ I have a table for two please? Sure.
- Would;
 - Must;
 - Could;
 - Do.
21. Where _____ now?
- she is studying;
 - is she studying;
 - studies she;
 - she studying.
22. That isn't your umbrella. It's _____.
- her;
 - my;
 - him;
 - mine.
23. What events contributed to the emergence of modern PR?
24. What ethical principles should a PR practitioner be guided by?
25. What personal qualities, do you think, the PR-practitioner should have?
26. How many themes should the speech be based on?
- One or two;
 - Three;
 - As many as it is necessary.
27. A speaker usually delivers a speech at the rate of _____.
- 80 words a minute
 - 240 words a minute
 - 150 words a minute

28-40. In this exercise you must choose the word or phrase which is best completes each sentences. Indicate the letter A, B, C or D against the number of each item 28 - 40 for the word or phrase you choose.

Pskov State University

The University is located 28) _____ the administrative center of Pskov city. Pskov was first mentioned in the chronicles in "The Tale of Bygone Years" in 903 and since then has been rapidly growing. In 2013, the 29) _____ made over 206,000 people. Pskov Kremlin, Holy Trinity Cathedral, the unique frescos of Mirozhsky monastery are the heritage of the world 30) _____. The city is eco-friendly, green, with well-developed infrastructure. Pskov has a favourable geographical 31) _____.: located close to the cities of St. Petersburg, Riga, Tallinn, Minsk, it is only 50 km away from the borders of the European Union.

On December 27, 2010 Pskov State University was founded 32) _____ the merger of five core educational vocational institutions of the Pskov region: Pskov State Pedagogical University named 33) _____ S.M. Kirov, Pskov State Polytechnic Institute, Pskov College of Civil Engineering and economics, Pskov Industrial technical college, Civil Engineering College of Velikiye Luki. Each of the participants in the merger passed on their best experience, achievements and traditions to the university.

Pskov state university is the 34) _____ of educational, cultural and scientific life of the region.

PskovSU 35) _____ students in 80 Bachelor's degree programs, 35 specialist degree programs, 23 Master's degree programs and 21 postgraduate scientific programs.

Training is carried out in full-time, part-time and correspondence forms 36) _____ study.

Academic structure of the university consists 37) _____ 16 faculties, which include chairs, research laboratories, research and education centers. There are also four inter-faculty chairs.

The 38) _____ widely implements innovative approaches to the teaching and research activities, focusing 39) _____ the quality of the 40) _____.

- | | | | |
|-------------------|---------------|--------------|-------------|
| 28. A. in | B. at | C. on | D. near |
| 29. A. people | B. population | C. crowds | D. children |
| 30. A. culture | B. history | C. story | D. problem |
| 31. A. occupation | B. position | C. situation | D. place |
| 32. A. with | B. by | C. along | D. in |
| 33. A. in | B. by | C. after | D. for |
| 34. A. centre | B. place | C. home | D. city |
| 35. A. plays | B. learns | C. trains | D. studies |
| 36. A. in | B. of | C. under | D. between |
| 37. A. with | B. by | C. of | D. in |
| 38. A. univercity | B. university | C. universal | D. unicorn |

39. A. in B. on C. by D. into
 40. A. information B. education C. teaching D. studying

41. Look at that cloud. It _____ rain.

- a. is;
- b. does;
- c. is going to;
- d. has.

42. No, I don't want _____ carrots.

- a. some;
- b. a;
- c. no;
- d. any.

43. Where _____ at the weekend? I was in the country.

- a. you were;
- b. were you;
- c. you;
- d. you was.

44. Why not go to Madame Tussauds? I _____ there yesterday.

- a. went;
- b. go;
- c. gone;
- d. going.

45. Where _____ you yesterday? I didn't go anywhere.

- a. went you;
- b. did you went;
- c. did you go;
- d. was you go.

46. You _____ work hard to pass the examination.

- a. have to;
- b. can;
- c. are;
- d. may.

47. His English is very good. He speaks Italian _____, too.

- a. badly;
- b. bad;

- c. good;
 - d. well.
48. I _____ to Spain.
- a. never been;
 - b. never was;
 - c. have never been;
 - d. wasn't ever.
49. Jane _____ the tickets.
- a. has already bought;
 - b. already bought;
 - c. is already bought;
 - d. already buys.
50. How long should a response in a TV interview be?
- a. a 1 minute;
 - b. 3 minute;
 - c. 30 seconds.
51. What is NPO?
52. What are the steps of planning a personality campaign?
53. A new releases containing a number of flowery adjective and exaggerated?
- a. Puffery;
 - b. Flackery;
 - c. Publicity;
 - d. Preudo-news;
 - e. Promotion.

**Клише для подготовки обоснования темы научного исследования по
направлению и профилю специальности:**

1. The headline of the paper is... It was performed under the supervision of professor...
2. The TOPICALITY of the research is determined by...
3. The OBJECT of our research is....
4. The SUBJECT MATTER of the paper is focused on the theme...
5. The GOAL of the project is... / To achieve the goal we are to solve the following problems:
 - to define the concept of the notion...
 - to investigate...
 - to carry out an experiment...
 - to analyze...
 - to determine...
 - to work out recommendation as to the application of...
 - to describe...
 - to ground...
 - to characterize...
6. To solve the above listed particular tasks we used the following METHODS of scientific investigation:
 - comparative analysis, typological analysis, induction, deduction, distribution, transformation, statistical analysis, supervision, generalization, questionnaire, survey of scientific theoretical literature on the research problem.
7. The research consists of 3 parts.
 - In the first one we survey the sources... introduce... highlight... ground...expose...
 - The second part deals with... touches upon... discusses...
 - The third par presents conclusions... practical suggestions...
8. The PRACTICAL APPLICATION of the research is based on the possible usage of the obtained data and major conclusions in....

Примерные вопросы для беседы по пройденной тематике, связанной с научной работой и профессиональной деятельностью студента-бакалавра:

1. What is the theme of your current research?
2. Who is your scientific supervisor?
3. What is the topicality of the research determined by?
4. What is the object of your research?
5. What is the subject matter of the research focused on?
6. What is the goal of the research?
7. What problems are you to solve to achieve the goal?
8. What methods of scientific investigation do you use?
9. How many parts does your research consist of?
10. What is the practical application of your research?