

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

Кафедра иностранных языков

Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко, Н.А. Павлюченкова

**IMPORTANT ISSUES OF ADAPTED PHYSICAL EDUCATION**

*Учебное пособие*

ВЕЛИКИЕ ЛУКИ  
2017

УДК 811.111(075.8): 796.011.3  
ВБК 81.2. Англ

### Рецензенты

*Гладких Валентина Владимировна* Почётный работник высшего профессионального образования РФ, профессор, доктор педагогических наук, профессор кафедры иностранных языков ВУНЦ ВВС «ВВА им. профессора Н.Е. Жуковского и Ю.А. Гагарина».

*Поварещенкова Юлия Александровна* доцент, доктор биологических наук, профессор кафедры физиологии НГУ им. П.Ф. Лесгафта.

Ершова Н.Г., Дытко Е.В., Павлюченкова Н.А.

Important Issues Of Adapted Physical Education / учебное пособие / Н.Г. Ершова, Е.В. Дытко, Н.А. Павлюченкова. – Великие Луки, 2017. – 280 с.

Цель данного пособия – подготовить студентов и магистрантов к самостоятельному чтению аутентичной литературы по адаптивному физическому воспитанию и реабилитации, а также сформировать навыки устной и письменной речи на иностранном языке в пределах изучаемых тем. Пособие построено на принципах сознательно-коммуникативного метода обучения иностранному языку и разработано в соответствии с государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования третьего поколения и программными требованиями дисциплины «Иностранный язык».

Настоящее пособие предназначено для студентов и магистрантов, обучающихся по направлениям подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (афк), 49.04.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Профиль: Физическая реабилитация), 49.04.03 Спорт (Профиль: Медико-биологическое обеспечение спорта).

Печатается по решению редакционно-издательского совета Великолукской государственной академии физической культуры и спорта.

Утверждено Учёным советом ВЛГАФК от 28 февраля 2017 года, протокол № 09

© Ершова Н.Г., 2017

© Дытко Е.В., 2017

© Павлюченкова Н.А., 2017

© ФГБОУ ВО «ВЛГАФК», 2017

ISBN 978-5-9760-0048-3

## TABLE OF CONTENTS

Предисловие .....	5
Methodical recommendations .....	7
<b>PART I. Core Tasks</b>	
Task 1. Adapted Physical Education .....	18
Task 2. Adaptations .....	23
Task 3. Position Statement for Adapted Physical Education .....	29
Task 4. Types of Physical Therapy .....	33
Task 5. Physical Medicine and Rehabilitation .....	38
Task 6. Exercise .....	43
Task 7. Strengthening Exercises .....	47
Task 8. Massage .....	51
Task 9. Disabled Sports .....	55
Task 10. Paralympic Games .....	62
<b>PART II. Texts for Additional Reading</b>	
Text 1. Dance Therapy .....	68
Text 2. Professional Preparation: Service Learning in Adapted Physical Activity .....	70
Text 3. Promoting Active Aging .....	72
Text 4. Children and Massage .....	75
Text 5. Adapted Physical Education .....	77
Text 6. Occupational Therapy .....	80
Text 7. Alzheimer's Disease .....	83
Text 8. Evaluating the Benefits and Hazards of Exercise in the Older Adult .....	87
Text 9. Restore Neuromuscular Control .....	90
Text 10. Autism .....	95
<b>PART III. Texts for Written Translation</b>	
Text 1. Exercise in the Rehabilitation of the Athlete .....	101
Text 2. Ensure Gradual Reconditioning through Applied Loads and Stresses .....	102
Text 3. Consider Biology (of Rehabilitation) .....	103
Text 4. On The Public Health Service in Russia .....	104
Text 5. Cigarette Smoking and Chronic Bronchitis .....	105
Text 6. Diseases and Injuries of the Skull .....	106

Text 7. Shock .....	107
Text 8. Restore Muscular Strength and Endurance .....	108
Text 9. Spinal Cord Injuries .....	109
Text 10. Gradual Return to Functional Activities .....	110
<b>PART IV. Case Tasks</b>	
Task 1. The Physical Therapy Treatment .....	113
Task 2. Clothing Signals .....	115
Task 3. Fitness: Getting and Staying Active – What Does “Being Active” Really Mean? .....	117
Task 4. Diet and Weight Management: Hormones and Obesity .....	120
Task 5. Vitamin C .....	122
Task 6. Clinical Exercise Therapy .....	125
Task 7. Lifestyle Changes to Make Today for Kids’ Weight Loss and Fitness .....	128
Task 8. Hydrotherapy .....	131
Task 9. Obesity in Children .....	134
Task 10. Rural Adapted Physical Education .....	137
<b>Vocabulary</b> .....	141
<b>Appendices</b>	
1. The Plural of Nouns .....	206
2. Numerals .....	210
3. Pronouns .....	215
4. Prepositions .....	221
5. Particles .....	228
6. Tenses of the Verb .....	245
7. Verb and Subject Agreement .....	248
8. Easily Confused Words .....	250
9. International Words the Meanings of which do not Coincide .....	254
10. Translator’s False Friends .....	256
11. Irregular Verbs .....	257
12. Word Order .....	261
13. Three Types of Negation in an English Sentence .....	262
<b>Literature</b> .....	263
Keys to practical tasks .....	266

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Подготовка специалиста в системе высшего образования направлена на формирование социально активной, творческой личности, обладающей профессиональной компетентностью, информационной культурой, гибким мышлением и иноязычной коммуникативной компетенцией.

В период развития и расширения международных контактов специалисту необходимо самому уметь быстро воспринимать и анализировать актуальную, достоверную информацию из различных источников, в том числе иноязычных, выявлять новые, важные сведения с целью их использования для решения конкретных профессиональных задач.

Настоящее пособие предназначено для студентов и магистрантов, обучающихся по направлениям подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (афк), 49.04.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (а.ф.к.)» (Профиль: Физическая реабилитация), 49.04.03 Спорт (Профиль: Медико-биологическое обеспечение спорта).

Первая часть пособия состоит из 10 разделов, включающих аутентичный текст, предтекстовые и послетекстовые задания, которые направлены на формирование и развитие навыков чтения и понимания специального текста, усвоение терминологической лексики в области адаптивной физической культуры, а также развития навыков профессиональной речи на английском языке. Использование аутентичного материала на основе общей терминологии и единой тематики снимает психологический барьер, возникающий при работе с оригинальной литературой.

Вторая часть пособия позволяет студентам расширить терминологический минимум, который в процессе работы над предлагаемым материалом может быть трансформирован в профессиональный словарь – тезаурус, необходимый для чтения и понимания оригинальной литературы по специальности. По