

Частное учреждение высшего образования  
«Дагестанская академия образования и культуры»

УТВЕРЖДАЮ  
Ректор ЧУ ВО «ДАОК»  
Н.К. Мирзоева  
«26» июня 2023 г.



**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

*По дисциплине Б1.В.09  
«Лечебная физическая культура и массаж»*

Направление подготовки

*44.03.01 Педагогическое образование*

Направленность (профиль) программы бакалавриата:  
**Физическая культура**

Квалификация (степень)  
**Бакалавр**

Форма обучения  
**заочная**

Дербент  
2023

Организация-разработчик: Частное учреждение высшего образования  
«Дагестанская академия образования и культуры» (ЧУ ВО «ДАОК»)

Комплект оценочных средств составил(и):

к.пед.н., профессор Шахбазова М.А.

Рецензент(ы):

к.псих.н., доцент, Аушева Д.И.

Одобрено на заседании кафедры педагогики и психологии

Протокол от 23.06.2023 № 11

Зав. кафедрой к.пед.н., профессор Шахбазова М.А.

## АННОТАЦИЯ

Фонд оценочных средств составлен на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки **44.03.01 Педагогическое образование**.

ФОС предназначен для текущего и промежуточного контроля знаний студентов, обучающихся направленность (профиль) программы бакалавриата: «Физическая культура».

ФОС состоит из:

1. Перечень компетенций (или их индикаторов) с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы;
2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы;
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

С фондом оценочных средств можно ознакомиться на сайте ЧУ ВО «ДАОК»  
<https://www.daok-derbent.ru>

**Фонды оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся.**

**1. Перечень компетенций (или их индикаторов) с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы**

**УК-7.3** - Владеет средствами и методами укрепления здоровья, физического самосовершенствования

**УК-8.3** – Владеет навыками поддержания безопасных условий жизнедеятельности; здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма

<b>№</b>	<b>Разделы</b>	<b>Контролируемые компетенции (или их индикаторы)</b>	<b>Оценочные средства</b>
1	Общие основы лечебной физической культуры и массаж	УК-7.3; УК-8.3	Устный опрос Тестирование
2	Формы и методы проведения упражнений ЛФК	УК-7.3; УК-8.3	Практико-ориентированные (ситуативные) задачи
3	Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений	УК-7.3; УК-8.3	Реферат Тестирование
4	Все виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению	УК-7.3; УК-8.3	Устный опрос Тестирование Реферат
5	Приёмы классического, гигиенического, лечебного и реабилитационного массажа	УК-7.3; УК-8.3	Практико-ориентированные (ситуативные) задачи
6	Механизм лечебного действия физическими упражнениями и массажем при заболеваниях суставов	УК-7.3; УК-8.3	Устный опрос Тестирование Реферат
7	Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК в их профилактике	УК-7.3; УК-8.3	Ситуационные задачи
8	Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике	УК-7.3; УК-8.3	Контрольная работа Тестирование
9	Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике	УК-7.3; УК-8.3	Ситуационные задачи
10	Остеохондроз и коррекция функционального состояния	УК-7.3; УК-8.3	Устный опрос Тестирование

позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков и взрослых		Реферат
---	--	---------

## 2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

№	Аббревиатура компетенции	Поведенческий индикатор	Оценочные средства
	УК-7.3; УК-8.3	<p><b>Уровень знаний</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизического состояния на основе данных для контроля над функциональным состоянием занимающихся;</li> <li>-остраненных заболеваний и травм;</li> <li>– физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений;</li> <li>– показания и противопоказания к применению ЛФК;</li> <li>– основные методики ЛФК при наиболее распространенных заболеваниях и травмах;</li> <li>– историю развития массажа, механизмы физиологического действия приемов массажа и сеанса массажа на организм спортсмена;</li> <li>– гигиенические основы работы массажиста;</li> <li>– характеристику и основные принципы назначения различных видов массажа;</li> <li>– методику сочетания массажа с другими восстановительными средствами (сауной, русской баней, физиотерапией, психорегулирующей тренировкой).</li> </ul> <p><b>Уровень умений</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создавать устойчивую мотивацию на здоровую жизнедеятельность и воспитывать культуру здоровья и здорового образа жизни у детей и подростков, обучающихся в образовательных учреждениях;</li> <li>- подбирать упражнения для решения специальных задач при наиболее распространенных заболеваниях и травмах;</li> <li>– разрабатывать и составлять комплексы физических упражнений на тот или иной период заболевания;</li> <li>– проводить самостоятельно занятия ЛФК при наиболее распространенных заболеваниях и травмах;</li> </ul>	<p>Практико-ориентированные (ситуативные) задачи</p> <p>Ситуационные задачи</p> <p>Реферат</p> <p>Контрольная работа</p> <p>Устный опрос</p> <p>Тестирование</p>

		<p>– выполнять технически правильно все разновидности основных приемов массажа;</p> <p>– самостоятельно без подсказок со стороны преподавателя сделать общий сеанс восстановительного массажа.</p> <p><b>Уровень навыков</b></p> <p>- методами и средствами спортивного массажа;</p> <p>- организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся;</p> <p>- средствами и методами профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся;</p> <p>- гигиеническими основами массажа;</p> <p>– навыками проведения всех основных приемов классического массажа;</p> <p>– способами оценки эффективности воздействия занятий ЛФК на больных;</p> <p>– навыками проведения занятий ЛФК с людьми, имеющих различные отклонения в состоянии здоровья.</p>	
--	--	--	--

### Описание шкалы оценивания

#### На экзамен

№	Оценка	Требования к знаниям
1	«отлично»	(«компетенции освоены полностью»)
2	«хорошо»	(«компетенции в основном освоены»)
3	«удовлетворительно»	(«компетенции освоены частично»)
4	«неудовлетворительно»	(«компетенции не освоены»)

**3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.**

#### Темы рефератов

1. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечнососудистой системы (комплексы упражнений).
2. ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания (комплексы упражнений).
3. ЛФК и массаж при заболеваниях органов пищеварения (комплексы упражнений).
4. ЛФК и массаж при заболеваниях системы крови и в системе реабилитации при гиподинамии (комплексы упражнений).
5. ЛФК и массаж при заболеваниях почек и мочевых путей (комплекс упражнений).
6. ЛФК и массаж при заболеваниях желез внутренней секреции и расстройствах обмена веществ (комплекс упражнений).
7. ЛФК и массаж в травматологии и ортопедии (комплекс упражнений).
8. ЛФК и массаж в хирургии (комплекс упражнений).
9. ЛФК и массаж при травмах и заболеваниях центральной и периферической нервной системы.
10. ЛФК и массаж при психических заболеваниях и неврозах.

11. ЛФК и массаж при детских заболеваниях.
12. ЛФК и массаж в гинекологии и акушерстве.
13. ЛФК и массаж при кожных заболеваниях.
14. ЛФК и массаж в системе реабилитации больных с профессиональными заболеваниями.
15. Особенности занятий физическими упражнениями со школьниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья (СМГ).
16. Особенности занятий физическими упражнениями со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
17. ЛФК в системе реабилитации при гиподинамии.
18. История возникновения и развития ЛФК. Общие основы ЛФК.
19. Массаж. Гигиенические основы массажа. Основные приемы массажа и их разновидности. Массаж отдельных частей тела.
20. Виды массажа. Техника их выполнения.
21. Самомассаж. Техника выполнения самомассажа. Массаж в детском возрасте. Аппаратный массаж.
22. История возникновения и развития спортивного массажа.
23. Виды спортивного массажа.
24. Техника их выполнения. Массаж в различных видах спорта.

### **Вопросы для СРС**

1. Понятие ЛФК. Формы, средства, методы ЛФК.
2. Механизм действия физических упражнений.
3. Классификация физических упражнений.
4. Факторы, влияющие на величину физических нагрузок. Дозировка физических нагрузок.
5. Виды двигательных режимов в условиях стационара и санатория.
6. Формы ЛФК в условиях стационара, санатория и курорта.
7. Понятия переломов, симптомы, классификация, методы лечения.
8. Периоды ЛФК в травматологии. Задачи и методика ЛФК в первом периоде.
9. Задачи и методы ЛФК во втором периоде в травматологии.
10. Задачи и методика ЛФК в третьем периоде ЛФК в травматологии.
11. Задачи и методика ЛФК при вывихах плечевого сустава. Причины, симптомы, методы лечения.
12. Задачи и методика ЛФК при переломах диафиза плечевой кости. Причины, симптомы, методы лечения.
13. Переломы локтевого сустава. Причины, симптомы, методы лечения. Задачи и методика ЛФК.
14. Переломы костей предплечья. Виды, симптомы, лечение. Задачи и методика ЛФК.
15. Переломы кисти и пальцев. Симптомы, методы лечения. Задачи и методика ЛФК.
16. Переломы диафиза бедра. Виды, симптомы, методы лечения. Задачи и методика ЛФК при консервативном лечении.
17. Повреждения менисков. Причины, симптомы, методы лечения. Задачи и методика ЛФК при оперативном методе лечения.
18. Переломы костей голени. Причины, виды, симптомы, методы лечения. Задачи и методика ЛФК.
19. Переломы позвоночника. Причины, виды, симптомы, лечение. Задачи и методика ЛФК при компрессионном переломе позвоночника.
20. Переломы таза. Причины, виды, симптомы. Классификация, лечение. Задачи и методика ЛФК.
21. Понятие осанки. Причины развития дефектов осанки. Виды нарушений осанки. Методика обследования детей для выявления дефектов осанки.

22. Характеристика дефектов осанки в сагиттальной плоскости с увеличением физиологической кривизны позвоночника. Задачи и методика ЛФК.
23. Характеристика дефектов осанки в сагиттальной плоскости с уменьшением физиологической кривизны позвоночника. Задачи и методика ЛФК.
24. Характеристика дефектов осанки во фронтальной плоскости. Задачи и методика ЛФК.
25. Понятие сколиозов. Причины, классификация сколиозов. Характеристика степеней сколиоза. Методы лечения.
26. Задачи и методика ЛФК при сколиотической болезни.
27. Плоскостопие. Понятие, причины развития, виды плоскостопия. Задачи и методика ЛФК.
28. Общие данные о заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Причины, симптомы. Факторы, обеспечивающие нормальное кровообращение. Характеристика степеней недостаточности кровообращения.
29. Задачи и методика ЛФК при сердечно-сосудистой недостаточности I степени.
30. Задачи и методика ЛФК при сердечно-сосудистой недостаточности II степени.
31. Понятие атеросклероза. Причины, виды, симптомы. Задачи и методика ЛФК при атеросклерозе коронарных сосудов.
32. Стенокардия. Понятие, причины, симптомы, виды. Задачи и методика ЛФК.
33. Инфаркт миокарда. Причины, механизм развития, симптомы. Этапы реабилитации больных.
34. Задачи и методика ЛФК на I этапе реабилитации больных с инфарктом миокарда в зависимости от двигательного режима.
35. Инфаркт миокарда. Задачи и методика ЛФК на I и II этапах реабилитации больных.
36. Гипертоническая болезнь. Понятие, причины, степени, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
37. Гипотоническая болезнь. Понятие, причины, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
38. Сосудистые дистонии. Понятие, причины, виды. Задачи и методика ЛФК в зависимости от вида дистонии.
39. Облитерирующие заболевания артерий. Виды, причины, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
40. Варикозное расширение вен. Причины, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
41. Бронхит. Причины, виды, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
42. Пневмония. Причины, виды, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
43. Плеврит. Причины, виды, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
44. Эмфизема. Причины, виды, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
45. Бронхиальная астма. Причины, механизмы развития, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
46. Гастрит. Понятие, причины, виды, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
47. Язвенная болезнь. Понятие, причины, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
48. Дискинезии толстой кишки. Задачи и методика ЛФК.
49. Дискинезии желчевыводящих путей. Понятие, причины, виды, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
50. Сахарный диабет. Понятие, причины, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
51. Ожирение. Понятие, причины, степени, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
52. Подагра. Понятие, причины, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
53. Заболевания суставов. Причины, виды, классификация артритов. Симптомы. Задачи и методика ЛФК.
54. Особенности организации занятий физической культуры для лиц среднего и пожилого возраста. Характеристика возрастных изменений.
55. Остеохондроз. Понятие, причины, виды, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
56. Заболевания нервной системы. Понятие центрального паралича, причины, симптомы.



57. Задачи и методика ЛФК.
58. Периферический паралич. Причины, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
59. Неврит лучевого нерва. Причины, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
60. Неврит локтевого нерва. Причины, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
61. Плечевой плексит. Причины, клиника. Задачи и методика ЛФК.
62. Неврит седалищного нерва. Причины, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
63. Шейный радикулит. Причины, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
64. Радикулит грудного отдела позвоночника. Причины, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
65. Пояснично-крестцовый радикулит. Причины, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
66. Травмы спинного мозга. Виды. Характеристика (симптомы). Задачи и методика ЛФК.
67. Полиомиелит. Понятие, причины, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
68. Травмы головного мозга. Сотрясение. Симптомы, степени. Задачи и методика ЛФК.
69. Травмы головного мозга. Ушиб мозга. Симптомы. Задачи и методика ЛФК.
70. Мозговой инсульт. Причины, симптомы, лечение. Задачи и методика ЛФК.
71. Мочекаменная болезнь. Основные симптомы. Задачи и методика ЛФК.
72. Пиелонефрит. Понятие, причины, основные клинические симптомы. Задачи и методика ЛФК.
73. Характеристические воспалительные заболевания женских половых органов. Причины, основные клинические симптомы. Задачи и методика ЛФК.
74. ЛФК в до - и послеродовом периодах.

### **Темы контрольных работ**

#### **Контрольная работа № 1**

1. Классификация физических упражнений.
2. Факторы, влияющие на величину физических нагрузок. Дозировка физических нагрузок.
3. Виды двигательных режимов в условиях стационара и санатория.
4. Формы ЛФК в условиях стационара, санатория и курорта.
5. Периоды ЛФК в травматологии. Задачи и методика ЛФК в первом периоде.

#### **Контрольная работа № 2**

1. Особенности организации занятий физической культуры для лиц среднего и пожилого возраста. Характеристика возрастных изменений.
2. Заболевания нервной системы. Понятие центрального паралича, причины, симптомы. Задачи и методика ЛФК.
3. Общие данные о заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Причины, симптомы. Факторы, обеспечивающие нормальное кровообращение. Характеристика степеней недостаточности кровообращения.

#### **Контрольная работа № 3**

1. Классификация видов массажа: сравнительная характеристика различных видов.
2. Общие правила выполнения массажа.
3. Показания и противопоказания к проведению массажа.
4. Реакция организма на массаж (общая и локальная).
5. Приемы массажа.

#### **Контрольная работа № 4**

1. Способы выполнения массажных приемов.
2. Применение законов биомеханики в ходе массажной процедуры (закон угла воздействия, закон круговых движений, закон костных рычагов).
3. Неспецифические массажные тесты: диагностическое значение.

4. План построения процедуры (основные этапы) и курса лечения (периоды).

5. Понятие о характере массажа (сила, темп и продолжительность воздействия).  
Особенности спортивного массажа.

6. Гигиена массажа. Виды смазывающих веществ.

### **Вопросы к устному опросу**

Лечебная гимнастика при травмах

Лечебная физическая культура при оперативных вмешательствах

Лечебная физическая культура при нарушении обмена веществ (ожирение, сахарный диабет, гипотрофия)

Лечебная физическая культура при сколиозах

Массаж, его виды, влияние на организм, показания к назначению

Лечебная физическая культура при нарушении осанки во фронтальной плоскости

Лечебная физическая культура при нарушении осанки в сагитальной плоскости

Лечебная физическая культура при заболеваниях дыхательной системы

Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы

Лечебная физическая культура при заболеваниях и травмах нервной системы

Лечебная физическая культура при нарушении зрения.

Спортивный массаж, его место в реабилитации спортсменов после травм.

Лечебная физическая культура при ожогах и обморожениях

Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения

Лечебная физическая культура при заболеваниях почек и мочевыводящих путей.

### **Практико-ориентированные (ситуативные) задачи**

Задача 1. Больной О., 45 лет. Диагноз: острый трансмуральный инфаркт миокарда задней стенки левого желудочка. 2-й день болезни, жалоб нет. ЧСС 94 удара в минуту, АД 105/70 мм. рт.ст., лейкоцитоз 24000, t 37,7 С. Назовите функциональный класс тяжести состояния больного и степень активности. Можно ли начинать занятия ЛФК? Если "да", то составьте комплекс.

Задача 2. Больная К., 42 года. Диагноз: гипертоническая болезнь II стадии. АД 170/100 мм. рт. ст. 1. Укажите задачи ЛФК. 2. Составьте комплекс упражнений.

Задача 3. Ребенок 11 лет. Диагноз: левосторонняя плевропневмония. Поступила в стационар 3 дня назад с жалобами на боли в грудной клетке, усиливающиеся при дыхании, кашель с небольшим количеством мокроты слизисто-гнойного характера, температура 36,7. 1. Укажите задачи ЛФК. 2. Составьте комплекс упражнений.

Задача 4. Ребенок, 7 лет. Диагноз: нижнедолевая левосторонняя пневмония. Поступил в отделение 7 дней назад. Состояние удовлетворительное, t 37,2, кашель с небольшим отхождением мокроты, слабость, потливость. 1. Каковы задачи ЛФК? 2. Составить комплекс упражнений.

Задача 5. Больной И., 37 лет. Диагноз: Туберкулез легких. В стационаре находится второй месяц. Состояние удовлетворительное, температура тела субфебрильная, кашель с отхождением "ржавой мокроты". 1. Каковы задачи ЛФК? 2. Назначить комплекс упражнений?

Задача 6. Ребенок, 14 лет Д: бронхиальная астма. Страдает заболеванием в течение 5 лет. Поступил в отделение реанимации в астматическом статусе, на 20-й день переведен в соматическое отделение в удовлетворительном состоянии.

Задача 7. Больная Б., 65 лет. Диагноз: хроническое неспецифическое заболевание легких, эмфизема легких, пневмосклероз. Жалобы на кашель с трудноотделяемой мокротой, температура - 37,2. 1. Имеются ли противопоказания для ЛФК? 2. Составить курс ЛФК.

Задача 8. Ребенок, 12 лет. Диагноз: Язвенная болезнь желудка в стадии обострения. Поступил с болями в эпигастральной области, слабостью, тошнотой, рвотой. В настоящее

- время ребенок жалоб не предъявляет. Состояние удовлетворительное. В стационаре 5 дней.
- Задача 9. Больная К., 32 года. Диагноз: гастроптоз. Жалобы на тянущие боли в животе, усиливающиеся после приема пищи, тошноту. 1. Определить задачи ЛФК. 2. Назначить комплекс ЛГ.
- Задача 10. Ребенок, 8 лет. Диагноз: Дискинезия желчевыводящих путей. Гипотонический тип. Стадия ремиссии.
- Задача 11. Больной М, 18 лет. Диагноз: медиальный перелом шейки правого бедра; 4 дня назад произведен металлоостеосинтез трехлопостным гвоздем. 1. Сформулируйте задачи ЛФК 2. Перечислите специальные упражнения, направленные на восстановление функции конечности.
- Задача 12. Больной Г, 23 года. Диагноз: перелом седалищной и лонной костей таза справа. В стационаре находится 3 недели. Состояние удовлетворительное. 1. Сформулируйте основные задачи ЛФК. 2. Перечислите специальные физические упражнения.
- Задача 13. Больной, 14 лет. Диагноз: перелом диафиза правого бедра в средней трети; проведено скелетное вытяжение. Травму получил 12 дней назад. 1. Сформулируйте общие задачи ЛФК. 2. Составьте комплекс ЛГ.
- Задача 14. Больной В, 12 лет. Диагноз: сколитическая болезнь II степени. Предъявляет жалобы на быструю утомляемость, боли в спине, усиливающиеся при ходьбе и длительном сидении.
- Задача 15. Больной Н., 15 лет. Диагноз: Юношеский кифоз. Прошел курс амбулаторного лечения. 1. На основании каких изменений можно провести учет эффективности проведенного лечения? 2. Какие рекомендации можно дать больному для занятий ЛФК в домашних условиях?
- Задача 16. Ребенок, 6 лет. Диагноз: Плоскостопие продольное. 1. Какие средства профилактики плоскостопия Вы знаете? 2. Составьте комплекс лечебной гимнастики.
- Задача 17. Больная З., 36 лет. Диагноз: Остеохондроз поясничнокрестцового отдела. Предъявляет жалобы на боли в позвоночнике (поясничная область), усиливающиеся при физической нагрузке. 1. Перечислите основные задачи ЛГ. 2. Определите специальные физические упражнения и исходные положения при занятиях ЛГ.
- Задача 18. Первобеременная А., 22 года. Срок беременности - 32 недели. До беременности занималась физической культурой в группе здоровья. Беременность протекает нормально. Со стороны внутренних органов - без патологии. Мускулатура среднеразвитая.
- Задача 19. Больной Е., 11 лет. Поражение лицевого нерва справа после перенесенной вирусной инфекции. 1. Перечислите задачи ЛГ. 2. Укажите специальные упражнения.
- Задача 20. Больной У, 61 год. Диагноз: Хронический анацидный гастрит, колоноптоз, хронический холецистит. Находится в стационаре. 1. Какие из средств ЛФК показаны больному. 2. Какие из средств противопоказаны. 3. Какие исходные положения следует использовать в процедуре лечебной гимнастики?
- Задача 21. Ребенок, 12 лет. Диагноз: Язвенная болезнь желудка в стадии обострения. Поступил с болями в эпигастральной области, слабостью, тошнотой, рвотой. В настоящее время ребенок жалоб не предъявляет. Состояние удовлетворительное. В стационаре 5 дней. 1. Назовите противопоказания для назначения ЛФК. 2. Составить комплекс упражнений.
- Задача 22. Ребенок, 8 лет. Диагноз: Дискинезия желчевыводящих путей. Гипотонический тип. Стадия ремиссии. 1. Укажите противопоказания ЛГ 2. Составьте комплекс ЛГ.
- Задача 23. Больной М, 18 лет. Диагноз: медиальный перелом шейки правого бедра; 4 дня назад произведен металлоостеосинтез трехлопостным гвоздем. 1. Сформулируйте задачи

ЛФК 2. Перечислите специальные упражнения, направленные на восстановление функции конечности.

Задача 24. Больной, 14 лет. Диагноз: перелом диафиза правого бедра в средней трети; проведено скелетное вытяжение. Травму получил 12 дней назад. 1. Сформулируйте общие задачи ЛФК. 2. Составьте комплекс ЛГ.

Задача 25. Больной В, 12 лет. Диагноз: сколитическая болезнь II степени. Предъявляет жалобы на быструю утомляемость, боли в спине, усиливающиеся при ходьбе и длительном сидении. 1. Перечислите основные задачи ЛГ при консервативном лечении.

Задача 26. Больной Н., 15 лет. Диагноз: Юношеский кифоз. Прошел курс амбулаторного лечения. 1. На основании каких изменений можно провести учет эффективности проведенного лечения? 2. Какие рекомендации можно дать больному для занятий ЛФК в домашних условиях?

Задача 27. Ребенок, 6 лет. Диагноз: Плоскостопие продольное. 1. Какие средства профилактики плоскостопия Вы знаете? 2. Составьте комплекс лечебной гимнастики.

Задание 28. Больная З., 36 лет. Диагноз: Остеохондроз поясничнокрестцового отдела. Предъявляет жалобы на боли в позвоночнике (поясничная область), усиливающиеся при физической нагрузке. 1. Перечислите основные задачи ЛГ. 2. Определите специальные физические упражнения и исходные положения при занятиях ЛГ.

Задание 29. Больной Е., 11 лет. Поражение лицевого нерва справа после перенесенной вирусной инфекции. 1. Перечислите задачи ЛГ. 2. Укажите специальные упражнения.

Задание 30. Больной У, 61 год. Диагноз: Хронический анацидный гастрит, колоноптоз, хронический холецистит. Находится в стационаре. 1. Какие из средств ЛФК показаны больному. 2. Какие из средств противопоказаны. 3. Какие исходные положения следует использовать в процедуре лечебной гимнастики?

### Тесты

1. Какова норма времени для врача ЛФК на обследование одного больного?

1. 10 минут
- +2. 20 минут
3. 30 минут
4. 12 минут
5. 15 минут

2. Какова норма площади на 1 занимающегося больного в ЛФК?

1. 2 кв.м
- +2. 4 кв.м
3. 8 кв.м
4. 3 кв.м
5. 5 кв.м

3. Какова характерная особенность метода ЛФК?

1. использование лечебного массажа
2. использование специальных исходных положений
- +3. использование физических упражнений
4. использование иглорефлексотерапия
5. использование физиотерапевтического лечения

4. Какие функциональные тесты используются в ЛФК?

1. антропометрия
- +2. гониометрия
3. соматоскопия
4. спирография

5. плантография

5. Каковы средства ЛФК?

- +1. физические упражнения
2. подвижные игры
3. закаливающие процедуры
4. занятия на велотренажере
5. плавание

6. Каков механизм лечебного действия физических упражнений?

1. физические упражнения формируют специальные мышечные рефлексы
2. физические упражнения повышают мышечный тонус
- +3. физические упражнения оказывают универсальное действие
4. психологический
5. расслабляющий

7. Что относится к формам ЛФК?

1. занятие дыхательной гимнастикой
2. контрастное закаливание
- +3. Механотерапия
4. массаж
5. мануальная терапия

8. Какие упражнения малой интенсивности?

1. динамические дыхательные упражнения
- +2. активные упражнения в дистальных отделах конечностей
3. упражнения на велотренажере
4. идиомоторные упражнения
5. упражнения с гантелями

9. Какой двигательный режим относится к стационарному периоду лечения?

- +1. свободный режим
2. щадящий режим
3. тренирующий режим
4. госпитальный режим
5. щадяще-тренирующий режим

10. Что является единицей нормирования работы по ЛФК?

- +1. процедура лечебной гимнастики
2. процедурная единица
3. время теста с физической нагрузкой
4. количество пациентов
5. количество групп ЛФК в смену

11. Какие методы определения эффективности занятия ЛФК применяют?

1. изменение частоты пульса
2. антропометрия
- +3. тесты со стандартной физической нагрузкой
4. ортостатическая проба
5. хорошее настроение

12. Какие моменты включает функциональная проба Мартинэ?

1. бег на месте в течение 3-х минут
  - +2. 20 приседаний за 30 секунд с выбросом рук вперед
  3. физическая нагрузка на велотренажере
  4. задержка дыхания
  5. измерение артериального давления
13. Какие функциональные тесты относятся к специальным?
1. субмаксимальный нагрузочный тест PWC 150-170
  - +2. ортостатическая и клиноортостатическая пробы
  3. подсчет пульса и изменение АД в динамике
  4. холодовая проба
  5. проба Мартинэ
14. С какого дня заболевания назначают специальный комплекс лечебной гимнастики при трансмуральном инфаркте миокарда?
1. через сутки
  2. через неделю
  - +3. Индивидуально
  4. перед выпиской
  5. в конце месяца
15. Каково противопоказание для перевода больного инфарктом миокарда на следующую ступень физической активности?
- +1. отрицательная динамика ЭКГ
  2. положительная динамика ЭКГ
  3. отсутствие осложнений заболевания
  4. плохое настроение
  5. лишний вес
16. Комплекс лечебной гимнастики N1 при инфаркте миокарда включает следующие физические упражнения:
- +1. физические упражнения в дистальных отделах конечностей
  2. движения в конечностях в полном объеме
  3. физические упражнения на натуживание
  4. трудотерапия
  5. упражнения с отягощением
17. Комплекс лечебной гимнастики N2 при инфаркте миокарда включает следующие физические упражнения:
- +1. физические упражнения в смене исходных положений лежа-сидя-лежа
  2. физические упражнения с гимнастическими предметами в исходном положении стоя
  3. дозированная ходьба
  4. только исходное положение лежа
  5. исходное положение на снарядах
18. Комплекс лечебной гимнастики N3 при инфаркте миокарда включает следующее:
1. физические упражнения на дистальные отделы конечностей
  - +2. дозированная ходьба по коридору стационара
  3. занятия на тренажерах
  4. движения в конечностях
  5. симметричные упражнения

19. Комплекс лечебной гимнастики N4 при инфаркте миокарда включает следующее:

- +1. маховые упражнения
2. упражнения с отягощением
3. дренажные дыхательные упражнения
4. упражнения с сопротивлением
5. упражнения на мелкие группы мышц

20. Какой основной вид физической нагрузки применяют на санаторном этапе реабилитации больных, перенесших инфаркт миокарда?

1. подвижные игры
2. силовые упражнения
- +3. дозированная тренировочная ходьба
4. трудотерапия
5. занятия на велотренажере

21. Что является противопоказанием к назначению разных форм ЛФК при гипертонической болезни?

- +1. гипертонический криз
2. единичные экстрасистолы
3. АД 180/100 мм.рт.ст.
4. АД 105/75 мм.рт.ст.
5. плохое настроение

22. Что относится к специальным физическим упражнениям при гипотонической болезни?

- +1. упражнения со статическим и динамическим усилием
2. дыхательные упражнения статического и динамического характера
3. упражнения на дистальные отделы конечностей
4. упражнения на расслабление
5. упражнения с предметом

23. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при острой пневмонии?

1. кашель с мокротой
2. субфебрильная температура
- +3. тахикардия (пульс свыше 100 уд. в мин.)
4. потливость
5. плохой сон

24. Задачи ЛФК на постельном режиме при острой пневмонии:

1. профилактика ателектазов
2. рассасывание экссудата
- +3. уменьшение дыхательной недостаточности
4. уменьшение кашля
5. нормализация ЧСС

25. Какие физические упражнения являются специальными на свободном режиме при острой пневмонии?

1. упражнения в расслаблении
- +2. динамические дыхательные упражнения
3. статические дыхательные упражнения
4. идеомоторные упражнения
5. симметричные упражнения

26. Какое исходное положение при появлении предвестников приступа бронхиальной астмы?

1. исходное положение лежа на животе
- +2. исходное положение сидя, положив руки на стол
3. исходное положение основная стойка
4. исходное положение на боку
5. исходное положение на четвереньках

27. Какие дыхательные упражнения способствуют растяжению спаек при экссудативном плеврите?

- +1. динамические дыхательные упражнения с подъемом руки на больной стороне
2. динамические дыхательные упражнения с подъемом руки на здоровой стороне
3. звуковая дыхательная гимнастика
4. изометрические упражнения
5. упражнения на расслабление

28. Какие противопоказания к назначению ЛФК при ХНЗЛ по тренирующему режиму?

- +1. одышка при ходьбе в медленном и среднем темпе
2. одышка при подъеме на лестницу в среднем и ускоренном темпе
3. одышка при выполнении физических упражнений с гимнастическими предметами в среднем темпе
4. увеличение АД до 130/80 мм.рт.ст.
5. плохое настроение

29. Какие специальные упражнения при спланхноптозе?

1. подскоки, прыжки
- +2. физические упражнения для тазового дна
3. физические упражнения с отягощением
4. упражнения с отягощением
5. упражнения на расслабление

30. Какой курс лечения при спланхноптозе?

1. 10 дней
2. 1 месяц
- +3. год и более
4. 2 месяца
5. 5 месяцев

31. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при язвенной болезни желудка 12-перстной кишки?

- +1. "дегтярный" стул
2. наличие "ниши" на рентгенограмме
3. Боли, зависящие от приема пищи
4. плохой аппетит
5. запоры

32. Каковы особенности методики ЛФК при спастических запорах?

1. необходимость частой смены исходных положений
- +2. необходимость выбора разгрузочных исходных положений
3. необходимость статических мышечных напряжений
4. занятия на снарядах



5. только индивидуальные занятия

33. Какие особенности методики ЛФК при атонических запорах?

1. упражнения в расслаблении
2. упражнения с ограниченной амплитудой движений
- +3. акцент на упражнения для мышц живота
4. продолжительность занятия 10 минут
5. упражнение на растягивание

34. Что способствуют лучшему опорожнению желчного пузыря?

1. статические дыхательные упражнения
2. динамические дыхательные упражнения
- +3. диафрагмальное дыхание
4. упражнения на расслабление
5. исходное положение сидя

35. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при ожирении?

1. наличие одышки при физической нагрузке
- +2. обострение сопровождающего калькулезного холецистита
3. алиментарное ожирение III степени
4. вес 95 кг
5. ЧСС 90 уд./мин.

36. Каковы особенности методики ЛФК при ожирении?

1. назначение общего массажа
2. применение механотерапии
- +3. общая физическая нагрузка должна быть субмаксимальной и индивидуальной
4. занятия на тренажерах
5. контроль веса

37. Каковы основные пути борьбы с ожирением?

1. баня с интенсивным общим массажем
- +2. физическая активность и рациональная диета
3. длительные курсы голодания
4. занятия "бегом"
5. посещение тренажерного зала

38. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при сахарном диабете?

1. жажда и полиурия
2. чувство слабости
- +3. наличие в моче ацетона
4. сахар крови более 5,5 г/л
5. сопутствующее ожирение

39. Какие наиболее терапевтические методики ЛФК в клинике нервных болезней?

1. дыхательная гимнастика
- +2. специальная лечебная гимнастика
3. малоподвижные игры
4. терренкур
5. мануальная терапия

40. Каковы особенности методики ЛФК в клинике нервных болезней?

1. использование в основном пассивных упражнений
- +2. лечение движением при нарушении функции движения
3. применение ЛФК после стабилизации общего состояния больного
4. упражнения с предметами
5. дыхательные упражнения

41. Каковы особенности методики ЛФК при спастических парезах?

- +1. лечение положением
2. применение пассивных упражнений
3. применение активных упражнений
4. упражнения на тренажерах
5. упражнения с отягощением

42. Каковы особенности методики ЛФК при невритах?

1. применение упражнений с отягощением
- +2. применение облегченных исходных положений
3. применение в основном дыхательных упражнений
4. применение исходного положения сидя
5. применение упражнений с гантелями

43. Каковы сроки назначения ЛФК при неврите лицевого нерва?

- +1. с первых дней заболевания
2. через месяц после начала заболевания
3. после стабилизации общего состояния
4. после стихания болей
5. после выписки из стационара

44. Какие моменты входят в лечение положением при неврите лицевого нерва?

1. спать на здоровой стороне
- +2. спать на стороне поражения
3. спать на спине
4. спать на боку
5. спать на животе

45. Какие особенности лейкопластырного натяжения при неврите лицевого нерва?

1. натяжение с больной стороны на здоровую
2. фиксация лейкопластырем имеющейся патологии
- +3. натяжение со здоровой стороны на больную
4. ширина лейкопластыря 5см
5. длина лейкопластыря 15см

46. Особенности применения ЛФК при остаточных явлениях после травмы позвоночника:

1. применение механотерапии
- +2. применение трудотерапии
3. применение массажа
4. применение идеомоторных упражнений
5. применение физиотерапевтического лечения

47. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при операциях на брюшной полости?

1. предоперационный период
2. ранний послеоперационный период
- +3. наличие осумкованного гнойника

4. наличие кашля
5. запоры

48. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при операциях на органах грудной клетки?

1. наличие мокроты
- +2. легочное кровотечение
3. субфебрильная температура тела
4. АД 130/80 мм.рт.ст.
5. плохое настроение

49. Каковы сроки назначения ЛФК после неосложненной аппендэктомии?

- +1. через сутки
2. после снятия швов
3. перед выпиской из стационара
4. после выписки из стационара
5. после нормализации стула

50. Каковы особенности ЛФК после операций по поводу ранений брюшной полости?

- +1. учитывать наличие каловых свищей
2. применение упражнений на натуживание
3. использование частой смены исходных положений
4. использование снарядов
5. использование дыхательных упражнений

51. Особенности ЛФК при гнойных осложнениях легких?

1. применение упражнений на тренажерах
- +2. применение дренажной гимнастики
3. применение общефизических упражнений
4. применение пассивных упражнений
5. перемена исходного положения

52. Особенности ЛФК перед пульмонэктомией:

- +1. применение специальных упражнений для активизации здорового легкого
2. применение специальных упражнений для активизации больного легкого
3. применение специальных упражнений для тренировки сердечной деятельности
4. применение специальных упражнений на верхние конечности
5. применение специальных упражнений на нижние конечности

53. Каковы особенности методики ЛФК после операции по поводу варикозного расширения вен нижних конечностей?

- +1. приподнятый ножной конец кровати
2. давящие повязки на ногах
3. выполнение физических упражнений в исходном положении стоя
4. использование исходного положения сидя
5. упражнения с предметами

54. Какой двигательный дефект появляется после острого нарушения мозгового кровообращения (инсульта)?

1. вялый паралич нижних конечностей
- +2. спастический гемипарез
3. наличие тремора

4. снижение мышечного тонуса
5. затруднение дыхания

55. С какого момента назначают специальную лечебную гимнастику при геморрагическом инсульте?

1. с первых часов после инсульта
2. перед выпиской из стационара
- +3. после восстановления гемодинамики
4. через неделю
5. после выписки из стационара

56. С какого момента начинают лечение положением при геморрагическом инсульте?

- +1. с первых часов после инсульта
2. после стабилизации общего состояния
3. перед выпиской из стационара
4. через 3 суток
5. после выписки из стационара

57. Какие противопоказания к назначению ЛФК при беременности?

1. беременность 6-12 недель
- +2. привычные выкидыши в анамнезе
3. беременность 36-38 недель
4. беременность 12-16 недель
5. беременность 20 недель

58. Какие физические упражнения входят в предродовую гимнастику?

- +1. ходьба с динамическими дыхательными упражнениями
2. простые физические упражнения для конечностей из исходного положения лежа на животе
3. приседания и подскоки в пределах состояния беременной
4. кувырки
5. подтягивания

59. Какие задачи ЛФК при хронических воспалительных заболеваниях женских половых органов?

1. восстановление детородной функции
2. нормализация гормональной функции
- +3. ликвидация остаточных явлений воспалительного процесса в малом тазу
4. улучшение фигуры
5. нормализация веса

60. Какие исходные положения должны быть при ретрофлексии матки?

- +1. коленно-локтевое
2. на правом боку
3. на спине
4. на стуле
5. на животе

61. Какие моменты следует исключить в занятиях специальной лечебной гимнастикой при недержании мочи у женщин?

1. дозированные статические напряжения мышц
- +2. наклоны вперед

3. исходное положение коленно-локтевое
4. изометрические упражнения
5. упражнения с предметами

62. Какие средние сроки сращения отломков после неосложненных переломов трубчатых костей?

1. 1-2 недели
- +2. 3-4 недели
3. пол-года
4. 2 месяца
5. до 7 дней

63. Каковы противопоказания к назначению ЛФК в травматологии?

1. период иммобилизации
2. наличие металлоостеосинтеза
- +3. наличие ложного сустава
4. наличие болей
5. снижение тонуса мышц

64. Какие периоды входят в стационарный этап лечения травматологических больных?

1. острый период
- +2. период восстановительный
3. период реконвалесценции
4. период обострения
5. подострый период

65. Какие методы исследования функции конечностей используют в травматологии?

1. внешний осмотр
2. антропометрия
- +3. гониометрия
4. измерение веса
5. контроль АД

66. Какие особенности в методике ЛФК при повреждении локтевого сустава?

- +1. необходимость ранних движений в локтевом суставе
2. необходимость силовых упражнений
3. необходимость упражнений на вытяжение
4. необходимость использования упражнений с предметами
5. необходимость использования дыхательных упражнений

67. Какие особенности методики ЛФК при травмах локтевого сустава?

- +1. упражнения должны быть только активные
2. упражнения должны быть только пассивные
3. упражнения должны сочетаться с тепловыми процедурами
4. упражнения идеомоторные
5. упражнения на расслабление

68. Какие упражнения противопоказаны в период вытяжения при травмах шейного отдела позвоночника?

1. активные упражнения в дистальных и проксимальных отделах конечностей
- +2. поочередное поднятие прямой ноги
3. поочередные скользящие движения ног

4. дыхательные упражнения
5. упражнения с предметами

69. Какие упражнения противопоказаны в постиммобилизационном периоде при травмах коленного сустава?

1. "велосипед"
2. "ножницы"
- +3. приседания
4. идеомоторные упражнения
5. дыхательные упражнения

70. Каковы особенности методики ЛФК при шейном остеохондрозе в остром периоде?

- +1. исключаются активные движения головой во все стороны
2. исключаются упражнения для мышц шеи на дозированное сопротивление
3. исключаются статические дыхательные упражнения
4. исключаются упражнения на расслабление
5. исключаются упражнения с предметами

71. Какие особенности лечебной гимнастики при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника в остром периоде заболевания?

1. использование вращательных движений тазом
- +2. использование дозированных упражнений на вытяжение позвоночника
3. использование быстрой смены различных исходных положений
4. использование снарядов
5. использование упражнений на расслабление

72. Какие рекомендации необходимы для облегчения состояния больного при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника?

1. исключить тракционное лечение
2. чаще выполнять упражнения на прогибание позвоночника назад
- +3. использовать ватно-марлевые валики под коленями в исходном положении лежа на спине
4. использовать исходное положение на четвереньках
5. использовать исходное положение сидя

73. Какой дефект опорно-двигательного аппарата относят к нарушениям осанки во фронтальной плоскости?

1. круглая спина
2. плоская спина
- +3. асимметрия туловища
4. усиление грудного кифоза
5. сглаженность грудного кифоза

74. Какой дефект опорно-двигательного аппарата относят к нарушениям осанки в сагиттальной плоскости?

- +1. сутулость
2. кривошея
3. сколиоз
4. плоская спина
5. сглаженность грудного кифоза

75. Какие могут быть типичные деформации опорно-двигательного аппарата после перенесенного рахита?

1. косолапость
- +2. килевидная грудная клетка
3. "полая стопа"
4. кривошея
5. асимметрия туловища

76. Какие исходные положения способствуют разгрузке позвоночника?

1. лежа на боку
- +2. на четвереньках
3. стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе
4. сидя на стуле
5. стоя на коленях

77. Что характерно для сколиоза?

- +1. торсия позвонков вокруг вертикальной оси
2. увеличение физиологических изгибов позвоночника
3. асимметрия надплечий
4. наличие дуги искривления
5. сглаженность грудного кифоза

78. Что указывает на торсию позвонков?

- +1. реберное выпячивание
2. воронкообразная грудь
3. сутулость
4. усиление поясничного лордоза
5. сглаженность грудного кифоза

79. Какие упражнения противопоказаны при сколиозе?

1. корригирующие упражнения
2. упражнения в воде
- +3. упражнения, увеличивающие гибкость позвоночника
4. упражнения на растягивание
5. упражнения на расслабление

80. Какой метод используют для уточнения диагноза плоскостопия?

1. пальпация стоп
- +2. плантография стоп
3. измерение длины стопы
4. измерение веса
5. анамнез

## ТЕСТ № 2

Выберите один наилучший ответ на каждый из следующих вопросов или дополните предложение. Правильные варианты ответов приведены в конце раздела.

1. Основным средством ЛФК является:
  - a. физическое упражнение;
  - b. закаливающие процедуры;
  - c. механотерапия;
  - d. трудотерапия.
2. Статические упражнения в ЛФК применяют с целью:

- a. снятия утомления мышц;
  - b. понижения мышечного тонуса;
  - c. нормализации дыхательного акта;
  - d. укрепления мышц, профилактики атрофии мышц.
3. Упражнения на растягивание в ЛФК используют с целью:
- a. развития силы и выносливости мышц;
  - b. понижения мышечного тонуса и снятия утомления;
  - c. укрепления мышц, профилактики атрофии мышц.
4. Корректирующие упражнения направлены на:
- a. восстановление бытовых и профессиональных навыков;
  - b. расширение резервных возможностей организма;
  - c. исправление, нормализацию осанки;
  - d. профилактику контрактур.
5. Осанка – это:
- a. правильное взаиморасположение головы, плеч, лопаток и пр.;
  - b. положение человека при стоянии и сидении;
  - c. привычная поза непринужденно стоящего человека;
  - d. правильная форма позвоночного столба.
6. Какая форма спины диагностируется, если уменьшен физиологический изгиб грудного отдела позвоночника?
- a. круглая;
  - b. кругло-вогнутая;
  - c. плоская;
  - d. сутулая.
7. Кифоз – это:
- a. физиологический изгиб позвоночника выпуклостью вправо;
  - b. физиологический изгиб позвоночника выпуклостью влево;
  - c. физиологический изгиб позвоночника выпуклостью вперед;
  - d. физиологический изгиб позвоночника выпуклостью назад.
8. Какому дефекту осанки характерны следующие нарушения: большой грудной физиологический изгиб, ослабленная спина, грудь вдавлена, плечи свисают, лопатки выдаются, живот выпячен, голова наклонена вперед?
- a. плоской спине;
  - b. круглой спине;
  - c. сколиозу I степени.
9. Лордоз – это физиологический изгиб позвоночника:
- a. вправо;
  - b. влево;
  - c. вперед;
  - d. назад.
10. Какой дефект осанки характеризуют следующие нарушения: таз сильно наклонен вперед и смещен назад, грудной отдел позвоночника сглажен?
- a. круглая спина;
  - b. плоская спина;
  - c. плосковогнутая спина;
  - d. кругло-вогнутая спина.
11. Сколиоз – это:
- a. нарушение осанки в сагиттальной плоскости;
  - b. нарушение осанки во фронтальной плоскости;
  - c. заболевание, вызванное боковым искривлением позвоночника.
12. Наибольшую роль в изменении осанки играют:
- a. плечевой пояс;



- b. позвоночник и таз;
  - c. нижние конечности.
13. С физиологической точки зрения осанка – это:
- a. основная стойка, при которой равновесие тела длительно удерживается без значительного мышечного усилия;
  - b. правильное положение головы, формы позвоночного столба и грудной клетки, состояние плечевого пояса, верхних и нижних конечностей;
  - c. динамический стереотип, который приобретается в течение индивидуального развития и воспитания.
14. Заболевание, характеризующееся понижением артериального давления крови ниже значений 100/60 мм рт. ст., называется:
- a. анемия;
  - b. артериальная гипертензия;
  - c. артериальная гипотензия.
- 30
15. Что не является противопоказанием к назначению ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы?
- a. острая стадия заболевания;
  - b. нарастание сердечной недостаточности;
  - c. осложнения со стороны других органов;
  - d. недостаточность кровообращения.
16. Признаком гипертонии является, когда артериальное давление:
- a. выше 140/90 мм рт. ст.;
  - b. равно 120/80 мм рт. ст.;
  - c. ниже 100/70 мм рт. ст.
17. Какие из перечисленных упражнений противопоказаны при гипертонической болезни?
- a. общеразвивающие упражнения;
  - b. упражнения с задержкой дыхания;
  - c. упражнения на развитие гибкости;
  - d. упражнения на расслабление.
18. Какая одышка характерна для сужения верхних дыхательных путей?
- a. инспираторная (затруднен вдох);
  - b. экспираторная (затруднен выдох);
  - c. смешанная (затруднены обе фазы дыхания).
19. При понижении эластичности легочной ткани и сужении мелких бронхов наблюдается:
- a. инспираторная одышка;
  - b. экспираторная одышка;
  - c. смешанная одышка.
20. Спланхоптоз, это:
- a. опущение желудка;
  - b. опущение органов брюшной полости;
  - c. опущение кишечника.
21. Какой степени ожирения соответствует превышение должной массы тела на 50-100%?
- a. I степени;
  - b. II степени;
  - c. III степени;
  - d. IV степени.
22. Что является противопоказанием к назначению ЛФК при сахарном диабете?
- a. дыхательная недостаточность;
  - b. сердечная недостаточность;

- с. ишемическая болезнь сердца (III-IV функциональные классы).
23. Какой метод лечения не используется при травмах опорно-двигательного аппарата?
- фиксации и вытяжения;
  - операция;
  - интенсивной нагрузки.
24. Полное или частичное нарушение целостности кости, это:
- перелом;
  - ушиб;
  - вывих.
25. Атрофия, это:
- заболевание, характеризующееся снижением количества гемоглобина в крови;
  - изменения функции ткани и уменьшение ее жизнеспособности;
  - уменьшение в объеме органов и тканей вследствие гибели клеточных и тканевых элементов.
26. При какой степени ожогов в толще эпидермиса образуются пузырьки с серозной жидкостью?
- I степени;
  - II степени;
  - III степени;
  - IV степени.
27. Аутодермопластику применяют при лечении ожогов:
- III A степени;
  - II степени;
  - III B и IV степени.
28. В классификации отморожений выделяют:
- II степени;
  - V степеней;
  - III степени;
  - IV степени.
29. Детский церебральный паралич (ДЦП) является:
- прогрессирующим заболеванием;
  - не прогрессирующим заболеванием;
  - медленно прогрессирующим.
30. В отечественной классификации ДЦП выделяют:
- V форм заболевания;
  - IV формы заболевания;
  - III формы заболевания;
  - II формы заболевания.
31. Что из нижеследующего не является абсолютным противопоказанием к назначению массажа?
- гангрена;
  - активная форма туберкулеза;
  - воспаление лимфатических сосудов и узлов;
  - злокачественные болезни крови.
32. Гигиеническая норма температуры воздуха в кабинете массажа:
- 18-20°C;
  - 20-22°C;
  - 22-24°C;
  - 24-26°C.
33. Стандартная кушетка для массажа имеет длину:
- 170-180 см;
  - 180-190 см;

- c. 190-200 см;
  - d. 220 см.
34. Продолжительность общего массажа в среднем должна составлять:
- a. 15-25 мин.;
  - b. 30-45 мин.;
  - c. 50-60 мин.;
  - d. 70-85 мин.
35. Сколько времени при общем массаже отводится на выполнение приема разминание?
- a. 40%;
  - b. 50%;
  - c. 60%.
36. Сколько времени при общем массаже отводится на выполнение приема растирание?
- a. 30%;
  - b. 40%;
  - c. 50%.
37. Вибрация, как прием массажа, это:
- a. манипуляция, при которой массирующая рука никогда не скользит по коже;
  - b. манипуляции, при которых массирующая рука скользит по коже;
  - c. манипуляции, при которой массирующая рука передает телу массируемого колебательные движения.
38. Растирание, как прием массажа, это:
- a. манипуляция, при которой массирующая рука никогда не скользит по коже, а смещает ее;
  - b. манипуляция, при которой массирующая рука скользит по коже, не смещая ее;
  - c. манипуляция, при которой массирующая рука передает телу пациента колебательные движения.
39. Как называется дополнительный прием растирания, выполняемый лучевым краем кисти с участием одной или обеих рук попеременно?
- a. круговое;
  - b. спиралевидное;
  - c. пересекание;
  - d. пиление.
40. Штрихование, как дополнительный прием массажа, направлен на:
- a. вибрацию;
  - b. растирание;
  - c. разминание.
41. Какой прием массажа выполняется на конечностях с ее фиксацией?
- a. сотрясение;
  - b. встряхивание;
  - c. рубление.
42. Пиление и строгание – это дополнительные приемы:
- a. разминания;
  - b. поглаживания;
  - c. растирания.
43. Какой вид массажа оказывает воздействие на костные поверхности и надкостницу?
- a. периостальный;
  - b. соединительнотканый;
  - c. точечный.
44. Какой вид массажа оказывает воздействие на подкожные ткани?

- a. периостальный;
  - b. соединительнотканый;
  - c. точечный.
45. Основной физиологический эффект массажа поглаживанием:
- a. нейроседативный;
  - b. релаксация;
  - c. стимулирующий;
  - d. периферическая вазогиперемия.
46. Основной физиологический эффект массажа растиранием:
- a. нейроседативный;
  - b. релаксация;
  - c. стимулирующий;
  - d. периферическая вазогиперемия.
47. Основной физиологический эффект массажа разминанием:
- a. нейроседативный;
  - b. релаксация;
  - c. стимулирующий;
  - d. периферическая вазогиперемия.
48. Основной физиологический эффект массажа вибрацией:
- a. нейроседативный;
  - b. релаксация;
  - c. стимулирующий;
  - d. периферическая вазогиперемия.

Правильные ответы

- 1. a 9. c 17. b 25. c 33. c 41. b
- 2. d 10. c 18. a 26. b 34. c 42. c
- 3. b 11. c 19. b 27. c 35. b 43. a
- 4. c 12. b 20. b 28. d 36. b 44. b
- 5. c 13. c 21. c 29. b 37. c 45. a
- 6. c 14. c 22. c 30. a 38. a 46. d
- 7. d 15. d 23. c 31. c 39. c 47. c
- 8. b 16. a 24. a 32. b 40. b 48. b

### **СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ.**

1. Больной К., 59 лет, с диагнозом ИБС: острый Q-инфаркт миокарда в области нижней стенки левого желудочка. Гипертоническая болезнь III ст., риск IV. 12-й день госпитализации. При проведении малонагрузочного тестирования отмечается неадекватная реакция ЧСС и АД на тест с гипервентиляцией. Ваши действия по изменению двигательного режима.
2. Больной В., 65 лет, с диагнозом ИБС: острый Q-инфаркт миокарда в области нижней стенки левого желудочка. Трепетание предсердий. Гипертоническая болезнь III ст., риск IV. 4-е сутки госпитализации. Ваши действия.
3. Больная И., 62 лет, с диагнозом ИБС: острый Q-инфаркт миокарда переднераспространенной локализации. Гипертоническая болезнь III ст., риск IV. При проведении малонагрузочного тестирования отмечается адекватная реакция ЧСС и АД на тесты с комфортным апноэ и гипервентиляцией, но зафиксирована не адекватная реакция на ортостатический тест. Ваши действия по изменению двигательного режима.
4. Больной И., 45 лет, с диагнозом ИБС: острый не Q-инфаркт миокарда переднераспространенной локализации. НК I /KILLIP I/. ФК I /NYHA/. 3-й день госпитализации. После проведения теста с комфортным апноэ отмечена адекватная реакция ЧСС и АД. Ваши дальнейшие действия.

5. Больная И., 68 лет, с диагнозом ИБС: острый Q-инфаркт миокарда переднераспространенной локализации. Гипертоническая болезнь III ст., риск IV. НК II А /KILLIP I/. ФК 3 /NYHA/. Сахарный диабет 2 типа, средней степени тяжести, в стадии декомпенсации. 5-е сутки госпитализации. Ваши действия.

6. Опишите позу покоя, характерную для доношенного здорового ребенка первых недель жизни, и характерные динамические движения в этом возрасте в положении «лежа на спине»

## **ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ВОПРОСЫ**

1. Исторические этапы развития школ массажа. Основоположники массажа в России и зарубежных странах.
2. Физиологические эффекты массажа в разных системах органов.
3. Гигиенические требования к проведению массажных процедур.
4. Понятие о гигиене поз и движений массажиста.
5. классификация видов массажа: сравнительная характеристика различных видов.
6. Общие правила выполнения массажиста.
7. Показания и противопоказания к проведению массажа.
8. реакция организма на массаж (общие и локальные).
9. Приемы массажа. Поглаживание: виды (приемы), физиологические эффекты.
10. Особенности поглаживания спины, ягодиц, конечностей.
11. Методические рекомендации к выполнению поглаживания.
12. Растирание: физиологические эффекты, техника выполнения, приемы.
13. Вспомогательные приемы растирания: области применения.
14. Методические рекомендации к выполнению растирания.
15. Разминание: техника выполнения, воздействия на организм, классификация приемов.
16. Основные приемы разминания: технические особенности, области применения.
17. Дополнительные приемы разминания: особенности области применения.
18. Вибрация: техника выполнения, механизм и эффекты воздействия на организм.
19. Классификация приемов вибрации.
20. Методические указания к использованию вибрации в массаже.
21. Основные и вспомогательные приемы вибрации: область применения.
22. Способы выполнения массажных приемов.
23. Применение законов биомеханики в ходе массажной процедуры (закон угла воздействия, закон круговых движений, закон костных рычагов).
24. Неспецифические массажные тесты: диагностическое значение.
25. План построения процедуры (основные этапы) и курса лечения (периоды).
26. Понятие о характере массажа (сила, темп и продолжительность воздействия). Особенности спортивного массажа.
27. Гигиена массажа. Виды смазывающих веществ.
28. Массаж спины: показания, алгоритм процедуры, приемы.
29. Массаж грудной клетки: показания, способы выполнения приемов, акценты воздействия.
30. Алгоритм массажа живота: показания, последовательность приемов.
31. Специфические приемы для стимуляции и расслабления брюшной стенки.
32. Массаж волосистой части головы: показания, техника и особенности выполнения, приемы.
33. Массаж шеи: показания, приемы, техника выполнения.
34. Массаж воротниковой зоны: приемы, техника выполнения, показания к проведению.
35. Массаж верхних конечностей: показания, техника и последовательность выполнения основных приемов.
36. Массаж нижних конечностей: показания, план и способы выполнения приемов.
37. Виды мышечного гипертонуса: отличительные способности.

38. Понятие мышечно-фистального рилиза: приемы, техника выполнения, реакции организма на воздействие.
39. Мышечно-фасциальный рилиз спины, крестца, субокципитальный.
40. Триггерные пункты (точки): понятие, принципы лечения.
41. Контрактуры: понятие, классификация, массажа.
42. Принципы массажа при сколиозе нарушении осанки и сколиозе.
43. Особенности массажа при ушибах и вывихах суставов.
44. Особенности массажа при переломах костей конечностей.
45. Особенности массажа при переломе костей таза.
46. Особенности массажа при переломах позвоночника.
47. Задачи и методика массажа при шейно-грудном остеохондрозе.
48. Задачи и методика массажа при пояснично-крестцовом остеохондрозе.
49. Методика массажа при гипертонической болезни.
50. Применение массажа в комплексной терапии варикозной болезни вен.

**4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.**

Знания, умения, навыки студента на экзамене оцениваются оценками: *«отлично»*, *«хорошо»*, *«удовлетворительно»*, *«неудовлетворительно»*.

Основой для определения оценки служит уровень усвоения студентами материала, предусмотренного данной рабочей программой

**Оценивание студента на экзамене по дисциплине**

Оценка экзамена (стандартная)	Требования к знаниям
«отлично» («компетенции освоены полностью»)	Оценка «отлично» выставляется студенту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
«хорошо» («компетенции в основном освоены»)	Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

<p>«удовлетворительно» («компетенции освоены частично»)</p>	<p>Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.</p>
<p>«неудовлетворительно» («компетенции не освоены»)</p>	<p>Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.</p>