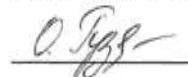


Департамент внутренней и кадровой политики Белгородской области  
Областное государственное автономное профессиональное образовательное  
учреждение «Белгородский педагогический колледж»  
(ОГАПОУ «БПК»)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по УР

 О.В.Гузеева

«30» августа 2019г.

## **Комплект контрольно-оценочных средств**

по учебной дисциплине

**«Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры  
и массажа»**

специальность

**49.02.02 Адаптивная физическая культура**

г. Белгород 2019

**Разработчики:**

ОГАПОУ БПК

преподаватель

И.И. Бабичева

**Эксперты<sup>1</sup>:**

---

(место работы)

---

(занимаемая должность)

---

(инициалы, фамилия)

---

(место работы)

---

(занимаемая должность)

---

(инициалы, фамилия)

## 2. Освоение умений и усвоение знаний (текущий контроль):

Освоенные умения, усвоенные знания	Показатели оценки результата	№№ заданий для проверки
1	2	3
<b>Уметь</b> взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты	способность понимать и применять знания по невропатологии при взаимодействии с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты	уст. №1. письм. №2. письм. №4 уст. №3. письм. №6. уст. №5. +кроссворд
проводить простейшие функциональные пробы	умение проводить простейшие функциональные пробы	уст. №5. письм. 6. +кроссворд
под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (ЛФК)	наличие приобретенных студентом навыков и умений проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (ЛФК)	уст. №3. письм. №4. +кроссворд
использовать основные приемы массажа и самомассажа.	умение применять полученные знания при использовании основных приемов массажа и самомассажа	уст. №4. письм. №4. уст №5. письм. № 6. +кроссворд
<b>Знать</b> цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой	владеть основными понятиями о целях, задачах и содержании врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой	уст №1. письм. №2. +кроссворд
назначение и методику проведения простейших функциональных проб	знать основные принципы назначения и методику проведения простейших функциональных проб	уст. №4. письм. №4. уст №5. письм. № 6. +кроссворд
значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений	владеть знаниями о значении ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений	уст. №7. письм. №8. +кроссворд
средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК	применять знания о средствах, формах и методиках занятий ЛФК, классификации физических упражнений в ЛФК	письм. №4. уст. №3. +кроссворд
дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК	знать дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК	письм. №6. уст. №5. +кроссворд
показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК	уметь классифицировать показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК	письм. №6. уст. №5. +кроссворд

основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	владеть знаниями об основах методик ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	уст №9. письм. № 10. уст №11. письм. № 11. уст №13. письм. № 14. уст №15. письм. № 16. уст №17. письм. № 18. уст №25. письм. № 28. уст №27. письм. № 30. уст №29. письм. №32. уст. №31. уст №19. письм. № 20. уст. №21. письм. №22. +кроссворд
методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста	знать методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста	письм. №6. уст. №5. письм. №2. уст. №1. письм. №4. уст. №3. +кроссворд
особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе	знать особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, которые отнесены к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе	уст №29. письм. № 30. уст. №5. письм. №6. уст. №21. письм. № 22. уст. №23. письм. №24. +кроссворд
понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм	владеть знаниями о понятии «массаж», физиологических механизмах влияния массажа на организм	уст. №1. письм №2. +кроссворд
основные виды и приемы массажа	знать основные виды и приёмы массажа	уст. № 19. уст. №21. письм. №20. письм. №21. +кроссворд

### 3. Комплект материалов для оценки сформированности знаний и умений по учебной дисциплине

Условия выполнения задания:

- выполнение заданий происходит в аудитории в реальном времени;
- используемое оборудование: шариковая ручка и бумажный носители;
- плакаты и таблицы.

#### Задание № 1.

**Вопросы по теме: «Основы врачебного контроля при занятиях ЛФК» В-1.**

1. Дайте определение ЛФК
2. Кем назначаются занятия ЛФК?
3. Что учитывается при выборе ЛФК, средств и методик?
4. Что является главной ценностью жизни человека?

5. Какие средства вы знаете в ЛФК?
6. Что такое врачебный контроль?
7. Что входит в обязанности врача-специалиста по ЛФК?
8. Что такое травма?
9. Что такое заболевание?
10. Как влияют упражнения ЛФК на центральную нервную систему?

## **В-2.**

1. Как называется лечебный метод, основным средством которого являются физические упражнения, применяемые с лечебной и лечебно-профилактической целью при травмах и различных заболеваниях?
2. Кем назначается занятия ЛФК?
3. Что учитывается при выборе ЛФК, средств и методик?
4. Что является главной ценностью жизни человека?
5. Средствами ЛФК являются...?
6. Как называется система медицинских исследований, проводимых совместно врачом и тренером, для определения воздействия тренировочных нагрузок на организм занимающегося?
7. Что входит в обязанности врача-специалиста по ЛФК?
8. Что такое физическое повреждение организма под воздействием внешних факторов?
9. Как называется процесс, в котором происходит нарушение нормальной жизнедеятельности организма, возникающее под действием вредных для него факторов?
10. Упражнения ЛФК влияют на центральную нервную систему?

## **Задание № 2.**

**Тест по теме: «Основы врачебного контроля при занятиях ЛФК»**

### **В-1**

#### **1. Что такое «ЛФК»?**

- а) лечебные факторы, такие как гимнастические физические упражнения, физические упражнения в воде, ходьба, занятия на тренажерах
- б) часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья
- в) наука о здоровье, отрасль медицины, изучающая влияние разнообразных факторов внешней среды (природных и бытовых условий, общественных производственных отношений) на здоровье человека
- г) метод лечения, профилактики и реабилитации заболеваний, который заключается в применении специально подобранных физических упражнений и постановке правильного дыхания

#### **2. Какова главная ценность в жизни?**

- а) деньги
- б) здоровье
- в) путешествие
- г) красота

#### **3. Кем назначаются занятия ЛФК?**

- а) актером
- б) водителем
- в) врачом
- г) сантехником

#### **4. Дайте определение понятию «средства ЛФК».**

- а) лечебные факторы, такие как гимнастические физические упражнения, физические упражнения в воде, ходьба, занятия на тренажерах
- б) часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья
- в) наука о здоровье, отрасль медицины, изучающая влияние разнообразных факторов внешней среды (природных и бытовых условий, общественных производственных отношений) на здоровье человека
- г) метод лечения, профилактики и реабилитации заболеваний, который заключается в применении специально подобранных физических упражнений и постановке правильного дыхания

#### **5. Что учитывают при выборе средств и методик ЛФК?**

- а) размер туловища, головы, длина шага пациента
- б) особенности заболевания и состояние пациента в данный момент
- в) возраст и вес пациента
- г) пол и возраст пациент

#### **6. Что такое «Врачебный контроль»?**

- а) лечебные факторы, такие как гимнастические физические упражнения, физические упражнения в воде, ходьба, занятия на тренажерах
- б) часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья
- в) система медицинских исследований, проводимых совместно врачом и тренером (преподавателем), для определения воздействия тренировочных нагрузок на организм занимающегося.
- г) метод лечения, профилактики и реабилитации заболеваний, который заключается в применении специально подобранных физических упражнений и постановке правильного дыхания

#### **7. Что такое «Физкультура»?**

- а) лечебные факторы, такие как гимнастические физические упражнения, физические упражнения в воде, ходьба, занятия на тренажерах
- б) часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья
- в) наука о здоровье, отрасль медицины, изучающая влияние разнообразных факторов внешней среды (природных и бытовых условий, общественных производственных отношений) на здоровье человека
- г) метод лечения, профилактики и реабилитации заболеваний, который заключается в применении специально подобранных физических упражнений и постановке правильного дыхания

#### **8. Основными формами ЛФК являются.....?**

- а) утренняя гимнастика, физические упражнения, прогулки и т.д.
- б) лечение таблетками, массажи и отдых
- в) отдых на кровати и здоровое питание
- г) здоровое питание, отдых, лечение таблетками и массажи.

### **9. Влияют ли упражнения ЛФК на ЦНС?**

- а) да
- б) нет
- в) не всегда
- г) в зависимости от упражнений

### **10. В каких направлениях широко используют ЛФК?**

- а) в травматологии, ортопедии, пульмонологии
- б) в комплексном лечении различной патологии у детей (заболевания сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы, ревматизм).
- в) при заболеваниях органов пищеварения (гастриты, колиты, запоры, язвенная болезнь, болезнь печени и желчевыводящих путей)
- г) во всех перечисленных

## **В-2**

### **1. Что учитывается при выборе средств и методик в ЛФК?**

- а) размер туловища, головы, длина шага пациента
- б) особенности заболевания и состояние пациента в данный момент
- в) возраст и вес пациента
- г) пол и возраст пациент

### **2. Что такое «Врачебный контроль»?**

- а) лечебные факторы, такие как гимнастические физические упражнения, физические упражнения в воде, ходьба, занятия на тренажерах
- б) часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья
- в) система медицинских исследований, проводимых совместно врачом и тренером (преподавателем), для определения воздействия тренировочных нагрузок на организм занимающегося.
- г) метод лечения, профилактики и реабилитации заболеваний, который заключается в применении специально подобранных физических упражнений и постановке правильного дыхания

### **3. Что являются главной ценностью в жизни человека?**

- а) деньги
- б) здоровье
- в) путешествие
- г) красота

### **4. Кем назначается занятия ЛФК?**

- а) актером
- б) водителем
- в) врачом
- г) сантехником

### **5. Основными формами ЛФК являются....?**

- а) утренняя гимнастика, физические упражнения, прогулки и т.д.
- б) лечение таблетками, массажи и отдых
- в) отдых на кровати и здоровое питание
- г) здоровое питание, отдых, лечение таблетками и массажи.

## **6. Влияют ли упражнения ЛФК на ЦНС?**

- а) да
- б) нет
- в) не всегда
- г) в зависимости от упражнений

## **7. В каких направлениях широко используют ЛФК?**

- а) в травматологии, ортопедии, пульмонологии
- б) в комплексном лечении различной патологии у детей (заболевания сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы, ревматизм).
- в) при заболеваниях органов пищеварения (гастриты, колиты, запоры, язвенная болезнь, болезнь печени и желчевыводящих путей)
- г) во всех перечисленных

## **8. Дайте определение «ЛФК»?**

- а) лечебные факторы, такие как гимнастические физические упражнения, физические упражнения в воде, ходьба, занятия на тренажерах
- б) часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья
- в) наука о здоровье, отрасль медицины, изучающая влияние разнообразных факторов внешней среды (природных и бытовых условий, общественных производственных отношений) на здоровье человека
- г) метод лечения, профилактики и реабилитации заболеваний, который заключается в применении специально подобранных физических упражнений и постановке правильного дыхания

## **9. Что такое «средства ЛФК»?**

- а) лечебные факторы, такие как гимнастические физические упражнения, физические упражнения в воде, ходьба, занятия на тренажерах
- б) часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья
- в) наука о здоровье, отрасль медицины, изучающая влияние разнообразных факторов внешней среды (природных и бытовых условий, общественных производственных отношений) на здоровье человека
- г) метод лечения, профилактики и реабилитации заболеваний, который заключается в применении специально подобранных физических упражнений и постановке правильного дыхания

## **10. Что такое «Физкультура»?**

- а) лечебные факторы, такие как гимнастические физические упражнения, физические упражнения в воде, ходьба, занятия на тренажерах
- б) часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья
- в) наука о здоровье, отрасль медицины, изучающая влияние разнообразных факторов внешней среды (природных и бытовых условий, общественных производственных отношений) на здоровье человека
- г) метод лечения, профилактики и реабилитации заболеваний, который заключается в применении специально подобранных физических упражнений и постановке правильного дыхания



### **Задание № 3.**

**Вопросы по теме: «Средства, формы и методы занятий ЛФК»**

#### **В -1**

- 1.Как вы понимаете термин «ЛФК»?
- 2.Перечислите формы ЛФК.
- 3.Назовите средства ЛФК.
- 4.Назовите методы занятий ЛФК.
- 5.В каких учреждениях здравоохранения проводятся занятия ЛФК?

#### **В -2**

- 1.Назовите цели и задачи занятий ЛФК.
- 2.Назовите отличия занятий ЛФК от занятий спортом.
- 3.Какие науки тесно взаимосвязаны с ЛФК?
- 4.Каких дидактических принципов необходимо придерживаться при занятиях ЛФК?
- 5.На кого возлагается организация всей работы по ЛФК?

### **Задание № 4.**

**Тест по теме: «Средства, формы и методы занятий ЛФК»**

#### **Вариант I**

**1.Восстановлением утраченных функций с помощью специальных аппаратов называется...**

- а) трудотерапия
- б) механотерапия
- в) терренкур
- г) плавание

**2.Основными формами проведения занятий ЛФК являются:**

- а) утренняя гигиеническая гимнастика
- б) прогулки
- в) лечебная гимнастика
- г) все утверждения верны

**3.Выберите дополнительное средство ЛФК**

- а) физические упражнения;
- б) природные факторы;
- в) трудотерапия;
- г) лечебный массаж.

**4. Лечебная физическая культура – это...**

- а) профессиональные занятия спортом
- б) косметические процедуры
- в) метод лечения, состоящий в применении физических упражнений и естественных факторов природы к больному человеку с лечебно-профилактическими целями
- г) уроки физической культуры в школе

**5. Основной целью ЛФК является:**

- а) похудение
- б) очищение организма от шлаков и токсинов
- в) организация досуга
- г) лечение или профилактика болезней

**6. Что общего в ЛФК и спорте:**

- а) использование физических упражнений
- б) выезды на соревнования
- в) трансляция занятий по телевидению
- г) ничего

**7. Терренкур – это...**

- а) вид плавания
- б) дозированное восхождение
- в) стиль танцев
- г) катание на коньках

**8. Гидрокинезотерапия – это...**

- а) лечебная гимнастика в бассейне
- б) ходьба на лыжах
- в) катание на лодке
- г) катание на лошадях

**9. Выберите лишнее из противопоказаний к ЛФК**

- а) высокая температура
- б) интоксикация
- в) кровотечение
- г) сколиоз

**10. Выберите лишнее из обязанностей врача ЛФК**

- а) проводить осмотр больных
- б) определять методику проведения занятий
- в) посещать занятия ЛФК один раз в месяц
- г) контролировать работу методистов-инструкторов

**Вариант 2**

**1. Лечебная физическая культура – это...**

- а) косметические процедуры
- б) профессиональные занятия спортом
- в) уроки физической культуры в школе
- г) метод лечения, состоящий в применении физических упражнений и естественных факторов природы к больному человеку с лечебно-профилактическими целями

**2. Основной целью ЛФК является:**

- а) лечение или профилактика болезней
- б) очищение организма от шлаков и токсинов
- в) организация досуга
- г) похудение

**3. Восстановлением утраченных функций с помощью специальных аппаратов называется...**

- а) трудотерапия
- б) терренкур
- в) механотерапия
- г) плавание

**4. Терренкур – это...**

- а) вид плавания
- б) катание на коньках
- в) стиль танцев
- г) дозированное восхождение

**5. Что общего в ЛФК и спорте:**

- а) трансляция занятий по телевидению
- б) выезды на соревнования
- в) использование физических упражнений
- г) ничего

**6. Основными формами проведения занятий ЛФК являются:**

- а) утренняя гигиеническая гимнастика
- б) прогулки
- в) лечебная гимнастика
- г) все утверждения верны

**7. Гидрокинезотерапия – это...**

- а) катание на лодке
- б) ходьба на лыжах
- в) лечебная гимнастика в бассейне
- г) катание на лошадях

**8. Выберите лишнее из обязанностей врача ЛФК**

- а) посещать занятия ЛФК один раз в месяц
- б) определять методику проведения занятий
- в) проводить осмотр больных
- г) контролировать работу методистов-инструкторов

**9. Выберите лишнее из противопоказаний к ЛФК**

- а) высокая температура
- б) сколиоз
- в) кровотечение
- г) интоксикация

**10. Выберите дополнительное средство ЛФК**

- а) физические упражнения
- б) трудотерапия
- в) природные факторы
- г) лечебный массаж

### **Задание № 5.**

**Вопросы по теме: «Дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК. Показания и противопоказания при назначении ЛФК»**

#### **В-1**

1. По каким признакам классифицируют гимнастические упражнения в лечебной гимнастике?
2. Для чего некоторые занятия ЛФК проводят под музыку?
3. Какими свойствами обладают занятия ЛФК в воде и бассейне?
4. Какие методы существуют в ЛФК? (охарактеризовать)
5. Как определяется дозирование физической нагрузки в разных формах ЛФК?
6. При каких заболеваниях применяют занятия ЛФК?
7. Можно ли беременным женщинам заниматься ЛФК?
8. При каких противопоказаниях нельзя заниматься ЛФК?

#### **В -2**

1. Что такое ЛФК?
2. Входит ли ЛФК в раздел медицины? (пояснить)
3. В какие разделы входит термин ЛФК?
4. От каких условий и факторов зависит физическая нагрузка пациента во время занятий ЛФК?
5. Какова пороговая величина интенсивности занятия ЛФК?
6. От чего зависит эффективность занятий ЛФК?
7. От чего зависит выбор средств на занятиях ЛФК?
8. Какими свойствами обладают занятия ЛФК в воде и бассейне?

### **Задание № 6.**

**Тест по теме: «Дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК. Показания и противопоказания при назначении ЛФК»**

#### **Вариант-1**

##### **1. Как расшифровывается аббревиатура ЛФК?**

- А) лечебно-физиотерапевтическая категория
- Б) лакто функциональные критерии
- В) лечебно-физиологический комплекс
- Г) лечебная физическая культура

##### **2. Какие разделы входят в ЛФК?**

- А) медицина
- Б) физика
- В) образование
- Г) культура

**3. Сколько частей входит в занятие ЛФК?**

- А) 1
- Б) 2
- В) 3
- Г) 4

**4. Какие функциональные пробы проводят при назначении ЛФК?**

- А) пробу с приседанием, велоэргометрию, ортостатические и другие тесты.
- Б) стойку на руках, гибкость позвоночного столба.
- В) стойку на лопатках, пресс.
- Г) 30' бег.

**5. Какие методы входят в ЛФК?**

- А) совместный, универсальный
- Б) лечебный, вспомогательный
- В) индивидуальный, групповой
- Г) нравственный, систематический

**6. Сколько длится индивидуальная процедура ЛФК?**

- А) 3-6 мин.
- Б) 20-25 мин.
- В) 10-15 мин.
- Г) 5-10 мин.

**7. Какие ИП существуют в ЛФК?**

- А) лежа
- Б) сидя
- В) стоя
- Г) все ответы верны

**8. Какие упражнения включает вводная часть занятия ЛФК?**

- А) наиболее сложные чтобы в последующем больной быстрее вернулся в состояние покоя
- Б) наиболее простые подготавливающие организм больного к физической нагрузке.
- В) более двигательные и подвижные для оказания большего лечебного действия
- Г) в водной части за больного все делает инструктор по ЛФК

**9. С какого дня назначают занятия ЛФК?**

- А) с 5 дня лечения
- Б) с 1 дня лечения
- В) после выздоровления
- Г) по желанию больного

**10. Как определяется методика применения физических упражнений?**

- А) состоянием больного
- Б) терапевтическими задачами
- В) возрастом и степенью тренированности
- Г) все ответы верны

**11.Какая температура воды способствует расслаблению мышц?**

- А) 25-27°
- Б) 34—36°
- В) мышцы расслабляются в воде не зависимо от температуры воды
- Г) 36-40°

**12. Какие существуют дидактические принципы физической тренировки?**

- А) повторность, регулярность и длительность воздействия, постепенность повышения физической нагрузки, всесторонность воздействия с помощью упражнений для разных групп мышц; доступность упражнения в соответствии с индивидуальными особенностями больного.
- Б) физические упражнения, естественные факторы природы
- В) игровой, спортивный, тренировочный
- Г) целенаправленность, научность, последовательность

**13.Какие спортивные игры могут входить в формы ЛФК?**

- А) прятки, краски, два мороза
- Б) только сюжетные игры
- В) волейбол, настольный и большой теннис, бадминтон и др.
- Г) в ЛФК могут входить любые игры

**14.Какие гимнастические упражнения классифицируют по характеру целевой направленности?**

- А) дыхательные, на координацию движений, на равновесие, корригирующие и др.
- Б) общеразвивающие упражнения
- В) специальные беговые упражнения
- Г) все выше перечисленные упражнения

**15.Какие действия учитывают при назначении ЛФК?**

- А) рефлекторные
- Б) корригирующие
- В) активные с пассивные
- Г) стимулирующее и общеукрепляющее действия

**Вариант-2**

**1.Какие упражнения включает вводная часть занятия ЛФК?**

- А) наиболее сложные чтобы в последующем больной быстрее вернулся в состояние покоя
- Б) наиболее простые подготавливающие организм больного к физической нагрузки
- В) более двигательные и подвижные для оказания большего лечебного действия
- Г) в водной части за больного все делает инструктор по ЛФК

**2. Какие разделы входят в ЛФК?**

- А) медицина
- Б) физика
- В) образование
- Г) культура

**3. Какие существуют дидактические принципы физической тренировки?**

- А) повторность, регулярность и длительность воздействия, постепенность повышения физической нагрузки, всесторонность воздействия с помощью упражнений для разных групп мышц; доступность упражнения в соответствии с индивидуальными особенностями больного
- Б) физические упражнения, естественные факторы природы
- В) игровой, спортивный, тренировочный
- Г) целенаправленность, научность, последовательность

**4. Какие функциональные пробы проводят при назначении ЛФК?**

- А) пробу с приседанием, велоэргометрию, ортостатические и другие тесты
- Б) стойку на руках, гибкость позвоночного столба
- В) стойку на лопатках, пресс
- Г) 30' бег

**5. Как расшифровывается аббревиатура ЛФК?**

- А) лечебно-физиотерапевтическая категория
- Б) лакто функциональные критерии
- В) лечебно-физиологический комплекс
- Г) лечебная физическая культура

**6. Какая температура воды способствует расслаблению мышц?**

- А) 25-27°
- Б) 34—36°
- В) мышцы расслабляются в воде не зависимо от температуры воды
- Г) 36-40°

**7. Какие спортивные игры могут входить в формы ЛФК?**

- А) прятки, краски, два мороза
- Б) только сюжетные игры
- В) волейбол, настольный и большой теннис, бадминтон и др.
- Г) в ЛФК могут входить любые игры

**8. Какие методы входят в ЛФК?**

- А) совместный, универсальный
- Б) лечебный, вспомогательный
- В) индивидуальный, групповой
- Г) нравственный, систематический

**9. Сколько частей входит в занятие ЛФК?**

- А) 1
- Б) 2
- В) 3
- Г) 4

**10. Какие гимнастические упражнения классифицируют по характеру целевой направленности?**

- А) дыхательные, на координацию движений, на равновесие, корригирующие и др.
- Б) общеразвивающие упражнения
- В) специальные беговые упражнения
- Г) все выше перечисленные упражнения

**11. Какие ИП существуют в ЛФК?**

- А) лежа
- Б) сидя
- В) стоя
- Г) все ответы верны

**12. Сколько длится индивидуальная процедура ЛФК?**

- А) 3-6 мин.
- Б) 20-25 мин.
- В) 10-15 мин.
- Г) 5-10 мин.

**13. С какого дня назначают занятия ЛФК?**

- А) с 5 дня лечения
- Б) с 1 дня лечения
- В) после выздоровления
- Г) по желанию больного

**14. Какие действия учитывают при назначении ЛФК?**

- А) рефлекторные
- Б) корректирующие
- В) активные с пассивными
- Г) стимулирующее и общеукрепляющее действия

**15. Как определяется методика применения физических упражнений?**

- А) состоянием больного
- Б) терапевтическими задачами
- В) возрастом и степенью тренированности
- Г) все ответы верны

**Задание № 7.**

**Вопросы по теме: «Основы ЛФК. Методические особенности проведения занятий»**

**В -1.**

- 1) Дайте определение понятию ЛФК.
- 2) Расскажите, для чего применяется ЛФК?
- 3) Кем назначается ЛФК?
- 4) Дайте определение понятию «упражнение».
- 5) Какое вам известно основное средство ЛФК?

**В -2.**

1. Дайте определение понятию «средства ЛФК».
2. Что является основными формами ЛФК?
3. Дайте определение понятию «спорта» и «физической культуры»
4. Что такое форма ЛФК?
5. Какие методы ЛФК вам известны?



## **Задание № 8.**

### **Тесты по теме: «Основы ЛФК. Методические особенности проведения занятий»**

#### **1. Дайте понятие ЛФК?**

- а) лечебные факторы, такие как гимнастические физические упражнения, физические упражнения в воде, ходьба, занятия на тренажерах
- б) часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья
- в) наука о здоровье, отрасль медицины, изучающая влияние разнообразных факторов внешней среды (природных и бытовых условий, общественных производственных отношений) на здоровье человека
- г) метод лечения, профилактики и реабилитации заболеваний, который заключается в применении специально подобранных физических упражнений и постановке правильного дыхания

#### **2. Какая главная ценность жизни?**

- а) деньги
- б) здоровье
- в) путешествие
- г) красота

#### **3. Кем назначается занятия ЛФК?**

- а) актером
- б) водителем
- в) врачом
- г) сантехником

#### **4. Дайте определение понятию «средства ЛФК»**

- а) лечебные факторы, такие как гимнастические физические упражнения, физические упражнения в воде, ходьба, занятия на тренажерах
- б) часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья
- в) наука о здоровье, отрасль медицины, изучающая влияние разнообразных факторов внешней среды (природных и бытовых условий, общественных производственных отношений) на здоровье человека
- г) метод лечения, профилактики и реабилитации заболеваний, который заключается в применении специально подобранных физических упражнений и постановке правильного дыхания

#### **5. Что учитывают при выборе средств и методик ЛФК?**

- а) размер туловища, головы, длина шага пациента
- б) особенности заболевания и состояние пациента в данный момент
- в) возраст и вес пациента
- г) пол и возраст пациент

#### **6. Что такое гигиена?**

- а) лечебные факторы, такие как гимнастические физические упражнения, физические упражнения в воде, ходьба, занятия на тренажерах

- б) часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья
- в) наука о здоровье, отрасль медицины, изучающая влияние разнообразных факторов внешней среды (природных и бытовых условий, общественных производственных отношений) на здоровье человека
- г) метод лечения, профилактики и реабилитации заболеваний, который заключается в применении специально подобранных физических упражнений и постановке правильного дыхания

## **7.Что такое «Физкультура»?**

- а) лечебные факторы, такие как гимнастические физические упражнения, физические упражнения в воде, ходьба, занятия на тренажерах
- б) часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья
- в) наука о здоровье, отрасль медицины, изучающая влияние разнообразных факторов внешней среды (природных и бытовых условий, общественных производственных отношений) на здоровье человека
- г) метод лечения, профилактики и реабилитации заболеваний, который заключается в применении специально подобранных физических упражнений и постановке правильного дыхания

## **8.Основными формами ЛФК являются....?**

- а) утренняя гимнастика, физические упражнения, прогулки и т.д.
- б) лечение таблетками, массажи и отдых
- в) отдых на кровати и здоровое питание
- г) здоровое питание, отдых, лечение таблетками и массажи.

## **9.Влияют ли упражнения ЛФК на нервную систему?**

- а) да
- б) нет
- в) не всегда
- г) в зависимости от упражнений

## **10. В каких направлениях широко используется ЛФК?**

- а) в травматологии, ортопедии, пульмонологии
- б) в комплексном лечении различной патологии у детей (заболевания сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы, ревматизм).
- в) при заболеваниях органов пищеварения (гастриты, колиты, запоры, язвенная болезнь, болезнь печени и желчевыводящих путей)
- г) во всех перечисленных

## **Задание № 9.**

### **Вопросы по теме: «Основы методики ЛФК при травмах верхних конечностей»**

#### **В -1.**

- 1.Что такое ЛФК?
- 2.С какого дня назначается ЛФК при травмах верхних конечностей?
- 3.Что такое перелом?

4. Назовите виды переломов.
5. Какие явления наблюдаются при переломе верхних конечностей?
6. Что нужно сделать для неподвижности суставов?
7. Какие упражнения включаются в ЛФК при травмах верхних конечностей?

## **В -2**

1. Какие задачи решаются при реабилитации человека с переломом верхних конечностей?
2. Какие методы используют при наступлении атрофии мышц верхних конечностей?
3. С какой целью проводят занятия ЛФК для здоровых людей?
4. Какая процедура ускоряет образование костной мозоли?
5. Врач, к которому обращаются при травме или переломе?
6. Перечислить название костей, входящих в скелет верхних конечностей.
7. Какие исходные положения существуют в занятиях ЛФК?

## **Задание № 10.**

**Тест по теме: «Основы методики ЛФК при травмах верхних конечностей»**

### **1. Как называется врач, который занимается лечением переломов?**

- а) терапевт
- б) хирург
- в) отоларинголог
- г) травматолог

### **2. Что такое перелом?**

- а) полное или частичное нарушение целостности кости
- б) сращение костных функций
- в) все ответы верны конечностей.

### **3. На какой день желательно применять ЛФК при переломах верхних?**

- а) в первый
- б) во второй
- в) в третий
- г) в четвертый

### **4. Каков механизм действия ЛФК при переломах верхних конечностей?**

- а) помогает уменьшить отеки и гематомы уменьшить кровообращение
- б) помогает увеличить боль
- в) помогает увеличить нарушение мышц
- г) помогает нарушению функций, которые наблюдаются после травмы

### **5. Что нужно сделать при открытом переломе верхних конечностей?**

- а) наложить гипс
- б) следует провести хирургическую обработку раны
- в) выполнять упражнения на наращивания и растяжения мышц
- г) выполнять дыхательную гимнастику

**6. Куда нужно обратиться при подозрении на перелом верхних конечностей?**

- а) к врачу
- б) в колледж
- в) к друзьям
- г) к родителям

**7. Как называется полное или частичное нарушение кости?**

- а) перелом
- б) вывих
- в) растяжение
- г) ушиб

**8. Как называется нарушение целостности сустава со смещением суставных костей?**

- а) перелом
- б) вывих
- в) растяжение
- г) ушиб

**9. После снятия гипса больному рекомендуется.....**

- а) покой
- б) ходьба
- в) бег
- г) все ответы верны

### **Задание № 11.**

**Вопросы по теме: «Основы методики ЛФК при переломе таза»**

#### **В – 1**

1. Каковы последствия при переломах таза?
2. С какого дня разрешается лечебная гимнастика при переломах таза?
3. Для каких мышечных групп выполняется лечебная гимнастика?
4. Почему упражнение лягушка является исключением для пациентов с разрывом лонного сочленения?
5. Что в себя включает третий период лечебной гимнастики при переломе таза?

#### **В – 2**

1. Какие упражнения направлены на активизацию кровообращения в конечностях?
2. Какие используются активные упражнения в сочетании с ручной тракцией по оси конечности?
3. Что используется для восстановления подвижности в коленном суставе?
4. Что назначается после снятия вытяжения при переломах таза?
5. Почему нельзя увеличивать давление на суставные поверхности?

## **Задание № 12.**

**Тест по теме: "Основы методики ЛФК при переломах костей таза"**

### **Вариант 1**

**1) С какого дня больной выполняет движение самостоятельно?**

- а) с 4-6
- б) с 2-3
- в) с 1-2
- г) с 5-7

**2) Где может развиваться коксартроз?**

- а) тазобедренный сустав
- б) позвоночник
- в) ноги
- г) руки

**3) Где располагается ягодица?**

- а) плечевой пояс
- б) опорно-двигательный аппарат
- в) оба варианта верны
- г) оба варианта не верны

**4) Как называется в ортопедической практике набор методов для длительного растяжения конечностей либо мышц?**

- а) тракция
- б) мигрень
- в) оба варианта верны
- г) оба варианта не верны

**5) Через какое время следует начинать после перелома дозированную нагрузку на ногу?**

- а) 1-2мес
- б) 4-5мес
- в) 5-6мес
- г) 7-8мес

**6) С какого дня начинают выполнять изометрические напряжения мышц бедра?**

- а) с 10 дня
- б) с 31 дня
- в) с 21дня
- г) с 11дня

**7) Среди сложных переломов костей таза чаще всего встречаются разрыв.....?**

- а) лонного сочленения
- б) переднего полукольца таза

- в) оба варианта верны
- г) оба варианта неверны

**8) Когда следует начинать лечебную гимнастику при переломах костей таза?**

- а) после выведения больного из шока
- б) для выведения больного из шока
- в) вместо выведения больного из шока
- г) все варианты верны

**9) Минуту какое положение начинают поднимать больного при травмах таза?**

- а) сидя
- б) лежа
- в) оба варианта верны
- г) оба варианта верны

**В - 2**

**1) Минуту какое положение начинают поднимать больного при травмах таза?**

- а) сидя
- б) лежа
- в) оба варианта верны
- г) оба варианта верны

**2) Где располагается ягодица?**

- а) плечевой пояс
- б) опорно-двигательный аппарат
- в) оба варианта верны
- г) оба варианта не верны

**3) Где может развиваться коксартроз?**

- а) тазобедренный сустав
- б) позвоночник
- в) ноги
- г) руки

**4) Среди сложных переломов костей таза чаще всего встречаются разрыв....?**

- а) лонного сочленения
- б) переднего полукольца таза
- в) оба варианта верны
- г) оба варианта неверны

**5) С какого дня начинают выполнять изометрические напряжения мышц бедра?**

- |             |             |
|-------------|-------------|
| а) С 10 дня | в) с 21 дня |
| б) С 31 дня | г) С 11 дня |

**6) Как называется в ортопедической практике набор методов для длительного растяжения конечностей либо мышц?**

- а) тракция
- б) мигрень
- в) оба варианта верны
- г) оба варианта не верны

**7) Когда следует начинать лечебную гимнастику у больного при переломах костей таза?**

- а) после выведения больного из шока
- б) для выведения больного из шока
- в) вместо выведения больного из шока
- г) все варианты верны

**8) Дозированную нагрузку на ногу следует начинать через?**

- а) 1-2мес
- б) 4-5мес
- в) 5-6мес
- г) 7-8мес

**9) С какого дня больной при переломе костей таза должен начинать пытаться выполнять движение самостоятельно?**

- а) с 4-6
- б) с 2-3
- в) с 1-2
- г) с 5-7

### **Задание № 13.**

**Вопросы по теме: «Основы методики ЛФК при пневмонии»**

#### **В – 1**

1. Как называется острое инфекционное воспаление нижних дыхательных путей с обязательным вовлечением легочной ткани?
2. Как называется парный орган, занимающий практически всю полость грудной клетки и являющийся главным органом дыхательной системы?
3. Как называется трахеобронхиальный секрет патологически измененный выделяемый при отхаркивании с примесью слюны и секрета слизистой?
4. Как называется неклеточный инфекционный агент, который может воспроизводиться только внутри живых клеток? Паразит клетки.
5. Как называется орган, являющийся частью воздухоносных путей находится ниже трахеи?
6. Как называется путь в котором обеспечивающих функцию внешнего дыхания человека?

7. Как называется система мероприятий, направленных на восстановление здоровья, предупреждение осложнений заболевания и устранение тягостных для больного проявлений болезни?

## **В -2**

1. Как называется высшая ступень живых организмов на Земле?

2. Как называется процесс возникающие в ответ на действие патогенных факторов нарушения нормальной жизнедеятельности, работоспособности, продолжительности жизни организма?

3. Как называется систематический процесс, целью которого является совершенствование физической формы спортсмена в избранном виде деятельности.?

4. Как называется совокупность процессов, которые обеспечивают поступление в организм кислорода и выделение из него углекислого газа ?

5. Как называется метод лечения, состоящий в применении физических упражнений и естественных факторов природы к больному человеку с лечебно-профилактическими целями.?

6. Как называется физиологическое состояние, наступающее вследствие напряженной или длительной деятельности и выражающееся в снижении работоспособности.?

7. Как называется орган позвоночных животных и человека, являющийся частью воздухоносных путей; расположен между гортанью и бронхами?

## **Задание № 14.**

### **Тест по теме: «Основы методики ЛФК при пневмонии»**

#### **1. Что такое пневмония?**

- а) это внезапное появление на коже и слизистых оболочках разнообразных изменений, отличающихся от нормальной кожи по цвету и внешнему виду
- б) острое инфекционное воспаление нижних дыхательных путей с обязательным вовлечением легочной ткани
- в) рефлекторный акт, возникающий обычно от раздражения слизистой оболочки дыхательных путей при воспалительном процессе
- г) совокупность процессов, которые обеспечивают поступление в организм кислорода и выделение из него углекислого газа

#### **2. Что такое дыхание ?**

- а) совокупность процессов, которые обеспечивают поступление в организм кислорода и выделение из него углекислого газа
- б) это внезапное появление на коже и слизистых оболочках разнообразных изменений, отличающихся от нормальной кожи по цвету и внешнему виду
- в) рефлекторный акт, возникающий обычно от раздражения слизистой оболочки дыхательных путей при воспалительном процессе
- г) острое инфекционное воспаление нижних дыхательных путей с обязательным вовлечением легочной ткани

#### **3. Что относится к дыхательным путям?**

- а) бронхи, почки, печень, легкие



- б) трахея, сердце, мозг, гортань
- в) бронхи, трахея, гортань, легкие
- г) Пищевод, желудок, легкие, мозг

**4. Сколько существует разновидностей пневмонии ?**

- а) 3
- б) 1
- в) 2
- г) 4

**5. Какие бывают разновидности пневмонии?**

- а) внебольничная, госпитальная, аспирационная, атипичная
- б) госпитальная, домашняя
- в) госпитальная, аспирационная, атипичная
- г) воздухокапельная

**6. Каковы причины развития пневмонии?**

- а) не здоровая пища
- б) алкоголизм
- в) курение
- г) вирусные инфекции

**7. Каковы основные симптомы пневмонии ?**

- а) понос, кашель, рвота
- б) повышенная t, кашель, мокрота, усталость.
- в) сильная работоспособность, повышенная сила.
- г) головокружение головы, кашель.

**8. Является ли пневмония распространенным заболеванием?**

- а) чрезвычайно распространенным
- б) не распространенным
- в) редко распространенным
- г) распространен в жарких местах

**9. Как зовут преподавателя который ведет у тебя ЛФК?**

- а) Жарикова Тамара Ивановна
- б) Дубина Людмила Александровна
- в) Бабичева Ирина Ивановна
- г) Лангавый Андрей Николаевич

**10. Что такое альвеола?**

- а) вирус
- б) концевая часть дыхательного аппарата в лёгком
- в) рефлекторный акт, возникающий обычно от раздражения слизистой оболочки дыхательных путей при воспалительном процессе
- г) ветви дыхательного горла у высших позвоночных (амниот) и человека.

**Задание № 15.**

**Вопросы по теме: «Основы методики ЛФК бронхиальной астме»**

**В -1.**

1. Дайте определение «бронхиальная астма»

2. Какие основные признаки приступа бронхиальной астмы?
3. Какие виды бронхиальной астмы вы знаете?
4. Является ли стресс возбудитель астмы?
5. Может ли сигаретный дым обострить симптомы астмы?
6. Каковы симптомы аллергической бронхиальной астмы?
7. Сколько существуют степеней тяжести при заболевании бронхиальной астме?

## **В -2**

1. Может ли сигаретный дым обострить симптомы астмы?
2. Помогает ли ЛФК при лечении бронхиальной астмы?
3. Что такое бронхит?
4. Какие дыхательные пути вы знаете?
5. Дайте определение органу «Легкие»?
6. Что такое «Дыхание»?
7. Какие упражнения являются лечебными при бронхиальной астме?

## **Задание № 16.**

**Тест по теме: «Основы методики ЛФК при бронхиальной астме»**

## **В - 1**

### **1. Бронхиальная астма - это....**

- а) процесс, который обеспечивает поступление в организм кислорода и выделение из него углекислого газа
- б) метод лечения, состоящий в применении физических упражнений и естественных факторов природы к больному человеку с лечебно-профилактическими целями.
- в) это нарушение нормальной жизнедеятельности организма, возникающее под действием вредных для него факторов.
- г) хроническое заболевание, которое проявляется приступами удушья.

### **2. Какие основные признаки приступа астмы?**

- а) заложенность в груди, затрудненное дыхания, желание откашляться
- б) повышение температуры, кашель, рвота
- в) кашель рвота, понос
- г) резкое повышение температуры, кашель, рвота

### **3. Является ли стресс возбудитель астмы?**

- а) нет
- б) да
- в) не совсем
- г) не один из ответов не верный

### **4. Может ли сигаретный дым обострить симптомы астмы?**

- а) нет
- б) да
- в) не совсем
- г) не один из ответов не верный

**5.Сколько существуют степеней тяжести заболевания при астме?**

- а)1
- б)2
- в) 3
- г)4

**6.Помогает ли ЛФК лечение бронхиальной астмы?**

- а) нет
- б) да
- в) не совсем
- г) не один из ответов не верный

**7. ЛФК это....**

- а) процесс, который обеспечивает поступление в организм кислорода и выделение из него углекислого газа
- б) метод лечения, состоящий в применении физических упражнений и естественных факторов природы к больному человеку с лечебно-профилактическими целями.
- в) это нарушение нормальной жизнедеятельности организма, возникающее под действием вредных для него факторов.
- Г) хроническое заболевание, которое проявляется приступами удушья.

**8.Что относится к дыхательным путям?**

- а) глотка, нос, трахея, бронхи, легкие
- б) глотка, нос, трахея, печень
- в) нос, глотка, легкие, бронхи
- г) желудок, бронхи, трахея, легкие

**9.Болезнь это?**

- а) процесс, который обеспечивает поступление в организм кислорода и выделение из него углекислого газа
- б) метод лечения, состоящий в применении физических упражнений и естественных факторов природы к больному человеку с лечебно-профилактическими целями.
- в) это нарушение нормальной жизнедеятельности организма, возникающее под действием вредных для него факторов.
- Г) хроническое заболевание, которое проявляется приступами удушья.

**10.Дыхание- это ...?**

- а) процесс, который обеспечивает поступление в организм кислорода и выделение из него углекислого газа
- б) метод лечения, состоящий в применении физических упражнений и естественных факторов природы к больному человеку с лечебно-профилактическими целями.
- в) это нарушение нормальной жизнедеятельности организма, возникающее под действием вредных для него факторов.
- Г) хроническое заболевание, которое проявляется приступами удушья.

**В - 2**

**1.Дыхание это.... ?**

- а) процесс, который обеспечивает поступление в организм кислорода и выделение из него углекислого газа
- б) метод лечения, состоящий в применении физических упражнений и естественных факторов природы к больному человеку с лечебно-профилактическими целями.

- в) это нарушение нормальной жизнедеятельности организма, возникающее под действием вредных для него факторов.  
г) хроническое заболевание, которое проявляется приступами удушья.

## **2. Бронхиальная астма это....**

- а) процесс, который обеспечивает поступление в организм кислорода и выделение из него углекислого газа  
б) метод лечения, состоящий в применении физических упражнений и естественных факторов природы к больному человеку с лечебно-профилактическими целями.  
в) это нарушение нормальной жизнедеятельности организма, возникающее под действием вредных для него факторов.  
г) хроническое заболевание, которое проявляется приступами удушья.

## **3. Является ли стресс возбудитель астмы?**

- а) нет  
б) да  
в) не совсем  
г) не один из ответов не верный

## **4. Может ли сигаретный дым обострить симптомы астмы?**

- а) нет  
б) да  
в) не совсем  
г) не один из ответов не верный

## **5. Сколько существуют степеней тяжести заболевания при астме?**

- а) 1  
б) 2  
в) 3  
г) 4

## **6. Какие основные признаки приступа астмы?**

- а) заложенность в груди, затрудненное дыхание, желание откашляться  
б) повышение температуры, кашель, рвота  
в) кашель, рвота, понос  
г) резкое повышение температуры, кашель, рвота

## **7. Помогает ли ЛФК лечение бронхиальной астмы?**

- а) нет  
б) да  
в) не совсем  
г) не один из ответов не верный

## **8. Что относится к дыхательным путям?**

- а) глотка, нос, трахея, бронхи, легкие  
б) глотка, нос, трахея, печень  
в) нос, глотка, легкие, бронхи  
г) желудок, бронхи, трахея, легкие

## **9. Болезнь это?**

- а) процесс, который обеспечивает поступление в организм кислорода и выделение из него углекислого газа
- б) метод лечения, состоящий в применении физических упражнений и естественных факторов природы к больному человеку с лечебно-профилактическими целями.
- в) это нарушение нормальной жизнедеятельности организма, возникающее под действием вредных для него факторов.
- г) хроническое заболевание, которое проявляется приступами удушья.

## **10. ЛФК это....**

- а) процесс, который обеспечивает поступление в организм кислорода и выделение из него углекислого газа
- б) метод лечения, состоящий в применении физических упражнений и естественных факторов природы к больному человеку с лечебно-профилактическими целями.
- в) это нарушение нормальной жизнедеятельности организма, возникающее под действием вредных для него факторов.
- г) хроническое заболевание, которое проявляется приступами удушья.

### **Задание № 17.**

**Вопросы по теме: «Основы методики ЛФК при туберкулезе лёгких»**

#### **В -1.**

1. Что такое туберкулез лёгких?
2. Что является возбудителем туберкулеза?
3. Назовите основные формы туберкулеза легких.
4. Дайте характеристику инфантильной форме туберкулёза лёгких.
5. Где происходят основные нарушения при туберкулёзе лёгких?
6. Каковы задачи ЛФК при туберкулёзе лёгких?

#### **В -2.**

1. Когда можно приступать к занятиям ЛФК при туберкулёзе лёгких?
2. Какие упражнения нежелательны при туберкулезе легких?
3. Что является противопоказанием к активным формам занятий ЛФК при туберкулёзе лёгких?
4. Охарактеризуйте фиброзно-кавернозный туберкулез лёгких.
5. Дайте характеристику туберкулезным плевритам.
6. Что рекомендуется на первом этапе развития туберкулезного плеврита.

### **Задание № 18.**

**Тест по теме: «Основы методики ЛФК при туберкулезе легких»**

#### **1. Какое заболевание является хроническим инфекционным заболеванием?**

- а) туберкулез
- б) гастрит
- в) мигрень
- г) аппендицит

**2. Что является возбудителем туберкулеза?**

- а) кишечная палочка
- б) стрептококки
- в) палочки Коха
- г) спириллы

**3. Для туберкулеза легких характерно...**

- а) обезвоживание
- б) токсикоз организма
- в) частые вакцинации
- г) все ответы верны

**4. Продолжительность занятий в день по ЛФК не должна превышать ...**

- а) 10-20 мин
- б) 30-35 мин
- в) 1,5-2 часа
- г) 5-10 мин

**5. При какой форме туберкулёза происходит распад легочной ткани с образованием кавернозной полости?**

- а) очаговой
- б) каверзной
- в) инфильтративной
- г) кистозной

**6. Перечислите основные формы туберкулеза лёгких.**

- а) очаговая
- б) инфильтративная
- в) кавернозная
- г) все ответы верны

**7. В каких органах происходят основные нарушения?**

- а) дыхания
- б) желудке
- в) почках
- г) печени

**8. Какая ходьба рекомендована для больных туберкулезом?**

- а) спортивная
- б) быстрая
- в) медленная
- г) дозированная

**9. Какие упражнения рекомендуются при улучшении состояния больного при заболевании туберкулёзом лёгких?**

- а) общеуспокаивающие
- б) дыхательные
- в) гимнастические
- г) беговые

**10. Какие упражнения рекомендуются при нарушении легочной вентиляции и газообмена?**

- а) изнуряющие
- б) прыжки
- в) плавательные
- г) все ответы не верны

**Задание № 19.**

**Вопросы по теме: «Основы методики ЛФК при гастрите язвенной болезни желудка и 12 - перстной кишки»**

**В -1**

1. На что подразделяются гастриты?
2. Какие заболевания бывают при хроническом гастрите?
3. Основными симптомами гастрита являются?
4. Сколько фаз предусматривает язвенная болезнь?
5. Что является ведущими симптомами и ее отличительные особенности в клинической картине язвенной болезни?

**В -2**

1. Что относят противопоказания к занятиям при язвенной болезни?
2. Что такое язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки?
3. С чем осуществляется дозировка физических нагрузок при занятиях ЛФК?
4. Средняя продолжительность занятия при ЛФК язвенной болезни?
5. Наиболее опасное осложнение язвенной болезни?

**Задание № 20.**

**Тест по теме: «Основы методики ЛФК при гастрите, язвенной болезни желудка и 12 - перстной кишки»**

**Вариант-1**

**1. Что такое гастрит?**

- а) хроническое, циклически протекающее заболевание с разнообразной клинической картиной
- б) воспалительные или воспалительно-дистрофические изменения слизистой оболочки желудка
- в) парный бобовидный орган
- г) все ответы не верны

**2. Гастриты подразделяют?**

- а) острые и хронические
- б) воспалительно-дистрофические изменения
- в) все ответы не верны
- г) все ответы верны

**3. Конечный продукт распада белков:**

- а) аминокислоты
- б) углеводов
- в) мочевины
- г) кислород

#### **4. Белки расщепляются в**

- а) пищеводе
- б) ротовой полости
- в) печени
- г) желудке, кишечнике

#### **5. Хронический гастрит- это?**

- а) это постепенно прогрессирующие заболевание периоды обострения сменяются периодами ремиссии
- б) улучшение кровообращения в брюшной полости
- в) улучшение слизистой оболочки
- г) все ответы верны

#### **6. Какие бывают заболевания органов пищеварения?**

- а) миокардит, ОРВИ
- б) ОРЗ
- в) аппендицит, колит, холецистит
- г) все ответы верны

#### **7. Какие органы чаще всего страдают при хроническом гастрите?**

- а) органы пищеварения, печень, желчный пузырь
- б) легкие бронхи
- в) все ответы верны
- г) все ответы не верны

#### **8. На что жалуются больные при гастрите?**

- а) боль в голове
- б) боль в спине
- в) шум в ушах
- г) больные жалуются на отрыжку, тошноту

#### **9. Что наблюдается у больных при гастрите?**

- а) сильное головокружение
- б) сильный кашель
- в) потеря веса
- г) все ответы верны

#### **10. Курс ЛФК при гастрите в больнице составляет?**

- а) 5-6д
- б) 10-15д
- в) 10-12д
- г) 20-15д

### **Вариант-2**

#### **1. Как называется язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки?**

- а) хроническое, циклически протекающее заболевание с разнообразной клинической картиной
- б) это хроническое, циклически протекающее, рецидивирующее заболевание характеризующееся язвообразованием на слизистой оболочке желудка или двенадцатиперстной кишки.
- в) все ответы верны
- г) все ответы не верны



**2. На что подразделяются гастрите?**

- а) кривые и прямые
- б) острые и хронические
- в) все ответы не верны
- г) все ответы верны

**3. В комплекс реабилитационных мер при язвенной болезни входит.....?**

- а) массаж, лечебное питание
- б) улучшение опорно-двигательного аппарата
- в) улучшение органов слуха
- г) все ответы верны

**4. Что обычно снижается при выраженных расстройствах функции желудка?**

- а) артериальное давление
- б) аппетит
- в) снижение кровяного давления
- г) все ответы не верны

**5. Какие формы гастрита выделяют?**

- а) первичный и вторичный
- б) кратковременный и долгий
- в) с нормальной или повышенной секрецией функции желудка
- г) все ответы верны

**6. Какие методы ЛФК применяют при гастрите?**

- а) адаптация организма к тр.нагрузкам
- б) диета, физиотерапия
- в) все ответы не верны
- г) все ответы верны

**7. За сколько часов выполнятся прием пищи при выполнении ЛФК при гастрите?**

- а) за 5-10ч
- б) за 5-4ч
- в) за 1.5-2ч
- г) за3-5ч

**8. Что нужно использовать для снижения секреции желудка при гастрите?**

- а) улучшение кровообращения почек
- б) интенсивность и продолжительность нагрузки
- в) все ответы верны
- г) все ответы не верны

**9.Сколько выделяют фаз язвенной болезни?**

- а) 1
- б) 2
- в) 3
- г) 4

## **10. Какие фазы язвенной болезни бывают?**

- а) обострения
- б) затухающие
- в) неполной ремиссии
- г) все ответы верны

### **Задание № 21.**

**Вопросы по теме: «Основы методики ЛФК при сахарном диабете»**

#### **В -1.**

1. Сахарный диабет – это...
2. Назовите 1-й тип сахарного диабета.
3. Назовите 2-й тип сахарного диабета.
4. Какая главная опасность, сахарного диабета?
5. Назовите основные функции поджелудочной железы.
6. Как возникает сахарный диабет
7. Что относится к основным функциям инсулина?

8. Что такое инсулин?

#### **В -2.**

1. Какие основные симптомы, 1-го типа сахарного диабета?
2. Какие основные симптомы, 2-го типа сахарного диабета?
3. Как влияют дозированные физические нагрузки на организм?
4. Где можно заниматься ЛФК?
5. Какие упражнения можно включать больному, если ему, противопоказана физическая нагрузка?
6. К чему может привести несбалансированный режим тренировок при СД?
7. Что могут стабилизировать правильно подобранные комплексы физических нагрузок при сахарном диабете?
8. Инсулин – это...

### **Задание № 22.**

**Тест по теме: «Основы методики ЛФК при сахарном диабете»**

#### **Вариант-1**

##### **1) Сколько типов имеет сахарный диабет?**

- А) 7
- Б) 1
- В) 2
- Г) 4

##### **2) Как называется сахарный диабет 1-го типа?**

- А) инсулинозависимый
- Б) инсулиннезависимый
- В) сахарный
- Г) простой

**3) Что является главной опасностью сахарного диабета?**

- А) нарушение опорно - двигательного аппарата
- Б) вероятность возникновения тяжелых осложнений
- В) повышение температуры
- Г) все варианты верны

**4) Что является основной чертой диабета?**

- А) хроническое повышение содержания сахара в крови
- Б) высокая температура
- В) хроническое понижение содержания сахара в крови
- Г) высокое давление

**5) Поджелудочная железа – это...**

- А) орган
- Б) гормон
- В) оболочка
- Г) полость

**6) Чем окружена поджелудочная железа?**

- А) селезёнкой
- Б) петлевидным изгибом 12 - перстной кишки
- В) оба варианта верны

**7) Какая масса поджелудочной железы, в среднем у взрослого человека?**

- А) 10г
- Б) 150г
- В) 500г
- Г) 80г

**8) Что происходит при дефиците инсулина?**

- А) уровень сахара в крови постепенно повышается
- Б) уровень сахара в крови понижается
- В) уровень сахара в крови не меняется
- Г) повышается температура тела

**9) Что использует организм, при недостатки глюкозы?**

- А) белок
- Б) жир
- В) не чего
- Г) белок и жир

**10) Как влияет физическая нагрузка на состояние здоровья, людей страдающих сахарным диабетом?**

- А) благоприятно
- Б) отрицательно
- В) не влияет на организм

**Вариант-2**

**1) Что может стабилизировать, правильно подобранный комплекс упражнений?**

- А) массу тела

- Б) температуру тела
- В) глюкозу
- Г) рост человека

**2) Чем окружена поджелудочная железа?**

- А) селезёнкой
- Б) петлевидным изгибом 12 - перстной кишки
- В) оба варианта верны

**3) Что вырабатывает поджелудочная железа?**

- А) гормоны и ферменты
- Б) гормоны
- В) ферменты
- Г) нечего

**4) Сколько типов проявления, имеет сахарный диабет?**

- А) 7
- Б) 1
- В) 2
- Г) 4

**5) При недостатке чего, начинается развиваться сахарный диабет?**

- А) адреналина
- Б) инсулина
- В) эндорфина
- Г) все варианты верны

**6) Какая масса поджелудочной железы, в среднем у взрослого человека?**

- А) 10г
- Б) 150г
- В) 500г
- Г) 80г

**7) Что происходит при дефиците инсулина?**

- А) уровень сахара в крови постепенно повышается
- Б) уровень сахара в крови понижается
- В) уровень сахара в крови не меняется
- Г) повышается температура тела

**8) Как влияет физическая нагрузка на состояние здоровья, людей страдающих сахарным диабетом?**

- А) благоприятно
- Б) отрицательно
- В) не влияет на организм

**9) Что является основной чертой диабета?**

- А) хроническое повышения содержания сахара в крови
- Б) высокая температура
- В) хроническое понижения содержания сахара в крови
- Г) высокое давление

**10) Что вырабатывает поджелудочная железа?**

- А) гормоны и ферменты
- Б) гормоны
- В) ферменты

**Задание № 23.**

**Вопросы по теме: «Основы методики ЛФК при неврозах»**

1. Что такое психастения и ее характерные признаки?
2. Что такое неврастения и ее клинические проявления?
3. Охарактеризуйте основные нарушения в ЦНС при неврозах.
4. Что такое истерия и ее характерные признаки?
5. Каковы задачи и средства ЛФК при неврастении?
6. Каковы задачи и методика ЛФК при истерии?
7. Каковы задачи и методика ЛФК при психастении?

**Задание № 24.**

**Тесты по теме: «Основы методики ЛФК при неврозах»**

**1. Длительное и выраженное отклонение высшей нервной деятельности –это...?**

- А. Лордоз
- Б. Невроз
- В. Кифоз

**2. Каковы задачи ЛФК при неврастении?**

- А. Нормализация возбудительного процесса
- Б. Активизация процессов жизнедеятельности
- В. Тренировка процесса активного торможения

**3. Неврастения –это..?**

- А. Ослабление процессов внутреннего торможения
- Б. Боязнь замкнутого пространства
- В. Учащенное сердцебиение

**4. Каковы задачи ЛФК при истерических неврозах?**

- А. Создание устойчивого спокойного настроения
- Б. Снижение эмоциональной возбудимости
- В. Развитие в коре головного мозга тормозного процесса

**5. Каковы признаки истерии?**

- А. Потливость, сонливость
- Б. Истерические парезы и параличи, гиперкинезы, тики, тремор.
- В. Утомляемость, рассеянность.

**6. Признаки психастении?**

- А. Раздражимость.

Б. Возбуждение, торможение.

В. Навязчивые мысли, идеи, навязчивые страхи, или фобии.

## **7. Задачи ЛФК при психастении?**

А. Активизация процессов жизнедеятельности.

Б. Развитие в коре головного мозга тормозного процесса.

В. «Расшатывание» патологической инертности корковых процессов.

### **Задание № 25.**

**Вопросы по теме: «Основы методики ЛФК при нарушении осанки»**

#### **В -1.**

1. Что такое осанка?
2. Какие типы осанки вы знаете?
3. Почему нарушается осанка?
4. Как же бороться с нарушением осанки?
5. Обоснуйте как надо носить тяжести?
6. Что такое лордоз?

#### **В -2.**

1. Что такое кифоз?
2. Что представляет собой правильная осанка?
3. Возраст 8-17 лет почему является самым важным для формирования осанки?
4. Почему к старости ухудшается осанка?
5. Как сохранить правильную осанку?
6. Когда происходит окончательное формирование осанки?

### **Задание № 26.**

**Тесты по теме: «Основы методики ЛФК при нарушении осанки»**

#### **Вариант-1**

##### **1. Сколько типов осанки вы знаете?**

- А. 2
- Б. 3
- В. 4
- Г. 5

##### **2. Заниматься ЛФК следует минимум 4-5 раз....?**

- А. в день
- Б. в три дня
- В. в неделю
- Г. в десять дней

**3. Самой распространенной причиной нарушения осанки считается....?**

- А. неправильная подушка
- Б. ношение тяжести в одной руке
- В. твердый матрац
- Г. мягкий матрац

**4. Как называются боковые искривления осанки?**

- А. кифозом
- Б. лордозом
- В. сутулостью
- Г. Сколиозом

**5. Как предупредить нарушения осанки?**

- А. при переноски тяжести нагрузка должна быть распределена равномерно
- Б. носить сумку на одном плече
- В. правильность посадки за столом не имеет значение
- Г. нужно переносить тяжести в одной руке

**6. Как называется искривление верхнего отдела позвоночника?**

- А. лордоз
- Б. кифоз
- В. сколиоз
- Г. лордоз и сколиоз

**7. Почему возникает искривление позвоночника?**

- А. при систематических занятиях физкультуре
- Б. при неравномерном распределении нагрузки
- В. при равномерном распределении нагрузки
- Г. при поднимании тяжести

**8. Как предупредить развитие плоскостопия?**

- А. ходить босиком
- Б. ходить на каблуках
- В. переносить тяжести
- Г. ходить долго в одной и той же обуви

**9. К чему приводит неправильная осанка?**

- А. к затруднению дыханию
- Б. к формированию красивой фигуры
- В. к увеличению гибкости позвонков
- Г. к смещению позвонков и межпозвоночных дисков

**10. Как бороться с нарушением осанки?**

- А. занятия ЛФК
- Б. лежать на твердом
- В. носить тяжести в правой руке
- Г. носить плоскую обувь

**11. Могут ли смещаться органы при неправильной осанке?**

- А. да

- Б. нет
- В. только печень
- Г. только легкие

**12. Как называется третий тип осанки?**

- А. сутулая спина
- Б. круглая спина
- В. плоская или плоско-вогнутая спина
- Г. Физиологические изгибы позвоночника хорошо выражены, имеют равномерно волнообразный вид.

**13. Изгиб позвоночника, обращенный выпуклостью вперед это....?**

- А. кифоз
- Б. правильная осанка
- В. лордоз
- Г. Сколиоз

**14. Как называется кифоз, обусловленный аномалией развития передних отделов тел позвонков?**

- А. кифоз генотипический
- Б. кифоз угловой
- В. кифоз старческий
- Г. кифоз врожденный

**15. Что формируется в шейном и поясничном отделах позвоночника на первом году жизни, обеспечивая компенсацию физиолог -го кифоза?**

- А. физиологический лордоз
- Б. патологический лордоз
- В. патологический кифоз
- Г. физиологический кифоз

**Вариант-2**

**1. Заниматься ЛФК следует минимум 4-5 раз....?**

- А. в два дня
- Б. в три дня
- В. в десять дней
- Г. в неделю

**2. Как предупредить нарушения осанки?**

- А. в переноски тяжести нагрузка должна быть распределена равномерно
- Б. носить сумку на одном плече
- В. правильность посадки за столом не имеет значение
- Г. нужно переносить тяжести в одной руке

**3. К чему приводит неправильная осанка?**

- А. к затруднению дыхания
- Б. к формированию красивой фигуры



- В. к увеличению гибкости позвонков
- Г. к смещению позвонков и межпозвоночных дисков

**4. Как бороться с нарушением осанки?**

- А. занятия ЛФК
- Б. лежать на твердом
- В. носить тяжести в правой руке
- Г. носить плоскую обувь

**5. Как называется второй тип осанки:**

- А. сутулая спина
- Б. круглая спина
- В. плоская или плоско-вогнутая спина
- Г. Физиологические изгибы позвоночника хорошо выражены, имеют равномерно волнообразный вид.

**6. Как называется изгиб позвоночника, обращенный выпуклостью вперед?**

- А. сколиоз
- Б. лордоз
- В. правильная осанка
- Г. кифоз

**7. Как возникает искривление позвоночника?**

- А. при систематических занятиях физкультурой
- Б. при неравномерном распределении нагрузки
- В. при равномерном распределении нагрузки
- Г. при поднятии тяжести

**8. Как называется искривление верхнего отдела позвоночника?**

- А. лордоз
- Б. кифоз
- В. сколиоз
- Г. лордоз и сколиоз

**9. Могут ли смещаться органы при неправильной осанке?**

- А. да
- Б. нет
- В. только печень
- Г. только легкие

**10. Какому типу относятся физиологические изгибы позвоночника хорошо выражены, имеют равномерно волнообразный вид?**

- А. первый тип
- Б. второй тип
- В. третий тип
- Г. четвертый тип

**11. Как называется кифоз, обусловленный аномалией развития передних отделов тел позвонков?**

- А. кифоз генотипический
- Б. кифоз угловой
- В. кифоз старческий
- Г. кифоз врождённый

**12. Формируется на том же уровне , что и физиологический, и значительно реже на уровне грудного кифоза. Различают первичный и вторичный патологический лордоз к какому виду относиться?**

- А. физиологический лордоз
- Б. патологический лордоз
- В. патологический кифоз
- Г. физиологический кифоз

**13. Как предупредить развитие плоскостопия?**

- А. ходить босиком
- Б. ходить на каблуках
- В. переносить тяжести
- Г. ходить долго в одной и той же обуви

**14.Как называются боковые искривления называются?**

- А. кифозом
- Б. лордозом
- В. сутулостью
- Г. сколиозом

**15.Сколько типов осанки вам известно?**

- А. 2
- Б. 3
- В. 4
- Г. 5

**Задание № 27.**

**Вопросы по теме: «Методика ЛФК при плоскостопии»**

**В -1**

- 1) Какие методы воздействия ЛФК при плоскостопии вам известны?
- 2) Каковы задачи ЛФК при плоскостопии?
- 3) Каковы причины развития плоскостопия?
- 4) Какие вам известны упражнения для профилактики плоскостопия?

**В -2**

- 1)Каковы причины возникновения плоскостопия у детей?
- 2) Какие осложнения нелечённого плоскостопия вам известны в зрелом возрасте?
- 3) Какие виды плоскостопия вам известны?
- 4) Каковы осложнения при плоскостопии?

## **Задание № 28.**

### **Тесты по теме: «ЛФК при плоскостопии»**

#### **Вариант - 1**

**1) Следствием чего является рахитическое плоскостопие?**

- а) Следствием перенесённого рахита
- б) Следствием перенесённого бронхита
- в) Следствием перенесённого коклюша
- г) Все перечисленные

**2) Как называется минерал, который играет очень большую роль в росте, развитии и восстановлении костной ткани человека?**

- а) Кальций
- б) Магний
- в) Железо
- г) Фтор

**3) Следствием чего является травматическое плоскостопие?**

- а) Следствием переломов костей стопы и голеностопного сустава
- б) Следствием переломов костей таза
- в) Следствием переломов костей верхних конечностей
- г) Следствием падения

**4) Какой вид плоскостопия с понижением продольного свода стопы?**

- а) Продольное
- б) Поперечное
- в) Плоское
- г) Узкое

**5) Понижение поперечного свода стопы это вид какого плоскостопия?**

- а) Поперечное
- б) Продольное
- в) Плоское
- г) Узкое

**6) Как называется минерал, который играет очень большую роль в росте, развитии и восстановлении костной ткани человека?**

- а) Кальций
- б) Магний
- в) Железо
- г) Фтор

**7) Что такое уплощение поперечного и реже продольного сводов стопы?**

- а) Плоскостопие
- б) Сколиоз
- в) Склероз
- г) Кифоз

**8) Если у человека наблюдается уплощение продольного и поперечного свода одновременно, то говорят о каком виде плоскостопии?**

- а) О комбинированном плоскостопии
- б) О разном плоскостопии
- в) О не верном плоскостопии
- г) Все варианты не верны

**9) Что является подвижным соединением костей скелета?**

- а) Сустав
- б) Связка
- в) Кость
- г) Все варианты не верны

**10) Заболевание суставов, считающееся дистрофическим и связанное с медленным разрушением хряща внутри сустава –это... ?**

- а) Артроз
- б) Артрит
- в) Лордоз
- г) Кифоз

## **Вариант-2**

**1) Уплощение поперечного и реже продольного сводов стопы это...?**

- а) Сколиоз
- б) Плоскостопие
- в) Склероз
- г) Кифоз

**2) Как называется заболевание суставов, считающееся дистрофическим и связанное с медленным разрушением хряща внутри сустава ?**

- а) Артрит
- б) Артроз
- в) Лордоз
- г) Кифоз

**3) Как называется одно из самых распространенных заболеваний суставов, которое, по сути, является воспалительным процессом.**

- а) Кифоз
- б) Артрит
- в) Артроз
- г) Лордоз

**5) Понижение продольного свода стопы - это вид какого плоскостопия?**

- а) Поперечное
- б) Продольное
- в) Плоское
- г) Узкое

**5) Понижение поперечного свода стопы это вид какого плоскостопия ?**

- а) Продольное
- б) Поперечное
- в) Плоское
- г) Узкое

**6) Травматическое плоскостопие является... ?**

- а) Следствием переломов костей таза
- б) Следствием переломов костей стопы и голеностопного сустава
- в) Следствием переломов костей верхних конечностей
- г) Следствием падения

**7) Рахитическое плоскостопие является... ?**

- а) Следствием перенесённого бронхита
- б) Следствием перенесённого рахита
- в) Следствием перенесённого коклюша
- г) Все перечисленные

**8) Если у человека наблюдается уплощение продольного и поперечного свода одновременно, то говорят....**

- а) О разном плоскостопии
- б) О комбинированном плоскостопии
- в) О не верном плоскостопии
- г) Все варианты не верны

**9) Что является подвижным соединением костей скелета?**

- а) Связка
- б) Сустав
- в) Кость
- г) Все варианты не верны

**10) Как называется минерал, который играет очень большую роль в росте, развитии и восстановлении костной ткани человека?**

- а) Магний
- б) Кальций
- в) Железо
- г) Фтор

**Задание № 29.**

**Вопросы по теме: «Основы методики ЛФК при заболеваниях нервной системы»**

**В -1.**

- 1) Что такое паралич?
- 2) Что представляет собой гиперкинез?
- 3) Каких видов бывает паралич?
- 4) Из-за чего возникает паралич?
- 5) Что называется парезом?

## **В -2.**

- 6) Какие расстройства чувствительности бывают?
- 7) Каких видов могут быть судороги?
- 8) Что называют парезом?
- 9) Вследствие чего возникает атаксия?
- 10) Дайте определение «гиперкинез».

## **Задание № 30.**

**Тесты по теме: «Основы методики ЛФК при заболеваниях нервной системы»**

### **Вариант 1**

#### **1. Что называют параличом?**

- А) полное выпадение мышечного сокращения
- Б) нарушение ритма сердцебиения
- В) искривление позвоночника
- Г) кратковременная пауза в движениях

#### **2. Нарушение координации называют...**

- А) парезом
- Б) атаксией
- В) сколиозом
- Г) гастритом

#### **3. Гиперкинез – это...?**

- А) повышенная двигательная активность
- Б) бронхиальная астма
- В) измененные движения, лишённые физиологического значения, возникающие произвольно
- Г) ускоренный обмен веществ

#### **4. Чем характеризуется спастический паралич?**

- А) отсутствием только произвольных движений
- Б) повышением мышечного тонуса и всех сухожильных рефлексов
- В) понижением уровня гемоглобина в крови
- Г) отсутствием только произвольных движений, повышением мышечного тонуса и всех сухожильных рефлексов

#### **5. Что представляет собой гемиплегия?**

- А) судорожные движения
- Б) паралич двух конечностей одной стороны тела
- В) произвольные движения пальцами рук
- Г) атрофия мышц

#### **6. Вследствие чего возникает спастический паралич?**

- А) неправильного питания
- Б) плохого сна
- В) поражения коры передней центральной извилины
- Г) здорового образа жизни

**7. Каких видов могут быть судороги?**

- А) клонические и тектонические
- Б) атетозные и тетрапарезные
- В) тонические и клонические
- Г) классические и глобальные

**8. Какое расстройство чувствительности приводит к её понижению?**

- А) анестезия
- Б) гипостезия
- В) гиперестезия
- Г) полистезия

**9. Когда наблюдается вялый паралич?**

- А) при повреждении спинного мозга
- Б) при поражении периферических нервов
- В) при занятиях утренней гимнастикой
- Г) во время сна

**10. Из-за чего возникают судороги?**

- А) затекания мышц
- Б) раздражения коры или ствола головного мозга
- В) неправильной осанки
- Г) неправильного питания

**Вариант 2**

**1. Гиперкинез – это...?**

- А) повышенная двигательная активность
- Б) бронхиальная астма
- В) измененные движения, лишённые физиологического значения, возникающие непроизвольно
- Г) ускоренный обмен веществ

**2. Вследствие чего возникает спастический паралич?**

- А) неправильного питания
- Б) плохого сна
- В) поражения коры передней центральной извилины
- Г) здорового образа жизни

**3. Какое расстройство чувствительности, приводит к её понижению?**

- А) анестезия
- Б) гипостезия
- В) гиперестезия
- Г) полистезия

**4. Из-за чего возникают судороги?**

- А) затекания мышц
- Б) раздражения коры или ствола головного мозга
- В) неправильной осанки
- Г) неправильного питания

**5. Нарушение координации называют...**

- А) парезом
- Б) атаксией
- В) сколиозом
- Г) гастритом

**6. Каких видов могут быть судороги?**

- А) клонические и тектонические
- Б) атетозные и тетрапарезные
- В) тонические и клонические
- Г) классические и глобальные

**7. Что называют параличом?**

- А) полное выпадение мышечного сокращения
- Б) нарушение ритма сердцебиения
- В) искривление позвоночника
- Г) кратковременная пауза в движениях

**8. Когда наблюдается вялый паралич?**

- А) при повреждении спинного мозга
- Б) при поражении периферических нервов
- В) при занятиях утренней гимнастикой
- Г) во время сна

**9. Чем характеризуется спастический паралич?**

- А) отсутствием только произвольных движений
- Б) повышением мышечного тонуса и всех сухожильных рефлексов
- В) понижением уровня гемоглобина в крови
- Г) отсутствием только произвольных движений, повышением мышечного тонуса и всех сухожильных рефлексов

**10. Что представляет собой гемиплегия?**

- А) судорожные движения
- Б) паралич двух конечностей одной стороны тела
- В) непроизвольные движения пальцами рук
- Г) атрофия мышц

**Задание № 31.**

**Вопросы по теме: "Основы методики ЛФК при инсультах"**

**В -1.**

1. Сколько бывает периодов реабилитации после инсульта?
2. Сколько времени длится 3 период реабилитации при инсультах?
3. Охарактеризуйте периоды реабилитации при инсультах.
4. Какие бывают виды инсультов?
5. Сколько процентов составляет геморрагический инсульт?

**В -2.**

6. Что такое ишемический инсульт?
7. Сколько процентов составляет ишемический инсульт?



8. Что такое геморрагический инсульт?
9. Что такое инсульт?
10. Назовите периоды реабилитации при инсультах.

### **Задание № 32.**

#### **Тесты по теме: «Основы методики ЛФК при инсульте»**

##### **1. Сколько видов инсультов вы знаете?**

- А. 2
- Б. 3
- В. 4
- Г. 5

##### **2. Что такое геморрагический инсульт?**

- А. острое нарушение мозгового кровообращения с прорывом сосудов и кровоизлиянием в мозг.
- Б. острое нарушение мозгового кровообращения с повреждением ткани мозга, нарушением его функций вследствие затруднения или прекращения поступления крови к тому или иному отделу.

##### **3. Сколько процентов от общего количества инсультов составляет геморрагический инсульт?**

- А. 1-4%
- Б. 10-12%
- В. 50-70%
- Г. 85-90%

##### **4. У каких больных чаще всего возникает геморрагический инсульт?**

- А. гипертонической болезнью
- Б. атеросклерозом сосудов головного мозга
- В. атеросклерозом сосудов головного мозга и гипертонической болезнью

##### **5. Тяжелыми последствиями инсульта являются?**

- А. нарушения двигательных функций
- Б. мышечного тонуса в форме пареза и паралича
- В. кома
- Г. все ответы верны кроме В

##### **6. Будут ли восстановительные мероприятия эффективными если они будут учитывать?**

- А. раннее начало лечения
- Б. систематичность и длительность лечения
- В. поэтапное построение лечебных мероприятий с учетом нарушенных функций, клинического течения заболевания
- Г. все ответы верны

##### **7. Почему возникает геморрагический инсульт?**

- А. он возникает когда кровеносный сосуд в мозге по какой-то причине разрывается
- Б. он возникает когда артерия или дугой кровеносный сосуд в мозге блокируется тромбом
- В. оба ответа верны

**8. Каковы симптомы инсульта?**

- А. внезапно возникло онемение или паралич лица, руки или ноги (особенно на одной стороне тела)
- Б. неожиданно появились серьезные проблемы с речью, произошла потеря сознания
- В. возникли нарушения зрительного восприятия в одном или обоих глазах, чего прежде не случалось
- Г. произошли нарушения походки, головокружение, потеря равновесия или координации
- Д. неожиданно стала беспокоить сильная головная боль без определенной причины
- Е. все ответы верны

**9. Сколько существует периодов реабилитации после инсульта?**

- А. 1
- Б. 3
- В. 2
- Г. 4

**10. Как называется 1 период реабилитации после инсульта?**

- А. поздний
- Б. ранний
- В. палатный

**11. Что нужно делать в 1 период реабилитации после инсульта?**

- А. проводить растормаживание, стимуляцию функционально угнетенных нейронов в зоне очага
- Б. проводить профилактику патологических состояний
- В. оба ответа верны

**12. Сколько длится 1 период реабилитации после инсульта?**

- А. 2 месяца
- Б. 3 недели
- В. 6 месяцев
- Г. 9 месяцев.

**13. Какие противопоказания есть в 1 периоде реабилитации после инсульта?**

- А. коматозное состояние
- Б. грубые нарушения сердечной деятельности и дыхания.
- В. оба ответа верны
- Г. оба ответа не верны

**14. Как называется 2 период реабилитации после инсульта ?**

- А. ранний
- Б. поздний
- В. палатный
- Г. все ответы верны

#### 4. Вопросы к дифференцированному зачёту 4 курс 8 семестр

1. Основы врачебного контроля.
2. Средства, формы и методы занятий ЛФК
3. Дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК. Показания и противопоп. при назначении ЛФК.
4. Основы методики ЛФК при травмах нижних конечностей.
5. Основы методики ЛФК при травмах верхних конечностей.
6. Основы методики ЛФК при переломах костей таза.
7. Основы методики ЛФК при пневмонии.
8. Основы методики ЛФК при бронхите.
9. Основы методики ЛФК при бронхиальной астме.
10. Основы методики ЛФК при туберкулёзе легких.
11. Основы методики ЛФК при гастрите, язвенной болезни желудка и 12 перстной кишки.
12. Основы методики ЛФК при заболевании почек.
13. Основы методики ЛФК при СД.
14. Основы методики ЛФК при инфаркте миокарда.
15. Основы методики ЛФК при ГБ.
16. Основы методики ЛФК при ВСД и гипотонической болезни.
17. Основы методики ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системе.
18. Основы методики ЛФК при ДЦП.
19. Основы методики ЛФК при невритах.
20. Основы методики ЛФК при инсультах
21. Основы методики ЛФК при неврозах.
22. Основы методики ЛФК при нарушении осанки.
23. Основы методики ЛФК при сколиозе.
24. Методики ЛФК при плоскостопии.
25. Основы методики ЛФК при шейном остеохондрозе.
26. Основы методики ЛФК при поясничном остеохондрозе.
27. Основы методики ЛФК при заболевании суставов.
28. Методические особенности проведения занятий ЛФК с детьми школьного возраста.
29. Особенности коррекции нарушений в физического развитии и состоянии здоровья школьников, отнесённых к специальной и подготовительной медицинской группе.
30. Краткие исторические сведения о возникновении и развитии массажа.
31. Развитие массажа в нашей стране. Роль профессоров Саркизова-Серазини, А. А. Бирюкова, В. А. и др. в развитии отечественной системы спортивного массажа. учебник В.И. Дубровский. Лечебный массаж.
32. Место спортивного массажа в отечественной системе физического воспитания.
33. Понятие о массаже, его организация и противопоказания к его проведению.
34. Гигиенические основы массажа (требования к помещению и инвентарю, требования к массажисту, требования к массируемому).
35. Физиологические основы массажа (влияние массажа на НС, кожу, сосудистую и мышечную системы, внутренние органы и обмен веществ).
36. Системы массажа. Виды массажа (лечебный, спортивный, рефлекторно-сегментарный, косметический и гигиенический массаж).
37. Формы массажа общий массаж, частный массаж). Методы массажа (ручной, комбинированный и аппаратный массаж).
38. Методы аппаратного массажа-вибрационный и точечный.
39. Методы аппаратного массажа-подводный душ массаж, вихревой подводный массаж.

40. Методы аппаратного массажа-жемчужные гидромассажные ванны, вибрационно-вакуумный массаж, вакуум массаж.
41. Характеристика гигиенического, косметического, лечебного, спортивного массажа.
42. Характеристика тренировочного, предварительного и восстановительного массажа.
43. Характеристика тренировочного, предварительного и восстановительного массажа.
44. Использование и методика спортивного массажа во время соревнований.
45. Применение различных растирок, мазей, кремов в спортивном массаже.
46. Сочетание массажа с баней и некоторыми физиотерапевтическими процедурами.
47. Методика и техника выполнения приемов массажа поглаживание, выжимание.
48. Методика и техника выполнения приемов массажа поглаживание, выжимание.
49. Методика и техника выполнения приемов массажа –разминание и растирание.
50. Методика и техника выполнения приёмов массажа-ударные приемы, виды сотрясающих приемов, вибрация.
51. Массаж при заболеваниях и травмах периферической и центральной НС.
52. Массаж при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
53. Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
54. Массаж при заболеваниях органов дыхания.
55. Массаж при заболеваниях пищеварительной системы.
56. Методические особенности проведен массажа с детьми школьного возраста.

## **5. Перечень материалов и оборудования, допущенных к использованию**

1. рабочее место преподавателя и 30 рабочих мест для обучающихся;
- 2.учебные плакаты и графические таблицы по гигиене, анатомии и физиологии;
- 3.индивидуальные накопительные папки.

## **КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ**

Устные ответы оцениваются по пяти критериям:

а) Содержание (соблюдение объема высказывания, соответствие теме, аргументация на соответствующем уровне, соблюдение норм вежливости).

б) Взаимодействие с собеседником (умение логично и связно вести беседу, соблюдать очередность при обмене репликами, давать аргументированные и развернутые ответы на вопросы собеседника, умение начать и поддерживать беседу, а также восстановить ее в случае сбоя: переспрос, уточнение).

в) Лексика (словарный запас соответствует поставленной задаче и требованиям обучения языку).

г) Грамматика (использование разнообразных грамматических конструкций в соответствии с поставленной задачей и требованиям обучения языку).

д) Произношение (правильное произнесение звуков английского языка, правильная постановка ударения в словах, а также соблюдение правильной интонации в предложениях).

## КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УСТНОГО ОТВЕТА

*Оценка «5»:* ответ полный и правильный на основании изученных тем; материал изложен в определенной логической последовательности, литературным языком; ответ самостоятельный.

*Оценка «4»:* ответ полный и правильный на основании изученных тем; материал изложен в определенной логической последовательности, при этом допущены две-три несущественные ошибки, исправленные по требованию преподавателя.

*Оценка «3»:* ответ полный, но при этом допущена существенная ошибка, или неполный, несвязный.

*Оценка «2»:* при ответе обнаружено непонимание слушателем основного содержания учебного материала или допущены существенные ошибки, которые слушателя не смог исправить при наводящих вопросах преподавателя.

*Оценка «1»:* отсутствие ответа.