

**ЧАСТНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»**

Кафедра Гуманитарных дисциплин

**Фонд оценочных средств для проведения промежуточной
аттестации обучающихся**

по дисциплине (модулю)
«Лечебная физическая культура и массаж»

Направление подготовки
44.03.01 Педагогическое образование

Профиль подготовки
Физическая культура

Квалификация (степень) выпускника
Бакалавр

Форма обучения
Заочная

Дербент 2016

Автор /составитель ФОС по дисциплине (модулю):

к.п.н., ст.преподаватель Магомедов Р.М.

ФИО, ученая степень, звание

Фонд оценочных средств по дисциплине *«Лечебная физическая
культура и массаж»*

утвержден на заседании кафедры Гуманитарных дисциплин
(название кафедры)

Одобрено на заседании кафедры
гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 02 от «05» сентября 2016 г.

Зав. кафедрой  М.Г Юсуфов

АННОТАЦИЯ

Фонд оценочных средств составлен на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 – Педагогическое образование. ФОС предназначен для контроля знаний студентов, обучающихся по профилю подготовки: Физическая культура.

ФОС по учебной дисциплине предназначен для промежуточной аттестации обучающихся.

ФОС по учебной дисциплине состоит из:

1. Перечень компетенций 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 ЧОО ВО «Социально-педагогический институт» www.spi-vuz.ru

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.

- ОПК-1: готовность сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности;
- ПК-3: способность решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития обучающихся в учебной и внеурочной деятельности;

№ п/п	Контролируемые дидактические единицы	Контролируемые компетенции (или их части)	Оценочные средства
1	<u>Общие основы лечебной физкультуры</u>	ОПК-1, ПК-3	Реферат
2	<u>Лечебная физическая культура при различных заболеваниях</u>	ОПК-1, ПК-3	Тест
3	<u>Массаж как лечебный метод</u>	ОПК-1, ПК-3	Тест, ситуационные задачи
4	<u>Организация, содержание и методика проведения занятий в специальных медицинских группах (СМГ).</u>	ОПК-1, ПК-3	Тест, реферат

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

	Аббревиатура компетенции	Поведенческий индикатор	Оценочные средства
	ОПК-1, ПК-3	Уровень знаний: методику оздоровительных физкультурно-спортивных	Тесты Реферат Ситуационные

		<p>занятий с различными группами населения; особенности методической деятельности при массаже и ЛФК;</p> <p>анатомо-физиологические особенности реакций организма детей, подростков и взрослых при проведении ЛФК и массажа.</p> <p>Уровень умений:</p> <p>формулировать конкретные задачи ЛФК в физическом воспитании различных групп населения;</p> <p>проводить экспресс-диагностику функционального состояния организма и места локализации патологического очага или травмы;</p> <p>формулировать показания и противопоказания при назначении ЛФК при определенной патологии у конкретного человека;</p> <p>составлять комплекс ЛФК и рекомендации по проведению массажа с учетом возраста, пола, прошлого двигательного опыта и места локализации патологического очага или травмы;</p> <p>применять практические приемы проведения ЛФК и массажа.</p> <p>Уровень навыков: овладеть методами и организацией комплексного физиологического и психолого-педагогического контроля состояния организма при</p>	задачи
--	--	--	--------

		нагрузках ЛФК; - методами организации научно-исследовательской работы по ЛФК.	
--	--	--	--

**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.

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 №4 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 гнояника
 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 металлостеосинтеза
 - +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 приобретает 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;
- c. ишемическая болезнь сердца (III-IV функциональные классы).

23. Какой метод лечения не используется при травмах опорно-двигательного аппарата?

- a. фиксации и вытяжения;
- b. операция;
- c. интенсивной нагрузки.

24. Полное или частичное нарушение целостности кости, это:

- a. перелом;
- b. ушиб;
- c. вывих.

25. Атрофия, это:

- a. заболевание, характеризующееся снижением количества гемоглобина в крови;
- b. изменения функции ткани и уменьшение ее жизнеспособности;
- c. 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?

- a. I степени;
- b. II степени;
- c. III степени;
- d. IV степени.

27. Аутодермопластику применяют при лечении ожогов:

- a. III A степени;
- b. II степени;
- c. III B и IV степени.

28. В классификации отморожений выделяют:

- a. II степени;
- b. V степеней;
- c. III степени;
- d. IV степени.

29. Детский церебральный паралич (ДЦП) является:

- a. прогрессирующим заболеванием;
- b. не прогрессирующим заболеванием;
- c. медленно прогрессирующим.

30. В отечественной классификации ДЦП выделяют:

- a. V форм заболевания;
- b. IV формы заболевания;
- c. III формы заболевания;
- d. II формы заболевания.

31. Что из нижеследующего не является абсолютным противопоказанием к назначению массажа?

- a. гангрена;
- b. активная форма туберкулеза;
- c. воспаление лимфатических сосудов и узлов;
- d. злокачественные болезни крови.

32. Гигиеническая норма температуры воздуха в кабинете массажа:

- a. 18-20оС;
- b. 20-22оС;
- c. 22-24оС;
- d. 24-26оС.

33. Стандартная кушетка для массажа имеет длину:

- a. 170-180 см;
- b. 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. а 9. с 17. б 25. с 33. с 41. б
- 2. d 10. с 18. а 26. б 34. с 42. с
- 3. б 11. с 19. б 27. с 35. б 43. а
- 4. с 12. б 20. б 28. d 36. б 44. б
- 5. с 13. с 21. с 29. б 37. с 45. а
- 6. с 14. с 22. с 30. а 38. а 46. d
- 7. d 15. d 23. с 31. с 39. с 47. с
- 8. б 16. а 24. а 32. б 40. б 48. б

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 неадекватная 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 1 /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 A /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»

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. Виды спортивного массажа. Техника их выполнения. Массаж в различных видах спорта.

Вопросы к экзамену по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»

1. Гипертоническая и гипотоническая болезнь. Их отличие. Методика лечебной гимнастики.
2. Формы ожирения. Задача и методика ЛФК.
3. Массаж юных спортсменов, женщин.
4. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
5. Массаж лиц пожилого возраста.
6. Восстановительный массаж и мази.
7. ЛФК при травмах ОДА. Задачи и периоды лечебной гимнастики.
8. ЛФК при остеохондрозе (шейный и спины).
9. Массаж, виды массажа. Гигиенические основы, методика массажа.
10. Общие основы методики проведения ЛФК при травмах головного мозга.
11. Тейпирование.
12. Техника классического массажа.
13. Травмы коленного сустава. Задачи и методика ЛФК.
14. Спортивный массаж, его виды, методика.
15. Задачи ЛФК и специальные упражнения при пневмонии.
16. Подготовительный массаж.
17. Ишемическая болезнь сердца. Система реабилитации, лечебная
18. заболевания.
19. Профилактический массаж
20. ЛФК при травмах локтевого сустава.
21. Реабилитационный массаж. Методика массажа детей и женщин.
22. Клинико-физиологическое обоснование и механизмы лечебного
23. упражнений при отморожениях.
24. Значение и задачи физического воспитания учащихся специальной медицинской группы в школе.
25. Механизмы лечебного действия физических упражнений при ожоговой болезни.
26. Сегментарный массаж.
27. Организация занятий по физическому воспитанию с учащимися СМГ.
28. Заболевания органов пищеварения. Нарушения метаболизма.
29. Массаж при занятиях лыжными гонками.
30. Содержание и организационно-методические особенности построения урока в СМГ, самоконтроль в процессе физического воспитания.
31. Виды дефектов осанки.

32. Точечный массаж.
33. ЛФК - часть системы физического воспитания, как лечебно-педагогический процесс.
34. Сколиотическая болезнь. Виды и формы сколиоза.
35. Дренажный массаж.
36. Средства ЛФК.
37. Плоскостопие, его виды, причины возникновения
38. ПеркуSSIONный массаж. Методика выполнения.
39. Отличительные черты метода ЛФК.
40. Степени сколиоза, задачи и средства ЛФК.
41. Криомассаж. Методика выполнения.
42. История возникновения и развития ЛФК, показания и противопоказания
43. Задачи и организация ЛФК при дефектах осанки.
44. Восточный массаж. Методика проведения.
45. Формы ЛФК.
46. Определение осанки. Причины возникновения дефектов осанки.
47. Жаропонижающий массаж. Методика проведения.
48. Методы ЛФК.
49. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
50. Самомассаж. Методика проведения.
51. Организация ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях.
52. Бронхиальная астма. Задачи ЛФК. Специальные упражнения лечебной гимнастики.
53. Непрямой массаж сердца. Методика проведения.
54. Задачи и методика ЛФК при заболеваниях ревматизмом и пороком сердца.
55. Плеврит. Виды плеврита. Периоды курса ЛФК.
56. Массаж при занятиях легкой атлетикой.
57. Гастрит, виды протекания гастрита, лечебная гимнастика в различных периодах заболевания.
58. Общие основы методики проведения ЛФК при травмах спинного мозга.
59. Баночный массаж.
60. ЛФК при хирургических заболеваниях и повреждение органов грудной клетки и брюшной полости.
61. ЛФК при лучевых болезнях.
62. ЛФК при заболеваниях почек.

63. Точечный массаж, сегментарный, массаж лица, аппаратный массаж.

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 <i>Дописать оценку в соответствии с компетенциями. Привязать к дисциплине</i>
<i>«отлично»</i>	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 другим и видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал различной литературы, правильно обосновывает принятое нестандартное решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач по формированию общепрофессиональных компетенций
<i>«хорошо»</i>	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, а также имеет достаточно полное представление о значимости знаний по дисциплине.
<i>«удовлетворительно»</i>	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 сложности при выполнении практических работ и затрудняется связать теорию

	вопроса с практикой.
<i>«неудовлетворительно»</i>	Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, неуверенно отвечает, допускает серьезные ошибки, не имеет представлений по методике выполнения практической работы. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по данной дисциплине.