

**ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО
ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ
высшего образования
подготовки кадров высшей квалификации
по программе ординатуры 31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина
(квалификация «Врач по лечебной физкультуре и спортивной медицине»)**

Перечень оценочных средств

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
1	Задания в тестовой форме, ситуационные задачи	Перечень заданий в тестовой форме с эталонами ответов	
2	Вопросы и тесты для промежуточной аттестации	Перечень вопросов для собеседования по разделам (модулям)	
3	Экзаменационные билеты и тесты для ГИА	Экзаменационные билеты для ГИА	

1. ЗАДАНИЯ В ТЕСТОВОЙ ФОРМЕ, СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ С ЭТАЛОНАМИ ОТВЕТОВ

Тема: Общие основы лечебной физкультуры

Тестовые задания

- 1. Для лечебной физкультуры характерны все перечисленные черты, исключая:**
 - а) активность больного в процессе лечения
 - б) метод специфической терапии
 - в) метод естественно-биологического содержания
 - г) метод патогенетической терапии
 - д) метод общетренирующей терапии
- 2. Местная физическая нагрузка - это:**
 - а) специальная нагрузка направленного действия
 - б) нагрузка, охватывающая определенную группу мышц
 - в) нагрузка, чередующая с общей нагрузкой и используемая по типу - от здоровых участков к поврежденным
 - г) все перечисленное
- 3. При назначении ЛФК врач обязан:**
 - а) определить диагноз
 - б) уточнить лечебные задачи
 - в) подобрать средства медикаментозного лечения
 - г) провести дополнительные исследования
 - д) провести исследования функционального состояния и физической подготовленности больного
- 4. Методические принципы применения физических упражнений у больных основаны на всем перечисленном, кроме:**
 - а) постепенности возрастания физической нагрузки
 - б) системности воздействия
 - в) регулярности занятий
 - г) применения максимальных физических нагрузок
 - д) доступности физических упражнений
- 5. К методическим приемам дозирования физических нагрузок в лечебной физкультуре относятся все перечисленные, кроме:**
 - а) плотности нагрузки до 80%
 - б) длительности процедуры
 - в) плотности нагрузки до 100 %
 - г) изменения исходных положений
 - д) темпа упражнений
- 6. Физическая реабилитация включает все перечисленное, кроме:**
 - а) назначения двигательного режима
 - б) элементов психофизической тренировки
 - в) занятий лечебной гимнастикой
 - г) интенсивных физических тренировок
 - д) трудоустройства больного

- 7. Характеристика физических упражнений по анатомическому признаку включает:**
- а) упражнения для мелких мышечных групп
 - б) упражнения для средних мышечных групп
 - в) упражнения для крупных мышечных групп
 - г) упражнения для тренировки функции равновесия
 - д) правильно а), б), в)
- 8. К упражнениям для средних мышечных групп не относятся упражнения:**
- а) для мышц шеи
 - б) для мышц предплечья и ягодичных мышц
 - в) для мышц голени
 - г) для мышц плечевого пояса
- 9. Тренирующий двигательный режим назначается отдыхающим санатория, кроме лиц:**
- а) с начальными формами заболевания
 - б) физически подготовленных
 - в) освоивших щадяще-тренирующий режим
 - г) старческого возраста
 - д) молодого и среднего возраста с хроническими заболеваниями в удовлетворительном функциональном состоянии
- 10. Показаниями к занятиям физическими упражнениями на механоаппаратах локального действия являются все перечисленные, за исключением:**
- а) ишемической болезни сердца
 - б) артритов в остром периоде заболевания
 - в) деформирующего артроза с выраженным болевым синдромом
 - г) переломов трубчатых костей до консолидации отломков
 - д) правильно а) и б)
- 11. Для усиления мышечной нагрузки при выполнении активных движений используется все перечисленное, кроме:**
- а) движения с амортизатором
 - б) сопротивления, оказываемого инструктором
 - в) сопротивления, оказываемого самим больным
 - г) напряжения мышц сгибаемой или разгибаемой конечности
 - д) идеомоторных упражнений
- 12. Пассивные упражнения назначают преимущественно:**
- а) для улучшения лимфообращения
 - б) для улучшения кровообращения
 - в) лечения тугоподвижности в суставах, а также при парезах и параличах
 - г) улучшения функционального состояния сердечно-сосудистой системы
- 13. Упражнения на равновесие и координацию движений являются специальными у всех перечисленных больных, кроме:**
- а) больных с вертебробазилярной недостаточностью
 - б) больных с болезнью Миньера
 - в) больных с нарушениями мозгового кровообращения
 - г) больных с неврозами и психопатиями
 - д) больных с опущением внутренних органов

14. Основными показаниями к назначению физических упражнений в воде являются все перечисленные, кроме:

- а) хронических болезней кожи
- б) заболеваний опорно-двигательного аппарата
- в) заболеваний внутренних органов при удовлетворительном функциональном состоянии
- г) заболеваний нервной системы
- д) гипокинезии

15. Профессиональные обязанности врача по лечебной физкультуре включают:

- а) клиническое обследование больного и постановку диагноза
- б) специальное обследование больных, назначенных на ЛФК
- в) определение методики и дозировки физических упражнений, изучение эффективности ЛФК
- г) тестирование физической работоспособности больного
- д) правильно все, кроме а) и г)

16. Профессиональные обязанности врача ЛФК включают:

- а) врачебный контроль за проведением процедур
- б) консультации больных по вопросам ЛФК
- в) консультации лечащих врачей и среднего медперсонала по вопросам ЛФК
- г) контроль за санитарно-гигиеническим состоянием мест занятий ЛФК
- д) все перечисленное

17. Норма нагрузки инструктора ЛФК для проведения лечебной гимнастики терапевтическому больному в остром и подостром периоде заболевания и постельном режиме составляет:

- а) 30 мин.
- б) 20 мин.
- в) 15 мин.
- г) 10 мин.

18. Норма нагрузки инструктора ЛФК для проведения лечебной гимнастики терапевтическому больному в периоде выздоровления и хроническом течении составляет:

- а) 50-45 мин.
- б) 45-40 мин.
- в) 35-25 мин.
- г) 15-20 мин.
- д) 10-15 мин.

19. Норма нагрузки инструктора ЛФК при физических упражнениях с беременными и роженицами в роддомах и женских консультациях составляет:

- а) индивидуально -10 мин.
- б) индивидуально -15 мин., групповым методом - 30 мин.
- в) индивидуально -25 мин., групповым методом - 40 мин.

20. Профессиональные обязанности врача по лечебной физкультуре включают:

- а) клиническое обследование больного и постановку диагноза
- б) специальное обследование больных, назначенных на ЛФК
- в) определение методики и дозировки физических упражнений, изучение эффективности ЛФК
- г) тестирование физической работоспособности больного по методу
- д) правильно все, кроме а) и г)

21. Профессиональные обязанности врача ЛФК включают все, кроме:

- а) определения физической нагрузки, соответствующей функциональному состоянию больного
- б) определения индивидуальной толерантности больного к физической нагрузке
- в) изменения режима больного
- г) проведения процедур лечебной гимнастики с отдельными больными по показаниям
- д) составления схем процедуры лечебной гимнастики

22. Врач ЛФК врачебно-физкультурного диспансера обязан выполнять все, кроме:

- а) специальных обследований больных, направленных на ЛФК
- б) контроля работы инструкторов ЛФК и массажистов
- в) тестирования физической работоспособности спортсменов
- г) определения методики физических упражнений для больных
- д) определения методики специальных физических упражнений спортсменам с травмами и заболеваниями

23. Врач ЛФК санатория должен выполнять следующие обязанности, кроме

- а) проведения коррекции режима движений больного
- б) определения форм ЛФК и их дозировки
- в) контроля проведения занятий ЛФК инструктором ЛФК
- г) определения методики проведения климатотерапевтических процедур при физических упражнениях
- д) проведения физкультурно-оздоровительных праздников

24. Врач ЛФК больницы должен выполнять все, кроме:

- а) обходов больных по отделениям с целью своевременного назначения на ЛФК
- б) уточнения клинического диагноза больного
- в) самостоятельного изменения режима движений больных
- г) проведения обследований больных, назначенных на ЛФК
- д) определения методики и дозировки физической нагрузки в разных формах

25. Форма нагрузки врача ЛФК на обследование одного больного составляет:

- а) 60 мин.
- б) 50 мин.
- в) 30 мин.
- г) 20 мин.
- д) 10 мин.

26. Норма нагрузки инструктора ЛФК для лечебной гимнастики терапевтическому больному в периоде выздоровления и хроническом течении состояния:

- а) 50-45 мин.
- б) 45-40 мин.
- в) 35-20 мин.
- г) 15-20 мин.
- д) 10-15 мин.

27. Норма нагрузки инструктора ЛФК для проведения лечебной гимнастики травматологическому больному в период иммобилизации составляет:

- а) 40-30 мин.
- б) 30-35 мин.
- в) 25-10 мин.
- г) 10-15 мин.

28. Норма нагрузки инструктора ЛФК для проведения лечебной гимнастики при травмах позвоночника и таза составляет:

- а) 10-20 мин.
- б) 20-30 мин.
- в) 30-45 мин.
- г) 45-60 мин.

29. Норма нагрузки инструктора ЛФК для проведения лечебной гимнастики неврологическим больным составляет:

- а) 10-20 мин.
- б) 20-30 мин.
- в) 30-45 мин.
- г) 45-60 мин.

30. Профессиональные обязанности инструктора лечебной физкультуры с высшим образованием включают:

- а) соблюдение методических принципов построения занятий ЛФК в соответствии с состоянием больного
- б) контроль переносимости больными физических нагрузок
- в) контроль за техническим состоянием спортивного инвентаря в кабинете ЛФК и на спортплощадках
- г) обеспечение санитарно-гигиенических условий занятий ЛФК
- д) все перечисленное

31. Лечебная физкультура - это:

- а) лечебный метод
- б) научная дисциплина
- в) медицинская специальность
- г) составная часть реабилитационного процесса
- д) все перечисленное

32. Общая физическая нагрузка - это:

- а) нагрузка, обязательно включающая в активную деятельность все мышечные группы
- б) нагрузка, частично охватывающая группы мышц, но с напряженной работой
- в) и то, и другое
- г) ни то, ни другое

33. Понятию лечебной физкультуры соответствуют термины:

- а) физическая реабилитация
- б) кинезотерапия
- в) рефлексотерапия
- г) механотерапия
- д) правильно а) и б)

34. Местная физическая нагрузка - это:

- а) специальная нагрузка направленного действия
- б) нагрузка, охватывающая определенную группу мышц
- в) нагрузка, чередующая с общей нагрузкой и используемая по типу - от здоровых участков к поврежденным
- г) все перечисленное

35. Метод лечебной физкультуры - это:

- а) метод патогенетической терапии
- б) метод профилактики терапии
- в) метод функциональной терапии
- г) все перечисленное

36. К средствам лечебной физкультуры не относятся:

- а) режим приема медикаментов
- б) физические упражнения
- в) настольные игры
- г) массаж
- д) гимнастика йогов

37. При назначении ЛФК врач обязан:

- а) определить диагноз
- б) уточнить лечебные задачи
- в) подобрать средства медикаментозного лечения
- г) провести дополнительные исследования
- д) провести исследование функционального состояния и физической подготовки больного

38. Средствами физкультуры решаются все перечисленные задачи, кроме:

- а) повышения неспецифической сопротивляемости организма
- б) замещения недостающих гормонов
- в) восстановления нарушенного объема движения
- г) компенсации недостаточности дыхания
- д) стимуляции экстракардинальных факторов кровообращения

39. Преимущественными методами ЛФК в детской клинике являются:

- а) самостоятельный метод
- б) групповые занятия ЛФК
- в) спортивные соревнования
- г) механотерапия
- д) игровой метод

40. Методические принципы применения физических упражнений у больных основаны на всем перечисленном, кроме:

- а) постепенности возрастания физической нагрузки
- б) системности воздействия
- в) регулярности занятий
- г) применения максимальных физических нагрузок
- д) доступности физических упражнений

41. В клинике внутренних болезней лечебная физкультура используется во всех перечисленных формах, кроме:

- а) мануальной терапии
- б) утренней гимнастики

- в) лечебной гимнастики
- г) элементов спортивных упражнений
- д) игр

42. К методическим приемам дозирования физических нагрузок в лечебной физкультуре относятся все перечисленные, кроме:

- а) плотности нагрузки до 80 %
- б) длительности процедуры
- в) плотности нагрузки до 100 %
- г) изменения исходных положений
- д) темпа упражнений

43. Физическая реабилитация включает все перечисленное, кроме:

- а) назначение двигательного режима
- б) элементов психофизической тренировки
- в) занятий лечебной гимнастики
- г) интенсивных физических тренировок
- д) трудоустройства больного

44. Характеристика физических упражнений по анатомическому признаку включает:

- а) упражнения для мелких мышечных групп
- б) упражнения для средних мышечных групп
- в) упражнения для крупных мышечных групп
- г) упражнения для тренировки функции равновесия
- д) правильно а), б), в)

45. К двигательным режимам в санатории относятся:

- а) палатный
- б) щадящий и щадяще-тренирующий
- в) свободный
- г) тренирующий
- д) правильно б) и г)

46. Щадящий двигательный режим назначается отдыхающим санатория:

- а) с острыми респираторными инфекциями и обострением ишемической болезни сердца
- б) перенесшим острые заболевания до поступления в санаторий
- в) органическими заболеваниями внутренних органов с выраженной функциональной недостаточностью
- г) органическими заболеваниями нервной системы и опорно-двигательного аппарата с болевым синдромом при движениях

47. Щадяще-тренирующий двигательный режим предусматривает объем двигательной активности:

- а) 10-8 ч в сутки
- б) 8-6 ч в сутки
- в) 6-4 ч в сутки
- г) 3-4 ч в сутки
- д) 1-2 ч в сутки

48. Тренирующий двигательный режим назначается отдыхающим санатория, кроме лиц:

- а) с начальными факторами заболевания
- б) физически подготовленных

- в) освоивших шадюще-тренирующий режим
- г) старческого возраста
- д) молодого и среднего возраста с хроническими заболеваниями в удовлетворительном функциональном состоянии

49. Целесообразная протяженность маршрутов ходьбы на шадющем и шадюще-тренирующем двигательных режимах для однократной прогулки:

- а) 200 м
- б) от 200 до 400 м
- в) от 500 до 3000 м
- г) от 4000 до 5000 м
- д) свыше 5000 м

50. Дозирование нагрузки на велотренажере у больных осуществляется всем перечисленным, кроме:

- а) скорости вращения педалей
- б) продолжительности велотренировки
- в) мощности нагрузки в ваттах
- г) энергетических затратах в килокалориях в минуту

51. Основные средства ЛФК:

- а) физические упражнения;
- б) различные виды массажа;
- в) естественные природные факторы;
- г) водолечение.

52. Основные формы ЛФК:

- а) процедура лечебной гимнастики;
- б) утренняя гигиеническая гимнастика;
- в) ходьба (дозированная, по пересеченной местности и др.)
- г) иппотерапия (райттерапия).

53. Основное действие физических упражнений:

- а) трофическое;
- б) тонизирующее;
- в) компенсаторное;
- г) нормализующее;
- д) восстанавливающее нарушенные функции.

54. Основные направления ЛФК в медицинских учреждениях:

- а) восстановительное;
- б) поддерживающее;

- в) профилактическое;
- г) комбинированное.

55. Профессиональные обязанности врача по лечебной физкультуре включают

- а) клиническое обследование больного и постановку диагноза
- б) специальное обследование больных, назначенных на ЛФК
- в) определение методики и дозировки физических упражнений, изучение эффективности ЛФК
- г) тестирование физической работоспособности больного
- д) правильно все, кроме а) и г)

56. Врач ЛФК санатория должен выполнять следующие обязанности, кроме

- а) проведения коррекции режима движений больного
- б) определение форм ЛФК и их дозировки
- в) контроля проведения занятий ЛФК инструктором ЛФК
- г) определения методики проведения климатотерапевтических процедур
- д) проведение физкультурно-оздоровительных праздников

57. Лечебная физкультура – это

- а) лечебный метод
- б) научная дисциплина
- в) медицинская специальность
- г) составная часть реабилитационного процесса
- д) все перечисленное

58. Метод лечебной физкультуры – это

- а) метод патогенетической терапии
- б) метод профилактической терапии
- в) метод фундаментальной терапии
- г) все перечисленное
- д) только б) и в)

59. Лечебная гимнастика имеет все следующие разделы процедур, кроме

- а) вводного
- б) тренирующего
- в) основного
- г) заключительного

60. Формами лечебной физкультуры не являются

- а) утренняя гигиеническая гимнастика
- б) физические упражнения и массаж
- в) дозированная ходьба
- г) механотерапия

61. К упражнениям для крупных мышечных групп не относятся упражнения

- а) для мышц туловища
- б) для мышц рук
- в) для мышц рук и плечевого пояса
- г) для мышц плечевого пояса
- д) комбинированные

62. К формам лечебной физкультуры на щадящем двигательном режиме не относится

- а) бег трусцой и велотренинг
- б) лечебная гимнастика
- в) дозированная ходьба
- г) малоподвижные игры

63. Степень активности динамических упражнений у больного определяется

- а) задачами лечения
- б) состоянием больного и его возрастом
- в) характером заболевания или повреждения
- г) созданием адекватной нагрузки
- д) всем перечисленным

64. Гимнастические упражнения подразделяются по видовому признаку на все перечисленные, кроме

- а) порядковых
- б) подготовительных
- в) корригирующих
- г) на координацию
- д) на тренажерах

65. Упражнения с сопротивлением позволяют воздействовать на мышечные группы

- а) сгибателей
- б) разгибателей
- в) отводящих мышц
- г) приводящих мышц
- д) всех перечисленных групп мышц

ЭТАЛОНЫ ПРАВИЛЬНЫХ ОТВЕТОВ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ
1	Б	34	б
2	Б	35	в
3	абд	36	бвг
4	Г	37	Б
5	В	38	Б
6	Д	39	д
7	Д	40	г
8	В	41	а
9	Бв	42	в
10	Д	43	д
11	абвг	44	д
12	авбг	45	д
13	Д	46	абвг
14	А	47	б
15	Д	48	г
16	Д	49	б
17	В	50	а
18	В	51	абв
19	Б	52	аб
20	Д	53	абвгд
21	Б	54	г
22	В	55	д
23	Г	56	г
24	А	57	д
25	Г	58	г
26	В	59	б
27	В	60	г
28	Б	61	Б
29	Б	62	а

30	Д	63	д
31	Д	64	д
32	А	65	д
33	Д		

Тесты по теме «ЛФК при сердечно-сосудистых заболеваниях»

1. Назовите показания к началу применения средств ЛФК у больных с острым инфарктом миокарда

- а. Купирование болевого синдрома
- б. Вторые-третьи сутки после начала заболевания
- в. Появление признаков рубцевания на ЭКГ
- г. Стабилизация клинического состояния
- д. Купирование угрожающих жизни осложнений
- е. Правильно: а,г,д

2. Назовите специальные упражнения лечебной гимнастики у больных острым инфарктом миокарда в первом периоде (первая ступень активности)

- а. Упражнения на координацию и внимание
- б. Повороты на бок
- в. Упражнения для мелких и средних мышечных групп конечностей
- г. Дыхательные упражнения с тренировкой диафрагмального дыхания

3. Назовите критерии начала тренировок в ходьбе у постинфарктных больных на стационарном этапе реабилитации

- а. 5-7 день от начала реабилитации
- б. 10-15 день от начала реабилитации
- в. хорошее самочувствие пациента
- г. 1) сроки : 6-10 день при I классе тяжести; 11-13 день при II классе тяжести; 10-15 день при III классе тяжести инфаркта миокарда. Во всех случаях на ЭКГ должны регистрироваться признаки рубцевания миокарда

4. Ко II функциональному классу тяжести больных в остром периоде инфаркта миокарда относятся следующие пациенты:

- а. Инфаркт миокарда крупноочаговый, нетрансмуральный;
- б. Осложнений нет или осложнения I группы;
- в. Стенокардии нет или редкие приступы (не более 1 раза в сутки), не сопровождающиеся изменениями на ЭКГ;
- г. Стенокардия 6 и более приступов в сутки

5. Ко II группе осложнений инфаркта миокарда относятся:

- а. постоянная форма мерцательной аритмии
- б. недостаточность кровообращения IIА стадии
 - в. пароксизмальные нарушения ритма за исключением пароксизмальной тахикардии
- г. недостаточность кровообращения I стадии

6. К IV функциональному классу ХСН относятся пациенты, преодолевающие за 6 минут

- а. ≤ 150 м
- б. 151-300 м
- в. 301-425 м
- г. 426-550 м

7. Ко II функциональному классу ХСН относятся пациенты, показавшие в тесте 6-минутной ходьбы следующие результаты:

- а. 426-550 м
- б. 301-425 м
- в. 151-300 м
- г. ≤ 150 м

8. При проведении велоэргометрии больным ИБС II-го функционального класса мощность последней ступени нагрузки составляет

- а 150 кгм/мин;
- б 750 кгм/мин и выше;
- в 300 – 450 кгм/мин;
- г 450 – 600 кгм/мин

9. Длительный покой больного с инфарктом миокарда может привести:

- а) к тахикардии
- б) к застойной пневмонии
- в) к тромбоэмболическим осложнениям
- г) к развитию коронарных коллатералей
- д) снижению систолического объема крови

10. В классификации по степени тяжести ишемической болезни сердца выделяют следующие функциональные классы:

- а) стабильная и нестабильная стенокардия
- б) стенокардия покоя и напряжения
- в) I, II, III, IV функциональные классы

11. Основными формами интенсивных физических тренировок больных ишемической болезнью сердца является все перечисленное, за исключением:

- а) ходьба и бега
- б) занятий на тренажерах
- в) гимнастических упражнений
- г) ходьба на лыжах
- д) занятий атлетической гимнастикой

12. Программа физической реабилитации больных ишемической болезнью сердца III функционального класса, включает все перечисленное, кроме:

- а) лечебной гимнастики до 20 мин. с частотой сердечных сокращений 100-110 ударов в минуту
- б) плавания в бассейне и бега трусцой
- в) ходьбы в медленном темпе

г) облегченных бытовых нагрузок

13. Задачи физической реабилитации больных инфарктом миокарда на послебольничном этапе включают все перечисленное, исключая:

- а) неограниченную ходьбу по лестнице
- б) тренировку кардиореспираторной системы
- в) восстановление трудоспособности
- г) повышение толерантности к физической нагрузке

14. Специальные упражнения лечебной гимнастики при гипертонической болезни I стадии включают все перечисленное, кроме:

- а) силовых упражнений
- б) упражнений на координацию
- в) упражнений для малых мышечных групп
- г) упражнений на расслабление мышц
- д) упражнений на вестибулярную тренировку

15. Задачи лечебной гимнастики при гипертонической болезни в первую половину курса лечения включают:

- а) мобилизацию и умеренную тренировку экстракардиальных факторов кровообращения
- б) улучшение функции внешнего дыхания
- в) улучшение окислительно-восстановительных процессов, снижения сосудистого тонуса
- г) улучшение психо-эмоционального состояния больных
- д) всё перечисленное

16. К специальным упражнениям для больных гипертонической болезнью относятся все перечисленные, за исключением:

- а) упражнений на расслабление
- б) упражнений на координацию и внимание
- в) дыхательных упражнений
- г) упражнений для тренировки функции вестибулярного аппарата
- д) упражнений с большой амплитудой движения для туловища и головы

17. При выполнении физических упражнений для больных гипертонической болезнью в первую половину курса лечения методические рекомендации предусматривают все перечисленное, исключая:

- а) темп медленный, средний
- б) амплитуду движений возможную
- в) свободного выполнения упражнений, без напряжения
- г) выполнение упражнений в изометрическом режиме
- д) резкие повороты, наклоны головы, туловища

18. Целью занятий лечебной гимнастикой перед операцией больным с врожденным пороком сердца с выраженной декомпенсацией кровообращения является все перечисленное, кроме:

- а) активизации дыхания
- б) уменьшения венозного застоя
- в) улучшения периферического кровообращения
- г) обучения специальному дыханию в сочетании с движениями, которые применяются в послеоперационном периоде

д) тренировки сократительной функции сердца

19. В раннем послеоперационном периоде у больных с врожденным пороком сердца применяют все следующие упражнения, кроме:

- а) дыхательных
- б) глубокого дыхания с откашливанием
- в) движение пальцев рук и стоп
- г) наклонов туловища
- д) упражнений для средних мышечных групп

20. Средняя продолжительность процедуры лечебной гимнастики для больных с врожденными пороками сердца в послеоперационном периоде на палатном режиме составляет:

- а) 10-12 мин.
- б) 13-15 мин.
- в) 16-19 мин.
- г) 20-25 мин.
- д) 26-30 мин.

21. Показателями готовности детей к занятиям массовой физкультурой и спортом через 3 года после операции по поводу врожденного порока сердца являются все перечисленные, кроме:

- а) отсутствия жалоб в покое и при физической нагрузке
- б) отсутствия патологии в лабораторных анализах крови и мочи
- в) отсутствия отклонений электрокардиограмм в покое и при нагрузке
- г) низкой толерантности к физическим нагрузкам
- д) хорошего самочувствия

22. Задачи лечебной физкультуры при пороках сердца на постельном режиме направлены на все, кроме:

- а) улучшения периферического кровообращения и уменьшения венозного
- б) увеличения коронарного кровотока
- в) воспитания правильного полного дыхания с удлиненным выдохом
- г) повышения физической работоспособности
- д) профилактики тромбозов и эмболии

23. Для уменьшения гипертензии в малом круге кровообращения у больных с пороками сердца применяют следующие виды дыхательных упражнений:

- а) с удлиненным выдохом
- б) с задержкой дыхания на вдохе
- в) с задержкой дыхания на выдохе
- г) диафрагмальное дыхание
- д) правильно а) и г)

24. Для оценки функционального состояния сердечно -сосудистой системы используются все перечисленные тесты, кроме:

- а) пробы Руфье
- б) пробы Мастера
- в) пробы Мартине
- г) пробы Генчи

25. Возбуждение синусового узла отражают на ЭКГ:

- а) зубец Р
- б) не отражают
- в) ORS
- г) P-Q
- д) Q-T

26. Допустимая продолжительность зубца Р при нормальной частоте сердечных сокращений составляет:

- а) 0,04-0,08
- б) 0,05-0,09
- в) 0,06-0,10
- г) 0,07-0,10
- д) 0,08-0,12

27. Допустимая продолжительность зубца Q при нормальной частоте сердечных сокращений составляет:

- а) до 0,03
- б) до 0,04
- в) до 0,05
- г) до 0,06
- д) до 0,07

28. Допустимая продолжительность интервала P-Q при нормальной частоте сердечных сокращений составляет:

- а) 0,09-0,18
- б) 0,10-0,19
- в) 0,11-0,20
- г) 0,12-0,20
- д) 0,12-0,22

29. Допустимая продолжительность комплекса QRS при нормальной частоте сердечных сокращений составляет:

- а) 0,04-0,08
- б) 0,08-0,09
- в) 0,06-0,11
- г) 0,08-0,12

30. Соотношение высоты зубцов R в 1-м, 2-м, 3-м стандартных отведениях при отклонении электрической оси сердца влево составляет:

- а) $R_1 > R_2 > R_3$
- б) $R_3 > R_2 > R_1$
- в) $R_2 > R_1 > R_3$
- г) $R_1 = R_2 = R_3$
- д) $R_2 < R_1 < R_3$

31. Величина угла альфа при нормальном положении электрической оси сердца составляет:

- а) от 90- до 0
- б) от 0 до +30
- в) от +30 до +70

- г) от +70 до +90
- д) от +90 до +180

32. К особенностям ЭКГ у детей относятся все перечисленное, кроме:

- а) синусовой тахикардии
- б) синусовой брадикардии
- в) высокого зубца Р
- г) высокого зубца Q
- д) укороченная продолжительности зубца Р, комплекса QRS и интервала Р-Q

33. К неблагоприятным изменениям показателей ЭКГ во время и после физических нагрузок не относятся:

- а) снижение вольтажа зубцов R и T в большинстве отделений
- б) однонаправленное изменение амплитуды зубцов R и T
- в) появление аритмий
- г) изменение функции автоматизма
- д) изменение функции проводимости

34. Реабилитацию при неосложненном инфаркте миокарда следует начинать:

- а) с первых суток от возникновения инфаркта
- б) с первой недели от возникновения инфаркта
- в) с третьей недели от возникновения инфаркта
- г) с четвертой недели от возникновения инфаркта
- д) с шестой недели от возникновения инфаркта

35. Основными критериями определения функциональных классов больных ишемической болезнью сердца является все перечисленное, кроме:

- а) частоты приступов стенокардии
- б) толерантности к физической нагрузке
- в) клинического анализа крови
- г) степени недостаточности кровообращения
- д) степени нарушения коронарного кровообращения

36. Задачи физической реабилитации больных с инфарктом миокарда на больничном этапе включают:

- а) предупреждение осложнений постельного режима
- б) улучшение периферического кровообращения и дыхания
- в) подготовку к вставанию и ходьбе, обучению ходьбе по лестнице
- г) подготовку к самообслуживанию
- д) все перечисленное

37. К видам физической активности больных инфарктом миокарда на послебольничном этапе относятся все перечисленное, кроме:

- а) выполнение лечебной гимнастики 30-40 мин.
- б) интенсивных физических тренировок с элементами спортивных игр
- в) дозированных тренировок на велоэргометре
- г) ходьба по ровной местности на 3-5 км. и более
- д) подъем по лестнице на 2-5 этаж

38. Специальные упражнения лечебной гимнастики при гипертонической болезни 1 стадии включают все перечисленное, кроме:

- а) силовых упражнений
- б) упражнений на координацию
- в) упражнений для малых мышечных групп
- г) упражнений на расслабление мышц
- д) упражнение на вестибулярную тренировку

39. Клинико-физиологическое обоснование лечебной физкультуры при гипертонической болезни предусматривает:

- а) уравнивание процессов возбуждения и торможения
- б) координацию функций важнейших органов и систем, вовлеченных в патологический процесс
- в) снижение общего периферического сопротивления
- г) активизацию противосвертывающей системы крови
- д) все перечисленное

40. Задачи лечебной гимнастики при гипертонической болезни во вторую половину курса лечения включают:

- а) тренировку экстракардиальных и кардиальных факторов кровообращения
- б) тренировку пластичности нервных процессов
- в) тренировку функции дыхательной системы
- г) выравнивание ассиметрии в состоянии тонуса сосудов
- д) все перечисленное

41. Противопоказаниями к ЛФК у больных облитерирующим атеросклерозом артерий нижних конечностей являются:

- а) прогрессирующий некроз тканей
- б) тромбоэмболия сосудов сердца и мозга
- в) боли в покое
- г) тромбоз артерий нижних конечностей
- д) правильно а) и б)

42. Показания к применению ЛФК при болезнях периферических сосудов являются:

- а) облитерирующий тромбангиит 1-3-й степени, ангиоспазм
- б) облитерирующий атеросклероз артерий нижних конечностей 1-3-й степени, посттромбофлебитический синдром
- в) острый тромбофлебит
- г) облитерирующий тромбофлебит с мигрирующим флебитом
- д) правильно а) и б)

43. Задачи ЛФК у больных варикозным расширением вен и последствиями тромбофлебита глубоких вен предусматривают все перечисленное, исключая:

- а) развитие мышечной системы и повышение устойчивости при ходьбе
- б) улучшение венозного оттока из пораженных конечностей
- в) улучшение трофики тканей пораженных конечностей
- г) повышение тонуса мышц ног

44. К задачам лечебной физкультуры у больных с пороками сердца относятся все перечисленные, за исключением:

- а) повышения компенсаторных возможностей сердечно -сосудистой системы
- б) расширения функциональной способности дыхательной системы
- в) улучшения нервно-психического состояния

- г) повышения физической работоспособности
- д) тренировки сердечно -сосудистой системы

45. Особенности методики лечебной физкультуры у больных с врожденными пороками сердца, гипертонией в малом круге кровообращения включают в себя все перечисленное, кроме:

- а) широкого применения нагрузочных упражнений
- б) ограничения нагрузочных упражнений и увеличения дыхательных упражнений
- в) уменьшения дыхательных упражнений
- г) применения упражнений, вызывающих кашель
- д) правильно б) и г)

46. Показателями готовности детей к занятиям массовой физкультурой и спортом через 3 года после операции по поводу врожденного порока сердца являются все перечисленные, кроме:

- а) отсутствия жалоб в покое и при физической нагрузке
- б) отсутствия патологии в лабораторных анализах крови и мочи
- в) отсутствия отклонений электрокардиограмм в покое и при нагрузке
- г) низкой толерантности к физическим нагрузкам
- д) хорошего самочувствия

47. Длительный покой больного с инфарктом миокарда может привести:

- а. к тахикардии
- б. к артериальной гипертензии
- в. к тромбэмболическим осложнениям
- г. к развитию коронарных коллатералей
- д. снижению систолического объема крови

48. Назовите признаки рубцовой стадии инфаркта миокарда

- а. наличие патологического Q
- б. сегмент ST на изолинии
- в. увеличение амплитуды R
- г. стабилизация формы зубца T

49. Физическая реабилитации больных инфарктом миокарда включает следующие этапы:

- а. больничный
- б. общий режим
- в. послебольничный
- г. поддерживающий

50. Задачи физической реабилитации больных инфарктом миокарда на больничном этапе:

- а. предупреждение осложнений постельного режима
- б. улучшение периферического кровообращения и дыхания
- в. подготовка к вставанию и ходьбе, обучение ходьбе по лестнице
- г. подготовка к самообслуживанию

Ситуационные задачи.

1. Пациент К., 52 года. Страдает ишемической болезнью сердца I ФК в течение 2 лет. Приступы стенокардии возникают редко при больших физических нагрузках. результаты ВЭМ – пробы: нагрузка в 490 кгм/мин прекращена при достижении возрастного пульса - 168 уд./мин и при отсутствии жалоб. АД на высоте нагрузки – 148/64 мм рт.ст.
а) определите максимальный и минимальный тренирующий пульс;
б) определите рекомендуемую скорость ходьбы. (ПК-1, ПК-6, ПК-8)
2. Больной 53 лет. ИБС, трансмуральный передне-перегородочный инфаркт миокарда с распространением на верхушку и боковую стенку левого желудочка, острый период, НПА,, 3 ФК. Двигательный режим – постельный. ЧСС покоя – 80 уд/мин. Назначить ЛФК. (ПК-6, ПК-8).
3. Пациент 43 года, жалобы на быструю утомляемость, плохой сон, периодически – головные боли. Из анамнеза: развивался нормально, перенесенные заболевания: ОРЗ, ангина, аппендэктомия. Наследственность: у матери артериальная гипертензия, у отца – стабильная стенокардия напряжения IIФК. Работает предпринимателем по 10 часов в сутки, иногда без выходных. Физкультурой занимается от случая к случаю (футбол). Вредные привычки отрицает. Объективно: нормостенического телосложения. АД 135/85 (изредка повышение до 145/90), ЧСС 80 в мин. Со стороны легких и сердца – без особенностей, живот мягкий, безболезненный. Данные ВЭМ : толерантность к физическо нагрузке 95 вт, толерантный пульс 152.
Данные функциональных проб : проба Штанге 35 с; проба Мартинэ-Кушелевского – астенический тип, время восстановления ЧСС 4,5 мин.
Укажите целевые параметры оздоровительной тренировки (характер физической нагрузки, продолжительность тренировки, интенсивность по ЧСС, кратность занятий в неделю). (ПК-1).
4. Пациент 60 лет, перенес острый инфаркт миокарда 3 месяца назад. Прошел стационарный и санаторно-курортный этапы реабилитации.
Данные ВЭМ: исходное ЧСС 82 в мин, АД 140/85. При мощности нагрузки 50 вт возникла горизонтальная депрессия сегмента ST на 1,5 мм в отведении А и D по Нэбу (ЧСС в это время 136 в 1 мин, АД 155/90).
Субъективно на высоте нагрузки чувство сдавления за грудиной.
Ваши рекомендации по характеру и интенсивности (по ЧСС) физических нагрузок. (ПК-6, ПК-8).
5. Пациентка 62 лет. Диагноз: Хроническая сердечная недостаточность IV ФК (по тесту с 6-минутной ходьбой). Составьте программу физических тренировок. (ПК-6, ПК-8).

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА ТЕСТЫ

№ вопроса	Правильные ответы	№ вопроса	Правильные ответы	№ вопроса	Правильные ответы
1	е	18	д	35	авгд
2	бвг	19	гд	36	д
3	г	20	в	37	б
4	б	21	г	38	а
5	бв	22	г	39	д
6	а	23	д	40	д
7	б	24	г	41	д

8	в	25	а	42	д
9	бв	26	в	43	а
10	в	27	а	44	г
11	Д	28	г	45	авг
12	Б	29	б	46	д
13	а	30	д	47	абвд
14	а	31	в	48	абг
15	д	32	б	49	авг
16	абвг	33	ад	50	абвг
17	д	34	а		

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

- а) 101-118; б) 111 шагов в мин.
- Режим Iб. Упражнения дыхательные с тренировкой диафрагмального дыхания, упражнения для мелких и средних мышечных групп конечностей, и.п. лежа на спине или с приподнятым головным концом, нагрузка минимальная (ЧСС не более 95-100 уд/мин)
- Нагрузки аэробного характера, продолжительностью 40-60 мин не менее 3 раз в неделю.
- 104-114 уд/мин.
- дыхательные упражнения;
 - через 4 нед. – упражнения для мелких мышц конечностей;
 - через 8 недель – прогрессирующая ходьба;
 - через 12 недель – занятия на велотренажере с нулевой нагрузкой

Тема – «ЛФК при заболеваниях органов дыхания».

Тестовые задания

1.Задачи лечебной физкультуры при хронических заболеваниях органов дыхания включают:

- общее укрепление и оздоровление организма
- профилактику дыхательной недостаточности
- развитие функции внешнего дыхания и стимуляцию тканевого дыхания
- улучшение гемодинамики
- верно все перечисленное

2. К специальным дыхательным упражнениям при бронхиальной астме не относятся:

- упражнения с удлиненным выдохом
- локализованное дыхание
- упражнения с произношением звуков
- полное дыхание

3. К специальным упражнениям при экссудативном плеврите относятся все перечисленные, кроме:

- диафрагмального дыхания
- «парадоксального» дыхания
- упражнений с максимальным растяжением грудной клетки
- упражнений для мышц плечевого пояса и корригирующих
- упражнений на велоэргометре

- 4. Задачи ЛФК при хронической пневмонии предусматривают:**
- а) усиление окислительно-восстановительных процессов в организме
 - б) профилактику спаечного процесса и ателектазов
 - в) повышение резервных возможностей дыхательной системы
 - г) усиление дренажной функции бронхов
 - д) все перечисленное
- 5. Противопоказаниями к назначению ЛФК при бронхиальной астме является:**
- а) частые приступы бронхиальной астмы
 - б) сопутствующий кардиосклероз
 - в) дыхательная недостаточность
 - г) низкая физическая работоспособность
- 6. К специальным упражнениям при острой пневмонии не относятся:**
- а) упражнения общеразвивающие для мелких и средних групп мышц
 - б) увеличивающие подвижность грудной клетки и диафрагмы
 - в) упражнения с задержкой на вдохе
 - г) полное дыхание
 - д) дыхательные упражнения с сопротивлением
- 7. Основные положения постурального дренажа при бронхоэктазах в средней доле правого легкого не включают:**
- а) лёжа на животе
 - б) лёжа на спине с прижатыми к груди ногами и низким изголовьем
 - в) лёжа на левом боку
 - г) лёжа на левом боку с опущенным изголовьем
- 8. Задачи ЛФК у больных после пульмоноэктомии предусматривают:**
- а) улучшение вентиляции здорового легкого
 - б) улучшения дренажной функции бронхов
 - в) профилактику деформации грудной клетки
 - г) адаптацию к бытовым нагрузкам
 - д) все перечисленное
- 9. Значение дыхательных упражнений для детей с бронхо-легочными заболеваниями состоит:**
- а) в нормализации нервной регуляции дыхания
 - б) в улучшении функции внешнего дыхания
 - в) в снижении физической и эмоциональной нагрузки при занятиях ЛФК
 - г) в профилактике деформации грудной клетки
 - д) всего перечисленного
- 10. Методические приемы, позволяющие улучшить функцию внешнего дыхания у детей, включают:**
- а) восстановление носового дыхания
 - б) улучшение проходимости бронхов
 - в) укрепление дыхательных мышц
 - г) напряжение мышц брюшного пресса
 - д) правильно все
- 11. К методическим приемам ЛФК, позволяющим улучшить эвакуацию мокроты, относятся:**

- а) использование дренажных упражнений
- б) упражнения на расслабление мышц
- в) углубление дыхания
- г) локализованное дыхание
- д) все перечисленное

12. У больных хроническими неспецифическими заболеваниями легких упражнения на расслабление способствуют всему перечисленному, кроме:

- а) уменьшения бронхоспазма
- б) снятия физического напряжения
- в) увеличения притока крови к мышцам после статического усилия
- г) уменьшения периферического сопротивления в сосудах
- д) укрепления мышц скелетной мускулатуры

13. Допустимое в норме снижение времени задержки дыхания в дыхательно-нагрузочной пробе составляет:

- а) до 40 %
- б) до 50 %
- в) до 60 %
- г) до 70 %

14. При экссудативном плеврите применяют все следующие упражнения, кроме:

- а) общеразвивающих
- б) активной коррекции позвоночника и грудной клетки
- в) развивающих подвижность диафрагмы
- г) вестибулярной тренировки

15. Для уменьшения гипертензии в малом круге кровообращения у больных с пороками сердца применяют следующие виды дыхательных упражнений:

- а) с удлинённым выдохом
- б) с задержкой дыхания на вдохе
- в) с задержкой дыхания на выдохе
- г) диафрагмальное дыхание
- д) правильно а) и г)

16. Задачи лечебной физкультуры при хронических заболеваниях органов дыхания включают:

- а) общее укрепление и оздоровление организма
- б) профилактику дыхательной недостаточности
- в) развитие функции внешнего дыхания и стимуляцию тканевого дыхания
- г) улучшение гемодинамики

17. Значение дыхательных упражнений для детей с бронхо-легочными заболеваниями состоит:

- а) в нормализации нервной регуляции дыхания
- б) в улучшении функции внешнего дыхания
- в) в снижении физической и эмоциональной нагрузки при занятиях ЛФК
- г) в профилактике деформации грудной клетки
- д) всего перечисленного

18. Задачи ЛФК при хронических заболеваниях органов дыхания включают:

- а.общее укрепление и оздоровление организма
- б.профилактику дыхательной недостаточности

- в. развитие функции внешнего дыхания и стимуляцию тканевого дыхания
- г. улучшение гемодинамики

19. Задачи ЛФК для больного острой пневмонией:

- а. предупреждение развития ателектазов
- б. улучшение бронхиальной проходимости
- в. улучшение внешнего дыхания и газообмена
- г. улучшение гемодинамики

20. Методические приемы, позволяющие улучшить эвакуацию мокроты:

- а. использование дренажных упражнений
- б. упражнения на расслабление мышц
- в. углубление дыхания
- г. локализованное дыхание

21. Показания к назначению ЛФК при экссудативном плеврите:

- а. нормализация температуры тела
- б. нерезкие боли в боку
- в. наличие экссудата
- г. легочное кровотечение

22. Специальные упражнения при эмфиземе легких:

- а. упражнения для рук и корпуса с гимнастической палкой
- б. для мышц грудной клетки
- в. дыхательные упражнения с удлиненным выдохом
- г. диафрагмальное дыхание
- д. корригирующие упражнения

23. Основные положения постурального дренажа при бронхоэктазах в нижней доле легкого:

- а. лежа на больном боку
- б. лежа на здоровом боку с приподнятым тазом
- в. стоя на четвереньках
- г. коленно-локтевое положение

24. Дыхательные упражнения, применяемые для тренировки акта выдоха:

- а. Произнесение скороговорок
- б. Счет вслух
- в. Произношение вибрирующих согласных
- д. Диафрагмальное дыхание

25. Как преимущественно нарушается функция внешнего дыхания при острой пневмонии?

- а. По рестриктивному типу
- б. По обструктивному типу

26. По какому типу преимущественно нарушается функция внешнего дыхания у больных бронхиальной астмой?

- а. По рестриктивному типу
- б. По обструктивному типу

27. Значение носового дыхания при физических упражнениях у больных ХНЗЛ заключается:

- а. в кондиционировании воздуха
- б. в тренировке дыхательной мускулатуры
- в. в очищении, согревании и увлажнении носоглотки
- г. в регуляции кровоснабжения мозга

28. Улучшению функции внешнего дыхания при ревматизме способствуют

- а) обучение правильному полному дыханию и носовому дыханию
- б) обучение диафрагмальному дыханию
- в) улучшение насыщения крови кислородом
- г) улучшение транспорта газов крови
- д) все перечисленное

29. Методический прием, помогающий повысить эффективность ЛФК у больных с хроническими нагноительными заболеваниями легких, предусматривает

- а) увеличение объема физических упражнений
- б) увеличение темпа упражнений
- в) упражнения с задержкой дыхания
- г) упражнения на тренажерах
- д) постуральный дренаж

30. Показаниями к назначению ЛФК при острой пневмонии являются

- а) снижение температуры тела
- б) тенденция к нормализации температуры и СОЭ
- в) отсутствие выраженной тахикардии
- г) все перечисленное

31. Методические приемы, позволяющие улучшить функцию внешнего дыхания у детей, включают

- а) восстановление носового дыхания
- б) улучшение проходимости бронхов
- в) укрепление дыхательных мышц
- г) напряжение мышц брюшного пресса
- д) все правильно

Ситуационные задачи

1. Больной К., 35 лет, диагноз - острая очаговая пневмония в нижней доле левого легкого. Поступил в стационар три дня назад с жалобами на боли в грудной клетке, усиливающиеся при глубоком дыхании, кашель с небольшим количеством слизисто – гнойной мокроты, слабость, потливость, повышение температуры тела до 38 С. Субфебрильная температура тела сохраняется в настоящее время. Общее состояние удовлетворительное. (формирование компетенций – ПК-6, ПК-8)

- а) показано ли больному назначение ЛФК?
- б) с какого дня следует начать ЛФК?
- в) какие средства ЛФК следует использовать в данном периоде заболевания?
- г) можно ли применять динамические дыхательные упражнения в первые дни заболевания?

д) показано ли произвольно управляемое локализованное дыхание?

2. Больная К., 34 года, диагноз – инфекционно – аллергическая бронхиальная астма, астматический статус. С детства страдает бронхиальной астмой, обострения редкие. На третьи сутки больная переведена из отделения реанимации в удовлетворительном состоянии. Формирование компетенций ПК-6 и ПК-8).

а) **имеются** ли противопоказания для назначения ЛФК?

б) определите двигательный режим;

в) определите основные задачи ЛФК;

г) показаны ли больной упражнения на расслабление?

д) является ли назначение звуковой гимнастики патогенетическим обоснованным методом лечения и почему?

3) Больной Г. 52 лет. Хронический простой не обструктивный проксимальный бронхит смешанной этиологии с редкими обострениями. Двигательный режим – щадяще-тренирующий. PWC 130 – 600 кгм/мин. Назначить ЛФК (Формирование компетенций ПК-1, ПК-6, ПК-8)

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ

№ вопроса	ответы	№ вопроса	ответы	№ вопроса	ответы	№ вопроса	ответы
1	д	9	Д	17	Д	25	А
2	б	10	Д	18	Абвг	26	Б
3	бд	11	А	19	Абвг	27	Абвг
4	д	12	Д	20	А	28	Д
5	А	13	Б	21	Абв	29	Д
6	В	14	Аг	22	Абвгд	30	Д
7	аб	15	Д	23	Г	31	д
8	Д	16	абвг	24	аб		

ОТВЕТЫ НА ЗАДАЧИ

Задача 1

- а. ЛФК противопоказана (температура тела 38°)
- б. После снижения температуры ниже 38° и уменьшении интоксикации
- в. Двигательный режим – полупостельный
- г. Нет
- д. Нет

Задача 2

- а. Противопоказаний нет
- б. Режим полупостельный
- в. Снижение тонуса бронхиальной мускулатуры, нормализация стереотипа дыхания, седативное на ЦНС и расслабляющее на скелетную мускулатуру воздействие
- г. Да
- д. Да. Произнесение шипящих, свистящих звуков на выдохе удлиняет его, вибрирующих – расслабляет бронхиальную мускулатуру.

Задача 3

Упражнения аэробного характера (быстрая ходьба, бег трусцой, работа на велотренажере, на беговой дорожке) с ЧСС 100-118, вначале 3, а через 2-3 недели 4-5 раз в неделю по 30 мин.

Тема – «ЛФК при заболеваниях органов пищеварения и заболеваниях, связанных с нарушением обмена веществ»

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Физические упражнения при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки показаны после прекращения острых болей:

- а) в 1-й день
- б) на 2-5-й день
- в) на 6-8-й день
- г) на 9-12-й день

2. При гастритах с повышенной секрецией применяются упражнения для мышц живота:

- а) без ограничений
- б) с минимальной нагрузкой
- в) с умеренной нагрузкой
- г) с субмаксимальной нагрузкой
- д) с максимальной нагрузкой

3. Изменения моторной функции желудка при физических нагрузках проявляются:

- а) в усилении перистальтики при умеренных физических напряжениях
- б) в уменьшении перистальтики при умеренных физических напряжениях
- в) в усилении перистальтики при выраженных физических напряжениях
- г) в уменьшении перистальтики при выраженных физических напряжениях
- д) правильны а) и г)

4. При гастритах с пониженной секрецией в лечебной гимнастике используется все перечисленное, кроме:

- а) упражнений общеразвивающих
- б) упражнений игрового характера
- в) специальных упражнений для мышц брюшного пресса
- г) усложненной ходьбы
- д) упражнений, значительно повышающих внутрибрюшное давление

5.В лечебной гимнастике при спастических запорах показаны все следующие упражнения, кроме:

- а) упражнений, способствующих расслаблению передней брюшной стенки
- б) с выраженным усилием мышц брюшного пресса
- в) в диафрагмальном дыхании
- г) усилием мышц конечностей
- д) динамических для мышц туловища

6.продолжительность курса лечебной физкультуры при энтероптозе должна составлять не менее:

- а) 2-х недель
- б) 1 месяца
- в) 2-х месяцев
- г) 3-х месяцев
- д) постоянно

7. Задачи лечебной физкультуры при заболеваниях печени и желчевыводящих путей заключаются:

- а) в регуляции нарушенного обмена веществ
- б) в улучшении процесса пищеварения
- в) в уменьшении застойных явлений в печени
- г) в улучшении двигательной функции желчного пузыря
- д) правильно все перечисленное

8. Адекватно подобранные физические нагрузки при нарушениях обмена веществ:

- а) снижают уровень гликемии и потребность в инсулине;
- б) снижают повышенное АД;
- в) снижают массу тела до идеальной;
- г) снижают содержание жировой ткани в организме;
- д) снижают иммунитет, устойчивость к инфекциям.

9. При гастроэзофагеальной рефлюксной болезни:

- а) упражнения рекомендуют выполнять лежа на наклонной плоскости с поднятым на 15-20 см головным концом;
- б) занятия ЛФК проводят через 2-2,5 ч после приема пищи;
- в) рекомендуют нормализацию веса;
- г) не рекомендуют наклоны туловища вперед и все движения, повышающие давление под диафрагмой;
- д) необходимо прекратить курение.

10. Показания к назначению ЛФК при заболеваниях органов пищеварения:

- а) язвенная болезнь желудка;
- б) гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь;
- в) дискинетические функциональные нарушения кишечника;
- г) острый гастрит;
- д) хронический гастрит.

11. Индекс массы тела достоверен для:

- а) лиц со средним физическим развитием в возрасте 20-60 лет;
- б) спортсменов;
- в) лиц, старше 65 лет;
- г) детей;
- д) беременных женщин.

12. Формы ЛФК, используемые при ожирении:

- а) ходьба;
- б) бег;
- в) плавание;
- г) лечебная гимнастика;
- д) занятия на циклических тренажерах.

13. Возможные осложнения у больного сахарным диабетом при неадекватном выборе физической нагрузки:

- а) гипогликемия;
- б) гипергликемия;
- в) острые состояния со стороны сердечно – сосудистой системы;
- г) кровоизлияния в сетчатку глаза;
- д) травмы нижних конечностей.

14. Физические нагрузки при заболеваниях органов пищеварения:

- а) воздействуют через движения с участием соответствующих скелетных мышц посредством моторно-висцеральных рефлексов;
- б) улучшают кровообращение в органах брюшной полости;
- в) являются основным методом лечения, оказывающим максимальный положительный эффект при обострении заболевания;
- г) стимулируют моторную функцию органов пищеварительной системы;
- д) способствуют восстановлению и сохранению трудоспособности.

15. При гастритах с повышенной секрецией применяются упражнения для мышц живота

- а) без ограничений
- б) с минимальной нагрузкой
- в) с умеренной нагрузкой
- г) с субмаксимальной нагрузкой
- д) с максимальной нагрузкой

16. В лечебной гимнастике при атонических запорах показаны упражнения

- а) способствующие изменению внутрибрюшного давления ЖКТ
- б) лежа на спине, животе, боку
- в) в статическом напряжении мышц живота
- г) прыжки и подскоки
- д) все перечисленное

17. Физические упражнения у больных с болезнями печени и желчевыводящих путей способствуют

- а) повышению внутрибрюшного давления
- б) понижению внутрибрюшного давления
- в) массажу органов брюшной полости
- г) ускорению желчевыделения

д) всему перечисленному

18. Эффективными для больных ожирением являются физические тренировки

- а) малой продолжительности
- б) средней и максимальной продолжительности
- в) субмаксимальной продолжительности
- г) средней и субмаксимальной продолжительности

19. Лечебная гимнастика показана больным сахарным диабетом

- а) легкой степени клинического течения
- б) средней тяжести
- в) с тяжелой формой диабета
- г) в предкоматозном состоянии
- д) правильно а) и б)

20. Физические нагрузки больным сахарным диабетом показаны:

- а) за час до приема пищи
- б) непосредственно перед приемом пищи
- б) сразу после приема пищи
- в) через 1,5 часа после приема пищи

СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

1. Пациент, 25 лет. Диагноз – язвенная болезнь желудка, обострение; установлен при эзофагогастродуоденоскопии. 8-й день стационарного лечения. ЧСС - 76 уд/мин, АД – 110/70 мм.рт.ст. На фоне консервативной противоязвенной терапии отмечается положительная динамика. Имеющиеся при поступлении боли в настоящее время не беспокоят. Показатели клинического анализа крови, общего анализа мочи в пределах нормальных значений. Пациент астенического телосложения, ведет малоподвижный образ жизни (для передвижения по городу пользуется собственным автомобилем), на работе сидит за компьютером, курит, 2-3 раза в неделю употребляет спиртные напитки в небольших количествах. В течение последних 3 лет отмечает регулярные обострения болезни осенью и весной. Физической культурой после окончания школы не занимался.

а) определите двигательный режим;

б) сформулируйте задачи ЛФК;

в) подберите средства ЛФК для решения поставленных задач.

2. Пациент, 60 лет, не работает. Диагноз – ожирения III степени, гипертоническая болезнь II стадии, ИБС, сахарный диабет II типа. Беспокоят одышка при ходьбе, особенно по лестнице, быстрая утомляемость, плохой сон. ИМТ – 41,5 кг/м², АД – 150/85 мм.рт.ст.; ЧСС – 80 уд/ мин в покое, до 100 уд./мин при ходьбе в среднем темпе до 300 м. Клинический анализ крови в норме. Биохимический анализ крови: глюкоза – 7,9 ммоль/л, холестерин – 8,0 ммоль/л. ЭКГ – гипертрофия левого желудочка, единичные суправентрикулярные экстрасистолы. Отмечаются подъемы систолического АД до 170 мм.рт.ст. и диастолического АД до 100мм.рт.ст. Принимает гипотензивные, противодиабетические препараты; диету не соблюдает, курит, физическая активность средняя (большую часть времени живет на даче, где работает на участке).

- а) обоснуйте назначение ЛФК;
- б) сформулируйте задачи ЛФК;
- в) подберите средства ЛФК для решения поставленных задач;
- г) рекомендуйте характер и интенсивность физической нагрузки.

3. Больная Б. 32 лет. Хронический некалькулезный холецистит, дискинезия желчевыводящих путей по гипокинетическому типу вне обострения. Назначить ЛФК

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

№ вопроса	Ответ	№ вопроса	Ответ
1	а	11	а
2	б	12	авгд
3	д	13	авг
4	д	14	абгд
5	б	15	б
6	д	16	абв
7	д	17	д
8	абвг	18	г
9	абвгд	19	д
10	абвд	20	в

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА ЗАДАЧИ

1. а). Режим свободный.
 б). Общеукрепляющее воздействие на все системы организма, совершенствование регуляции моторной и секреторной функции желудка за счет стимуляции моторно-висцеральных рефлексов, улучшение трофики органов желудочно-кишечного тракта.
 в). Упражнения умеренной интенсивности для всех мышечных групп, для мышц брюшного пресса – малой интенсивности. Избегать натуживания, статических нагрузок, исходного положения лежа на животе. Легкий массаж передней брюшной стенки.
2. а). Лечебная физкультура необходима для снижения массы тела, нормализации липидов крови, компенсации сахарного диабета, снижения нагрузки на суставы нижних конечностей (профилактика артрозов), лечения ИБС, уменьшения потребности в лекарствах, улучшения качества жизни.
 б). Задачи ЛФК: увеличение энергозатрат за счет увеличения объема, а затем и интенсивности нагрузки без увеличения калорийности пищи, улучшение коронарного кровообращения, увеличение толерантности к физической нагрузке.
 в). Средства ЛФК – главным образом это физические упражнения
 г). Данные о толерантности к физической нагрузке отсутствуют. Физическое состояние пациента сравнимо ХСН III ФК. Соответственно:

- на начальном этапе занятия проводят в положении сидя на стуле и стоя. Основное время занятия отводится на упражнения для мелких и крупных мышечных групп
 - через 2 недели регулярных занятий возможно использование утяжелителей (палка, гантели).
 - через 4 недели регулярных физических упражнений в программу можно включить прогрессирующую ходьбу
 - через 6 недель регулярных занятий в программа включают работу на велотренажере с нулевой нагрузкой
 - общая продолжительность физических нагрузок увеличивается от 15-30 до 50 мин спустя месяц регулярных тренировок
3. Лечебная гимнастика включает общеразвивающие упражнения для всех мышечных групп. В комплекс упражнений обязательно включаются упражнения, облегчающие отток желчи (тренировка диафрагмального дыхания, поочередное подтягивание коленей к животу в сочетании с диафрагмальным дыханием). Исходные положения – любые; широко используются и.п. лежа на боку, коленно-кистевое, коленно-локтевое.

Тема – «ЛФК при неврологических заболеваниях»

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Периоды реабилитации при инсультах:

- а. ранний (до 2-х месяцев)
- б. поздний
- в. госпитальный
- г. поликлинический

2. Нарушения двигательной функции при инсультах:

- а. гемипарезы и гемиплегии
- б. тетрапарезы и тетраплегии
- в. монопарезы и моноплегии

3. Эффективность ЛФК при инсультах зависит:

- а. от ранних сроков начала занятий
- б. от систематичности и длительности лечения
- в. от поэтапности построения лечебных мероприятий с учетом нарушенных функций
- г. от индивидуального подхода

4. Специальные упражнения при гемипарезах:

- а. укрепление парализованных и расслабление спастически сокращенных мышц
- б. укрепление мышечного корсета позвоночника
- в. улучшение координации в ходьбе
- г. развитие компенсаторных двигательных навыков
- д. улучшение легочной вентиляции

5. Реабилитационный комплекс для снятия спастичности при инсультах включает:

- а. лечение положением
- б. точечный массаж

- в. специальные упражнения с использованием пассивных движений упражнения на преодоление синкинезий.
- г. Рефлексотерапию

6. К функциональным пробам, характеризующим возбудимость вегетативной нервной системы относятся все перечисленные, кроме:

- а) клиностатической пробы
- б) глазодвигательного рефлекса Ашнера
- в) ортостатической пробы
- г) пробы Ромберга
- д) пробы Штанге

7. К функциональным пробам, характеризующим координаторную функцию нервной системы относятся все перечисленные, за исключением:

- а) сейсмо-реморографии
- б) пальце-носовой пробы
- в) пробы Волчека
- г) пробы Яроцкого
- д) пробы Руфье

8. У больных с выраженным остеохондрозом позвоночника в хроническом периоде противопоказаны все перечисленные виды спорта, кроме

- а) тенниса
- б) бега
- в) прыжков легкоатлетических
- г) тяжелой атлетики
- д) прыжков в воду

9. ЛФК при остеохондрозе позвоночника оказывает следующее действие, кроме

- а) нервнотрофического
- б) компенсаторного
- в) стимулирующего
- г) общеукрепляющего
- д) антигистаминного

10. Возможны следующие нарушения двигательной функции при инсультах

- а) гемипарезы и гемиплегии
- б) тетрапарезы и тетраплегии
- в) монопарезы и монопараличи
- г) все перечисленное
- д) правильно а) и б)

11. ЛФК при невритах периферических нервов оказывает все перечисленные действия, кроме

- а) нервнотрофического
- б) компенсаторного
- в) стимулирующего
- г) общеукрепляющего
- д) антигистаминного

12. Специальные упражнения при неврозах направлены на

- а) улучшение мозговой гемодинамики
- б) тренировку подвижности нервных процессов
- в) тренировку равновесия, координации
- г) расслабление мышц
- д) все перечисленное

13. Показателями эффективности занятий лечебной физкультурой при неврозах не являются

- а. увеличение подвижности позвоночника
- б. редукция клинических синдромов
- в. уменьшение астении ЦНС
- г. повышение работоспособности

14. Специальные задачи ЛФК в подостром периоде поясничного остеохондроза

- а. укрепление дыхательной мускулатуры
- б. укрепление мышц, составляющих мышечный корсет позвоночника
- в. расслабление избыточно напряженных мышц
- г. улучшение подвижности позвоночника

15. для решения специальных задач в подостром периоде поясничного остеохондроза позвоночника применяются следующие специальные упражнения:

- а. упражнения для мышц-антагонистов напряженных мышц
- б. упражнения для вытяжения позвоночника
- в. упражнения на внимание
- г. изометрические упражнения для избыточно напряженных мышц
- д. упражнения для растяжения напряженных мышц

16. Расположите исходные положения в порядке убывания внутридискового давления в поясничном отделе позвоночника

- а. стоя – сидя – лежа – в водной среде
- б. сидя – стоя – лежа – в водной среде
- г. лежа – сидя – в водной среде – стоя
- д. сидя – лежа – стоя – в водной среде

17. Специальные задачи ЛФК при остеохондрозе позвоночника в период ремиссии

- а. развитие общей выносливости
- б. стабилизация позвоночника
- в. развитие силовой выносливости мышц, составляющих мышечный корсет позвоночника
- г. изменение образа жизни

18. Виды физкультуры, рекомендуемые для поддержания стойкой ремиссии при остеохондрозе позвоночника

- а. бег
- б. ходьба
- в. плавание
- г. лечебная гимнастика

19. Специальные задачи массажа при правостороннем неврите лицевого нерва

- а. стимуляция мышц пораженной стороны
- б. расслабление мышц пораженной стороны
- в. стимуляция мышц здоровой стороны
- г. расслабление мышц здоровой стороны

20. Методика ООКТ в реабилитации постинсультных больных подразумевает:

- а. укрепление паретичных мышц
- б. профилактику контрактур
- в. коррекцию функции глотания
- г. порядок восстановления двигательных навыков в онтогенезе

21. Задачи ЛФК в периоде остаточных явлений ДЦП

- а. укрепление мышц сгибателей и приводящих мышц
- б. снижение тонуса приводящих мышц и сгибателей
- в. улучшение подвижности в суставах, коррекция порочных установок ОДА
- г. улучшение координации движений и равновесия
- д. укрепление отводящих мышц и сгибателей

22. Приемы массажа, способствующие расслаблению спазмированных мышц

- а. поглаживание
- б. растирание легкое
- в. растирание интенсивное
- г. разминание
- д. легкая непрерывистая вибрация

23. Приемы массажа, способствующие стимуляции тонуса расслабленных мышц

- а. поглаживание
- б. растирание легкое
- в. растирание интенсивное
- г. разминание
- д. интенсивная вибрация

24. Упражнения, показанные при спастическом парезе

- а. с сопротивлением
- б. идеомоторные
- в. на растяжение
- г. на расслабление

25. Упражнения, показанные при вялом парезе

- а. с сопротивлением
- б. идеомоторные
- в. на растяжение
- г. на расслабление

СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

1. Больной М., 58 лет. Поступил с диагнозом – острое нарушение мозгового кровообращения. Находится в отделении нейрореанимации.

- а) сформулируйте задачи и средства реабилитации на этом этапе лечения;
- б) перечислите абсолютные противопоказания для проведения дыхательных упражнений;

в) перечислите показания и основные приемы массажа мышц грудной клетки и паретичных конечностей; (ПК-6, ПК-8)

2. Больной, 45 лет, поступил в неврологическое отделение стационара с диагнозом – остеохондроз пояснично-крестцового отдела позвоночника (дорсопатия), корешковый синдром L6 слева, выраженная левосторонняя люмбоишиалгия. Клинически выявлены нарушения походки, С-образная деформация в зоне поясничного отдела позвоночника, напряжение паравerteбральных мышц (D>S), резкая болезненность при пальпации остистых отростков и межостистых промежутков в зоне L6-L5, L5-S1/ Движения в поясничном отделе позвоночника резко ограничены.

а) какое клинико – функциональное обследование следует провести для обоснования плана реабилитационного лечения?

б) какой двигательный режим необходимо назначить пациенту с целью купирования болевого синдрома?

в) выберите средства реабилитации в этом периоде заболевания;

г) перечислите противопоказания к назначению мануальной терапии. (ПК-6, ПК-8)

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

№ вопроса	ответы	№ вопроса	Ответы
1	аб	14	Вг
2	а	15	Абгд
3	абвг	16	Б
4	Авг	17	Бв
5	абвг	18	Бвг
6	Гд	19	Аг
7	Д	20	Г
8	абвгд	21	Бвгд
9	Д	22	Абгд
10	д	23	Вгд
11	д	24	Бвг
12	д	25	Аб
13	бвг		

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

1. а). Предупреждение и организация лечения осложнений, связанных с иммобилизацией (развитие пневмонии, пролежней, тромбоза глубоких вен.

Определение сохранных возможностей больного.

Улучшение двигательных, речевых, сенсорных функций

Выявление и лечение психоэмоциональных расстройств

Профилактика повторного инсульта.

Средства: кинезиотерапия, коррекция речи (логопед), психотерапия, эрготерапия, физиотерапия.

б). Грубые нарушения ССС, значительная неустойчивость АД с неуклонной тенденцией к падению, сердечные аритмии, сопровождающиеся тяжелой сердечной недостаточностью.

в). Выраженный болевой синдром, негативная психологическая реакция на процедуру массажа.

2. а) Неврологический статус, рентгенография пояснично-крестцового отдела позвоночника.

б) Двигательный режим – палатный, лечение положением: лежа на спине, ноги согнуты в тазобедренных коленных суставах примерно под 90° , голени расположены на возвышении.

в) Поскольку период заболевания острый, болевой синдром выраженный, средства медицинской реабилитации: медикаментозная терапия (НПВС, витамины группы В, миорелаксанты), средства физической реабилитации: двигательный режим, лечение положением

г) Противопоказания к мануальной терапии (у данного пациента): выраженный болевой синдром (относительное противопоказание)

Тема – «ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата и ортопедической патологии»

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Угол сгибания в локтевом суставе составляет

а) 30°

б) 40°

в) 50°

г) 60°

2. Угол отведения в тазобедренном суставе составляет

а) 130°

б) 120°

в) 110°

г) 100°

3. После снятия гипса при переломе кости изменения конечности характеризуются всем перечисленным, кроме

а) трофического отека

б) тугоподвижности в суставах

в) снижения мышечной силы

г) облитерирующего атеросклероза сосудов конечности

д) болезненности при движении

4. В восстановительном лечении травм используются следующие методические приемы

- а) расслабление мышц травмированной зоны
- б) облегчение веса конечности
- в) использование скользящих поверхностей для движений
- г) специальная укладка после занятий
- д) все перечисленное

5. задачами лечебной гимнастики при переломе позвоночника являются

- а) улучшение кровообращения в области перелома
- б) предупреждение атрофии мышц
- в) восстановление правильной осанки и навыка ходьбы
- г) укрепление мышц туловища
- д) все перечисленное

6. Компрессия на поясничные межпозвоночные диски не увеличивается

- а) в положении лежа на спине или на животе
- б) в положении лежа на боку
- в) в положении сидя
- г) в положении стоя

7. Основными противопоказаниями для занятий ЛФК при переломах костей:

- а) Умеренный болевой синдром;
- б) Период иммобилизации;
- в) Недостаточная репозиция костных отломков;
- г) Угроза развития кровотечения;
- д) Период реактивных явлений;

8. При компрессионном неосложненном переломе позвоночника сроки начала применения ЛФК:

- а) С первого дня нахождения больного в стационаре;
- б) С 3-4 дня нахождения больного в стационаре при стихании реактивных явлений (боль, отек);
- в) С конца 1 месяца пребывания больного в стационаре;
- г) Через 2 месяца после травмы;

9. При функциональном методе лечения перелома позвоночника по методике Древинг - Гориневской выделяют:

- а) Два периода;
- б) Три периода;
- в) Четыре периода;
- г) Шесть периодов;

10. Контрольными упражнениями для перевода больного при компрессионном переломе позвоночника из I во II период являются:

- а) Одновременное приподнимание обеих ног в угол 45 с удержанием 8 секунд;
- б) Поочередное поднимание ног в угол 45 и с удержанием 8 секунд;
- в) Выполнение упражнения «Ласточка» с удержанием 3 минуты;

11. Какое время выполнения больным с переломом позвоночника, упражнения «Ласточка» является показанием для возможной вертикализации пациента:

- а) 30 секунд;

- б) 45 секунд;
- в) 3 минуты;
- г) 1 минуту;
- д) 5 минут;

12. Через какое время после получения травмы у больных, с переломом позвоночника, разрешается перевод в положение сидя?

- а) через 1 месяц;
- б) через 2 месяца;
- в) через 3 месяца;
- г) через 6 месяцев;

13) В какие сроки после травмы позвоночника образуется костная мозоль:

- а) через 3 месяца;
- б) через 6 месяцев;
- в) через 12 месяцев;
- г) через 18 месяцев;

14. Какие выделяют периоды функционального ведения больного с травмой опорно-двигательного аппарата:

- а) Иммобилизационный;
- б) Тренирующий;
- в) Восстановительный;
- г) Щадящий;
- д) Постиммобилизационный;

15. Какие ставятся задачи использования ЛФК при ведении больных с переломом костей в иммобилизационном периоде:

- а) Разработка движений в суставе травмируемой конечности;
- б) Улучшение функций ССС и системы дыхания, профилактика гипостатических явлений;
- в) Профилактика мышечной гипотонии и гипотрофии;

16. Какие ставятся задачи использования ЛФК при ведении больных с переломом костей в раннем постиммобилизационном периоде:

- а) Укрепление мышц травмированной конечности;
- б) Общетонизирующее воздействие;
- в) Увеличение объема движений в суставах травмируемой конечности

17. При переломах шейного отдела позвоночника в период иммобилизации рекомендуется следующие физические упражнения:

- а) Круговые движения головой;
- б) Повороты головы вправо, влево;
- в) Изометрическое напряжение мышц шеи;

18. При переломах костей конечности в период иммобилизации рекомендуется массаж следующих зон:

- а) Массаж здоровой симметричной конечности ;
- б) Массаж живота;
- в) Массаж иммобилизуемой конечности;
- г) Массаж области спинномозговых сегментов ;

19. Какие физические упражнения наиболее эффективны для увеличения объема движений в контрагированных суставах травмируемой конечности в раннем постиммобилизационном периоде:

- а) Упражнения в сопротивление;
- б) Активные упражнения из облегченного исходного положения;
- в) Механотерапия с использованием блоковых аппаратов (преодоление сопротивления);
- г) Лечение положением;

20. Основные задачи восстановительного периода у больных с травмой конечности является:

- а) Общетонизирующее воздействие;
- б) Нормализация мышечного тонуса и объема движений в контрагированных суставах;
- в) Профилактика развития осложнений со стороны СС и дыхательной систем.

21. При назначении ЛФК больным с артритами следует учитывать возможное наличие:

- а. тендовагинита
- б. бурсита
- в. неврита
- г. миозита

22. Физические упражнения при заболеваниях суставов препятствуют развитию:

- а. фиброзного перерождения мышц
- б. сморщивания суставных капсул
- в. атрофии и разволокнения суставного хряща
- г. контрактур и тугоподвижности

23. Задачи ЛФК при болезнях суставов:

- а. улучшение кровообращения и питания сустава
- б. укрепление мышц, окружающих сустав
- в. противодействие развитию тугоподвижности сустава
- г. снятие болей в покое
- д. повышение работоспособности больного

24. Физические упражнения в подостром периоде артрита:

- а. простые динамические упражнения в здоровых суставах
- б. дыхательные упражнения
- в. упражнения на расслабление мышц, лечение положением
- г. статическое напряжение мышц здоровых конечностей

25. Упражнения в теплой воде при хронических артритах и артрозе способствуют:

- а. снижению болей
- б. устранению спазма мышц
- в. расправлению контрактур
- г. снижению массы тела больного
- д. улучшению подвижности в суставе

26. Противопоказания к вытяжению с грузом у больных остеохондрозом позвоночника:

- а. деформирующий спондилез, остеопороз позвонков
- б. грубые врожденные аномалии позвоночника
- в. органические заболевания сердца и сосудов
- г. парезы и параличи

27. Специальные упражнения для больных с остеохондрозом поясничного отдела позвоночника при затухающем обострении:

- а. упражнения на расслабление мышц
- б. статические упражнения для мышц спины и живота
- в. динамические упражнения для мышц спины с максимальной амплитудой
- г. упражнения на растяжение позвоночника

28. По локализации выделяют следующие типы сколиозов:

- а. верхнегрудной
- б. грудной
- в. грудно-поясничный
- г. комбинированный

29. При грудно-поясничном сколиозе вершина искривления расположена на уровне:

- а. 8-9 грудных позвонков
- б. 10-11 грудных позвонков
- в. 12 грудного и 1 поясничного позвонков
- г. 2-3 поясничных позвонков
- д. 4-5 поясничных позвонков

30. Для прогнозирования тяжести течения сколиоза позвоночника используются тесты, характеризующие:

- а. возраст появления сколиоза и его локализацию
- б. выраженность торсии
- в. продолжительность пубертатного периода
- г. степень выраженности нестабильности позвоночника

31. Исходные положения для разгрузки позвоночника:

- а. положение сидя на стуле
- б. положение лежа на спине или на животе
- в. положения стоя на четвереньках
- г. положение стоя

32. Функциональный корсет при сколиозе ставит своей целью:

- а. вытяжение позвоночника
- б. разгрузку позвоночника
- в. увеличение стабильности позвоночника и удержание его в правильном положении
- г. увеличение мобильности позвоночника

33. Наличие или отсутствие контрактуры подвздошно-поясничной мышцы определяется в исходном положении:

- а. стоя при наклоне туловища вперед
- б. стоя при наклоне туловища в сторону
- в. сидя при поочередном подъеме прямых ног вверх
- г. лежа на спине при поочередном подтягивании согнутых ног к животу
- д. лежа на спине при поочередном подъеме прямых ног вверх

34. Амбулаторное лечение сколиоза не проводится детям:

- а. не имеющим искривления позвоночника, но с наличием торсии до 10°
- б. с углом искривления позвоночника до 10° , торсией $5-10^\circ$ без признаков прогрессирования

- в. с впервые выявленным сколиозом I-III степени с законченным ростом позвоночника
- г. с нестабильной формой сколиоза или со сколиозом I степени в начале пубертатного периода

35. Типы нарушений осанки:

- а. искривление позвоночника во фронтальной и сагиттальной плоскостях
- б. скручивание позвонков вокруг вертикальной оси позвоночника
- в. искривление позвоночника в грудном отделе без наличия торсии
- г. искривление позвоночника с наличием торсии позвонков

36. мышечные группы, нуждающиеся в преимущественном укреплении при плоскостопии:

- а. сгибатели пальцев ног
- б. разгибатели пальцев ног
- в. сгибатели стоп
- г. разгибатели стоп
- д. приводящие мышцы бедра

37. К факторам предрасполагающим к образованию остеофитов в суставе относятся:

- а) переохлаждение
- б) недостаточное кровоснабжение
- в) избыток движений
- г) гипокинезия
- д) правильно б) и г)

38. Задачи ЛФК при болезнях суставов включают все перечисленной, кроме

- а) улучшение кровообращения и питания суставов
- б) укрепление мышц окружающих сустав
- в) противодействие развитию тугоподвижности сустава
- г) снятие болей в покое
- д) повышение работоспособности больного

39. Упражнения в теплой воде при хронических артритах и артрозах способствуют всему перечисленному, кроме

- а) снижения болей
- б) устранения спазма мышц
- в) расправления контрактур
- г) снижения массы тела больного
- д) улучшения подвижности в суставе

40. Исходные положения в процедуре лечебной гимнастики при коксартрозе:

- а) лежа на спине
- б) лежа на здоровом боку
- в) стоя на четвереньках
- г) стоя на здоровой ноге
- д) стоя на обеих ногах

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ
1	б	21	бг
2	а	22	абвг

3	г	23	абв
4	д	24	абвг
5	д	25	абвгд
6	аб	26	абвг
7	гд	27	абг
8	в	28	абвг
9	в	29	в
10	б	30	абвг
11	а	31	бв
12	в	32	абв
13	а	33	г
14	ад	34	в
15	бв	35	ав
16	аб	36	авд
17	в	37	д
18	аг	38	д
19	Бг	39	г
20	б	40	абвг

СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

1. Больной Д., 25 лет, диагноз - компрессионный перелом тела второго поясничного позвонка. Находится в стационаре 5 – й день. Травму получил 6 дней назад при падении на спину. Пострадавший уложен на функциональную кровать с приподнятым головным концом; проводят вытяжение по оси позвоночника массой собственного тела. На рентгенограмме – компрессионный перелом тела второго поясничного позвонка (первая степень компрессии). ПК-6, ПК-8.

а) определите, в каком лечебном периоде находится больной, сформулируйте задачи ЛФК.

б) перечислите физические упражнения, рекомендованные в этом периоде; ПК-6, ПК-8.

2. Больной В., 30 лет, диагноз – перелом седалищной и лонной костей таза справа. В стационаре находится 3 нед. Состояние удовлетворительное, активное занимается ЛГ.

а) определите лечебный период, в котором находится пострадавший;

б) сформулируйте основные задачи средств ЛФК;

в) перечислите исходные положения, в которых следует выполнять физические упражнения и процедуры массажа; ПК-6, ПК-8.

3. В палате пять больных с различными повреждениями нижних конечностей: двум больным наложено скелетное вытяжение за бугристость большеберцовой кости, двум больным – гипсовая иммобилизация и одному – аппарат Илизарова.

а) определите, всем ли больным показана ЛГ;

б) определите, в каком периоде лечения находятся больные;

в) обоснуйте возможность проведения групповых занятий с больными этой палаты. Имеются ли другие варианты? ПК-6, ПК-8.

4. Больная Ж., 26 лет, диагноз – повреждение мениска правого коленного сустава. 6-е сутки после артроскопической менискэктомии.

а) определите двигательный режим;

- б) определите сроки назначения активных движений в правом коленном суставе;
- в) перечислите специальные физические упражнения для оперированной конечности;
- г) перечислите противопоказания к назначению массажа;
- д) в какие сроки больная может вернуться к привычным физическим нагрузкам? ПК-6, ПК-8.

5. Больной 36 лет. Плоскостопие. Физическое развитие – среднее дисгармоничное. Функциональное состояние – хорошее. PWC 160 – 900 кгм/мин Двигательный режим – щадяще-тренирующий. Назначить ЛФК. ПК-6, ПК-8.

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ К СИТУАЦИОННЫМ ЗАДАЧАМ

1. а) Первый период;
б) Упражнения для верхних и нижних конечностей без отрыва от постели, изометрические для мышц брюшного пресса и спины, дыхательные.

2. а) Второй период;
б) Ликвидация последствий гипокинезии (профилактика застойных пневмоний и тромбообразования), улучшение гемодинамики в тазовом регионе.

3. а) Всем
б) Иммобилизационный
в) В группе можно проводить дыхательные упражнения.

4. а) Палатный;
б) 14 дней;
в) Общие противопоказания для массажа;
г) 1 месяц.

5. Различные варианты ходьбы (на носках, на внешнем своде стопы, на пятках), упражнения для задней группы мышц голени, супинаторов стопы, захватывание мелких предметов пальцами стоп, ходьба по «колючему» коврику, по гальке. Общеразвивающие упражнения, дыхательные.

Тема: ЛФК в стоматологии

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Выберите группы специальных упражнений в стоматологии:

- А) Общеразвивающие упражнения для верхних и нижних конечностей.
- Б) Упражнения для жевательной и мимической мускулатуры.
- В) Диафрагмальное дыхание.
- Г) Упражнения для мышц мягкого неба.

2. Выберите принципы использования ЛФК в стоматологии:

- А) Симметричное выполнение упражнений для мышц лица.
- Б) Визуальный контроль выполнения упражнений.
- В) Принцип мобильности.
- Г) Чередование специальных упражнений с дыхательными упражнениями.

3. При заболеваниях и травмах челюстно-лицевой области нарушаются функции:

- А) Желудочно-кишечного тракта
- Б) Системы дыхания
- В) Мимической и жевательной мускулатуры
- Г) функция языка
- Д) функция мягкого неба
- Е) все вышеперечисленные

4. Специальными упражнениями при нарушении функции глотания являются:

- А) диафрагмальное дыхание
- Б) упражнения для мышц брюшного пресса
- В) упражнения для мышц мягкого неба
- Г) упражнения для мимической мускулатуры лица.

5. Специальными упражнениями при нарушении функции жевания являются:

- А) упражнения для мимических мышц лица
- Б) Упражнения для жевательных мышц
- В) Координационные упражнения
- Г) Дыхательные упражнения

6. Специальными упражнениями при нарушении мимики лица являются:

- А) упражнения для жевательных мышц
- Б) Дыхательные упражнения
- В) Упражнения для мимической мускулатуры

7. Специальными упражнениями при нарушении функции переворачивания пищи языком является:

- А) упражнения для жевательной мускулатуры
- Б) упражнения для верхней губы
- В) упражнения для языка
- Г) дыхательные упражнения

8. Специальными упражнениями при нарушении функции верхней губы являются:

- А) открывание рта
- Б) высовывание языка
- В) поддувание воздуха под верхнюю губу
- Г) собрать губы в трубочку

9. При нарушении функции жевания специальные упражнения для жевательных мышц могут сочетаться с

- А) координационными упражнениями
- Б) диафрагмальным дыханием
- В) с контактным дыханием

10. Применяется ли в стоматологии принцип регулярности и длительности?

- А) да
- Б) нет

- 11. Применяются ли в стоматологии принцип индивидуализации?**
А) да
Б) нет
- 12. Какая группа мышц при тренировке больше подвержена утомлению:**
А) Мимические мышцы
Б) Жевательные мышцы
- 13. В каком режиме выполняются упражнения при лечебной гимнастике в стоматологии:**
А) реабилитационном
Б) динамическом
В) спортивном
Г) сочетанный
- 14. Применяются ли в стоматологии упражнения в сопротивлении?**
А) нет
Б) да
- 15. Какова цель применения упражнений в сопротивлении**
А) увеличение объема движений в височно-нижнечелюстном суставе
Б) для укрепления жевательной мускулатуры
В) для укрепления мышц мягкого неба
- 16. С какой целью применяются звуковая гимнастика?**
А) для укрепления мимических мышц
Б) для укрепления жевательных мышц
В) для тренировки мышц мягкого неба
- 17. В каком периоде при переломах нижней челюсти можно использовать механотерапию?**
А) ранний постиммобилизационный период
Б) поздний послеиммобилизационный период
В) восстановительный период
- 18. Какая основная задача ЛФК в раннем постиммобилизационном периоде?**
А) укрепление жевательных мышц
Б) увеличение объема движений в височно-нижнечелюстном суставе
В) укрепление мимических мышц
- 19. Что является показанием к механотерапии?**
А) наличие поздних контрактур
Б) ранний постиммобилизационный период
В) снижение тонуса жевательных мышц

20. Является ли остеомиелит противопоказанием к реабилитации?

- А) да
- Б) нет

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ
1	бг	11	а
2	абг	12	а
3	е	13	а
4	в	14	б
5	б	15	б
6	в	16	в
7	в	17	бв
8	вг	18	б
9	а	19	а
10	а	20	а

Тема: ЛФК в педиатрии

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

ЛФК при ортопедических заболеваниях у детей

1. Перечислите средства физической реабилитации применяемые при сколиозе:

- а) фитотерапия;
- б) физические упражнения;
- в) диетотерапия;
- г) механотерапия;
- д) массаж;
- е) гомеопатия.

2. Угол отклонения 35гр соответствует сколиозу:

- а) 1 степени
- б) 2 степени
- в) 3 степени
- г) 4 степени

3. Угол отклонения 15гр соответствует сколиозу:

- а) 1 степени
- б) 2 степени
- в) 3 степени
- г) 4 степени

4. Перечислите тесты используемые для определения сколиоза:

- а) Адамса
- б) Серкина
- в) Генчи
- г) Шартине
- д) Летунова

5. Для увеличения гибкости и подвижности опорно-двигательного аппарата применяют следующие упражнения:

- а) на растяжение;
- б) пассивные;
- в) статические;
- г) динамические;
- д) на внимание;
- е) на скорость.

6. Для сколиоза 4 степени характерно:

- а) мышечный валик
- б) мышечно-реберное выбухание
- в) реберный горб

7. Формирование грудного кифоза:

- а) 2-3 месяца
- б) 5-7 месяцев
- в) 9-10 месяцев
- г) после года

8. Плоская спина изменения в:

- а) сагиттальной плоскости
- б) фронтальной плоскости

9. Если угол сколиоза в положении пациента лежа и стоя не изменяется, сколиоз считается:

- а) стабильным
- б) нестабильным

10. При сколиозе 3 степени применяются:

- а) асимметричные упражнения
- б) симметричные упражнения

11. При рентгенографии позвоночника угол отклонения 12 гр. соответствует сколиозу:

- а) 1 ст;
- б) 2 ст;
- в) 3 ст;
- г) 4 ст.

12. Курс ЛФК:

- а) 10 дней
- б) 20 дней
- в) 30 дней

13. Влияет осанка на формирование прикуса

- а) да
- б) нет

14. Повторный курс ЛФК проводят через:

- а) 1 месяц
- б) 2 месяца
- в) 3 месяца

15. Повторный курс ЛФК проводят через:

- а) 1 месяц
- б) 2 месяца
- в) 3 месяца

16. Эффективность от занятий лечебной физкультуры наблюдается при сколиозе:

- а) 1 степени
- б) 2 степени
- в) 3 степени

17. Особенность течения сколиоза в подростковом периоде:

- а) медленная прогрессия
- б) быстрая прогрессия

18. Стимулирующие приемы массажа:

- а) поглаживание
- б) растирание
- в) разминание

19. Расслабляющие приемы массажа:

- а) поглаживание
- б) растирание
- в) разминание
- г) вибрация

20. Порядок назначения процедур при сколиозе:

- а) парафин - лечебная физкультура
- б) лечебная физкультура – парафин

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ
1	абвг	11	б
2	в	12	бг
3	б	13	а
4	а	14	в
5	абвг	15	аб
6	в	16	аб
7	б	17	б

8	а	18	в
9	а	19	аб
10	а	20	А

СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ.

1. Больная М., 16 лет, обратилась в поликлинику. Жалобы на сутулость. При осмотре определяется мышечно-реберное выбухание в области грудного отдела справа. Поставьте развернутый диагноз. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа. (ПК-6, ПК-8)

2. Больная С., 17 лет, обратилась в поликлинику. Жалобы на боли в спине. При осмотре определяется реберное выбухание в области грудного отдела. Рентгенологически угол отклонения позвоночника вправо в грудном отделе 70гр. Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа. (ПК-6, ПК-8)

Тема: ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарат

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

- Какие этапы выделяют в реабилитации пациентов с переломами конечностей:**
 - иммобилизационный;
 - острый;
 - подострый;
 - постиммобилизационный;
 - хронический.
- Что является противопоказанием к назначению электростимуляции у пациентов с травмами нижних конечностей:**
 - острый воспалительный процесс в зоне воздействия;
 - сочетанная и комбинированная травма;
 - кардиостимулятор;
 - эпилепсия;
 - плохое стояние костных отломков.
- Методы физиотерапии, применяемые в постиммобилизационном периоде у пациентов с переломом кости:**
 - переменное магнитное поле;
 - электростимуляция мышц;
 - теплелечение;
 - подводный душ-массаж;
 - дарсонвализация волосистой части головы.
- Методы лечебной физкультуры предпочтительные в постиммобилизационный период травмы костей:**

- а) массаж конечностей;
- б) аналитическая гимнастика;
- в) Kabat-терапия;
- г) метод нейро-моторного проторения.

5. Чем определяются сроки начала кормления пациентов после проведения оперативного лечения по поводу язвы желудка и 12-перстной кишки:

- а) желанием пациента;
- б) желанием доктора;
- в) общим состоянием пациента;
- г) объемом желудочного аспирата.

6. При каком объеме желудочного аспирата можно начинать кормление пациента после проведения оперативного лечения по поводу язвы желудка и 12-перстной кишки:

- а) 200 мл;
- б) 100 мл;
- в) 50 мл;
- г) отсутствие аспирата.

7. Какие особенности проведения дыхательной гимнастики у пациентов после проведения оперативного лечения по поводу язвы желудка и 12-перстной кишки:

- а) щажение диафрагмы;
- б) проведение наиболее глубоких дыхательных упражнений;
- в) проведение упражнений только в состоянии сидя;
- г) проведение упражнений только в состоянии лежа.

8. Какие травы используются в фитотерапии пациентов с гастритом и язвой желудка или 12-перстной кишки:

- а) наперстянка, ландыш майский;
- б) зверобой продырявленный, ромашка лекарственная, мята перечная;
- в) толокнянка, хвощ полевой, можжевельник.

9. Задачи реабилитации пациентов с травмами конечностей:

- а) восстановление целостности костной структуры;
- б) восстановление мышечной силы;
- в) предупреждение контрактур;
- г) ликвидация или уменьшение болевого синдрома;
- д) все вышеперечисленное.

10. «Идеомоторными» называются упражнения, при выполнении которых пациент:

- а) выполняет их по повторению;
- б) выполняет их с противодействием;
- в) выполняет их, представляет себе весь комплекс возникающих ощущений;
- г) произвольно напрягает мышцы.

11. Правила, определяющие начало двигательной реабилитации при переломах кости:

- а) движения должны быть приятны для пациента;
- б) движения должны быть безболезненны;
- в) не должно быть смещения костных отломков;
- г) движения должны быть легко выполнимы для инструктора.

12. Реабилитационные периоды при переломах конечности:

- а) иммобилизационный;
- б) постиммобилизационный;
- в) восстановительный период;
- г) резидуальный период;
- д) все вышеперечисленное.

13. Цели лечебной физкультуры при переломах конечности:

- а) лечебная физкультура должна способствовать правильному стоянию костных отломков;
- б) лечебная физкультура должна способствовать равномерному распределению мышечного тонуса;
- в) лечебная физкультура должна способствовать мобилизации близлежащих суставов и мышц;
- г) лечебная физкультура должна способствовать нормализации крово- и лимфообращения.

14. В иммобилизационном периоде при назначении физиотерапевтического лечения следует предпочесть:

- а) электростимуляцию мышц иммобилизированной конечности;
- б) индуктотермию на повязку с 3-х суток после высыхания гипса;
- в) переменное магнитное поле с 1-х суток;
- г) применение токов ультравысокой частоты с 1–2-х суток с противоотечной целью.

15. В постиммобилизационном периоде лечебную физкультуру начинают с:

- а) пассивных движений, производимых персоналом и самодвижений;
- б) активной кинезотерапии в травмированной конечности;
- в) идеомоторных (воображаемых) движений;
- г) постурального положения.

16. Противопоказанием к проведению лечебной физкультуры в травмированной конечности в постиммобилизационном периоде являются:

- а) несросшиеся переломы;
- б) невправленные вывихи;
- в) артриты в фазе острого воспаления;
- г) обширные повреждения кожи и мягких тканей.

17. В постиммобилизационном периоде при назначении физиотерапевтического лечения следует предпочесть:

- а) электростимуляцию мышц иммобилизированной конечности;
- б) теплолечение (пеллоидотерапия или парафин-озокерит);
- в) лазеротерапию;
- г) ультрафиолетовое облучение крови.

18. Виды пассивной лечебной физкультуры, применяемые в постиммобилизационном периоде травмы конечности:

- а) трудотерапия (стенды, домашнее задание);
- б) механотерапия;
- в) мануальная терапия;
- г) эрготерапия.

19. Цели эрготерапии при переломах костей нижней конечности:

- а) обучение самостоятельной ходьбе;
- б) обучение пользованию средствами технической компенсации (костыли, трости, коляски, ходунки);

в) переоборудование жилища и транспорта при невозможности компенсации средствами технической компенсации самообслуживания и передвижения.

20. Диета при травмах костей конечностей должна включать:

- а) уменьшенное содержание жиров и углеводов;
- б) уменьшенное количество соли;
- в) полноценное сбалансированное питание с некоторым повышением продуктов, содержащих кальций;
- г) протертые блюда без раздражающих веществ.

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ
1	аг	11	бв
2	а, в-д	12	д
3	а-г	13	а-г
4	аб	14	б-г
5	г	15	авг
6	в	16	а-г
7	а	17	а-г
8	б	18	бв
9	д	19	а-в
10	в	20	в

СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

1. Больной С., 10 лет, госпитализирован в травматологическое отделение. С диагнозом закрытый перелом в/3 левой плечевой кости. Наложена иммобилизирующая повязка. Жалобы на небольшую болезненность в области перелома. На момент осмотра 10 день госпитализации, температуры нет. Состояние удовлетворительное. Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа. (ПК-5, ПК-6, ПК-8)

2. Больная Л., 14 лет, обратилась в поликлинику. Жалобы на ограничение подвижности в правом локтевом суставе. В анамнезе перелом верхней трети локтевой кости правого предплечья, 30 дней находилась в иммобилизационной повязке. При осмотре определяется тугоподвижность правого лучевого сустава. Разгибание 120 гр, сгибание 40 гр. Поставьте развернутый реабилитационный диагноз. Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа. (ПК-5, ПК-6, ПК-8)

Тема: ЛКФ при неврологических заболеваниях у детей

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

- 1. **Специальные упражнения лечебной гимнастики при хорее включают:**
- а. упражнения на координацию функции мышц грудной клетки и диафрагмы

- б. упражнения на расслабления мимической и скелетной мускулатуры
- в. упражнения на внимание и координацию движений
- г. упражнения для обучения правильной ходьбе
- д. выполнение упражнений с закрытыми глазами

2. Задачами лечебной гимнастики при миастении является:

- а. профилактика легочных осложнений
- б. улучшение функции кардиореспираторной системы
- в. профилактика тромбофлебитов и тромбоэмболии
- г. нормализация функции желудочно - кишечного тракта

3. Лечебная гимнастика у детей с миастенией включает:

- а. дыхательные, статические и динамические
- б. диафрагмальное дыхание
- в. упражнения для мышц шеи, глаз, туловища
- г. упражнения на внимание
- д. упражнения на длительное расслабление

4. Задачи лечебной физкультуры при детских церебральных параличах:

- а. расслабление мышц при наличии гипертонуса и гиперкинезов
- б. стимуляция функции ослабленных мышц
- в. содействие своевременному развитию установочных рефлексов, обеспечивающих удержание головы, ползание, сидение, стояние.
- г. тренировка функции вестибулярного аппарата
- д. укрепление мышечно-связочного аппарата

5. Противопоказаниями к назначению лечебной гимнастики при неврозах и психопатиях у детей являются:

- а. возраст ребенка
- б. острые лихорадочные состояния
- в. слабоумие
- г. острые психические расстройства

6. Целью включения аутогенной тренировки в процедуру лечебной гимнастики при неврозах является:

- а. тренировка навыков саморегуляции мышечного тонуса
- б. снижение повышенного нервно-мышечного тонуса
- в. регулирование интенсивности физической нагрузки
- г. тренировка органов дыхания
- д. тренировка опорно-двигательного аппарата

7. К рекомендуемым видам физической активности для детей неврозами и психопатиями с преобладанием процессов торможения в центральной нервной системе относятся:

- а. плавание
- б. ритмическая гимнастика
- в. электронные и компьютерные игры

г. китайская пластическая гимнастика

8. Рекомендуемыми видами физической активности для детей неврозом и психопатиями с преобладанием процессов возбуждения нервной системы относятся:

- а. плавание
- б. китайская пластическая гимнастика
- в. атлетическая гимнастика
- г. гимнастика йогов

9. К специальным физическим упражнениям у детей при вестибулярных нарушениях относятся:

- а. упражнения для тренировки полукружных каналов
- б. упражнения на равновесие
- в. упражнения на координацию
- г. элементы пассивной тренировки
- д. упражнения для тренировки отолитового аппарата

10. К упражнениям для тренировки полукружных каналов относятся:

- а. наклоны головы, туловища вперед, назад
- б. наклоны головы, туловища в сторону
- в. повороты головы, туловища в сторону
- г. прямолинейная ходьба приседания
- д. прыжки, подскоки

11. Упражнения для тренировки отолитового аппарата относятся:

- 1. ходьба обычная, с ускорением
- 2. повороты головы, туловища
- 3. приседания
- 4. повороты головы, туловища

12. При неврите лицевого нерва у детей применяется:

- а. лечение «положением» мимических мышц (лейкопластырные маски)
- б. активные упражнения для мимической мускулатуры
- в. упражнения на расслабления мышц лица
- г. пассивные упражнения мышц лиц

13. Особенности физического воспитания недоношенных детей основаны на:

- а. недостаточности созревания коры головного мозга к моменту рождения
- б. несовершенстве дыхательной функции
- в. несовершенстве обменных процессов
- г. слабой выраженности безусловных рефлексов
- д. несовершенстве терморегуляции

14. Влияние плавания на организм детей раннего возраста проявляется в:

- а. улучшении функции внешнего дыхания
- б. улучшении терморегуляции организма

- в.повышении не специфической сопротивляемости организма
- г.улучшении функции кардиореспираторной системы и опорно-двигательного аппарата
- д.закаливание организма

15. Что включает в себя понятие «безбарьерная среда»:

- а. организация свободного доступа инвалидов с двигательными нарушениями к магазинам, аптекам, поликлиникам и т. д. (пандусы, поручни, лифты);
- б. оборудование общественного транспорта низкими ступенями или подъемником;
- в. оборудование мест досуга (бассейнов, парков, театров и т. д.) вспомогательными средствами для инвалидов с двигательными нарушениями.

16. Какие средства лечебной физкультуры используют у пациентов с мозговым инсультом в остром периоде:

- а. активная кинезотерапия;
- б. лечение положением;
- в. массаж;
- в. пассивная кинезотерапия.

17. Каковы задачи лечебной физкультуры в остром периоде инсульта:

- а. профилактика развития контрактур и пролежней;
- б. сохранение подвижности суставов парализованных конечностей и улучшение трофики;
- в. ликвидация спастически повышенного тонуса мышц;
- г. подавление патологических двигательных синергий;
- д. улучшение координации движений;
- е. обучение ходьбе, самообслуживанию и ежедневным видам деятельности;
- ж. обучение мышечному расслаблению.

18. Каковы задачи лечебной физкультуры при периферических параличах и парезах:

- а. предотвратить контрактуры и перерастяжение мышц, сухожилий и связок;
- б. предотвратить фиброзное перерождение денервированных мышц;
- в. способствовать проявлению чувствительности;
- г. бороться с дискоординацией и порочными двигательными стереотипами;
- д. обучить мышечному расслаблению.

19. Какие средства лечебной физкультуры используют в остром периоде болей в спине:

- а. лечение положением;
- б. ЛФК;
- в. массаж;
- г.вытяжение позвоночника;
- д. статические упражнения.

20. Является ли противопоказанием к проведению реабилитационных мероприятий коматозное состояние пациента:

- а. да;
- б. нет.

ОЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ
1	абвг	11	ав
2	абвг	12	а-г
3	абв	13	а-д
4	а-д	14	а-д
5	бг	15	абв
6	абв	16	а-г
7	абв	17	абвг
8	а-г	18	абг
9	а-д	19	а
10	абв	20	б

СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

1. Мальчик И., 7 лет. ДЦП. Правосторонний спастический гемипарез.

Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа.(ПК-6, ПК-8)

2. Мальчик г., 1 год. Детский церебральный паралич. Спастическая гемиплегия.

Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа.(ПК-6, ПК-8)

3. Больная С., 3 мес. Ds: Перинатальное гипоксическое поражение центральной нервной системы. Методика массажа (цель, задачи, направленность, вариант, рабочие сегменты и последовательность их обработки, общее время массажа).(ПК-6, ПК-8).

Тема: ЛФК при внутренних заболеваниях у детей

ЛФК при заболеваниях органов дыхания у детей

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. **К специальным упражнениям при острой пневмонии у детей не относятся:**
 - а. общеразвивающие упражнения для мелких групп мышц
 - б. полное дыхание
 - в. увеличивающие подвижность грудной клетки и диафрагмы
 - г. с задержкой на вдохе
 - д. дыхательные упражнения с сопротивлением
2. **К специальным упражнениям при экссудативном плеврите у детей относятся:**
 - а. диафрагмальное дыхание
 - б. с максимальным растяжением грудной клетки
 - в. для мышц плечевого пояса
 - г. увеличение продолжительности выдоха
 - д. упражнений на велоэргометре
3. **Задачи лечебной гимнастики при хронической пневмонии у детей предусматривают:**
 1. усиление окислительно-восстановительных процессов в организме
 2. профилактику спаечного процесса и ателектазов
 3. повышение резервных возможностей дыхательной системы
 4. усиление дренажной функции бронхов
 5. профилактику образования ателектазов
4. **К специальным упражнениям при эмфиземе легких у детей относятся:**
 - а. для мышц грудной клетки
 - б. дыхательные с удлиненным выдохом и диафрагмальное дыхание
 - в. корригирующие
 - г. упражнения для тренировки функции пищеварения
 - д. укрепление мышц бедра, голени
5. **Задачи лечебной физкультуры у детей после пульмонэктомии предусматривают:**
 - а. улучшение вентиляции здорового легкого
 - б. улучшение дренажной функции бронхов
 - в. профилактику деформации грудной клетки
 - г. укрепление мышц тазового дна
6. **Укрепление дыхательной мускулатуры достигается:**
 - а. укреплением мышц плечевого пояса
 - б. укреплением мышц спины
 - в. укреплением мышц передней брюшной стенки
 - г. увеличением подвижности позвоночника и грудной клетки
 - д. укреплением мышц разгибателей спины
7. **Эндогенное дыхание по Фролову используют при заболеваниях:**
 - а. Бронхиальная астма
 - б. Эмфизема
 - в. Ателектаз
 - г. Астматический статус
8. **При пневмонии с целью дренажа используются следующие приемы массажа**
 - а. поглаживание
 - б. растирание

- в. разминание
- г. вибрация

9. Пауза между вдохом и выдохом используется в методике:

- а. Бутейко
- б. Фролова
- в. Самоздрав

10. К аппаратному дыханию относятся:

- а. Бутейко
- б. Фролова
- в. Самоздрав

11. Постуральный дренаж проводят:

- а. Утром
- б. Перед обедом
- в. После обеда
- г. Вечером

12. Для активации дыхания при нижнедолевой пневмонии при проведении лечебной гимнастики руки пациента располагаются:

- а. на плечевом поясе
- б. на тазовом поясе

13. К противопоказаниям проведения лечебной гимнастики относятся:

- а. температура 37.2
- б. кровохарканье
- в. тяжелое состояние
- г. легкая отдышка

14. Для снятия спазма гладкой мускулатуры бронхов используются методики:

- а. Эндогенное дыхание
- б. Бутейко
- в. Фролова

15. Для проведения дренажа используются ударный прием массажа:

- а. постукивание
- б. похлопывание
- в. стегание
- г. рубление

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ
1	Г	9	А
2	абв	10	вг
3	а-д	11	аг
4	абв	12	а
5	абв	13	бв
6	Ав	14	абв
7	А	15	б

8	Г		
---	---	--	--

СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

1. Больной Н., 10 лет, находится в пульмонологическом отделении с диагнозом: хронический обструктивный бронхит в стадии обострения. Объективно: состояние удовлетворительное. Жалобы на затрудненное дыхание, непродуктивный кашель. Кожные покровы обычной окраски. При аускультации легких выслушиваются сухие свистящие хрипы. Температура 36,8°C. ЧДД – 23 в мин., ЧСС – 68 уд./мин. АД – 125/75 мм рт. ст.

Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа. (ПК-6, ПК-8).

2. Больной П., 4 года, находится на стационарном лечении в пульмонологическом отделении с диагнозом: сухой плеврит. Пациент жалуется на боли в правом боку при дыхании, кашель, невозможность ночного сна на левом боку. Объективно: сознание ясное, кожные покровы бледные, температура 37,6°C, ЧДД – 29 в мин, учащенное, поверхностное, боли на высоте вдоха, кашель с выделением небольшого количества мокроты. АД – 120/80 мм рт. ст., ЧСС – 85 уд./мин.

Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа. (ПК-6, ПК-8).

Тема: ЛФК в педиатрии Общие вопросы

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. **Возможны следующие двигательные режимы в детской больнице:**

- а. постельный и палатный
- б. щадящий
- в. свободный
- г. переходный

2. **Возможны следующие двигательные режимы в детской поликлинике:**

- а. щадящий
- б. щадяще-тренирующий
- в. тренировочный
- г. свободный

3. **К двигательным режимам в детском санатории относятся:**

- а. палатный
- б. щадящий и щадяще-тренирующий
- в. свободный
- г. тренировочный

4. **Общие принципы закаливания детей:**

- а. начинать закаливающие процедуры с комфортных температур
- б. постепенно увеличивать силу закаливающего фактора
- в. проводить закаливающие процедуры регулярно, без перерывов

г. выполнять закаливающие процедуры на разном уровне теплопродукции организма

5. К рациональному типу реакции ребенка на физическую нагрузку относятся:

- а. гипертонический
- б. ступенчатый
- в. гипотонический
- г. нормотонический

6. Для профилактики осложнений длительного пребывания ребенка на постельном режиме выполняются следующие упражнения:

- а. дыхательные с тренировкой диафрагмального дыхания
- б. упражнения для дистальной мускулатуры конечностей
- в. повороты на бок

7. В лечебной гимнастике при атонических запорах у детей показаны:

- а. способствующие изменению внутрибрюшного давления
- б. лежа на спине, на животе, на боку
- в. в статическом напряжении мышц живота
- г. легкие прыжки и поскоки
- д. легкий бег трусцой

8. Физические упражнения у детей с болезнью печени и желчных путей способствует:

- а. повышению внутри брюшного давления
- б. понижению внутрибрюшного давления
- в. массажу органов брюшной полости
- г. ускорению желчевыделения
- д. улучшению кровоснабжения в брюшной полости

9. Задачами лечебной гимнастики при ревматизме у детей являются:

- а. создание наиболее благоприятных условий для работы сердца
- б. улучшение функции внешнего дыхания
- в. профилактика осложнений
- г. постепенная тренировка сердечно-сосудистой системы, к постепенно возрастающим физическим нагрузкам

10. Основные задачи в лечебной гимнастике при недержании мочи у детей:

- а. общеукрепляющие воздействия на организм ребенка
- б. укрепление мышц брюшного пояса
- в. укрепление мышц тазового дна
- г. укрепление дыхательной мускулатуры

11. Целью занятий лечебной гимнастикой перед операцией детям с врожденным пороком сердца с выраженной декомпенсацией кровообращения является:

- а. активизация дыхания
- б. улучшение периферического кровообращения
- в. обучение специальному дыханию в сочетании с движениями, которые применяются в послеоперационном периоде
- г. уменьшение насыщения крови кислородом
- д. тренировки сократительной функции миокарда

12. К специальным упражнениям при ожирении относятся:

- а. гимнастические упражнения для крупных мышечных групп

- б. ходьба в среднем и быстром темпе
- в. бег
- г. занятия на тренажерах
- д. укрепление мышц живота

13. Лечебную физкультуру при диабете у детей применяют с целью:

- а. для снижения сахара в крови
- б. уменьшения дозы инсулярных препаратов
- в. стимуляции использования сахара тканями
- г. создание мышечного корсета
- д. тренировка функции диафрагмы

14. Показания к назначению лечебной физкультуры при заболеваниях органов пищеварения у детей включают:

- а. хронические гастриты, язвенной болезни желудка
- б. хронические колиты
- в. спланхноптоз
- г. хронические холециститы
- д. дискинезия желчевыводящих путей

15. В лечебной гимнастики при спастических запорах у детей показаны:

- а. упражнения, способствующие расслаблению передней брюшной стенки
- б. в диафрагмальном дыхании
- в. с усилением мышц конечностей
- г. с выраженным усилением мышц брюшного пресса
- д. упражнения для мышц плечевого пояса

16. В лечебной гимнастики при атонических запорах у детей показаны:

- а. способствующие изменению внутрибрюшного давления
- б. лежа на спине, на животе, на боку
- в. в статическом напряжении мышц живота
- г. легкие прыжки и поскоки
- д. легкий бег трусцой

26. Физические упражнения у детей с болезнью печени и желчных путей способствует:

- а. повышению внутри брюшного давления
- б. понижению внутрибрюшного давления
- в. массажу органов брюшной полости
- г. ускорению желчевыделения
- д. улучшению кровоснабжения в брюшной полости

18. Основные задачи в лечебной гимнастике при недержании мочи у детей:

- а. общеукрепляющие воздействия на организм ребенка
- б. укрепление мышцы брюшного пояса
- в. укрепление мышц тазового дна
- г. укрепление дыхательной мускулатуры

19. При переломах трубчатых костей у детей задачи лечебной физкультуры предусматривают:

- а. улучшение трофики тканей поврежденной конечности
- б. стимуляции образования костной мозоли

- в. профилактики тугоподвижности суставов
 - г. укрепление сердечно-сосудистой системы
 - 5. улучшении функции кишечника
- 20. Задачами лечебной гимнастики при переломе позвоночника у детей являются:**
- а. улучшение кровообращения в области перелома
 - б. предупреждения атрофии мышц
 - в. восстановления правильной осанки и навыков ходьбы
 - г. укрепление мышц туловища
 - д. укрепление мышц живота
- 21. Задачи лечебной физкультуры при нарушении осанки включают:**
- а. укрепление мышц разгибателей позвоночника и мышц живота
 - б. укрепление мышц сгибателей позвоночника
 - в. укрепление мышц поддерживающих свод стопы
 - г. укрепление мышц тазового дна
- 22. К специальным упражнениям в лечебной гимнастике при юношеском кифозе относятся упражнения для укрепления мышц:**
- а. поддерживающих свод стопы
 - б. разгибателей позвоночника.
 - в. тазового дна
 - г. брюшного пресса
 - д. ягодичных мышц
- 23. К задачам консервативного лечения врожденной мышечной кривошеи у детей относят:**
- а. улучшение трофики пораженной мышцы
 - б. уменьшение мышечного тонуса на здоровой стороне шее
 - в. уменьшение мышечной контрактуры
 - г. укрепление мышц живота
 - д. интенсивный массаж на больной стороне
- 24. К специальным упражнениям при плоскостопии у детей относятся:**
- а. упражнения для укрепления мышц, поддерживающих свод стопы
 - б. упражнения, укрепляющие мышцы голени, бедра
 - в. упражнения, укрепляющие мышцы, поддерживающие позвоночник в правильном вертикальном положении
 - г. упражнения для укрепления мышц плечевого пояса
 - д. упражнения для укрепления тазового дна
- 25. Сколиоз — это:**
- а. искривление позвоночника во фронтальной плоскости
 - б. искривление позвоночника в сагиттальной плоскости
 - в. искривление в шейном отделе позвоночника
 - г. искривление позвоночника во фронтальной плоскости с наличием торсии позвонков
 - д. искривление позвоночника в грудном отделе без наличия торсии
- 26. По локализации выделяют следующие виды сколиозов:**
- а. верхнегрудной
 - б. грудной
 - в. грудопоясничный

- г. комбинированный
- д. поясничный

27. Появление ядер окостенения подвздошных костей совпадает с:

- а. началом пубертатного периода
- б. завершением роста позвоночника
- в. завершением пубертатного периода
- г. серединой пубертатного периода
- д. допубертатном периодом

28. К специальным упражнениям для детей сколиозом относят:

- а. корригирующие
- б. дыхательные
- в. укрепляющих мышцы спины, поясницы, живота
- г. увеличивающие мобильность позвоночника
- д. на растяжение мышц разгибателей спины

29. Для занятий детям со сколиозом противопоказано:

- а. художественная и спортивная гимнастика
- б. тяжелая атлетика
- в. борьба
- г. стрельба из лука
- д. плавание

30. Задачи лечебной гимнастики при ожоговой болезни:

- а. нормализация крово и лимфообращения в поврежденных тканях
- б. улучшение обменных процессов
- в. профилактика пневмоний
- г. предупреждение мышечных атрофии
- д. предупреждение рубцовых сращений

57. Методика занятий лечебной гимнастики и массажа для здоровых недоношенных детей предусматривает

- а. лечение «положением»
- б. выполнение упражнений основанных на врожденных рефлексах новорожденного
- в. точечный массаж
- г. периостальный массаж
- д. косметический массаж

32. К специальным упражнениям при дальнозоркости у детей относится:

- а. упражнения в переводе взгляда с ближней точки ясного видения на дальнюю и наоборот
- б. общеразвивающие упражнения
- в. массаж головы, плечевого пояса
- г. самомассаж глазных яблок

33. Врачебный контроль за физическим воспитанием детей предусматривает:

- а. функциональные методы исследования системы кровообращения у детей при занятиях лечебной гимнастикой и лечебной физкультурой
- б. функциональные методы исследования системы дыхательной у детей при занятиях лечебной гимнастикой и лечебной физкультурой
- в. функциональные методы исследования нервной системы у детей при занятиях лечебной гимнастикой и лечебной физкультурой

г. функциональные методы исследования мышечной системы у детей при занятиях лечебной гимнастикой и. лечебной физкультурой

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ К ТЕСТОВЫМ ЗАДАНИЯМ

№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ
1	ав	18	ав
2	абв	19	абг
3	бг	20	абвгд
4	абвг	21	ав
5	г	22	бг
6	абв	23	ав
7	абвгд	24	абв
8	абвгд	25	agd
9	абвг	26	абвгд
10	ав	27	г
11	абв	28	абв
12	абвгд	29	абв
13	абв	30	абвгд
14	абвгд	31	абв
15	абв	32	абвг
16	абвгд	33	абвг
17	абвгд		

СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

1. Больной Б., 12 лет, предъявляет жалобы на кашель с отделением серозной мокроты, небольшого количества по утра, повышенную температуру тела 37,4°C – вечером. В отделении находится в течение 10 дней, где лечится по поводу очаговой пневмонии. Объективно: дыхание свободное, ЧДД – 20 в мин., грудная клетка обычной формы, ЧСС – 78 уд./мин., АД – 110/70 мм рт. ст. Живот не увеличен, стул и мочеиспускание в норме. Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа. (ПК-6, ПК-8)

2. Больная И., 10 лет, поступила в стационар с status astmatikus. После курса интенсивной терапии состояние улучшилось. Объективно: состояние средней тяжести. Кожные покровы бледные. На расстоянии слышны сухие свистящие хрипы. ЧДД – 28 в мин. ЧСС – 96 уд./мин., АД – 100/70 мм рт. ст. Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа. (ПК-6, ПК-8).

Тема: ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта у детей

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

- 1. Возможны следующие двигательные режимы в детской больнице:**
 - а. постельный и палатный
 - б. щадящий
 - в. свободный
 - г. переходный
- 2. Возможны следующие двигательные режимы в детской поликлинике:**
 - а. щадящий
 - б. щадяще-тренирующий
 - в. тренировочный
 - г. свободный
- 3. К двигательным режимам в детском санатории относятся:**
 - а. палатный
 - б. щадящий и щадяще-тренирующий
 - в. свободный
 - г. тренировочный
- 4. В лечебной гимнастики при атонических запорах у детей показаны:**
 - а. способствующие изменению внутрибрюшного давления
 - б. лежа на спине, на животе, на боку
 - в. в статическом напряжении мышц живота
 - г. легкие прыжки и поскоки
 - д. легкий бег трусцой
- 5. Физические упражнения у детей с болезнью печени и желчных путей способствует:**
 - а. повышению внутри брюшного давления
 - б. понижению внутрибрюшного давления
 - в. массажу органов брюшной полости
 - г. ускорению желчевыделения
 - д. улучшению кровоснабжения в брюшной полости
- 6. Показания к назначению лечебной физкультуры при заболеваниях органов пищеварения у детей включают:**
 - а. хронические гастриты, язвенной болезни желудка
 - б. хронические колиты
 - в. спланхноптоз
 - г. хронические холециститы
 - д. дискинезия желчевыводящих путей
- 7. В лечебной гимнастики при спастических запорах у детей показаны:**
 - а. упражнения, способствующие расслаблению передней брюшной стенки
 - б. в диафрагмальном дыхании
 - в. с усилением мышц конечностей
 - г. с выраженным усилением мышц брюшного пресса
 - д. упражнения для мышц плечевого пояса
- 8. В лечебной гимнастики при атонических запорах у детей показаны:**
 - а. способствующие изменению внутрибрюшного давления
 - б. лежа на спине, на животе, на боку

- в. в статическом напряжении мышц живота
- г. легкие прыжки и поскоки
- д. легкий бег трусцой

9. Физические упражнения у детей с болезнью печени и желчных путей способствует:

- а. повышению внутри брюшного давления
- б. понижению внутрибрюшного давления
- в. массажу органов брюшной полости
- г. ускорению желчевыделения
- д. улучшению кровоснабжения в брюшной полости

10. Методика занятий лечебной гимнастики и массажа для здоровых недоношенных детей предусматривает

- а. лечение «положением»
- б. выполнение упражнений основанных на врожденных рефlekсах новорожденного
- в. точечный массаж
- г. периостальный массаж
- д. косметический массаж

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ
1	ав	6	а-д
2	абв	7	абв
3	бг	8	а-д
4	а-д	9	абвгд
5	абвгд	10	абв

СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

1. Больной У., 8 лет. Ds: Хронический гастродуоденит. Методика лечебной физкультуры и массажа (цель, задачи, направленность). (ПК-6, ПК-8).

2. Пациентка Н., 28 лет, поступила в клинику с жалобами на постоянные боли в эпигастральной области, усиливающиеся натощак, ощущение тяжести в эпигастрии, тошноту, снижение аппетита. При осмотре состояние удовлетворительное. Питание несколько снижено. Дыхание везикулярное, тоны сердца ясные, ритмичные. АД - 110/70 мм рт. ст., пульс - 68 в минуту. При пальпации живот мягкий, болезненный в эпигастральной и пилородуоденальной областях, печень, селезенка не увеличены. Диагноз: Язвенная болезнь 12 перстной к-ки. Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа. (ПК-6, ПК-8).

Тема - «Спортивная медицина»

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Цель и задачи спортивной медицины включают все перечисленное, кроме:

- а) специализированного лечения высококвалифицированных спортсменов
- б) содействие эффективности физического воспитания с целью укрепления здоровья и повышения трудоспособности
- в) организации и проведения лечебно-профилактических с санитарно-гигиенических мероприятий при занятиях физкультурой и спортом
- г) выявления ранних признаков заболеваний и повреждений, возникающих при нерациональных занятий физкультурой и спортом

2. Основными направлениями работы врачебно-физкультурного диспансера является все перечисленное, исключая:

- а) проведение антидопингового контроля у спортсменов
- б) организационно-методическое руководство лечебно-профилактическими учреждениями по вопросам ВК и ЛФК
- в) диспансерное наблюдение занимающихся физкультурой и спортом
- г) организация и проведение мероприятий по реабилитации спортсменов после травм и заболеваний

3. Медицинская характеристика учащихся подготовительной группы для занятий физвоспитанием включает:

- а) лиц без отклонений в состоянии здоровья, физически развитых
- б) лиц с незначительными отклонениями в состоянии здоровья, физически не подготовленных
- в) лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья или без отклонений в состоянии здоровья, физически подготовленные
- г) здоровых с недостаточным физическим развитием и слабой физической подготовкой
- д) правильно б) и г)

4. К основным видам обследования спортсменов, подлежащих диспансеризации, относятся все перечисленное, кроме:

- а) углубленных обследований в ВФД
- б) текущих наблюдений на тренировках и соревнованиях
- в) этапных обследований годового тренировочного цикла
- г) профилактических осмотров
- д) дополнительных обследований после травм и заболеваний

5. Сердечный выброс:

- а) прямо пропорционален периферическому сопротивлению и обратно-артериальному давлению
- б) прямо пропорционален кровяному давлению и обратно-периферическому сопротивлению
- в) обратно пропорционален кровяному давлению и периферическому сопротивлению
- г) прямо пропорционален кровяному давлению и периферическому сопротивлению

6. Закон Старлинга отражает:

- а) утилизацию кислорода по отношению к проводимой работе
- б) отношение объема правого предсердия и частоты сердечных сокращений
- в) отношения сердечного выброса и периферического сопротивления
- г) способность сердца увеличивать силу сокращений при увеличении наполнения её камер

7. Развитие мышечной силы и выносливости спортсмена зависит:

- а) от рациональных режимов тренировочных нагрузок
- б) от функции легких и сердца
- в) от совершенствования двигательной функции
- г) от координации работы мышц и вегетативных функций
- д) от всего перечисленного

8. Влияние физической тренировки на организм преимущественно проявляется:

- а) через кожные рецепторы
- б) через сухожильные рецепторы
- в) через мышечные рецепторы
- г) через глазодвигательный нерв
- д) через слуховой нерв

9. Отрицательное влияние неадекватных физических нагрузок у спортсменов может проявиться всем, кроме:

- а) развития сколиоза
- б) грыжи диска
- в) дистрофии миокарда
- г) снижения содержания иммунокомпетентных клеток
- д) онкологических заболеваний

10. Результатом долговременной адаптации сердца спортсменов к физическим нагрузкам является все перечисленное, кроме:

- а) брадикардии
- б) гипотонии
- в) гипертрофии миокарда
- г) экстрасистолии
- д) улучшения сократительной функции миокарда

11. Хорошим функциональным возможностям организма спортсмена свойственны все перечисленное, кроме:

- а) быстрой вработываемости
- б) низкого функционального резерва
- в) высокого предела нагрузки
- г) длительного удержания максимальной нагрузки
- д) ускорения восстановления организма после нагрузки

12. Ориентировочный диапазон частоты сердечных сокращений в 1 мин. при физической нагрузке максимальной интенсивности составляет:

- а) 130-150 уд./мин.

- б) 150-170 уд./мин.
- в) 170-180 уд./мин.
- г) 200-220 уд./мин.
- д) 220-240 уд./мин.

13. Предпосылками для более рационального кровообращения у детей по сравнению со взрослыми являются:

- а) возрастное сужение просвета сосудов
- б) большая ширина просвета сосудов и более короткий путь кровотока
- в) возрастное удлинение пути кровотока
- г) наличие воздействий хронических инфекций

14. Предпосылками для формирования нарушений осанки у детей являются:

- а) рост мышечной ткани отстает от роста скелета
- б) завершается окостенение зон запястья и пястья
- в) низкая двигательная активность и неправильная посадка
- г) дефекты зрения
- д) правильно в) и г)

15. Реакция на физическую нагрузку в пожилом возрасте характеризуется всем перечисленным, кроме:

- а) медленной вработываемости
- б) высокого функционального резерва
- в) сниженного максимума физиологических реакций на нагрузку
- г) удлинение восстановительного периода после нагрузки
- д) низкого функционального резерва

16. Контрольным тестом для определения качества выносливости у детей является:

- а) поднятие штанги
- б) бег на 100 м
- в) бег с препятствием
- г) бег на 800 м

17. К функциональным особенностям дыхательной системы у детей по сравнению со взрослыми относятся все перечисленное, кроме:

- а) большей частоты дыхания в минуту
- б) меньшей глубины дыхательных движений
- в) более устойчивого ритма дыхания
- г) менее эффективного взаимодействия органов дыхания и кровообращения

18. Занятия с учащимися, отнесенными к специальной группе, проводятся преимущественно

- а) во врачебно-физкультурном диспансере
- б) в школе по специальным учебным программам физвоспитания
- в) в кабинете лечебной физкультуры поликлиники

г) в кабинете врачебного контроля поликлиники

19. Обязательный объем функционально-диагностических и лабораторных исследований при первичном обследовании спортсмена включает все перечисленное, кроме

- а) рентгеноскопии органов грудной клетки
- б) исследования кислотно-щелочного состояния крови
- в) электрокардиографии
- г) клинических анализов крови и мочи
- д) функциональной пробы с физической нагрузкой

20. Влияние физической тренировки на организм преимущественно проявляется через

- а) кожные рецепторы
- б) сухожильные рецепторы
- в) мышечные рецепторы
- г) глазодвигательный нерв
- д) слуховой нерв

21. Ориентировочный диапазон частоты сердечных сокращений при физической нагрузке большой интенсивности составляет

- а) 80-100 уд/мин
- б) 100-120 уд/мин
- в) 120-140 уд/мин
- г) 150-170 уд/мин
- д) 170-190 уд/мин

22. При физической нагрузке содержание гликогена в мышцах

- а) увеличивается
- б) снижается
- в) остается без изменения
- г) усиливается его образование

23. Максимальная мощность алактатного анаэробного процесса достигается в упражнениях предельной продолжительности

- а) 5 с
- б) 30 с
- в) 2-7 мин
- г) 15-30 мин
- д) 40 мин

24. Понятие тренированности спортсмена включает

- а) состояние здоровья и функциональное состояние организма
- б) уровень физической подготовки
- в) уровень технико-тактической подготовки
- г) уровень психологической подготовки
- д) все перечисленное

25. К факторам, составляющим выносливость спортсмена, относится все перечисленное, кроме

- а) личностно-психических
- б) энергетических ресурсов организма
- в) функциональной устойчивости организма

г) технической подготовки и массы тела

26. К основным мезоциклам тренировочного процесса относятся

- а) контрольно-подготовительный
- б) втягивающий
- в) предсоревновательный
- г) базовый и соревновательный

27. Физическая терморегуляция осуществляется путем

- а) теплопроводения и теплоизлучения
- б) потоотделения
- в) конвекции
- г) радиации
- д) всеми перечисленными путями

28. Тренирующий эффект воздушных ванн зависит от

- а) интенсивности холодового и теплового раздражителя
- б) продолжительности воздействия холодового и теплового раздражителя
- в) площади обнаженной поверхности тела
- г) всего перечисленного
- д) ничего из перечисленного

29. Признаками гипокинезии у школьников являются

- а) повышенная частота пульса в покое
- б) сниженная становая сила
- в) увеличенная толщина подкожной жировой складки
- г) снижение максимальной мощности выдоха
- д) все перечисленное

30. К основным признакам физического развития относится все перечисленное, кроме

- а) длины тела
- б) массы тела
- в) обхвата грудной клетки
- г) состава крови
- д) жизненной емкости легких

31. Индекс Кетле учитывает

- а) рост
- б) вес
- в) объем груди
- г) обхват бедра
- д) правильно а) и б)

32. В методике определения биологического возраста у девочек учитывают все перечисленное, кроме

- а) степени развития волос на лобке
- б) развития молочной железы
- в) динамометрии кистей
- г) развития волос в подмышечной впадине
- д) перелома голоса

33. В основе принципов классификации функциональных проб лежит все перечисленное, кроме

- а) физической нагрузки
- б) изменения положения тела в пространстве
- в) задержки дыхания
- г) жизненной емкости легких
- д) все перечисленное

34. Физиологическое значение велоэргометрического теста у спортсменов не включает определение

- а) тренированности и психологической устойчивости
- б) функционального состояния кардиореспираторной системы
- в) аэробной производительности организма
- г) общей физической работоспособности

35. Единица мощности нагрузки 1 Ватт равна

- а) 2 кгм/мин
- б) 3 кгм/мин
- в) 4 кгм/мин
- г) 5 кгм/мин
- д) 6 кгм/мин

36. Показателем, характеризующим максимальную производительность кардиореспираторной системы, является

- а) весоростовой
- б) жизненная емкость легких
- в) ударный объем сердца
- г) МПК
- д) конечное систолическое давление

37. К функциональным пробам, характеризующим функцию внешнего дыхания, относятся все перечисленные, кроме пробы

- а) Штанге
- б) Генчи
- в) Тиффно-Вотчала
- г) Летунова

38. Наиболее рациональным типом реакции сердечно-сосудистой системы на функциональную пробу с физической нагрузкой является

- а) нормотоническая
- б) дистоническая
- в) гипертоническая
- г) астеническая
- д) со ступенчатым подъемом артериального давления

39. Способами точного дозирования физической нагрузки являются все перечисленные, кроме

- а) степ-теста
- б) велоэргометрии
- в) тредбана
- г) пробы с 20-ю приседаниями
- д) гребного станка

40. Ведущим показателем функционального состояния организма является

- а) сила
- б) выносливость
- в) гибкость
- г) общая физическая работоспособность
- д) ловкость

41. Зубец Р отражает возбуждение

- а) синусового узла
- б) предсердий
- в) атриовентрикулярного узла
- г) ствола пучка Гиса
- д) желудочков

42. К основным методам исследования нервно-мышечной системы относятся все перечисленные, кроме

- а) миотонометрии
- б) сейсмомиотонографии
- в) электромиографии
- г) реоплетизмографии
- д) полидинамометрии

43. При форсированном снижении массы тела спортсмена общие жиры в крови

- а) увеличиваются
- б) уменьшаются
- в) остаются без изменений
- г) увеличиваются или снижаются

44. Средние показатели PWC у женщин 20-29 лет составляют

- а) 550-750 кгм/мин
- б) 550-400 кгм/мин
- в) 400-300 кгм/мин
- г) 300-200 кгм/мин

45. Кислотно-основное состояние крови регулируют

- а) система химических буферов
- б) система физиологических буферов
- в) ферментативная система
- г) нервно-мышечная система
- д) правильно а) и б)

46. Врачебный контроль за физическим воспитанием детей дошкольного возраста имеет все перечисленные задачи, кроме

- а) укрепления здоровья детей
- б) гармоничности физического развития
- в) подготовки юных спортсменов
- г) повышения резистентности организма детей к факторам внешней среды
- д) развития полезных двигательных навыков

47. Видами спортивного отбора являются

- а) предварительный
- б) специализированный, перспективный

- в) квалификационный
- г) преолимпийский и олимпийский
- д) все перечисленное

48. Наиболее высокие показатели диастолического давления с возрастом наблюдаются у всех перечисленных групп, кроме

- а) нетренированных детей
- б) занимающихся скоростно-силовыми видами спорта
- в) занимающихся видами спорта на выносливость
- г) занимающихся игровыми видами спорта

49. К испытаниям с повторными специфическими нагрузками предъявляются следующие требования

- а) нагрузка должна быть специфичной для тренирующегося
- б) нагрузка должна проводиться с максимальной интенсивностью
- в) нагрузка должна выполняться повторно с возможно меньшими интервалами между повторениями
- г) исследования функционального состояния спортсмена проводятся непосредственно в период тренировки
- д) все перечисленные

50. К источникам щелочных оснований в пищевом рационе спортсмена не относятся

- а) овощи
- б) фрукты
- в) молоко
- г) зерновые продукты

51. К симптомам разрыва ахиллова сухожилия относится

- а) боли в месте повреждения
- б) слабость икроножной мышцы
- в) хромота при ходьбе
- г) невозможность подняться на пальцы стопы
- д) все перечисленное

52. Развитие утомления при интенсивной мышечной работе проходит фазы

- а) компенсации
- б) суперкомпенсации
- в) декомпенсации
- г) сердечной недостаточности
- д) правильно а) и в)

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ
1	б	27	Д
2	а	28	Г
3	д	29	Д
4	г	30	Г
5	б	31	Д
6	г	32	В
7	д	33	Д

8	бв	34	А
9	д	35	Д
10	д	36	Г
11	б	37	Г
12	б	38	А
13	б	39	Аг
14	д	40	Г
15	б	41	Б
16	г	42	Г
17	в	43	Г
18	б	44	А
19	аб	45	Д
20	бв	46	В
21	г	47	Д
22	б	48	В
23	а	49	Д
24	д	50	Вг
25	аг	51	Д
26	г	52	Д

СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

1. Женщина 39 лет обратилась за консультацией по поводу двигательного режима. Диагноз : варикозное расширение вен нижних конечностей. Физическое развитие среднее. Масса тела 76 кг (при рекомендуемой 67). Последние 10 лет физическая активность – в пределах бытовых нагрузок. Цель предстоящих занятий – общеукрепляющее воздействие и снижение массы тела. Ваши рекомендации по индивидуальному плану тренировок.(ПК-1, ПК-2, ПК-9).

2. Мужчина 24 лет, кмс по биатлону, занимается спортом в течение 7 лет. Последний месяц отмечает падение спортивных результатов, неприятные ощущения в области сердца, расстройства сна. На ЭКГ: уплощенные зубцы Т в AVR, AVF и FVL в III стандартном и в V4-6 отведениях. Указанные изменения исчезают при физической нагрузке. Предполагаемый диагноз, лечебно-профилактические мероприятия. (ПК-2, ПК-5)

3. Мужчина 26 лет, массой 80 кг, играет в футбол на любительском уровне. при проведении субмаксимального теста PWC170 получили следующие данные: в конце 1-й нагрузки 50 Вт ЧСС составила 110 уд/мин; в конце 2-й нагрузки 100 Вт ЧСС составила 125 уд/мин.

1. Рассчитать результат теста PWC170 по формуле В. Л. Карпмана
- 2 .Определить МПК по формуле В. Л. Карпмана
3. Сделать оценку полученным результатам (ПК-1, ПК-2, ПК-9)

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ К СИТУАЦИОННЫМ ЗАДАЧАМ

1. Рекомендуемые виды оздоровительной физкультуры: плавание, аквааэробика. Если занятия будут проводиться в тренажерном зале, тренировки должны быть индивидуальные в щадяще-тренирующем режиме, исключая выпады и приседания с отягощениями, т.е. упражнения, затрудняющие венозный отток.

ЧСС макс. = $190 - 39 = 151$ уд/мин. Оптимальный диапазон ЧСС – 50 – 70% от ЧСС макс., т.е. от 75 до 105 уд/мин.

Кратность занятий в неделю – не менее 3-х.

2. Диагноз: дистрофия миокарда вследствие физического перенапряжения ДМФП), I стадия. Лечебные мероприятия: 1. Временное отстранение спортсмена от тренировок и соревнований с сохранением обычного режима не исключая утреннюю зарядку и прогулки. 2. Применение кардиотропных препаратов (рибоксин на 1-2 мес.; элькар и поливитамины – 3-4 недели или кокарбоксилаза или АТФ в течение месяца). Препараты калия (калия оротат, аспакрам, панангин) в течение 203 недель, если нет выраженной брадикардии. Антиоксидантная терапия (асевит, тривит, триовит) в течение 30 дней. Контроль ЭКГ через 3-4 недели.

3. 1) $PWC_{170} = 300 \text{ кгм} + (600 \text{ кгм} - 300 \text{ кгм}) \times \frac{(170-110) \text{ уд/мин}}{(125-110) \text{ уд/мин}} = 1500 \text{ кгм}$

2) $МПК(\text{мл/мин}) = 1,7 \times 1500 + 1240 = 3800 \text{ мл/мин}$

3) Физическая работоспособность по данным теста PWC_{170} в МПК оценивается как выше средней.

Тема – Детская спортивная медицина

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Медицинская характеристика учащихся подготовительной группы для занятий физвоспитанием включает:

- а) лиц без отклонений в состоянии здоровья, физически развитых
- б) лиц с незначительными отклонениями в состоянии здоровья, физически не подготовленных
- в) лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья или без отклонений в состоянии здоровья, физически подготовленные
- г) здоровых с недостаточным физическим развитием и слабой физической подготовкой
- д) правильно б) и г)

2. Предпосылками для более рационального кровообращения у детей по сравнению со взрослыми являются:

- а) возрастное сужение просвета сосудов
- б) большая ширина просвета сосудов и более короткий путь кровотока
- в) возрастное удлинение пути кровотока
- г) наличие воздействий хронических инфекций

3. Предпосылками для формирования нарушений осанки у детей являются:

- а) рост мышечной ткани отстает от роста скелета
- б) завершается окостенение зон запястья и пястья
- в) низкая двигательная активность и неправильная посадка
- г) дефекты зрения
- д) правильно в) и г)

4. Контрольным тестом для определения качества выносливости у детей является:

- а) поднятие штанги
- б) бег на 100 м
- в) бег с препятствием
- г) бег на 800 м

5. К функциональным особенностям дыхательной системы у детей по сравнению со взрослыми относятся все перечисленное, кроме:

- а) большей частоты дыхания в минуту
- б) меньшей глубины дыхательных движений
- в) более устойчивого ритма дыхания
- г) менее эффективного взаимодействия органов дыхания и кровообращения

6. Занятия с учащимися, отнесенными к специальной группе, проводятся преимущественно

- а) во врачебно-физкультурном диспансере
- б) в школе по специальным учебным программам физвоспитания
- в) в кабинете лечебной физкультуры поликлиники
- г) в кабинете врачебного контроля поликлиники

7. Признаками гипокинезии у школьников являются

- а) повышенная частота пульса в покое
- б) сниженная станова́я сила
- в) увеличенная толщина подкожной жировой складки
- г) снижение максимальной мощности выдоха
- д) все перечисленное

8. К основным признакам физического развития относится все перечисленное, кроме

- а) длины тела
- б) массы тела
- в) обхвата грудной клетки
- г) состава крови
- д) жизненной емкости легких

9. Индекс Кетле учитывает

- а) рост
- б) вес
- в) объем груди
- г) обхват бедра
- д) правильно а) и б)

10. В методике определения биологического возраста у девочек учитывают все перечисленное, кроме

- а) степени развития волос на лобке
- б) развития молочной железы
- в) динамометрии кистей
- г) развития волос в подмышечной впадине

д) перелома голоса

11. Показателем, характеризующим максимальную производительность кардиореспираторной системы, является

- а) весоростовой
- б) жизненная емкость легких
- в) ударный объем сердца
- г) МПК
- д) конечное систолическое давление

12. К функциональным пробам, характеризующим функцию внешнего дыхания, относятся все перечисленные, кроме пробы

- а) Штанге
- б) Генчи
- в) Тиффно-Вотчала
- г) Летунова

13. Наиболее рациональным типом реакции сердечно-сосудистой системы на функциональную пробу с физической нагрузкой является

- а) нормотоническая
- б) дистоническая
- в) гипертоническая
- г) астеническая
- д) со ступенчатым подъемом артериального давления

14. Врачебный контроль за физическим воспитанием детей дошкольного возраста имеет все перечисленные задачи, кроме

- а) укрепления здоровья детей
- б) гармоничности физического развития
- в) подготовки юных спортсменов
- г) повышения резистентности организма детей к факторам внешней среды
- д) развития полезных двигательных навыков

15. Видами спортивного отбора являются

- а) предварительный
- б) специализированный, перспективный
- в) квалификационный
- г) преолимпийский и олимпийский
- д) все перечисленное

16. Наиболее высокие показатели диастолического давления с возрастом наблюдаются у всех перечисленных групп, кроме

- а) нетренированных детей
- б) занимающихся скоростно-силовыми видами спорта
- в) занимающихся видами спорта на выносливость
- г) занимающихся игровыми видами спорта

17. По PWC170 можно судить о :

- а) выполненной работе на велоэргометре
- б) работе, выполненной за 170 секунд

- в) работе, выполненной на ступеньке
- г) мощности, показанной спортсменом при ЧСС 170 ударов в мин

18. Для хорошего функционального состояния сердечно-сосудистой системы ПКР в пробе Кушелевского составляет:

- а) до 0,2
- б) от 0,2 до 0,4
- в) от 0,5 до 2,0
- г) свыше 2,0

19. Укажите заболевания, препятствующие приему в детско-юношеские спортивные школы

- а) гипертоническая болезнь
- б) миопия (до -1,5)
- в) эпилепсия
- г) плеврит в анамнезе
- д) психические заболевания

20. Укажите, к какой медицинской группе относятся лица со значительным отклонением в состоянии здоровья постоянного характера:

- а) основная
- б) подготовительная
- в) специальная

21. Назовите противопоказания к занятиям в основной медицинской группе:

- а) сколиоз 1 степени
- б) миопия (-1,5)
- в) беременность 28 недель

22. Укажите вид спортивного массажа, применяемого после выступления юного спортсмена на соревнованиях:

- а) предварительный
- б) восстановительный
- в) тренировочный

23. Температура воздуха, допустимая для проведения спортивных мероприятий для детей 12-13 лет на открытом воздухе в зимнее время в безветренную погоду:

- а) не ниже -10°
- б) не ниже -12°
- в) не ниже -13°
- г) не ниже -14°

24. Какие осложнения можно ожидать у школьников, сдающих нормативы в беге на длинные дистанции?

- а) боли в животе
- б) травмы голеностопного сустава
- в) ортостатический коллапс на финише
- г) чувство нехватки воздуха

25. Нормальная продолжительность комплекса QRS у детей 7-15 лет

- а) 0,048 с

- б) 0,05 с
- в) 0,06 с
- г) 0,07 с

26. Нормальное изменение интервала P-Q при физической нагрузке:

- а) укорочение на 0,01 - 0,04 с
- б) удлинение на 0,01 – 0,04 с
- в) неизменение

27. Изменения зубца Т при перетренированности:

- а) увеличение T1-T2
- б) уплощение T1,
- в) переход положительных T2-T3 в отрицательные
- г) центральная инверсия T1

28. Наиболее точный метод определения МПК при нагрузочном тестировании:

- а) по номограмме Астранда
- б) по данным спироэргометрии
- в) по таблице Астранда
- г) по формуле Карпмана
- д) по результату пробы PWC170

29. Причинами спортивного травматизма, зависящими от нарушения гигиены в местах занятий спортом, являются все перечисленные, кроме:

- а) неровного или твердого грунта площадок
- б) скользкого пола гимнастических залов
- в) гладкого льда искусственного катка
- г) плохой освещенности мест занятий
- д) превышения нормы CO₂ в воздухе

30. К факторам профилактики спортивного травматизма при использовании различных спортивных снарядов относятся

- а) своевременный контроль за техническим состоянием и креплением снарядов
- б) контроль за средствами страховки и защитными приспособлениями
- в) наличие инструкции предельно допустимых нагрузок на снарядах
- г) техническая подготовка спортсмена
- д) все перечисленное

31. Гигиеническая норма суточной двигательной активности мальчиков и девочек 11-14 лет составляет

- а) 20 000-25 000 шагов
- б) 25 000-30 000 шагов
- в) 35 000 шагов
- г) 40 000-45 000 шагов
- д) 50 000 шагов

31. Гигиеническая норма суточной двигательной активности юношей 15-17 лет составляет

- а) 25 000-30 000 шагов
- б) 30 000-35 000 шагов

- в) 35 000-40 000 шагов
- г) 40 000-45 000 шагов

32. Оптимальное время дня для занятий физкультурой у детей (с учетом биоритмов и учебных занятий)

- а) между 8 и 10 часами
- б) между 9 и 12, 15 и 18 часами
- в) между 11-14 часами
- г) между 19-21 часами

33. Гигиенические условия правильной организации физического воспитания детей и подростков включают :

- а) выполнение возрастных норм двигательного режима
- б) индивидуальный подход в выборе средств и форм физической культуры и спортивной тренировки
- в) соблюдение методических принципов физической тренировки и гигиенических норм внешней среды
- г) комплексное использование разнообразных средств и форм физического воспитания
- д) все перечисленное

34. Дифференциальная диагностика между дыхательной аритмией и другими видами аритмий по данным ЭКГ целесообразна при снятии ЭКГ

- а) во время спокойного дыхания
- б) во время вдоха
- в) во время выдоха
- г) во время физиологической паузы дыхания после выдоха
- д) во время задержки дыхания на вдохе

35. При продольном плоскостопии 1-ой степени отпечатавшаяся на плантограмме часть стопы составляет:

- а) не более 1/4 ширины стопы
- б) не более 1/3 ширины стопы
- в) более 1/3 ширины стопы
- г) всю ширину стопы

36. Световой коэффициент в спортивном зале должен составлять:

- а) 1:4
- б) 1:5
- в) 1:6
- г) 1:7

37. Температура воды в бассейне для занятий детей плаванием должна быть:

- а) 23-25°
- б) не ниже 24°
- в) 24-25°

38. Титр кишечной палочки в бассейне не должен превышать:

- а) 100
- б) 10
- в) 150

г) 1000

39. Моторная плотность занятий с детьми в зимнее время вне помещений должна быть:

- а) 60%
- б) 65%
- в) 70%
- г) 80%

40. Основными задачами врачебно-педагогического наблюдения являются:

- а) изучение приспособляемости организма к нагрузкам во время занятий физическими упражнениями и характера восстановления после них
- б) уточнение проявления отклонений в состоянии здоровья, обнаруженных при врачебном обследовании, и выяснение, не усиливаются ли они под влиянием физических нагрузок
- в) оценка организации, методики проведения, условия, в которых проводится занятие (тренировка)
- г) все перечисленное

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ
1	д	21	в
2	б	22	б
3	д	23	б
4	г	24	абв
5	в	25	в
6	б	26	а
7	д	27	бвг
8	г	28	б
9	д	29	в
10	в	30	д
11	г	31	а
12	г	32	б
13	а	33	д
14	в	34	д
15	д	35	в
16	в	36	в
17	г	37	бв
18	в	38	а
19	авд	39	г
20	в	40	д

СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

1. Юноша 17 лет занимается тяжелой атлетикой в течение 1 года. Физическое развитие среднее гармоничное. Гиперстенического телосложения. В последнее время стали беспокоить тяжесть в голове, несильные головные боли, особенно после тренировок. С учебной нагрузкой справляется с трудом, часто недосыпает. Хр. гайморит, обостряется 1 раз в год. Из семейного анамнеза: у отца гипертоническая болезнь. Действия спортивного врача. (ПК-2, ПК-9).

2. Девушка 15 лет, занимается легкой атлетикой (бег на длинные дистанции) около 3 лет. В Последние 2-3 тренировки чувствует острую боль в правом подреберьи, тошноту на максимуме нагрузки. Действия спортивного врача. (ПК-2, ПК-9).

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

1. Диагноз : гипертензивный синдром. Необходимо строго регламентировать тренировочные нагрузки (уменьшить интенсивность тренировок), провести санацию гайморовых пазух, нормализовать режим дня (удлинить сон до 10 часов). Через 1-2 недели при соблюдении этих условий контрольный осмотр. Отдифференцировать гипертоническую болезнь от хронического физического перенапряжения.
2. Диагноз: печеночный болевой синдром. В анамнезе гипокинетическая дискинезия желчного пузыря. Первая помощь – прекратить нагрузку, подышать животом, массаж или самомассаж в области печени. При неэффективности – п/к атропин с учетом возрастной дозировки. Диета с исключением жареного, жирного, острого, с увеличенным количеством углеводов и витаминов (вит. С, В12, В6). Холин, метионин в возрастной дозировке. После исчезновения всех жалоб (как правило, через 1-4 мес.). После этого срока разрешается постепенное расширение диеты и постепенное же включение спортсменки в тренировочные нагрузки.

Тема: «Медицинский массаж»

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. **Какие массажные приемы применяются при обработке трехглавой мышцы плеча при неврите лучевого нерва?**
 - а. Только приемы растирания и поглаживания
 - б. Только приемы поглаживания, растирания и разминания
 - в. Все массажные приемы
2. **Какой массаж применяется при неврите локтевого нерва на ладонной поверхности предплечья и межкостных мышцах?**
 - а. Расслабляющий
 - б. Укрепляющий
3. **Укажите области массажа при ишиасе**
 - а. Пояснично-крестцовая область
 - б. Ягодицы
 - в. Задняя поверхность нижней конечности
 - г. Передняя поверхность бедра
 - д. Брюшной пресс
4. **Какой массаж применяется на передне-латеральной группе мышц голени и тыле стопы при неврите большеберцового нерва?**
 - а. Расслабляющий
 - б. Укрепляющий
5. **Какой массаж выполняется на передне-латеральной группе мышц голени при неврите малоберцового нерва?**
 - а. Расслабляющий
 - б. Укрепляющий

6. В каких стадиях хронической сердечно-сосудистой недостаточности можно применять массаж?

- а. 1 стадия
- б. 2А стадия
- в. 2Б стадия
- г. 3 стадия

7. В какой стадии хронической сердечно-сосудистой недостаточности можно применять общий массаж?

- а. В 1 стадии
- б. Во 2А стадии

8. В каких стадиях облитерирующего энтерита показан массаж пояснично-крестцовой области и нижних конечностей?

- а. В 1 стадии
- б. Во 2 стадии
- в. В 3 стадии

9. Какие области массируются при гипертонической болезни?

- а. Волосистая часть головы
- б. Грудная клетка
- в. Задняя поверхность шеи
- г. Воротниковая зона

10. Какие зоны массируются при хронической пневмонии при выполнении массажа по методике Кузнецова?

- а. Верхние конечности
- б. Область носогубного треугольника
- в. Нижние конечности
- г. Передняя поверхность грудной клетки
- д. Спина

11. Зоны массажа при гастрите с повышенной секреторной функцией в периоде ремиссии

- а. Воротниковая зона
- б. Передняя брюшная стенка
- в. Грудная клетка спереди

12. Какие приемы массажа выполняются на задней поверхности плеча при спастических параличах вследствие нарушения мозгового кровообращения?

- а. Поглаживание, растирание, разминание
- б. Поглаживание, легкое растирание

13. Какой массаж выполняется на задней поверхности бедра при спастических параличах вследствие нарушения мозгового кровообращения?

- а. Расслабляющий
- б. Укрепляющий

14. Какие массажные приемы выполняются в области возвышения большого пальца кисти при неврите срединного нерва?

- а. Плоскостное поглаживание
- б. Щипцеобразные приемы поглаживания, растирания, разминания

- в. Спиралевидное растирание четырьмя пальцами
- г. Механическая вибрация

15. Обработке каких мышц уделяется особое внимание при неврите лучевого нерва?

- а. Трехглавая мышца плеча
- б. Двуглавая мышца плеча
- в. Разгибатели пальцев и кисти
- г. Сгибатели пальцев и кисти

16. Является ли гипертонический криз противопоказанием для массажа?

- а. Да
- б. Нет

17. Какой массаж делается на здоровой половине лица при неврите лицевого нерва?

- а. Расслабляющий
- б. Укрепляющий

18. Какие из нижеперечисленных приемов применяются в области живота при спастических колитах?

- а. Накатывание
- б. Легкое спиралевидное растирание 4-мя пальцами
- в. Вибрация в виде рубления
- г. Разминание

19. Применяются ли приемы разминания на пораженной стороне при неврите лицевого нерва?

- а. Да
- б. Нет

20. При сахарном диабете массируются следующие области:

- а. Только конечности
- б. Только живот и грудная клетка
- в. Делается общий массаж

21. Массаж больных сахарным диабетом делается

- а. До введения инсулина
- б. После введения инсулина

22. Основными приемами разминания являются:

- а. Полукружное
- б. Надавливание
- в. Щипцеобразное
- г. Продольное

23. При бронхиальной астме массируются следующие области:

- а. Грудная клетка
- б. Конечности
- в. Шея
- г. Надплечья
- д. Живот

24. При травмах верхних конечностей массируются области следующих спинномозговых сегментов:

- а. С2-С4
- б. С4-Д4
- в. Д4-Д12

25. При ушибах массаж начинают:

- а. С области, находящейся выше места ушиба
- б. С места ушиба
- в. С области, находящейся ниже места ушиба

26. При травмах нижних конечностей массируют следующие зоны спинномозговых сегментов

- а. D1-D7
- б. D8-L5
- в. L1-L5

27. При контрактурах массаж начинают

- а. с вогнутой стороны контрактуры
- б. с выпуклой стороны контрактуры

28. На выпуклой стороне контрактуры применяется :

- а. Расслабляющий массаж
- б. Укрепляющий массаж

29. При переломах нижней конечности в период скелетного вытяжения массируют следующие области:

- а. Живот
- б. Симметричная здоровая конечность
- в. Соответствующая область спинномозговых сегментов
- г. Вся травмированная конечность
- д. Дистальные отделы травмированной конечности

30. Массажный прием, применяемый для активации образования костной мозоли:

- а. Растирание
- б. Разминание
- в. Легкая вибрация

31. Через какое время после снятия иммобилизации можно массировать локтевой сустав при его травме (внутрисуставной перелом)?

- а. Сразу
- б. Через 1-2 недели
- б. Спустя 1-2 месяца
- в. Спустя 2-2,5 месяца

32. Какой прием применяется для усиления выдоха при массаже грудной клетки при бронхиальной астме?

- а. Интенсивное растирание
- б. Интенсивное разминание
- в. Сжатие грудной клетки на выдохе
- г. Механическая вибрация

33. Выполнение какого приема противопоказано при массаже лучезапястного сустава при переломе луча в типичном месте?

- а. Спиралевидное растирание одним пальцем
- б. Разминание
- в. Двойное кольцевое растирание

34. Через какое время после травмы начинают массаж спины при переломах позвоночника в грудном и поясничном отделах?

- а. 1-2 недели
- б. 1 месяц
- в. 2 месяца
- г. 1 год
- д. 2-3 недели

35. При гиперстенической форме неврастения преимущественно применяются следующие приемы классического массажа:

- а. Поглаживание
- б. Растирание
- в. Разминание
- г. Вибрация

36. Какой массажный прием применяется для развития опороспособности культи?

- а. Поглаживание
- б. Растирание
- в. Разминание
- г. Вибрация

37. Массаж живота противопоказан при:

- а. Кровотечении из желудочно-кишечного тракта
- б. Опушении желудка
- в. Слабой и растянутой брюшной стенке

38. Массаж грудной клетки противопоказан при

- а. Гнойном плеврите
- б. Активном туберкулезе легких
- в. Хроническом обструктивном бронхите

39. Массаж ягодичной области у женщин противопоказан при:

- а. Миоме матки
- б. Поясничном остеохондрозе
- в. Во время месячных

40. При общем массаже, если нет специальных показаний, не массируются следующие области:

- а. Пальцы
- б. Область толстого кишечника
- в. Грудная клетка

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ
-----------	------------------	-----------	------------------

1	в	21	б
2	б	22	аг
3	абв	23	авг
4	а	24	б
5	б	25	а
6	ав	26	б
7	а	27	а
8	аб	28	б
9	авг	29	абвд
10	гд	30	в
11	аб	31	в
12	а	32	в
13	б	33	в
14	б	34	д
15	ав	35	аб
16	а	36	г
17	а	37	а
18	б	38	аб
19	а	39	а
20	в	40	аб

Критерии оценки:

- оценка «отлично» выставляется при правильном ответе на 91-100% заданий
- оценка «хорошо» выставляется при правильном ответе на 81-90% заданий
- оценка «удовлетворительно» выставляется при правильном ответе на 71-80% заданий
- оценка «неудовлетворительно» выставляется при правильном ответе на 70% и менее заданий.

2. ВОПРОСЫ И ТЕСТЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Вопросы для промежуточной аттестации:

1. Понятие о лечебной физкультуре – цели, задачи, средства.
2. Организация службы лечебной физкультуры и спортивной медицины в России.
3. Принципы использования лечебной физкультуры в комплексе реабилитационных мероприятий у больных различного профиля.
4. Правила заполнения медицинской документации по лечебной физкультуре (У.ф. № 042).
5. Регламентирующие документы по организации службы ЛФК и спортивной медицины.
6. Методы дозировки использования физических упражнений.
7. Лечебная физкультура как средство медицинской реабилитации, ее характеристика, показания и противопоказания к использованию.
8. Классификация физических упражнений и их характеристика.
9. Двигательные режимы как средство ЛФК, стационарное и амбулаторное поликлинические режимы.
10. Особенности применения ЛФК при заболеваниях и травмах челюстно-лицевой области.
11. Медицинский массаж, как средство ЛФК, виды медицинского массажа. Показания и противопоказания для использования.
12. Механизм лечебного действия физических упражнений.
13. Механотерапия как средство лечебной физкультуры.
14. Особенности применения ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата.
15. Особенности применения ЛФК при неврологических заболеваниях.
16. Организация работы мультидисциплинарной бригады сосудистого центра.
17. Особенности применения ЛФК при ортопедической патологии.
18. Особенности применения ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
19. Особенности применения ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
20. Особенности применения ЛФК при заболеваниях при сердечно-сосудистых заболеваниях
21. Особенности применения ЛФК после операций на органах грудной и брюшной полости.
22. Особенности применения ЛФК при заболеваниях, связанных с нарушением обмена веществ.
23. Особенности применения ЛФК в акушерстве и гинекологии.
24. Особенности применения ЛФК при заболеваниях и травмах челюстно-лицевой области.
25. Особенности гимнастики и массажа детей первого года жизни.
26. Особенности применения ЛФК у детей с сердечно-сосудистой патологией.
27. Особенности применения ЛФК и массажа у детей с нарушениями осанки и сколиозом.
28. Особенности применения ЛФК у детей с травмами опорно-двигательного аппарата.
29. Особенности применения ЛФК и массажа у детей с ДЦП.
30. Особенности применения ЛФК у детей с заболеваниями желудочно-кишечного тракта.

31. Особенности применения ЛФК у детей с ожирением и с заболеваниями, связанными с нарушением обмена веществ.
32. Особенности применения ЛФК и массажа у детей с заболеваниями органов дыхания.
33. Особенности применения ЛФК у детей после оперативных вмешательств на органах грудной и брюшной полости.
34. Особенности применения ЛФК и массажа у детей с ортопедическими заболеваниями (косолапость, плоскостопие, кривошея).
35. Критерии эффективности использования ЛФК.
36. Оценка физического здоровья как критерий эффективности оздоровительных мероприятий.
37. Особенности организации ЛФК и массажа у больных с различной патологией и травмами на различных этапах лечения (стационарный, поликлинический, санаторно-курортный).
38. Понятие о спортивной медицине, организация работы РВФД, отделения спортивной медицины.
39. Комплексное врачебное обследование лиц занимающихся физкультурой и спортом, его виды и содержание.
40. Углубленное медицинское обследование спортсменов.
41. Функциональное исследование сердечнососудистой системы у спортсменов.
42. Функциональное исследования системы дыхания у спортсменов.
43. Функциональное исследование центральной нервной и вегетативной нервной системы у спортсменов.
44. Методы оценки физической работоспособности у спортсменов.
45. Врачебно-педагогическое наблюдение при спортивной тренировке – цели, задачи, содержание.
46. Особенности медицинского обеспечения детского спорта.
47. Оценка физического развития у детей и подростков.
48. Особенности функционального тестирования различных систем организма у детей, занимающихся спортом.
49. Влияние занятий физической культурой и спортом на физическое развитие и функциональные показатели у детей и подростков.
50. Спортивный отбор. Цели, задачи.
51. Организация медицинского обеспечения спортивных соревнований.
52. Средства оказания неотложной медицинской помощи при неотложных состояниях и травмах во время соревнований.
53. Санитрано-гигиенический контроль в местах соревнований и массовых физкультурных мероприятий, задачи, содержание.
54. Методы восстановления физической работоспособности у спортсменов, классификация средств восстановления.
55. Профилактика возникновения физического перенапряжения и переутомления у спортсменов.
56. Классификация спортивной травмы и травматических заболеваний у спортсменов.
57. Профилактика спортивного травматизма.
58. Заболеваемость у спортсменов, причины и характер заболеваний.
59. Профилактические мероприятия по предупреждению заболеваний у спортсменов.
60. Неотложные состояния в спорте. Диагностика, правила оказания медицинской помощи.
61. Комплексы физиологических и биохимических реакций, структурные изменения организма, его систем, тканей при физических нагрузках.
62. Допинг контроль, классификация допинг-препаратов.
63. Осложнения, связанные с применением допинга.
64. Организация допинг контроля при соревнованиях и тренировках.

65. Комплексное применение ЛФК, массажа, физиотерапии при лечении и реабилитации спортсменов.
66. Рациональная двигательная активность, как составляющая здорового образа жизни.
67. Особенности занятий физической культурой у лиц пожилого возраста.
68. Контроль эффективности занятий физической культурой.
69. Нетрадиционные виды занятий физической культурой у лиц различного возраста.
70. Организация медицинского обеспечения на спортивных комплексах

**ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ
ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОРДИНАТОРОВ ПО
СПЕЦИАЛЬНОСТИ
31.08.39 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА**

1. Инструкция ординатору: Выберите правильный вариант ответа

2. Тестовые задания:

1. Термин «спортивная медицина» включает:
 1. метод определения функционального состояния спортсменов
 2. метод наблюдений спортсменов на тренировках и соревнованиях
 3. система медицинского обеспечения всех контингентов, занимающихся физкультурой и спортом
 4. изучение состояния здоровья спортсменов и физкультурников
 5. все перечисленное
2. Задачи спортивной медицины включают все перечисленное, кроме:
 1. содействия эффективности физического воспитания с целью укрепления здоровья и повышения работоспособности
 2. специализированного лечения высококвалифицированных спортсменов
 3. организации и проведения лечебно-профилактических и санитарно-гигиенических мероприятий при занятиях физкультурой и спортом
 4. выявления ранних признаков заболеваний и повреждений, возникающих при нерациональных занятиях физкультурой и спортом
 5. трудоустройства спортсменов
3. Система организации врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом включает:
 1. врачебный контроль за спортсменами проводят врачи-терапевты поликлиник
 2. врачебный контроль за спортсменами проводят врачебно-физкультурные диспансеры и кабинеты врачебного контроля поликлиник

3. врачебный контроль за физвоспитанием учащихся проводят врачи-педиатры поликлиник
4. все ответы правильные
4. Задачами врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом являются:

медицинское обеспечение спортивных мероприятий

1. определение состояния здоровья и функционального состояния физкультурников и спортсменов
2. диагностика соответствия физических нагрузок функциональному состоянию занимающихся
3. диагностика ранних признаков физического перенапряжения
4. все ответы правильные
5. Для занятий физическим воспитанием выделяют следующие медицинские группы:
 1. основная, подготовительная, специальная
 2. сильная, ослабленная, специальная
 3. физически подготовленные, слабо физически подготовленные, физически не подготовленные
 4. первая – без отклонений в состоянии здоровья, вторая – с незначительными отклонениями в состоянии здоровья, третья – больные
6. Систематическая мышечная тренировка повышает все перечисленное, кроме:
 1. работоспособности организма
 2. сопротивляемости организма к экстремальным воздействиям внешней и внутренней среды
 3. содержания гликогена в печени
 4. уровня витаминов в организме
7. Влияние физических тренировок на мышечную систему проявляется всем перечисленным, кроме:
 1. повышения тонуса мышц
 2. гипертрофии мышц
 3. образования новых сухожилий
 4. совершенствованием координации движений
 5. повышением выносливости мышц
8. Гипокинезия приводит ко всему перечисленному, кроме:
 1. снижения обменных процессов
 2. урежения частоты сердечных сокращений
 3. учащения частоты сердечных сокращений
 4. вегето-сосудистой дистонии
 5. снижения тонуса и атрофии мышц
9. Физическое развитие является показателем:
 1. морфофункционального состояния организма
 2. резервных возможностей организма
 3. оба утверждения правильны
 4. оба утверждения неверны
10. Функциональное состояние – это:
 1. способности, отражающие уровень развития адаптационных механизмов
 2. уровень неспецифической резистентности
 3. степень реактивности
 4. динамическая выносливость
11. Функциональные пробы позволяют определить все перечисленное, кроме:
 1. состояния здоровья
 2. уровня функциональных возможностей

3. уровня резервных возможностей
4. уровня физического развития
12. Клиническими критериями прекращения пробы с физической нагрузкой являются:
 1. достижение субмаксимальной ЧСС
 2. редкая экстрасистолия
 3. снижение вольтажа зубца R
 4. АД 180/100 мм рт.ст.
13. Клиническим критерием прекращения пробы с физической нагрузкой является:
 1. снижение систолического давления
 2. экстрасистолия 1: 20
 3. ЧСС 100 уд/мин
 4. артериальное давление 150/100 мм рт.ст.
14. Для исследования сердечно-сосудистой системы в практике спортивной медицины используются пробы:
 1. с физическими нагрузками
 2. с изменением положения тела в пространстве
 3. с задержкой дыхания
 4. со статической выносливостью мышц
 5. все перечисленное
15. Показателем, характеризующим максимальную производительность кардиореспираторной системы, является:
 1. весоростовой показатель
 2. жизненная емкость легких
 3. ударный объем сердца
 4. максимальное потребление кислорода
 5. систолическое артериальное давление
16. Рациональным типом реакции на одномоментную пробу с физической нагрузкой является:
 1. нормотонический
 2. гипертонический
 3. гипотонический
 4. дистонический
 5. реакция со ступенчатым подъемом
17. Функциональная проба, характеризующая возбудимость вегетативной нервной системы:
 1. PWC170
 2. Штанге
 3. ортостатическая
 4. 20 приседаний за 30 секунд
 5. все ответы правильные
18. Если на ортостатическую пробу увеличение ЧСС незначительное или отсутствует, АД резко снижается, это:
 1. резкое снижение компенсаторной реакции симпатико-адреналовой системы
 2. усиление симпатико-адреналовой реакции
 3. повышенный выброс катехоламинов
 4. повышение минутного и ударного объемов
19. Если на ортостатическую пробу ЧСС повышается более, чем на 20 уд./мин, значительно повышается АДд, снижается АДс, это:
 1. признаки повышенной симпатической реакции
 2. более объемного перемещения крови в нижерасположенные отделы тела
 3. уменьшение венозного возврата к сердцу
 4. результат длительной гиподинамии

5. все перечисленное
20. Если через 5-10 мин после перехода из горизонтального положения в вертикальное снижаются ЧСС и АД, это:
 1. более объемное перемещение крови
 2. повышение минутного и ударного объемов
 3. постуральная гипотония
 4. истощение адаптационно-компенсаторных возможностей симпатической нервной системы
 5. все ответы правильные
21. Резервные возможности дыхательной системы характеризует проба: ортостатическая
 1. Генчи
 2. Мартине
 3. PWC170
 4. все ответы правильные
22. Проба с задержкой дыхания на выдохе позволяет оценить:
 1. жизненную емкость легких
 2. степень насыщения крови кислородом
 3. адаптацию к гиперкапнии
 4. адаптацию к гипоксии
23. Проба с задержкой дыхания на вдохе позволяет оценить:
 1. адаптацию к гипоксии
 2. адаптацию к гиперкапнии
 3. жизненную емкость легких
 4. уровень оксигенации крови
24. Исследование мышечной системы проводится всеми методами, кроме:
 1. соматоскопии
 2. динамометрии
 3. миографии
 4. реографии
 5. миотонометрии
25. На высокую тренированность спортсмена в состоянии покоя указывают:
 1. брадикардия
 2. тахикардия
 3. повышение систолического давления
 4. экстрасистолия
26. Лечебная физкультура – это:
 1. научная дисциплина
 2. лечебный метод
 3. медицинская специальность
 4. составная часть реабилитационного процесса
 5. все перечисленное
27. Гипокинезия – это:
 1. пониженная двигательная активность
 2. полное отсутствие движений
 3. понижение мышечных усилий
 4. ухудшение координации двигательных актов
28. Гиподинамия – это:
 1. пониженная двигательная активность
 2. полное отсутствие движений
 3. понижение мышечных усилий
 4. ухудшение координации двигательных актов

29. Достаточная физическая нагрузка характеризуется:
1. выраженной одышкой
 2. жалобами на сильную усталость
 3. нарушением координации движений
 4. приятной мышечной усталостью
30. Методические принципы применения физических упражнений у больных основаны на всем перечисленном, кроме:
1. постепенности возрастания физической нагрузки
 2. системности воздействия
 3. регулярности занятий
 4. доступности физических упражнений
 5. применения максимальных физических нагрузок
31. Механизм действия физических упражнений на организм:
1. нервно-рефлекторный
 2. тонизирующий
 3. корректирующий
 4. специфический
32. Взаимодействие работающих скелетных мышц и внутренних органов осуществляют:
1. моторно-висцеральные рефлексy
 2. мышечно-суставные рефлексy
 3. кожно-мышечные рефлексy
 4. вегетативные рефлексy
33. Какой гемодинамический показатель является результатом проприоцептивных влияний:
1. венозный тонус
 2. сила сокращения левого желудочка
 3. присасывающая способность правого желудочка
 4. объем циркулирующей крови
 5. все перечисленные
34. При длительной физической работе содержание гликогена в печени и мышцах:
1. увеличивается
 2. снижается
 3. остается без изменения
 4. усиливается его образование
35. При мышечной работе симпатическая нервная система:
1. оказывает трофическое влияние на скелетные мышцы
 2. повышает деятельность органов желудочно-кишечного тракта
 3. сужает бронхи
 4. сужает сосуды сердца и легких
36. При мышечной работе парасимпатическая нервная система:
1. повышает ЧСС
 2. повышает чувствительность рецепторов к действию адреналина
 3. угнетает синтез гликогена в печени
 4. регулирует поддержание гомеостаза
37. При мышечной работе глюкокортикоиды обеспечивают:
1. синтез глюкозы
 2. снижение концентрации глюкозы в крови
 3. стимулируют синтез белков в печени
 4. снижают восприимчивость тканей к адреналину
38. Кортизол при мышечной работе вызывает все перечисленные эффекты, кроме:

1. снижения уровня глюкозы в крови
 2. повышения образования гликогена в печени
 3. повышение АТФ-азной активности в миофибриллах сердца
 4. повышение способности печени фосфорилировать глюкозу
39. При мышечной работе адреналин:
1. снижает ЧСС
 2. повышает АДс
 3. снижает содержание в крови жирных кислот
 4. снижает гликолиз
40. Адреналин при физической работе вызывает перечисленные эффекты, кроме:
1. учащение и усиление сердечных сокращений
 2. расслабление бронхиальных мышц
 3. сужение сосудов кожи
 4. стимуляцию анаэробного расщепления глюкозы
 5. расширение сосудов брюшной полости
41. Адреналин при мышечной работе вызывает все перечисленные эффекты, кроме:
1. снижает электровозбудимость мышц
 2. повышает сократимость сердца
 3. повышает систолическое артериальное давление
 4. снижает утомление
42. Норадреналин при мышечной работе вызывает все перечисленные эффекты, кроме:
1. снижения ЧСС
 2. снижения сосудосуживающего эффекта
 3. повышения концентрации гликогена в мышцах
 4. повышения содержания жирных кислот в крови
 5. усиления окисления жирных кислот
43. При мышечной работе норадреналин вызывает:
1. снижение ЧСС
 2. снижение АДс
 3. снижение АДд
 4. снижение концентрации гликогена в мышцах
 5. снижение окисления жирных кислот
44. Альдостерон при мышечной работе обеспечивает все перечисленное, кроме:
1. задерживает в организме ионы Na и Cl
 2. задерживает в организме ионы K и H
 3. снабжает энергией калий-натриевый насос
 4. усиливает выделения аммония
45. При кратковременной скоростной работе (бег на 100 м) энергообеспечение работающих мышц осуществляется за счет:
1. аэробных процессов
 2. аэробных и анаэробных процессов
 3. анаэробных процессов
 4. за счет окисления жиров
46. Механизмы влияния физической тренировки на аэробный ресинтез АТФ – все перечисленные, кроме:
1. повышение активности окислительных ферментов
 2. повышение концентрации креатинфосфата в мышцах
 3. увеличение емкости капилляров
 4. повышение миоглобина в мышцах
47. При тренировке выносливости затраты энергии восполняются за счет:
1. анаэробного процесса
 2. аэробного процесса

3. аэробного и анаэробного процессов
4. креатинфосфата
48. Влияние физических тренировок на костную систему проявляется всем перечисленным, кроме:
 1. упрочнения кости
 2. стимуляции роста костной ткани
 3. улучшения подвижности в суставах
 4. роста межпозвонковых дисков
 5. формирования правильной осанки
49. Функциональные возможности тренированных отличаются от нетренированных всем перечисленным, кроме:
 1. ускорения мобилизации функциональных систем
 2. повышением максимально достигаемых результатов
 3. повышением физиологических сдвигов при физических нагрузках
 4. ускорением восстановления функциональной системы после нагрузок
50. Результат действия физических тренировок на локомоторный аппарат:
 1. гипертрофия мышц
 2. повышение выносливости статической
 3. повышение выносливости динамической
 4. увеличение васкуляризации мышц
 5. все перечисленное
51. Основными показаниями к назначению физических упражнений в воде являются все перечисленные, кроме:
 1. гипокинезии
 2. заболеваний опорно-двигательного аппарата
 3. заболеваний нервной системы
 4. заболеваний кожи
52. Выделяют все перечисленные фазы ответной реакции организма на водные процедуры с температурой воды выше или ниже индифферентной, кроме:
 1. первичного озноба
 2. вторичного озноба
 3. активной гиперемии
 4. вторичной гиперемии
 5. акроцианоза
53. Формой лечебной физкультуры не является:
 1. утренняя гигиеническая гимнастика
 2. дозированная ходьба
 3. оздоровительный бег
 4. гимнастические упражнения
54. Физические упражнения, применяемые в ЛФК делятся на:
 1. гимнастические, спортивно-прикладные, игры
 2. атлетические, военно-патриотические, трудовые
 3. традиционные, специальные, игровые
 4. общеразвивающие, специальные, естественные
 5. дыхательные, психофизиологические, силовые
55. К средствам лечебной физкультуры не относятся:
 1. естественные факторы природы
 2. массаж
 3. утренняя гигиеническая гимнастика
 4. игры
56. Сокращение мышцы, при котором повышается ее тонус, но не изменяется длина, называется:

1. динамическое
 2. статическое
 3. силовое
 4. тренирующее
 5. скоростно-силовое
57. Упражнения для укрепления ослабленных и растянутых мышц и расслабления контрагированных мышц называются:
1. корректирующие
 2. изометрические
 3. дыхательные
 4. изотонические
 5. ритмопластические
58. В процедуре лечебной гимнастики дыхательные упражнения применяются с целью:
1. укрепления скелетной мускулатуры
 2. для усиления эмоционального воздействия
 3. для снижения физической нагрузки
 4. для повышения физической нагрузки
 5. для тренировки физической работоспособности
59. Для уменьшения гипертензии в малом круге кровообращения применяют следующие виды дыхательных упражнений:
1. с задержкой дыхания на вдохе
 2. с задержкой дыхания на выдохе
 3. диафрагмальное дыхание
 4. все перечисленные
60. К упражнениям для мелких мышечных групп относятся упражнения для мышц:
1. лица
 2. плечевого пояса
 3. голени
 4. брюшного пресса
61. Физические упражнения, в большей степени способствующие возрастанию среднего давления:
1. статические
 2. динамические
 3. скоростно-силовые
 4. дыхательные
 5. все перечисленные
62. После упражнений в сопротивлении необходимо применять:
1. висы и упоры
 2. упражнения на расслабление
 3. метания
 4. упражнения на тренажерах
63. Постизометрическую релаксацию вызывают статические упражнения:
1. малой интенсивности
 2. средней интенсивности
 3. большой интенсивности
 4. субмаксимальной интенсивности
 5. максимальной интенсивности
64. Активизации венозного кровообращения способствуют:
1. дыхательные движения грудной клетки и диафрагмы
 2. изменения внутригрудного давления
 3. ритмичные сокращения и расслабления скелетной мускулатуры
 4. правильно 1 и 2

5. все ответы правильные
65. К возможным осложнениям в организме, связанным с длительным пребыванием больного на строгом постельном режиме, относятся:
1. трофические расстройства мягких тканей
 2. флебиты и тромбозы сосудов
 3. нарушения водно-солевого обмена
 4. гипостатическая пневмония и атония кишечника
 5. все перечисленные
66. Работа врача по лечебной физкультуре регламентируется всем, кроме
1. инструкцией Комитета по физкультуре и спорту
 2. положения о враче лечебной физкультуры Минздрава РФ
 3. распоряжений вышестоящих должностных лиц
 4. режима работы данного учреждения
 5. норм врачебной этики и деонтологии
67. Норма нагрузки врача ЛФК на обследование одного больного составляет
1. 60 минут
 2. 50 минут
 3. 30 минут
 4. 20 минут
 5. 10 минут
68. При гипертрофии сердца масса его у взрослого превышает
1. 100 гр
 2. 200 гр
 3. 350 гр
 4. 600 гр
 5. 750 гр
69. Расширение сердца приводит
1. к брадикардии
 2. к тахикардии
 3. к снижению сердечного выброса
 4. к увеличению сердечного выброса
 5. правильно 2. и 4.
70. Гидростатическое давление в артериях головы при переходе из горизонтального положения в вертикальное
1. понижается
 2. повышается
 3. не изменяется
 4. повышается или не изменяется
71. Сократительную способность сердца характеризует
1. систолическое давление
 2. диастолическое давление
 3. среднее давление
 4. периферическое сопротивление
72. Наибольший перепад кровяного давления наблюдается
1. в аорте
 2. в артериолах
 3. в капиллярах
 4. в венах
73. Периферическое сопротивление и эластичность сосудов отражают
1. систолическое давление
 2. диастолическое давление
 3. среднее давление

4. вязкость крови
74. Гидростатическое давление в нижних конечностях при переходе человека из горизонтального положения в вертикальное
 1. понижается
 2. повышается
 3. не изменяется
 4. в начале понизится, затем повысится
75. Адаптация организма к нагрузке включает все перечисленные фазы, кроме фазы
 1. напряжения
 2. максимальной способности и восстановления
 3. стабилизации
 4. срыва адаптации
76. Реакция на физическую нагрузку в пожилом возрасте характеризуется всем перечисленным, кроме
 1. медленной вработываемости
 2. высокого функционального режима
 3. сниженного максимума физиологических реакций на нагрузку
 4. удлинения восстановительного периода после нагрузки
 5. низкого функционального резерва
77. Гипокинезия приводит ко всему перечисленному, кроме
 1. урежения частоты сердечных сокращений
 2. снижения обменных процессов
 3. учащения частоты сердечных сокращений
 3. синдрома вегетативной дисфункции
 4. снижения тонуса и атрофии мышц
78. Скоростно-силовые виды спорта формируют преимущественно следующие физические качества
 1. выносливость
 2. гибкость
 3. скорость
 4. координацию движений
79. Период младшего школьного возраста составляет
 1. от 4 до 6 лет
 2. от 7 до 11 лет
 3. от 12 до 14 лет
 4. от 15 до 16 лет
80. Возраст второго ростового скачка у девочек составляет
 1. от 7 до 9 лет
 2. от 9 до 12 лет
 3. от 12 до 13 лет
 4. от 13 до 14 лет
81. Возраст второго ростового скачка у мальчиков составляет
 1. от 7 до 9 лет
 2. от 9 лет до 11 лет
 3. от 11 до 14 лет
 4. от 14 до 16 лет
82. Смена молочных зубов постоянными наступает
 1. в 3-4 года
 2. 5-6 лет
 3. 7-8 лет
 4. 8-9 лет
83. Несвязанное тело имеет

1. 3 степени свободы
 2. 4 степени свободы
 3. 5 степеней свободы
 4. 6 степеней свободы
 5. 7 степеней свободы
84. В 3-осном суставе имеет место
1. 1 степень свободы
 2. 2 степени свободы
 3. 3 степени свободы
 4. 4 степени свободы
 5. 5 степеней свободы
85. В 2-осном суставе имеет место
1. 1 степень свободы
 2. 2 степени свободы
 3. 3 степени свободы
 4. 4 степени свободы
 5. 5 степеней свободы
86. В одноосных суставах имеет место
1. 1 степень свободы
 2. 2 степени свободы
 3. 3 степени свободы
 4. 4 степени свободы
 5. 5 степеней свободы
87. В образовании локтевого сустава участвуют все следующие формы суставных поверхностей, кроме
1. шаровидной
 2. блоковидной
 3. седловидной
 4. цилиндрической
88. При сокращении возможная величина укорочения мышцы
1. 1/4 первоначального объема мышцы в покое
 2. 1/3 – 1/2 первоначального объема мышцы в покое
 3. 2/3 первоначального объема мышцы в покое
 4. 3/4 первоначального объема мышцы в покое
 5. правильно 1. и 3.
89. Подъемная сила мышцы зависит
1. от длины плеча рычага
 2. от величины площади прикрепления мышцы
 3. от количества мышечных волокон, приходящихся на 1 квадратный см поперечного сечения мышцы
 4. формы и длины мышцы
 5. всего перечисленного
90. К мышцам, поддерживающим свод стопы, не относятся
1. длинные разгибатели пальцев стопы
 2. длинные сгибатели пальцев стопы
 3. длинная малоберцовая мышца
 4. передняя большеберцовая мышца
91. Жировая инфильтрация печени выражена сильнее
1. при кратковременной и интенсивной физической нагрузке
 2. в аэробной зоне 45 % от МПК
 3. в аэробной зоне 55 % от МПК
 4. при длительной и интенсивной физической нагрузке

92. При интенсивной физической нагрузке мочевины в крови
1. увеличивается
 2. уменьшается
 3. остается без изменений
 4. может увеличиваться или снижаться
93. Энергетические способности спортсменов базируются на всех перечисленных процессах, кроме
1. алактатных анаэробных
 2. гликолитических анаэробных
 3. анаэробных
 4. липидных
94. Биоэнергетическими критериями емкости являются
1. общее содержание креатинфосфата в мышце
 2. величина алактатного кислородного долга
 3. максимум накопления лактата в крови
 4. максимальный кислородный долг
 5. максимальный сдвиг pH
95. Максимальная мощность алактатного анаэробного процесса достигается в упражнениях предельно продолжительности
1. 1.5 сек
 2. 30 сек
 3. 2-7 минут
 4. 15-30 минут
 5. 40 минут
96. Максимальная мощность гликолитического анаэробного процесса достигается в упражнениях предельной продолжительности
1. 1.5 сек
 2. 30 сек
 3. 2-7 минут
 4. 15-30 минут
 5. 40 минут
97. Максимальная мощность аэробного процесса достигается в упражнениях предельной продолжительности
1. 1.5 сек
 2. 30 сек
 3. 2-7 минут
 4. 15-30 минут
 5. 40 минут
98. Эффективность процесса фосфорилирования является наивысшей в периоде
1. алактатной фазы анаэробного гликолиза
 2. гликолитической фазы анаэробного гликолиза
 3. аэробного окисления
 4. окисления липидов
99. Динамика показателей ПАНО под влиянием многолетней тренировки
1. увеличение
 2. уменьшение
 3. без изменения
 4. нельзя судить о динамике
100. К биохимическим признакам долговременной адаптации спортсменов относятся все перечисленные, кроме
1. увеличение содержания АТФ в мышцах
 2. повышение кислородной емкости крови и ее щелочного резерва

3. повышение содержания гемоглобина и эритроцитов в крови
4. увеличение содержания гликогена в мышце
5. повышение активности ферментов

3. Ключ правильных ответов и количество баллов, выставаемых за каждый правильный ответ:

№	отв ет	оцен ка	№	отв ет	оцен ка	№	отв ет	оцен ка	№	отв ет	оцен ка	№	отв ет	оцен ка
1	5	1 %	21	1	1 %	41	1	1 %	61	3	1 %	81	3	1 %
2	5	1 %	22	4	1 %	42	2	1 %	62	2	1 %	82	2	1 %
3	4	1 %	23	1	1 %	43	1	1 %	63	1	1 %	83	4	1 %
4	4	1 %	24	4	1 %	44	2	1 %	64	5	1 %	84	3	1 %
5	1	1 %	25	1	1 %	45	3	1 %	65	5	1 %	85	1	1 %
6	4	1 %	26	5	1 %	46	2	1 %	66	1	1 %	86	2	1 %
7	3	1 %	27	1	1 %	47	3	1 %	67	4	1 %	87	4	1 %
8	2	1 %	28	3	1 %	48	4	1 %	68	3	1 %	88	5	1 %
9	1	1 %	29	4	1 %	49	3	1 %	69	5	1 %	89	5	1 %
10	1	1 %	30	5	1 %	50	5	1 %	70	1	1 %	90	2	1 %
11	4	1 %	31	1	1 %	51	4	1 %	71	1	1 %	91	4	1 %
12	1	1 %	32	1	1 %	52	2	1 %	72	2	1 %	92	1	1 %
13	1	1 %	33	3	1 %	53	4	1 %	73	2	1 %	93	4	1 %
14	1	1 %	34	2	1 %	54	1	1 %	74	2	1 %	94	5	1 %
15	4	1 %	35	1	1 %	55	3	1 %	75	2	1 %	95	3	1 %
16	1	1 %	36	4	1 %	56	2	1 %	76	2	1 %	96	2	1 %
17	3	1 %	37	4	1 %	57	1	1 %	77	1	1 %	97	3	1 %
18	1	1 %	38	1	1 %	58	3	1 %	78	3	1 %	98	1	1 %
19	5	1 %	39	2	1 %	59	3	1 %	79	2	1 %	99	5	1 %
20	4	1 %	40	5	1 %	60	1	1 %	80	2	1 %	100	2	1 %

4. Критерии оценки:

отметка «отлично» выставляется ординатору, если количество правильных ответов в тестовом задании 91-100 %;

отметка «хорошо» выставляется ординатору, если количество правильных ответов в тестовом задании 81-90 %;

отметка «удовлетворительно» выставляется ординатору, если количество правильных ответов в тестовом задании 71-80 %;

отметка «неудовлетворительно» выставляется ординатору, если количество правильных ответов в тестовом задании 70 % и менее

3. ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ БИЛЕТЫ и ТЕСТЫ ДЛЯ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Билет №1

1. Классификация физических упражнений в ЛФК.
2. Лечебная физкультура при заболеваниях желудочно - кишечного тракта.
3. Функциональные обязанности врача по спортивной медицине.

Билет №2

1. Механизм влияния физических упражнений, используемых в ЛФК.

- 2.Лечебная физкультура при заболевании дыхательной системы.
- 3.Организация службы спортивной медицины в России.

Билет №3

1. Средства лечебной физкультуры, показания и противопоказания для их применения.
- 2.Лечебная физкультура при сердечно-сосудистых заболеваниях.
- 3.Комплексное врачебное обследование у спортсменов, виды и содержание.

Билет №4

1. Медицинский массаж, его виды и дозировка.
- 2.Лечебная физкультура при неосложненных переломах позвоночника.
- 3.Физическое здоровье, как критерий оценки оздоровительных мероприятий.

Билет №5

- 1.Организация работы врача по ЛФК в составе мультидисциплинарной бригады сосудистого центра.
- 2.Гимнастика и массаж у детей первого года жизни.
3. Методы оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы у спортсменов.

Билет №6

- 1.Особенности применения ЛФК на различных этапах лечения больных с различной патологией и травмами (стационар, поликлиника, санаторий).
- 2.Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания.
3. Углубленное медицинское обследование у спортсменов.

Билет №7

- 1.Показания и противопоказания к назначению лечебной физкультуры.
- 2.Особенности лечебной физкультуры у больных с остеохондрозом шейного отдела позвоночника.
- 3.Организация медицинского обеспечения соревнований, наборы укладок для оказания медицинской помощи.

Билет №8

- 1.Организация работы по лечебной физкультуре, на амбулаторно - поликлиническом этапе лечения пациентов.
2. Особенности лечебной физкультуры у больных с остеохондрозом грудного и поясничного отделов позвоночника.
- 3.Классификация функциональных проб. Методика проведения проб с изменением положения тела в пространстве.

Билет №9

1. Организация работы по лечебной физкультуре, на стационарном этапе лечения пациентов.
2. Лечебная физкультура у больных с заболеваниями связанными с нарушением обмена веществ.
- 3.Оценка физической работоспособности у спортсменов.

Билет №10

1. Регламентирующие приказы работы врача по лечебной физкультуре.
2. Лечебная физкультура в предродовом и послеродовом периодах.
3. Врачебнопедагогическое наблюдение при спортивной тренировке его цели и содержание.

Билет №11

1. Требования к оснащению залов лечебной физкультуры.
2. Лечебная физкультура у больных с острым нарушением мозгового кровообращения на стационарном этапе лечения.
3. Распределение учащихся на медицинские группы для занятий физической культурой.

Билет №12

1. Правила заполнения карты больного занимающегося лечебной физкультурой. (у.ф.042).
2. Лечебная физкультура у больных после хирургических операций на органах брюшной полости, в раннем и позднем периодах.
3. Влияние занятий физической культурой и спортом на физическое развитие и функциональные возможности различных системы организма у детей.

Билет №13

1. Обязанности врача по лечебной физкультуре.
2. Лечебная физкультура у детей со сколиозом.
3. Методы восстановления физической работоспособности у спортсменов.

Билет №14

1. Организация лечебной физкультуры в детских учреждениях.
2. Лечебная физкультура при ортопедической патологии у детей.
3. Организация допинг контроля при соревнованиях и тренировках.

Билет №15

1. Особенности организации работы по лечебной физкультуре на санаторно-курортном этапе лечения пациентов.
2. Лечебная физкультура у больных с заболеваниями и травмами челюстно-лицевой области.
3. Неотложное состояние в спорте, диагностика. Оказание медицинской помощи.

Билет №16

1. Принципы использования средств лечебной физкультуры.
2. Лечебная физкультура у детей с нарушением осанки.
3. Перетренированность и перенапряжение у спортсменов. Профилактика, лечение.

Билет №17

1. Формы проведения занятий по лечебной физкультуре.
2. Лечебная физкультура у детей с ДЦП.

3.Оценка физического развития у детей при проведении комплексного врачебного обследования.

Билет №18

- 1.Организация контроля эффективности применения лечебной физкультуры.
2. Лечебная физкультура у детей с сердечно-сосудистой патологией.
- 3.Гигиена спортивной тренировки и спортивных сооружений.

Билет №19

1. Комплексный подход в реабилитации больных с различной патологией.
2. Лечебная физкультура при заболеваниях связанных с нарушением обмена веществ у детей.
- 3.Спортивный травматизм. Причины, оказание медицинской помощи.

Билет №20

- 1.Мезанотерапия как составляющая лечебной физкультуры. Показания, особенности применения.
2. Лечебная физкультура у детей с бронхиальной астмой.
- 3.Заболеваемость у спортсменов. Причины, проведение анализа заболеваемости.

Критерии оценки:

- Оценка **«отлично»** выставляется, если ординатор обнаруживает всесторонние, систематические и глубокие знания учебного программного материала, умеет свободно выполнять задания, предусмотренные программой, им усвоена основная и знакома дополнительная литература, рекомендованная программой, усвоена взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, а также проявлены творческие способности в понимании, изложении и использовании учебного программного материала;
- Оценка **«хорошо»** заслуживает обучающийся, обнаруживший полное знание учебного программного материала, успешно выполняющий предусмотренные в программе задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе, показавший систематический характер знаний по дисциплине и способный к дальнейшей учебной работе и профессиональной деятельности;
- Оценки **«удовлетворительно»** заслуживает обучающийся, обнаруживший знание основного учебного материала в объеме, необходимого для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой, знакомый с основной литературой, рекомендованной программой, допустивший погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладающий необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя;
- Оценка **«неудовлетворительно»** выставляется обучающемуся, обнаружившему проблемы в знаниях основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, который не может продолжать обучение по подготовке к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Тестовые задания. Вариант 1.

1. Инструкция ординатору: Выберите правильный вариант ответа

2. Тестовые задания:

1. Профессиональные обязанности врача по лечебной физкультуре включают
а) клиническое обследование больного и постановку диагноза
б) специальное обследование больных, назначенных на ЛФК
в) определение методики и дозировки физических упражнений, изучение эффективности ЛФК
г) тестирование физической работоспособности больного
д) правильно все, кроме а) и г)
2. Врач ЛФК санатория должен выполнять следующие обязанности, кроме
а) проведения коррекции режима движений больного
а) определение форм ЛФК и их дозировки
в) контроля проведения занятий ЛФК инструктором ЛФК
г) определения методики проведения климатотерапевтических процедур
д) проведение физкультурно-оздоровительных праздников
3. Норма нагрузки инструктора ЛФК для проведения лечебной гимнастики терапевтическому больному в периоде выздоровления и хроническом течении составляет
а) 50-45 мин
б) 45-40 мин
в) 35-25 мин
г) 15-20 мин
д) 10-15 мин
4. Занятия с учащимися, отнесенными к специальной группе, проводятся преимущественно
а) во врачебно-физкультурном диспансере
б) в школе по специальным учебным программам физвоспитания
в) в кабинете лечебной физкультуры поликлиники
г) в кабинете врачебного контроля поликлиники
5. Обязательный объем функционально-диагностических и лабораторных исследований при первичном обследовании спортсмена включает все перечисленное, кроме
а) рентгеноскопии органов грудной клетки
б) исследования кислотно-щелочного состояния крови
в) электрокардиографии
г) клинических анализов крови и мочи
д) функциональной пробы с физической нагрузкой
6. Работа врача по спорту регламентируется всеми перечисленными документами, кроме
а) приказов и инструкций органов здравоохранения по врачебно-физкультурной работе
б) деятельности лечебно-профилактических учреждений и спортивных организаций
в) соблюдения режима работы данного учреждения
г) распоряжение вышестоящих должностных лиц
7. При гипертрофии сердца масса его у взрослого превышает
а) 100 г
б) 200 г
в) 350 г
г) 600 г

- д) 750 г
8. Сердечный выброс зависит от
- а) частоты сердечного ритма
 - б) вязкости крови
 - в) силы сокращения желудочков
 - г) венозного возврата
 - д) всего перечисленного
9. Влияние физической тренировки на организм преимущественно проявляется через
- а) кожные рецепторы
 - б) сухожильные рецепторы
 - в) мышечные рецепторы
 - г) глазодвигательный нерв
 - д) слуховой нерв
10. Результатом долговременной адаптации сердца спортсменов к физическим нагрузкам является все перечисленное, кроме
- а) брадикардии
 - б) гипотонии
 - в) гипертрофии миокарда
 - г) экстрасистол
 - д) улучшения сократительной функции сердца
11. Ориентировочный диапазон частоты сердечных сокращений при физической нагрузке большой интенсивности составляет
- а) 80-100 уд/мин
 - б) 100-120 уд/мин
 - в) 120-140 уд/мин
 - г) 150-170 уд/мин
 - д) 170-190 уд/мин
12. Возрастной период наибольшего развития гибкости у детей со средним физическим развитием
- а) дошкольный
 - б) младший школьный
 - в) средний школьный
 - г) старший школьный
13. Подъемная сила мышц зависит от
- а) длины плеча рычага
 - б) величины площади прикрепления мышцы
 - в) строения мышцы и количества мышечных волокон, приходящихся на 1 см² площади ее поперечного сечения
 - г) формы и длины мышцы
 - д) всего перечисленного
14. При физической нагрузке содержание гликогена в крови
- а) увеличивается
 - б) снижается
 - в) остается без изменения
 - г) усиливается его образование
15. Максимальная мощность алактатного анаэробного процесса достигается в упражнениях предельной продолжительности
- а) 5 с
 - б) 30 с
 - в) 2-7 мин
 - г) 15-30 мин
 - д) 40 мин

16. Понятие тренированности спортсмена включает
- а) состояние здоровья и функциональное состояние организма
 - б) уровень физической подготовки
 - в) уровень технико-тактической подготовки
 - г) уровень психологической подготовки
 - д) все перечисленное
17. К факторам, составляющим выносливость спортсмена, относится все перечисленное, кроме
- а) личностно-психических
 - б) энергетических ресурсов организма
 - в) функциональной устойчивости организма
 - г) технической подготовки и массы тела
18. К основным мезоциклам тренировочного процесса относятся
- а) контрольно-подготовительный
 - б) втягивающий
 - в) предсоревновательный
 - г) базовый и соревновательный
19. Физическая терморегуляция осуществляется путем
- а) теплопроводения и теплоизлучения
 - б) потоотделения
 - в) конвекции
 - г) радиации
 - д) всеми перечисленными путями
20. Тренирующий эффект воздушных ванн зависит от
- а) интенсивности холодового и теплового раздражителя
 - б) продолжительности воздействия холодового и теплового раздражителя
 - в) площади обнаженной поверхности тела
 - г) всего перечисленного
 - д) ничего из перечисленного
21. Признаками гипокинезии у школьников являются
- а) повышенная частоты пульса в покое
 - б) сниженная становая сила
 - в) увеличенная толщина подкожной жировой складки
 - г) снижение максимальной мощности выдоха
 - д) все перечисленное
22. К основным признакам физического развития относится все перечисленное, кроме
- а) длины тела
 - б) массы тела
 - в) обхвата грудной клетки
 - г) состава крови
 - д) жизненной емкости крови
23. Индекс Кетле учитывает
- а) рост
 - б) вес
 - в) объем груди
 - г) обхват бедра
 - д) правильно а) и б)
24. В методике определения биологического возраста у девочек учитывают все перечисленное, кроме
- а) степени развития волос на лобке
 - б) развития молочной железы
 - в) динамометрии кистей

- г) развития волос в подмышечной впадине
- д) перелома голоса
- 25. Угол отведения в плечевом суставе с движением лопатки составляет
 - а) 60°
 - б) 90°
 - в) 120°
 - г) 180°
- 26. Угол сгибания в локтевом суставе составляет
 - а) 30°
 - б) 40°
 - в) 50°
 - г) 60°
- 27. Угол отведения в тазобедренном суставе составляет
 - а) 130°
 - б) 120°
 - в) 110°
 - г) 100°
- 28. В основе принципов классификации функциональных проб лежит все перечисленное, кроме
 - а) физической нагрузки
 - б) изменения положения тела в пространстве
 - в) задержки дыхания
 - г) жизненной емкости легких
- 29. Физиологическое значение велоэргометрического теста у спортсменов не включает определение
 - а) тренированности и психологической устойчивости
 - б) функционального состояния кардиореспираторной системы
 - в) аэробной производительности организма
 - г) общей физической работоспособности
- 30. Единица мощности нагрузки 1 Ватт равна
 - а) 2 кгм/мин
 - б) 3 кгм/мин
 - в) 4 кгм/мин
 - г) 5 кгм/мин
 - д) 6 кгм/мин
- 31. Оптимальным режимом пульса, при котором следует прекратить физическую нагрузку, является
 - а) 120 в/мин
 - б) 140 в/мин
 - в) 150 в/мин
 - г) 170 в/мин
 - д) 200 в/мин
- 32. Показателем, характеризующим максимальную производительность кардиореспираторной системы, является
 - а) весоростовой
 - б) жизненная емкость легких
 - в) ударный объем сердца
 - г) МПК
 - д) конечное систолическое давление
- 33. К функциональным пробам, характеризующим возбудимость вегетативной нервной системы, относятся все перечисленные, кроме
 - а) клиноортостатической пробы

- б) глазодвигающего рефлекса Ашнера
 - в) ортостатической пробы
 - г) пробы Ромберга
 - д) пробы Штанге
34. К функциональным пробам, характеризующим функцию внешнего дыхания, относятся все перечисленные, кроме пробы
- а) Штанге
 - б) Генчи
 - в) Тиффно-Вотчала
 - г) Летунова
35. Наиболее рациональным типом реакции сердечно-сосудистой системы на функциональную пробу с физической нагрузкой является
- а) нормотоническая
 - б) дистоническая
 - в) гипертоническая
 - г) астеническая
 - д) со ступенчатым подъемом артериального давления
36. Способами точного дозирования физической нагрузки являются все перечисленные, кроме
- а) степ-теста
 - б) велоэргометрии
 - в) тредбана
 - г) пробы с 20-ю приседаниями
 - д) гребного станка
37. Ведущим показателем функционального состояния организма является
- а) сила
 - б) выносливость
 - в) гибкость
 - г) общая физическая работоспособность
 - д) ловкость
38. Зубец Р отражает возбуждение
- а) синусового узла
 - б) предсердий
 - в) атриовентрикулярного узла
 - г) ствола пучка Гиса
 - д) желудочков
39. К основным методам исследования нервно-мышечной системы относятся все перечисленные, кроме
- а) миотонометрии
 - б) сейсмомиотонографии
 - в) электромиографии
 - г) реоплетизмографии
 - д) полидинамометрии
40. При форсированном снижении массы тела спортсмена общие жиры в крови
- а) увеличиваются
 - б) уменьшаются
 - в) остаются без изменений
 - г) увеличиваются или снижаются
41. Средние показатели PWC у женщин 20-29 лет составляют
- а) 550-750 кгм/мин
 - б) 550-400 кгм/мин
 - в) 400-300 кгм/мин

- г) 300-200 кгм/мин
42. Кислотно-основное состояние крови регулируют
- а) система химических буферов
 - б) система физиологических буферов
 - в) ферментативная система
 - г) нервно-мышечная система
 - д) правильно а) и б)
43. Лечебная физкультура – это
- а) лечебный метод
 - б) научная дисциплина
 - в) медицинская специальность
 - г) составная часть реабилитационного процесса
 - д) все перечисленное
44. Метод лечебной физкультуры – это
- а) метод патогенетической терапии
 - б) метод профилактической терапии
 - в) метод фундаментальной терапии
 - г) все перечисленное
 - д) только б) и в)
45. Преимущественными методами проведения ЛФК в детской клинике являются
- а) самостоятельный метод
 - б) групповые занятия ЛФК
 - в) спортивные соревнования
 - г) механотерапия
 - д) игровой метод
46. Лечебная гимнастика имеет все следующие разделы процедур, кроме
- а) вводного
 - б) тренирующего
 - в) основного
 - г) заключительного
47. Формами лечебной физкультуры не являются
- а) утренняя гигиеническая гимнастика
 - б) физические упражнения и массаж
 - в) дозированная ходьба
 - г) механотерапия
48. К упражнениям для крупных мышечных групп не относятся упражнения
- а) для мышц туловища
 - б) для мышц рук
 - в) для мышц рук и плечевого пояса
 - г) для мышц плечевого пояса
 - д) комбинированные
49. К формам лечебной физкультуры на щадящем двигательном режиме не относится
- а) бег трусцой и велотренинг
 - б) лечебная гимнастика
 - в) дозированная ходьба
 - г) малоподвижные игры
50. Дозирование нагрузки на велотренажере у больных осуществляется всем перечисленным, кроме
- а) скорости вращения педалей
 - б) продолжительности велотренировки
 - в) мощности нагрузки в ваттах
 - г) энергетических затрат в килокалориях в мин

51. Степень активности динамических упражнений у больного определяется
- а) задачами лечения
 - б) состоянием больного и его возрастом
 - в) характером заболевания или повреждения
 - г) созданием адекватной нагрузки
 - д) всем перечисленным
52. Гимнастические упражнения подразделяются по видовому признаку на все перечисленные, кроме
- а) порядковых
 - б) подготовительных
 - в) корригирующих
 - г) на координацию
 - д) на тренажерах
53. Упражнения с сопротивлением позволяют воздействовать на мышечные группы
- а) сгибателей
 - б) разгибателей
 - в) отводящих мышц
 - г) приводящих мышц
 - д) всех перечисленных групп мышц
54. Противопоказаниями к назначению физических упражнений в воде является все перечисленное, кроме
- а) острые и хронические заболевания кожи
 - б) вертебро-базилярная недостаточность с потерей сознания в анамнезе
 - в) выраженный болевой синдром
 - г) обострение хронических заболеваний
 - д) артриты и артрозы
55. Наибольшая активность действия лучей солнечного спектра на организм человека
- а) ультрафиолетовое излучение
 - б) фиолетовое излучение
 - в) инфракрасное излучение
 - г) красное и желтое излучение
 - д) правильно а) и в)
56. Решающим в диагностике ишемической болезни сердца является
- а) аускультация сердца
 - б) анамнез
 - в) наличие блокады правой ножки пучка Гиса
 - г) ЭКГ
 - д) недостаточность кровообращения
57. Факторами риска развития ишемической болезни сердца являются
- а) гиперхолестеринемия, ожирение
 - б) гипокинезия
 - в) нервно-эмоциональные нагрузки
 - г) гипертония
 - д) все перечисленное
58. Противопоказаниями к проведению интенсивных физических нагрузок у больных ишемической болезнью сердца являются
- а) редкие приступы стенокардии
 - б) частые приступы стенокардии
 - в) возраст старше 60 лет
 - г) гипертоническая болезнь 2 стадии
 - д) острый инфаркт миокарда

59. Задачи физической реабилитации больных инфарктом миокарда на послебольничном этапе включают все перечисленное, кроме
- а) неограниченную ходьбу по лестнице
 - б) тренировку кардиореспираторной системы
 - в) восстановление трудоспособности
 - г) повышение толерантности к физической нагрузке
60. Формы лечебной физкультуры у больных ишемической болезнью сердца 1-2 функциональных классов исключают
- а) лечебную гимнастику
 - б) дозированную ходьбу и ближний туризм
 - в) физические тренировки на велотренажерах
 - г) трудотерапию
 - д) все перечисленное
61. У больных сердечно-сосудистыми заболеваниями при занятиях лечебной физкультурой следует развивать
- а) силу и скорость
 - б) ловкость
 - в) выносливость
 - г) координацию движений
 - д) правильно в) и г)
62. Оптимальными исходными положениями для больных гипертонической болезнью во 2-й половине курса лечения являются
- а) лежа горизонтально
 - б) сидя на стуле или стоя
 - в) сидя на гимнастической скамейке
 - г) ходьба
 - д) правильно б) и г)
63. Улучшению функции внешнего дыхания при ревматизме способствуют
- а) обучение правильному полному дыханию и носовому дыханию
 - б) обучение диафрагмальному дыханию
 - в) улучшение насыщения крови кислородом
 - г) улучшение транспорта газов крови
 - д) все перечисленное
64. К наиболее эффективным формам ЛФК у больных варикозным расширением вен не относятся
- а) лечебная гимнастика сидя или лежа
 - б) плавание
 - в) лечебная гимнастика лежа горизонтально и с приподнятыми ногами
 - г) ходьба в эластичных чулках
65. Противопоказаниями к назначению лечебной гимнастики больным с врожденными пороками сердца не являются
- а) тяжелое состояние больного
 - б) состояние средней тяжести и наличие одышки при физической нагрузке
 - в) нарушения режима в покое
 - г) нарушения режима, появляющиеся при физической нагрузке
 - д) правильно б) и г)
66. К формам лечебной физкультуры для больных с митральными пороками сердца на свободном режиме в стационаре относятся
- а) утренняя гигиеническая гимнастика
 - б) тренировка на велотренажере
 - в) процедура лечебной гимнастики
 - г) оздоровительное плавание

- д) правильно а) и в)
67. Задачи лечебной физкультуры при хронических заболеваниях органов дыхания включают
- а) общее укрепление и оздоровление организма
 - б) профилактику дыхательной недостаточности
 - в) развитие функции внешнего дыхания и стимуляцию тканевого дыхания
 - г) улучшение геодинамики
 - д) все перечисленное
68. Методический прием, помогающий повысить эффективность ЛФК у больных с хроническими нагноительными заболеваниями легких, предусматривает
- а) увеличение объема физических упражнений
 - б) увеличение темпа упражнений
 - в) упражнения с задержкой дыхания
 - г) упражнения на тренажерах
 - д) постуральный дренаж
69. Показаниями к назначению ЛФК при острой пневмонии являются
- а) снижение температуры тела
 - б) тенденция к нормализации температуры и СОЭ
 - в) отсутствие выраженной тахикардии
 - г) все перечисленное
70. Методические приемы, позволяющие улучшить функцию внешнего дыхания у детей, включают
- а) восстановление носового дыхания
 - б) улучшение проходимости бронхов
 - в) укрепление дыхательных мышц
 - г) напряжение мышц брюшного пресса
 - д) все правильно
71. При гастритах с повышенной секрецией применяются упражнения для мышц живота
- а) без ограничений
 - б) с минимальной нагрузкой
 - в) с умеренной нагрузкой
 - г) с субмаксимальной нагрузкой
 - д) с максимальной нагрузкой
72. В лечебной гимнастике при атонических запорах показаны упражнения
- а) способствующие изменению внутрибрюшного давления
 - б) лежа на спине, животе, боку
 - в) в статическом напряжении мышц живота
 - г) прыжки и подскоки
 - д) все перечисленное
73. Физические упражнения у больных с болезнями печени и желчевыводящих путей способствуют
- а) повышению внутрибрюшного давления
 - б) понижению внутрибрюшного давления
 - в) массажу органов брюшной полости
 - г) ускорению желчевыделения
 - д) всему перечисленному
74. Эффективными для больных ожирением являются физические тренировки
- а) малой продолжительности
 - б) средней и максимальной продолжительности
 - в) субмаксимальной продолжительности
 - г) средней и субмаксимальной продолжительности
75. Лечебная гимнастика показана больным сахарным диабетом

- а) легкой степени клинического течения
 - б) средней тяжести
 - в) с тяжелой формой диабета
 - г) в предкоматозном состоянии
 - д) правильно а) и б)
76. К факторам предрасполагающим к отложению солей в суставах относятся
- а) переохлаждение
 - б) недостаточное кровоснабжение
 - в) избыток движений
 - г) гипокинезия
 - д) правильно б) и г)
77. Задачи ЛФК при болезнях суставов включают все перечисленной, кроме
- а) улучшение кровообращения и питания суставов
 - б) укрепление мышц окружающих сустав
 - в) противодействие развитию тугоподвижности сустава
 - г) снятие болей в покое
 - д) повышение работоспособности больного
78. Упражнения в теплой воде при хронических артритах и артрозах способствуют всему перечисленному, кроме
- а) снижения болей
 - б) устранения спазма мышц
 - в) расправления контрактур
 - г) снижения массы тела больного
 - д) улучшения подвижности в суставе
79. После снятия гипса при переломе кости изменения к конечности характеризуются всем перечисленным, кроме
- а) трофического отека
 - б) тугоподвижности в суставах
 - в) снижения мышечной силы
 - г) облитерирующего атеросклероза сосудов конечности
 - д) болезненности при движении
80. В восстановительном лечении травм используются следующие методические приемы
- а) расслабление мышц травмированной зоны
 - б) облегчение веса конечности
 - в) использование скользящих поверхностей для движений
 - г) специальная укладка после занятий
 - д) все перечисленное
81. задачами лечебной гимнастики при переломе позвоночника являются
- а) улучшение кровообращения в области перелома
 - б) предупреждение атрофии мышц
 - в) восстановление правильной осанки и навыка ходьбы
 - г) укрепление мышц туловища
 - д) все перечисленное
82. Компрессия на поясничные межпозвоночные диски не увеличивается
- а) в положении лежа на спине или на животе
 - б) в положении лежа на боку
 - в) в положении сидя
 - г) в положении стоя
83. У больных с выраженным остеохондрозом позвоночника в хроническом периоде противопоказаны все перечисленные виды спорта, кроме
- а) тенниса
 - б) бега

- в) прыжков легкоатлетических
 - г) тяжелой атлетики
 - д) прыжков в воду
84. ЛФК при остеохондрозе позвоночника оказывает следующее действие, кроме
- а) нервнотрофического
 - б) компенсаторного
 - в) стимулирующего
 - г) общеукрепляющего
 - д) антигистаминного
85. К специальным упражнениям для больных сколиозом относятся все перечисленное, кроме
- а) корригирующих упражнений
 - б) дыхательных упражнений
 - в) упражнений на расслабление
 - г) упражнений укрепляющих мышцы спины, живота
 - д) упражнений на растяжение мышц разгибателей спины
86. Для занятий больным со сколиозом могут быть рекомендованы
- а) плавание
 - б) стрельба из лука
 - в) лыжи
 - г) волейбол и баскетбол
 - д) все перечисленное
87. К специальным упражнениям в лечебной гимнастике при нарушениях осанки относятся
- а) корригирующие упражнения
 - б) дыхательные упражнения
 - в) упражнения на укрепление мышц спины, живота
 - г) упражнения на расслабление
 - д) все перечисленные
88. Методика ЛФК после грыжесечения с 1-2-го дня включает
- а) упражнения для ног и туловища
 - б) упражнения с напряжением мышц живота
 - в) дыхательные упражнения, упражнения для мелких мышечных групп
 - г) упражнения с предметами
89. Возможны следующие нарушения двигательной функции при инсультах
- а) гемипарезы и гемиплегии
 - б) тетрапарезы и тетраплегии
 - в) монопарезы и монопараличи
 - г) все перечисленное
 - д) правильно а) и б)
90. ЛФК при невритах периферических нервов оказывает все перечисленные действия, кроме
- а) нервнотрофического
 - б) компенсаторного
 - в) стимулирующего
 - г) общеукрепляющего
 - д) антигистаминного
91. Специальные упражнения при неврозах направлены на
- а) улучшение мозговой гемодинамики
 - б) тренировку подвижности нервных процессов
 - в) тренировку равновесия, координации
 - г) расслабление мышц
 - д) все перечисленное

92. Показателями эффективности занятий лечебной физкультурой при неврозах не являются
- а) увеличение подвижности позвоночника
 - б) редукция клинических синдромов
 - в) уменьшение астении ЦНС
 - г) повышение работоспособности
93. Показанием для занятий беременных женщин физическими упражнениями является
- а) нормально протекающая беременность
 - б) остролихорадящие заболевания
 - в) преэклампсия
 - г) маточное кровотечение
94. Врачебный контроль за физическим воспитанием детей дошкольного возраста имеет все перечисленные задачи, кроме
- а) укрепления здоровья детей
 - б) гармоничности физического развития
 - в) подготовки юных спортсменов
 - г) повышения резистентности организма детей к факторам внешней среды
 - д) развития полезных двигательных навыков
95. Видами спортивного отбора являются
- а) предварительный
 - б) специализированный, перспективный
 - в) квалификационный
 - г) предолимпийский и олимпийский
 - д) все перечисленное
96. Способствуют наиболее высоким показателям диастолического давления с возрастом все перечисленные группы, кроме
- а) нетренированных детей
 - б) занимающихся скоростно-силовыми видами спорта
 - в) занимающихся видами спорта на выносливость
 - г) занимающихся игровыми видами спорта
97. К испытаниям с повторными специфическими нагрузками предъявляются следующие требования
- а) нагрузка должна быть специфичной для тренирующегося
 - б) нагрузка должна проводиться с максимальной интенсивностью
 - в) нагрузка должна выполняться повторно с возможно меньшими интервалами между повторениями
 - г) исследования функционального состояния спортсмена проводятся непосредственно в период тренировки
 - д) все перечисленные
98. К источникам щелочных оснований в пищевом рационе спортсмена не относятся
- а) овощи
 - б) фрукты
 - в) молоко
 - г) зерновые продукты
99. К симптомам разрыва ахиллова сухожилия относится
- а) боли в месте повреждения
 - б) слабость икроножной мышцы
 - в) хромота при ходьбе
 - г) невозможность подняться на пальцы стопы
 - д) все перечисленное
100. Развитие утомления при интенсивной мышечной работе проходит фазы
- а) компенсации

- б) суперкомпенсации
- в) декомпенсации
- г) сердечной недостаточности
- д) правильно а) и в)

3. Ключ правильных ответов и количество баллов, выставаемых за каждый правильный ответ:

№	отв ет	оцен ка	№	отв ет	оцен ка	№	отв ет	оцен ка	№	отв ет	оцен ка	№	отв ет	оцен ка
1	Д	1 %	21	Д	1 %	41	А	1 %	61	Д	1 %	81	Д	1 %
2	Г	1 %	22	Г	1 %	42	Д	1 %	62	Д	1 %	82	А	1 %
3	В	1 %	23	Д	1 %	43	Д	1 %	63	Д	1 %	83	Б	1 %
4	Б	1 %	24	В	1 %	44	Г	1 %	64	А	1 %	84	Д	1 %
5	Б	1 %	25	Г	1 %	45	Д	1 %	65	Д	1 %	85	Д	1 %
6	Б	1 %	26	Б	1 %	46	Б	1 %	66	Д	1 %	86	Д	1 %
7	В	1 %	27	А	1 %	47	Б	1 %	67	Д	1 %	87	Д	1 %
8	В	1 %	28	Г	1 %	48	Г	1 %	68	Д	1 %	88	В	1 %
9	В	1 %	29	А	1 %	49	А	1 %	69	Г	1 %	89	Г	1 %
10	Г	1 %	30	Д	1 %	50	А	1 %	70	Д	1 %	90	Д	1 %
11	Г	1 %	31	Г	1 %	51	Д	1 %	71	В	1 %	91	Д	1 %
12	Б	1 %	32	Г	1 %	52	Д	1 %	72	Д	1 %	92	А	1 %
13	Д	1 %	33	Д	1 %	53	Д	1 %	73	Д	1 %	93	А	1 %
14	Г	1 %	34	Г	1 %	54	Д	1 %	74	Г	1 %	94	В	1 %
15	В	1 %	35	А	1 %	55	Д	1 %	75	Д	1 %	95	Д	1 %
16	Д	1 %	36	Г	1 %	56	Б	1 %	76	Д	1 %	96	Б	1 %
17	Г	1 %	37	Г	1 %	57	Д	1 %	77	Г	1 %	97	Д	1 %
18	Г	1 %	38	Б	1 %	58	А	1 %	78	Г	1 %	98	Г	1 %
19	Д	1 %	39	Г	1 %	59	А	1 %	79	Г	1 %	99	Д	1 %
20	Г	1 %	40	А	1 %	60	Д	1 %	80	Д	1 %	100	Д	1 %

4. Критерии оценки:

отметка «отлично» выставляется ординатору, если количество правильных ответов в тестовом задании 91-100 %;

отметка «хорошо» выставляется ординатору, если количество правильных ответов в тестовом задании 81-90 %;

отметка «удовлетворительно» выставляется ординатору, если количество правильных ответов в тестовом задании 71-80 %;

отметка «неудовлетворительно» выставляется ординатору, если количество правильных ответов в тестовом задании 70 % и менее

Тестовые задания. Вариант 2.

1. Инструкция ординатору: Выберите правильный вариант ответа

2. Тестовые задания:

1. Профессиональные обязанности врача ЛФК включают
 - а) врачебный контроль за проведением процедур
 - б) консультации больных по вопросам ЛФК
 - в) консультации лечащих врачей и среднего медперсонала по вопросам ЛФК
 - г) контроль за санитарно-гигиеническим состоянием мест проведения занятий ЛФК
 - д) все перечисленное
2. Норма нагрузки врача ЛФК на обследование одного больного составляет

- а) 60 мин
 - б) 50 мин
 - в) 30 мин
 - г) 20 мин
 - д) 10 мин
3. Профессиональные обязанности инструктора ЛФК с высшим образованием включают
- а) проведение групповых занятий с больными
 - б) проведение индивидуальных занятий с больными
 - в) составление схем процедур лечебной гимнастики по формам и стадиям заболевания
 - г) составление комплексов физических упражнений к схемам процедур лечебной гимнастики
 - д) все перечисленное
4. Термин «спортивная медицина» включает
- а) метод определения функционального состояния спортсменов
 - б) метод наблюдения спортсменов на тренировках и соревнованиях
 - в) система медицинского обеспечения всех контингентов, занимающихся физкультурой и спортом
 - г) изучение состояния здоровья спортсменов и физкультурников
 - д) все перечисленное
5. Профессиональные обязанности врача по спорту включают все перечисленное, кроме
- а) врачебного обследования занимающихся физкультурой и спортом
 - б) диспансерного обслуживания прикрепленных контингентов
 - в) организационно-методической работы в лечебно-профилактических учреждениях и спортивных организациях
 - г) записи электрокардиограммы
 - д) медицинского обслуживания соревнований
6. Допустимая физическая нагрузка для занятий физвоспитанием учащихся основной медицинской группы включает все перечисленное, кроме
- а) занятий в специальной группе
 - б) занятий в спортивной секции
 - в) занятий по учебным программам физвоспитания в полном объеме
 - г) участия в соревнованиях
7. Расширение сердца приводит
- а) к брадикардии
 - б) к тахикардии
 - в) к снижению сердечного выброса
 - г) к увеличению сердечного выброса
 - д) правильно б) и г)
8. Ударный объем левого желудочка составляет в среднем
- а) 40 мл
 - б) 50 мл
 - в) 70 мл
 - г) 100 мл
 - д) 150 мл
9. Наибольший перепад кровяного давления наблюдается
- а) в аорте
 - б) в артериолах
 - в) в капиллярах
 - г) в венах
10. Основными системами организма, обеспечивающими мышечную работу спортсмена, являются все перечисленные, кроме
- а) нервной

- б) кардиореспираторной
 - в) мышечной
 - г) биохимических процессов
 - д) кожной чувствительности
11. Отрицательное влияние неадекватных физических нагрузок у спортсменов может проявиться всем перечисленным, кроме
- а) развития сколиоза
 - б) грыжи диска
 - в) дистрофии миокарда
 - г) снижения содержания иммунокомпетентных клеток
 - д) онкологических заболеваний
12. Систематическая мышечная тренировка повышает все перечисленной, кроме
- а) уровня ферментов и витаминов в организме
 - б) сопротивляемости организма к экстремальным воздействиям внешней и внутренней среды
 - в) содержания гликогена в печени
 - г) работоспособности организма
13. Взаимодействие работающих скелетных мышц и внутренних органов осуществляют
- а) кожно-мышечные рефлексy
 - б) мышечно-суставные рефлексy
 - в) моторно-висцеральные рефлексy
 - г) вегетативные рефлексy
14. К особенностям дыхательной системы в дошкольном возрасте относятся все перечисленные, кроме
- а) узости носовых ходов
 - б) широкого просвета бронхов
 - в) узкой грудной клетки
 - г) низкого расположения купола диафрагмы
 - д) легкой возбудимости дыхательного центра
15. Контрольным тестом для определения качества ловкости у детей является
- а) «челночный» бег
 - б) бег на 100 м
 - в) прыжки в высоту
 - г) прыжки в длины
16. К функциям, изучаемым динамической анатомией, относятся
- а) функция мышечно-связочного аппарата
 - б) функция суставов
 - в) экскурсия грудной клетки и диафрагмы
 - г) влияние тяжести тела
 - д) все перечисленное
17. В 2-осном суставе имеет место
- а) 1 степень свободы
 - б) 2 степени свободы
 - в) 3 степени свободы
 - г) 4 степени свободы
 - д) 5 степеней свободы
18. Основными вариантами тренировки спортсмена являются все перечисленные, кроме
- а) равномерной тренировки
 - б) переменной тренировки
 - в) напряженной тренировки
 - г) повторной тренировки
 - д) контрольного прохождения дистанции

19. Основные медицинские критерии отбора юных спортсменов включают все перечисленное, кроме
- а) состояния здоровья
 - б) функционального состояния организма
 - в) физического развития
 - г) вредных привычек
20. К технико-физическим качествам, необходимым спортсмену в спортивных единоборствах, относятся
- а) активность атакующих и защитных действий и разнообразие этих действий
 - б) физическая выносливость
 - в) психическая устойчивость
 - г) скорость реакции
 - д) все перечисленное
21. Общие принципы закаливания организма предусматривают
- а) начинать закаливающие процедуры с комфортных температур
 - б) постепенно увеличивать силу закаливающего воздействия
 - в) проводить процедуры регулярно
 - г) выполнять процедуры на разном уровне теплопродукции организма
 - д) все перечисленное
22. Выделяют все перечисленные фазы ответной реакции организма на водные процедуры с температурой воды выше или ниже индифферентной, кроме
- а) первичного озноба
 - б) активной гиперемии
 - в) вторичного озноба
 - г) вторичной гиперемии
 - д) акроцианоза
23. Наиболее распространенной методикой бальной оценки конституции спортсмена является
- а) методика по Черноруцкому
 - б) методика по Бунаку
 - в) методика по Конраду
 - г) методика по Шелдону
24. К показателям определения биологического возраста мальчиков относят все перечисленное, кроме
- а) роста волос на лобке
 - б) набухания сосков
 - в) роста волос в подмышечных впадинах
 - г) перелома голоса
 - д) окружности грудной клетки
25. Угол разгибания в плечевом суставе составляет
- а) до 45°
 - б) до 55°
 - в) до 65°
 - г) до 70°
26. Угол разгибания в голеностопном суставе составляет
- а) 50°
 - б) 60°
 - в) 70°
 - г) 90°
27. Угол сгибания в локтевом суставе составляет
- а) 30°
 - б) 40°

- в) 50^0
 - г) 60^0
28. Функциональные пробы позволяют оценить все перечисленное, кроме
- а) состояния здоровья
 - б) уровня функциональных возможностей
 - в) резервных возможностей
 - г) психоэмоционального состояния
29. Клиническими критериями прекращения пробы с физической нагрузкой являются
- а) достижение максимально допустимой частоты сердечных сокращений
 - б) приступ стенокардии
 - в) падение систолического артериального давления
 - г) выраженная одышка
 - д) все перечисленное
30. Мощность нагрузки при степэргометрии зависит от всего перечисленного, кроме
- а) веса тела
 - б) высоты ступеньки
 - в) роста
 - г) количества восхождений в мин
31. К формам врачебно-педагогических наблюдений относятся
- а) испытания с повторными специфическими нагрузками
 - б) дополнительные нагрузки
 - в) изучение реакции организма спортсмена на тренировочную нагрузку
 - г) велоэргометрия
 - д) правильно б) и в)
32. Методом спирометрии можно определить
- а) дыхательный объем
 - б) резервный объем вдоха
 - в) резервный объем выдоха
 - г) остаточный объем легких
 - д) все перечисленное
33. Рациональным типом реакции сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку является
- а) астенический
 - б) нормотонический
 - в) дистонический
 - г) гипертонический
 - д) со ступенчатым подъемом артериального давления
34. Методом функциональных проб определяется
- а) тренированность
 - б) физическая работоспособность
 - в) характер реакции на нагрузку
 - г) состояние здоровья
 - д) все перечисленное
35. Положительными в норме являются все перечисленные зубцы, кроме
- а) Q и S
 - б) Q
 - в) S
 - г) Tavr
36. К особенностям ЭКГ у спортсменов относятся все перечисленные, кроме
- а) синусовой тахикардии
 - б) синусовой брадикардии
 - в) снижения высоты зубца Р

- г) высокого вольтажа зубцов R и T
 - д) постепенного удлинения интервала P-Q
37. К неблагоприятным изменениям показателей ЭКГ во время и после физических нагрузок не относятся
- а) снижение вольтажа зубцов R и T в большинстве отведений
 - б) однонаправленное изменение амплитуды зубцов R и T
 - в) появление аритмий
 - г) изменений функции автоматизма
 - д) изменений функции проводимости
38. К методам исследования функционального состояния ЦНС относятся все перечисленные, кроме
- а) полидинамометрии
 - б) электроэнцефалографии
 - в) реоэнцефалографии
 - г) эхоэнцефалографии
 - д) омегометрии
39. Различают все перечисленные типы реакции артериального давления на физическую нагрузку, кроме
- а) нормотонической
 - б) гипотонической
 - в) гипертонической
 - г) дистонической
 - д) атонической
40. Биохимическое исследование у спортсменов рекомендуется проводить во все перечисленные сроки, кроме
- а) второй половины подготовительного периода
 - б) конца соревновательного периода
 - в) предсоревновательного периода
 - г) при выявлении отклонений в состоянии здоровья спортсменов
41. Уровень pH артериальной крови при компенсированном метаболическом ацидозе и дыхательном алкалозе
- а) нормальный
 - б) выше нормы
 - в) ниже нормы
 - г) неустойчивый
42. Мощность нагрузки при тестировании на тредбане дозируется путем изменения
- а) скорости движения дорожки
 - б) угла наклона дорожки
 - в) количества шагов в мин
 - г) силы торможения дорожки
 - д) правильно а) и б)
43. Понятию лечебной физкультуры соответствуют термины
- а) физическая реабилитация
 - б) кинезотерапия
 - в) рефлексотерапия
 - г) механотерапия
 - д) правильно а) и б)
44. Местная физическая нагрузка – это
- а) специальная нагрузка направленного действия
 - б) нагрузка, охватывающая определенную группу мышц
 - в) нагрузка, чередующаяся с общей нагрузкой
 - г) все перечисленное

45. При назначении ЛФК врач обязан
- а) определить диагноз
 - б) уточнить лечебные задачи
 - в) подобрать средства медикаментозного лечения
 - г) провести дополнительные исследования
 - д) провести исследование функционального состояния
46. В клинике внутренних болезней лечебная физкультура используется во всех перечисленных формах, кроме
- а) мануальной терапии
 - б) утренней гимнастики
 - в) лечебной гимнастики
 - г) элементов спортивных упражнений
 - д) игр
47. Физическая реабилитация включает все перечисленное, кроме
- а) назначения двигательного режима
 - б) элементов психофизической тренировки
 - в) занятий лечебной гимнастикой
 - г) интенсивных физических тренировок
 - д) трудоустройства больного
48. К упражнениям для средних мышечных групп не относятся упражнения для мышц
- а) шеи
 - б) предплечья и ягодичных
 - в) голени
 - г) плечевого пояса
49. Для облегчения выполнения активных упражнений используется все перечисленное, кроме
- а) горизонтальных скользящих поверхностей
 - б) наклонных скользящих поверхностей
 - в) статического усилия
 - г) роликовых тележек
 - д) различных подвесов, устраняющих силу трения
50. Пассивные упражнения назначают преимущественно
- а) для улучшения лимфообращения
 - б) для улучшения кровообращения
 - в) лечения тугоподвижности в суставах
 - г) улучшения функционального состояния сердечно-сосудистой системы
51. Показанием для применения корригирующих упражнений является все перечисленной, кроме
- а) заболевания желудка
 - б) искривления позвоночника
 - в) деформации грудной клетки
 - г) нарушения осанки
 - д) плоскостопия
52. Длительный покой больного с инфарктом миокарда может привести
- а) к тахикардии
 - б) к артериальной гипертензии
 - в) к тромбоэмболическим осложнениям
 - г) к развитию коронарных коллатералей
 - д) снижению систолического объема крови
53. В классификации по степени тяжести ишемической болезни сердца выделяют следующие функциональные классы
- а) стабильная и нестабильная стенокардия

- б) стенокардия покоя и напряжения
 - в) I, II, III, IV функциональные классы
54. Специальные упражнения леченой гимнастики при гипертонической болезни I стадии включают все перечисленное, кроме
- а) силовых упражнений
 - б) упражнений на координацию
 - в) упражнений для малых мышечных групп
 - г) упражнений на расслабление мышц
 - д) упражнений на вестибулярную тренировку
55. При выполнении физических упражнений для больных гипертонической болезнью в первую половину курса лечения методические рекомендации предусматривают все перечисленное, кроме
- а) темп медленный, средний
 - б) амплитуда движений возможная
 - в) выполнение упражнений без напряжения
 - г) выполнение упражнений в изометрическом режиме
 - д) резкие повороты, наклоны
56. Профилактика осложнений средствами ЛФК у больных ревматизмом включает
- а) устранение застойных явлений
 - б) предупреждение гипертрофии миокарда
 - в) уменьшение нарушений функций сердца
 - г) предупреждение тромбоэмболических осложнений
 - д) все перечисленное
57. Показаниями к применению ЛФК при болезнях периферических сосудов являются
- а) ангиоспазм
 - б) облитерирующий атеросклероз артерий нижних конечностей 1-3-й степени
 - в) острый тромбофлебит
 - г) облитерирующий тромбангиит с мигрирующим флебитом
 - д) правильно а) и б)
58. Дозирование общей и специальной физической нагрузки у больных с заболеваниями периферических сосудов должно учитывать все перечисленное, кроме
- а) давность заболевания и двигательный навык
 - б) степень ишемии и трофических нарушений пораженных конечностей
 - в) функциональное состояние сердца
 - г) тренированность
59. Противопоказаниями к назначению ЛФК у больных с врожденными пороками сердца на являются
- а) тяжелое состояние
 - б) состояние средней тяжести и наличие одышки при физической нагрузке
 - в) нарушения режима в покое
 - г) нарушения режима, появляющиеся при физической нагрузке
 - д) правильно б) и г)
60. К формам лечебной физкультуры для больных с митральными пороками сердца на свободном режиме в стационаре относятся
- а) утренняя гигиеническая гимнастика
 - б) тренировка на велотренажере
 - в) процедура лечебной гимнастики
 - г) оздоровительное плавание
 - д) правильно а) и в)
61. Для уменьшения гипертензии в малом круге кровообращения у больных с пороками сердца применяют следующие виды дыхательных упражнений
- а) с удлиненным выдохом

- б) с задержкой дыхания на вдохе
 - в) с задержкой дыхания на выдохе
 - г) диафрагмальное дыхание
 - д) правильно а) и г)
62. К специальным дыхательным упражнениям при бронхиальной астме не относятся
- а) упражнения с удлиненным выдохом
 - б) локализованное дыхание
 - в) упражнения с произношением звуков
 - г) полное дыхание
63. Противопоказанием к назначению ЛФК при бронхиальной астме являются
- а) частые приступы бронхиальной астмы
 - б) сопутствующий кардиосклероз
 - в) нарастающая дыхательная недостаточность
 - г) дыхательная недостаточность
 - д) низкая физическая работоспособность
64. К методическим приемам ЛФК, позволяющим улучшить эвакуацию мокроты относятся
- а) использование дренажных положений
 - б) упражнения на расслабление мышц
 - в) углубление дыхания
 - г) локализованное дыхание
 - д) все перечисленное
65. Физические упражнения, применяемые при язвенной болезни желудка, включают
- а) дыхательные упражнения
 - б) упражнения для мышц рук и ног
 - в) упражнения с выраженным усилением мышц живота
 - г) бег на месте
 - д) правильно а) и б)
66. У больных с заболеваниями кишечника ЛФК не применяется
- а) в периоде обострения кишечного колита
 - б) при язвенном колите с кровотечением
 - в) в периоде стиханий острых явлений энтероколита
 - г) при дискинезии кишечника спастико-атонического характера
 - д) правильно а) и б)
67. При опущении желудка показаны
- а) гимнастические упражнения для конечностей лежа с приподнятым тазом
 - б) упражнения стоя с сотрясением тела
 - в) упражнения для туловища лежа с фиксированными ногами
 - г) ходьба при ношении фиксирующего пояса
 - д) правильно а) и г)
68. Факторами, ограничивающими интенсивность и длительность физических нагрузок у больных ожирением являются все перечисленные, кроме
- а) заболеваний сердечно-сосудистой системы
 - б) массы тела
 - в) возраста
 - г) сахарного диабета
 - д) физической неподготовленности
69. Сочетание физической нагрузки с лечением инсулином у больных сахарным диабетом
- а) улучшает функциональное состояние больных
 - б) снижает повышенное содержание глюкозы в крови
 - в) усиливает инсулярную активность поджелудочной железы
 - г) снижает инсулярную активность поджелудочной железы
 - д) правильно все, кроме в)

70. При назначении ЛФК больным с артритами следует учитывать возможное наличие
- а) тендовагинита
 - б) бурсита
 - в) неврита
 - г) миозита
 - д) всего перечисленного
71. Физические упражнения в подостром периоде артрита включают
- а) динамические упражнения в здоровых суставах
 - б) дыхательные упражнения
 - в) упражнения на расслабление мышц
 - г) статические упражнения для мышц здоровых конечностей
 - д) все перечисленное
72. Используются все перечисленные формы ЛФК при лечении травмы в периоде иммобилизации, кроме
- а) лечебной гимнастики
 - б) утренней гигиенической гимнастики
 - в) лечебной гимнастики в воде
 - г) обучения двигательным навыкам бытового характера
73. К общим противопоказаниям к применению ЛФК при острой травме относятся
- а) тяжелое состояние
 - б) экстрасистолия
 - в) кровотечение
 - г) атония кишечника
 - д) правильно а) и в)
74. Специальные упражнения у больных острой травмой в периоде иммобилизации включают все перечисленное, кроме
- а) идеомоторные упражнения
 - б) изометрическое напряжение мышц травмированной зоны
 - в) динамические упражнения для не иммобилизованных суставов
 - д) упражнения на равновесие и выносливость
75. При разрыве лонного сочленения и переломе переднего полукольца таза во втором периоде методика лечебной гимнастики включает все перечисленное, кроме
- а) упражнений для обеих ног
 - б) изометрического напряжения мышц ног, таза
 - в) упражнений лежа на животе
 - г) дыхательных упражнений
 - д) упражнений лежа на спине и на боку
76. Противопоказаниями к вытяжению с грузом у больных остеохондрозом позвоночника являются
- а) деформирующий спондилез
 - б) грубые врожденные аномалии позвоночника
 - в) органические заболевания сердца и сосудов
 - г) парезы и параличи
 - д) все перечисленное
77. Специальные упражнения у больных шейным остеохондрозом с синдромом плече-лопаточного периартрита включают все перечисленное, кроме
- а) упражнения на расслабление мышц рук и плечевого пояса
 - б) упражнения с гантелями весом до 1 кг
 - в) пассивные упражнения в плечевом суставе
 - г) упражнения на тренировку равновесия
 - д) упражнений на гребном тренажере
78. Сколиоз – это

- а) искривление позвоночника во фронтальной плоскости
 - б) искривление позвоночника в сагиттальной плоскости
 - в) ротация вокруг вертикальной оси позвоночника
 - г) искривление позвоночника в грудном отделе без наличия торсии
 - д) искривление позвоночника во фронтальной плоскости с наличием торсии позвонков
79. К признакам дисплазии спинного мозга при сколиозе относят
- а) асимметрию рефлексов
 - б) асимметрию чувствительности
 - в) асимметрию носогубных складок и глазных щелей
 - г) энурез
 - д) все перечисленное
80. Пути сохранения правильной осанки являются все перечисленные, кроме
- а) укрепления мышц шеи, спины
 - б) укрепления мышц живота
 - в) воспитания мышечно-суставного чувства
 - г) увеличения подвижности диафрагмы
 - д) укрепления мышц плечевого пояса
81. При выраженной слабости мышечно-связочного аппарата при сколиозе противопоказаны все перечисленные виды упражнений кроме упражнений
- а) на увеличение стабильности позвоночника
 - б) на увеличение мобильности позвоночника
 - в) на растяжение позвоночника
 - г) на увеличение гибкости позвоночника
 - д) на увеличение статических нагрузок на позвоночник по вертикальной оси
82. Для занятий больными со сколиозом противопоказаны
- а) художественная и спортивная гимнастика
 - б) акробатика
 - в) тяжелая атлетика
 - г) борьба
 - д) все перечисленное
83. Различают следующие типы нарушения осанки
- а) искривление позвоночника в сагиттальной или фронтальной плоскости
 - б) торсия позвонков
 - в) искривление позвоночника в грудном отделе без наличия торсии
 - г) искривление позвоночника во фронтальной плоскости с наличием торсии
 - д) правильно а) и в)
84. Различают все перечисленные состояния сводов стопы, кроме
- а) уплощение свода стопы
 - б) плоской стопы
 - в) поллой стопы
 - г) конской стопы
 - д) нормального свода стопы
85. Противопоказаниями к назначению ЛФК у больных после операции на органах брюшной полости являются
- а) ранний послеоперационный период
 - б) застойная пневмония с субфебрильной температурой
 - в) боли при движениях в послеоперационной зоне
 - г) тяжелое состояние больного
86. К специальным упражнениям лечебной гимнастики в предоперационном периоде при операциях на легких относятся упражнения
- а) способствующие дренированию просвета бронхов
 - б) способствующие увеличению подвижности диафрагмы

- в) способствующие увеличению силы дыхательной мускулатуры
 - г) тренирующие функцию вестибулярного аппарата
 - д) все перечисленное
87. Эффективность лечебной гимнастики при инсультах зависит от
- а) ранних сроков начала занятий
 - б) систематичности и длительности лечения
 - в) поэтапности построения лечебных мероприятий
 - г) индивидуального подхода
 - д) всего перечисленного
88. Массаж при неврите лицевого нерва проводится
- а) глубокий пораженной стороны
 - б) легкий пораженной стороны
 - в) растягивающий пораженной стороны
 - г) легкий пораженной стороны, здоровой стороны, воротниковой зоны
89. Показаниями к назначению лечебной гимнастики при неврозах являются все перечисленные, кроме
- а) астенических состояний
 - б) острых психозов
 - в) климакса
 - г) невротического развития личности
 - д) церебросклероза
90. К особенностям методики лечебной гимнастики у больных неврозом с преобладанием инертности нервных процессов относятся все перечисленные, кроме
- а) упражнение, тренирующих подвижность нервных процессов
 - б) активных физических упражнений
 - в) ритмической гимнастики
 - г) китайской пластической гимнастики
91. При черепно-мозговой травме возможны все перечисленные виды расстройств кроме
- а) спастических параличей
 - б) вялых параличей
 - в) атаксии
 - г) гиперкинезов
92. Целями проведения физических упражнений беременным женщинам являются все перечисленные, кроме
- а) общее оздоровление
 - б) научить женщину владеть дыханием
 - в) укрепить мышцы живота, промежности
 - г) корригирование случаев девиации
93. К дополнительным формам и средствам физического воспитания школьников в спецгруппах относятся
- а) утренняя гигиеническая гимнастика
 - б) гимнастика до уроков, физкультпаузы
 - в) ходьба и пешеходный туризм
 - г) закаливание
 - д) все перечисленное
94. Ведущим критерием отбора юных спортсменов на этапе начальной спортивной подготовки являются
- а) показатели физического развития
 - б) биологический возраст
 - в) состояние здоровья
 - г) аэробная производительность
 - д) все перечисленное

95. Способствуют наиболее высоким показателям диастолического давления все перечисленные группы, кроме
 а) нетренированных детей
 б) занимающихся скоростно-силовыми видами спорта
 в) занимающихся видами спорта на выносливость
 г) занимающихся игровыми видами спорта
96. Пищевой компонент питания спортсменов, дающий наибольшее количество энергии в калориях, содержит
 а) белки
 б) жиры
 в) углеводы
 г) минеральные вещества
97. Источником кислых радикалов в пищевом рационе спортсменов не является
 а) молоко
 б) мясо
 в) рыба
 г) яйца
98. Симптомами перелома костей носа являются
 а) деформации и боли в области носа
 б) затрудненное носовое дыхание
 в) подвижность и крепитация костных отломков
 г) гематомы в области век, носа
 д) все перечисленное
99. Из систем организма лимитирует работоспособность спортсмена в циклических видах спорта
 а) дыхательная
 б) сердечно-сосудистая
 в) мышечная
 г) обмен веществ
 д) ЦНС
100. Выделяют все перечисленные разновидности приемов поглаживания, кроме
 а) спиралевидное
 б) гребнеобразное
 в) крестообразное
 г) сотрясение

3. Ключ правильных ответов и количество баллов, выставаемых за каждый правильный ответ:

№	отв ет	оцен ка	№	отв ет	оцен ка	№	отв ет	оцен ка	№	отв ет	оцен ка	№	отв ет	оцен ка
1	Д	1 %	21	Д	1 %	41	А	1 %	61	Д	1 %	81	А	1 %
2	Г	1 %	22	Г	1 %	42	Д	1 %	62	Б	1 %	82	Д	1 %
3	Д	1 %	23	Г	1 %	43	Д	1 %	63	В	1 %	83	Д	1 %
4	Д	1 %	24	Д	1 %	44	Б	1 %	64	Д	1 %	84	Г	1 %
5	Г	1 %	25	А	1 %	45	Д	1 %	65	Д	1 %	85	Г	1 %
6	А	1 %	26	В	1 %	46	А	1 %	66	Д	1 %	86	Д	1 %
7	Д	1 %	27	Б	1 %	47	Д	1 %	67	Д	1 %	87	Д	1 %
8	В	1 %	28	Г	1 %	48	Б	1 %	68	Б	1 %	88	Г	1 %
9	Б	1 %	29	Д	1 %	49	В	1 %	69	Д	1 %	89	Б	1 %

10	Д	1 %	30	В	1 %	50	В	1 %	70	Д	1 %	90	Г	1 %
11	Д	1 %	31	Д	1 %	51	А	1 %	71	Д	1 %	91	Б	1 %
12	А	1 %	32	Д	1 %	52	В	1 %	72	В	1 %	92	Г	1 %
13	В	1 %	33	А	1 %	53	В	1 %	73	Д	1 %	93	Д	1 %
14	В	1 %	34	Г	1 %	54	А	1 %	74	Г	1 %	94	В	1 %
15	А	1 %	35	А	1 %	55	Г	1 %	75	В	1 %	95	А	1 %
16	Д	1 %	36	А	1 %	56	Д	1 %	76	Д	1 %	96	Б	1 %
17	А	1 %	37	Б	1 %	57	Д	1 %	77	Г	1 %	97	А	1 %
18	В	1 %	38	А	1 %	58	А	1 %	78	Д	1 %	98	Д	1 %
19	Г	1 %	39	Д	1 %	59	Д	1 %	79	Д	1 %	99	Б	1 %
20	Д	1 %	40	Б	1 %	60	Д	1 %	80	Г	1 %	100	Г	1 %

4. Критерии оценки:

отметка «отлично» выставляется ординатору, если количество правильных ответов в тестовом задании 91-100д %;

отметка «хорошо» выставляется ординатору, если количество правильных ответов в тестовом задании 81-90 %;

отметка «удовлетворительно» выставляется ординатору, если количество правильных ответов в тестовом задании 71-80 %;

отметка «неудовлетворительно» выставляется ординатору, если количество правильных ответов в тестовом задании 70 % и менее.