

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
ВЛАДИМИРА ДАЛЯ»

Институт гражданской защиты
Кафедра физической реабилитации

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Института гражданской защиты

Малкин В.Ю.

« 25 » 20 25 года



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

«Физическая реабилитация»

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)

«Физическая реабилитация»

Разработчик:

к.ф. м-н, доцент С.Д. Корчиков С. Д.

ФОС рассмотрено и одобрено на заседании кафедры физической реабилитации
от « 25 » 02 20 25 г., протокол № 7

Заведующий кафедрой

Ю.Н. Мечетный Ю.Н.

Луганск 2025 г.

Комплект оценочных материалов по дисциплине «Физическая реабилитация»

Задания закрытого типа

Задания закрытого типа на выбор правильного ответа

1. Выберите один правильный ответ

Реабилитация – это:

- А) комплекс медицинских мероприятий, направленных на восстановление социального статуса больных;
- Б) система медицинских, социальных, психологических, педагогических, профессиональных и др. мероприятий;
- В) деятельность коллектива медицинских, социальных работников и педагогов.
- Г) комплекс социально-психологических мероприятий, направленных на восстановление социального статуса

Правильный ответ: Б.

Компетенции (индикаторы): ОПК-8, ПК-3

2. Выберите один правильный ответ

Реабилитация направлена:

- А) на борьбу с факторами риска;
- Б) на предупреждение возникновения заболеваний;
- В) на возвращение (реинтеграцию) больных и инвалидов в общество, восстановление их трудоспособности;
- Г) на возвращение к профессии;

Правильный ответ: В.

Компетенции (индикаторы): ОПК-8, ПК-3

3. Выберите один правильный ответ

Назовите аспекты, на которых базируется реабилитация:

- А) медицинский, социальный, психологический, профессиональный
- Б) физический, психический, социально-экономический;
- В) профессиональный, социальный, психологический;
- Г) экономический, юридический, социальный

Правильный ответ: А.

Компетенции (индикаторы): ПК-4

Задания закрытого типа на установление соответствия

1. Установите правильное соответствие. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца. Для дозировки физической нагрузки при занятиях физическими упражнениями используют следующие способы:

- | | | |
|-----------------------|----|---|
| 1) Равномерный метод | А) | Характеризуется многократным выполнением упражнений определённой продолжительности или сокращением повторений с интервалами отдыха, в течение которых полно восстанавливается работоспособность |
| 2) Повторный метод | Б) | Физическая нагрузка выполняется непрерывно в течение относительно продолжительного времени с постоянной интенсивностью. В зависимости от решаемых задач упражнения могут выполняться с малой, средней и максимальной интенсивностью |
| 3) Интервальный метод | В) | Похож на повторный, поскольку характеризуется многократным повторением упражнений через определённые интервалы отдыха. Однако при интервальном методе тренировочным влиянием обладают ещё и паузы отдыха |

Правильный ответ

1	2	3
Б	А	В

Компетенции (индикаторы): ПК-4

2. Установите правильное соответствие. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца.

- | | | |
|-----------------------------|----|---|
| 1) Тонизирующее влияние | А) | Это восстановление деятельности как отдельного повреждённого органа, так и организма в целом под влиянием физических упражнений. |
| 2) Трофическое действие | Б) | Это временное или постоянное замещение нарушенных функций за счёт повышения функции других органов или систем. |
| 3) Формирование компенсаций | В) | Заключается в изменении интенсивности физиологических процессов в организме в процессе выполнения нагрузки. В результате активизируется деятельность большинства вегетативных функций (сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем), улучшается обмен веществ, повышаются активность различных защитных реакций |
| 4) Нормализация функций | Г) | Проявляется в том, что под влиянием мышечной деятельности улучшаются обменные процессы и процессы регенерации как в организме в целом, так и в отдельных тканях. Возникающее во время работы расширение просвета кровеносных сосудов удовлетворяет потребность тканей в питательных веществах и в кислороде, и в своевременном освобождении активных тканей от продуктов обмена |

Правильный ответ

1	2	3	4
Г	В	А	Б

Компетенции (индикаторы): ПК-3, ПК-4

3. Установите правильное соответствие. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца.

- | | | |
|--------------------|----|--|
| 1) Душ Виши | А) | Осуществляется массаж вихревым водным потоком. Стимулирует кровообращение, снимает напряжение в мышцах, уменьшает болевые ощущения, повышает упругость и эластичность кожи, улучшает тонус вен и венозного оттока крови, уменьшает отёки |
| 2) Душ Шарко | Б) | Проводится на специальной кушетке, пациент находится в лежачем положении. Душевые струи воздействуют одновременно на всё тело. Температура воды — 36 градусов (тонизирующее воздействие) или 38 градусов (расслабляющее воздействие) |
| 3) Циркулярный душ | В) | Воздействие струёй воды под давлением с использованием контраста температур (20–40 градусов) |
| 4) Вихревые ванны | Г) | Из трубочек, расположенных по кругу, под давлением подаётся вода, которая оказывает раздражающее и стимулирующее действие на рецепторы кожи |

Правильный ответ

1	2	3	4
Г	А	Б	В

Компетенции (индикаторы): ПК-4

Задания закрытого типа на установление правильной последовательности

1. Прочитайте текст и установите последовательность

Лечебная физкультура – обязательный компонент комплексного лечения, так как способствует восстановлению функций опорно-двигательного аппарата, благоприятно воздействует на различные системы организма по принципу моторно-висцеральных рефлексов. Принято весь курс применения ЛФК подразделять на три периода:

- А) Щадящий
- Б) Тренировочный
- В) Функциональный

Правильный ответ: А, В, Б

Компетенции (индикаторы): ПК-3

2. Прочитайте текст и установите последовательность

Процесс физической реабилитации может состоять из следующих этапов:

А) восстановительная терапия

Б) реадaptация организма

В) прямая реабилитация

Правильный ответ: А, Б, В.

Компетенции (индикаторы): ПК-3, ПК-4

3. Прочитайте текст и установите последовательность.

Основные этапы лечебного массажа:

А) Повторное поглаживание, оказание успокаивающего эффекта

Б) Разминание. Кожа спины собирается в складку и перемещается вдоль позвоночной линии

В) Растирание. Используются подушечки пальцев, поверхность или ребро ладони

Г) Глубокое поглаживание. Специалист плавно увеличивает глубину и нагрузку на спину. Для этого он накладывает одну кисть руки на другую. Благодаря этому удаётся выявить самые проблематичные участки

Д) Поглаживание. Специалист выполняет руками кругообразные или зигзагообразные движения, придерживаясь траектории от поясницы к шее

Правильный ответ: Д, Г, В, Б, А.

Компетенции (индикаторы): ОПК-8

Задания открытого типа

Задания открытого типа на дополнение

1. Напишите пропущенное слово (словосочетание).

Задачей реабилитации на стационарном этапе восстановительного лечения является _____.

Правильный ответ: спасение жизни больного и предупреждение осложнений.

Компетенции (индикаторы): ПК-3, ПК-4

2. Напишите пропущенное слово (словосочетание).

Задачами реабилитации на поликлиническом этапе является ликвидация остаточных явлений болезни и _____.

Правильный ответ: восстановление функциональной активности организма.

Компетенции (индикаторы): ПК-3, ПК-4

3. Напишите пропущенное слово (словосочетание).

К этапам медицинской реабилитации относятся превентивный, поликлинический, стационарный, _____.

Правильный ответ: санаторно-курортный, метаболический.

Компетенции (индикаторы): ОПК-8

Задания открытого типа с кратким свободным ответом

1. Категории лиц, участвующих в реабилитационном процессе:

Правильный ответ: медицинские работники / психологи / специалисты по социальной работе / экономисты

Компетенции (индикаторы): ОПК-8

2. К общим правилам проведения реабилитационных мероприятий относятся?

Правильный ответ: раннее начало и непрерывность / индивидуальный подход / комплексный характер / проведение в коллективе

Компетенции (индикаторы): ПК-3

3. Где проводится второй этап реабилитации пациента после эндопротезирования сустава?

Правильный ответ: в специализированных центрах / в отделениях медицинской реабилитации

Компетенции (индикаторы): ПК-4

Задания открытого типа с развернутым ответом

1. Ситуационная задача

Для подбора индивидуальной методики физической реабилитации при нейроциркуляторной дистонии (НЦД) необходимо обратиться к специалисту восстановительной медицины или неврологу. Какие основные периоды и методы реабилитации при НЦД?

Время выполнения – 30 минут.

Ожидаемый результат:

Тонизирующий период. Цель – повысить ослабленные физиологические функции организма и нормализовать нарушенные функции органов и систем. Занятия малогрупповые (до 5 человек) в положении лёжа, сидя, стоя. Продолжительность занятий – 15–20 минут по 3–4 раза в день. Занятия начинаются с дыхательных упражнений как статического, так и динамического характера, которые выполняют плавно, с постепенным углублением вдоха. Также включают упражнения с небольшим отягощением, с мячом, медицинскими болами, эспандером, а также упражнения на гимнастической скамейке и у гимнастической стенки. После 10–12 дней в занятия включают дозированную ходьбу с паузами для дыханий и упражнений в расслаблении. Тренирующий период. Цель – восстановление ослабленных физиологических функций, тренировка систем организма, повышение физической работоспособности, социально-трудовая и бытовая адаптация больного. Двигательный режим расширяется за счёт увеличения числа упражнений, их

повторений, характер упражнений усложняется, повышается темп их выполнения. Активно включаются упражнения с предметами, ходьба с ускорениями, приседания, дозированный бег, сочетающийся с ходьбой и дыхательными упражнениями.

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): ОПК-8, ПК-3, ПК-4

2. Ситуационная задача

Методику физической реабилитации больных при невритах подбирает специалист восстановительной медицины или невролог индивидуально. Какие основные методы реабилитации при невритах?

Время выполнения – 20 минут.

Ожидаемый результат:

Лечебная гимнастика: направлена на восстановление поражённого нервного ствола путём нормализации его кровоснабжения, наращивание мышечной силы, уменьшение пареза лицевой мускулатуры, расслабление мышц на здоровой стороне. В программу занятий включают упражнения для мимических мышц, языка, губ, глаз, улучшения артикуляции. Массаж: перед началом гимнастики выполняют массаж лица или тепловые процедуры. Под действием тепла усиливается лимфо- и кровообращение, улучшается тканевой обмен, происходит расслабление мышц, что повышает эффективность занятий. Дыхательная гимнастика: благотворно воздействует на весь организм, приводит в норму лимфоснабжение и кровоснабжение, способствует рассасыванию воспаления, восстанавливает нервные регуляции, повышает тонус организма.

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): ОПК-8, ПК-3, ПК-4

3. Ситуационная задача

Больному П, 56 лет, с диагнозом: последствия геморрагического инсульта в виде спастического левостороннего гемипареза, назначен курс ЛФК. Упражнения выполняются в одном темпе в течение 25-30 минут в положении стоя. В конце занятия больной использует гимнастические снаряды.

1. Расскажите об основном средстве реабилитации-лечебной физкультуре и спорте. Формы, методы и способы проведения ЛФК.

2. Показания к назначению ЛФК.

3. Методика ЛФК в острый период.

4. Совместимость с другими методами лечения.

5. Правильно ли построено занятие для данного пациента? Почему?

Время выполнения – 30 минут.

Ожидаемый результат:

1. Лечебная физическая культура- раздел медицины, изучающий лечение и профилактику заболеваний средствами физической культуры (обычно в сочетании с физиотерапией и массажем). ЛФК назначается врачом и проводится строго по его назначению в учреждениях здравоохранения-

больницах, поликлиниках, санаториях, диспансерах. Формы ЛФК: утренняя гигиеническая гимнастика, производственная гимнастика, процедура лечебной гимнастики, прогулки (дозированная ходьба, бег), ближний туризм, игровые занятия. Методы ЛФК – кинезотерапия, гидрокинезотерапия, механотерапия, трудотерапия. Способы проведения: занятия с инструктором (индивидуальные, малогрупповые 2-3 человека и групповые 8-12 человек; самостоятельные занятия.

2. ЛФК при геморрагическом инсульте назначают при полной стабилизации состояния больного. Клинически это определяется отсутствием нарастания симптоматики, улучшением сосудистой и висцеральной деятельности.

3. При стабилизации процесса первые 3 суток. В занятия лечебной гимнастикой включают лишь дыхательные упражнения и пассивные движения в суставах пораженных конечностей; рекомендован и массаж (приемы поверхностного поглаживания). Если инсульт сочетается с гипертонической болезнью, то все занятия лечебной гимнастики и процедуры массажа зависят от значений АД. При АД выше 180/105 мм рт. ст. занятия лечебной гимнастикой и массаж противопоказаны.

4. ЛФК сочетают с физиотерапией, массажем, механотерапией.

5. Комплекс упражнений составлен неправильно, т.к. упражнения выполняются в одном темпе, постоянно в одном положении, поэтому возможны осложнения. Гимнастические снаряды не рекомендуется использовать в конце занятия, т.к. состояние пациента не позволяет такую нагрузку и возможно ухудшение самочувствия.

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): ОПК-8, ПК-3, ПК-4

Экспертное заключение

Представленный фонд оценочных средств (далее—ФОС) по дисциплине «Физическая реабилитация» соответствует требованиям ФГО СВО.

Предлагаемые формы и средства текущего и промежуточного контроля адекватны целям и задачам реализации основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлены в полном объеме.

Виды оценочных средств, включенные в представленный фонд, отвечают основным принципам формирования ФОС.

Разработанный и представленный для экспертизы фонд оценочных средств рекомендуется к использованию в процессе подготовки обучающихся по указанному направлению.

Председатель учебно-методической комиссии
Института гражданской защиты



Д.В. Михайлов

Лист изменений и дополнений

№ п/п	Виды дополнений и изменений	Дата и номер протокола заседания кафедры (кафедр), на котором были рассмотрены и одобрены изменения и дополнения	Подпись (с расшифровкой) заведующего кафедрой (заведующих кафедрами)