

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» года 2025 года



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
по учебной дисциплине

«Частные методики физической реабилитации»

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 2025 г., протокол № 7

Заведующий кафедрой Мечетный Ю.Н.

Луганск 2025 г.

## **Комплект оценочных материалов по дисциплине «Частные методики физической реабилитации»**

### **Задания закрытого типа**

#### **Задания закрытого типа на выбор правильного ответа**

**1. 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): ОПК-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): ПК-3

**3. 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): ПК-3

#### **Задания закрытого типа на установление соответствия**

**1. Установите правильное соответствие. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца. Адаптивная физическая культура (АФК) – это вид общей физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Основной целью АФК является**

максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья, за счет обеспечения оптимального режима функционирования, отпущеных природой и имеющихся в наличии (оставшихся в процессе жизни) его телесно-двигательных характеристик и духовных сил, их гармонизации для максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта. Основные виды и наиболее общие задачи АФК:

- |   |    |  |
|---|----|--|
| 1) Адаптивное физическое воспитание     | A) | направлено, прежде всего, на формирование у инвалидов (особенно талантливой молодежи) высокого спортивного мастерства и достижение ими наивысших результатов в его различных видах в состязаниях с людьми, имеющими аналогичные проблемы со здоровьем  |
| 2) Адаптивный спорт                     | B) | на восстановление у инвалидов временно утраченных или нарушенных функций   |
| 3) Адаптивная физическая рекреация      | B) | направлено на активизацию, поддержание или восстановление физических сил, затраченных инвалидом во время какого-либо вида деятельности (труд, учеба, спорт и др.), на профилактику утомления, развлечение, интересное проведение досуга и вообще на оздоровление, улучшение кондиции, повышение уровня жизнестойкости через удовольствие или с удовольствием |
| 4) Адаптивная двигательная реабилитация | Г) | направлено на формирование у инвалидов и людей с отклонениями в состоянии здоровья комплекса специальных знаний, жизненно и профессионально необходимых двигательных умений и навыков; на развитие широкого круга основных физических и специальных качеств, повышение функциональных возможностей различных органов и систем человека                       |

**Правильный ответ**

1	2	3	4
Г	В	А	Б

**Компетенции (индикаторы): ОПК-3**

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

- |                             |    |   |
|-----------------------------|----|---|
| 1) Медицинская реабилитация | A) | Направлена на восстановление трудоспособности и возвращение человека в привычную трудовую и общественную среду. При необходимости обеспечивает возможность сменить профессию. |
|-----------------------------|----|---|

- 2) Трудовая (профессиональная) реабилитация      Б) Направлена на то, чтобы вернуть пострадавшему человеку экономическую независимость и социальную полноценность.
- 3) Психологическая реабилитация      В) Составная часть медицинской, социально экономической и профессиональной реабилитации. Система мероприятий, направленных на восстановление или компенсацию физических возможностей и интеллектуальных способностей человека, улучшение функционального состояния организма, развитие необходимых физических качеств, психоэмоциональной устойчивости, повышение адаптационных возможностей организма человека
- 4) Социально-экономическая реабилитация      Г) Включает медикаментозный, хирургический, физиотерапевтический и другие методы лечения, которые наряду с лечением болезни способствуют восстановлению тех функций организма, которые необходимы для возвращения человека к нормальной жизнедеятельности
- 5) Физическая реабилитация      Д) Направлена на коррекцию психического состояния больного, а также на формирование его сознательного отношения к лечению, врачебным рекомендациям, выполнению реабилитационных мероприятий.

**Правильный ответ**

1	2	3	4	5
Б	Д	Б	А	В

**Компетенции (индикаторы): ОПК-3, ПК-3**

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

- 1) I степень нарушения      А) помимо изменения в мышцах имеются изменения в связках. Одних волевых усилий недостаточно, чтобы восстановить правильную осанку
- 2) II степень нарушения      Б) изменения в мышцах, связках и костях.
- 3) III степень нарушения      В) изменения касаются только мышц, их можно изменить целенаправленной концентрацией волевого усилия ребенка

**Правильный ответ**

1	2	3
Б	В	А

**Компетенции (индикаторы): ПК-3**

**Задания закрытого типа на установление правильной последовательности**

1. Установите правильную последовательность.

Основой лечения нарушений осанки (особенно начальной степени) является общая тренировка мышечного корсета, составленная с учетом вида нарушения осанки и возраста ребенка. Устранение нарушений осанки представляет собой необходимое условие для первичной и вторичной профилактики ортопедических заболеваний и болезней внутренних органов. На занятиях гимнастикой ставятся следующие части:

А) Основную часть – 4–5 недель. Увеличивают нагрузку ОРУ, применяют специальные корректирующие ФУ.

Б) Заключительную часть – 1–2 недели. Нагрузка ОРУ снижается, контролируется степень выработанного правильного стереотипа осанки.

В) Подготовительную часть – 1–2 недели. Применяют ОРУ, вырабатывают стереотип правильной осанки.

Правильный ответ: В, А, Б.

**Компетенции (индикаторы): ОПК-3**

2. Установите правильную последовательность. Расположите указанные изменения в порядке возрастания степени деформации позвоночника:

А) это тяжелое заболевание, при котором деформация позвоночника и грудной клетки становится грубой и фиксированной, появляется не только задний, но и передний реберный горб, стойкая деформация таза, угол деформации более 40°

Б) появление компенсаторной дуги искривления. Асимметрия становится более четкой, угол искривления просматривается не только на рентгене и увеличивается до 25°

В) позвоночный столб имеет не менее 2-х дуг, ярко выраженная асимметрия, угол искривления 25–40°. Резко выделяется рёберный горб

Г) характеризуется простой дугой искривления, позвоночный столб напоминает букву «С». Наблюдается небольшая асимметрия туловища, на рентгене видна дуга искривления не более 10°

Правильный ответ: Г, Б, В, А

**Компетенции (индикаторы): ПК-3**

3. Установите правильную последовательность этапов реабилитации.

А) Начинается после завершения госпитализации. Его проводят в условиях санатория, реабилитационного центра

Б) Проходит в амбулаторных условиях

В) Начинается в острой фазе заболевания или сразу после травмы вместе с основным лечением

Правильный ответ: В, А, Б

Компетенции (индикаторы): ПК-3

### **Задания открытого типа**

#### **Задания открытого типа на дополнение**

1. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Физическая реабилитация — это комплекс мероприятий, направленных на \_\_\_\_\_ подвижности и гибкости тела после травмы, болезни или хирургического вмешательства.

Правильный ответ: восстановление

Компетенции (индикаторы): ОПК-3

2. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Задачей реабилитации на стационарном этапе восстановительного лечения является спасение жизни больного и \_\_\_\_\_.

Правильный ответ: предупреждение осложнений

Компетенции (индикаторы): ОПК-3

3. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Задачи реабилитации на поликлиническом этапе — ликвидация остаточных явлений болезни и \_\_\_\_\_.

Правильный ответ: восстановление функциональной активности организма

Компетенции (индикаторы): ОПК-3

#### **Задания открытого типа с кратким свободным ответом**

1. Перечислите общие правила проведения реабилитационных мероприятий:

Правильный ответ должен содержать следующие смысловые элементы (обязательный минимум): раннее начало и непрерывность; индивидуальный подход; комплексный характер, проведение в коллективе.

Компетенции (индикаторы): ПК-3

2. Какие бывают формы повышения двигательной активности детей с депривацией зрения?

Правильный ответ должен содержать следующие смысловые элементы (обязательный минимум): Формы повышения двигательной активности детей с депривацией зрения могут включать: Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня. Например, игры на свежем воздухе, утренняя гимнастика, прогулки. Занятия адаптивной физической культурой на уроках. Занятия в группах и кружках общей физической подготовки, спортивных секциях. Участие в спортивных соревнованиях, хореографических конкурсах и походах. Специальные коррекционные занятия (ритмика, лечебная

физкультура). Общеразвивающие упражнения. Они могут быть с использованием и без специального оборудования, связаны с построениями, перестроениями, исправлением и правильным формированием осанки, развитием координации и точности движения. Упражнения на развитие зрительного восприятия. Специальные упражнения для глаз включены в разные формы занятий по физической культуре, и в структуру физминуток на других занятиях. Имитационные и подражательные движения с яркими предметами. Это повышает эмоциональное состояние детей.

Компетенции (индикаторы): ПК-3

3. Какие бывают методы оценки физического развития у инвалидов с нарушением слуха?

Правильный ответ должен содержать следующие смысловые элементы (обязательный минимум): Тестирование и выполнение контрольных нормативов. Для этого используют фонды оценочных средств, адаптированные для данной категории обучающихся. При выборе тестов учитывают степень поражения, наличие сопутствующих заболеваний и вторичных нарушений, время возникновения болезни. Оценка координационных способностей. Для этого используют, например, такие тесты: способность к сохранению равновесия (двигательный тест «Повороты на гимнастической скамейке», проба Ромберга), способность к перестроению двигательных действий (подвижная игра-тест «Пятнашки»), способность к комплексной реакции (двигательный тест «Ловля линейки»), способность к ориентированию в пространстве (двигательный тест «Бег к пронумерованным набивным мячом»).

Компетенции (индикаторы): ПК-3

### **Задания открытого типа с развернутым ответом**

#### **1. Ситуационная задача**

На основе результатов оценочных тестов преподаватель по адаптивной физической культуре разрабатывает индивидуальную программу коррекции и развития физических качеств у занимающихся с нарушением слуха.

1. Какие бывают виды нарушений слуха?

2. Какие бывают методы оценки физического развития у инвалидов с нарушением слуха?

Время выполнения – 40 минут.

Ожидаемый результат:

1. Основные виды нарушений слуха: Кондуктивная тугоухость. Возникает, когда звуковые волны не могут достичь внутреннего уха из-за проблем в наружном или среднем ухе. Это может быть связано с ушными пробками, повреждениями барабанной перепонки, инфекциями или проблемами со слуховыми косточками. Нейросенсорная тугоухость. Связана с нарушением работы внутреннего уха или слухового нерва. Наиболее частой причиной является повреждение волосковых клеток улитки, что может быть вызвано старением, шумом или генетическими факторами. Смешанная

тогоухость. Это сочетание кондуктивной и нейросенсорной тогоухости, когда присутствуют проблемы как в наружном/среднем ухе, так и во внутреннем.

2. Тестирование и выполнение контрольных нормативов. Для этого используют фонды оценочных средств, адаптированные для данной категории обучающихся. При выборе тестов учитывают степень поражения, наличие сопутствующих заболеваний и вторичных нарушений, время возникновения болезни. Оценка координационных способностей. Для этого используют, например, такие тесты: способность к сохранению равновесия (двигательный тест «Повороты на гимнастической скамейке», проба Ромберга), способность к перестроению двигательных действий (подвижная игра-тест «Пятнашки»), способность к комплексной реакции (двигательный тест «Ловля линейки»), способность к ориентированию в пространстве (двигательный тест «Бег к пронумерованным набивным мячом»).

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): ОПК-3, ПК-3

## 2. Ситуационная задача

Пациент М, 22 года, студент. В анамнезе хронический бронхит с обострениями 2-3 раза в год в течение 4 лет, детские инфекции: ветряная оспа, краснуха. Физической культурой и спортом не занимается. Вредных привычек не имеет. Объективно: рост 187 см, вес 65 кг, ИМТ=18,6, АД=110/70 мм.рт.ст, PS=78, кожные покровы бледно-розовые, астенического телосложения, лопатки отстают от грудной клетки на 3 см, мышечный корсет развит слабо, при осмотре выявлена сколиотическая осанка.

1. Оцените физическое развитие пациента.

2. Дайте определение понятию «реабилитация», цели и виды реабилитации.

3. Какие методы ЛФК можно рекомендовать?

4. Выберите предпочтительный вид спорта.

5. Сколько всего медицинских групп, перечислите их.

Время выполнения – 40 минут.

Ожидаемый результат:

1. Физическое развитие пациента слабое и нуждается в проведении медицинской реабилитации.

2. Реабилитация – это восстановление здоровья, функционального состояния и трудоспособности, нарушенных болезнями, травмами или физическими, химическими и социальными факторами. Реабилитация (по ВОЗ) – совокупность мероприятий, призванных обеспечить лицам с нарушениями функций в результате болезней, травм и врождённых дефектов, приспособление к новым условиям жизни в обществе, в котором они живут. Цель реабилитации- эффективное и раннее возвращение больных и инвалидов к бытовым и трудовым процессам, в общество; восстановление личностных свойств человека. Виды реабилитации: медицинская, физическая, психологическая, профессиональная (трудовая) и социально-экономическая.

3. ЛФК: лечебная гимнастика, гимнастика в воде, занятия спортом: плавание стилем брасс, волейбол, баскетбол, лыжи, массаж спины, живота, грудной клетки. При обострении хронического бронхита после основного лечения показаны статические и динамические дыхательные упражнения в сочетании с общеукрепляющими.

4. Можно порекомендовать при данном заболевании плавание с инструктором по определённой схеме упражнений в воде.

5. Утверждены МЗ РФ три медицинские группы: подготовительная, основная и специальная группы.

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): ОПК-3, ПК-3

## **Экспертное заключение**

Представленный фонд оценочных средств (далее – ФОС) по дисциплине «Частные методики физической реабилитации» 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 кафедра- ми)