

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 (терапия) костно-мышечных функций»

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

«Физическая реабилитация»

Разработчик:

профессор

Мечетный Ю.Н.

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

Заведующий кафедрой

Мечетный Ю.Н.

Луганск 2025 г.

**Комплект оценочных материалов по дисциплине
«Физическая реабилитация (терапия) костно-мышечных
функций»**

Задания закрытого типа

Задания закрытого типа на выбор правильного ответа

1. Выберите один правильный ответ

Физическая реабилитация – это

А) любые движения тела при помощи мышечной силы, сопровождающиеся расходом энергии

Б) комплекс мероприятий, удовлетворяющий потребности человека в активном отдыхе и неформальном общении вне производственной, учебной и иной деятельности, направленный на восстановление сил после профессиональной нагрузки, доставляющий ему удовлетворение (удовольствие), а также позволяющий ему укрепить и сохранить своё здоровье

В) использование с лечебной и профилактической целью физических упражнений и природных факторов в комплексном процессе восстановления здоровья, физического состояния и трудоспособности больных и инвалидов

Г) научно-практическая, медико-педагогическая дисциплина, изучающая теоретические основы и методы использования средств физической культуры (ФК) для лечения и реабилитации больных и инвалидов, а также для профилактики различных заболеваний

Правильный ответ: В

Компетенции (индикаторы): ПК-2

2. Выберите один правильный ответ

Костно-мышечная система выполняет

А) опорную функцию

Б) двигательную функцию

В) опорно-двигательную функцию

Г) регуляторную функцию

Правильный ответ: В

Компетенции (индикаторы): ПК-3

3. Выберите один правильный ответ

Травмой называется

А) одномоментное внезапное воздействие на организм внешнего фактора, вызывающего в тканях и органах анатомические или функциональные нарушения, которые сопровождаются местной и общей реакцией

Б) полное или частичное нарушение анатомической целостности кости, сопровождающееся повреждением окружающих кость мягких тканей и

нарушением функции поврежденного сегмента

В) нарушение расположения одного позвонка относительно другого с отклонением вперед или назад относительно оси позвоночного столба

Г) закрытое механическое повреждение внутренних тканей или органов без значительного нарушения их структуры

Правильный ответ: А

Компетенции (индикаторы): ПК-3

4. Выберите один правильный ответ

Скелет состоит из

А) только из костей

Б) костей и их соединений

В) костей, мышц и сухожилий

Г) костей и хрящевой ткани

Правильный ответ: Б

Компетенции (индикаторы): ПК-3

Задания закрытого типа на установление соответствия

1. Установите правильное соответствие между видом реабилитации и ее описанием. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца

Толкование понятия	Понятие
1) Используется с целью восстановления, компенсации временно утраченных или сниженных 3 4 физических (двигательных) возможностей после заболеваний, а также спортивных и умственных перенапряжений, перетренированности, после утомления	А) Реабилитация
2) Системообразующий комплекс многоплановых и многофакторных диагностических приёмов, методов и средств профилактики, которые имеют две цели – создать наиболее эффективный барьер неблагоприятным воздействиям на организм внешней среды и восстановить резервы функций организма, обеспечивающих высокую работоспособность и увеличение творческого долголетия	Б) Медицинская реабилитация
3) Восстановление профессиональной работоспособности организма после утомления, при усталости, при выявлении факторов риска заболевания, снижении функциональных	В) Двигательная реабилитация

резервов, после производственных травм и заболеваний.

- | | |
|---|---|
| <p>4) Использование с лечебной и профилактической целью физических упражнений и природных факторов в комплексном процессе восстановления здоровья, физического состояния и трудоспособности студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Она является неотъемлемой составляющей частью медицинской реабилитации и применяется во все ее периоды и этапы.</p> <p>5) Комплекс медицинских, педагогических и социальных мероприятий, направленных на восстановление нарушенных функций организма с использованием физических упражнений, закаливания, массажа и самомассажа, аутогенной тренировки, диеты, бани, витаминов и др</p> | <p>Г) Профессиональная реабилитация</p> <p>Д) Физическая реабилитация</p> |
|---|---|

Правильный ответ

1	2	3	4	5
В	Б	Г	Д	А

Компетенции (индикаторы): ПК-2

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

- | | |
|--|---|
| <p>1) Помогает вернуть пациентам способность ходить, стоять, поднимать предметы и выполнять другие повседневные движения</p> <p>2) Некоторые методы физической реабилитации, такие как массаж, теплотерапия и электротерапия, могут помочь снизить боль и воспаление в затронутых областях</p> <p>3) Включает в себя специальные упражнения, направленные на укрепление мышц и повышение выносливости</p> <p>4) Цель физической реабилитации — помочь пациентам вернуться к нормальной активной жизни</p> <p>5) Включает упражнения и тренировки, направленные на улучшение координации и предотвращение падений</p> | <p>А) Восстановление двигательных функций</p> <p>Б) Снижение боли и воспаления</p> <p>В) Улучшение силы и выносливости</p> <p>Г) Повышение независимости и качества жизни</p> <p>Д) Восстановление равновесия и координации</p> |
|--|---|

Правильный ответ

1	2	3	4	5
А	Б	В	Г	Д

Компетенции (индикаторы): ПК-3

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

- | Описание | Вид травмы |
|---|----------------------------------|
| 1) Повреждения тканей с их частичным разрывом при сохранении анатомической непрерывности. Механизм данного вида травмы обусловлен растягиванием тканей двумя силами, действующими в противоположных направлениях, при фиксированном теле, органе или области. Обычно такое случается при падении, поднятии тяжести, беге и т.д. Наиболее частая травма опорно-двигательного аппарата, с которой приходится сталкиваться в повседневной жизни. Она проявляется болью в области сустава. Такая боль обычно долго не проходит, хотя внешних проявлений травмы нет. | А) Ушиб |
| 2) наиболее частый вид повреждений, который может встречаться как самостоятельно, так и сопутствовать другим более тяжелым травмам (вывихам, переломам, повреждениям внутренних органов). Данный вид травмы обычно является следствием падения с небольшой высоты или удара, нанесенного тупым предметом. При легких, не сопровождающихся кровоподтеками, припухлость и болезненность исчезают через 1—2 дня, при кровоподтеках они сохраняются до 6—12 дней. | Б) Растяжения или разрывы связок |
| 3) Довольно редкая травма. Для её возникновения требуется приложение чрезмерных усилий. Он чаще всего происходит в мышцах, испытывающих самые сильные нагрузки – в бицепсе руки или трицепсе голени. Сопровождается сильной болью и неподвижностью конечности. Если действующая сила превышает сопротивляемость тканей, то происходит разрыв связок, фасций, мышц, сухожилий, нервов и др. | В) Разрыв мышцы или сухожилия |
| 4) Называют нарушение целостности. Причиной может быть как воздействие внешней силы (удар или большая нагрузка), так и некоторые болезни, которые снижают прочность костей и делают их | Г) Вывих |

ломкими. Тяжесть зависит от его локализации, размера и вида.

- 5) Смещение суставных поверхностей костей в суставных сочленениях. При этом возможно повреждение суставной сумки с травмой сосудов, нервных стволов. Они возникают от чрезмерной нагрузки на суставы. Наиболее часто встречаются плечевого и локтевого суставов. Реже наблюдаются голеностопного сустава и суставов пальцев кисти. Крайне редки коленного и тазобедренного суставов.

При данном виде травмы нарушается нормальная форма сустава, движения в нем ограничиваются или становятся невозможными. Эти признаки сочетаются с симптомами, имеющими место при повреждениях связочного аппарата и сумки сустава.

Правильный ответ

1	2	3	4	5
Б	А	В	Г	Д

Компетенции (индикаторы): ПК-3

Задания закрытого типа на установление правильной последовательности

1. Расположите хронологическую последовательность методов диагностики при плоскостопии:

- А) Плантография. Метод позволяющий определить выраженность плоскостопия с помощью отпечатков. Стопы смазывают раствором метиленового синёного, затем делают отпечатки стоп на чистом листе бумаги, опираясь на стопы равномерно всем весом.
- Б) Метод подометрия по Фридланду. Метод диагностики плоскостопия, при котором определяется индекс продольного и поперечного сводов стоп.
- В) Клинический метод. Данный метод измерения состоит в построении треугольника с основанием, равным расстоянию от головки I плюсневой кости до пяточного бугра. Вершина треугольника находится на верхушке внутренней лодыжки, один катет доходит до вершины пяточного угла, другой до головки I плюсневой кости. В норме высота свода равна 55 – 60 см
- Г) Рентгенологический метод. Метод основан на построение треугольника на боковой рентгенограмме стопы соединяют

вершину пяточного бугра с головкой I плюсневой кости, а вершина треугольника приходится на нижний край ладьевидной кости, угол при вершине в норме должен равняться 120 – 130 градусам

Правильный ответ: А, Б, В, Г

Компетенции (индикаторы): ПК-3

2. Расположите особенности программы адаптивного физического воспитания по степени их важности

- А) Индивидуальный подход к обучающимся, гибкий дозированный объём нагрузок с учётом состояния здоровья и интеллектуального уровня детей
- Б) Постепенное усложнение видов деятельности. Переход от подражаний и действий по образцу к выполнению заданий по вербальной инструкции
- В) Многократное повторение изучаемого и усвоенного материала и его использование в новых заданиях, упражнениях, ситуациях
- Г) Эмоциональное подкрепление деятельности ребёнка, создание ситуации успеха при выполнении заданий
- Д) Использование специальных технических средств и методов обучения, организации пространства и других условий, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ. Например, спортивный зал должен быть оснащён необходимым оборудованием и инструментами со специальными приспособлениями

Правильный ответ: А, Б, В, Г, Д

Компетенции (индикаторы): ПК-2

3. Расположите последовательно методику проведения занятий по программам адаптивного физического воспитания

- А) Индивидуальный подбор физических упражнений. Упражнения подбираются в соответствии с показаниями и противопоказаниями при конкретных заболеваниях
- Б) Подготовительная часть. Длится от 10 до 20 минут в зависимости от задач урока. Проводится с целью плавной подготовки функциональных систем организма к выполнению физической нагрузки в основной части урока. В этой части объясняются задачи урока, определяется ЧСС. Выполняются строевые упражнения, упражнения в движении, дозированная ходьба и медленный бег с изменением темпа и направления движения, медленный бег в сочетании с ходьбой
- В) Основная часть. В ней выполняются контрольные упражнения с целью получения объективных данных о степени развития физических качеств обучающихся. ЧСС в основной части урока не должна превышать 150 уд/мин

- Г) Заключительная часть. Продолжается 5–10 минут и направлена на восстановление функций организма к исходному уровню. Проводится медленная ходьба, дыхательные упражнения, упражнения на расслабление и на внимание, определяется ЧСС, подводятся итоги урока и даются домашние задания для самостоятельного выполнения

Правильный ответ: А, Б, В, Г

Компетенции (индикаторы): ПК-2

Задание открытого типа

Задания открытого типа на дополнение

1. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

_____ мероприятия — это комплекс медицинских и социальных мер, направленных на восстановление, поддержание и повышение функциональных возможностей людей, столкнувшихся с различными заболеваниями, травмами или хирургическими вмешательствами.

Правильный ответ: реабилитационные

Компетенции (индикаторы): ПК-2

2. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Режим труда и отдыха, занимающегося в реабилитации — это комплекс мероприятий, направленных на оптимизацию _____ и отдыха в соответствии с индивидуальной программой реабилитации.

Правильный ответ: условий труда

Компетенции (индикаторы): ПК-3

3. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Оздоровительная работа с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья — это комплекс мероприятий и услуг, направленных на восстановление или формирование нарушенных либо отсутствующих функций организма и способностей к бытовой, общественной и _____

Правильный ответ: профессиональной деятельности

Компетенции (индикаторы): ПК-3

4. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Развитие навыков самоконтроля у инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья — это длительный процесс, требующий систематической работы. Необходимо регулярно проводить диагностику, корректировать программу в зависимости от результатов, учитывать

_____ каждого инвалида и обеспечивать постепенный переход от внешнего контроля к самоконтролю.

Правильный ответ: индивидуальные особенности

Компетенции (индикаторы): ПК-2

Задание открытого типа с кратким свободным ответом

1. Какие симптомы характерны для пояснично-крестцового остеохондроза?

Ответ: Для пояснично-крестцового остеохондроза характерны следующие симптомы:

Правильный ответ должен содержать следующие смысловые элементы (обязательный минимум 5): 1) боль в нижних конечностях, ягодицах; 2) расстройства чувствительности: жжение, онемение, покалывание; 3) резкое ограничение подвижности, уменьшение гибкости, затруднения при движениях в тазобедренном суставе; 4) судороги икроножных мышц; 5) нарушение функции органов малого таза.

Компетенции (индикаторы): ПК-2

2. На что направлена спортивная подготовка инвалидов?

Ответ: спортивная подготовка инвалидов направлена на:

Правильный ответ должен содержать следующие смысловые элементы (обязательный минимум 3): 1) развитие физических качеств; 2) развитие специальных качеств; 3) повышение функциональных возможностей различных органов и систем человека.

Компетенции (индикаторы): ПК-3

Задания открытого типа с развернутым ответом

1. Ситуационная задача

В отделение восстановительного лечения поступил больной Р, 15 лет, с жалобами на нарушение осанки и постоянные боли в пояснице.

1. Что необходимо сделать кинезотерапевту при первичном осмотре?

2. Что включает в себя кинезотерапевтический осмотр?

Время выполнения – 20 минут.

Ожидаемый результат:

1. Что необходимо сделать кинезотерапевту при первичном осмотре?

Собрать анамнез жизни, анамнез заболевания; произвести клинический осмотр, кинезотерапевтический осмотр, назначить необходимые консультации и лабораторные, инструментальные методы исследования.

2. Что включает в себя кинезотерапевтический осмотр?

Оценка осанки, физиологических изгибов позвоночника, исследование объема движений в шейном, нижнегрудном, поясничном отделах позвоночника;

линейные измерения длины и окружности конечностей; измерение объема движений в суставах; оценка мышечного тонуса и трофики мышц; оценка сухожильных рефлексов и выявление патологических рефлексов; оценка мышечной силы; исследование координации движения и сложных двигательных актов, таких как походка

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): ПК-3

2. Ситуационная задача

Инструктор-методист поводит индивидуальное занятие ЛФК с пациентом Ф, 45 лет, с диагнозом: посттравматическая сгибательная контрактура коленного сустава. При этом 1-ый период занятия составляет 30% от общего времени занятия, 2-ой период составляет 40%, 3-ий период составляет 30%.

1. Правильно ли, что инструктор-методист проводит индивидуальные занятия ЛФК с данным пациентом?

2. Правильно ли инструктор-методист распределяет время на периоды занятия ЛФК?

3. Как называются периоды занятия ЛФК?

4. Распределите процентное соотношение времени по периодам занятия ЛФК?

Время выполнения – 30 минут.

Ожидаемый результат:

1. Правильно ли, что инструктор-методист проводит индивидуальные занятия ЛФК с данным пациентом? (Ответ: да, правильно)

2. Правильно ли инструктор-методист распределяет время на периоды занятия ЛФК? (Ответ: нет, неправильно)

3. Как называются периоды занятия ЛФК? (Ответ: подготовительный (вводная часть), основной, заключительный)

4. Распределите процентное соотношение времени по периодам занятия ЛФК? (Ответ: подготовительный – 15%, основной – 70%, заключительный – 15%)

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): ПК-3

Экспертное заключение

Представленный фонд оценочных средств (далее – ФОС) по дисциплине «Физическая реабилитация (терапия) костно-мышечных функций» соответствует требованиям ФГОС ВО.

Предлагаемые формы и средства текущего и промежуточного контроля адекватны целям и задачам реализации основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 49.04.02 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)