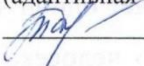



**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Ставропольский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации
кафедра физического воспитания и адаптивной физкультуры**

СОГЛАСОВАНО

Руководитель направления
подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)
 /О.Ю. Тарасова/
«28» мая 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Зав. кафедрой физического
воспитания и адаптивной физической
культуры  А.А. Марченко/
«28» мая 2025 г.

Фонд оценочных средств по дисциплине

Наименование дисциплины	Лечебная физическая культура
Направление подготовки	49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль)	Адаптивное физическое воспитание
Форма обучения	Очная/заочная
Год начала подготовки	2025

1. Перечень компетенций, формируемых дисциплиной (полностью или частично)

Коды и наименование компетенций	Наименование компетенций
ОПК-10	Способен проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний)
ПК-3	Проводит занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану физической реабилитации инвалида

2. Виды оценочных материалов и соответствие с формируемыми компетенциями

Наименование компетенций	Виды оценочных материалов	Количество заданий
ОПК-10	Задание закрытого типа на установление соответствия	5 с эталоном ответов
	Задание закрытого типа на установление последовательности	5 с эталоном ответов
	Задание открытого типа с развернутым ответом/ задача	5 с эталоном ответов
	Задания открытого типа с кратким ответом	5 с эталоном ответов
	Задание закрытого типа	30 с эталоном ответов
ПК-3	Задание закрытого типа на установление соответствия	5 с эталоном ответов
	Задание закрытого типа на установление последовательности	5 с эталоном ответов
	Задание открытого типа с развернутым ответом/ задача	5 с эталоном ответов
	Задания открытого типа с кратким ответом	5 с эталоном ответов
	Задание закрытого типа	30 с эталоном ответов
Всего		100 заданий

3. Банк заданий по оценке уровня формирования компетенций

№ п/п	Наименование компетенций	Задание	Верный вариант																				
1.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</p> <p>1. Установите соответствие между видами упражнений и воздействием на организм</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Вид упражнений</th> <th colspan="2">Воздействием на организм</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Ходьба</td> <td>1</td> <td>Улучшение сердечно-сосудистой системы</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Велосипед</td> <td>2</td> <td>Развитие выносливости и укрепление мышц нижних конечностей</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Плавание</td> <td>3</td> <td>Общее укрепление организма и снятие напряжения</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Гимнастика</td> <td>4</td> <td>Улучшение координации и гибкости</td> </tr> </tbody> </table>	Вид упражнений		Воздействием на организм		А	Ходьба	1	Улучшение сердечно-сосудистой системы	Б	Велосипед	2	Развитие выносливости и укрепление мышц нижних конечностей	В	Плавание	3	Общее укрепление организма и снятие напряжения	Г	Гимнастика	4	Улучшение координации и гибкости	<p>А 1 Б 2 В 3 Г 4</p>
Вид упражнений		Воздействием на организм																					
А	Ходьба	1	Улучшение сердечно-сосудистой системы																				
Б	Велосипед	2	Развитие выносливости и укрепление мышц нижних конечностей																				
В	Плавание	3	Общее укрепление организма и снятие напряжения																				
Г	Гимнастика	4	Улучшение координации и гибкости																				
2.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</p> <p>2. Установите соответствие между типами дыхания и их терапевтическим эффектом</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Тип дыхания</th> <th colspan="2">Терапевтический эффект</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Диафрагмальное дыхание</td> <td>1</td> <td>Улучшение вентиляции легких и уменьшение стресса</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Брюшное дыхание</td> <td>2</td> <td>Увеличение объема легких и улучшение газообмена</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Грудное дыхание</td> <td>3</td> <td>Поддержка сердечной деятельности и увеличение жизненной емкости легких</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Смешанное дыхание</td> <td>4</td> <td>Комплексное улучшение респираторной функции и общее оздоровление</td> </tr> </tbody> </table>	Тип дыхания		Терапевтический эффект		А	Диафрагмальное дыхание	1	Улучшение вентиляции легких и уменьшение стресса	Б	Брюшное дыхание	2	Увеличение объема легких и улучшение газообмена	В	Грудное дыхание	3	Поддержка сердечной деятельности и увеличение жизненной емкости легких	Г	Смешанное дыхание	4	Комплексное улучшение респираторной функции и общее оздоровление	<p>А 1 Б 2 В 3 Г 4</p>
Тип дыхания		Терапевтический эффект																					
А	Диафрагмальное дыхание	1	Улучшение вентиляции легких и уменьшение стресса																				
Б	Брюшное дыхание	2	Увеличение объема легких и улучшение газообмена																				
В	Грудное дыхание	3	Поддержка сердечной деятельности и увеличение жизненной емкости легких																				
Г	Смешанное дыхание	4	Комплексное улучшение респираторной функции и общее оздоровление																				
3.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</p> <p>3. Установите соответствие между методиками ЛФК и целями</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Методика ЛФК</th> <th colspan="2">Цель</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Лечебная гимнастика</td> <td>1</td> <td>Развитие и поддержание двигательных функций</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Гидрокинезотерапия</td> <td>2</td> <td>Облегчение нагрузок на позвоночник и суставы</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Механотерапия</td> <td>3</td> <td>Повышение мобильности конечностей и позвоночника</td> </tr> </tbody> </table>	Методика ЛФК		Цель		А	Лечебная гимнастика	1	Развитие и поддержание двигательных функций	Б	Гидрокинезотерапия	2	Облегчение нагрузок на позвоночник и суставы	В	Механотерапия	3	Повышение мобильности конечностей и позвоночника	<p>А 1 Б 2 В 3 Г 4</p>				
Методика ЛФК		Цель																					
А	Лечебная гимнастика	1	Развитие и поддержание двигательных функций																				
Б	Гидрокинезотерапия	2	Облегчение нагрузок на позвоночник и суставы																				
В	Механотерапия	3	Повышение мобильности конечностей и позвоночника																				

		Г	Мануальная терапия	4	Нормализация мышечного тонуса и коррекция осанки																					
4.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</p> <p>4. Установите соответствие между основными задачами ЛФК и органами и системами</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Органы и системы</th> <th colspan="2">Основные задачи ЛФК</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Сердечно-сосудистая система</td> <td>1</td> <td>Стимуляция перистальтики кишечника, устранение нарушений пищеварения</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Опорно-двигательный аппарат</td> <td>2</td> <td>Улучшение координации движений, стабилизация нервных процессов</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Нервная система</td> <td>3</td> <td>Поддержание суставной подвижности, профилактика атрофии мышц</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Система пищеварения</td> <td>4</td> <td>Укрепление сердечной мышцы, снижение риска сосудистых патологий</td> </tr> </tbody> </table>				Органы и системы		Основные задачи ЛФК		А	Сердечно-сосудистая система	1	Стимуляция перистальтики кишечника, устранение нарушений пищеварения	Б	Опорно-двигательный аппарат	2	Улучшение координации движений, стабилизация нервных процессов	В	Нервная система	3	Поддержание суставной подвижности, профилактика атрофии мышц	Г	Система пищеварения	4	Укрепление сердечной мышцы, снижение риска сосудистых патологий	<p>А 4 Б 3 В 2 Г 1</p>
Органы и системы		Основные задачи ЛФК																								
А	Сердечно-сосудистая система	1	Стимуляция перистальтики кишечника, устранение нарушений пищеварения																							
Б	Опорно-двигательный аппарат	2	Улучшение координации движений, стабилизация нервных процессов																							
В	Нервная система	3	Поддержание суставной подвижности, профилактика атрофии мышц																							
Г	Система пищеварения	4	Укрепление сердечной мышцы, снижение риска сосудистых патологий																							
5.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</p> <p>5. Установите соответствие между формой занятий и характеристикой</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Форма занятий</th> <th colspan="2">Характеристика</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Индивидуальные занятия</td> <td>1</td> <td>Направлены на конкретного пациента с учетом особенностей патологии</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Групповые занятия</td> <td>2</td> <td>Выполняются пациентом самостоятельно дома по рекомендациям специалиста</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Самостоятельные занятия</td> <td>3</td> <td>Применяются для пациентов с похожими диагнозами и уровнями подготовки</td> </tr> </tbody> </table>				Форма занятий		Характеристика		А	Индивидуальные занятия	1	Направлены на конкретного пациента с учетом особенностей патологии	Б	Групповые занятия	2	Выполняются пациентом самостоятельно дома по рекомендациям специалиста	В	Самостоятельные занятия	3	Применяются для пациентов с похожими диагнозами и уровнями подготовки	<p>А 1 Б 3 В 2</p>				
Форма занятий		Характеристика																								
А	Индивидуальные занятия	1	Направлены на конкретного пациента с учетом особенностей патологии																							
Б	Групповые занятия	2	Выполняются пациентом самостоятельно дома по рекомендациям специалиста																							
В	Самостоятельные занятия	3	Применяются для пациентов с похожими диагнозами и уровнями подготовки																							
6.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и установите последовательность</p> <p>1. Расположите правильно последовательность применения физических нагрузок в комплексе ЛФК:</p> <p>1. Умеренная нагрузка (ходьба, легкие упражнения)</p>				<p>3,1,4,2</p>																				

		2. Высоконагружающие тренировки (силовые упражнения, кардио-тренировки) 3. Легкая разминка (дыхательные упражнения, растяжка) 4. Постепенный переход к средней интенсивности (упражнения для крупных мышц)	
7.	ОПК-10	Прочитайте текст и установите последовательность 2. Выберите правильный порядок проведения реабилитационных мероприятий ЛФК: 1. Первичное обследование и постановка диагноза 2. Индивидуальное составление плана занятий 3. Регулярное выполнение назначенного комплекса упражнений 4. Контроль эффективности и коррекция методики	1,2,3,4
8.	ОПК-10	Прочитайте текст и установите последовательность 3. Расположите в правильной последовательности этапы разработки индивидуального комплекса ЛФК для пациентов с нарушениями опорно-двигательной системы: 1. Определение показаний и противопоказаний к проведению ЛФК. 2. Составление графика регулярных занятий. 3. Диагностика уровня физической подготовленности пациента. 4. Выбор оптимальных форм и видов физических упражнений. 5. Разработка рекомендаций по изменению образа жизни пациента. 6. Обучение технике правильного дыхания и релаксации.	1,3,4,2,6,5
9.	ОПК-10	Прочитайте текст и установите последовательность 4. Расположите в правильной последовательности компоненты занятия ЛФК для сердечно-сосудистой системы: 1. Релаксация и отдых. 2. Дыхательная гимнастика. 3. Упражнения на координацию и равновесие. 4. Интенсивные аэробные упражнения. 5. Растяжка и подготовка суставов. 6. Ознакомление с правилами поведения на занятиях.	6,5,2,3,4,1
10.	ОПК-10	Прочитайте текст и установите последовательность 5. Установите последовательность этапы проведения урока ЛФК: 1. Краткий инструктаж по выполнению упражнений. 2. Выполнение основной части занятия. 3. Общая оценка результата занятия врачом-реабилитологом. 4. Разминка и подготовка организма к основному занятию. 5. Завершение занятия, заминка и расслабляющие процедуры.	4,1,2,5,3
11.	ОПК-10	Продолжите предложение 1. Специалисты по лечебной физкультуре проводят занятия, направленные на _____	устранение дефектов двигательной активности, восстановление нормальной работы органов и систем организма, а также профилактику осложнений и ухудшение состояния здоровья

12.	ОПК-10	Продолжите предложение 2. Физическое воздействие применяется специалистом с целью предотвращения возможных осложнений основного дефекта организма путем целенаправленного подбора _____	специальных комплексов физических упражнений и методик лечебной физкультуры
13.	ОПК-10	Продолжите предложение 3. Основная цель специалиста по лечебной физкультуре заключается в проведении комплекса мероприятий, направленных на _____	укрепление организма пациента, восстановление утраченных функций и предупреждение прогрессирования хронических заболеваний
14.	ОПК-10	Продолжите предложение 4. Одним из главных преимуществ лечебной физкультуры является то, что _____	она доступна практически любому человеку независимо от возраста и состояния здоровья, и способна принести значительную пользу даже при минимальном уровне физической подготовки
15.	ОПК-10	Продолжите предложение 5. Основой лечебной физкультуры является _____	правильно подобранные физические упражнения, которые направлены на восстановление функций организма, профилактику заболеваний и повышение общего уровня здоровья
16.	ОПК-10	Прочитайте текст и дополните развернутым ответом 1. Лечебная физкультура представляет собой специализированную медицинскую практику, основанную на применении _____	физических упражнений, адаптированных под нужды конкретного пациента, и вспомогательных процедур, таких как массаж и физиотерапия, направленных на предотвращение осложнений и улучшение самочувствия занимающегося
17.	ОПК-10	Прочитайте текст и дополните развернутым ответом 2. При составлении плана лечебных мероприятий врач учитывает необходимость индивидуального подхода, выбора оптимального режима занятий и контроля над динамикой изменений в состоянии пациента, стремясь достичь максимального эффекта в предупреждении рецидивов и _____	обеспечить поддержание высокого уровня физической активности и качество жизни пациента
18.	ОПК-10	Прочитайте текст и дополните развернутым ответом 3. Специалист по лечебной физической культуре способен проводить комплексы физических упражнений, подбирать специальные программы и организовывать занятия _____	предупреждения возможного возникновения и прогрессирования заболеваний, обусловленных _____

		физическими методами воздействия на организм человека с целью _____	основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья
19.	ОПК-10	Прочитайте текст и дополните развернутым ответом 4. Комплекс лечебной физкультуры включает широкий спектр методик, среди которых важное значение имеют силовые упражнения, растяжки, плавание и другие формы деятельности, направленные на _____	улучшение мышечного тонуса, повышение выносливости, нормализацию работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем
20.	ОПК-10	Прочитайте текст и дополните развернутым ответом 5. Подбор специальных комплексов физических упражнений осуществляется специалистом индивидуально, исходя из типа нарушения, стадии болезни и общего состояния пациента, обеспечивая эффективное применение физических средств воздействия для _____	поддержания и восстановления функциональных возможностей организма, повышения уровня адаптации к физическим нагрузкам и улучшению качества жизни
21.	ОПК-10	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 1. Основной целью лечебной физкультуры является: 1. Формирование эстетичного телосложения. 2. Увеличение массы тела. 3. Восстановление функций организма и профилактика заболеваний	3
22.	ОПК-10	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 2. Специалисты по лечебной физкультуре назначают физические упражнения, учитывая: 1. Только пожелания пациента. 2. Исключительно возраст пациента. 3. Индивидуальные потребности и диагноз пациента.	3
23.	ОПК-10	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 3. Какой метод наиболее способствует развитию социальных навыков у учащихся с отклонениями? 1. Случайному выбору упражнений. 2. Использованию тяжёлых спортивных тренажёров. 3. Научно обоснованному подбору упражнений и контролю за нагрузкой.	3
24.	ОПК-10	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 4. Один из принципов лечебной физкультуры гласит: 1. Каждое упражнение выполняется быстро и энергично. 2. Пациент должен заниматься только под наблюдением тренера. 3. Упражнения назначаются индивидуально, с учётом диагноза и состояния пациента.	3
25.	ОПК-10	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 5. Основное назначение лечебной физкультуры: 1. Эстетическое совершенствование фигуры. 2. Улучшение спортивного мастерства. 3. Восстановление функций организма и профилактика заболеваний	3
26.	ОПК-10	Прочитайте текст и выберите правильный ответ	3

		<p>6. Какой фактор влияет на выбор упражнений в лечебной физкультуре?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Возраст и профессия пациента. 2. Популярность вида активности 3. Характер заболевания и состояние здоровья пациента 	
27.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>7. Какой метод лечебной физкультуры чаще всего применяется для профилактики респираторных заболеваний?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Танцевальная терапия. 2. Бег на длинные дистанции. 3. Дыхательная гимнастика и специальные упражнения для грудных мышц 	3
28.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>8. Какой вид физической активности способствует укреплению сердечной мышцы и улучшению кровообращения?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поднятие тяжестей 2. Аэробные упражнения 3. Статические позы йоги 	2
29.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>9. Что представляет собой стретчинг?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Методику дыхательной гимнастики 2. Комплекс упражнений на растяжение мышц 3. Вид силовой подготовки 	2
30.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>10. Для профилактики какого заболевания применяется методика дыхательных упражнений по Стрельниковой?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Заболевания сердечно-сосудистой системы 2. Болезнь Паркинсона 3. Хронические болезни органов дыхания 	3
31.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>11. Какова цель лечебной физкультуры при нарушениях осанки?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Исправление дефектов осанки и укрепление мышц спины 2. Развитие скорости реакции 3. Улучшение силовых показателей 	1
32.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>12. Что означает термин «функциональная нагрузка» в рамках лечебной физкультуры?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Уровень максимальной допустимой нагрузки на органы и системы организма 2. Время отдыха между физическими упражнениями 3. Частота сердечных сокращений 	1
33.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>13. Какое влияние оказывает лечебная физкультура на кровообращение?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Нормализует артериальное давление и улучшает кровоснабжение тканей 2. Замедляет кровоток 3. Способствует развитию тромбоза вен нижних конечностей 	1
34.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>14. Какие упражнения используются для улучшения гибкости и эластичности связочного аппарата?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Силовые упражнения 2. Растягивающие упражнения 	2

		3. Кардионагрузки	
35.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>15. Какова главная задача этапа реабилитации в лечебной физкультуре?</p> <p>1. Полное выздоровление без дальнейшего наблюдения специалиста. 2. Возвращение пациента к нормальной жизни и трудовой деятельности. 3. Постоянное пребывание пациента в медицинском учреждении.</p>	2
36.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>16. Почему важно регулярно проверять частоту пульса при занятиях лечебной физкультурой?</p> <p>1. Это помогает повысить интенсивность тренировок 2. Контроль пульса обеспечивает безопасность и эффективность занятий 3. Необходимо увеличить длительность тренировок</p>	2
37.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>17. На какой главной функции живого организма основан эффект лечебной физкультуры?</p> <p>1. движения 2. роста 3. развития</p>	1
38.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>18. К средствам лечебной физкультуры относят:</p> <p>1. макробактериальная диета, комплекс кардио 2. баночный и спортивный массаж 3. физические упражнения, двигательный режим, лечебный массаж</p>	3
39.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>19. Какое из упражнений лечебной физкультуры выполняется мысленно?</p> <p>1. спортивно-прикладное 2. идеомоторное 3. гимнастическое</p>	2
40.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>20. Терренкур (дозированное восхождение) – это...</p> <p>1. лечение постепенным подъемом и спуском дозированной ходьбой на специальных маршрутах 2. самостоятельные занятия, выполняемые теми, кто сознательно относится к качественному исполнению упражнений 3. одновременное включение в работу большого количества мышечных групп в быстром темпе</p>	1
41.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>21. Дополнительные средства, применяемые в ЛФК:</p> <p>1. трудотерапия и механотерапия 2. ароматерапия и акватерапия 3. аутогемотерапия и библиотерапия</p>	1
42.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>22. Три основных варианта дозировки нагрузок:</p> <p>1. тренирующие, тонизирующие, лечебные 2. постоянные, временные, статические 3. динамические, сосредоточенные, лечебные</p>	1

43.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>23. Пассивными называют упражнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. выполняемые с незначительным усилием 2. с помощью инструктора 3. мысленные или усилием воли 	2
44.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>24. Что учитывается по принципу индивидуального подхода к больному?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. возраст, пол, общее состояние больного, уровень тренированности 2. только особенности личности больного и реакция на нагрузку 3. психологическое состояние пациента 	1
45.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>25. Выбор исходных положений в ЛФК зависит от:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. режима дня 2. двигательного режима 3. продолжительности упражнения и нагрузки 	2
46.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>26. Лечебная физкультура разделяет два вида тренировок:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. общая и специальная 2. ступенчатая и объемная 3. групповая и индивидуальная 	2
47.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>27. Противопоказанием к занятиям лечебной физкультурой является:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. высокое артериальное давление 2. избыточный вес 3. беременность 	1
48.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>28. Какой вид активности рекомендован пациентам с заболеваниями суставов?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. длительные силовые тренировки 2. плавание и специальные упражнения в воде 3. быстрые кардионагрузки на велотренажере 	2
49.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>29. Задачей вводного этапа лечебной физкультуры является:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. максимальная нагрузка сразу после начала занятия 2. постепенное привыкание организма к физическим нагрузкам 3. быстрое достижение высоких показателей ловкости и выносливости 	2
50.	ОПК-10	<p>Прочитайте текст и выберите несколько правильных ответов</p> <p>30. Физические упражнения при заболеваниях опорно-двигательного аппарата направлены преимущественно на:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. повышение иммунитета 2. развитие гибкости и укрепление мышечного корсета 3. развитие быстроты реакции 	2

51.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</p> <p>1. Установите соответствие между методами адаптивной физической культуры и их характеристиками</p> <table border="1" data-bbox="523 331 1198 712"> <thead> <tr> <th colspan="2">Метод</th> <th colspan="2">Характеристики метода</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Компенсирующий</td> <td>1</td> <td>Полное или частичное восстановление утраченных функций</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Коррекционный</td> <td>2</td> <td>Улучшение общего состояния здоровья и предупреждение болезней</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Оздоровительный</td> <td>3</td> <td>Исправление существующих недостатков двигательной сферы</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Реабилитационный</td> <td>4</td> <td>Восполнение утрат двигательных функций</td> </tr> </tbody> </table>	Метод		Характеристики метода		А	Компенсирующий	1	Полное или частичное восстановление утраченных функций	Б	Коррекционный	2	Улучшение общего состояния здоровья и предупреждение болезней	В	Оздоровительный	3	Исправление существующих недостатков двигательной сферы	Г	Реабилитационный	4	Восполнение утрат двигательных функций	<p>А 4 Б 3 В 2 Г 1</p>
Метод		Характеристики метода																					
А	Компенсирующий	1	Полное или частичное восстановление утраченных функций																				
Б	Коррекционный	2	Улучшение общего состояния здоровья и предупреждение болезней																				
В	Оздоровительный	3	Исправление существующих недостатков двигательной сферы																				
Г	Реабилитационный	4	Восполнение утрат двигательных функций																				
52.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</p> <p>2. Установите соответствие между группами упражнений и их воздействием на организм</p> <table border="1" data-bbox="523 920 1198 1263"> <thead> <tr> <th colspan="2">Группа упражнений</th> <th colspan="2">Воздействие на организм</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Общего воздействия</td> <td>1</td> <td>Общая стимуляция функционирования организма</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Частичного воздействия</td> <td>2</td> <td>Воздействуют преимущественно на определённые части тела</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Специального назначения</td> <td>3</td> <td>Решают конкретные проблемы со здоровьем</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Закрепляющие</td> <td>4</td> <td>Способствуют укреплению полученного эффекта</td> </tr> </tbody> </table>	Группа упражнений		Воздействие на организм		А	Общего воздействия	1	Общая стимуляция функционирования организма	Б	Частичного воздействия	2	Воздействуют преимущественно на определённые части тела	В	Специального назначения	3	Решают конкретные проблемы со здоровьем	Г	Закрепляющие	4	Способствуют укреплению полученного эффекта	<p>А 1 Б 2 В 3 Г 4</p>
Группа упражнений		Воздействие на организм																					
А	Общего воздействия	1	Общая стимуляция функционирования организма																				
Б	Частичного воздействия	2	Воздействуют преимущественно на определённые части тела																				
В	Специального назначения	3	Решают конкретные проблемы со здоровьем																				
Г	Закрепляющие	4	Способствуют укреплению полученного эффекта																				
53.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</p> <p>3. Установите соответствие между формами занятий и характеристикой</p> <table border="1" data-bbox="523 1541 1198 2002"> <thead> <tr> <th colspan="2">Форма занятий</th> <th colspan="2">Характеристика</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Коррекционные занятия</td> <td>1</td> <td>Используется для нормализации состояния и предотвращения негативных последствий гиподинамии</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Прогулка и туризм</td> <td>2</td> <td>Включает активные двигательные действия и направленные комплексы упражнений</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Утренняя гимнастика</td> <td>3</td> <td>Формирует основы правильной двигательной активности в быту и работе</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Производственная гимнастика</td> <td>4</td> <td>Организуется как дополнение к профессиональному рабочему процессу</td> </tr> </tbody> </table>	Форма занятий		Характеристика		А	Коррекционные занятия	1	Используется для нормализации состояния и предотвращения негативных последствий гиподинамии	Б	Прогулка и туризм	2	Включает активные двигательные действия и направленные комплексы упражнений	В	Утренняя гимнастика	3	Формирует основы правильной двигательной активности в быту и работе	Г	Производственная гимнастика	4	Организуется как дополнение к профессиональному рабочему процессу	<p>А 2 Б 1 В 3 Г 4</p>
Форма занятий		Характеристика																					
А	Коррекционные занятия	1	Используется для нормализации состояния и предотвращения негативных последствий гиподинамии																				
Б	Прогулка и туризм	2	Включает активные двигательные действия и направленные комплексы упражнений																				
В	Утренняя гимнастика	3	Формирует основы правильной двигательной активности в быту и работе																				
Г	Производственная гимнастика	4	Организуется как дополнение к профессиональному рабочему процессу																				

54.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</p> <p>4. Установите соответствие между принципами адаптивной физической культуры и их описаниями:</p> <table border="1" data-bbox="523 333 1198 831"> <thead> <tr> <th colspan="2">Принцип адаптивной физической культуры</th> <th colspan="2">Описание</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Принцип гуманистической направленности</td> <td>1</td> <td>Признание ценности каждого человека независимо от ограничений</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Принцип доступности</td> <td>2</td> <td>Учитываются индивидуальные возможности занимающихся</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Принцип компенсаторной направленности</td> <td>3</td> <td>Используются сохранные функции для замещения утраченных</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Принцип систематичности</td> <td>4</td> <td>Последовательное и постоянное освоение материала</td> </tr> </tbody> </table>	Принцип адаптивной физической культуры		Описание		А	Принцип гуманистической направленности	1	Признание ценности каждого человека независимо от ограничений	Б	Принцип доступности	2	Учитываются индивидуальные возможности занимающихся	В	Принцип компенсаторной направленности	3	Используются сохранные функции для замещения утраченных	Г	Принцип систематичности	4	Последовательное и постоянное освоение материала	<p>А 1 Б 2 В 3 Г 4</p>
Принцип адаптивной физической культуры		Описание																					
А	Принцип гуманистической направленности	1	Признание ценности каждого человека независимо от ограничений																				
Б	Принцип доступности	2	Учитываются индивидуальные возможности занимающихся																				
В	Принцип компенсаторной направленности	3	Используются сохранные функции для замещения утраченных																				
Г	Принцип систематичности	4	Последовательное и постоянное освоение материала																				
55.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</p> <p>5. Установите соответствие между занятий адаптивной физической культурой и их особенностями:</p> <table border="1" data-bbox="523 1055 1198 1765"> <thead> <tr> <th colspan="2">Метод занятий</th> <th colspan="2">Особенности метода</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Индивидуальный метод</td> <td>1</td> <td>Применение специального оборудования для обучения правильным движениям и контроля действий занимающихся</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Групповой метод</td> <td>2</td> <td>Подбор упражнений осуществляется персонально, учитывая ограничения и состояние здоровья каждого клиента</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Вариативность техник упражнений</td> <td>3</td> <td>Изменяется темп, ритм, скорость, направление и амплитуда движений для адаптации упражнений к особенностям клиентов</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Использование тренажёров и контроля действий занимающихся</td> <td>4</td> <td>Объединяет инвалидов в небольшие группы для совместного выполнения упражнений</td> </tr> </tbody> </table>	Метод занятий		Особенности метода		А	Индивидуальный метод	1	Применение специального оборудования для обучения правильным движениям и контроля действий занимающихся	Б	Групповой метод	2	Подбор упражнений осуществляется персонально, учитывая ограничения и состояние здоровья каждого клиента	В	Вариативность техник упражнений	3	Изменяется темп, ритм, скорость, направление и амплитуда движений для адаптации упражнений к особенностям клиентов	Г	Использование тренажёров и контроля действий занимающихся	4	Объединяет инвалидов в небольшие группы для совместного выполнения упражнений	<p>А 2 Б 4 В 3 Г 1</p>
Метод занятий		Особенности метода																					
А	Индивидуальный метод	1	Применение специального оборудования для обучения правильным движениям и контроля действий занимающихся																				
Б	Групповой метод	2	Подбор упражнений осуществляется персонально, учитывая ограничения и состояние здоровья каждого клиента																				
В	Вариативность техник упражнений	3	Изменяется темп, ритм, скорость, направление и амплитуда движений для адаптации упражнений к особенностям клиентов																				
Г	Использование тренажёров и контроля действий занимающихся	4	Объединяет инвалидов в небольшие группы для совместного выполнения упражнений																				
56.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и установите последовательность</p> <p>1. Последовательность шагов при разработке плана физической реабилитации:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Анализ медицинских документов и выявление противопоказаний 2. Определение целей и задач реабилитации 3. Составление индивидуального плана реабилитации 4. Мониторинг и коррекция программы в ходе занятий 	<p>1,2,3,4</p>																				

57.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и установите последовательность</p> <p>2. Установите последовательность проведения игрового занятия по адаптивной физической культуре:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Выбор подходящего для группы игрового упражнения 2. Постановка игровой задачи и разъяснение правил игры 3. Начало игры и наблюдение за реакцией участников 4. Завершение игры и обсуждение результатов с участниками 	1,2,3,4
58.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и установите последовательность</p> <p>3. Установите последовательность компонентов занятия лечебной гимнастикой:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Элементарные гимнастические и дыхательные упражнения на расслабление мышечных групп 2. Специальные и общеразвивающие упражнения, позитивно влияющие на пострадавший орган и организм в целом 3. Элементарные гимнастические и дыхательные упражнения, подготавливающие к повышенной физической нагрузке 	1,2,3
59.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и установите последовательность</p> <p>4. Установите последовательность выполнения дыхательных упражнений в рамках занятия лечебной физкультурой:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Глубокий вдох через нос, задержка дыхания на 3 секунды 2. Медленный полный выдох через рот 3. Повтор цикла 5–6 раз 4. Начните с короткого неглубокого вдоха и выдоха 	4,1,2,3
60.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и установите последовательность</p> <p>5. Установите последовательность этапов занятия лечебной физкультурой при заболеваниях сердечно-сосудистой системы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Период покоя и расслабления (дыхательные упражнения) 2. Постепенное наращивание нагрузки (ходьба, махи руками) 3. Потягивания и лёгкий разогрев мышц 4. Завершение занятия (дыхательные упражнения и растяжка) 	3,2,1,4
61.	ПК-3	<p>Продолжите предложение</p> <p>1. В структуре занятия лечебной физкультурой выделяют три части: вводную, основную и _____</p>	заключительную
62.	ПК-3	<p>Продолжите предложение</p> <p>2. Выбор комплекса упражнений лечебной физкультуры зависит от _____</p>	характера заболевания, общего состояния пациента и поставленных целей реабилитации
63.	ПК-3	<p>Продолжите предложение</p> <p>3. Принципами лечебной физкультуры являются _____</p>	систематичность, регулярность, длительность, дозирование нагрузок и индивидуализация.
64.	ПК-3	<p>Продолжите предложение</p> <p>4. Особенностью лечебной физкультуры является _____</p>	активное участие самого пациента в процессе своего лечения путём выполнения назначенных врачом

			физических упражнений
65.	ПК-3	<p>Продолжите предложение</p> <p>5. Основная задача лечебной физкультуры при заболеваниях опорно-двигательного аппарата – это _____</p>	восстановление подвижности суставов, укрепление мышц и уменьшение болевого синдрома
66.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</p> <p>1. Во время занятий по адаптивной физической культуре особое внимание уделяется _____</p>	постепенному увеличению физической нагрузки, четкому соблюдению инструкции по выполнению упражнений, постоянному мониторингу состояния здоровья и переносимости нагрузок, выбору безопасного и комфортного оснащения и оборудования, а также созданию позитивной эмоциональной обстановки, способствующей лучшему восстановлению и прогрессу.
67.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</p> <p>2. Преимущества лечебной физкультуры перед традиционными методами лечения заключаются в _____</p>	в её доступности, отсутствии побочных эффектов и минимальных финансовых затратах. Физические упражнения помогают мобилизовать собственные ресурсы организма, улучшить общее самочувствие и предотвратить прогрессирование заболеваний. ЛФК способна дополнить медикаментозное лечение, ускорить выздоровление и уменьшить зависимость от лекарств.
68.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</p> <p>3. При проведении занятий по ЛФК важно учитывать _____</p>	противопоказания, уровень физической подготовки пациента, наличие сопутствующих заболеваний и общее состояние здоровья

69.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</p> <p>4. Эффективность занятий по ЛФК во многом зависит от ____</p>	правильно подобранного комплекса упражнений, регулярности занятий, соблюдения техники выполнения и мотивации занимающегося.
70.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</p> <p>5. Результатом успешно проведенных занятий по адаптивной физической культуре становится _____</p>	Результатом успешно проведенных занятий по адаптивной физической культуре становится существенное улучшение двигательных навыков и физической подготовки инвалида, повышение его уверенности в себе, улучшение социальной адаптации и качества жизни, снижение зависимости от посторонней помощи, а также возможность успешного возвращения к активным социальным ролям и повседневным обязанностям
71.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>1. Жизненная емкость легких определяется с помощью</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. динамометра 2. манометра 3. Спирометра. 	3
72.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>2. Дыхательные упражнения при наличии участков скопления экссудата</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. с удлинённым вдохом 2. увеличивающие подвижность диафрагмы 3. форсированные дыхательные. 	2
73.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>3. Какие виды упражнений применяются преимущественно для укрепления мышц рук и плечевого пояса?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дыхательные упражнения 2. Упражнения с гантелями и эспандером 3. Статические позы йоги 	2
74.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>4. Какой принцип лежит в основе назначения индивидуальных комплексов лечебной гимнастики?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Принцип индивидуализации (учёт возраста, пола, особенностей заболевания). 2. Принцип непрерывности занятий. 3. Принцип комплексности подходов. 	1
75.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p>	2

		<p>5. Что является основной целью реабилитационных мероприятий в рамках ЛФК?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Полностью восстановить работоспособность организма 2. Улучшить качество жизни пациента путем восстановления функций организма 3. Обеспечить профилактику заболеваний 	
76.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>6. При каком виде перелома рекомендуется использовать активное движение в смежных суставах?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Закрытый перелом шейки бедра. 2. Открытый перелом бедренной кости. 3. Перелом лучевой кости без смещения. 	3
77.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>7. Для профилактики гиподинамии рекомендуется...</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. пассивное лежачее положение длительное время 2. регулярная дозированная активность, соответствующая состоянию здоровья 3. исключение любой физической активности 	2
78.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>8. При каком заболевании рекомендуется применение дыхательных упражнений в первую очередь?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Заболевания опорно-двигательного аппарата 2. Болезни органов дыхания 3. Сердечно-сосудистые заболевания 	2
79.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>9. Почему занятия ЛФК противопоказаны при острых инфекционных заболеваниях?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Риск развития осложнений и ухудшения самочувствия 2. Возможность переутомления организма 3. Отсутствие эффективности тренировок 	1
80.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>10. Чем отличается активный метод лечебной физкультуры от пассивного?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Активный метод предполагает использование тренажеров, пассивный – выполнение упражнений руками врача. 2. Активный метод включает дыхательную гимнастику, пассивный – силовую тренировку. 3. Активный метод подразумевает самостоятельное выполнение пациентом упражнений, пассивный - помощь инструктора или тренера. 	3
81.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>11. Какое упражнение противопоказано пациентам с травмами позвоночника?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Подъем тяжестей 2. Ходьба на месте 3. Тренировка плеч 	1
82.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>12. Основная цель занятий лечебной физкультурой при заболеваниях желудочно-кишечного тракта заключается в:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Увеличении массы тела 2. Уменьшении симптомов диспепсии и улучшении моторики кишечника 3. Улучшении остроты зрения 	2
83.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>13. Что относится к специальным видам дыхания, используемым в ЛФК?</p>	2

		<p>1. Грудное дыхание. 2. Диафрагмальное дыхание. 3. Полное дыхание.</p>	
84.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>14. Какой вид ЛФК назначается пациентам с заболеваниями сердечно-сосудистой системы? 1. Силовая тренировка. 2. Изометрическая гимнастика. 3. Кардиореабилитационная программа.</p>	3
85.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>15. Какой фактор влияет на выбор методики ЛФК при восстановлении после инсульта? 1. Возраст пациента. 2. Степень поражения нервной системы. 3. Образовательный уровень пациента.</p>	2
86.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>16. Какие противопоказания существуют для начала занятий лечебной физкультурой после острого инфаркта миокарда? 1. Нормализация температуры тела и общее хорошее самочувствие пациента. 2. Острое состояние ишемии миокарда с нарушением ритма сердца. 3. Активизация эмоционального фона пациента.</p>	2
87.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>17. Какой основной целью являются специальные комплексы лечебной физкультуры при нарушении осанки? 1. Повышение общей выносливости организма. 2. Формирование правильного положения позвоночника и укрепление глубоких мышц спины. 3. Улучшение гибкости суставов верхних конечностей.</p>	2
88.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>18. Какой принцип важен при назначении лечебной физкультуры пациенту с артериальной гипертензией? 1. Постепенное увеличение нагрузки с контролем реакции организма. 2. Максимальная интенсивность сразу после диагностирования гипертонии. 3. Постоянство высокоинтенсивных кардионагрузок.</p>	1
89.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>19. Какие типы упражнений особенно полезны при коррекции плоскостопия? 1. Длительные пробежки на жестких поверхностях. 2. Упражнения на координацию и силу стоп, включая подъем пальцев и перекаты с пятки на носок. 3. Преимущественно статические длительные удержания позиций без движения.</p>	2
90.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>20. Какая методика применяется для оценки состояния опорно-двигательного аппарата у лиц с его нарушениями? 1. Анализ кардиограммы 2. Оценка пульса и артериального давления 3. Специальные упражнения и двигательные тесты</p>	3
91.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>21. Как называется нарушение походки, возникающее вследствие поражений нервной системы и приводящее к изменению нормальной биомеханики движения?</p>	3

		1. Парез 2. Паралич 3. Атаксия	
92.	ПК-3	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 22. Какие принципы учитываются при разработке программы лечебной физкультуры для лиц с болезнями опорно-двигательного аппарата? 1. Максимально высокая интенсивность упражнений 2. Отсутствие контроля специалиста 3. Индивидуальный подход, учет противопоказаний и постепенное увеличение нагрузки	3
93.	ПК-3	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 23. Какова длительность курсов лечебной физкультуры для устранения последствий повреждений опорно-двигательного аппарата? 1. 1-7 дней 2. Несколько месяцев 3. От нескольких недель до полугода, в зависимости от тяжести заболевания	3
94.	ПК-3	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 24. Какой вид физических упражнений рекомендован пациентам с поражением верхних конечностей? 1. Быстрая ходьба 2. Глубокие наклоны вперед 3. Специальные упражнения для плечевого пояса и рук	3
95.	ПК-3	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 25. Что является основой лечебной физкультуры при заболеваниях дыхательной системы? 1. Укрепление сердечно-сосудистой системы 2. Нормализация пищеварения 3. Развитие и укрепление дыхательной мускулатуры	3
96.	ПК-3	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 26. Какое основное правило должно соблюдаться при выборе упражнений для пациентов с хроническими заболеваниями лёгких? 1. Высокая интенсивность упражнений 2. Долгосрочные статические нагрузки 3. Умеренная нагрузка, постепенное наращивание интенсивности	3
97.	ПК-3	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 27. Какой признак указывает на необходимость уменьшения нагрузки при занятиях лечебной физкультурой? 1. Учащённое сердцебиение после окончания занятия 2. Небольшое головокружение 3. Появление выраженной одышки или учащённого сердцебиения во время выполнения упражнений	3
98.	ПК-3	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 28. Какие техники дыхательных упражнений особенно полезны людям с бронхолёгочными заболеваниями? 1. Частое поверхностное дыхание 2. Задержка дыхания на длительный срок 3. Диафрагмальное дыхание и техника глубокого вдоха-выдоха	3
99.	ПК-3	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 29. Дренажные положения при локализации гнойного очага в нижних отделах легких	1

		1. лежа на боку с приподнятым ножным концом кровати. 2. лежа на спине; 3. лежа на спине с приподнятым головным концом кровати.	
100.	ПК-3	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 30. Дренажный эффект усиливают приемы вибрации, выполняемые 1. на вдохе 2. на выдохе 3. на задержке дыхания.	2

Разработан:
преподаватель кафедры физического
воспитания и адаптивной
физической культуры



А.В. Козырева