

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко»

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра: «ФРиОТ»

УТВЕРЖДАЮ

Зав. кафедрой-разработчика

М.А. Мазур
М.А. Мазур

протокол № 1 «29» *авг* 2024 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине

«ЛЕЧЕБНЫЙ МАССАЖ»

Направление подготовки:

49.03.02

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛАНЕНИЕМ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ»

Профиль подготовки:

ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ

квалификация выпускника

БАКАЛАВР

Формы обучения:

ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Год набора 2022

Тирасполь 2024 г.

Государственное образовательное учреждение
«Приднестровский государственный университет им. Т. Г. Шевченко»

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра физической реабилитации и оздоровительных технологий

Итоговый тест к зачету

Выберите только один правильный ответ

1. Что является основной целью лечебного массажа?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 улучшение внешнего вида кожи
- 2 повышение спортивных результатов
- 3 восстановление и улучшение функций организма

2. Какой прием массажа чаще всего используется в начале и в конце процедуры?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 растирание
- 2 поглаживание
- 3 разминание

3. В каком направлении выполняются массажные движения?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 против тока крови
- 2 в произвольном порядке
- 3 по ходу лимфатических сосудов

4. Какой эффект оказывает разминание на мышцы?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 уменьшает приток крови
- 2 повышает тонус, улучшает питание тканей
- 3 снижает эластичность

5. Какой прием массажа способствует лучшему оттоку венозной крови?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 поглаживание
- 2 вибрация
- 3 постукивание

6. При каком заболевании массаж противопоказан?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 остеохондроз
- 2 варикоз в стадии декомпенсации

3 миозит

7. Какое положение пациента является наиболее частым при массаже спины?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 сидя
- 2 лежа на животе
- 3 лежа на боку

8. Что следует сделать перед началом массажа?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 нанести лед на кожу
- 2 провести осмотр и уточнить показания/противопоказания
- 3 выдать рекомендации по питанию

9. Какой прием массажа представляет собой серию толчкообразных движений?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 вибрация
- 2 растирание
- 3 поглаживание

10. Какой метод массажа применяется при бронхите для улучшения отхождения мокроты?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 глубокое разминание
- 2 вибрационный массаж грудной клетки
- 3 щипковый массаж

11. Сколько времени длится классический массаж спины у взрослого человека?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 5 минут
- 2 10–15 минут
- 3 30–40 минут

12. Какое действие оказывает массаж на нервную систему?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 угнетает
- 2 не влияет
- 3 может как успокаивать, так и тонизировать в зависимости от методики

13. Какой массаж применяется при параличах и парезах?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 гигиенический

- 2 косметический
- 3 лечебный нейромышечный

14. Какой из нижеуказанных признаков свидетельствует о неправильно выполненном массаже?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 легкое покраснение кожи
- 2 повышение температуры тела
- 3 появление синяков

15. Какие движения характерны для растирания?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 мягкие и поверхностные
- 2 сильные и быстрые, направленные на прогрев тканей
- 3 легкие вибрации

16. С какой целью применяются вибрационные приемы массажа?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 для расслабления и стимуляции мышц
- 2 для очищения кожи
- 3 для улучшения дыхания

17. Можно ли проводить массаж при повышенной температуре тела?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 да
- 2 только при температуре ниже 39°C
- 3 нет

18. В каком случае показан сегментарный массаж?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 при кожных заболеваниях
- 2 при патологиях внутренних органов, связанных с сегментарной иннервацией
- 3 при беременности

19. Как называется массаж, который проводится с целью профилактики пролежней у лежачих больных?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 лимфодренажный
- 2 антицеллюлитный
- 3 профилактический

20. Что входит в заключительный этап массажа?

Тип вопроса: Одиночный выбор

- 1 глубокое разминание

2 сильная вибрация

3 легкие поглаживания и расслабление