

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

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра физической реабилитации и оздоровительных технологий

УТВЕРЖДАЮ
Зав. кафедры-разработчика
ст. преп. Е.А. Мазур
протокол № от «1» 29 авг 2024 г

Фонд оценочных средств
по дисциплине
«Физическая реабилитация при заболеваниях опорно-двигательного
аппарата»
на 2024/2025 учебный год

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

Профиль
Физическая реабилитация

Квалификация
Магистр

Форма обучения:
Очно-заочная

ГОД НАБОРА 2023

Разработчик:
Цушко В.В.
«29» авг 2024 г.

Тирасполь 2024

Государственное образовательное учреждение

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

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра «Физическая реабилитация и оздоровительные технологии»

Итоговый тест к экзамену

1. Какой из методов лечебной физической культуры наиболее эффективен в реабилитации после перелома лучевой кости?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. массаж и пассивные упражнения
2. комплекс постепенных активных и пассивных движений с постепенным увеличением нагрузки для восстановления функции и силы мышц верхней конечности
3. упражнения на растяжку и ходьба с палочками

2. Что является ключевым элементом в реабилитации после травмы коленного сустава?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. полный покой и иммобилизация
2. упражнения на равновесие и укрепление мышц бедра
3. постепенное введение специальных упражнений на укрепление мышц бедра и голени, улучшение подвижности и восстановление координации движений

3. Какой принцип лечебной физической культуры важен при реабилитации после травмы позвоночника?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. избегать любых движений для предотвращения боли
2. выполнять только дыхательные упражнения
3. постепенное увеличение объема движений с учетом болевого синдрома, укрепление мышц кора и улучшение осанки для восстановления функции туловища

4. Какую роль играет лечебная физкультура при ремиссии ревматоидного артрита?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. обострений регулярные умеренные физические нагрузки, направленные на поддержание подвижности суставов, укрепление мышц и профилактику контрактур
2. только пассивные упражнения без нагрузки
3. полное ограничение движений для предотвращения

5. Какой тип упражнений рекомендуется после травмы плечевого сустава?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. только упражнения на растяжку без нагрузки

2. активные движения с сопротивлением с первых дней
3. постепенное введение активных и пассивных упражнений, направленных на восстановление амплитуды движений и укрепление мышц плечевого пояса

6. Что является противопоказанием для лечебной физической культуры после травмы голеностопного сустава?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. легкие упражнения на растяжку
2. резкие и интенсивные нагрузки, вызывающие усиление боли и отека, а также упражнения без учета стадии заживления травмы
3. упражнения для укрепления мышц голени

7. Какое упражнение наиболее эффективно для восстановления мышечного тонуса после травмы бедра?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. пассивные движения в суставе
2. прогулки без опоры
3. изометрические упражнения с постепенным увеличением нагрузки для укрепления мышц бедра и предотвращения атрофии

8. В чем особенность реабилитации при остеоартрозе коленного сустава?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. умеренные аэробные нагрузки и упражнения на укрепление мышц вокруг колена для снижения болевого синдрома и улучшения функции сустава
2. только массаж и физиотерапия
3. полное исключение нагрузок на сустав

9. Какой режим нагрузки рекомендуют при реабилитации после перелома таза?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. постепенное увеличение нагрузки с использованием вспомогательных средств, направленное на восстановление функции и предотвращение осложнений
2. полный постельный режим в течение 2 месяцев
3. раннее полное восстановление нагрузки

10. Какие упражнения наиболее полезны при реабилитации после травмы кисти?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. пассивные движения без нагрузки
2. интенсивные силовые упражнения
3. комплекс упражнений на развитие мелкой моторики, укрепление мышц кисти и восстановление координации движений

11. Что является главной целью реабилитации при хроническом артрите в период ремиссии?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. ограничить движения для предотвращения боли

2. поддержание подвижности суставов, укрепление мышц и улучшение общего функционального состояния пациента

3. использовать только медикаментозное лечение

12. Какую роль играет дыхательная гимнастика в реабилитации при травмах туловища?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. способствует улучшению оксигенации тканей, снижению болевого синдрома и нормализации нервно-мышечного тонуса

2. только для расслабления

3. не имеет значения

13. Какой принцип ЛФК важен при реабилитации после вывиха плечевого сустава?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. избегать любых движений для предотвращения повторного вывиха

2. только пассивные движения

3. постепенное введение активных упражнений на укрепление мышц плечевого пояса и восстановление амплитуды движений

14. Что важно учитывать при подборе упражнений после травмы коленного сустава?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. выполнять все упражнения без учета боли

2. учитывать стадию заживления, избегать болевых ощущений и постепенно увеличивать нагрузку для восстановления функции сустава

3. полностью исключить нагрузки

15. Какой вид упражнений наиболее эффективен при реабилитации после перелома предплечья?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. только пассивные движения

2. интенсивные силовые тренировки

3. постепенное введение активных движений с контролем боли и укреплением мышц предплечья и кисти

16. Какую роль играет лечебная физкультура при реабилитации после травмы стопы?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. постепенное восстановление подвижности, укрепление мышц стопы и улучшение координации движений

2. только ношение ортопедической обуви

3. исключение любых движений

17. Что является основным принципом реабилитации после травмы грудного отдела позвоночника?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. постепенное восстановление двигательной активности с укреплением мышц спины и улучшением осанки

2. только массаж и физиотерапия

3. полный покой и иммобилизация на длительный срок

18. Какой подход наиболее эффективен при восстановлении после травмы тазобедренного сустава?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. длительный постельный режим без нагрузок
2. постепенное увеличение нагрузки с использованием упражнений на укрепление мышц бедра и улучшение подвижности сустава
3. массаж и пассивные движения

19. Что является важным при выборе упражнений после травмы кисти?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. игнорировать болевые ощущения
2. учитывать стадию заживления, избегать боли и постепенно увеличивать нагрузку для восстановления функции и мелкой моторики
3. выполнять только силовые тренировки

20. Какой вид упражнений наиболее эффективен при реабилитации после травмы голени?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. пассивные движения без нагрузки
2. интенсивные силовые тренировки с первых дней
3. постепенное введение активных упражнений для укрепления мышц голени и восстановления функции конечности