Федеральное медико-биологическое агентство
Федеральное государственное бюджетное учреждение
«Северо-Кавказский федеральный научно-клинический центр
Федерального медико-биологического агентства»
(ФГБУ СКФНКЦ ФМБА России)

Центр медико-биологических технологий

Обсуждено на заседании ЦМБТ
Протокол № 6
от «09» июня 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель центра медико-биологических технологий
_____ Ю.В. Корягина
«09» июня 2026 г.

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА
по дисциплине

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

основная профессиональная образовательная программа
высшего образования – программа ординатуры
по специальности
31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина

Уровень образования: подготовка кадров высшей квалификации

Ессентуки, 2026

СОДЕРЖАНИЕ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ Б1.Б.01 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

1. Цель и задачи оценочных средств по дисциплине 3
2. Вопросы для собеседования 3
3.Тематика рефератов 5
4. Тестовые задания 6
5. Ситуационные задачи 13
6. Вопросы к экзамену по дисциплине «Лечебная физкультура и спортивная медицина» 16

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Оценочные средства по дисциплине используются при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося (ординатора).

Цель оценочных средств по дисциплине – установить, насколько фактический уровень знаний, умений и навыков обучающегося (ординатора) соответствует требованиям ФГОС ВО по специальности 31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина.

Задачи оценочных средств по дисциплине:

– контроль и управление процессом приобретения обучающимися запланированных результатов обучения по дисциплине;

– контроль и управление достижением целей реализации ОПОП, определенных в виде универсальных и профессиональных компетенций выпускников;

– оценка достижений обучающихся в процессе изучения дисциплины с выделением положительных/отрицательных результатов и планирование предупреждающих /корректирующих мероприятий.

2. ВОПРОСЫ ДЛЯ СОБЕСЕДОВАНИЯ

1. Классификация и характеристика средств ЛФК, применяемых в реабилитации больных с заболеваниями нервной системы.
2. Механотерапия в ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
3. Определение отделения (кабинета). Организация отделения (кабинета) лечебной физкультуры.
4. Значение физических упражнений при травмах опорно-двигательного аппарата. Показания к назначению ЛФК. Особенности лечебной гимнастики при различных видах иммобилизации.
5. Особенности сбора анамнеза в спорте.
6. Организация врачебного контроля. Диспансеризация.
7. Принципы комплектации средств ЛФК для реализации лечебных задач по изучаемым нозологическим формам. Методы контроля эффективности.
8. Коррекция и стабилизация позвоночника с помощью средств ЛФК. Методика ЛФК в профилактике и лечении плоскостопия.
9. Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием мест проведения тренировок, размещения и питания участников спортивных соревнований.
10. Абсолютные и относительные противопоказания при назначении ЛФК неврологическим больным.
11. Краткий исторический очерк развития лечебной физкультуры. Основоположники отечественной школы лечебной физкультуры; выдающиеся ученые в этой области.
12. Физическое развитие. Типы телосложения. Наследственность.
13. Особенности методик ЛФК в зависимости от вида травмы. Методы функционального исследования и оценка эффективности ЛФК.
14. Основные компоненты, входящие в программу использования ЛФК у больных с заболеваниями и повреждениями нервной системы.
15. Соматоскопия и антропометрия в спорте.
16. Сочетание ЛФК с другими методами лечения. Показания и противопоказания к назначению ЛФК на разных этапах медицинской реабилитации. Алгоритм назначения средств ЛФК.
17. Показания и противопоказания к назначению классического массажа.
18. Массаж как лечебный метод механического воздействия. Виды массажа. Физиологические механизмы действия.

19. Современное понятие социальной и медицинской реабилитации. Роль физических методов в восстановительном лечении больных различного клинического профиля.

20. Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК при важнейших ортопедических заболеваниях.

21. Определение показателей внешнего дыхания. Спирометрия и другие методы исследования.

22. Основные показания и противопоказания для использования гидрокинезотерапии.

23. ЛФК при неврологических заболеваниях. Принципы и особенности ЛФК. Роль и место двигательной реабилитации в комплексном лечении больных с данной патологией.

24. Допустимость тренировочных и соревновательных нагрузок в среднем и пожилом возрасте. Особенность врачебного контроля за лицами среднего, пожилого и старшего возраста, занимающимися физической культурой и спортом.

25. Дыхательные упражнения. Классификация. Принципы использования.

26. Показания и противопоказания к назначению лечебной гимнастики у больных с инсультами.

27. Острое и хроническое перенапряжение. Клиника и диагностика выявленных отклонений. Профилактика и лечение острого и хронического перенапряжения организма.

28. Патогенетические механизмы и клинические проявления острых нарушений мозгового кровообращения. Основная тактика лечения. Показания и противопоказания к назначению ЛФК.

29. Механотерапия. Определение понятия. Содержание метода. Классификация механоаппаратов и тренажеров.

30. Рекомендации по режиму и методике занятий физическими упражнениями по результатам тестирования.

31. Место лечебной физкультуры в этапной медицинской реабилитации (стационар, поликлиника, восстановительный центр, санаторий, группа здоровья).

32. Схема лечебной гимнастики при спастическом гемипарезе 2-3 баллов 6 мес. давности.

33. Изучение возможностей адаптации по специфическим тестам и контрольным упражнениям.

34. Неврологические синдромы остеохондроза позвоночника. Общие сведения о заболевании. Частные показания и противопоказания к назначению ЛФК. Лечебные методики.

35. Сочетание ЛФК с другими методами лечения. Показания и противопоказания к назначению ЛФК на разных этапах медицинской реабилитации. Алгоритм назначения средств ЛФК.

36. Заключение по результатам врачебного обследования физкультурника и спортсмена.

37. Классификация средств и форм ЛФК. Принципы построения занятий лечебной гимнастикой. Показания и противопоказания к назначению ЛФК для разных групп заболеваний.

38. Общие принципы ухода за больными с инсультом.

39. Влияние тренировок на эндокринную систему. Основные методы изучения эндокринной системы.

40. Классификация средств и форм ЛФК. Принципы построения занятий по лечебной гимнастике. Показания и противопоказания к назначению ЛФК для разных групп заболеваний.

41. ЛФК при неврите лицевого нерва. Основные упражнения с кратким описанием каждого.

42. Место лечебной физкультуры в этапной медицинской реабилитации (стационар, поликлиника, восстановительный центр, санаторий, группа здоровья).

43. Влияние физических упражнений и массажа на состояние опорно-двигательного аппарата.

44. Физическая реабилитация при контрактурах локтевого сустава.

45. Вопросы организации лечебной физкультуры в стационаре, поликлинике, санатории и на курорте.

46. Простейшие лабораторные нагрузочные пробы.

47. Классификация и характеристика средств ЛФК, применяемых в реабилитации больных с заболеваниями нервной системы.

48. Субмаксимальный тест PWC170.

49. Анатомо-физиологическое воздействие ЛФК на организм.

50. ЛФК при остеохондрозе. Основная группа упражнений с кратким описанием.

51. Классификация функциональных проб и тестов. Качественная оценка результатов тестирования.

52. Эрготерапия. Определение. Содержание метода.

53. Методические указания по проведению механотерапии у больных с неврологическими расстройствами.

54. Влияние систематических занятий спортом на функциональное состояние нервной системы.

55. ЛФК в геронтологической практике, возрастные особенности организации, методы ЛФК и ее отличительные черты в зависимости от возраста.

56. ЛФК при ОНМК. Основная группа упражнений с кратким описанием.

57. Основные медицинские требования к использованию физической культуры и спорта в занятиях с детьми и подростками. Врачебный контроль за возрастными нормами допуска к различным нагрузкам, участию в соревнованиях.

58. ЛФК при неврологических заболеваниях. Принципы и особенности ЛФК. Роль и место двигательной реабилитации в комплексном лечении больных с данной патологией.

59. Основные принципы тренировок. Виды физических нагрузок и их основные характеристики.

60. Комплексная оценка данных антропометрии, соматоскопии и состояния здоровья с составлением заключения по физическому развитию и по коррекции выявленных нарушений.

3. ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. Цель, задачи и содержание спортивной медицины.
2. Спортивный травматизм. Заболевания спортсменов и неотложные состояния в спорте.
3. ЛФК как метод лечения.
4. Значение физической реабилитации в восстановлении здоровья и работоспособности больного.
5. Этика и деонтология врача, инструктора ЛФК, массажиста.
6. Роль физкультуры в профилактике и лечении заболеваний и травм.
7. Классификация средств и форм ЛФК.
8. Основные механизмы лечебного действия физических упражнений.
9. Методические принципы дозирования физической нагрузки.
10. Принципы построения физических тренировок.
11. Оперативные и интегративные методы контроля. Оценка эффективности занятий ЛФК.
12. Лечебная физкультура с предметами и снарядами.

13. Механотерапия.
14. Лечебная физкультура с использованием аппаратов, костюмов.
15. Лечебная физкультура при цереброваскулярных заболеваниях.
16. Лечебная физкультура при неврозах.
17. Лечебная физкультура при заболеваниях и повреждениях спинного мозга.
18. Лечебная физкультура при сердечно-сосудистых заболеваниях.
19. Лечебная физкультура при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
20. Основные принципы использования средств физической культуры в профилактике и лечении заболеваний, а также в комплексной медицинской и социальной реабилитации больных.

4. ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Цель и задачи врачебного контроля включают:

1. содействие эффективности физического воспитания с целью укрепления здоровья и повышения трудоспособности;
2. организация и проведение лечебно-профилактических и санитарно-гигиенических мероприятий при занятиях физкультурой и спортом;
3. выявление ранних признаков заболеваний и повреждений, возникающих при нерациональных занятиях физкультурой и спортом;
4. специализированное лечение высококвалифицированных спортсменов

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

2. Используются перечисленные формы ЛФК при лечении травмы в период иммобилизации:

1. лечебная гимнастика;
2. занятия физическими упражнениями по заданию;
3. обучение двигательным навыкам бытового характера;
4. лечебная гимнастика в воде

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

3. Врач ЛФК врачебно-физкультурного диспансера обязан выполнять:

1. специальные обследования больных, направленных на ЛФК;
2. контроль работы инструкторов ЛФК и массажистов;
3. тестирование физической работоспособности спортсменов;
4. определение методики физических упражнений для больных;
5. определение методики специальных физических упражнений спортсменов с травмами и заболеваниями

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

4. Врач ЛФК санатория должен выполнять следующие обязанности:

1. проведение коррекции режима движений больного;
2. определение форм ЛФК и их дозировки;
3. контроль проведения занятий ЛФК инструктором ЛФК;
4. определение методики проведения климатотерапевтических процедур при физических упражнениях;
5. проведение физкультурно-оздоровительных праздников

Выберите правильный ответ по схеме:

А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

5. Врач ЛФК больницы обязан выполнять:

1. обход больных по отделениям с целью своевременного назначения на ЛФК;
2. проведение обследований больных;
3. определение методики и дозировки физической нагрузки в разных формах;
4. уточнение клинического диагноза больного;
5. самостоятельное изменение режима двигательных упражнений

Выберите правильный ответ по схеме:

А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

6. Врачебно-физкультурный диспансер имеет следующие функции:

1. организационно-методическое руководство лечебно-профилактическими учреждениями по территориальному принципу в вопросах ЛФК и врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом;
2. диспансерное наблюдение спортсменов;
3. осмотр всех занимающихся физкультурой и спортом;
4. консультации населения по вопросам физкультуры;
5. физическая реабилитация спортсменов

Выберите правильный ответ по схеме:

А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

7. Хорошим функциональным возможностям организма спортсмена свойственны:

1. быстрая врабатываемость;
2. улучшение метаболизма миокарда;
3. высокий предел нагрузок;
4. длительное удержание максимальной нагрузки;
5. ускорение восстановления организма после нагрузки

Выберите правильный ответ по схеме:

А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

8. Различают следующие характеристики зон мощности при физических нагрузках:

1. высокая, умеренная, низкая;
2. максимальная, субмаксимальная, большая, низкой интенсивности;
3. предельная, большая, низкая;
4. большая, средняя, малая

Выберите правильный ответ по схеме:

А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

9. К факторам, составляющим выносливость спортсмена, не относятся:

1. личностно-психические качества;
2. техническая подготовка;
3. функциональная устойчивость организма;
4. скорость реакции

Выберите правильный ответ по схеме:

А. если правильные ответы 1, 2, 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

10. Комплекс методов для определения спортивной пригодности включает:

1. педагогические методы;
2. медицинские методы;
3. психологические методы;
4. социологические (интерес к спорту и др.);
5. наследственные факторы

Выберите правильный ответ по схеме:

А. если правильные ответы 1, 2, 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

11. К возможным осложнениям в организме, связанным с длительным пребывание больного в постельном режиме, относится:

1. гипостатическая пневмония и атония кишечника;
2. флебиты и тромбозы сосудов;
3. нарушения водно-солевого обмена;
4. трофические расстройства мягких тканей

Выберите правильный ответ по схеме:

А. если правильные ответы 1, 2, 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

12. Двигательные режимы больных инфарктом миокарда на больничном этапе реабилитации включает:

1. строго постельный режим;
2. облегченный постельный режим;
3. палатный режим;

4. тренирующий режим;
5. щадяще-тренирующий режим
Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

13. Продолжительность программы физической реабилитации больных, не осложненным инфарктом миокарда в стационаре (по ВОЗ), составляет:

1. 0 недель;
2. 1 неделя;
3. 2 недели;
4. 3 недели;
5. 4 недели

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2, 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

14. Дополнительные питательные смеси с включением глютаминовой, лимонной и яблочной кислот усиливают в организме спортсмена:

1. азотистый обмен;
2. гликолиз;
3. водный обмен;
4. аэробное окисление и дыхательное фосфорилирование

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

15. К веществам, повышающим физическую работоспособность спортсмена в условиях гипоксии в организме, относятся:

1. белки;
2. холестерин;
3. кетоновые тела;
4. витамин В15 (пангамат калия)

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2, 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

16. К источникам щелочных оснований в пищевом рационе спортсмена относятся:

1. овощи;
2. фрукты;
3. молоко;
4. зерновые продукты

Выберите правильный ответ по схеме:

А. если правильные ответы 1, 2, 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

17. При интенсивных тренировочных нагрузках юных гимнастов необходимо увеличение калорийности в суточном рационе в ккал/час:

1. на 100;
2. на 150;
3. на 205;
4. на 288

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

18. К рефлекторным упражнениям, имитирующим движения плавания детей, относится все перечисленное:

1. рефлекторное разгибание позвоночника (рефлекс Галанта);
2. рефлекс «ползания» (рефлекс Бауэра);
3. отведение рук в стороны (рефлекс Моро);
4. подошвенное сгибание пальцев стопы (рефлекс Бабинского)

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

19. К внешним причинам спортивных травм относится:

1. неправильная организация и методика учебно-тренировочных занятий и соревнований;
2. неудовлетворительное состояние мест занятий, оборудования, спортивного инвентаря, одежды и обуви спортсмена;
3. неблагоприятные санитарно-гигиенические и метеорологические условия проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований;
4. нарушение правил врачебного контроля

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

20. Теория и методика физкультуры и спорта включает:

1. систему знаний о физическом развитии человека и спортивной деятельности;
2. методологию использования средств физкультуры и спорта для оздоровления населения и совершенствования мастерства спортсменов;
3. организацию физкультуры и спорта;
4. врачебный контроль за занимающимися физкультурой и спортом

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;

В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

21. Этапы обучения двигательным умениям и навыкам – это:

1. начальное разучивание техники движений;
2. углубленное разучивание техники специальных движений;
3. совершенствование двигательных навыков;
4. закрепление двигательных навыков

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

22. Методические приемы дозирования физической нагрузки включают:

1. продолжительность и интенсивность упражнений;
2. число повторений упражнения или серии упражнений;
3. темп выполнения упражнений;
4. исходное положение тела при выполнении.

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

23. Методические принципы построения тренировочных нагрузок – это:

1. индивидуализация;
2. специфичность;
3. всесторонность;
4. систематичность и долговременность.

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

24. Методы тренировки на занятиях лечебной физкультурой преимущественно:

1. равномерный;
2. игровой;
3. соревновательный;
4. интервальный и круговой

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

25. Дозирование физической нагрузки у лиц с отклонениями в состоянии здоровья достигается:

1. удлинением вводного периода занятия;
2. снижением интенсивности упражнений в основном периоде занятий;

3. интервальным методом тренировки;
4. увеличением продолжительности занятия
Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

26. Лечебное действие физической тренировки обеспечивается назначением:

1. общеразвивающих упражнений;
2. упражнений на выносливость;
3. упражнений на быстроту;
4. специальных упражнений патогенетического действия

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1, 2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

27. Различают следующие методы воздействия при точечном массаже:

1. тормозной;
2. вибрационный;
3. возбуждающий;
4. поглаживание и растирание

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1,2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

28. Различают следующие приемы классического массажа:

1. поглаживание;
2. растирание;
3. разминание;
4. вибрация

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1,2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;
Г. если правильный ответ 4;
Д. если все варианты ответов правильные

29. Каков механизм воздействия физических упражнений на организм человека:

1. тонизируюший;
2. корригирующий;
3. нервно-рефлекторный;
4. специфический

Выберите правильный ответ по схеме:
А. если правильные ответы 1,2 и 3;
Б. если правильные ответы 1 и 3;
В. если правильные ответы 2 и 4;

Г. если правильный ответ 4;

Д. если все варианты ответов правильные

30. К упражнениям для крупных мышечных групп не относятся упражнения:

А. для мышц туловища;

Б. для мышц рук;

В. для мышц рук и плечевого пояса;

Г. для мышц плечевого пояса;

Д. комбинированные

5. СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

Ситуационная задача 1. Больной К., 42 года. Диагноз: обширный дефект области нижней губы и подбородка. Нарушены функции приема пищи, речи, мимики. Общее состояние больного удовлетворительное. Со стороны внутренних органов патологии не выявлено.

Больной готовится к пластической операции.

1. Определите показания к назначению ЛФК.

2. Какой двигательный режим показан больному в пред- и послеоперационном периодах?

3. Каковы общие и частные задачи ЛФК?

Ситуационная задача 2. Больной С., 39 лет. Диагноз: отсутствие участков круговой мышцы рта, щечной мышцы и мышц, поднимающих и опускающих верхнюю и нижнюю губу. Поступил в отделение челюстно-лицевой хирургии для восстановительной операции. Общее состояние больного удовлетворительное, со стороны внутренних органов патологии не выявлено. 8 дней назад проведена пластическая операция. Послеоперационный период протекал благоприятно.

1. Определите двигательный режим и задачи ЛФК в послеоперационном периоде.

2. Какие средства и формы ЛФК показаны больному?

3. Назовите 5-6 специальных упражнений для мимической мускулатуры лица.

Ситуационная задача 3. Больной С., 37 лет. Диагноз: дефект подглазничной области и нижнего века. Поступил в клинику для восстановительной операции. Общее состояние больного удовлетворительное. Со стороны внутренних органов патологии не выявлено.

1. Каковы задачи ЛФК у данного больного?

2. Какие именно формы ее применения и методы проведения используют в послеоперационном периоде?

Ситуационная задача 4. Больной З., 21 год. Диагноз: перелом ветви нижней челюсти слева. Поступил в челюстно-лицевое хирургическое отделение с жалобами на резкие боли при открывании рта. Накануне получил удар в подбородок. Диагноз подтвержден рентгенологически.

Прошло 10 дней после одночелюстного шинирования. Состояние больного удовлетворительное. Жалобы на нарушение акта жевания. Больной находится на палатном режиме.

Определите задачи ЛФК.

1. Назовите средства и формы ЛФК.

2. Укажите особенности методики ЛГ.

Ситуационная задача 5. Больной П., 42 года. Диагноз: двусторонний перелом тела нижней челюсти. При автомобильной катастрофе получил травму головы. Проведены фиксация отломков нижней челюсти и двустороннее шинирование.

На третий день нахождения в стационаре состояние больного удовлетворительное. Жалуется на небольшой кашель, затруднение в питании, запоры.

1. Определите больному двигательный режим.
2. Перечислите показания к назначению ЛФК.
3. Каковы основные задачи ЛФК?
4. Назовите 5-6 специальных упражнений, применяемых при двустороннем переломе тела нижней челюсти.

Ситуационная задача 6. Женщина 39 лет обратилась за консультацией по поводу двигательного режима. Диагноз: варикозное расширение вен нижних конечностей. Физическое развитие среднее. Масса тела – 76 кг (при рекомендуемой 67). Последние 10 лет физическая активность – в пределах бытовых нагрузок. Цель предстоящих занятий – общеукрепляющее воздействие и снижение массы тела.

1. Ваши рекомендации по индивидуальному плану тренировок.

Ситуационная задача 7. Больной 30 лет. Диагноз: полный подкожный разрыв пяточного сухожилия. Произведена пластика сухожилия по В.А. Чернавскому 6 недель назад. Послеоперационное течение гладкое.

1. Определите, в каком периоде находится больной.
2. Сформулируйте задачи ЛФК.
3. Перечислите специальные упражнения, направленные на функциональное восстановление конечности.
4. Перечислите средства ЛФК, применяемые в этом периоде лечения.

Ситуационная задача 8. Мужчина 26 лет, массой 80 кг, играет в футбол на любительском уровне. При проведении субмаксимального теста PWC170 получили следующие данные: в конце 1-й нагрузки 50 Вт ЧСС составила 110 уд/мин; в конце 2-й нагрузки 100 Вт ЧСС составила 125 уд/мин.

1. Рассчитать результат теста PWC170 по формуле В. Л. Карпмана.
2. Определить МПК по формуле В. Л. Карпмана.
3. Сделать оценку по полученным результатам.

Ситуационная задача 9. На лечение в отделение ЛФК направлен пациент 54 лет с диагнозом ИБС. Стенокардии напряжения сопутствует гипертоническая болезнь 1 степени. Больной нормостеничного телосложения, АД 130/85 мм рт. ст., пульс 78 уд/мин. Приступ болей бывает 1-2 раза в месяц, чаще с психоэмоциональной нагрузкой.

1. Определите задачи ЛГ, возможные противопоказания к занятию.
2. Перечислите методические указания к проведению ЛГ.
3. Укажите формы ЛФК, рекомендуемые данному пациенту.

Ситуационная задача 10. В пульмонологическом отделении на лечении находится больной с диагнозом: бронхоэктатическая болезнь с локализацией бронхоэктазов в правой нижней доле. Больной поступил на лечение 7 дней назад с жалобами на усиление кашля с большим количеством мокроты, повышение температуры тела до 39,5С, В настоящее время температура снизилась до 37,2-37,4^{o}С самочувствие улучшилось.

1. Определите возможность проведения занятий ЛГ.
2. Перечислите задачи ЛФК с учетом проблем пациента.
3. Приведите примеры специальных дренажных упражнений.

Ситуационная задача 11. Больной, 61 год, диагноз – хронический анацидный гастрит, хронический холецистит. Находится в стационаре.

1. Какие из средств ЛФК показаны больному?
2. Какие из средств ЛФК противопоказаны?
3. Перечислите исходные положения при занятиях ЛГ.

Ситуационная задача 12. На лечение в отделение реабилитации поступил пациент 68 лет с остаточными явлениями острого нарушения мозгового кровообращения. Больной прошел курс лечения в неврологическом отделении. С момента заболевания прошло 2 месяца. При осмотре правая рука согнута в локтевом и лучезапястном суставах, пронирована, пальцы сжаты в кулак, произвольные движения ограничены. Правая нога выглядит длиннее, ходьба затруднена, описывает полукруг. Больной ходит с трудом при

упоре на здоровую руку.

1. Как называется поза больного с чем она связана.
2. Определите основные задачи ЛФК.
3. Опишите методику проведения лечения положением для данного больного.

Ситуационная задача 13. На лечение в отделение реабилитации направлен ребенок 7 лет с диагнозом сколиотическая болезнь 1 степени. При осмотре: выраженная асимметрия надплечий, лопаток, треугольник талии, практически исчезающие при дополнительном мышечном напряжении, отмечается небольшое увеличение грудного кифоза, весо-ростовой коэффициент соответствует норме, мускулатура гипотонична.

1. Определите задачи ЛФК.
2. Укажите наиболее оптимальные формы ЛФК и средства.
3. Перечислите методические особенности проведения занятий ЛГ.
4. Дайте рекомендации по режиму ребенка и особенности организации его рабочего места и сна.

Ситуационная задача 14. На лечение в отделение ЛФК направлен ребенок 8 лет с диагнозом прогрессирующая миопия. Ребенок пониженного питания, мышечная система маловыражена. При осмотре выявлено нарушение осанки – сутуловатость.

1. Определите двигательный режим ребенка и основные задачи ЛФК.
2. Приведите примеры специальных и общеукрепляющих упражнения.
3. Укажите упражнения, противопоказанные ребенку.

Ситуационная задача 15. Больной 24 года. Диагноз: язвенная болезнь желудка в стадии обострения. Поступил с болями в эпигастральной области, слабость, тошнота, рвота. В анамнезе дважды обострения язвенной болезни желудка в течение двух лет. Последнее обострение возникло 4 дня назад на фоне стрессовой ситуации.

1. Имеются ли противопоказания для ОФК.
2. Когда следует назначить ЛФК.
3. Какие из средств показаны в начале курса.
4. Какие исходные положения противопоказаны в начале курса.

Ситуационная задача 16. Больная, 72 года. Диагноз: ХНЗЛ, дыхательная недостаточность 3 степени. Жалобы на одышку при незначительной физической нагрузке, кашель с трудноотделяемой мокротой, температура тела 37,5°С.

1. Имеются ли противопоказания для ЛФК? Какие именно?
2. Можно ли применять тренировки аэробного характера?
3. Определите соотношение дыхательных и общетонизирующих упражнений в процедуре ЛГ.

Ситуационная задача 17. На стационарном лечении в кардиологическом отделении находится больной 53 лет с диагнозом острый крупноочаговый инфаркт миокарда. АД 130/90 мм рт. ст., пульс 76 уд/минуту, отеков нет. Предъявляет жалобы на нарушение стула (запор).

1. Определите задачи ЛФК с учетом проблем пациента.
2. Перечислите возможные противопоказания к занятию.
3. Приведите примеры специальных упражнений.

Ситуационная задача 18. В отделение ЛФК направлена женщина с диагнозом: перелом луча в типичном месте. С момента травмы прошло 24 дня. На левом предплечье гипсовая лангета, которую планируют снять через 2 дня.

1. Определите задачи ЛФК с учетом периода лечения и проблем пациента.
2. Укажите методические особенности проведения занятия ЛГ.
3. Приведите примеры специальных упражнений для пораженной конечности.

Ситуационная задача 19. Больной Д. 23 лет, мотогонщик, во время соревнований получил закрытый перелом бедра. Лечение наружной иммобилизацией тазобедренной гипсовой повязкой. Через 2 месяца после снятия гипсовой повязки направлен в кабинет ЛФК.

1. Какие исследования нужно провести больному до начала лечения в кабинете ЛФК?

2. Какая частота пульса в момент занятий ЛФК будет оптимальной у больного при занятиях ЛФК, если пульс покоя 70 уд/мин?

Ситуационная задача 20. Больной Ж., 44 лет, инженер, поскользнулся на улице и упал, ударившись затылочной областью головы об асфальт. В течение 30-40 секунд находился в бессознательном состоянии. О случившемся ничего не помнит. Жалуется на головную боль, головокружение, тошноту. Однократно была рвота. При осмотре состояние удовлетворительное. Пульс – 54 уд/мин. АД – 140/100 мм рт. ст. До травмы регулярно делал УГГ.

1. Возможно ли в настоящее время больному выполнять УГГ? В чем заключаются ее особенности у данного больного?

6. ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА»

Вопросы к экзамену по дисциплине «Лечебная физкультура и спортивная медицина» (1 семестр)

1. Цель, задачи и содержание спортивной медицины. Составные части спортивной медицины.
2. Современные представления о патогенезе и развитии соматических заболеваний.
3. Особенности функционального состояния кардиореспираторной системы при спортивной деятельности.
4. Особенности водно-солевого баланса у спортсменов различных специализаций.
5. Особенности функционального состояния организма спортсменов различных видов спорта.
6. Задачи тестирования в спортивной медицине.
7. Оценка физической работоспособности и функциональной готовности спортсменов.
8. Спортивно-медицинский контроль на соревнованиях и тренировках.
9. Нарушение биоритмов при соревнованиях в отличном (от привычного) временном поясе.
10. Спортивный травматизм.
11. Заболевания спортсменов и неотложные состояния в спорте.
12. Допинги и антидопинговый контроль на соревнованиях.
13. Цели, задачи и содержание лечебной физкультуры.
14. Тренировка общая и специальная, основные пути влияния физической тренировки на организм больного.
15. Основные принципы использования средств физической культуры в профилактике и лечении заболеваний, а также в комплексной медицинской и социальной реабилитации больных.
16. ЛФК как метод лечения.
17. Значение физической реабилитации в восстановлении здоровья и работоспособности больного.
18. Этика и деонтология врача, инструктора ЛФК, массажиста.
19. Роль физкультуры в профилактике и лечении заболеваний и травм.
20. Гигиеническое воспитание населения, формирование здорового образа жизни и ответственного отношения к здоровью по отдельным аспектам охраны здоровья.
21. Классификация средств и форм ЛФК.
22. Основные механизмы лечебного действия физических упражнений.
23. Методические принципы дозирования физической нагрузки.
24. Принципы построения физических тренировок.
25. Оперативные и интегративные методы контроля. Оценка эффективности занятий

ЛФК.
26. Лечебная физкультура с предметами и снарядами.
27. Гидрокинезотерапия.
28. Механотерапия.
29. Лечебная физкультура с использованием аппаратов, костюмов.
30. Лечебная физкультура с использованием БОС.
31. Лечебная физкультура при цереброваскулярных заболеваниях.
32. Лечебная физкультура при невритах.
33. Лечебная физкультура при неврозах.
34. Лечебная физкультура при заболеваниях и повреждениях спинного мозга.
35. Лечебная физкультура при атаксических синдромах.
36. Лечебная физкультура при рассеянном склерозе.
37. Лечебная физкультура при сердечно-сосудистых заболеваниях.
38. Лечебная физкультура пульмонологических больных.
39. Лечебная физкультура при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
40. Лечебная физкультура при заболеваниях почек и мочевыводящих путей.

Вопросы к экзамену по дисциплине «Лечебная физкультура и спортивная медицина» (2 семестр)

1. Лечебная физкультура в торакальной хирургии: ранний послеоперационный период.
2. Лечебная физкультура в торакальной хирургии: поздний послеоперационный период.
3. Лечебная физкультура в торакальной хирургии: период выздоровления (санаторный/амбулаторный).
4. Лечебная физкультура при брюшнополостных операциях: ранний послеоперационный период.
5. Лечебная физкультура при брюшнополостных операциях: поздний послеоперационный период.
6. Лечебная физкультура при брюшнополостных операциях: период выздоровления (санаторный/амбулаторный).
7. Лечебная физкультура при операциях на органах малого таза, патологии сосудов нижних конечностей: ранний послеоперационный период.
8. Лечебная физкультура при операциях на органах малого таза, патологии сосудов нижних конечностей: поздний послеоперационный период.
9. Лечебная физкультура при операциях на органах малого таза, патологии сосудов нижних конечностей: период выздоровления (санаторный/амбулаторный).
10. Физиологические изменения и задачи лечебной физкультуры при беременности и родах.
11. Особенности занятий лечебной физкультурой в первом триместре беременности.
12. Особенности занятий лечебной физкультурой во втором первом триместре беременности.
13. Особенности занятий лечебной физкультурой в третьем триместре беременности.
14. Лечебная физическая культура в родах.
15. Показания и противопоказания для занятий ЛФК при беременности.
16. Лечебная физическая культура в послеродовой период.
17. Лечебная физкультура при черепно-мозговых травмах: острый (постельный) период.
18. Лечебная физкультура при черепно-мозговых травмах: поздний (восстановительный период).
19. Лечебная физкультура при травмах позвоночника: ранний (иммобилизационный) период.
20. Лечебная физкультура при травмах позвоночника: поздний (постепенный) период.
21. Лечебная физкультура при травмах позвоночника: период восстановления функций.

22. Лечебная физкультура при травмах позвоночника: период тренировки и адаптации.
23. Лечебная физкультура при травмах конечностей: иммобилизационный (ранний) период.
24. Лечебная физкультура при травмах конечностей: постиммобилизационный период.
25. Лечебная физкультура при травмах конечностей: тренировочный (поздний) период.
26. Лечебная физкультура при дорсопатиях (шейный отдел позвоночника).
27. Лечебная физкультура при дорсопатиях (грудной отдел позвоночника).
28. Лечебная физкультура при дорсопатиях (поясничный отдел позвоночника).
29. Лечебная физкультура при остеоартрозах (коленный сустав).
30. Лечебная физкультура при остеоартрозах (тазобедренный сустав).
31. Лечебная физкультура при остеоартрозах (плечевой сустав).
32. Лечебная физкультура при остеоартрозах (суставы кистей и стоп).
33. Лечебная физкультура при нарушениях осанки.
34. Лечебная физкультура при плоскостопии.
35. Лечебная физкультура в раннем детском возрасте.
36. Лечебная физкультура при гипотрофии у детей.
37. Лечебная физкультура для детей дошкольного возраста.
38. Лечебная физкультура для детей младшего школьного возраста.
39. Лечебная физкультура для детей среднего школьного возраста.
40. Лечебная физкультура для детей старшего школьного возраста.