

**АВТОНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
«КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП.15 Основы врачебного контроля, лечебная физическая культура и массаж

**Специальность**

49.02.02 Адаптивная физическая культура

**Квалификация**

Педагог по адаптивной физической культуре и спорту

Составитель \_\_\_\_\_

**Грозный – 2026г.**



*Образец билета к 1-ой текущей аттестации*  
**АВТОНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ**

**«КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

Тест

по ОП.15 Основы врачебного контроля, лечебная физическая культура и массаж

I-аттестация

Вариант №\_\_

ФИО \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ										

**Вариант №1**

**1. Врачебный контроль направлен на:**

- А) Только оформление документов
- Б) Профилактику и коррекцию состояния здоровья
- В) Развлечение пациентов
- Г) Заполнение статистики

**2. Какой показатель оценивает врач при осмотре физического состояния?**

- А) Вес, рост, пульс
- Б) Любимые хобби
- В) Цвет одежды
- Г) Любимые блюда

**3. Лечебная физическая культура (ЛФК) предназначена для:**

- А) Развлечения пациентов
- Б) Снижения веса без контроля
- В) Восстановления здоровья и повышения физической выносливости
- Г) Проведения спортивных соревнований

**4. Основная цель массажа:**

- А) Проверка гибкости
- Б) Развлечение
- В) Улучшение кровообращения и мышечного тонуса
- Г) Укрепление костей

**5. Противопоказанием к массажу является:**

- А) Легкая усталость
- Б) Пониженное настроение
- В) Острая инфекционная болезнь
- Г) Небольшая мышечная боль

**6. Какой вид массажа используют для улучшения тонуса мышц?**

- А) Вибрационный
- Б) Поглаживающий

- В) Разминающий
- Г) Точечный

**7. Врачебный контроль включает:**

- А) Только беседу с пациентом
- Б) Осмотр пациента, измерение давления и пульса
- В) Чтение историй болезни
- Г) Выдачу справок

**8. Как часто рекомендуется проводить ЛФК при хронических заболеваниях?**

- А) Раз в год
- Б) Регулярно, по назначению врача
- В) Один раз в месяц
- Г) Только при обострении

**9. Основное правило массажа:**

- А) Двигаться от периферии к центру
- Б) Сильно нажимать на кости
- В) Игнорировать реакцию пациента
- Г) Проводить без контроля

**10. Что важно контролировать при ЛФК у пациентов?**

- А) Пульс, дыхание, самочувствие
- Б) Продолжительность сна
- В) Любимые занятия
- Г) Цвет одежды

**Вариант №2**

**1. Основная задача врачебного контроля:**

- А) Профилактика скуки
- Б) Контроль состояния здоровья и эффективности лечения
- В) Выдача документов
- Г) Обслуживание техники

**2. Что оценивается при врачебном контроле физического состояния?**

- А) Рост, вес, пульс, давление
- Б) Любимые фильмы
- В) Цвет глаз
- Г) Время сна

**3. ЛФК помогает:**

- А) Проводить спортивные соревнования
- Б) Играть в настольные игры
- В) Восстанавливать физическую активность и укреплять здоровье
- Г) Снижение веса без контроля

**4. Главная цель массажа:**

- А) Развлечение
- Б) Проверка гибкости
- В) Улучшение кровообращения, расслабление мышц
- Г) Укрепление костей

**5. Противопоказание к массажу:**

- А) Умеренные мышечные боли
- Б) Пониженное настроение
- В) Острые инфекционные заболевания
- Г) Легкая усталость

**6. Для повышения тонуса мышц используют массаж:**

- А) Разминающий
- Б) Вибрационный
- В) Поглаживающий
- Г) Точечный

**7. Врачебный контроль включает:**

- А) Чтение медицинских журналов
- Б) Консультацию по питанию
- В) Осмотр, измерение давления и пульса
- Г) Выдачу справок

**8. Как часто проводят ЛФК по назначению врача?**

- А) Один раз в месяц
- Б) Регулярно, согласно индивидуальной программе
- В) Раз в год
- Г) Только при ухудшении состояния

**9. Основное правило массажа:**

- А) Движения по направлению к сердцу
- Б) Сильное давление на кости
- В) Игнорирование самочувствия пациента
- Г) Без контроля

**10. Что контролирует врач при ЛФК у пациента?**

- А) Цвет одежды
- Б) Продолжительность сна
- В) Пульс, дыхание, общее самочувствие
- Г) Время приема пищи

**Ключи к тесту**

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2
1	Б	Б
2	А	А
3	В	В
4	В	В
5	В	В
6	В	А
7	Б	В
8	Б	Б
9	А	А
10	А	В

### ***Вопросы ко 2-ой текущей аттестации***

1. Что такое врачебный контроль и какова его основная цель?
2. Какие показатели физического состояния пациента оценивает врач при осмотре?
3. В чем заключается роль лечебной физической культуры (ЛФК) в реабилитации пациентов?
4. Какие задачи решает массаж в лечебном процессе?
5. Какие существуют основные противопоказания к массажу?
6. Чем отличаются виды массажа: поглаживающий, разминающий, вибрационный, точечный?
7. Как врач определяет необходимость назначения ЛФК пациенту?
8. Какие методы контроля состояния пациента применяются во время ЛФК?
9. Почему важно контролировать пульс и дыхание во время лечебной физкультуры?
10. Каковы основные правила техники безопасности при проведении массажа?
11. Какие эффекты массажа положительно влияют на сердечно-сосудистую систему?
12. Как правильно распределять нагрузку при занятиях ЛФК у пациентов с хроническими заболеваниями?
13. В чем заключается профилактическая роль массажа и ЛФК?
14. Как врач оценивает эффективность лечебной физической культуры у пациентов?
15. Какие показатели используются для контроля физического состояния детей и взрослых при ЛФК?
16. Как изменяются показания к ЛФК и массажу при острых заболеваниях?
17. Какие приемы массажа применяются для снятия мышечного напряжения?
18. В чем состоит разница между лечебным и спортивным массажем?
19. Какие ошибки могут привести к травмам при проведении ЛФК и массажа?
20. Какую роль играет индивидуальный подход при составлении программы ЛФК и массажного курса?

### ***Образец билета ко 2-ой текущей аттестации***

**АВТОНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ**

# «КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»

## Тест

### по ОП.15 Основы врачебного контроля, лечебная физическая культура и массаж

#### II-аттестация

#### Вариант №\_\_

ФИО \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ										

#### Вариант №1

##### 1. Врачебный контроль направлен на:

- А) Развлечение пациентов
- Б) Профилактику и коррекцию состояния здоровья
- В) Заполнение документов
- Г) Использование сложных приборов

##### 2. Что оценивает врач при осмотре физического состояния пациента?

- А) Пульс, давление, рост, вес
- Б) Любимые блюда
- В) Цвет одежды
- Г) Любимые фильмы

##### 3. Основная цель ЛФК:

- А) Повышение физической выносливости и восстановление здоровья
- Б) Проведение спортивных соревнований
- В) Развлечение пациентов
- Г) Игнорирование режима

##### 4. Основная задача массажа:

- А) Развлечение
- Б) Улучшение кровообращения и тонуса мышц
- В) Проверка гибкости
- Г) Снижение веса

##### 5. Противопоказанием к массажу является:

- А) Легкая усталость
- Б) Острая инфекционная болезнь
- В) Пониженное настроение
- Г) Небольшая мышечная боль

##### 6. Какой вид массажа применяют для повышения тонуса мышц?

- А) Поглаживающий
- Б) Разминающий
- В) Вибрационный
- Г) Точечный

**7. Врачебный контроль включает:**

- А) Осмотр пациента, измерение давления и пульса
- Б) Чтение истории болезни
- В) Выдачу справок
- Г) Беседы без измерений

**8. Как часто рекомендуется проводить ЛФК при хронических заболеваниях?**

- А) Регулярно, по назначению врача
- Б) Один раз в месяц
- В) Раз в год
- Г) Только при обострении

**9. Основное правило массажа:**

- А) Двигаться от периферии к центру
- Б) Игнорировать реакцию пациента
- В) Сильное давление на кости
- Г) Проводить без контроля

**10. Что важно контролировать при ЛФК у пациента?**

- А) Пульс, дыхание, самочувствие
- Б) Продолжительность сна
- В) Цвет одежды
- Г) Любимые занятия

**Вариант №2**

**1. Основная задача врачебного контроля:**

- А) Развлечение
- Б) Контроль состояния здоровья и эффективности лечения
- В) Выдача документов
- Г) Игнорирование жалоб

**2. Какие показатели оцениваются при врачебном контроле?**

- А) Цвет глаз и волосы
- Б) Рост, вес, пульс, давление
- В) Любимые фильмы
- Г) Любимые блюда

**3. ЛФК предназначена для:**

- А) Снижения веса без контроля
- Б) Восстановления физической активности и укрепления здоровья
- В) Проведения соревнований
- Г) Развлечения пациентов

**4. Основная цель массажа:**

- А) Улучшение кровообращения и мышечного тонуса
- Б) Развлечение
- В) Проверка гибкости
- Г) Укрепление костей

**5. Противопоказанием к массажу является:**

- А) Острая инфекционная болезнь
- Б) Легкая усталость

- В) Пониженное настроение
- Г) Небольшая мышечная боль

**6. Какой вид массажа используется для расслабления мышц?**

- А) Разминающий
- Б) Поглаживающий
- В) Вибрационный
- Г) Точечный

**7. Врачебный контроль включает:**

- А) Осмотр, измерение давления и пульса
- Б) Чтение медицинских журналов
- В) Выдачу справок
- Г) Консультацию по питанию

**8. Как часто рекомендуется проводить ЛФК по назначению врача?**

- А) Регулярно, по индивидуальной программе
- Б) Один раз в месяц
- В) Только при ухудшении состояния
- Г) Раз в год

**9. Основное правило массажа:**

- А) Движение по направлению к сердцу
- Б) Игнорирование реакции пациента
- В) Сильное давление на кости
- Г) Проводить без контроля

**10. Что контролирует врач во время ЛФК?**

- А) Пульс, дыхание, самочувствие
- Б) Цвет одежды
- В) Продолжительность сна
- Г) Любимые занятия

**Критерии оценивания текущей аттестации:**

Количество вопросов	Оценка	
10	5	аттестован
8-9	4	
5-7	3	
0-4	2	не аттестован

**Аттестован** - выставляется обучающемуся, ответившему правильно на 5-10 вопросов.

**Не аттестован** - выставляется обучающемуся, который ответил на 4 и менее вопросов.

**Отлично** - выставляется обучающемуся, ответившему на 10 вопросов.

**Хорошо** - выставляется обучающемуся, ответившему на 8-9 вопросов.

**Удовлетворительно** - выставляется обучающемуся, ответившему на 5-7 вопросов.

**Ключи к тесту**

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2
1	Б	Б

2	А	Б
3	А	Б
4	Б	А
5	Б	А
6	Б	Б
7	А	А
8	А	А
9	А	А
10	А	А

*Образец билета к Экзамену*

**АВТОНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
«КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

**Тест**

**по ОП.15 Основы врачебного контроля, лечебная физическая культура и массаж**

**Экзамен**

**Вариант № \_\_\_**

ФИО \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

<b>№ вопроса</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
<b>Ответ</b>										
<b>№ вопроса</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
<b>Ответ</b>										

**Вариант №1**

**1. Врачебный контроль направлен на:**

- А) Развлечение пациентов
- Б) Профилактику и коррекцию состояния здоровья
- В) Заполнение документов
- Г) Использование сложных приборов

**2. Что оценивает врач при осмотре физического состояния пациента?**

- А) Пульс, давление, рост, вес
- Б) Любимые блюда
- В) Цвет одежды
- Г) Любимые фильмы

**3. Основная цель ЛФК:**

- А) Повышение физической выносливости и восстановление здоровья
- Б) Проведение спортивных соревнований
- В) Развлечение пациентов
- Г) Игнорирование режима

**4. Основная задача массажа:**

- А) Развлечение
- Б) Улучшение кровообращения и тонуса мышц
- В) Проверка гибкости
- Г) Снижение веса

**5. Противопоказанием к массажу является:**

- А) Легкая усталость
- Б) Острая инфекционная болезнь
- В) Пониженное настроение
- Г) Небольшая мышечная боль

**6. Какой вид массажа применяют для повышения тонуса мышц?**

- А) Поглаживающий
- Б) Разминающий
- В) Вибрационный
- Г) Точечный

**7. Врачебный контроль включает:**

- А) Осмотр пациента, измерение давления и пульса
- Б) Чтение истории болезни
- В) Выдачу справок
- Г) Беседы без измерений

**8. Как часто рекомендуется проводить ЛФК при хронических заболеваниях?**

- А) Регулярно, по назначению врача
- Б) Один раз в месяц
- В) Раз в год
- Г) Только при обострении

**9. Основное правило массажа:**

- А) Двигаться от периферии к центру
- Б) Игнорировать реакцию пациента
- В) Сильное давление на кости
- Г) Проводить без контроля

**10. Что важно контролировать при ЛФК у пациента?**

- А) Пульс, дыхание, самочувствие
- Б) Продолжительность сна
- В) Цвет одежды
- Г) Любимые занятия

**11. Какая техника массажа используется для расслабления мышц?**

- А) Поглаживание
- Б) Разминание
- В) Вибрация
- Г) Точечный

**12. Профилактическая роль ЛФК заключается в:**

- А) Поддержании физической формы и предупреждении заболеваний
- Б) Развлечении пациентов
- В) Только в снижении веса
- Г) Игнорировании режима

**13. Какие показатели контролирует врач во время ЛФК?**

- А) Пульс и дыхание
- Б) Цвет волос
- В) Любимые занятия
- Г) Продолжительность сна

**14. При острых заболеваниях ЛФК и массаж:**

- А) Применяются с осторожностью или временно приостановлены
- Б) Проводятся в обычном режиме
- В) Используются только для массажа
- Г) Игнорируются полностью

**15. Разминающий массаж применяется для:**

- А) Расслабления
- Б) Укрепления мышечного тонуса
- В) Проверки гибкости
- Г) Снижения веса

**16. Основное направление движений при классическом массаже:**

- А) От периферии к сердцу
- Б) С сердца к конечностям
- В) Произвольно
- Г) Вдоль позвоночника только

**17. ЛФК помогает:**

- А) Восстановлению и укреплению здоровья
- Б) Игнорированию режима
- В) Только в профилактике ожирения
- Г) Развлечению пациентов

**18. Противопоказанием к ЛФК являются:**

- А) Острые воспалительные процессы
- Б) Умеренные мышечные боли
- В) Легкая усталость
- Г) Хорошее самочувствие

**19. Цель массажа при хронических заболеваниях:**

- А) Снижение мышечного напряжения и улучшение кровообращения
- Б) Развлечение
- В) Игнорирование боли
- Г) Профилактика простуды

**20. Врачебный контроль помогает:**

- А) Оценить эффективность лечения и состояние здоровья пациента
- Б) Развлекать пациента
- В) Игнорировать жалобы
- Г) Только выдавать справки

**Вариант №2**

**1. Основная цель врачебного контроля:**

- А) Игнорирование жалоб
- Б) Контроль состояния здоровья и эффективности лечения

- В) Развлечение пациентов
- Г) Заполнение документов

**2. Какие показатели оцениваются при осмотре физического состояния пациента?**

- А) Любимые фильмы
- Б) Рост, вес, пульс, давление
- В) Цвет одежды
- Г) Любимые блюда

**3. ЛФК применяется для:**

- А) Восстановления физической активности и укрепления здоровья
- Б) Развлечения
- В) Игнорирования режима
- Г) Проведения соревнований

**4. Главная цель массажа:**

- А) Улучшение кровообращения и мышечного тонуса
- Б) Развлечение
- В) Снижение веса
- Г) Проверка гибкости

**5. Противопоказанием к массажу является:**

- А) Легкая усталость
- Б) Острая инфекционная болезнь
- В) Умеренные мышечные боли
- Г) Хорошее настроение

**6. Вибрационный массаж применяется для:**

- А) Расслабления или стимуляции тканей
- Б) Снижения веса
- В) Профилактики простуды
- Г) Игры с пациентом

**7. Врачебный контроль включает:**

- А) Осмотр пациента, измерение пульса и давления
- Б) Развлечение
- В) Игнорирование жалоб
- Г) Чтение историй болезни

**8. Как часто проводится ЛФК у пациентов с хроническими заболеваниями?**

- А) Один раз в месяц
- Б) Регулярно по назначению врача
- В) Раз в год
- Г) Только при обострении

**9. Основное правило массажа:**

- А) Двигаться от периферии к сердцу
- Б) Сильно давить на кости
- В) Игнорировать самочувствие пациента
- Г) Проводить без контроля

**10. Что контролирует врач во время ЛФК?**

- А) Цвет одежды
- Б) Пульс, дыхание, общее самочувствие

- В) Продолжительность сна
- Г) Любимые занятия

**11. Поглаживающий массаж применяется для:**

- А) Расслабления и подготовки тканей к более глубокому воздействию
- Б) Укрепления мышц
- В) Снижения веса
- Г) Игры с пациентом

**12. Профилактическая роль ЛФК заключается в:**

- А) Поддержании физической формы и предупреждении заболеваний
- Б) Развлечении
- В) Только в снижении веса
- Г) Игнорировании режима

**13. Какие показатели отслеживаются во время занятий ЛФК?**

- А) Пульс, дыхание, самочувствие
- Б) Цвет волос
- В) Любимые занятия
- Г) Продолжительность сна

**14. ЛФК и массаж при острых заболеваниях:**

- А) Применяются с осторожностью или временно приостановлены
- Б) Проводятся в обычном режиме
- В) Игнорируются
- Г) Используются только для массажа

**15. Разминающий массаж применяется для:**

- А) Укрепления мышечного тонуса
- Б) Расслабления
- В) Снижения веса
- Г) Проверки гибкости

**16. Основное направление движения при классическом массаже:**

- А) От периферии к сердцу
- Б) Произвольно
- В) С сердца к конечностям
- Г) Вдоль позвоночника только

**17. ЛФК способствует:**

- А) Восстановлению и укреплению здоровья
- Б) Игнорированию режима
- В) Только профилактике ожирения
- Г) Развлечению

**18. Противопоказанием к ЛФК является:**

- А) Острые воспалительные процессы
- Б) Легкая усталость
- В) Умеренные мышечные боли
- Г) Хорошее самочувствие

**19. Цель массажа при хронических заболеваниях:**

- А) Снижение мышечного напряжения и улучшение кровообращения
- Б) Развлечение

- В) Игнорирование боли
- Г) Профилактика простуды

**20. Врачебный контроль позволяет:**

- А) Оценить эффективность лечения и состояние здоровья пациента
- Б) Развлекать пациента
- В) Игнорировать жалобы
- Г) Только выдавать справки

**Критерии оценивания экзамена/зачета:**

Количество вопросов	Оценка	
18-20	5	зачтено
15-17	4	
10-14	3	
0-9	2	не зачтено

*\*для зачета*

**Зачтено** - выставляется обучающемуся, ответившему правильно на 10-20 вопросов.

**Не зачтено** - выставляется обучающемуся, который ответил на 9 и менее вопросов.

*\*для экзамена*

**Отлично** - выставляется обучающемуся, ответившему на 18-20 вопросов.

**Хорошо** - выставляется обучающемуся, ответившему на 15-17 вопросов.

**Удовлетворительно** - выставляется обучающемуся, ответившему на 10-14 вопросов.

**Ключи к тесту**

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2
1	Б	Б
2	А	Б
3	А	А
4	Б	А
5	Б	Б
6	Б	А
7	А	А
8	А	Б
9	А	А
10	А	Б
11	А	А
12	А	А
13	А	А
14	А	А
15	Б	А
16	А	А
17	А	А

<b>18</b>	A	A
<b>19</b>	A	A
<b>20</b>	A	A

*Образец билета к Зачету*

**АВТОНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
«КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

**Тест**  
**по ОП.15 Основы врачебного контроля, лечебная физическая культура и массаж**  
**Зачет**  
**Вариант № \_\_\_\_**

ФИО \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

<b>№ вопроса</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
<b>Ответ</b>										
<b>№ вопроса</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
<b>Ответ</b>										

**Вариант №1**

**1. Цель врачебного контроля у пациентов с хроническими заболеваниями:**

- А) Игнорирование жалоб
- Б) Оценка состояния здоровья и корректировка лечения
- В) Развлечение
- Г) Выдача справок

**2. Какие показатели важны при первичном осмотре пациента?**

- А) Рост, вес, пульс, давление
- Б) Любимые фильмы
- В) Цвет волос
- Г) Любимые блюда

**3. ЛФК помогает:**

- А) Поддерживать физическую форму и укреплять здоровье
- Б) Игнорировать режим
- В) Только в профилактике ожирения
- Г) Развлечь пациентов

**4. Основная цель массажа:**

- А) Улучшение кровообращения и тонуса мышц
- Б) Развлечение
- В) Снижение веса
- Г) Проверка гибкости

**5. Противопоказанием к массажу является:**

- А) Легкая усталость
- Б) Острая инфекционная болезнь
- В) Пониженное настроение
- Г) Небольшая мышечная боль

**6. Какой вид массажа используют для расслабления мышц?**

- А) Поглаживающий
- Б) Разминающий
- В) Вибрационный
- Г) Точечный

**7. Врачебный контроль включает:**

- А) Измерение давления и пульса, осмотр пациента
- Б) Чтение истории болезни
- В) Развлечение
- Г) Игнорирование жалоб

**8. Как часто проводится ЛФК по назначению врача?**

- А) Регулярно по индивидуальной программе
- Б) Раз в месяц
- В) Раз в год
- Г) Только при обострении

**9. Основное правило массажа:**

- А) Движение от периферии к центру
- Б) Сильное давление на кости
- В) Игнорирование реакции пациента
- Г) Проводить без контроля

**10. Что контролирует врач во время ЛФК?**

- А) Пульс, дыхание, общее самочувствие
- Б) Цвет одежды
- В) Продолжительность сна
- Г) Любимые занятия

**11. Профилактическая роль массажа:**

- А) Снижение мышечного напряжения и улучшение кровообращения
- Б) Игнорирование жалоб
- В) Развлечение
- Г) Проверка гибкости

**12. Поглаживающий массаж применяется для:**

- А) Расслабления и подготовки тканей к более глубокому воздействию
- Б) Укрепления мышц
- В) Снижения веса
- Г) Игры с пациентом

**13. Противопоказанием к ЛФК является:**

- А) Острые воспалительные процессы
- Б) Легкая усталость
- В) Хорошее самочувствие
- Г) Умеренные мышечные боли

**14. Разминающий массаж применяется для:**

- А) Укрепления мышечного тонуса
- Б) Расслабления
- В) Снижения веса
- Г) Проверки гибкости

**15. Основное направление движения при классическом массаже:**

- А) От периферии к сердцу
- Б) С сердца к конечностям
- В) Произвольно
- Г) Вдоль позвоночника только

**16. ЛФК способствует:**

- А) Восстановлению и укреплению здоровья
- Б) Игнорированию режима
- В) Развлечению
- Г) Только профилактике ожирения

**17. Как врач оценивает эффективность ЛФК?**

- А) По изменению пульса, дыхания и общего самочувствия
- Б) По количеству повторов
- В) По времени занятий
- Г) По внешнему виду одежды

**18. Цель массажа при хронических заболеваниях:**

- А) Снижение мышечного напряжения и улучшение кровообращения
- Б) Развлечение
- В) Игнорирование боли
- Г) Профилактика простуды

**19. Что обязательно учитывается при составлении программы ЛФК?**

- А) Возраст, состояние здоровья, уровень физической подготовки
- Б) Любимые фильмы
- В) Время сна
- Г) Цвет одежды

**20. Врачебный контроль позволяет:**

- А) Оценить эффективность лечения и состояние здоровья пациента
- Б) Развлекать пациента
- В) Игнорировать жалобы
- Г) Только выдавать справки

**Вариант №2**

**1. Основная цель массажа при восстановлении после травм:**

- А) Снижение мышечного напряжения и стимуляция кровообращения
- Б) Развлечение
- В) Игнорирование боли
- Г) Проверка гибкости

**2. Какие показатели оценивает врач при первичном осмотре?**

- А) Рост, вес, пульс, давление
- Б) Любимые фильмы
- В) Цвет глаз
- Г) Любимые блюда

**3. ЛФК назначается для:**

- А) Восстановления физической активности и укрепления здоровья
- Б) Развлечения
- В) Игнорирования режима
- Г) Снижения веса без контроля

**4. Противопоказанием к массажу является:**

- А) Острая инфекционная болезнь
- Б) Легкая усталость

- В) Пониженное настроение
- Г) Небольшая мышечная боль

**5. Какой вид массажа используется для улучшения тонуса мышц?**

- А) Разминающий
- Б) Поглаживающий
- В) Вибрационный
- Г) Точечный

**6. Врачебный контроль включает:**

- А) Осмотр пациента, измерение давления и пульса
- Б) Чтение истории болезни
- В) Игнорирование жалоб
- Г) Развлечение

**7. Основное правило массажа:**

- А) Двигаться от периферии к сердцу
- Б) Игнорировать реакцию пациента
- В) Сильно давить на кости
- Г) Проводить без контроля

**8. Как часто рекомендуется ЛФК для пациентов с хроническими заболеваниями?**

- А) Раз в месяц
- Б) Регулярно по назначению врача
- В) Раз в год
- Г) Только при обострении

**9. Какие показатели контролирует врач во время ЛФК?**

- А) Пульс, дыхание, самочувствие
- Б) Цвет одежды
- В) Продолжительность сна
- Г) Любимые занятия

**10. Профилактическая роль массажа заключается в:**

- А) Снижении мышечного напряжения и улучшении кровообращения
- Б) Развлечении
- В) Игнорировании жалоб
- Г) Проверке гибкости

**11. Поглаживающий массаж применяется для:**

- А) Расслабления и подготовки тканей к более глубокому воздействию
- Б) Снижения веса
- В) Игры с пациентом
- Г) Укрепления мышц

**12. Разминающий массаж применяется для:**

- А) Укрепления мышечного тонуса
- Б) Расслабления
- В) Снижения веса
- Г) Проверки гибкости

**13. Основное направление движений при классическом массаже:**

- А) От периферии к сердцу
- Б) С сердца к конечностям

- В) Произвольно
- Г) Вдоль позвоночника

**14. ЛФК помогает:**

- А) Восстановлению и укреплению здоровья
- Б) Игнорированию режима
- В) Развлечению
- Г) Только профилактике ожирения

**15. Противопоказанием к ЛФК является:**

- А) Острые воспалительные процессы
- Б) Легкая усталость
- В) Умеренные мышечные боли
- Г) Хорошее самочувствие

**16. Цель массажа при хронических заболеваниях:**

- А) Снижение мышечного напряжения и улучшение кровообращения
- Б) Развлечение
- В) Игнорирование боли
- Г) Профилактика простуды

**17. Врачебный контроль позволяет:**

- А) Оценить эффективность лечения и состояние здоровья пациента
- Б) Развлекать пациента
- В) Игнорировать жалобы
- Г) Только выдавать справки

**18. Что обязательно учитывается при составлении программы ЛФК?**

- А) Возраст, состояние здоровья, уровень физической подготовки
- Б) Любимые фильмы
- В) Цвет одежды
- Г) Время сна

**19. Врач оценивает эффективность ЛФК по:**

- А) Пульсу, дыханию, общему самочувствию
- Б) Времени занятий
- В) Количеству повторов
- Г) Внешнему виду одежды

**20. Цель ЛФК в реабилитации:**

- А) Восстановление здоровья и физической активности
- Б) Игнорирование режима
- В) Развлечение
- Г) Только профилактика ожирения

**Критерии оценивания экзамена/зачета:**

Количество вопросов	Оценка	
18-20	5	зачтено
15-17	4	
10-14	3	

<b>0-9</b>	<b>2</b>	<b>не зачтено</b>
------------	----------	-------------------

*\*для зачета*

**Зачтено** - выставляется обучающемуся, ответившему правильно на 10-20 вопросов.

**Не зачтено** - выставляется обучающемуся, который ответил на 9 и менее вопросов.

*\*для экзамена*

**Отлично** - выставляется обучающемуся, ответившему на 18-20 вопросов.

**Хорошо** - выставляется обучающемуся, ответившему на 15-17 вопросов.

**Удовлетворительно** - выставляется обучающемуся, ответившему на 10-14 вопросов.

### Ключи к тесту

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2
1	Б	А
2	А	А
3	А	А
4	А	А
5	Б	А
6	А	А
7	А	А
8	А	Б
9	А	А
10	А	А
11	А	А
12	А	А
13	А	А
14	А	А
15	Б	А
16	А	А
17	А	А
18	А	А
19	А	А
20	А	А