

**Квалификационные тесты
по специальности «Лечебная физкультура»
Банк тестовых заданий для подготовки к аттестации
Выбрать один или несколько правильных ответов**

1. Сгибание-разгибание (флексия-экстензия) – это движение:

1. Во фронтальной плоскости
2. В сагиттальной плоскости
3. В горизонтальной плоскости
4. В аксилярной

2. Латерофлексия (наклон в сторону) – это движение:

1. Во фронтальной плоскости
2. В сагиттальной плоскости
3. В горизонтальной плоскости
4. В аксилярной

3. Вытяжение (тракция) это движение, когда суставные поверхности удаляются друг от друга:

1. В противоположном направлении
2. Во взаимоположенных направлениях
3. В краниальном
4. В каудальном

4. Дистракция – это движение, когда суставные поверхности удаляются друг от друга:

1. В противоположном направлении
2. Во взаимоположенных направлениях
3. В краниальном
4. В каудальном

5. Ротация – это:

1. Полный поворот вокруг оси
2. Неполный поворот вокруг оси
3. Поворот на 135 град.
4. Поворот на 45 град.

6. Циркумдукция – это:

1. Полный поворот вокруг оси
2. Неполный поворот вокруг оси
3. Поворот на 135 град.
4. Поворот на 45 град.

7. Отведение – приведение это движение:

1. В горизонтальной плоскости
2. В сагиттальной плоскости
3. Во фронтальной плоскости
4. В аксилярной

8. Мышечная работа с движением в суставе, перемещением в пространстве и изменением длины мышцы:

1. Динамическая
2. Изометрическая
3. Релаксационная
4. Идеомоторная

9. Мысленное движение – это:

1. Динамическое
2. Изометрическое
3. Релаксационное

4.Идеомоторное

10.Напряжение мышц без изменения длины с фиксацией строго определенной позы:

- 1.Динамическое
- 2.Изометрическое
- 3.Релаксационное
- 4.Идеомоторное

11.Упражнение на расслабление:

- 1.Динамическое
- 2.Изометрическое
- 3.Релаксационное
- 4.Идеомоторное

12.Оптимальный физиологический тип дыхания:

- 1.Брюшной
- 2.Грудной
- 3.Смешанный
- 4.Ключичный

13.При физической работе сначала требуется:

- 1.Увеличить частоту дыхания, затем глубину
- 2.Задержать дыхание на 5 секунд
- 3.Увеличить глубину дыхания, затем частоту
- 4.Уменьшить легочную вентиляцию

14.Оптимальная частота дыхательных движений в покое:

- 1.16-18
- 2.10-12
- 3.20-24
- 4.5-8

15.Основной принцип произвольной экономизации внешнего дыхания заключается:

- 1.в задержке дыхания на вдохе на 4 секунды
- 2.в уменьшении объема легочной вентиляции в единицу времени
- 3.в уменьшении частоты дыхательных движений в 1 минуту.
- 4.задержка на выдохе 10 сек.

16.Определить норму пульса у больного в покое:

- 1.52 уд. в 1 мин
- 2.68 уд. в 1 мин
- 3.82 уд. в 1 мин
- 4.102 уд. в 1 мин

17.Пульс соответствует минимальной физической нагрузке:

- 1.от 90 до 105 уд в 1 мин
- 2.от 80 до 130 уд в 1 мин
- 3.от 102 до 179 уд в 1 мин
- 4.от 30 до 45 уд. В 1 сек.

18.Небольшое урежение пульса при физической нагрузке в процессе занятий лечебной гимнастикой говорит:

- 1.о снижении тренированности больных и передозировке процедуры
- 2.о положительном воздействии лечебной гимнастики на организм больного
- 3.о снижении компенсаторных механизмов адаптации
- 4.ни о чем

19.В основном занятия ЛФК проводят в режиме физической нагрузки:

- 1.минимальной
- 2.средней
- 3.субмаксимальной
- 4.максимальной

20. Максимальное увеличение кровотока происходит при пульсе:

1. 105-110 в 1 мин
2. 120-140 в 1 мин
3. 150-170 в 1 мин
4. 170-220 уд в 1 мин

21. Максимально допустимый пульс при физической нагрузке у больного:

1. 105 в 1 мин
2. 130 в 1 мин
3. 170 в 1 мин
4. 100 уд в 1 мин

22. Пульс после физической нагрузки во время занятий ЛГ должен вернуться к исходному через:

1. 3 мин
2. 10 мин
3. 25 мин
4. 30 мин

23. Изменения АД систолического на 30 мм.рт.ст. и более от исходного, а АД диастолического на 10 мм.рт.ст и более говорит:

1. о гипотонической реакции на ФН
2. о нормотонической реакции
3. о гипертонической реакции
4. о паратонической

24. Уменьшения АД систолического на 10 мм.рт.ст. и более от исходного, а АД диастолического на 10 мм.рт.ст и более говорит:

1. о гипотонической реакции
2. о нормотонической реакции
3. о гипертонической реакции
4. о паратонической

25. Норма пульсового давления:

1. 20 мм рт ст
2. 40 мм рт ст
3. 70 мм рт ст
4. 80 мм рт ст

26. АД после занятий ЛГ должно вернуться к исходному в покое:

1. через 5 мин
2. через 20 мин
3. через 1 час
4. через 1,5 час

27. Отметить норму АД в покое:

1. 150/90 мм рт ст
2. 100/80 мм рт ст
3. 110/70 мм рт ст
4. 90/60 мм рт ст.

28. Максимально допустимая частота дыхательных движений у больного во время занятий ЛГ:

1. 10-15
2. 18-20
3. 20-25
4. 25-30

29. Усиление капиллярного кровообращения в большей степени возникает при выполнении:

1. динамических упражнений

- 2.изометрических упражнений
- 3.релаксационных упражнений
- 4.идеомоторных

30.Усиление магистрального кровотока в большей степени возникает при выполнении упражнений:

- 1.динамических
- 2.изометрических
- 3.релаксационных
- 4.идеомоторных

31.В большей степени способствует развитию силы и выносливости:

- 1.динамические
- 2.изометрические
- 3.релаксационные
- 4.идеомоторные

32.Какие упражнения способствуют развитию координации и увеличивают амплитуду движений:

- 1.динамические
- 2.изометрические
- 3.идеомоторные
- 4.релаксационные

33.Какие упражнения способствуют сохранению «мышечной памяти» у обездвиженных больных:

- 1.динамические
- 2.изометрические
- 3.релаксационные
- 4.идеомоторные

34.Наиболее выражен релаксирующий эффект при:

- 1.релаксации усилием воли
- 2.при помощи аутотренинга
- 3.с помощью ПИР
- 4.применении массажа

35.Наилучший релаксирующий результат достигается при сочетании:

- 1.массажа и аутотренинга
- 2.массажа и ПИР
3. ПИР и аутотренинга
- 4.усилием воли, массажа

36.Возбуждающее действие на ЦНС оказывают упражнения (указать неправильный ответ):

- 1.динамические
- 2.релаксационные
- 3.идеомоторные
- 4.изометрические

37.Тормозное действие на ЦНС оказывают упражнения:

- 1.динамические
- 2.изометрические
- 3.релаксационные
- 4.идеомоторные

38.Большой амплитуды движений в суставе достигают при:

- 1.активном движении
- 2.пассивном движении
- 3.полуактивном
- 4.полупассивном

39.К средствам ЛФК относят (указать неправильный ответ):

- 1.физические упражнения
- 2.дыхательные упражнения
- 3.лечебную гимнастику
- 4.закаливание

40.К формам ЛФК относят (указать неправильный ответ):

- 1.физические упражнения
- 2.лечебную гимнастику
- 3.лечебный бег
- 4.лечебное плавание

41.Противопоказания к назначению ЛФК (указать неправильный ответ):

- 1.острый период болезни
- 2.кровотечения
- 3.сахарный диабет
- 4.новообразования

42.Стационарные двигательные режимы (указать неправильный ответ):

- 1.строгий постельный
- 2.палатный
- 3.щадящий
- 4.свободный

43.Санаторно-курортные двигательные режимы (указать неправильный ответ)

- 1.щадящий
- 2.свободный
- 3.тренирующий
- 4.щадяще-тренирующий

44.Дозировка ЛФК зависит (указать неправильный ответ):

- 1.от амплитуды движения
- 2.от времени года
- 3.от исходного положения
- 4.от скорости движения

45.Легкая контрактура это ограничение движения:

- 1.более 50% от нормы
- 2.менее 50% от нормы
- 3.более 75% от нормы
- 4.менее 25% от нормы

46.Тяжелая контрактура это ограничение движения:

- 1.более 50% от нормы
- 2.менее 50% от нормы
- 3.более 15% от нормы
- 4.менее 85% от нормы

47.Синонимы ЛФК (указать неправильный ответ)

- 1.психофизическая тренировка
- 2.лечебная гимнастика
- 3.кинезотерапия
- 4.психомоторный тренинг

48.В основе ЛФК лежит:

- 1.кожно-висцеральный рефлекс
- 2.склеро-висцеральной рефлекс
- 3.миовисцеральный рефлекс
- 4.кардиовисцеральный

49. В острой стадии неврологических заболеваний можно применять:

- 1.лечение положением

- 2.массаж
- 3.ЛГ
- 4.мануальное лечение

50.При хроническом деструктивном бронхите используют гимнастику:

- 1.экспираторную
- 2.релаксационно-респираторную
- 3.дренажную
- 4.респираторную

Ответы к тестам:

№	ответ	№	ответ
1	2	31	2
2	1	32	1
3	1	33	4
4	2	34	3
5	2	35	2
6	1	36	2
7	3	37	3
8	1	38	2
9	4	39	3
10	2	40	1
11	3	41	3
12	3	42	3
13	3	43	2
14	2	44	2
15	3	45	2
16	2	46	1
17	1	47	2
18	2	48	3
19	1	49	1
20	2	50	3
21	2		
22	2		
23	3		
24	1		
25	2		
26	2		
27	3		
28	2		
29	2		
30	1		