

Програма  
вступного фахового випробування  
**з фізичної реабілітації**

при вступі на навчання  
для здобуття освітньо-кваліфікаційного рівня “Спеціаліст”  
на базі освітньо-кваліфікаційного рівня “Бакалавр”

Київ 2011

## Пояснювальна записка

Програма вступних екзаменів з фізичної реабілітації для освітньо-кваліфікаційних рівнів “Спеціаліст” охоплює базову інформацію, яку дають основні сучасні науки з фізичної реабілітації. Метою комплексного державного екзамену є оцінка якості підготовки випускників бакалаврської програми.

На вступному екзамені з фізичної реабілітації здійснюється перевірка відповідності набутого рівня знань державним стандартам з фізичної реабілітації. За своїм змістом та методикою проведення цей екзамен повинен відрізнятися від курсових екзаменів з окремих предметів. Він, зокрема, має вищий ступінь узагальнення поставлених питань, більшу широту охоплюваних проблем у поєднанні з конкретними знаннями факторів наукового та практичного значення в межах вузівських програм з окремих дисциплін, що стосуються фізичної реабілітації. Екзамен проводиться у формі тестування. Тестові завдання складаються з 100 питань, на які є чотири варіанти відповідей, одна з яких вірна. За кожну правильну відповідь абітурієнт отримує 1 бал. Максимальна кількість балів становить 100. Стобальна система оцінювання переводиться на 200 бальну, за спеціальною таблицею. Таким чином, абітурієнт може набрати максимальну кількість балів 200.

На вступному екзамені студент повинен вивчити теоретичні і методологічні основи раціонального застосування засобів фізичної культури й інших фізичних факторів для успішного відновлення здоров'я і працездатності людини після перенесених захворювань, виявити, перш за все, розуміння основних закономірностей, що розкриваються даною наукою та їх практичне значення. Одночасно він має показати рівень знань, довести своє вміння орієнтуватись у фактичному матеріалі. Програма зорієнтована на з'ясування науково-теоретичного і методичного рівня підготовки з дисциплін фізична реабілітація, фізична реабілітація при захворюваннях внутрішніх органів,

нервової системи, серцево-судинної системи протягом чотирьох років навчання.

Абітурієнт має також показати готовність до самостійної практичної діяльності. Необхідно встановити, як глибоко майбутні реабілітологи усвідомлюють структуру, зміст та основну мету застосування фізичної реабілітації в житті, рівень розуміння ними теоретичного матеріалу та вміння застосовувати його для реалізації практичних завдань. На екзамені необхідно продемонструвати вміння мислити творчо і самостійно.

## Тестові завдання з “Фізичної реабілітації”

1. Що є повноцінним засобом життєдіяльності людей, спрямований на гармонійне поєднання фізіологічних, психічних і трудових функцій, що зумовлює можливість повноцінної, необмеженої участі осіб у різних видах соціального життя?

- а) здоровий спосіб життя;
- б) фізична реабілітація;
- в) здоров'я.

2. Хто є головною діючою особою, яка здатна разом з пацієнтом реалізувати програму активної реабілітації з використанням, насамперед, фізичних вправ?

- а) фізіотерапевт;
- б) соціальний працівник;
- в) фахівець з фізичної реабілітації.

3. Які ознаки є визначальними у сфері фізичної реабілітації?

- а) погляди інших осіб на стан хворого;
- б) консультативний вплив лікаря;
- в) засоби і методи фізичної культури, спрямовані на фізичну реабілітацію.

4. Що таке реабілітація?

а) це процес систематичного та цілеспрямованого впливу на духовний і фізичний розвиток особистості з метою підготовки її до виробничої, суспільної й культурної діяльності;

б) це комбіноване й координоване використання різних засобів і методів, спрямованих на відновлення порушених функцій організму людини з метою підготовки чи перепідготовки індивідуума до праці та повернення до суспільного життя;

в) це освіта, яка забезпечує розвиток і саморозвиток особистості учня, виходячи з виявлення його індивідуальних особливостей як суб'єкта пізнання і предметної діяльності.

*5. Що є найголовнішою метою реабілітації? ?*

- а) повернення хворого та інваліда до активної праці;
- б) необхідність реабілітації у колективі;
- в) індивідуалізація реабілітаційних заходів.

*6. У яку з видів реабілітації входить система профілактичних і відновлювальних заходів з використанням природних факторів, спрямованих на досягнення чи підтримку певного рівня здоров'я?*

- а) соціальна реабілітація;
- б) фізична реабілітація;
- в) професійна реабілітація.

*7. На що впливає фізична культура?*

- а) на інтелектуальну, емоційну і духовну сфери особистості;
- б) на вибір місця проживання;
- в) на матеріальне благополуччя.

*8. Лікувальна дія фізичних вправ при захворюваннях і травмах нервової системи проявляється у вигляді 4 основних механізмів, але провідними при цій патології є:*

- а) трофічна дія;
- б) формування компенсацій;
- в) тонізуючий вплив і нормалізація функцій.

*9. Механотерапію при захворюваннях і травмах нервової системи застосовують у після лікарняний період реабілітації у вигляді:*

- а) апаратів за принципом важеля;
- б) маятникових та блокових апаратів;

в) всіх вище зазначених апаратів.

*10. Коли призначають лікувальний масаж після інсульту?*

а) з перших днів захворювання для попередження пролежнів у вигляді прогладжувань і розтирань шкіри з камфорним спиртом ділянок крижів, сідниць, кутів лопаток, ліктів та п'ят;

б) наприкінці першого тижня для заспокійливого впливу на ЦНС;

в) одночасно з ЛФК.

*11. Як визначив реабілітацію Комітет експертів з реабілітації ВООЗ?*

а) як соціальна організація, засіб і спосіб розвитку суспільства в його цілісності при виробництві та відтворенні суспільного життя і самої людини;

б) як спосіб саморегуляції людиною її власних здібностей у процесі соціальної діяльності та в результаті цієї діяльності;

в) як процес, метою якого є запобігання інвалідності під час лікування захворювання і допомога хворому в досягненні максимальної фізичної, психічної, соціальної та економічної повноцінності, на яку він був здатний у межах існуючого захворювання.

*12. Які вправи проводять з метою збільшення рухливості вкорочених і зморщених м'язів, зв'язок, сухожилків і функціонально вигідного формування рубців та спайок?*

а) спеціальні вправи;

б) вправи на розтягнення;

в) активні вправи.

*13. Що потрібно розуміти під терміном "фізична реабілітація"?*

а) застосування з лікувальною і профілактичною метою фізичних вправ і природних чинників у комплексному процесі відновлення здоров'я, фізичного стану і працездатності хворих та інвалідів;

б) процес, виховання особистості в умовах навчально-виховного середовища;

в) напрям фізичної культури, метою якого є підвищення функціональних можливостей організму.

*14. Який процес включає заходи для забезпечення і відновлення функцій або компенсації втрати функцій або функціональних обмежень?*

а) адаптація;

б) реабілітація;

в) фізіотерапія.

*15. Коли в Україні почався процес формування спеціальності "Фізична реабілітація"?*

а) на початку 70-років ХХ століття;

б) у середині 90-х років ХХ століття;

в) на початку ХХІ століття.

*16. Як ВООЗ визначив поняття здоров'я?*

а) як цілісний динамічний стан організму, який визначається резервами енергетичного забезпечення функцій, стійкістю до дії патогенних чинників, а також є основою для здійснення біологічних і соціальних функцій;

б) як природний стан організму, який характеризується врівноваженістю з навколишнім середовищем і відсутністю будь-яких захворювань;

в) як стан повного фізичного, духовного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність захворювань і фізичних дефектів.

*17. Які основні засоби фізичної реабілітації?*

а) фізичне виховання, фізична рекреація, спорт;

б) ЛФК, лікувальний масаж, фізіотерапія, механотерапія, працетерапія;

в) оздоровча фізична культура, спорт, аеробіка.

*18. Які фізичні вправи переважно використовуються при сколіозі першого ступеня?*

- а) асиметричні вправи;
- б) загальнорозвиваючі, дихальні, симетричні корегуючі вправи;
- в) асиметричні і деторсійні вправи.

*19. До завдань якої науки належить розробка та реалізація уявлень про сутність здоров'я, пошук моделей його вивчення і методів оцінки?*

- а) до завдань фізичного виховання;
- б) до завдань адаптивного фізичного виховання;
- в) до завдань валеології.

*20. У медичній реабілітації, згідно з рекомендаціями експертів ВООЗ, розрізняють 2 періоди:*

- а) лікарняний та післялікарняний;
- б) реабілітаційний та диспансерний;
- в) санаторний та диспансерний.

*21. Як називається порушення постави, що характеризується зменшенням фізіологічних викривлень?*

- а) асиметрична постава;
- б) сутулість, кругла спина, кругловвігнута спина;
- в) плоска і плосковвігнута спина.

*22. Де найбільш ефективно проводиться фізична реабілітація?*

- а) у фітнес-центрах;
- б) у спеціалізованих реабілітаційних центрах;
- в) у оздоровчих центрах.

*23. Які засоби фізичної реабілітації протипоказані у палатному режимі при ішемічній хворобі серця?*

- а) ЛФК;
- б) працетерапія;



в) масаж.

24. Які періоди ЛФК визначають при захворюваннях серцево-судинної системи?

а) гострий, виліковування, підтримуючий;

б) гострий, підтримуючий, хронічний;

в) ліжковий, палатний, вільний.

25. Які особливості методики ЛФК при захворюваннях органів дихання?

а) широке застосування спеціальних дихальних вправ (вольове кероване статичне, динамічне, локалізоване дихання);

б) застосування коригуючих вправ;

в) вправи на координацію рухів.

26. Що є початковим етапом у механізмі дії масажу?

а) прискорення току крові, лімфи та покращення живлення тканин;

б) складні взаємопов'язані рефлекторні нейрогуморальні, нейроендокринні процеси, які регулюються вищими відділами ЦНС;

в) подразнення в організмі механорецепторів у шкірі, які перетворюють механічну енергію в імпульси, що надходять до ЦНС.

27. Який метод є найбільш ефективним при проведенні лікувального масажу?

а) ручний;

б) апаратний;

в) комбінований.

28. Які існують форми масажу?

а) ручний (мануальний), апаратний та комбінований;

б) загальний, місцевий (окремих ділянок тіла);

в) лікувальний, спортивний, гігієнічний та косметичний.

29. У чому полягає особливість фізіологічного впливу класичного масажу?

а) у використанні як рук, так і ніг та проведення його відповідно до току енергії в меридіанах;

б) у розтиранні затвердінь, розтягуванні судинно-нервових пучків і м'язів;

в) у проведенні його від дистальних відділів до проксимальних у напрямку току лімфи.

*30. Виконання якого масажного прийому називають пасивною гімнастикою для м'язів?*

а) погладжування;

б) розтирання;

в) розминання.

*31. При якому вихідному положенні рекомендується проводити лікувальний масаж пацієнту при запаленні корінців спинного мозку (радикуліті), що перебуває на ліжковому режимі?*

а) лежачи на боці;

б) лежачи на животі;

в) лежачи на спині.

*32. За допомогою якого показника здійснюється повсякденний контроль за фізичним навантаженням і його дозування у заняттях ЛФК при серцево-судинних захворюваннях після виписки зі стаціонару, особливо під час самостійних занять у домашніх умовах?*

а) підрахунку частоти дихання;

б) вимірювання ЧСС;

в) ЕКГ-контроль.

*33. Якою є найбільш оптимальна тривалість комплексів ранкової гігієнічної гімнастики?*

а) від 15 до 25 хв.;

б) від 10 до 30 хв.;

в) від 5 до 20 хв.

*34. Що таке артроз??*

а) повна відсутність рухливості в суглобах;

б) дегенеративно-дистрофічне захворювання суглобів, при якому виникають зміни в суглобовому хрящі з наступними кістяковими розростаннями;

в) обмеження рухливості в суглобах.

*35. Яка з форм ЛФК дозволяє найбільш повно реалізувати завдання лікувального впливу фізичних вправ?*

а) ранкова гігієнічна гімнастика;

б) лікувальна гімнастика;

в) теренкур.

*36. З чим поєднували застосування масажу стародавні слов'янські племена?*

а) з парною банею та поплескуванням тіла віниками з березових або дубових листків;

б) купанням у холодній воді;

в) обтиранням снігом.

*37. З яких частин складається заняття лікувальною гімнастикою?*

а) основної, заключної та спеціальної;

б) вступної, основної та заключної;

в) попередньої, основної та заключної.

*38. У якому періоді реабілітації використовують спеціальні ідеомоторні вправи при переломах верхніх кінцівок?*

а) у післялікарняному;

б) у лікарняному іммобілізаційному;

в) у лікарняному постіммобілізаційному.

39. Який відсоток заняття лікувальною гімнастикою становить вступна частина?

- а) 10-20 % часу від тривалості усього заняття;
- б) 5-25 % часу від тривалості усього заняття;
- в) 15-30 % часу від тривалості усього заняття.

40. Що являється критерієм для призначення занять ЛФК у формі самостійних вправ при відновленні втрачених функцій ОРА?

- а) свідоме ставлення до якості виконання кожної вправи, задовільний стан здоров'я;
- б) бажання пацієнта без врахування стану здоров'я;
- в) відсутність на робочому місці реабілітолога.

41. Який відсоток заняття лікувальною гімнастикою становить основна частина?

- а) 10-20 % часу від тривалості усього заняття;
- б) 50-70 % часу від тривалості усього заняття;
- в) 25-45 % часу від тривалості усього заняття.

42. Яке завдання повинно бути реалізоване у заключній частині заняття лікувальною гімнастикою?

- а) підготовка організму до виконання вправ основної частини;
- б) зменшення фізичного навантаження і приведення організму до спокійного стану;
- в) підвищення фізичного навантаження на організм людини.

43. Що виступає загальними завданнями лікувальної фізичної культури?

- а) діяльність щодо відновлення частково втрачених або послаблених психофізичних функцій і здібностей людини;
- б) використання засобів і принципів фізичної культури для лікування захворювань та ушкоджень, попередження їх загострень і ускладнень, відновлення здоров'я і працездатності хворих та інвалідів;

в) діяльність, яка задовольняє потреби щодо лікування та відновлення сил людини такими засобами фізичної культури, як фізичні вправи, масаж, лазня, водні процедури.

*44. Які існують основні форми використання лікувальної фізичної культури?*

а) програми реабілітації, у яких значну увагу приділяють поступовому збільшенню фізичних навантажень, загальному тренуванню, підвищенню функціональної здатності, загартовуванню організму, виявленню його резервних можливостей;

б) методи фізичної культури, елементи спорту і спортивної підготовки, масажу, фізіотерапії, природних факторів;

в) комплекси фізичних вправ, основою яких є м'язова діяльність, біологічна роль якої має надзвичайно велике значення в житті людини.

*45. Що може викликати бронхоспазм і спровокувати напад бронхіальної астми?*

а) звукові вправи;

б) натужування, глибокі вдихи та форсовані видихи;

в) вправи на розслаблення.

*46. Де лікуються діти зі сколіозом I ступеня?*

а) у спеціалізованих санаторіях;

б) у поліклініці і у школі;

в) в умовах стаціонару.

*47. Для якого рухового режиму лікарняного періоду реабілітації характерне перебування хворого в ліжку в першій половині дня, а в другій – сидіння, ходьба в палаті?*

а) для суворого постільного рухового режиму;

б) для постільного рухового режиму;

в) для палатного рухового режиму.

48. Сколіоз якого ступеня можна поставити обстежуваному у тих випадках, коли він тільки за рахунок вольового напруження м'язів і розвантаження у горизонтальному положенні значно зменшує його прояви?

- а) I ступеня;
- б) III-IV ступеня;
- в) II ступеня.

49. Метою якого періоду реабілітації є відновлення функції верхніх кінцівок і загального стану організму?

- а) післялікарняного;
- б) лікарняного іммобілізаційного;
- в) лікарняного постіммобілізаційного.

50. У якому періоді реабілітації при переломах нижніх кінцівок дозволяється виконувати вправи з обтяженням та опором?

- а) у післялікарняному;
- б) у лікарняному постіммобілізаційному;
- в) у лікарняному іммобілізаційному.

51. Які завдання лікувальної фізичної культури при переломах кісток тазу застосовуються у післялікарняному періоді реабілітації?

- а) зміцнення м'язів ніг, тазового поясу, тулуба, збільшення амплітуди рухів у суглобах нижніх кінцівок, підготовка до вставання і ходьби;
- б) відновлення опорної здатності нижніх кінцівок і повної амплітуди рухів у суглобах, оволодіння навичками правильної ходьби і постави;
- в) повне відновлення сили і витривалості м'язів нижніх кінцівок, тазового поясу і тулуба, адаптація організму до зростаючих фізичних навантажень, відновлення працездатності пацієнта.

52. Які з перерахованих вправ не рекомендовано застосовувати при переломах кісток тазу у лікарняному іммобілізаційному періоді?

- а) ізометричні напруження м'язів стегна, гомілки, сідничних м'язів;
- б) піднімання прямих ніг;
- в) циклічні вправи.

53. Які механізми є ведучими при застосуванні плавання з метою загартування?

- а) зміни у системі терморегуляції під впливом водного середовища та фізичних навантажень;
- б) підвищення енергетичних витрат людини під впливом водного середовища та фізичних навантажень;
- в) значний розвитком організму та фізичних якостей під впливом водного середовища та фізичних навантажень.

54. Які структурні особливості дихання під час плавання сприяють розвитку дихальної системи?

- а) глибокий швидкий вдих та потужний повний видих;
- б) глибокий повільний вдих та потужний повний видих;
- в) глибокий потужний вдих та швидкий видих.

55. Скільки періодів виділяють при переломах хребта у лікарняному періоді реабілітації?

- а) два;
- б) три;
- в) чотири.

56. У хворого діафізарний перелом лівої плечової кістки. Травму отримав 2 тижні тому. Які вправи йому показані?

- а) активні вправи у вільних від іммобілізації суглобах, ізометричні напруження м'язів плеча та передпліччя, ідеомоторні вправи;
- б) активні вправи в ліктьовому та плечовому суглобах, які виконуються у полегшених умовах;

в) вправи, які спрямовані на відновлення функції ліктьового і плечового суглобів і покращення функції стану пошкодженої кінцівки.

57. Яка тривалість відпочинку передбачається для масажиста після виконання ним процедури масажу в масажному кабінеті?

а) 2-3 хв.;

б) 4-5 хв.;

в) 6-7 хв.

58. Чи можна клінічно, без велоаргометра встановити достатньо точно фізичну працездатність і тренувальну ЧСС при ішемічній хворобі серця?

а) ні, можна використовувати виключно велоагrometer або “біжучу доріжку”;

б) так, за рахунок звичайної 3-хвилинної ходьби у прийнятному для хворого темпі, при якому ознаки непереносимості не виникають;

в) так, за рахунок підйому по східцях.

59. Який руховий режим в санаторії відповідає вільному руховому режимові у лікарні?

а) тренуючий;

б) помірно-тренуючий;

в) помірний.

60. Яка з видів реабілітації найбільш тісно зв'язана з фізичною реабілітацією?

а) соціальна;

б) професійна;

в) медична.

61. Чому при бронхіальній астмі приділяють звуковій гімнастиці?

а) вона подовжує фазу видиху і сприяє розслабленню спазмованих бронхів і бронхіол;



б) тому, що при нападі бронхіальної астми різко порушується механізм дихання;

в) вона є єдиним ефективним методом лікування.

*62. Яка за температурними характеристиками вода поліпшує лімфообіг, сприяє розслабленню м'язів, зменшує рефлекторну збудженість, покращує еластичність м'язів, знімає больові відчуття?*

а) холодна вода;

б) тепла вода;

в) гаряча вода.

*63. При якому руховому режимі після лікарняного періоду реабілітації широко використовують теренкур, ігри, прогулянки, екскурсії, біг підтюпцем, водні процедури, танці?*

а) при помірному руховому режимі;

б) при тренуючому руховому режимі;

в) при помірно-тренуючому режимі.

*64. Що таке працетерапія?*

а) метод фізичного виховання;

б) засіб фізичної реабілітації;

в) форма лікувальної фізичної культури.

*65. Враховуючи тривалий багатомісячний термін ефективного лікування туберкульозу у стаціонарних умовах і переведення хворого на вільний руховий режим, який засіб фізичної реабілітації показаний з метою поступової адаптації до фізичного навантаження виробничого і побутового характеру?*

а) механотерапія;

б) фізіотерапія;

в) працетерапія.

*66. Як називається лікування фізичними вправами, які виконуються за допомогою спеціальних апаратів, блоків?*

- а) магнітотерапія;
- б) механотерапія;
- в) працетерапія.

67. Які основні вихідні положення рекомендують при захворюваннях серцево-судинної і дихальної систем?

- а) лежачи на спині та на боці;
- б) лежачи, напівлежачи з високим положенням голови, сидячи;
- в) лежачи на животі, на боці, стоячи без опори.

68. При якому режимі реабілітації при інфаркті міокарда можна дозволяти перехід у положення сидячи?

- а) при суворому постільному руховому режимі;
- б) при палатному руховому режимі;
- в) при постільному руховому режимі.

69. Що є завданням лікувальної фізичної культури при інфаркті міокарда у палатному руховому режимі?

- а) підготовка і адаптація серцево-судинної системи до положення стоячи і ходьби; поступове тренування міокарду, підготовка до самообслуговування;
- б) адаптація серцево-судинної системи до поступового збільшення фізичних навантажень, навчання ходьбі по сходах, підготовка до побутових навантажень;
- в) відновлення функцій серцево-судинної системи, профілактика ішемічної хвороби серця; підвищення толерантності до фізичних навантажень, відновлення працездатності.

70. Який етап реабілітації при інфаркті міокарда необхідно спрямувати на утримання і підвищення досягнутого рівня функцій серцево-судинної системи і всього організму, попередження повторних інфарктів міокарда?

- а) санаторно-курортний;
- б) поліклінічний;

в) диспансерний.

*71. У хворого пневмонія. Він потрапив до лікарні повторно через 3 місяці після першої госпіталізації. Стан задовільний, температура 37,4, кашель з виділенням мокротиння, пітливість. Які заходи можна запропонувати, щоб покращити видалення мокротиння?*

а) зосередитися на відхаркувальних медичних препаратах;

б) включити до комплексного лікування ЛФК і за допомогою дренажних висхідних положень, їх часті зміни досягти кращого відкашлювання мокротиння;

в) бути обережним та стриманим у призначенні активних методів впливу на хворого.

*72. Хворий знаходиться на палатному режимі у нефрологічному відділенні з приводу гострого гломеронефриту. На які частини тіла показані вправи для покращення ниркового кровообігу?*

а) вправи для м'язів живота, спини і тазового дна в положеннях лежачи, сидячи та стоячи на колінах;

б) вправи у положеннях лежачи на спині і на боку, сидячи – для дрібних м'язових груп в поєднанні з дихальними вправами, включаються паузи відпочинку у вигляді релаксації;

в) вправи виключно в положенні стоячи для всіх м'язових груп без предметів і з предметами.

*73. Які вправи є важливим засобом профілактики атрофії м'язів при іммобілізації кінцівок і їх відновлення у випадку слабкості при мозкових інсультах?*

а) вправи на координацію рухів;

б) ізометричні вправи;

в) циклічні вправи.

74. Яка форма ЛФК є найбільш ефективною для нормалізації ходи після травм і захворювань нервової системи, опорно-рухового апарату, а також при порушеннях обміну речовин, для тренування серцево-судинної і дихальної систем?

- а) біг;
- б) лікувальна дозована ходьба;
- в) стрибки.

75. Які фізичні вправи використовують для створення і зміцнення м'язового корсету?

а) В.п. – лежачи на животі, підборіддя на тильній поверхні кистей. Руки на поясі, піднімаючи голову і плечі, лопатки з'єднати, живіт не піднімати, утримувати таке положення;

б) В.п. – лежачи на спині. Зігнути ноги, розігнути їх під кутом 45°, розвести і повільно опустити;

в) В.п. – лежачи на правому боці, права рука вгору, ліва – вздовж тулуба. Підняти та опустити ліву ногу.

76. Які корегуючі вправи використовують на заняттях лікувальною гімнастикою при сколіозах, що зберігають середнє положення хребта, сприяють вирівнюванню м'язової тяги з обох боків?

- а) деторсійні корегуючі вправи;
- б) асиметричні корегуючі вправи;
- в) симетричні корегуючі вправи.

77. При якому лікарняному періоді реабілітації рухова активність хворого різко обмежена?

- а) при суворому постільному режимі;
- б) при постільному режимі;
- в) при палатному режимі.

78. Які м'язи слід зміцнювати при сутулості, збільшенні грудного кіфозу?

- а) довгі м'язи спини;
- б) м'язи живота та попереку;
- в) м'язи шиї.

*79. Які м'язи слід зміцнювати при збільшенні поперекового лордозу?*

- а) довгі м'язи спини;
- б) м'язи живота;
- в) м'язи шиї.

*80. Які вправи слід використовувати при корекції асиметричної постави?*

- а) симетричні вправи, що врівноважують м'язовий тонус на опуклому і ввігнутому боці хребта;
- б) циклічні вправи;
- в) ідеомоторні вправи.

*81. Чи показана ЛФК при інсульті при суворому постільному режимі на фоні серйозних порушень серцевої діяльності і дихання, при коматозному стані?*

- а) так, показано;
- б) ні, протипоказано;
- в) важко відповісти.

*82. Що необхідно робити з метою профілактики статичної плоскостопості?*

- а) носити взуття з м'якою підошвою;
- б) обмежити заняття фізичною культурою і спортом;
- в) заохочувати дітей з річного віку ходити босоніж по підлозі, землі, піску, гальці.

*83. Як реагує секреція шлунку на довге та інтенсивне фізичне навантаження?*

- а) зменшується;
- б) збільшується;

в) залишається без змін.

84. У якій половині дня згідно біоритмів організму треба проводити процедуру лікувальної гімнастики з метою досягнення максимального лікувально-реабілітаційного ефекту?

- а) у першій половині дня;
- б) у другій половині дня;
- в) не має особливого значення.

85. Яке вихідне положення при бронхіальній астмі найбільш сприяє покращенню дихальної функції і кращому відходженню моротиння?

- а) лежачи;
- б) стоячи;
- в) сидячи.

86. Коли найбільш ефективно проведення заняття лікувальною гімнастикою хворих на цукровий діабет, які одержують інсулін ?

- а) натщерце, після пробудження;
- б) не раніше ніж через годину після ін'єкції інсуліну (для попередження гіпоглікемії);
- в) не керуючись часом прийому інсуліну.

87. Які спеціальні фізичні вправи використовуються при гіпотонічній хворобі, що викликають пресорний ефект і сприяють підвищенню артеріального тиску?

- а) статичні швидко-силові та силові;
- б) ідеомоторні;
- в) на розслаблення.

88. Яким повинно бути фізичне навантаження при хронічному гастриті з нормальною і зниженою секрецією шлунку?

- а) помірне (кожну вправу треба виконувати 3-4 рази, плавно, без ривків або в середньому темпі);

- б) велике (кожну вправу треба виконувати 5-6 разів в середньому темпі);
- в) як помірно, так і велике.

89. Які ванни діють збуджуюче, активізуючи діяльність ЦНС, процеси терморегуляції і обміну речовин?

- а) холодні і прохолодні;
- б) індиферентної температури;
- в) теплі і гарячі.

90. Які ванни у спортивній практиці використовують плавці, лижники, ковзаняри для нормалізації функції м'язів, попередження перевантажень і травм, а також при ознаках переохолодження?

- а) ванни з індиферентною температурою тривалістю 15-25 хвилин;
- б) теплі ванни;
- в) гарячі ванни з тривалістю процедури до 10 хвилин.

91. Хворий А. знаходиться на стаціонарному лікуванні з приводу туберкульозу легень. Який з молочнокислих продуктів найбільш вдалий при цьому захворюванні?

92. Хворий В. знаходиться на стаціонарному лікуванні з приводу бронхоектатичної хвороби. Як називається гімнастика, особливістю якої є те, що всі вправи виконуються виключно у вихідному положенні лежачи ( на спині, боці, животі ), вправи представляють собою поєднання цих положень з різними рухами тулуба і кінцівок при обов'язковому виконанні кашльових товчків, які сприяють видаленню мокроти?

93. хворий В. проходить лікарняний етап реабілітації з приводу інфаркту міокарда, який протікає з ускладненнями ( аритмія, больовий синдром ). Яка програма фізичної реабілітації повинна застосовуватись в даному випадку?

94. Хворий Г. після перенесеного інфаркту міокарда для продовження лікування і реабілітації направлений в кардіологічний санаторій, де особливу увагу треба приділити відновленню адаптації серцево-судинної системи до

виконання тривалої роботи помірної інтенсивності. Кращим засобом для цього є \_\_\_\_\_

95. Хворий Д. протягом 17 років страждає на бронхіальну астму. Перед вступом до стаціонару загострення відсутнє протягом 7 місяців. Поступив у відділення реанімації в астматичному стані, на другий день переведений у терапевтичне відділення у задовільному стані. Які вправи категорично протипоказані хворому? \_\_\_\_\_

96. Хворий Ж. знаходиться на лікуванні стаціонарному травматологічному відділенні з приводу компресійних переломів грудних і поперекових хребців хребта. ЛФК при цій травмі проводять у 4-и періоди. Назвіть період і час коли хворий повинен піднятися на ноги і перейти до повного осьового навантаження на хребет? \_\_\_\_\_

97. Хворий З. понад рік назад переніс інсульт і знаходиться в післялікарняному періоді реабілітації. До засобів фізичної реабілітації попереднього періоду додаються працетерапія та механотерапія. Апарати яких типів застосовують для ліквідації постінсультних контрактур і відновлення рухливості в суглобах, м'язів паретичних кінцівок? \_\_\_\_\_

98. Хворий І. страждає на цукровий діабет. При цьому захворюванні фізичне навантаження доцільно використовувати з перших днів лікування і реабілітації, при відсутності ускладнень. Які навантаження викликають найкращий лікувально-реабілітаційний ефект? \_\_\_\_\_

99. Хворий К. страждає аліментарним ожирінням III ступеня. В яких двох основних напрямленнях повинна вестись боротьба з ожирінням в даному випадку? \_\_\_\_\_

100. Хворий Л. страждає на хронічний холецистит. Назвіть кращі вихідні положення для відтоку жовчі, що сприятиме протіканню захворювання без загострень і стане профілактикою жовчнокам'яної хвороби? \_\_\_\_\_



### Критерії оцінювання

Тестові завдання складаються з 100 питань, на які є чотири варіанти відповідей, одна з яких вірна. За кожну правильну відповідь абітурієнт отримує 1 бал.

Кількість правильних відповідей	100 – бальна шкала університету	200 – бальна шкала університету
100	100	200
99	99	199
98	98	198
97	97	197
96	96	196
95	95	195
94	94	194
93	93	193
92	92	192
91	91	191
90	90	190
89	89	188
88	88	186
87	87	184
86	86	181
85	85	175
84	84	172
83	83	169
82	82	166
83	83	163
84	84	161
85	85	178
84	84	175
83	83	172
82	82	169
81	81	166
80	80	163
79	79	161
78	78	159
77	77	157
76	76	155
75	75	153
74	74	151
73	73	149
72	72	147

71	71	141
70	70	143
69	69	139
68	68	137
67	67	135
66	66	137
65	65	133
64	64	131
63	63	129
62	62	127
61	61	125
60	60	124
0-59	0-59	0-123