

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Крымский федеральный университет имени В.И.Вернадского

«Утверждаю»

Проректор по учебной и методической  
деятельности

\_\_\_\_\_ В.О. Курьянов

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2014 года

## **ПРОГРАММА**

**вступительного испытания по направлению подготовки «Адаптивная  
физическая культура» для поступления по программе высшего образования  
«магистр»**

Симферополь 2014

Программа разработана зав. кафедрой физической реабилитации и здоровья человека Буковым Ю.А., доцентами Малыгина В.И., Сафронова Н.С., ст. преподавателем Ковальской И.А.

Программа утверждена на заседании кафедры физической реабилитации и здоровья человека

Протокол № \_\_\_ от \_\_\_\_\_ 2014г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Буков Ю.А.

Пояснительная записка.

Вступительное испытание по предмету «Физическая реабилитация» проводится с целью выявления уровня теоретической и практической подготовки соискателя магистерской степени, прошедшего обучение по образовательной программе высшего образования «бакалавр». Программа вступительного испытания включает в себя вопросы, интегрально отражающие содержание образовательной программы бакалавриата по направлению подготовки «Адаптивная физическая культура» профиля «Физическая реабилитация». Основное внимание в вопросах испытания уделено научно-методическим основам, средствам и методам физической реабилитации, а также использованию реабилитационных программ при различных заболеваниях. Содержание вопросов даёт возможность выявить общий образовательный уровень соискателя, его профессиональные компетенции, характеризующие умения правильно составить и обосновать программу реабилитации с учётом этиологии и патогенеза заболевания, возможности стимулирования саногенетических механизмов, обеспечивающих процессы восстановления. Каждый билет испытания включает в себя два вопроса и тестовое задание. Первый вопрос билета предусматривает оценку знаний соискателем теоретических и методических основ реабилитации. Второй вопрос посвящен рассмотрению проблем частной реабилитации. Тест предусматривает выбор правильного ответа по конкретному практическому заданию. Оценка вступительного испытания проводится в соответствии с критериями оценивания.

## Содержание программы.

### Теоретические и методические основы реабилитации.

1. Понятие о реабилитации. Исторические этапы развития реабилитации.
2. Реабилитация как система. Методические подходы к обоснованию системы реабилитации.
3. Реабилитация как наука. Методологические основы реабилитационной науки.
4. Задачи и средства трудовой реабилитации.
5. Характеристика различных видов реабилитации. Задачи и средства медицинской и физической реабилитации.
6. Понятие о физической реабилитации. Педагогические принципы лечебно-восстановительной тренировки.
7. Общая характеристика основных методических принципов медицинской и физической реабилитации.
8. Составление реабилитационных программ. Исходы и оценка эффективности реабилитации.
9. Общие представления о болезни. Причины возникновения болезней. Понятие о патогенезе заболевания и реактивности.
10. Учение о саногенезе.
11. Теория моторно-висцеральных рефлексов и рефлекторная терапия.
12. Понятие об адаптации и стрессе. Общий адаптационный синдром.
13. Стресс-реализующие и стресс-лимитирующие нейро-эндокринные системы адаптации.
14. Срочная и долговременная адаптация.
15. Основные стадии адаптации к физическим нагрузкам. Положительный “перекрестный” эффект адаптации к мышечной деятельности.
16. Влияние аэробных физических тренировок на физиологические функции организма и энергетический потенциал.

17. Кинезотерапия (ЛФК) в физической реабилитации. Клинико-физиологическое обоснование применения физических упражнений.
18. Основные этапы медицинской и физической реабилитации. Задачи и средства ФР.
19. Гидрокинезотерапия. Влияние на физиологические функции. Показания и противопоказания к применению.
20. Понятие о физиотерапии. Классификация физических факторов по виду и характеру физического воздействия. Естественные физические факторы, используемые в реабилитации
21. Термотерапия. Тепловые (парафинолечение, горячие шерстяные укутывания), контрастные воздействия, криотерапия.
22. Гидротерапия (души, пресные ванны). Механизмы действия. Показания, противопоказания.
23. Высокочастотная терапия (УВЧ - терапия, СВЧ- терапия, индуктотермия).
24. Видимый и инфракрасный спектр излучения. Механизм действия. Показания, противопоказания.
25. Магнитотерапия. Низкочастотные и постоянные магнитные поля, механизм действия. Показания, противопоказания.
26. Закаливание как фактор повышения сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам среды.
27. Задачи и организация нагрузочного тестирования. Тесты на усилие и восстановление.
28. Субмаксимальные тесты. Сбор и оценка информации о состоянии сердечно-сосудистой и дыхательной системы во время нагрузочного тестирования.
29. Классификация гимнастических упражнений используемых в ЛФК.
30. Спортивно - прикладные упражнения и игры в ЛФК. Классификация и характеристика.
31. Формы ЛФК. Показания и противопоказания к назначению ЛФК.
32. Характеристика двигательных режимов, используемых в реабилитации.

33. Механотерапия в физической реабилитации. Показания и противопоказания.
34. Оценка эффективности занятия лечебной гимнастикой (врачебно-педагогическое наблюдение).
35. Массаж как средство физической реабилитации. Основные принципы дозирования массажа.
36. Особенности различных приемов массажа.
37. Характеристика различных видов массажа: лечебного, гигиенического, спортивного, косметического.
38. Сочетание массажа с ЛФК при заболеваниях разных систем и органов.
39. Особенности массажа у лиц пожилого, старческого и детей грудного возраста.
40. Механизмы действия массажа.

#### Частная реабилитация

1. Клинико – физиологическое обоснование применения средств физической реабилитации при заболеваниях сердечно – сосудистой системы.
2. Хроническая сердечно - сосудистая недостаточность. Классификация по степеням. Задачи физической реабилитации, режимы двигательной активности.
3. Классификация артериальной гипертензии. Физическая реабилитация больных гипертонической болезнью.
4. Физическая реабилитация больных гипертонической болезнью на стационарном этапе.
5. Физическая реабилитация больных гипертонической болезнью на санаторно - курортном этапе.
6. Физическая реабилитация больных атеросклерозом.
7. Клинико – физиологическое обоснование применения средств физической реабилитации при заболеваниях бронхо - легочной системы.

8. Физическая реабилитация лиц, страдающих бронхитами на стационаре.
9. Физическая реабилитация больных бронхитами на санаторно-курортном этапе.
10. Физическая реабилитация больных пневмонией на стационарном этапе.
11. Физическая реабилитация больных пневмонией на санаторно – курортном этапе.
12. Клинико – физиологическое обоснование применения средств физической реабилитации при деформациях ОДА.
13. Принципы и средства физической реабилитации при нарушении осанки в сагиттальной плоскости.
14. Этиология и патогенез нарушений осанки. Физическая реабилитация при нарушениях осанки во фронтальной плоскости.
15. Физическая реабилитация при функциональной недостаточности стоп и плоскостопии.
16. Реабилитация больных с остеохондрозом шейно – грудного отдела.
17. Реабилитация больных с остеохондрозом поясничного отдела.
18. Клинико – физиологическое обоснование применения средств физической реабилитации при нарушениях обмена веществ. Виды нарушений обмена.
19. Классификации и степени различных видов ожирения. Реабилитация больных с ожирением 1-2 степени.
20. Этиология и патогенез. Задачи реабилитации больных с ожирением 3-4 степени.
21. Физическая реабилитация больных с подагрой.
22. Клинико-физиологическое обоснование применения средств физической реабилитации в травматологии.
23. Физическая реабилитация при переломах трубчатых костей плечевого пояса.
24. Физическая реабилитация при вывихе плечевого сустава.
25. Физическая реабилитация при повреждении кистей и пальцев (костей, сухожилий).

26. Клинико – физиологическое обоснование применения средств физической реабилитации при заболеваниях и травмах нервной системы.
27. Клинико – физиологическое обоснование применения средств физической реабилитации при заболеваниях ЖКТ.
28. Физическая реабилитация при гастритах на стационарном этапе.
29. Физическая реабилитация при гастритах на санаторно-курортном этапе.
30. Физическая реабилитация при дискинезиях желчевыводящих путей.
31. Физическая реабилитация при опущении органов брюшной полости.
32. Физическая реабилитация при хирургических операциях на сердце и сосудах
33. Физическая реабилитация при хирургических операциях на легких.
34. Физическая реабилитация при хирургических операциях на органах брюшной полости.
35. Обоснование применения средств физической реабилитации для детей дошкольного и младшего школьного возраста
36. Физическая реабилитация детей среднего и старшего школьного возраста
37. Физическая реабилитация детей с ДЦП в разные периоды реабилитации
38. Физическая реабилитация детей с различными формами ДЦП.
39. Физиологическое обоснование применения средств физической реабилитации в геронтологии.
40. Особенности реабилитации людей пожилого возраста.

Тесты :

Теория и средства физической реабилитации

Тест 1.

Физическая работоспособность в тесте  $PWC_{170}$  вычисляется с помощью измерения

- а) ЧД;
- б) АД;
- в) МОД;
- г) ЧСС

Тест 2.

Какие нагрузки используются в тесте  $PWC_{170}$  в модификации Карпмана В.Л.?

- а) две нагрузки одинаковой мощности;
- б) три возрастающие по мощности нагрузки
- в) две нагрузки возрастающей мощности
- г) одна нагрузка, обуславливающая возрастание ЧСС до 150-160 уд/мин

Тест 3.

Комплекс мероприятий по восстановлению нормального самочувствия и работоспособности здорового, но утомленного человека называется

- а) рекреация
- б) регенерация
- в) реституция
- г) реконвалесценция

Тест 4.

Высшей формой закаливания холодом является?

- а) обтирание;
- б) обливание;
- в) зимнее плавание;
- г) душ.

Тест 5.

Тест 2.

На основании данных  $PWC_{170}$  можно рассчитать значение:

- а) ЖЕЛ;
- б) МПК;
- в) МОК;
- г) МОД

Тест 6.

Одним из подвидов механотерапии является?

- а) физиотерапия;
- б) гидротерапия;
- в) тракционная терапия;
- г) ЛФК.

Тест 7.

Противопоказание к назначению массажа

- а) гипертония
- б) гнойные заболевания
- в) хронический бронхит
- г) переломы

Тест 8.

Что противопоказано к назначению гидрокинезотерапии?

- а) сколиоз;
- б) экземы;
- в) некоторые формы неврозов;
- г) дегенеративные заболевания суставов.

Тест 9.

Какой рефлекс возникает первым под влиянием физических факторов?

- а) висцеро-моторный
- б) кожно-сосудистый
- в) кортико--висцеральный
- г) висцеро-висцеральный

Тест 10.

Основная форма ЛФК?

- а) плавание
- б) спортивная тренировка
- в) туризм
- г) процедура ЛГ

Тест 11.

К основным противопоказаниям к назначению ЛФК относятся

- а) хроническое течение заболевания
- б) гипертония
- в) угроза кровотечения и тромбоэмболии
- г) период иммобилизации

Тест 12.

Какие изменения происходят в мышечной клетке под влиянием аэробной тренировки?

- а) увеличение ядер клетки
- б) увеличение количества и повышение активности ферментов митохондрий
- в) уменьшение количества саркоплазмы
- г) увеличение клеточных мембран

Тест 13.

Какие специализированные оздоровительные эффекты физических упражнений выделяют в настоящее время

- а) восполнения и устранения избыточности
- б) общестимулирующий
- в) гипоксический
- г) посттравматический

Тест 14.

Наука, изучающая использование естественных и преформированных физических факторов с лечебной и профилактической целью называется

- а) гелиотерапия
- б) физиотерапия
- в) рефлексотерапия
- г) гидротерапия

Тест 15.

Какой термин был впервые введен канадским ученым Г.Селье в 1936 году?

- а) стресс;
- б) адаптация;
- в) декомпенсация;
- г) саногенез.

Тест 16.

Какой этап адаптации наиболее несовершенен?

- а) онтогенетический;
- б) долговременный;
- в) срочный;
- г) генотипический.

Тест 17.

Качественной характеристикой саногенеза является

- а) реконвалесценция
- б) рекреация
- в) реструктуризация
- г) иммунитет

Тест 18.

При помощи каких связей зоны Захарина-Геда обуславливают воздействие на внутренние органы?

- а) висцеро-моторных;
- б) кожно-висцеральных;
- в) кожно-моторных;
- г) висцеро-висцеральных.

Тест 19.

Системообразующим фактором системы реабилитации является

- а) реабилитолог
- б) человек, нуждающийся в реабилитации
- в) реабилитационный центр
- г) средства реабилитации

Тест 20.

Какой термин характеризует процесс восстановления деятельности поврежденных структур?

- а) рекреация
- б) реконвалесценция
- в) реституция
- г) реорганизация

Ответы:

- 1. г. 2. в. 3. а. 4. в. 5. б.
- 6. в. 7. б. 8. б. 9. б. 10. г.
- 11. в. 12. б. 13. а. 14. б. 15. а.
- 16. в. 17. в. 18. б. 19. б. 20. в.

Частная реабилитация

Тест 1.

От чего зависит двигательный режим ЛФК, назначенный больным ГБ ?

- 1. возраста
- 2. степени ГБ
- 3. стадии ГБ

Тест 2.

Что применяют на ранних этапах реабилитации больных ДЦП ?

1. лечение «положением»
2. «тракция»
3. «смешанный вис»

Тест 3.

Определите, какая патология относится к нарушениям осанки

1. сколиоз
2. «плоская спина»
3. остеохондроз

Тест 4.

Какое возрастное изменение ЦНС не является типичными для людей пожилого возраста?

1. снижение скорости нервных импульсов
2. снижение силы нервных процессов
3. снижение интеллектуальных возможностей

Тест 5.

К какому периоду относят начало школьного возраста у детей?

1. раннее детство
2. первое детство
3. второе детство

Тест 6.

Какому двигательному режиму соответствует реабилитация больных ГБ 3 стадии ?

1. свободному
2. постельному
3. тренирующему

Тест 7.

Какие упражнения проводятся при помощи инструктора ЛФК?

1. активные
2. пассивные
3. идеомоторные

Тест 8.

Одной из основных задач ЛФК при нарушениях осанки является :

1. укрепление мускулатуры
2. ликвидация грудного кифоза
3. повышение подвижности позвоночника

Тест 9.

Что не рекомендуется в пожилом возрасте?

1. ближний туризм
2. длительные статические нагрузки
3. упражнения в развитии силы

Тест 10.

Что, по мнению академика П.К.Анохина, является необходимым условием растущего организма

1. ЛФК
2. массаж
3. двигательная активность

Тест 11.

При каких показателях АД ставят диагноз: артериальная гипертензия 1 степени?

1. 135/ 85
2. 140/ 90
3. 160/ 100

Тест 12.

Как называются непроизвольные содружественные движения ?

1. атаксии
2. диплегии
3. синкинезии

Тест 13.

Что рекомендуется при нарушении осанки?

1. оздоровительная ходьба
2. упражнения с отягощением
3. вытягивающие упражнения

Тест 14.

Как называется наука о закономерностях старения человека?

1. антропология
2. возрастная морфология
3. геронтология

Тест 15.

Специфическое средство в реабилитации детей, это –

1. подвижные игры
2. иппотерапия
3. туризм

Тест 16.

Какое из средств Ф.Р. наиболее эффективно при сердечно-сосудистых заболеваниях?

1. гелиотерапия
2. гидротерапия
3. гидрокинезотерапия

Тест 17.

Как называется снижение чувствительности при заболеваниях и травмах спинного мозга?

1. гипостезия
2. каузалгия
3. афазия

Тест 18.

Задача ЛФК при плоскостопии, это –

1. усиление пронации
2. усиление супинации
3. формирование динамического стереотипа

Тест 19.

Для людей пожилого возраста характерно...

1. снижение иммунитета
2. лейкоцитоз
3. возрастание гематокрита

Тест 20.

Какое определение наиболее емко характеризует задачу физической реабилитации в педиатрии?

1. повышение тренированности организма
2. психомоторное развитие ребенка
3. формирование двигательных навыков

Ответы:

- 1 (3); 2 (1); 3 (2); 4 (3); 5 (2);  
6 (2); 7 (2); 8 (1); 9 (2); 10 (3);  
11 (2); 12 (3); 13 (3); 14 (3); 15 (1);  
16 (3); 17 (1); 18 (2); 19 (1); 20 (2).

## Литература

1. Аганянц Е.К. Ваганов Н.В. Синкина Э.П. и др. Тактика лечебной физической культуры при сколиозах 1-2 степени у детей и подростков 8-15 лет. – Краснодар, 1995.
2. Апанасенко Г.Л. Физическое развитие детей и подростков, Киев Здоровье, 1985. –80 с.
3. Амосов Н.М., Бендет Я.А. Физическая активность и сердце.- Киев: Здоровье, 1984. 230 с.
4. Аулик И.В. Определение физической работоспособности в клинике и спорте. – М: Медицина, 1990.- 192 с.
5. Бобырь А.И., Никитин В.В. Дефанотерапия нарушений осанки и сколиоза. - Уфа, 1999.
6. Буков Ю.А. Основы физической реабилитации. Методическое пособие. – Симферополь, 2003.
7. Виру В.С., Юримяэ Т.А., Смирнова Т.А.. Аэробные упражнения-М: ФиС, 1988.- 142 с.
8. Гаркави Л.Х., Квакина., Уколова М.П., Адаптивные реакции и резистентность организма.- Ростов-на-Дону, 1990. –224 с.
9. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура.- М: Владос, 1999. –607
10. Гордон Н., Инсульт и двигательная активность. – Киев: Олимпийская литература., 1999. –127 с.
11. Журавлева А.И. Граевская Н.Д. Спортивная медицина и лечебная физкультура. Руководство для врачей. М., Медицина, 1993.
12. Климов А.Н., Никульчева Н.Г. Липиды, липопротеиды и атеросклероз.- СПб. «Питер», 1995. – 297 с.

13. Лечебная физическая культура. / Под ред. С.Н.Попова - М., «Физкультура и спорт», 1988.
14. Лечебная физическая культура. Справочник./ Под ред. В.А.Епифанова – М., 2001.
15. Меерсон Ф.З., Пшенникова М.Г., Адаптация к стрессовым ситуациям и физическим нагрузкам. – М: Медицина, 1988.
16. Муравов И.В., Оздоровительные эффекты физической культуры и спорта. – Киев. Здоровье, 1989. –264 с.
17. Мухин В.М., Физическая реабилитация. – Киев, Олимпийская литература, 2000.-422 с.
18. Пирогова Е.А., Иващенко Л.Я., Страпко Н.П. Влияние физических упражнений на работоспособность и здоровье человека. – К: Здоровье, 1986. 150 с.
19. Физическая реабилитация./ Под ред. С.Н.Попова - Ростов-на-Дону, 1999.-400 с.
20. Хочачка П., Сомеро Дж. Биохимическая адаптация. – М., 1988.

### **Критерии оценивания вступительного испытания**

100 баллов - исчерпывающие ответы на все поставленные вопросы, правильное решение тестового задания.

80 баллов - незначительные неточности или ошибки в ответе на вопросы билета, при условии правильного решения тестового задания.

60 баллов - неточности или ошибки в ответах на поставленные вопросы билета, или грубые ошибки в ответах на один вопрос при условии правильного решения тестового задания или грубые ошибки в ответах на один вопрос при неправильном решении теста.

30 баллов - грубые ошибки при ответах на вопросы билета или незнание ответов на поставленные вопросы и не решение тестового задания.

Каждый вопрос в билете оценивается в 40 баллов, тестовое задание в 20 баллов. Сумма баллов всех вопросов и тестового задания суммируется и выводится общий балл.

## Образец билета

Крымский федеральный университет имени В.И.Вернадского  
вступительное испытания по предмету «физическая реабилитация» для  
поступления по программе высшего образования «магистр»

### Экзаменационный билет № 1

1. Реабилитация как наука. Методологические основы реабилитационной науки.
2. Классификация артериальной гипертензии. Физическая реабилитация больных гипертонической болезнью.
3. Тест:

Как называется снижение чувствительности при заболеваниях и травмах спинного мозга?

1. гипостезия
2. каузалгия
3. афазия

Утвержденно на заседании кафедры физической реабилитации и здоровья человека

Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 2014 года

Зав.кафедрой \_\_\_\_\_ Буков Ю.А.