



Некоммерческое частное образовательное учреждение  
дополнительного профессионального образования

## «УЧЕБНО-ЭКСПЕРТНЫЙ ЦЕНТР «СТРОИТЕЛЬ»

**ПРИНЯТА:**  
Решением Педагогического совета  
НЧОУ ДПО «УЭЦ «СТРОИТЕЛЬ»

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Генеральный директор  
НЧОУ ДПО «УЭЦ «СТРОИТЕЛЬ»

Протокол № 1

«15» января 2019г



А.В. Прикмета

Дополнительная образовательная профессиональная  
программа профессиональной переподготовки

## ИНСТРУКТОР-МЕТОДИСТ ПО ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЕ

72 часа

г. Екатеринбург

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>Наименования разделов</b>	<b>Страницы</b>
<b>1. Общие положения</b>	<b>3</b>
<b>2. Планируемые результаты обучения</b>	<b>4</b>
<b>3. Учебный план</b>	<b>5</b>
<b>3.1. Календарный учебный график</b>	<b>6</b>
<b>3.2. Календарный учебный график дистанционного обучения</b>	<b>6</b>
<b>4. Рабочие программы учебных модулей</b>	<b>7</b>
<b>4.1. Рабочая программа учебного модуля 1</b>	<b>7</b>
<b>4.2. Рабочая программа учебного модуля 2</b>	<b>9</b>
<b>5. Организационно-педагогические условия реализации программы</b>	<b>11</b>
<b>6. Формы аттестации</b>	<b>15</b>
<b>7. Оценочные и методические материалы</b>	<b>16</b>

## 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Программа разработана с учетом требований следующих нормативных документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ,
- Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ (ред. от 03.07.2016) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2017),
- Приказ Минздрава РФ от 20.08.2001 № 337 «О мерах по дальнейшему развитию и совершенствованию спортивной медицины и лечебной физкультуры».

**Цель программы:** Программа направлена на совершенствование компетенции, необходимой для профессиональной деятельности, и повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

**Форма обучения:** очная, очно-заочная, заочная, с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения.

**Продолжительность обучения:** 72 часа.

**Категория слушателей:** к освоению дополнительных профессиональных программ допускаются:

- 1) лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование;
- 2) лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

**Режим занятий:** 8-9 часов в день, включая теоретическое и практическое обучение, самостоятельную работу;

Количество часов, отводимых на изучение отдельных модулей программы, последовательность их изучения в случае необходимости можно изменять в пределах общего количества учебного времени.

Корректировка содержания программ и сроков обучения в каждом конкретном случае осуществляется педагогическим советом НЧОУ ДПО «УЭЦ «СТРОИТЕЛЬ».

## 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

В результате освоения программы обучающийся должен:

знать	<p>Цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;</p> <p>Назначение и методику проведения простейших функциональных проб;</p> <p>Значение лечебной физкультуры (далее -ЛФК) в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;</p> <p>Средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК;</p> <p>Дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК;</p> <p>Показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;</p> <p>Основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;</p> <p>Методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста;</p> <p>Понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм.</p>
уметь	<p>Владеть формами и методами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий: проектная деятельность, лабораторные эксперименты, полевая практика и т.п.;</p> <p>Разрабатывать (осваивать) современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде;</p> <p>Взаимодействовать с медицинскими и педагогическими работниками при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты и учитывать в дальнейшей работе;</p> <p>Под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;</p> <p>Использовать основные приемы массажа и самомассажа.</p>

### 3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

<b>№ пп</b>	<b>Наименование модуля*</b>	<b>Трудоемкость, час</b>	<b>Форма контроля</b>
1	Модуль 1. Общепрофессиональные дисциплины	18	На усмотрение преподавателя
2	Модуль 2. Специальные дисциплины	52	На усмотрение преподавателя
3	Консультация, итоговая аттестация	2	тест
<b>Всего</b>		<b>72</b>	

-----  
<\*> Разделы модулей могут разбиваться, перегруппировываться и дополняться с учетом направлений деятельности проходящих обучение.

### 3.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Учебные занятия организованы в течение всего календарного года с учетом выходных и нерабочих праздничных дней в режиме 5-дневной учебной недели. Учебным годом в НЧОУ ДПО «УЭЦ «СТРОИТЕЛЬ» считается календарный год с 1 января по 31 декабря. Ежедневная учебная нагрузка составляет, как правило, 8-9 академических часов. По согласованию с заказчиком образовательных услуг допускается проведение занятий в выходные и праздничные дни, а также изменение ежедневной учебной нагрузки.

недели	1 неделя					2 неделя			
	1	2	3	4	5	1	2	3	4
дни									
количество часов	9	9	8	4	9	7	9	9	6/2
вид занятий	С	С	ТО	ПЗ	ТО	С	С	С	С/А

ТО – теоретическое обучение

ПЗ – практические занятия

С – самостоятельное обучение

А – аттестация

### 3.2. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ

недели	1 неделя					2 неделя			
	1	2	3	4	5	1	2	3	4
дни									
количество часов	9	9	4	6	9	9	9	9	6/2
вид занятий	С	С	ТО	ПЗ	С	С	С	С	С/А

## 4. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ

### 4.1. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО МОДУЛЯ 1

#### Учебно-тематический план модуля 1

№ раздела	Наименование раздела	Трудоемкость, час			
		ТО	ПЗ	С	Обучение с использованием ДОТ, ЭО*
<b>Модуль 1. Общепрофессиональные дисциплины</b>					
1	Определение и оценка физического развития, основные методы антропометрии и соматоскопии. Физкультурные группы	-	-	6	6
2	Определение и классификация функциональных проб. Спортивный травматизм	1	-	4	5
3	Общие основы ЛФК. Основные методы и способы дозирования ЛФК	-	-	4	4
4	Средства, формы и методы занятий ЛФК, классификация физических упражнений. Современные технологии ЛФК с применением механических средств: аппаратов, тренажеров, гимнастических предметов и снарядов	1	-	2	3
<b>Всего</b>		<b>18</b>			<b>18</b>

\*ДОТ – дистанционные образовательные технологии, ЭО – электронное обучение

#### Содержание рабочей программы модуля 1

##### **1 раздел Определение и оценка физического развития, основные методы антропометрии и соматоскопии. Физкультурные группы**

Самостоятельное изучение вопросов: Основы врачебного контроля. Актуальность врачебно-педагогических наблюдений за лицами, занимающимися физкультурой и спортом. Понятийный аппарат врачебного контроля. Взаимосвязь врачебного контроля с такими науками как физиология, спортивная медицина и лечебная физкультура. Взаимодействие с медицинскими и педагогическими работниками при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждение их результатов и учет в дальнейшей работе. Объект, предмет, цель и задачи антропометрии и соматоскопии.

Оздоровительные, лечебные и профилактические мероприятия в процессе занятий физической культурой и спортом. Физкультурные группы, техника распределения в соответствии с физическим развитием и состоянием здоровья.

## **2 раздел Определение и классификация функциональных проб. Спортивный травматизм**

Функциональные пробы в рамках врачебно-педагогических наблюдений. Понятие и классификация функциональных проб. Оценка результатов функциональных проб.

Самостоятельное изучение вопросов: Типы реакции пульса на дозированную физическую нагрузку. Понятийный аппарат о толерантности к физическим нагрузкам и контролем за занимающимися физкультурой и спортом.

Объект, предмет, цель и задачи изучения врачебного контроля и основных функциональных проб. Основы спортивного травматизма. Причины и профилактика спортивного травматизма. Механизм контроля физических нагрузок в разных видах спорта. Объект, предмет, цель и задачи изучения врачебно-педагогических наблюдений за спортсменами

## **3 раздел Общие основы ЛФК. Основные методы и способы дозирования ЛФК**

Самостоятельное изучение вопросов: Основы ЛФК как метода оздоровительных технологий. Лечебная физкультура в системе оздоровительных технологий в рамках ФЗ № 323 «Об охране здоровья граждан». Физиологическое действие метода ЛФК на организм здорового и больного. Физиологические реакции в ответ на ЛФК.

Методические основы ЛФК как отражение физиологических закономерностей влияния на организм. Методологические принципы ЛФК. Методические основы ЛФК как отражение физиологических закономерностей влияния на организм дозированных физических нагрузок. Показания и противопоказания (общие и временные) к ЛФК. Объект, предмет, цель и задачи изучения ЛФК. Способы дозирования нагрузки. Взаимосвязь ЛФК с такими науками, как физиология, спортивная медицина и массаж.

## **4 раздел Средства, формы и методы занятий ЛФК, классификация физических упражнений. Современные технологии ЛФК с применением механических средств: аппаратов, тренажеров, гимнастических предметов и снарядов**

Понятие метода и современных технологий ЛФК для лиц, занимающихся физкультурой и спортом. Методы обучения ЛФК на уроках физической культуры. Специфика отбора и комбинации методов ЛФК в работе с детьми в разных физкультурных группах.

Самостоятельное изучение вопросов: Технологии применения основных форм ЛФК: утренняя гигиеническая гимнастика, лечебная гимнастика, дозированная ходьба, терренкур, прогулка, ближний туризм. Методика дозирования. Дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК. Физические упражнения – как основное средство ЛФК, классификация физических упражнений.

Методы применения гимнастических, спортивно-прикладных и игровых физических упражнений.



## 4.2. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО МОДУЛЯ 2

### Учебно-тематический план модуля 2

№ раздела	Наименование раздела	Трудоемкость, час			
		ТО	ПЗ	С	Обучение с использованием ДОТ, ЭО
<b>Модуль 2. Специальные дисциплины</b>					
5	Основные методы и техника проведения функциональных проб у лиц, занимающихся физической культурой и спортом. Спортивная морфология и антропометрия	6	-	8	14
6	Формы и средства лечебной физкультуры и их практическое применение у детей и подростков	3	2	15	20
7	Классификация, техника и методика профилактического и лечебного применения разных видов и приемов массажа	6	2	10	18
<b>Всего</b>		<b>52</b>			<b>52</b>

### Содержание рабочей программы модуля 2

#### **5 раздел Основные методы и техника проведения функциональных проб у лиц, занимающихся физической культурой и спортом. Спортивная морфология и антропометрия**

Цели и задачи содержания врачебного контроля в практике. Основные антропометрические и соматоскопические параметры. Назначение проведения простейших функциональных проб. Методика проведения простейших функциональных проб.

Самостоятельное изучение вопросов: Цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой. Особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе.

#### **6 раздел Формы и средства лечебной физкультуры и их практическое применение у детей и подростков.**

Основные методы, формы и средства лечебной физкультуры. Внедрение в практику форм ЛФК.

Самостоятельное изучение вопросов: Методика применения основных средств ЛФК. Методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста. Значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений.

Практические занятия могут осуществляться в форме работы обучающихся по написанию эссе или созданию презентаций.

Примерные темы эссе (презентаций):

1. ЛФК в школе.
2. Проблемы применения ЛФК у детей школьного возраста.
3. ЛФК и физическая культура в укреплении здоровья подростков.

### **7 раздел Классификация, техника и методика профилактического и лечебного применения разных видов и приемов массажа**

Подготовка рабочего места для проведения массажа, учет показаний и противопоказаний.

Самостоятельное изучение вопросов: Методика и особенности использования основных приемов массажа и самомассажа. Последовательность проведения массажных приемов. Частные методики профилактического и лечебного применения массажа.

Практические занятия могут осуществляться в форме работы обучающихся по написанию эссе или созданию презентаций.

Примерные темы эссе (презентаций):

1. Значение массажа для оздоровления организма.
2. История массажа.
3. Роль спортивного массажа в большом спорте.

## **5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **Нормативно-правовая база**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-Ф.
2. Приказ Минтруда России от 08.09.2014 N 630н (ред. от 12.12.2016) «Об утверждении профессионального стандарта «Инструктор-методист» (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2014 N 34135).
3. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ (ред. от 03.07.2016) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2017).
4. Приказ Минздрава РФ от 20.08.2001 № 337 «О мерах по дальнейшему развитию и совершенствованию спортивной медицины и лечебной физкультуры».

### **Учебная и справочная литература**

1. Ачкасов, Е.Е. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания: учебное пособие / Е.Е. Ачкасов [и др.]. – М.: Триада – Х, 2011. – 100 с.
2. Бирюков, А.А. Лечебный массаж: учебник для студ. высш. учеб. заведений / А.А. Бирюков. – М.: Изд. центр «Академия», 2004. – 368 с.
3. Васильева, Л.В. Мануальная диагностика и терапия дисфункций внутренних органов / Л.В. Васильева, А.М. Михайлов. – Новокузнецк, 2007.
4. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и спортивная медицина: учебник / В.А. Епифанов. – М.: Медицина, 1999. – 304 с.
5. Иванов, И.Л. Комплексная физиотерапевтическая методика диагностики и коррекции функционального состояния позвоночника человека / И.Л. Иванов [и др]; рец. А.В. Чоговадзе, А.И. Журавлева. — М., 2002. – 32 с.
6. Кузнецов, В.Ф. Справочник по вертеброневрологии: клиника, диагностика / В.Ф. Кузнецов. — Минск: Беларусь, 2000.
7. Радаева С.В. Оздоровительная физическая культура для студентов специальной группы: уч.-метод. пособие / С.В. Радаева, В.Г. Шилько, А.И. Загравская. – Томск: Томский гос. ун-т, 2009. – 61 с.

### **Электронные образовательные ресурсы**

Электронная информационно-образовательная среда НЧОУ ДПО «УЭЦ «Строитель».

### Материально-технические условия

Учебный класс, типовой проект, форма владения – аренда, арендодатель – ООО «Инком». г.Екатеринбург, ул. Бажова, 193, офис 173, учебный класс, площадью 60 м<sup>2</sup>, с общим количеством посадочных мест 32. Для теоретической подготовки слушателей и практических занятий.

Наименование учебного оборудования и технических средств обучения	Единица измерения	Количество
Демонстрационная интерактивная доска	шт	1
Ноутбук Dell	шт	1
Огнетушитель углекислотный ОУ-3	шт	3
Стенд напольный	шт	1
Стол письменный СП-03	шт	1
Рабочее учебное место (Стул Самба/хром)	комплект	33
Кондиционер Panasonic	шт	1
Проектор Epson EB	шт	1
Шкаф для одежды	шт	2
Плакаты для демонстраций	комплект	1
Моноблок Lenovo	шт	1
Ноутбук Dell	шт	4
Ноутбук ASUS	шт	1
Ноутбук HP	шт	1
Стол офисный	шт	1
Стол рабочий, цвет серый шагрень	шт	1
Стул Самба/хром	шт	8
Телевизор ВВК	шт	1
Кондиционер AERO LITE	шт	1

## Требования к квалификации преподавателя

№	Наименование требований	Содержание требований
1	Требования к образованию и обучению	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Среднее профессиональное образование - программы подготовки специалистов среднего звена или высшее образование - бакалавриат, направленность (профиль) которого, как правило, соответствует преподаваемому учебному предмету, курсу, дисциплине (модулю).</li> <li>- Дополнительное профессиональное образование на базе среднего профессионального образования (программ подготовки специалистов среднего звена) или высшего образования (бакалавриата) - профессиональная переподготовка, направленность (профиль) которой соответствует преподаваемому учебному предмету, курсу, дисциплине (модулю).</li> <li>- При отсутствии педагогического образования - дополнительное профессиональное образование в области профессионального образования и (или) профессионального обучения; дополнительная профессиональная программа может быть освоена после трудоустройства.</li> <li>- Педагогические работники обязаны проходить в установленном законодательством Российской Федерации порядке обучение и проверку знаний и навыков в области охраны труда.</li> <li>- Рекомендуется обучение по дополнительным профессиональным программам по профилю педагогической деятельности не реже одного раза в три года.</li> </ul>
2	Требования к опыту практической деятельности	Не обязателен
3	Особые условия допуска к работе	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Отсутствие ограничений на занятие педагогической деятельностью, установленных законодательством Российской Федерации.</li> <li>- Прохождение обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических медицинских осмотров (обследований), а также внеочередных медицинских осмотров (обследований) в порядке, установленном законодательством</li> </ul>

		Российской Федерации Прохождение в установленном законодательством Российской Федерации порядке аттестации на соответствие занимаемой должности
--	--	---

## **6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ**

Оценка качества освоения программы проводится посредством текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации.

Текущий контроль осуществляется преподавателем в ходе повседневной учебной работы и проводится, как правило, в форме опроса в пределах обычных организационных форм учебных занятий. Промежуточная аттестация проводится, как правило, в форме опроса, в том числе с использованием дистанционных образовательных технологий. Итоговая аттестация осуществляется в форме тестирования.

Слушатели, успешно освоившие дополнительную профессиональную программу, допускаются к итоговой аттестации. Лицам, успешно прошедшим итоговую аттестацию, выдается диплом о профессиональной переподготовке установленного образца.

Лицам, не прошедшим итоговой аттестации или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лицам, освоившим часть дополнительной профессиональной программы и (или) отчисленным из НЧОУ ДПО «УЭЦ «Строитель», выдается справка установленного образца об обучении или о периоде обучения.

Итоговая аттестация проводится в порядке, установленном локальными нормативными актами НЧОУ ДПО «УЭЦ «Строитель».

## 7. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Эссе - это авторское произведение (связный текст), отражающий позицию автора по какому-либо актуальному вопросу (проблеме).

Цель эссе - высказать свою точку зрения и сформировать непротиворечивую систему аргументов, обосновывающих предпочтительность позиции, выбранной автором данного текста.

Эссе включает в себя следующие элементы:

1. Введение. В нем формулируется тема, обосновывается ее актуальность, раскрывается расхождение мнений, обосновывается структура рассмотрения темы, осуществляется переход к основному суждению.

2. Основная часть. Включает в себя: - формулировку суждений и аргументов, которые выдвигает автор, обычно, два-три аргумента; - доказательства, факты и примеры в поддержку авторской позиции; - анализ контр-аргументов и противоположных суждений, при этом необходимо показать их слабые стороны.

3. Заключение. Повторяется основное суждение, резюмируются аргументы в защиту основного суждения, дается общее заключение о полезности данного утверждения.

Оформление материалов эссе Объем эссе– до 2-3 страниц машинописного текста в редакторе Word. Шрифт: Times New Roman, кегль - 14, интервал – 1,5. Все поля по 20 мм. Вверху слева указывается фамилия, имя, отчество автора эссе.

Далее название эссе жирным шрифтом. Затем располагается текст.

### Критерии оценки материалов эссе

При оценивании материалов необходимо учитывать следующие элементы: 1. Представление собственной точки зрения (позиции, отношения) при раскрытии проблемы; 2. Раскрытие проблемы на теоретическом уровне (в связях и с обоснованиями) или на бытовом уровне, с корректным использованием или без использования научных понятий в контексте ответа на вопрос эссе; 3. Аргументация своей позиции с опорой на факты социально-экономической действительности или собственный опыт.

При удовлетворительной оценке экспертом (преподавателем) всех трех элементов эссе считается зачтенным.

### Критерии оценивания итоговой аттестационной работы

Оценка	Процент (%) правильных ответов на вопросы	Зачет/незачёт
Отлично	90-100%	зачтено
Хорошо	75-89%	зачтено
Удовлетворительно	60-74%	зачтено
Неудовлетворительно	< 60%	не зачтено



## Примерные тестовые вопросы для итоговой аттестации

Верный ответ выделен жирным шрифтом

№п/п	Вопросы и варианты ответов
<b>1</b>	<b>1. Специальные упражнения в иммобилизованной нижней конечности при переломе бедра включают все перечисленное, за исключением:</b>
а	динамических упражнений в коленном суставе
б	изометрического напряжения мышц стопы и голени
в	динамических упражнений для пальцев стопы
<b>2</b>	<b>В качестве функциональных проб у детей 2-3 классов рекомендуется использовать:</b>
а	ортостатическую пробу, степ-тест
б	<b>урок физкультуры</b>
в	пробу Мартине-Кушелевского
<b>3</b>	<b>Температура воздуха в помещении для массажа должна быть не ниже:</b>
а	<b>22 гр.С</b>
б	18гр.С
в	20гр.С
<b>4</b>	<b>Блокирование позвоночника это:</b>
а	ограничение подвижности по отношению к вертикальной оси
б	ограничение подвижности по отношению к горизонтальной оси
в	<b>обратимое ограничение его подвижности в двигательном сегменте</b>
<b>5</b>	<b>К особенностям методики лечебной гимнастики у больных неврозом с преобладанием процессов торможения относятся:</b>
а	<b>общая активизация больного</b>
б	<b>физические упражнения направлены на активность больного вовне, а не на себя</b>
в	физические упражнения направлены на активность больного на себя, а не во вне
<b>6</b>	<b>Количество позвоночно-двигательных сегментов составляет:</b>
а	22
б	20
в	<b>23</b>
<b>7</b>	<b>Противопоказаниями к назначениями контрастного душа и местных ножных ванн является:</b>
а	гипертоническая болезнь 2 стадии с частыми кризами, состояние после инсульта
б	тромбофлебит и повышенная свертываемость крови
в	<b>оба варианта верны</b>
г	нет верного ответа
<b>8</b>	<b>Методика массажа при травматических повреждениях позвоночника в постиммобилизационном периоде включает все перечисленное, кроме:</b>
а	основные приемы классического массажа мышц спины вне очага поражения
б	легкие сегментарно-рефлекторные воздействия на паравerteбральные зоны пораженного отдела позвоночника
в	<b>энергичный массаж зоны травмы</b>

<b>9</b>	<b>Рекомендуемыми видами физической активности для детей неврозом и психопатиями с преобладанием процессов возбуждения нервной системы относятся:</b>
а	гимнастика Йогов, плавание
б	атлетическая гимнастика
в	<b>оба варианта верны</b>
г	нет верного ответа
<b>10</b>	<b>Для усиления мышечной нагрузки при выполнении активных движений используются:</b>
а	<b>сопротивления, оказываемого самим больным, движения с амортизатором</b>
б	напряжение мышц сгибаемой или разгибаемой конечности упражнений на расслабление
в	идеомоторные упражнения
<b>11</b>	<b>Какова норма времени для врача ЛФК на обследование одного больного:</b>
а	30 минут
б	<b>20 минут</b>
в	15 минут
<b>12</b>	<b>Каковы особенности методики ЛФК при шейном остеохондрозе в остром периоде:</b>
а	<b>исключаются активные движения головой во все стороны</b>
б	исключаются статические дыхательные упражнения
в	исключаются упражнения для мышц шеи на дозированное сопротивление
<b>13</b>	<b>Основные приемы массажа при артритах в периоде затухания обострения включают все перечисленные, кроме:</b>
а	растирания разгибательной поверхности сустава
б	разминания близлежащих мышц и сухожилий
в	<b>растирания сгибательной поверхности сустава</b>
<b>14</b>	<b>Устойчивое равновесие тела зависит от:</b>
а	<b>проекции общего центра тяжести, которая должна падать ближе к центру площади опоры, увеличение площади опоры</b>
б	проекции общего центра тяжести, которая должна падать ближе к краю площади опоры
в	приподнимания общего центра тяжести над площадью опоры
<b>15</b>	<b>Основной задачей лечебной гимнастики при плевритах является:</b>
а	профилактика пневмонии
б	<b>предупреждение образования спаек</b>
в	улучшение настроения
<b>16</b>	<b>Профессиональные обязанности врача по лечебной физкультуре включают:</b>
а	тестирование физической работоспособности больного
б	специальное обследование больных, назначенных на ЛФК
в	<b>оба варианта верны</b>
г	нет верного ответа
<b>17</b>	<b>Профессиональные обязанности врача ЛФК включают все, кроме:</b>
а	определения индивидуальной толерантности больного к физической нагрузке
б	определения физической нагрузки, соответствующей функциональному состоянию больного

в	<b>изменения режима больного</b>
<b>18</b>	<b>Профессиональные обязанности врача ЛФК включают:</b>
а	врачебный контроль за проведением процедур, консультации больных по вопросам ЛФК
б	консультации лечащих врачей и среднего медперсонала по вопросам ЛФК, контроль за санитарно-гигиеническим состоянием мест занятий ЛФК
в	<b>оба варианта верны</b>
г	нет верного ответа
<b>19</b>	<b>Система организации врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом включает в себя:</b>
а	врачебный контроль за спортсменами проводят врачи-терапевты поликлиник
б	<b>врачебный контроль за спортсменами проводят врачебно-физкультурные диспансеры, врачебный контроль за физвоспитанием учащихся проводят врачи по спорту ВФД и поликлиник</b>
в	врачебный контроль за физвоспитанием учащихся проводят врачи-педиатры поликлиник
<b>20</b>	<b>Лечебная физкультура – это:</b>
а	научная дисциплина, лечебный метод
б	медицинская специальность, составная часть реабилитационного процесса
в	<b>оба варианта верны</b>
г	нет верного ответа