

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»

Р.Г. Айрапетов

СБОРНИК ТЕСТОВ

**по дисциплинам дополнительной профессиональной
образовательной программы профессиональной
переподготовки «Физическая культура и спорт»**

учебно-методическое пособие

Рекомендовано Объединенной методической комиссией
Института открытого образования и филиалов университета для обучающихся
Дзержинского филиала ННГУ

Нижний Новгород
2019

УДК 61
ББК 51
А 36

Сборник тестов по дисциплинам дополнительной профессиональной образовательной программы профессиональной переподготовки «Физическая культура и спорт»— Нижний Новгород: Нижегородский госуниверситет, 2019. – 28 с.

Рецензент: к.м.н.,врач-эндокринолог Шокарева Д.В.

Сборник включает тестовые задания по дисциплинам дополнительной профессиональной образовательной программы профессиональной переподготовки «Физическая культура и спорт»: анатомия, валеология, экология человека, спортивная медицина и ЛФК. Тестовые задания составлены, исходя из предоставления максимального объема информационного материала в соответствие с рабочей программой по данным дисциплинам с целью формирования и усвоения обучающимися комплекса знаний. По структуре и степени сложности они отвечают требованиям и могут быть рекомендованы для проведения текущего контроля знаний обучающихся.

Ответственный за выпуск:
председатель Объединённой методической комиссии
Института открытого образования и филиалов университета
В.В. Недорослова

УДК 61
ББК 51
А 36

© **Национальный исследовательский
Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского,
2019**

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4 стр.
Дисциплина «Анатомия».....	6 стр.
Вариант 1	6 стр.
Вариант 2	8 стр.
Дисциплина «Валеология».....	12 стр.
Вариант 1	11 стр.
Вариант 2	14 стр.
Дисциплина «Экология человека»	18 стр.
Вариант 1	18 стр.
Вариант 2	20 стр.
Дисциплина «Спортивная медицина и ЛФК»	23 стр.
Вариант 1	23 стр.
Вариант 2	26 стр.

ВВЕДЕНИЕ

Создание системы эффективной оценки качества – одна из основных задач в сфере формирования и модернизации современного образования. Один из элементов системы оценки качества – тестирование учебных достижений обучающихся. Система тестирования – универсальный инструмент определения уровня сформированности компетенций у студентов на всех этапах образовательного процесса, в том числе для оценки уровня остаточных знаний.

Тест обладает способностью сравнивать индивидуальный уровень знания каждого студента с некими эталонами. Индивидуальные результаты тестирования можно сравнить с результатами других студентов этой же группы и проранжировать их, можно сравнить результаты тестирования нескольких групп и т.д.

Внедрение единой системы тестирования, позволяет оптимизировать образовательный процесс и контроль качества подготовки бакалавров. Тестирование не заменяет, а дополняет другие формы диагностики, контроля и оценки уровня обученности.

Тестирование может использоваться при проведении внешнего контроля и самоконтроля, на всех этапах педагогической технологии (входной, промежуточный, итоговый контроль) и контроле остаточных знаний учащихся при аттестации образовательного учреждения.

Тесты с выборочными ответами дают возможность быстрее усваивать все виды явлений, лучше понимать их общие и отличительные качества, классифицировать. Этот метод вносит разнообразие в учебную работу, повышает интерес к предмету, способствуя тем самым лучшему усвоению знаний. Варианты заданий индивидуальны для каждого, несут определенную информацию по теме, обучают, не травмируя психологически неустойчивых учащихся.

Валидность представленных тестов апробирована в Держинском филиале ННГУ при проведении занятий по дисциплинам анатомия, валеология, экология человека, спортивная медицина и ЛФК, реализуемым в рамках дополнительной профессиональной образовательной программы «Физическая культура и спорт».

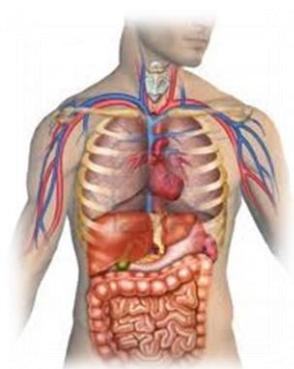
Представленные в данном пособии тесты относятся к категории простых тестов и рассчитаны на выбор правильного варианта с помощью знаний всего одного концепта. Применение этих тестов целесообразно для проверки усвоения материала модуля дисциплины или для проведения текущего контроля освоения материала дисциплины.

Для оценки результатов тестирования предлагается использование номинальной шкалы. Номинальная шкала предполагает, что за правильный ответ к каждому заданию выставляется десять баллов, за неправильный — ноль. В соответствии с номинальной

шкалой, оценивается всё задание в целом. В заданиях с выбором нескольких верных ответов. Баллы выставляются не за всё задание, а за тот или иной выбор в каждом задании. В соответствии с порядковой шкалой за каждое задание устанавливается максимальное количество баллов - 10. Десять баллов выставляются за все верные выборы в одном задании, 5 баллов - за половину правильно выбранных вариантов, 3 балла - за треть правильных ответов, ноль — за полностью неверный ответ. Общая сумма баллов за все правильные ответы составляет наивысший балл - 100 баллов. Также устанавливается диапазон баллов, которые необходимо набрать для того, чтобы получить отличную, хорошую, удовлетворительную или неудовлетворительную оценки.

В процентном соотношении оценки (по семибальной системе) рекомендуется выставлять в следующих диапазонах:

Плохо (1) - менее 30 %
Неудовлетворительно (2) 31-59 %
Удовлетворительно (3) - 60-75 %
Хорошо (4) - 76-85 %
Очень хорошо (4,5) - 86-90 %
Отлично (5) - 91-95 %
Превосходно (5,5) - 96-100%



ДИСЦИПЛИНА «АНАТОМИЯ»

ВАРИАНТ 1

1. Основной метод исследования в анатомии
 - а. Биохимический
 - б. Морфологический
 - в. Общемедицинский

2. Где находятся самые крупные сосуды в организме человека
 - а. Головной мозг
 - б. Полости тела
 - в. Бёдра

3. Что делают железы внутренней секреции
 - а. Вырабатывают желчь
 - б. Являются центрами кроветворения
 - в. Участвуют в регуляции внутренней среды организма

4. Что такое диафрагма
 - а. Соединительно-тканное образование
 - б. Мышца
 - в. Полный орган

5. Есть ли на груди надкостница
 - а. На некоторых участках
 - б. Нет
 - в. Это сплошное покрытие

6. Задача полостей тела
 - а. Защита органов
 - б. Отграничение органов
 - в. И та и другая

7. Где находятся альвеолы

- а. В печени
 - б. В головном мозге
 - в. В лёгких
8. Является ли кожа самостоятельным органом
- а. Нет
 - б. Да
 - в. Наукой не определено
9. Яичники находятся
- а. В полости таза
 - б. В собственной полости
 - в. Вне полостей
10. Хрящевая ткань выстилает
- а. Грудную полость
 - б. Мошонку
 - в. Полости суставов
11. Спинномозговая жидкость омывает
- а. Спинной мозг
 - б. Головной мозг
 - в. И тот, и другой
12. Функцию зрения осуществляет
- а. Глазное яблоко
 - б. Глазное яблоко и зрительный нерв
 - в. Глазное яблоко, зрительный нерв и структуры головного мозга
13. Какой анализатор включает в себя улитку
- а. Обонятельный
 - б. Вкусовой
 - в. Слуховой
14. Где располагается язычок.
- а. На нёбе
 - б. В глотке
 - в. Это кончик языка

15. Что такое средостение

- а. Орган
- б. Система
- в. Полость

16. Какой кишечник длиннее

- а. Толстый
- б. Тонкий
- в. Практически одинаково

17. Какие клетки крови борются с микробами

- а. Лейкоциты
- б. Тромбоциты
- в. Эритроциты

18. Какой орган вырабатывает инсулин

- а. Поджелудочная железа
- б. Печень
- в. Толстый кишечник

19. Являются ли межрёберные мышцы частью дыхательной системы.

- а. Нет
- б. Иногда включаются в процесс дыхания
- в. Безусловно

20. Что такое лучевая кость

- а. Часть нижней конечности
- б. Часть верхней конечности
- в. Одно из рёбер

ВАРИАНТ 2

1. Метод исследования, широко используемый в анатомии

- а. Биохимический
- б. Гистологический
- в. Общемедицинский

2. Какая часть организма активнее других снабжается кровью
 - а. Головной мозг
 - б. Полости тела
 - в. Бёдра

3. Где продуцируются эритроциты
 - а. Печень
 - б. Костный мозг
 - в. Железы внутренней секреции

4. Что представляет собой печень
 - а. Соединительно-тканное образование
 - б. Мышцу
 - в. Орган, состоящий из специфических клеток

5. Строение грудины
 - а. Компактная кость
 - б. Губчатое образование
 - в. Сочетание того и другого

6. Где находится перикардальная полость
 - а. В грудной полости
 - б. В брюшной полости
 - в. В голове

7. Образования составляющие легкие
 - а. Губчатое вещество
 - б. Альвеолы
 - в. Мышечные волокна

8. Какие функции соотносятся с кожей
 - а. Выделительная
 - б. Дыхательная
 - в. И то, и другое

9. В какой полости находится селезёнка
 - а. В брюшной полости
 - б. В полости таза
 - в. Вне полостей

10. Где работает гладкая мускулатура
- а. Во внутренних органах и системах
 - б. Осуществляет локомоторную функцию
 - в. В сердце
11. Где встречается серое вещество
- а. Спинной мозг
 - б. Головной мозг
 - в. В том, и другом
12. В осуществлении пищеварения участвует
- а. Поджелудочная железа
 - б. Селезёнка
 - в. Ни то, ни другое
13. Основная вкусовая зона
- а. Вся полость рта
 - б. Нёбо
 - в. Язык
14. Где находится мозолистое тело
- а. В спинном мозге
 - б. В головном мозге
 - в. Ни там, ни там
15. Что располагается в плевральной полости
- а. Печень
 - б. Почки
 - в. Лёгкие
16. В каком кишечнике активнее пищеварение
- а. Толстом
 - б. Тонком
 - в. Практически одинаково
17. Какие клетки крови борются с кровотоком
- а. Лейкоциты
 - б. Тромбоциты

в. Эритроциты

18. Какой орган вырабатывает желчь

- а. Поджелудочная железа
- б. Печень
- в. Желчный пузырь

19. Можно ли считать диафрагму причастной к дыханию.

- а. Не имеет к нему отношения
- б. Иногда выполняет в нём вспомогательную роль
- б. Активно в нём участвует

20. Где находятся плюсневые кости

- а. В нижней конечности
- б. В верхней конечности
- в. В составе копчика

ДИСЦИПЛИНА «ВАЛЕОЛОГИЯ»



ВАРИАНТ 1

1. С каким понятием связано название дисциплины «Валеология»
 - а. Медицина
 - б. Здоровье
 - в. Природные факторы

2. В какие времена валеология сложилась как научная дисциплина
 - а. 19 век
 - б. 20 век
 - в. 21век

3. Что больше определяет валеологические проблемы
 - а. Образ жизни
 - б. Биологические факторы – наследственность и т.п.
 - в. Внешняя среда

4. Чем определяется иммунитет
 - а. Состоянием сердечно-сосудистой системы
 - б. Почками
 - в. Системой крови

5. От чего больше зависит продолжительность жизни
 - а. От психологических особенностей
 - б. От гендерной принадлежности
 - в. От питания

6. Когда нужно начинать валеологическое воспитание
 - а. В детском саду
 - б. В школе
 - в. Вместе с общим воспитанием

7. Как определяется достаточность сна
- а. Медицинским исследованием
 - б. Субъективной оценкой человека
 - в. По продолжительности сна
8. Опасность наркотиков
- а. Всегда серьёзная
 - б. Опасны только «тяжёлые» наркотики
 - в. Небольшие дозы безвредны
9. Факторы риска при гриппе
- а. Осложнения
 - б. Высокая температура
 - в. Недостаток лекарств
10. Закаливание организма в пожилом возрасте
- а. Только по специальным программам
 - б. Как обычно
 - в. Противопоказано
11. Основное условие эффективности профилактики инфекции
- а. Профилактическое лечение
 - б. Знание путей её распространения
 - в. Хорошее питание
12. Понятие нормы в валеологии
- а. Максимально достижимое здоровье
 - б. Такого понятия нет
 - в. Усреднённый уровень близкой популяции
13. Основной фактор риска в кардиологии
- а. Неправильное питание
 - б. Стресс
 - в. Алкоголь
14. Поможет ли валеолог при онкозаболевании
- а. Да
 - б. Бессмысленно

в. Ухудшит прогноз

15. Чему служит генетическое консультирование

- а. В валеологии в нём нет необходимости
- б. Коррекции различного наследуемого неблагополучия
- в. Профилактике только генетических болезней

16. Роль питания в обеспечении здорового детства

- а. Основная
- б. Важная
- в. Несущественная

17. Безвредная доза алкоголя

- а. До 100 гр. в пересчёте на водку
- б. До 250 гр.
- в. Таких нет

18. Дефицит соединений какого металла ведёт к развитию малокровия

- а. Серебра
- б. Железа
- в. Олова

19. Как определяется наступление старости

- а. По паспортным данным
- б. По состоянию волосяного покрова
- в. По признакам общего перерождения тканей

20. Что такое возрастной криз

- а. Болезнь
- б. Реакция на стресс
- в. Проявления закономерной перестройки организма

ВАРИАНТ 2

1. Как связаны понятия валеология и медицина

- а. Валеология дочерняя наука медицины
- б. Они не имеют отношения друг к другу

в. Друг друга дополняют

2. Можно ли говорить о валеологии болезни

а. Ниоим образом

б. Безусловно

в. В редких случаях

3. Основа валеологического ведения беременности

а. Коррекция образа жизни

б. Психотерапия

в. Общеукрепляющие препараты

4. Как влияет на иммунитет регулярное умеренное курение

а. Активирует

б. Угнетает

в. Связи не выявлено

5. От какого авитаминоза напрямую защищает солнце

а. Недостатка витамина А

б. Витаминов группы Б

в. Витамина Д

6. Главное в оценке правильности питания

а. Следование советам диетологов

б. Собственное самочувствие

в. Принятый в окружении стереотип

7. На что в первую очередь повлияет бессонница

а. Сердечно-сосудистую систему

б. Нервную систему

в. Пищеварение

8. Важное в профилактике остеохондроза

а. Контроль поз при работе

б. Соответствующая гимнастика

в. И то, и другое

9. Как связана адинамия с продолжительностью жизни

а. Связи нет

- б. Связь прямая
- в. Косвенная связь

10. Закаливание организма в младенческом возрасте

- а. Только по специальным программам
- б. Как обычно
- в. Противопоказано

11. Важное условие профилактики неврозов

- а. Профилактическое медикаментозное лечение
- б. Воспитание психологической устойчивости
- в. Хорошее питание

12. Понятие успеха в валеологии

- а. Максимально достижимое для конкретного человека здоровье
- б. Такого понятия нет
- в. Усреднённый уровень близкой популяции

13. Основной фактор риска развития диабета

- а. Неправильное питание
- б. Стресс
- в. Алкоголь

14. Поможет ли валеолог при тяжёлом туберкулёзе

- а. Да
- б. Бессмысленно
- в. Ухудшит прогноз

15. Как влияет СПИД на сопротивляемость организма инфекциям

- а. В целом она стремится к нулю
- б. В целом несколько угнетается
- в. Ослабевает сопротивляемость к некоторым инфекциям

16. Роль питания в обеспечении профилактики онкозаболеваний

- а. Основная
- б. Важная
- в. Несущественная

17. Безвредный уровень курения

- а. До пачки сигарет в день
- б. Пять сигарет в день
- в. Такого нет

18. Дефицит какого витамина ведёт к развитию цинги

- а. Витамина Д
- б. Витамина А
- в. Витамина С

19. Какие физические нагрузки полезнее

- а. Максимальные продолжительные
- б. Средние продолжительные
- в. Максимальные короткие

20. Полезна ли для здоровья езда на автомобиле

- а. Полезна
- б. Только кратковременная
- в. Вредна

ДИСЦИПЛИНА «ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»



ВАРИАНТ 1

1. Что является основным предметом науки «Экология человека»
 - а. Природные условия
 - б. Состояние внутренней среды организма
 - в. Антропогенные (связанные с деятельностью людей) изменения сферы обитания человека

2. С какой жизнеобеспечивающей функцией в первую очередь связана онкологическая опасность, определяемая современными экологическими проблемами
 - а. Дыхание
 - б. Кровообращение
 - в. Пищеварение

3. Что является главным в преодолении экологического кризиса
 - а. Совершенствование природоохранного законодательства
 - б. Инвестиции в экологическую защиту
 - в. Воспитание общества

4. Что такое этология
 - а. Такого понятия нет
 - б. Ещё одно название экологии
 - в. Наука о конкретных взаимодействиях существа со средой

5. Основная экологическая проблема промышленных городов
 - а. Загрязнение почвы
 - б. Пищевые добавки
 - в. Загазованность

6. Самые опасные техногенные катастрофы

- а. Утечка нефти
 - б. Аварии на химических производствах
 - в. Связанные с ядерной энергетикой
7. Главное в нарушениях пищевых технологий
- а. Человеческий фактор
 - б. Некачественные ингредиенты
 - в. Плохая вода
8. Серьёзная угроза нарушений хранения зерна
- а. Его пересушивание
 - б. Повышение влажности
 - в. Неграмотная защита от вредителей
9. Наиболее существенный фактор прямого экологического вреда
- а. Наводнения
 - б. Лесные пожары
 - в. Горные обвалы
10. Чем больше всего опасны крупные рубки леса
- а. Нарушениями атмосферного баланса
 - б. Сопутствующим загрязнением почвы
 - в. Последующим заболачиванием
11. Чем наиболее опасны нарушения технологии земледелия
- а. Эрозией почвы
 - б. Её отравлением
 - в. Размножением сорных растений
12. Основная современная экологическая угроза мировому океану
- а. Загрязнение промышленными стоками
 - б. Загрязнение стоками жизнедеятельности человека
 - в. Загрязнение полиэтиленом
13. Что такое экологические риски заболеваемости
- а. Таких нет
 - б. Определяемые загрязнением внешней среды
 - в. Распространением инфекций

14. Пассивное курение
- а. Курение без затягивания
 - б. Загрязнение продуктами табачного производства
 - в. Вдыхание воздуха, выдыхаемого курильщиком
15. Чем опасны суррогатные спиртные напитки
- а. Повышенным риском развития алкоголизма
 - б. Отравлением
 - в. Быстрым наступлением опьянения
16. Что такое эндемические заболевания
- а. Связанные с возрастом человека
 - б. Определяемые его полом
 - в. Встречающиеся на определённых территориях
17. Основная угроза радиационных излучений
- а. Инфаркты
 - б. Онкология в целом
 - в. Повышение ломкости костей
18. Основное предназначение очистных технологий
- а. Обеззараживание отходов производства
 - б. Улучшение условий работы на производстве
 - в. Повышение качества продукции
19. Сфера действия природоохранного законодательства
- а. Уменьшение влияния на здоровье природных факторов
 - б. Профилактика антропогенного загрязнения внешней среды
 - в. Регламентация лечения экологических заболеваний
20. Что такое бытовой мусор
- а. Отходы появляющиеся по месту жительства людей
 - б. Отходы пищевых производств
 - в. Отходы производства бытовых товаров

ВАРИАНТ 2

1. Какие процессы самые угрожающие с экологической точки зрения
- а. Связанные с ядерными отходами

- б. Загрязнение атмосферы
 - в. Неконтролируемые химические сливы
2. Чем в первую очередь опасна радиация
- а. Нарушениями дыхания
 - б. Угнетением кроветворения
 - в. Расстройством пищеварения
3. Когда можно говорить об экологическом кризисе
- а. Повышение уровня загрязнения среды обитания
 - б. Отчетливый рост связанных с конкретной вредностью заболеваний
 - в. Такого понятия не существует
4. Какие болезни в первую очередь рассматриваются как экологические
- а. Сердечно-сосудистые
 - б. Связанные с психикой
 - в. Онкология
5. Как долго сохраняется агрохимическое загрязнение почвы
- а. Недели
 - б. Месяцы
 - в. Годы
6. Самое продолжительное загрязнение среды
- а. Резина
 - б. Стекло
 - в. Полиэтилен
7. Как нарушения пищевых технологий могут влиять на генетику
- а. Этого не бывает
 - б. Препятствуя усваиванию пищи
 - в. В связи с развитием хронических отравлений
8. Причины истощения природных ресурсов
- а. Перенаселение Земли
 - б. Их мало изначально
 - в. Хищническая хозяйственная деятельность
9. Понятие экологической (обусловленной загрязнением среды) мутации

- а. Изменения генного уровня, которые изменяют перспективы потомства
- б. Стойкие нарушения здоровья конкретного человека
- в. Преходящее ослабление организма

10. Что в первую очередь нарушает структуру плодородных почв

- а. Нарушение агротехнических технологий
- б. Выветривание
- в. Климатические изменения

11. Что препятствует в наше время генерации высокоурожайных почв

- а. Изменения климата
- б. Гибель лиственных лесов
- в. Размножение сорных растений

12. С чем связана миграция диких животных и птиц в города

- а. Необдуманное хозяйствование человека в местах их проживания
- б. Опасность в связи с несанкционированной охотой
- в. Учащение природных катаклизмов

13. Чем опасно неконтролируемое размножение грызунов в крупных городах

- а. Агрессией в отношении домашних животных
- б. Дополнительным загрязнением внешней среды
- в. Распространением инфекций

14. Первый из факторов риска детей «заядлых» курильщиков

- а. Отставание в развитии
- б. Склонность к наркотизации, пьянству, раннему никотинизму
- в. Ослабление природного иммунитета

15. Чем особенно опасны бродячие собаки

- а. Агрессивностью
- б. Как переносчики бешенства
- в. Как переносчики инфицированных насекомых

16. Типичная болезнь «угольной пыли».

- а. Туберкулёз
- б. Дерматит
- в. Силикоз

17. Чем особенно вредна навязчивая реклама

- а. Отнимает время
- б. Это фактор стресса
- в. Вводит людей в заблуждение

18. Основная причина загрязнения природных водных источников

- а. Неконтролируемые сточные воды
- б. Природные осадки
- в. Размывание подпочвенными водами залежей вредных минералов

19. Существует ли в наше время фактор перенаселения Земли в целом

- а. Безусловно
- б. Нет, но это в скором времени произойдёт
- в. До этого ещё далеко

20. Каких заболеваний больше в местах нефтепереработки

- а. Сердечно-сосудистых
- б. Инфекционных
- в. Онкологических

Дисциплина «Спортивная медицина и ЛФК»



ВАРИАНТ 1

1. Чем является спортивная медицина
 - а. Отдельной наукой
 - б. Спортивной дисциплиной
 - в. Отраслью общей медицины

2. Наиболее доступный способ определения спортивной перегрузки
 - а. Использование специальных приборов
 - б. Непосредственное наблюдение человека
 - в. Углублённое врачебное исследование

3. Нужно ли открывать спортивно-медицинские стационары
 - а. Они уже есть
 - б. Нет
 - в. Эти функции выполняют стационары общей сети

4. Кому из физкультурников нужен врачебный допуск
 - а. Он не нужен
 - б. Всем
 - в. Занимающимся в соответствии с учебными планами

5. Кто определяет медицинское ведение профессионального спортсмена
 - а. Тренер
 - б. Сам спортсмен
 - в. Прикреплённый врач

6. Как действуют лекарственные допинги
 - а. Всегда повышают спортивные результаты своим заявленным действием
 - б. Избирательно повышают результативность через плацебо-эффект
 - в. Не влияют никак

7. Могут ли дыхательные пробы быть показателем физического развития
- В зависимости от спецификации спортсмена
 - Да
 - Нет
8. Выносливость и стабилизация сердцебиения после физической нагрузки
- Признаком выносливости не является
 - Относительный признак выносливости
 - Надёжный признак физической выносливости
9. Можно ли хронически больному быть профессиональным спортсменом
- Нет
 - Без ограничений
 - В соответствии с врачебными рекомендациями
10. Медицинское наблюдение при оздоровительных тренировках
- В обязательном порядке
 - Не нужно
 - По необходимости
11. Спортивные факторы гипертрофии сердца
- Физические перегрузки
 - Психологические нагрузки
 - При занятиях спортом этого не бывает
12. Чем отличается спортивная травма от других
- Спецификой повреждений
 - Трудностями лечения
 - Только происхождением
13. Чему служит ЛФК
- Только медико-социальной реабилитации инвалидов
 - Она широко используется в медицине
 - Для восстановления при спортивной травме
14. Кем определяются показания к ЛФК
- Тренером
 - Инструктором ЛФК
 - Врачом-специалистом

15. Используется ли ЛФК для оздоровления младенцев
- а. Это противопоказано
 - б. Широко
 - в. В исключительных случаях
16. Может ли обычная лестница быть тренажёром в ЛФК
- а. Для этих целей она не пригодна
 - б. В исключительных случаях
 - в. В широком диапазоне
17. Применима ли ЛФК в родовспоможении
- а. Широко
 - б. Она не показана
 - в. В исключительных случаях
18. Показана ли ЛФК при подготовке к операциям в брюшной хирургии
- а. Необходима всегда
 - б. В большинстве плановых вмешательств
 - в. Строго противопоказана
19. Место ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата
- а. Одно из основных
 - б. Сугубо вспомогательное
 - в. Она противопоказана
20. Следует ли сочетать ЛФК с массажем
- а. Этого делать нельзя
 - б. Обязательно
 - в. В большинстве случаев

ВАРИАНТ 2

1. Чем в целом спортивная медицина отлична от общего здравоохранения
- а. Обслуживаемым контингентом
 - б. Спецификой диагностики
 - в. Применяемыми медикаментами
2. Главная задача спортивной медицины

- а. Улучшение спортивных результатов
 - б. Сохранение здоровья людей
 - в. Пропаганда физкультуры и спорта
3. Когда необходима госпитализация спортсменов
- а. Профилактически перед серьёзными соревнованиями
 - б. Профилактически после серьёзных соревнований
 - в. По общим для медицины в целом показаниям
4. Являются ли дети спортсменов контингентом медицинского риска
- а. В целом являются
 - б. Таких данных нет
 - в. В связи с вредными интоксикациями, включая допинги
5. Как лечат заболевших или травмированных спортсменов
- а. В зависимости от вида спорта
 - б. По общим медицинским показаниям
 - в. По схемам, разработанным специально для спортсменов
6. С какого возраста допинги можно считать не вредящими здоровью
- а. С 12 лет
 - б. После 18 лет
 - в. Они вредны всегда
7. Может ли мышечная масса быть показателем физического здоровья
- а. В зависимости от спецификации спортсмена
 - б. Да
 - в. Нет
8. Показанность лечебной физкультуры при выраженной гипертонии
- а. Лечебная физкультура обязательна
 - б. Она не повредит
 - в. Это противопоказание
9. Инвалидам какой группы нельзя заниматься спортом
- а. Начиная со второй
 - б. Только первой
 - в. Инвалидность противопоказанием спорту не является
10. Возможна ли перетренированность при оздоровительных тренировках

- а. Это довольно распространённое явление
- б. Редко
- в. Этого не бывает

11. Можно ли продолжать занятия спортом при гипертрофии сердца

- а. Нельзя
- б. С осторожностью
- в. Без ограничений

12. Основная задача в лечении спортивной травмы

- а. Возвращение здоровья
- б. Возвращение в спорт
- в. Обязательное достижение новых спортивных рубежей

13. Нужна ли ЛФК активным профессиональным спортсменам

- а. Крайне необходима
- б. По общим показаниям
- в. Она противопоказана

14. При каких заболеваниях используется общее вытяжение тела

- а. Заболеваниях брюшной полости
- б. Заболеваниях опорно-двигательного аппарата в целом
- в. Заболеваниях позвоночника

15. Используются ли специальные диеты при спортивной травме

- а. Это противопоказано
- б. Широко
- в. В исключительных случаях

16. Профилактика психической травмы в спорте

- а. Здесь она не нужна
- б. В исключительных случаях
- в. В широком диапазоне

17. Применима ли ЛФК при воспалении лёгких

- а. Строго противопоказана
- б. В большинстве случаев
- в. Обязательна

18. Показана ли ЛФК при острой брюшной патологии

- а. Это противопоказание
- б. В большинстве случаев
- в. Обязательна

19. Место ЛФК при заболеваниях периферической нервной системы

- а. Одно из основных
- б. Сугубо вспомогательное
- в. Она противопоказана

20. Можно ли сочетать ЛФК с тепловыми процедурами

- а. Этого делать нельзя
- б. Это частое сочетание
- в. В обязательном порядке

Рубен Георгиевич Айрапетов

СБОРНИК ТЕСТОВ

**по дисциплинам дополнительной профессиональной
программы профессиональной переподготовки
«Физическая культура и спорт»**

Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского»

603950, Нижний Новгород, пр. Гагарина, 23.