

КИЇВСЬКИЙ СТОЛИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені БОРИСА ГРІНЧЕНКА
Кафедра фізичної терапії та ерготерапії

Програма екзамену

ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

Для студентів заочної форми навчання

Спеціальності: 017 Фізична культура і спорт

Освітнього рівня: перший бакалаврський

Освітньої програми: 017.00.01 Фізичне виховання

Київ – 2025

Форма опису програми екзамену

Поля форми	Опис поля форми
Київський столичний університет імені Бориса Грінченка	
Кафедра фізичної терапії та ерготерапії	
ПРОГРАМА ЕКЗАМЕНУ з дисципліни «Фізкультурно-спортивна реабілітація»	
Курс, група	Курс II, ФВб 12440з
Спеціальність (спеціалізація)	017 Фізична культура і спорт (Фізичне виховання)
Форма проведення: Письмова / усна / комбінована	Письмова (тестування)
Тривалість проведення:	2 години
Максимальна кількість балів: 40 балів	40 балів

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ТЕСТОВИХ ЗАВДАНЬ

Оцінка	Кількість балів
Відмінно <i>Знання, виконання в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)</i>	36 – 40
Дуже добре <i>Знання, виконання в повному обсязі зі значною кількістю (3-4) несуттєвих помилок (вище середнього рівень)</i>	31 – 35
Добре <i>Знання, виконання в неповному обсязі з незначною кількістю (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)</i>	21 – 30
Задовільно <i>Знання, виконання в неповному обсязі зі значною кількістю (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівень)</i>	16-20
Достатньо <i>Знання, виконання в неповному обсязі, але є достатніми і задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання (нижче середнього рівень)</i>	11-15
Незадовільно	6-10

<i>Знання, виконання недостатні і не задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання з можливістю повторного складання модулю (низький рівень)</i>	
Незадовільно <i>З обов'язковим повторним курсом модуля (знання, вміння відсутні)</i>	1-5

ПЕРЕЛІК ДОПОМІЖНИХ МАТЕРІАЛІВ

Не подається.

ПЕРЕЛІК ТЕСТОВИХ ЗАВДАНЬ

- Тест 1. Основним засобом фізичної реабілітації є:
- Тест 2. Саногенез – це:
- Тест 3. Фармакотерапія – основний засіб реабілітації
- Тест 4. Відновлення правового та матеріального статусів потерпілих (хворих) здійснює реабілітація
- Тест 5. Розрізняють всі етапи реабілітації, крім одного:
- Тест 6. До основних засобів ЛФК в спорті відноситься все, крім одного:
- Тест 7. Валеогенез – це:
- Тест 8. Патогенез – це:
- Тест 9. До додаткових засобів ЛФК в спорті відноситься все, крім одного:
- Тест 10. Термін «реабілітація» використовують у сфері(ах) діяльності людини.
- Тест 11. Нетрадиційний метод лікування за допомогою коней – це:
- Тест 12. Нетрадиційний метод лікування за допомогою собак – це:
- Тест 13. Нетрадиційний метод лікування за допомогою бджіл – це:
- Тест 14. Нетрадиційний метод лікування за допомогою дельфін – це:
- Тест 15. Про історію хвороби спортсмена можна дізнатися з:
- Тест 16. Дослідження гнучкості здійснюється за допомогою:
- Тест 17. Мануальне тестування м'язів здійснюється за методом:
- Тест 18. До основних засобів медичної реабілітації відноситься все, крім одного:
- Тест 19. Засоби немедикаментозної терапії включають:
- Тест 20. Засоби фізичної реабілітації включають:
- Тест 21. Під час вимірювання рухів у плечовому суглобі за вихідну величину беруть:
- Тест 22. Під час вимірювання рухів у ліктьовому суглобі за вихідну величину беруть:
- Тест 23. Під час вимірювання рухів у гомілковостопному суглобі за вихідну величину беруть:
- Тест 24. Під час вимірювання рухів у колінному суглобі за вихідну величину беруть:

Тест 25. Під час вимірювання рухів у кульшовому суглобі за вихідну величину беруть:

Тест 26. Під час вимірювання рухів у променевоzap'ястковому суглобі за вихідну величину беруть:

Тест 27. Сила опору під час дослідження сили м'язів у спортсменів є різною і залежить від всіх нижче перелічених факторів, крім одного:

Тест 28. До засобів фізичного виховання відносяться:

Тест 29. Критеріями самоорганізації людини (пацієнта) є:

Тест 30. При проведенні м'язового тестування за Ловетом виділяють ступенів сили м'язів

Тест 31. Особливостями реабілітації спортсменів є все, крім одного:

Тест 32. Виділяють усі етапи реабілітації спортсменів, крім одного:

Тест 33. Задачею 1-го етапу реабілітації спортсменів є:

Тест 34. Задачею 2-го етапу реабілітації спортсменів є все, крім одного:

Тест 35. Задачею 3-го етапу реабілітації спортсменів є:

Тест 36. На 2-му етапі реабілітації спортсменів застосовують:

Тест 37. Імітаційні вправи (на 2-му етапі реабілітації) виконуються спортсменами:

Тест 38. До інструментальних методів у дослідженні функціонального стану опорно-рухового апарату відносяться всі методи, крім одного:

Тест 39. Експертна оцінка готовності спортсменів після реабілітації до тренувань передбачає проведення:

Тест 40. Надрив м'язових волокон найчастіше зустрічається

Тест 41. Охолодження (ICE) травмованої ділянки тіла не варто використовувати через після травми.

Тест 42. Здавлення (COMPRESSION) травмованої ділянки тіла потрібно припинити через після травми.

Тест 43. Метод, що передбачає почергове гаряче та холодне обливання – це:

Тест 44. Відновлення повної амплітуди рухів у суглобах здійснюється:

Тест 45. У разі іммобілізації етапи реабілітації спортсмена поділяються на всі етапи, крім одного:

Тест 46. Принцип, що передбачає захист, обмеження рухів, охолодження тощо після травматичного ушкодження – це:

Тест 47. Ізокінетичне тестування сили м'язів здійснюється за допомогою динамічних динамометрів:

Тест 48. На більш пізньому етапі після травматичного ушкодження використовують принцип, що передбачає охолодження, розтягнення та виконання фізичних вправ, – це :

Тест 49. Після розтягнення м'яза активні вправи виконуються не раніше:

Тест 50. Після надриву м'яза активні вправи виконуються не раніше:

Тест 51. Після розриву м'яза активні вправи виконуються не раніше:

Тест 52. Після легкого підвертання суглобу активні вправи можна виконувати через:

Тест 53. У разі середнього підвертання суглобу гіпсову лонгету накладають на термін:

Тест 54. У разі важкого підвертання суглобу гіпсову лонгету накладають на термін:

Тест 55. Регенерація основного нервового волокна починається лише здня після ушкодження

Тест 56. За добу нерве волокно виростає:

Тест 57. З метою запобігання дегенерації м'язів (після ушкодження периферійних нервів) щоденно використовують процедури:

Тест 58. За складністю анатомічної будови та пристосування до складних умов біостатики, перше місце займає:

Тест 59. Після оперативного лікування менісків до занять спортом (плаванням) можна приступити не раніше ніж через:

Тест 60. Після оперативного лікування менісків до занять спортом (футболом) можна приступити не раніше ніж через:

Тест 61. Після видалення меніска пасивне згинання оперованої ноги у колінному суглобі до 90 градусів можливе на:

Тест 62. Тривалі пасивні рухи на шині СРМ (у межах 0–50–55 градусів) після операції на колінному суглобі з приводу реконструкції передньої хрестоподібної зв'язки здійснюють на:

Тест 63. Тривалі пасивні рухи на шині СРМ (у межах 0–60 градусів) після операції на колінному суглобі з приводу реконструкції передньої хрестоподібної зв'язки здійснюють на:

Тест 64. При реконструкції задньої хрестоподібної зв'язки колінного суглобу після оперативного втручання не можна виконувати вправи, які викликають:

Тест 65. Після оперативної реконструкції ахілового сухожилка ходьба на милицях можлива на:

Тест 66. Після оперативної реконструкції ахілового сухожилка інтенсивні вправи з ходьби на милицях можливі на:

Тест 67. Після оперативної реконструкції ахілового сухожилка спортивні тренування можливі через:

Тест 68. Для відновлення сили м'язів стопи (у підгострому періоді) з приводу запалення підшвового сухожилка використовують усі вправи, крім однієї:

Тест 69. Для еластичності м'язів стопи (у під гострому періоді) з приводу запалення підшвового сухожилка використовують вправу:

Тест 70. Повна іммобілізація після ушкодження гомілковостопного суглоба проводиться на:

Тест 71. Під час гострого перенапруження плечового суглоба застосовують все, крім одного:

Тест 72. Повна іммобілізація після вивиху плечового суглоба проводиться на:

Тест 73. У гострому періоді травматичного епікондиліту використовують кінезотерапію:

Тест 74. Найефективнішим методом діагностики та проведення оперативного лікування «ліктя тенісиста» є:

Тест 75. Серед фізичних методів консервативного лікування «ліктя тенісиста» найпоширенішим в останні роки є:

Тест 76. Тривалі пасивні рухи на шині СРМ (у межах 0–40 градусів) після операції на колінному суглобі з приводу реконструкції передньої хрестоподібної зв'язки здійснюють на:

Тест 77. Абсолютними протипоказаннями до мануальної терапії є всі, крім одного:

Тест 78. Мобілізація за допомогою ППР ґрунтується на проведенні:

Тест 79. Під час проведення мобілізації за допомогою ППР ізометричне скорочення м'язів здійснюється:

Тест 80. Навколо фронтальної осі (у сагітальній площині) виконуються:

Тест 81. Навколо сагітальної осі (у фронтальній площині) виконуються:

Тест 82. Мануальна терапія в лікуванні випадіння міжхребцевого диска протипоказана, якщо розмір грижі диска становить:

Тест 83. Курс лікування випадіння міжхребцевого диска Неел-препаратами (Німеччина) повинен становити не більше:

Тест 84. До Неел-препаратів (Німеччина) відносяться усі препарати, крім одного. Що це за препарат?

Тест 85. Розробником Неел-препаратів (Німеччина) є доктор

Тест 86. Хто автор слів: «Хворому байдуже, знає лікар, яким чином він усуває біль і чи обґрунтовані його дії науково. Йому важливі наслідки дії – позбавитися від болю як найшвидше із найменшим ризиком»?

Тест -87. Під час проведення мобілізації за допомогою ППР ізометричне скорочення м'язів здійснюється:

Тест 88. Відносними протипоказаннями до мануальної терапії є:

Тест 89. Біодинамічну корекцію хребта можна здійснити за допомогою:

Тест 90. Комплекс прийомів ППР в поєднанні з гравітаційною важкістю, який виконується пацієнтом самостійно є:

Тест 91. Найбільша сила поштовху, яка необхідна для подолання опору тканини розтягненню в процесі проведення маніпуляційних прийомів становить:

Тест 92. До форм дегенеративно-дистрофічних уражень хребта відносяться всі форми, крім однієї:

Тест 93. Спондиліоз — це дегенеративно-дистрофічне ушкодження хребта, яке виникає в процесі:

Тест 94. Вправа «Ретракція цвяха рукою» є одним із ефективних засобів у профілактиці остеохондрозу:

Тест 95. Основними прийомами масажу при проведенні мануальної терапії є:

Тест 96. Мануальний прийом «Мобілізація сходами» є ефективним у відновленні функції:

Тест 97. При виконанні м'якотканевої мобілізації «Ялинка» пацієнт:

Тест 98 . При виконанні мануального прийому «Мобілізація сходами» пацієнт:

Тест 99. При виконанні м'якотканевої техніки «Цуцик» пацієнт:

Тест 100. При мобілізації м'яких тканин спини при прямій тракції кистями рук пацієнт:

Тест 101. При мобілізації м'яких тканин спини при косій тракції кистями рук пацієнт:

Тест 102. При проведенні маніпуляції на реберно-хребцевих з'єднаннях пацієнт:

Тест 103. При проведенні тракції поперекових м'язів пацієнт:

Тест 104. При проведенні важільної мобілізації в дорзо-вентральному напрямку пацієнт:

Тест 105. При проведенні недиференційованої тракції шийного відділу хребта пацієнт:

Тест 106. При проведенні тракції грудного відділу хребта пацієнт:

Тест 107. Під час куріння однієї цигарки людина пропускає через дихальні шляхи тютюнового диму.

Тест 108. Негативна дія зменшення ваги за допомогою лазні-сауни та фармакології (використання сечогінних препаратів) характеризується проявом усього, окрім одного. Що це може бути?

Тест 109. Доводити масу тіла до необхідної у певній ваговій категорії слід поступово впродовж: 5-7 днів.

Тест 110. Зловживання алкоголем призводить до:

Тест 111. До групи анаболічних стероїдів («анаболіків») відносяться усі фармакологічні форми, крім:

Тест 112. За даними літератури, прийом однієї лазневої процедури рівняється по навантаженню на організм до бігу на:.

Тест 113. Хворий без шкоди для здоров'я може приймати сауну, якщо він може швидко пройти чи пробігти на одному носовому диханні:

Тест 114. Лазня-сауна не рекомендується хворим із контрольною паузою (КП) затримки дихання за методом К.П. Бутейка менше:

Тест 115. Лазня-сауна є безпечною процедурою для хворого при досягненні ним контрольної паузи (КП) затримки дихання за методом К.П. Бутейка:

Тест 116. Різке вставання на ноги перед виходом із сауни може призвести до розвитку:

Тест 117. Автором способу швидкої гармонізації психоемоційного стану людини/вправи «Біоенергетичний насос» є:

Тест 118. Головними принципами оздоровчого тренування загартовуванням є всі, крім одного:

Тест 119. В процесі використання сонячних ванн ультрафіолетові промені проникають в шкіру на глибину до:

Тест 120. Лазня-сауна у вигляді великої дерев'яної бочки з підігрівом на печі – це:

ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ЕКЗАМЕНУ

Форма проведення екзамену – у вигляді письмового тестування.

Результати оцінювання навчальних досягнень кожного студента автоматично заносяться до електронного журналу після тестування.

Кількість питань – 40 з варіантами відповідей.

Критерії оцінювання: 1 питання – 1 бал.

Максимальна кількість балів за екзамен – 40 балів.

Кількість спроб – 1. Обмеження в часі – 50 хвилин.

Програму екзамену розглянуто і затверджено на засіданні кафедри фізичної терапії та ерготерапії, протокол № 13 від 14 листопада 2025 р.

Екзаменатор _____ Михайло Хорошуха

Завідувач кафедри фізичної
терапії та ерготерапії



Валентин Савченко