**Екзаменаційні питання з дисципліни**

**«Терапевтичні вправи»**

1. Вплив терапевтичних вправ на фізичну функцію організму людини.
2. Компоненти фізичної функції організму людини.
3. Принципи фізичної терапії.
4. Основні методичні принципи при заняттях терапевтичними вправами.
5. Особливості методики та основні завдання проведення занять у щадний період реабілітації.
6. Етапи реабілітації
7. Особливості та основні завдання застосування терапевтичних вправ у функціональний період реабілітації.
8. Особливості проведення та основні завдання занять у тренувальний період реабілітації.
9. Загальні вимоги до методики проведення занять з терапевтичних вправ.
10. Рухові навички та руховий динамічний стереотип.
11. Три фази формування рухових навичок.
12. Вплив фізичних вправ на системи і органи людини.
13. Вплив терапевтичних вправ на біологічні та біохімічні особливості організму.
14. Показання для призначення терапевтичних вправ. Чотири групи захворювань, які потребують застосовування терапевтичних вправ (В.В. Клапчук та В.М. Нерсесян (1995)).
15. Протипоказання для призначення терапевтичних вправ.
16. Особливості застосування терапевтичних вправ при рахіті у дітей в залежності від періоду захворювання.
17. Особливості застосування терапевтичних вправ при гіпотрофії у дітей в залежності від ступеня захворювання.
18. Особливості застосування терапевтичних вправ у геріатрії. Групи здоров’я. Дозування ТВ.
19. Особливості застосування терапевтичних вправ для дітей раннього віку. Методи фізичної терапії.
20. Особливості застосування терапевтичних вправ для дітей 3-6 років, спрямованих на виправлення дефектів постави.
21. Гімнастика для дітей грудного віку.
22. Методичні прийоми дозування терапевтичних вправ.
23. Основні засоби терапевтичних вправ.
24. Форми проведення занять терапевтичних вправ.
25. Класифікація терапевтичних вправ.
26. Рухові режими.
27. Масаж як додатковий засіб терапевтичних вправ.
28. Види працетерапії.
29. Механотерапія. Типи тренажерів.
30. Гідрокінезітерапія. Вплив на фізіологічні процеси в організмі. Реакція здорової людини на водну імерсію.
31. Методи терапевтичних вправ.
32. Засоби терапевтичних вправ залежно від рухового режиму.
33. Методичні прийоми дозування терапевтичних вправ.
34. Розрахунок максимально допустимої частоти серцевих скорочень за формулою резерву серця.
35. Загальні вимоги до методики проведення занять терапевтичних вправ.
36. Роль дихальних вправ у лікувальній гімнастиці.
37. Охарактеризувати механізм дії лікувальної ходи.
38. Особливості методики використання дихальних вправ.
39. Які основні засоби застосовують у терапевтичних вправах для профілактики й лікування захворювань та ушкоджень?
40. Що відноситься до додаткових засобів для покращення дії ТВ?
41. Розкрийте форми ТВ.
42. Розкрити зміст наступних засобів: гімнастичні вправи,
43. Розкрити зміст наступних засобів: спортивно- прикладні вправи.
44. Розкрити зміст наступних засобів: малорухливі та спортивні ігри.
45. Засоби дозування фізичного навантаження при лікувальному використанні фізичних вправ.
46. Охарактеризуйте загальні методи проведення занять ТВ.
47. Загальні вимоги до методики проведення занять ТВ.
48. Фізіологічно обґрунтовані загальні методичні принципи у процесі застосування терапевтичних вправ.
49. Розкрийте особливості методики використання дихальних вправ.

52. Особливості лікувальної гімнастики при гіпертонічній хворобі

51. Лікувальна хода при гіпертонічній хворобі

52. Комплекс лікувальної гімнастики при ВСД за гіпертонічним типом.

53. Ранкова гігієнічна гімнастика. Фізіологічний вплив на організм людини.

 **Відповісти на тестові запитання:**

*1. Особливістю використання ТВ у процесі реабілітації хворих є:*

A. процес дозованого тренування та активна участьхворого в лікувальному процесі

B. процес дозованого тренування та вправи виконуються строго під рахунок

C. використання тільки вправ спеціальної спрямованості

D. використання природних факторів природи

E. усі відповіді вірні

*2. Фізичні вправи з метою практичного використання поділяють на:*

A. спеціальні, активні, пасивні, статичні

B. рухливі, нерухливі, лежачи, стоячи

 C. гімнастичні, прикладні, спортивні, ігрові

D. стоячі, сидячи, лежачі на спині, лежачі на животі

E. усі відповіді вірні

*3. Вправи прикладного характеру це:*

A. вправи, які використовуються у дітей у період новонародження (до 28 днів)

B. велика група вправ з основними життєво необхідними руховими діями природного типу

C. це гімнастичні вправи з довільною видозміною характеру і/або тривалості фаз дихального циклу, як в поєднанні з рухами тулуба і кінцівок, так і без них

D. спрямовані на оздоровлення і зміцнення всього організму

E. це спеціально підібрані й поділені на складові частини рухи

*4. Залежно від рухового режиму заняття ТВ проводяться засобом (методом):*

A. індивідуальний;

B. малогруповий;

C. груповий;

D. консультативний (самостійним)

E. усі відповіді вірні

*5. На якому етапі фізичної реабілітації та рухового режиму використовують вправи максимальної інтенсивності:*

A. на стаціонарному під наглядом фізичного терапевта

B. на санітарному під наглядом фізичного терапевта

C. на амбулаторному

D. не використовують

E. можна використовувати на любому етапі в залежності від стану хворого

*6. При виконанні фізичної вправи терапевтичної спрямованості, дихання має значення?*

 A. ні, не має

B. має, коли важко – треба затримати дихання

C. має, необхідно дихати часто, щоб покращити газообмін організму

D. має і дихати необхідно тільки ротом, що сприяє збільшенню кисню в організмі

E. має, тільки вдих повинен відповідати випрямленню тулубу, а видих – згинанню тулубу

*7. Для правильного використання фізичних вправ при складанні комплексу ТВ рекомендують враховувати наступні прийоми:*

A. вибір вихідних положень та підбор фізичних вправ за анатомічною ознакою

B. повторюваність, темп і ритм рухів

C. амплітуда рухів та точність їх виконання

D. ступінь зусилля при виконанні фізичних вправ та використання дихальних вправ

E. усі відповіді вірні

*8. У залежності від участі в дихальних актах дихальної та скелетної мускулатури вправи поділяють на:*

A. статичні, динамічні

B. активні, пасивні

C. загальні, спеціальні

D. з допомогою, без допомоги

E. усі відповіді вірні

*9. Вправи, спрямовані на удосконалення побутових дій, які застосовуються при порушенні рухових функцій внаслідок травм, паралічу, ампутації називаються*

A. вправи з предметами

B. ігрові вправи

C. спортивно-прикладні вправи

D. трудові вправи (праце терапія)

 E. загальнорозвиваючі вправи

*10. Визначення (синонім) медичної реабілітації*

A. санаторно-курортне лікування

B. відновлювальне лікування

C. радикальне лікування

D. медикаментозне лікування

E. консервативне лікування

*11. Чи впливає темп виконання вправ на величину навантаження при виконанні терапевтичних вправ?*

A. не впливає

B. умовно

C. впливає

D. тільки коли швидкий темп виконання вправи

E. тільки коли повільний темп виконання вправи

*12. Який метод проведення процедур терапевтичних вправ краще забезпечує дозування навантаження?*

A. ігровий

B. спортивний ( спортивно-прикладний)

C. груповий

D. консультативний

E. повторний з використанням гімнастичних вправ

*13. Показником для припинення навантаження є:*

A. поява помірної задухи

B. підвищення пульсу до 50% від максимально можливого для даної особи

C. загальна виражена втома, слабкість

D. коли людина спітнілі

E. збільшення частоти дихання

*14. Ортостатична та кліноортостатична проби характеризують стан систем:*

 A. серцево-судинної та вегетативної нервової

B. дихальної та серцево-судинної

C. серцево-судинної та м’язової

D. опорно-рухового апарату

E. усі відповіді вірні

*15. Для оцінки згинання та розгинання у колінному суглобі бранші кутоміра накладають*

A. поверх коліна на стегно та гомілку

B. обидві вздовж бокової поверхні гомілки

C. одну вздовж бокової поверхні гомілки, другу вздовж бокової поверхні стегна

D. обидві вздовж бокової поверхні стегна

E. усі варіанти вірні

*16. Для оцінки згинання та розгинання у кульшовому суглобі бранші кутоміра накладають*

A. обидві вздовж повздовжньої вісі стегна

B. одну вздовж повздовжньої вісі стегна, другу над лонним зрощенням

C. кожному індивідуально

D. одну вздовж повздовжньої вісі стегна, другу вздовж бокової поверхні тулубу

E. усі варіанти вірні