

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 01.07.2025 09:45:50
 Уникальный программный идентификатор:
 e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

Оценочный материал для диагностического тестирования

Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине

МАССАЖ, 7 семестр

| | |
|-----------------------------|--|
| Код, направление подготовки | 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» |
| Направленность (профиль) | Спортивно-оздоровительный туризм |
| Форма обучения | очная |
| Кафедра-разработчик | теории физической культуры |
| Выпускающая кафедра | Медико-биологических основ физической культуры |

| Проверяемая компетенция | Задание | Варианты ответов | Тип сложности и вопроса |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| ПК-2.1 | Массаж применяется с целью (выберите один правильный ответ из заданного списка) | <ol style="list-style-type: none"> 1) нормализации процессов саморегуляции организма 2) уменьшения побочного, отрицательного воздействия фармакотерапии 3) улучшения эмоционального состояния 4) нормализации сна | Низкий |
| ПК-2.1 | На Востоке массаж чаще всего проводили (выберите один правильный ответ из заданного списка) | <ol style="list-style-type: none"> 1) ногами 2) руками 3) веником 4) специальными приспособлениями | Низкий |
| ПК-2.1 | Русская система массажа отличается от других систем массажа (выберите один правильный ответ из заданного списка) | <ol style="list-style-type: none"> 1) более тонкой дифференцировкой воздействия на различные ткани и ЦНС 2) ограниченным набором приемов 3) это умственный, диагностический массаж 4) проводится сильно и глубоко | Низкий |
| ПК-2.1 | В теории и практике массажа принято выделять следующие его виды (выберите один правильный) | <ol style="list-style-type: none"> 1) спортивный, лечебный, гигиенический, косметический 2) парный, аппаратный, баночный | Низкий |

| | | | |
|--------|---|--|---------|
| | ответ из заданного списка) | 3) частный, общий, парный 4) лечебный, аппаратный, общий | |
| ПК-2.1 | К методам массажа относятся (выберите один правильный ответ из заданного списка) | 1) ручной, аппаратный, комбинированный, ножной 2) спортивный, в бане, лечебный, косметический 3) парный, частный, общий 4) ручной, спортивный, лечебный | Низкий |
| ПК-2.1 | Во взаимосвязях массируемого и массажиста необходимо выделять два аспекта (выберите один правильный ответ из заданного списка) | 1) психологический и чисто технический 2) теоретический и практический 3) эмоциональный и технический 4) теоретический и психологический | Средний |
| ПК-2.1 | Приемы массажа действуют на различные органы, системы и организм в целом возбуждающе, тонизирующе (выберите несколько правильных ответ из заданного списка) | 1) разминание 2) выжимание 3) ударные приемы 4) поглаживание 5) сотрясающие приемы | Средний |
| ПК-2.1 | Перечислить приемы массажа, воздействующие на суставы, связки, сухожилия (выберите несколько правильных ответ из заданного списка) | 1) движения 2) растирание 3) выжимание 4) разминание | Средний |
| ПК-2.1 | Для правильного дозирования, определения времени сеанса, его методики, выбора адекватного воздействия необходимо верно оценивать (выберите | 1) функциональное состояние пациента 2) уровень подготовленности пациента 3) эмоциональное состояние пациента 4) реактивность кожного покрова | Средний |

| | | | |
|--------|---|--|---------|
| | один правильный ответ из заданного списка) | | |
| ПК-2.1 | Перечислить примы массажа, воздействующие на мышцы (выберите один правильный ответ из заданного списка) | <ol style="list-style-type: none"> 1) выжимание, разминание, сотрясающие приемы, ударные приемы, движения 2) выжимание, растирание, сотрясающие приемы 3) поглаживание, растирание, ударные приемы 4) движения, растирание, ударные приемы | Средний |
| ПК-2.1 | Повреждение мягких тканей, при котором сохраняется целостность наружных покровов (выберите один правильный ответ из заданного списка) | <ol style="list-style-type: none"> 1) ушиб 2) растяжение 3) артроз 4) остеохондроз | Средний |
| ПК-2.1 | это дистрофические изменения суставного хряща (вписать слово) | <ol style="list-style-type: none"> 1) ушиб 2) растяжение 3) артроз 4) остеохондроз | Средний |
| ПК-2.1 | При недостаточности кровообращения массируют (выберите один правильный ответ из заданного списка) | <ol style="list-style-type: none"> 1) пояснично-крестцовую зону, ягодичные мышцы, мышцы ног 2) воротниковую зону, мышцы спины, ягодичные мышцы 3) воротниковую зону, мышцы груди, мышцы спины 4) мышцы спины, ягодичные мышцы, 2х главые мышцы бедер | Средний |
| ПК-2.1 | При неврозах выполняют массаж на следующих сегментах (выберите один правильный ответ из заданного списка) | <ol style="list-style-type: none"> 1) воротниковой зоне 2) мышцах спины, воротниковой зоне 3) воротниковой зоне, мышцах груди 4) мышцах шеи, мышцах спины | Средний |
| ПК-2.1 | Метод, применяемый для ухода за телом, помогающий укрепить здоровье, поднять общий тонус организма и предупредить некоторые заболевания называется (выберите один правильный ответ из заданного списка) | <ol style="list-style-type: none"> 1) гигиеническим массажем 2) косметическим массажем 3) лечебным массажем 4) спортивным массажем | Средний |

| | | | |
|--------|---|--|---------|
| ПК-2.1 | Приемы массажа действуют на различные органы, системы и организм человека в целом расслабляюще, успокаивающе, обезболивающе (выберите несколько правильных ответов из заданного списка) | <ol style="list-style-type: none"> 1) поглаживание 2) потряхивание 3) встряхивание 4) разминание 5) выжимание | Высокий |
| ПК-2.1 | Массаж, применяемый после тяжелых и длительных физических нагрузок для снятия усталости и восстановления жизнедеятельности называется ... (вписать слово) | <ol style="list-style-type: none"> 1) спортивный массаж 2) лечебный массаж 3) косметический массаж 4) гигиенический массаж | Высокий |
| ПК-2.1 | Массаж, применяемый для нормализации функций организма при различных заболеваниях и повреждениях называется... (вписать слово) | <ol style="list-style-type: none"> 1) спортивный массаж 2) лечебный массаж 3) косметический массаж 4) гигиенический массаж | Высокий |
| ПК-2.1 | Учитывая анатомо-физиологические, механические и другие особенности классического ручного массажа необходимо выполнять приемы в следующей последовательности (расположите перемешанные элементы в правильном порядке) | <ol style="list-style-type: none"> 1) движения 2) растирание 3) выжимание 4) разминание 5) поглаживание 6) ударные приемы 7) сотрясающие приемы | Высокий |
| ПК-2.1 | Перечислить приемы массажа, воздействующие на кожу (выберите несколько правильных ответ из заданного списка) | <ol style="list-style-type: none"> 1) движения 2) ударные приемы 3) поглаживание 4) растирание 5) разминание | Высокий |