

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 01.07.2025 09:23:23
 Уникальный программный ключ:
 e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

Оценочный материал для диагностического тестирования

Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине

МАССАЖ, 7 семестр

| | |
|-----------------------------|--|
| Код, направление подготовки | 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» |
| Направленность (профиль) | Адаптивное физическое воспитание |
| Форма обучения | очная |
| Кафедра-разработчик | Теории физической культуры |
| Выпускающая кафедра | Медико-биологических основ физической культуры |

| Проверяемая компетенция | Задание | Варианты ответов | Тип сложност и вопроса |
|-------------------------------|--|---|------------------------|
| УК-7.2 ОПК-9.2 ОПК-10.2 | Массаж применяется с целью (выберите один правильный ответ из заданного списка) | 1) нормализации процессов саморегуляции организма 2) уменьшения побочного, отрицательного воздействия фармакотерапии 3) улучшения эмоционального состояния 4) нормализации сна | Низкий |
| ОПК-9.2 ОПК-10.2 | На Востоке массаж чаще всего проводили (выберите один правильный ответ из заданного списка) | 1) ногами 2) руками 3) веником 4) специальными приспособлениям и | Низкий |
| УК-7.2 | Русская система массажа отличается от других систем массажа (выберите один правильный ответ из заданного списка) | 1) более тонкой дифференцировкой воздействия на различные ткани и ЦНС 2) ограниченным набором приемов | Низкий |
| | | 3) это умственный, диагностический массаж 4) проводится | |

| | | | |
|-------------------------------|---|--|---------|
| | | сильно и глубоко | |
| ОПК-9.2 | В теории и практике массажа принято выделять следующие его виды (выберите один правильный ответ из заданного списка) | 1) спортивный, лечебный, гигиенический, косметический 2) парный, аппаратный, баночный 3) частный, общий, парный 4) лечебный, аппаратный, общий | Низкий |
| УК-7.2 | 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 |
| УК-7.2 | 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 |
| УК-7.2 ОПК-9.2 ОПК-10.2 | 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 |
| УК-7.2 ОПК-9.2 ОПК-10.2 | Перечислить приемы массажа, воздействующие на | 1) движения 2) растирание 3) выжимание | Средний |
| | суставы, связки, сухожилия (выберите несколько правильных ответ из заданного списка) | 4) разминание | |

| | | | |
|-------------------------------|---|--|---------|
| УК-7.2 ОПК-9.2 ОПК-10.2 | Для правильного дозирования, определения времени сеанса, его методики, выбора адекватного воздействия необходимо верно оценивать (выберите один правильный ответ из заданного списка) | <ol style="list-style-type: none"> 1) функциональное состояние пациента 2) уровень подготовленности пациента 3) эмоциональное состояние пациента 4) реактивность кожного покрова | Средний |
| УК-7.2 ОПК-9.2 ОПК-10.2 | 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 |
| УК-7.2 ОПК-9.2 ОПК-10.2 | 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 |
| УК-7.2 ОПК-9.2 ОПК-10.2 | это дистрофические изменения суставного хряща (вписать слово) | <ol style="list-style-type: none"> 1) ушиб 2) растяжение 3) артроз 4) остеохондроз | Средний |
| УК-7.2 ОПК-9.2 ОПК-10.2 | 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 | Средний |

| | | | |
|--|--|--|---------|
| | | <p>мышцы</p> <p>3) воротниковую зону, мышцы груди, мышцы спины</p> <p>4) мышцы спины, ягодичные мышцы, 2х главные мышцы бедер</p> | |
| <p>УК-7.2</p> <p>ОПК-9.2</p> <p>ОПК-10.2</p> | <p>При неврозах выполняют массаж на следующих сегментах (выберите один правильный ответ из заданного списка)</p> | <p>1) воротниковой зоне</p> <p>2) мышцах спины, воротниковой зоне</p> <p>3) воротниковой зоне, мышцах груди</p> <p>4) мышцах шеи, мышцах спины</p> | Средний |
| <p>УК-7.2</p> <p>ОПК-9.2</p> <p>ОПК-10.2</p> | <p>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)</p> | <p>1) гигиеническим массажем</p> <p>2) косметическим массажем</p> <p>3) лечебным массажем</p> <p>4) спортивным массажем</p> | Средний |
| <p>УК-7.2</p> <p>ОПК-9.2</p> <p>ОПК-10.2</p> | <p>Приемы массажа действуют на различные органы, системы и организм человека в целом расслабляюще, успокаивающе, обезболивающе (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)</p> | <p>1) поглаживание</p> <p>2) потряхивание</p> <p>3) встряхивание</p> <p>4) разминание</p> <p>5) выжимание</p> | Высокий |
| <p>УК-7.2</p> <p>ОПК-9.2</p> <p>ОПК-10.2</p> | <p>Массаж, применяемый после тяжелых и длительных физических нагрузок для снятия усталости и восстановления жизнедеятельности называется ... (вписать слово)</p> | <p>1) спортивный массаж</p> <p>2) лечебный массаж</p> <p>3) косметический массаж</p> <p>4) гигиенический массаж</p> | Высокий |

| | | | |
|---------------------|---|--|---------|
| ОПК-9.2 ОПК-10.2 | 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 |
| ОПК-9.2 ОПК-10.2 | 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 |
| ОПК-9.2 ОПК-10.2 | 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 |