

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)

Институт физического воспитания и спорта  
Кафедра адаптивной физической культуры и физической реабилитации



Директор Института физического  
воспитания и спорта  
А.А. Губарев  
20 15 г.

Приложение к рабочей программе учебной дисциплины

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации  
обучающихся по дисциплине

Физическая реабилитация в геронтологии

По направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)  
Программа магистратуры – Физическая реабилитация  
Квалификация выпускника – магистр  
Форма обучения – очная, заочная  
Курс – ОФО – 2 курс (4 семестр), ЗФО – 2, 3 курс (6, 7 триместр)

Разработчики:

старший преподаватель кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации  
Ю.М. Штольц  
профессор кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации, кандидат медицинских наук, доцент  
И.В. Клименко

Заведующий кафедрой адаптивной физической культуры и физической реабилитации  
А.В. Ермоленко  
Протокол от « 09 » сентября 20 15 г., № 9

Луганск, 2025

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 1.1. Область применения

Фонд оценочных средств (ФОС) – неотъемлемая часть рабочей программы дисциплины (модуля) «Физическая реабилитация в геронтологии» и предназначен для контроля и оценки образовательных достижений студентов, освоивших программу дисциплины (модуля).

### 1.2. Цели и задачи фонда оценочных средств

Цель ФОС – установить соответствие уровня подготовки обучающегося требованиям ФГОС ВО магистратура по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 г. № 946 (с изменениями и дополнениями).

### 1.3. Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций и индикаторов их достижения:

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения
Профессиональные	
ПК-2: способность на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; владеть методами диагностики и оценки реабилитационного потенциала клиента, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта, его социальной среды	ПК-2.1: знает ресурсы реабилитационной инфраструктуры различного уровня; методы, технологии и особенности реабилитационной помощи для лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая лиц с инвалидностью ПК-2.2: умеет привлекать, аккумулировать, мобилизовать ресурсы реабилитационной инфраструктуры для решения задач реабилитационного случая ПК-2.3: владеет навыками мобилизации ресурсов межведомственной реабилитационной инфраструктуры для решения задач реабилитационного случая и применения технологий организации реабилитационной команды
ПК-3: способность в целях формирования необходимых реабилитанту компенсаций осуществлять подбор необходимого оборудования и технических средств реабилитации; разрабатывать комплексы упражнений, выбирать и применять адекватные методы для развития у занимающихся компенсаторных физических качеств с учетом показаний и противопоказаний	ПК-3.1: знает основы построения реабилитационного процесса, направленного на формирование функциональных компенсаций ПК-3.2: умеет применять на практике средства и методы физической реабилитации, направленные на восстановление утраченных функций организма ПК-3.3:

	владеет навыками составления комплексного индивидуального маршрута реабилитации
--	---

#### 1.4. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства/ способ оценивания
<b>Тема 1. Основы геронтологии. Виды старения.</b> Геронтология до нашей эры. Исследования в конце XIX века С.П. Боткина в Петербурге. Развитие русской геронтологии. Модель старости И.И. Мечникова (1845-1916). Развитие советской геронтологии. Учения отечественных геронтологов. Системный подход к проблеме старения. Возрастные периодизации. Виды, характерные признаки и биологические проблемы старения. Возрастные изменения психики.	ПК-2 ПК-3	Устный опрос. Проверка практических заданий и самостоятельной работы.
<b>Тема 2. Организационно-методические основы физической реабилитации в геронтологии.</b> Понятие о физической реабилитации, ее виды и связь с медицинской и социальной реабилитацией. Формы, принципы, задачи и средства физической реабилитации в пожилом возрасте. Концепция реабилитации пожилых людей в отечественной и зарубежной практике. Правила работы с пожилыми пациентами в процессе физической реабилитации. Психологическая помощь в старости.	ПК-2 ПК-3	Устный опрос. Проверка практических заданий и самостоятельной работы.
<b>Тема 3. Физическая реабилитация в лечебно-профилактических учреждениях и в центрах социальной защиты населения. Реабилитационные виды досуга лиц пожилого возраста. Самореабилитация.</b> Формы физической реабилитации. Больницы, амбулаторно-поликлинические учреждения, клиники медицинских научно-исследовательских и образовательных учреждений, санатории и курорты, реабилитационные центры. Правила проведения профилактических, диагностических, лечебных и реабилитационных мероприятий с применением современных медицинских технологий в соответствии со стандартами и протоколами ведения больных. Правила	ПК-2 ПК-3	Устный опрос. Проверка практических заданий и самостоятельной работы.

<p>работы с пожилыми пациентами в рамках лечебно-профилактических учреждений. Социальное обслуживание пожилых людей. Социальный сервис, предоставляемый пожилым людям. «Закон о государственных пенсиях в РФ». Пенсионное обеспечение по старости в РФ. Пенсионный фонд. Основные направления реабилитационного досуга пожилых людей в РФ.</p>		
<p><b>Тема 4. Оценка состояния здоровья пожилого человека. Оценка качества жизни. Тестирование уровня двигательных способностей пожилых людей.</b></p> <p>Квинтет гериатрии: нарушение подвижности, нарушение сознания, нарушение функций тазовых органов, ятрогенные заболевания, нарушения гомеостаза. Понятие патогенного взрыва. Цепная реакция нарастающих изменений жизненных систем организма на «отклоняющее воздействие» (от исходного состояния системы до болезни). Визуальная оценка. Оценка состояния пожилого человека с помощью анкетирования, тестирования. Разбор клинического случая. Понимание проблем (физических, психических, социологических) пожилого человека. Понятия депрессии, тревожности, горя утраты, страх падения. Особенности общения и ухода за пожилым человеком. Уход за престарелым человеком в стационаре. Уход в домашних условиях. Уход за пожилым человеком с нормальной и нарушенной психикой. Реабилитация лиц пожилого возраста в домах престарелых. Методы оценки состояния опорно-двигательного аппарата. Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями с лицами пожилого возраста. Средства оздоровительной физической культуры для пожилых людей. Особенности методики физкультурно-оздоровительных занятий с женщинами пожилого возраста. Особенности методики рекреационных занятий пожилых людей с избыточной массой тела.</p>	<p>ПК-2 ПК-3</p>	<p>Устный опрос. Проверка практических заданий и самостоятельной работы.</p>

<b>Тема 5. Организация, цели, задачи АФК с лицами пожилого возраста.</b> Роль специалиста адаптивной физической культуры в обслуживании пожилых людей. Роль физкультурно-оздоровительных занятий для лиц пожилого возраста. Основы построения оздоровительной тренировки с людьми пожилого возраста. Особенности регулирования физических и психических нагрузок в пожилом возрасте. Врачебный контроль и самоконтроль в процессе физкультурно-оздоровительных занятий с людьми пожилого возраста. Дневник самоконтроля.	ПК-2 ПК-3	Устный опрос. Проверка практических заданий и самостоятельной работы.
<b>Тема 6. Средства и методы физической реабилитации лиц пожилого и старческого возраста при заболеваниях и повреждениях.</b> Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой и бронхо-легочной системы, при заболеваниях опорно-двигательного аппарата и травмах. Физическая реабилитация при ментальных нарушениях.	ПК-2 ПК-3	Устный опрос. Проверка практических заданий и самостоятельной работы.
<b>Итоговая аттестация</b>	ПК-2 ПК-3	Зачет

### 1.5. Описание показателей формирования компетенций

Код компетенции	Результаты сформированности
ПК-2: способность на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; владеть методами диагностики и оценки реабилитационного потенциала клиента, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта, его социальной среды	Знает: – современные технологии, средства и методы физической реабилитации; – технологии организации реабилитационной команды, методы продуктивного командного взаимодействия; – общую и частную патологию; – критерии оценки индивидуальной нуждемости гражданина в реабилитационной помощи; – способы мобилизации мотивационной сферы реабилитанта, позволяющие ему сделать выбор здорового образа жизни, социально приемлемого поведения; – способы изучения изменяющихся потребностей реабилитантов, получение и интерпретации оценки результатов реабилитации. Умеет: – применять принципы, методы и виды, процедуры и эффективные практики реабилитационной деятельности; – определять оптимальный комплекс реабилитационных услуг и их поставщиков; – оценивать уровень соответствия используемых методов актуальному состоянию гражданина, уровню его реагирования на реабилитационные мероприятия;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять мероприятия, соответствующие потребностям здоровья реабилитанта с соблюдением мер физической, психологической и социальной безопасности;</li> <li>– собирать информацию о ходе процесса реабилитации от всех участников реабилитационного процесса;</li> <li>– мотивировать реабилитанта (законных представителей) на активное участие в реабилитационном процессе;</li> <li>– владеть способами мобилизации ресурсов организма реабилитанта;</li> <li>– владеть основными методами и способами формирования индивидуального маршрута реабилитации;</li> <li>– применять объективные методы контроля объема и эффективности реабилитационных мероприятий;</li> <li>– разрабатывать способы повышения качества и эффективности оказания реабилитационных услуг.</li> </ul> <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– подбора методического обеспечения, соответствующего реабилитационному случаю;</li> <li>– подбора инструментария, средств и методов физической реабилитации, методов оценки контроля эффективности и безопасности оказания реабилитационных услуг;</li> <li>– оценки физической, функциональной, психологической подготовленности организма реабилитанта к реабилитационным воздействиям;</li> <li>– определения и обоснования объемов, содержания, физической нагрузки при осуществлении реабилитационных мероприятий;</li> <li>– применения специализированных тренажеров и оборудования, используемого в реабилитационном процессе.</li> </ul>
<p>ПК-3:</p> <p>способность в целях формирования необходимых реабилитанту компенсаций осуществлять подбор необходимого оборудования и технических средств реабилитации;</p> <p>разрабатывать комплексы упражнений, выбирать и применять адекватные методы для развития у занимающихся компенсаторных физических качеств с учетом показаний и противопоказаний</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– технологии адаптивной физической культуры в реабилитационной деятельности;</li> <li>– биомеханику физических упражнений и локомоторной системы реабилитанта;</li> <li>– методики применения физических упражнений с целью компенсации утраченных функций организма.</li> </ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– мобилизовать ресурсы реабилитанта направленные на формирование компенсаторных физических качеств;</li> <li>– оценивать потребности реабилитанта в необходимости формирования компенсаций с учетом этапов реабилитации.</li> </ul> <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– оценки индивидуальной нужды реабилитанта в формировании компенсаторных функций;</li> <li>– определения оптимального комплекса реабилитационных услуг;</li> <li>– осуществления подбора необходимого оборудования и технических средств реабилитации.</li> </ul>

## 1.6. Критерии оценивания компетенций на разных этапах их формирования

Вид учебной работы	Количество баллов	
<b>4 семестр, 6 триместр</b>	<b>ОФО</b>	<b>ЗФО</b>
Устные и письменные ответы на практических занятиях	48	10
Самостоятельная работа	22	35
Зачет	30	-
Итого за семестр/триместр:	<b>100</b>	<b>45</b>
<b>7 триместр</b>	<b>ОФО</b>	<b>ЗФО</b>
Устные и письменные ответы на практических занятиях	-	10
Самостоятельная работа	-	15
Зачет	-	30
Итого за семестр/триместр:	-	<b>55</b>
<b>Всего за год:</b>	<b>100</b>	

#### Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	<b>90-100</b>	<b>А</b> – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному.	Зачтено
Хорошо	<b>83-89</b>	<b>В</b> – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному.	
Хорошо	<b>75-82</b>	<b>С</b> – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.	

Удовлетворительно	<b>63-74</b>	<b>D</b> – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки.	
Удовлетворительно	<b>50-62</b>	<b>E</b> – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному.	
Неудовлетворительно	<b>21-49</b>	<b>FX</b> – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий.	Не зачтено
Неудовлетворительно	<b>0-20</b>	<b>F</b> – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий.	

## 2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

### 2.1. Оценочные средства текущего контроля



### **Типовая практическая работа:**

**Тема: Оценка состояния здоровья пожилого человека. Оценка качества жизни. Тестирование уровня двигательных способностей пожилых людей.**

#### **План:**

1. Квинтет гериатрии: нарушение подвижности, нарушение сознания, нарушение функций тазовых органов, ятрогенные заболевания, нарушения гомеостаза.
2. Понятие патогенного взрыва.
3. Цепная реакция нарастающих изменений жизненных систем организма на «отклоняющее воздействие» (от исходного состояния системы до болезни). Визуальная оценка.
4. Оценка состояния пожилого человека с помощью анкетирования, тестирования.
5. Разбор клинического случая.
6. Понимание проблем (физических, психических, социологических) пожилого человека.
7. Понятия депрессии, тревожности, горя утраты, страх падения.
8. Особенности общения и ухода за пожилым человеком.
9. Уход за престарелым человеком в стационаре.
10. Уход в домашних условиях.
11. Уход за пожилым человеком с нормальной и нарушенной психикой.
12. Реабилитация лиц пожилого возраста в домах престарелых.
13. Методы оценки состояния опорно-двигательного аппарата.
14. Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями с лицами пожилого возраста.
15. Средства оздоровительной физической культуры для пожилых людей.
16. Особенности методики физкультурно-оздоровительных занятий с женщинами пожилого возраста.
17. Особенности методики рекреационных занятий пожилых людей с избыточной массой тела.

#### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Подобрать литературные источники (не менее 5) по теме занятия.
2. Подготовить реферат на тему: «Оценка состояния здоровья и физического состояния пожилого человека. Анатомо-физиологические изменения работы систем органов при старении».
3. Отработка практических навыков.
4. Составить словарь специальных терминов и понятий (не менее 20).

#### **Типовые темы для рефератов и презентаций:**

1. Геронтология до нашей эры.
2. Учения отечественных геронтологов.
3. Системный подход к проблеме старения.
4. Концепция реабилитации пожилых людей в отечественной и зарубежной практике.
5. Основные направления реабилитационного досуга пожилых людей в РФ.

#### **Типовой перечень дискуссионных тем (дискуссия, мини-конференция).**

1. Физическая реабилитация в геронтологии: состояние, проблемы, перспективы.
2. Старение, как психологическое явление.
3. Современные методы исследования в геронтологии.
4. Феномен долгожительства человека.
5. Лечебная физическая культура в практике гериатрии.

**Типовое тестовое задание:**

*1. Как называется наука, изучающая механизмы старения?*

- А) гериатрия
- Б) деонтология
- В) геронтология
- Г) герагогика

*2. Что является показателем морфофункционального статуса человека?*

- А) паспортный возраст
- Б) психологический возраст
- В) биологический возраст
- Г) социальный возраст

*3. Что является основой физкультурно-оздоровительных занятий с людьми пожилого возраста?*

- А) форма занятий
- Б) врачебный контроль и самоконтроль
- В) систематичность занятий
- Г) разнообразие средств

*4. Какой термин характеризует совокупность способов воздействия педагога на занимающихся, выбор которых обусловлен определенной научной концепцией, логикой организации и осуществления процесса обучения, воспитания и развития?*

- А) метод
- Б) методика
- В) методический подход
- Г) методическое направление

*5. Деонтология – это наука изучающая:*

- А) проблемы оказания медицинской помощи пожилым людям
- Б) механизмы старения
- В) процесс воспитания и образования лиц пожилого возраста
- Г) этические принципы поведения

*6. Что является ведущим фактором при возникновении трех «нормальных» болезней старения человека: гипердаптоза, климакса и ожирения?*

- А) возрастные изменения сердечно-сосудистой системы
- Б) возрастное снижение функций эндокринной системы
- В) ослабление функционального состояния центральной нервной системы
- Г) возрастные заболевания опорно-двигательного аппарата

*7. Какие принципы являются первоочередными при физкультурно-оздоровительной работе с людьми пожилого возраста?*

- А) дидактические
- Б) этические
- В) развития двигательных способностей
- Г) оздоровительной тренировки

*8. Что является сущностью социальной работы с пожилыми людьми?*

- А) физическая реабилитация
- Б) социальная реабилитация
- В) физическая рекреация

Г) медицинская реабилитация

9. Что такое квинтет гериатрии?

- А) особенности ухода за пожилым человеком в стационаре
- Б) взаимодействие проблем, наиболее часто встречающихся у пожилых пациентов
- В) характерные признаки старения
- Г) реабилитация лиц пожилого возраста в домах престарелых

10. Какой из видов адаптивной физической культуры направлен, в первую очередь, на обеспечение оптимального уровня здоровья и профилактику заболеваний людей пожилого возраста?

- А) адаптивное физическое воспитание
- Б) адаптивная физическая рекреация
- В) адаптивный спорт
- Г) физическая реабилитация

11. Что такое эйджизм?

- А) закономерные возрастные изменения
- Б) дискриминация по возрасту
- В) психологическая помощь в старости
- Г) вид социальной помощи

12. Ведущее качество специалиста, обслуживающего пожилых людей?

- А) доброта
- Б) честность
- В) терпимость
- Г) добросовестность

*Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний:*

Ключ к заданиям – 1-в; 2-в; 3-б; 4-в; 5-г; 6-б; 7-б; 8-б; 9-в; 10-б; 11-б; 12-в.

## **2.2. Оценочные средства для итоговой аттестации**

### **Теоретические вопросы к зачету:**

1. Геронтология – наука об аспектах старения.
2. Составные части геронтологии.
3. Основные задачи геронтологии.
4. Понятие и содержание категорий «возраст», «старость», «старение», «пожилой», «старый».
5. Биоактивация и геропротектика, их значение в продлении активного периода жизни человека.
6. Типология старения.
7. Классификации степени постарения населения.
8. Причины и перспективы постарения населения.
9. Демографические и социологические вопросы старости и старения.
10. Геронтогенез: явление и сущность.
11. Законы геронтогенеза.
12. Влияние условий и образа жизни на ее продолжительность.
13. Проблема старения общества и рынок труда.
14. Организация образовательной деятельности с пожилыми людьми.
15. Герагогика.
16. Феномен долгожительства.

17. Факторы долголетия.
18. Рациональный образ жизни – преграда на пути преждевременного старения.
19. Медико-социальное обслуживание пожилых и престарелых в РФ.
20. Предпосылки к социальным отклонениям в пожилом возрасте.
21. Психология нормального и патологического старения.
22. Особенности медицинского ухода за пожилыми людьми.
23. Особенности старения дыхательной системы.
24. Анатомо-физиологические изменения сердечно-сосудистой системы при старении.
25. Возрастные изменения мочеобразующих органов.
26. Возрастные изменения щитовидной железы.
27. Заболевания опорно-двигательного аппарата в пожилом возрасте.
28. Инволюция двигательных способностей у лиц пожилого возраста.
29. Организация, цели, задачи адаптивной физической культуры с лицами пожилого возраста.
30. Роль специалиста адаптивной физической культуры в обслуживании пожилых людей.
31. Роль физкультурно-оздоровительных занятий для лиц пожилого возраста.
32. Основы построения оздоровительной тренировки с людьми пожилого возраста.
33. Врачебный контроль и самоконтроль в процессе физкультурно-оздоровительных занятий с людьми пожилого возраста.
34. Дневник самоконтроля.
35. Оценка физического состояния лиц пожилого возраста.
36. Методы оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы.
37. Методы оценки функционального состояния дыхательной системы.
38. Методы оценки функционального состояния нервной системы.
39. Тестирование уровня двигательных способностей пожилых людей.
40. Методы оценки состояния опорно-двигательного аппарата.
41. Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями с лицами пожилого возраста.
42. Особенности регулирования физических и психических нагрузок в пожилом возрасте.
43. Основные принципы и правила регулирования физических и психических нагрузок в пожилом возрасте.
44. Средства оздоровительной физической культуры для пожилых людей.
45. Особенности методики физкультурно-оздоровительных занятий с женщинами пожилого возраста.
46. Особенности методики рекреационных занятий пожилых людей с избыточной массой тела.
47. Стандартизированная оценка физических возможностей пожилого человека.
48. «Успешное старение».
49. «Пирог физической активности» пожилого человека.
50. Возможности занятий дозированной физической нагрузкой для пожилых жителей.
51. Ортопедическая поддержка позвоночника при клиновидной деформации позвонков вследствие остеопороза.
52. Занятия по развитию равновесия «стоя» и при ходьбе у пожилых людей.
53. Профилактика падений.
54. Социальное обеспечение пожилого населения «тревожной кнопкой».
55. Ортопедическая поддержка коленных суставов.
56. Ортопедическая поддержка голеностопных суставов.
57. Упражнения по Кегелю при недержании мочи.

58. Оборудование для перемещения пациентов.
59. Адаптация домашних условий у пациентов с артропатиями нижних конечностей.
60. Геронтология до нашей эры.
61. Исследования в конце XIX века С.П. Боткина в Петербурге.
62. Развитие русской геронтологии.
63. Модель старости И.И. Мечникова (1845-1916).
64. Развитие советской геронтологии.
65. Учения отечественных геронтологов.
66. Системный подход к проблеме старения.
67. Возрастные периодизации.
68. Виды, характерные признаки и биологические проблемы старения.
69. Возрастные изменения психики.
70. Понятие о физической реабилитации, ее виды и связь с медицинской и социальной реабилитацией.
71. Формы, принципы, задачи и средства физической реабилитации в пожилом возрасте.
72. Концепция реабилитации пожилых людей в отечественной и зарубежной практике.
73. Правила работы с пожилыми пациентами в процессе физической реабилитации.
74. Психологическая помощь в старости.
75. Формы физической реабилитации.
76. Больницы, амбулаторно-поликлинические учреждения, клиники медицинских научно-исследовательских и образовательных учреждений, санатории и курорты, реабилитационные центры.
77. Правила проведения профилактических, диагностических, лечебных и реабилитационных мероприятий с применением современных медицинских технологий в соответствии со стандартами и протоколами ведения больных.
78. Правила работы с пожилыми пациентами в рамках лечебно-профилактических учреждений.
79. Социальное обслуживание пожилых людей.
80. Социальный сервис, предоставляемый пожилым людям.
81. «Закон о государственных пенсиях в РФ».
82. Пенсионное обеспечение по старости в РФ.
83. Пенсионный фонд.
84. Основные направления реабилитационного досуга пожилых людей в РФ.
85. Квинтет гериатрии: нарушение подвижности, нарушение сознания, нарушение функций тазовых органов, ятрогенные заболевания, нарушения гомеостаза.
86. Понятие патогенного взрыва.
87. Цепная реакция нарастающих изменений жизненных систем организма на «отклоняющее воздействие» (от исходного состояния системы до болезни).
88. Визуальная оценка нарастающих изменений жизненных систем организма.
89. Оценка состояния пожилого человека с помощью анкетирования, тестирования.
90. Разбор клинического случая.
91. Понимание проблем (физических, психических, социологических) пожилого человека.
92. Понятия депрессии, тревожности, горя утраты, страх падения.
93. Особенности общения и ухода за пожилым человеком.
94. Уход за престарелым человеком в стационаре.
95. Уход в домашних условиях.
96. Уход за пожилым человеком с нормальной и нарушенной психикой.
97. Реабилитация лиц пожилого возраста в домах престарелых.

98. Методы оценки состояния опорно-двигательного аппарата.
99. Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями с лицами пожилого возраста.
100. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
101. Физическая реабилитация при заболеваниях бронхо-легочной системы.
102. Физическая реабилитация при заболеваниях опорно-двигательного аппарата и травмах.
103. Физическая реабилитация при ментальных нарушениях.
104. Исторический очерк развития науки геронтологии (от Гиппократов до современной геронтологии).
105. Гериатрические центры.
106. Современные теории старения.
107. Нормы старения. Нормальное и патологическое старение
108. Феномен старения. Философское понимание феномена долгожительства.
109. Основные факторы долголетия (наследственность, экология, питание, образ жизни и т.д.).
110. Оценка состояния здоровья долгожителей и факторы, его определяющие.
111. Психологические особенности человека в пожилом и старшем возрасте. Внешний облик и психологический портрет долгожителя.
112. Роль и направленность адаптивной физической культуры для лиц пожилого возраста.
113. Формы организации занятий адаптивной физической культурой с лицами пожилого возраста.
114. Физическая активность пожилого человека.
115. Нормы двигательной активности пожилого человека.
116. Врачебный контроль при занятиях адаптивной физической культурой с лицами пожилого возраста.
117. Комплексный подход к выбору и использованию средств адаптивной физической культуры для лиц пожилого возраста.
118. Физкультурно-оздоровительная работа с лицами пожилого возраста (рекомендации по двигательному режиму).
119. Традиционные средства адаптивной физической культуры для лиц пожилого возраста.
120. Значение эрготерапии в геронтологии.
121. Особенности питания в пожилом возрасте.
122. Основополагающие принципы геродиететики. Значение и роль питания в пожилом возрасте.
123. Значение гигиенических и природных факторов в профилактике преждевременного старения.
124. Значение фитопрофилактики и фитотерапии в оздоровлении организма пожилого человека.
125. Нетрадиционные средства адаптивной физической культуры для лиц пожилого возраста.
126. Упражнения, направленные на развитие гибкости и подвижности в суставах лиц пожилого возраста.
127. Силовая гимнастика в пожилом возрасте.
128. Возможности совершенствования координационных способностей в пожилом возрасте.
129. Гимнастика для мимической мускулатуры.
130. Гимнастика для профилактики заболеваний глаз в пожилом возрасте.
131. Пальцевые методы оздоровления. Значение в пожилом и старшем возрасте.

132. Релаксация. Значение при занятиях физическими упражнениями с пожилым контингентом.

133. Дыхательная гимнастика в процессе занятий адаптивной физической культурой с пожилыми людьми.

134. Элементы медитации и аутотренинга, как средство саморегуляции психофизического состояния пожилого человека.

135. Йога для лиц пожилого и старшего возраста. Показания и противопоказания.

136. Фитбол-гимнастика. Характеристика и возможности использования для пожилых людей.

137. Система Пилатес. Возможности использования в процессе занятий с пожилым контингентом.

138. Танцевально-экспрессивный тренинг для пожилых людей.

139. Роль трудотерапии в пожилом возрасте.

140. Роль водной среды для профилактики заболеваний опорно-двигательного аппарата пожилого человека. Гидрореабилитация.