КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені БОРИСА ГРІНЧЕНКА

Факультет здоров'я, фізичного виховання і спорту

Кафедра фізичної реабілітації та біокінезіології

"ЗАТВЕРДЖУЮ"
Проректор з науково-методичної
та навчальної роботи
_____ О.Б.Жильцов
"11" 09 2019 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Спортивний та спеціальний масаж

Для студентів

Спеціальності: 227 - Фізична терапія, ерготерапія

Освітнього рівня: перший (бакалаврський)

Освітньої програми: Фізична терапія, ерготерапія

Спеціалізація:

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
Ідентифікаційний код 02136554
Начальник відділу
моніторингу якості освіти
Програма № 0539/19
(підпис) (прізвище, ініціали)
«___» _____ 20 19 р.

Київ-2019

Розробник:
Якимчук О.А., викладач кафедри реабілітації та біокінезіології.

Викладачі:
Якимчук О.А., викладач кафедри реабілітації та біокінезіології.

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри_____
Протокол від _10__._09__.2019р. №__2__
Завідувач кафедри_____(В.М.Савченко)
(підпис)

Робочу програму погоджено з гарантом освітньої (професійної/наукової) програми (керівником проектної групи)227 Здоров'я людини
___.___.2019р.

Гарант освітньої (професійної/наукової) програми
(керівник проектної групи) _____(М.Ф.Хорошуха)
(підпис)

Робочу програму перевірено
___.___.2019р.
Заступник директора/декана_____(О.С.Комоцька)
(підпис)

Пролонговано :
На 20__/20__н.р_____(_____). «___»___20___р.,протокол №____
(підпис) (ПІБ)

На 20__/20__н.р_____(_____). «___»___20___р.,протокол №____
(підпис) (ПІБ)

На 20__/20__н.р_____(_____). «___»___20___р.,протокол №____
(підпис) (ПІБ)

На 20__/20__н.р_____(_____). «___»___20___р.,протокол №____
(підпис) (ПІБ)

На 20__/20__н.р_____(_____). «___»___20___р.,протокол №____
(підпис) (ПІБ)

1.Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика дисципліни за формами навчання	
	Денна	заочна
Вид дисципліни	обов'язкова	
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів/годин	3/90	
Курс	2	
Семестр	3/4	
Кількість модулів	3	
Обсяг кредитів	3	
Обсяг годин, в тому числі:	90	
Аудиторні	54	
Модульний контроль	6	
Семестровий контроль		
Самостійна робота	30	
Форма семестрового контролю	залік	

2.Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета дисципліни –сформувати цілісне уявлення, надати спеціальні знання зі спортивного масажу, набути практичних навичок у виконанні прийомів масажу спорті, фізичному вихованні як фахівця з фізичної реабілітації / терапії.

Завдання дисципліни:

1.(ЗК 01) Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

2. (ЗК 04) Здатність працювати в команді.

3.(ЗК 08) Здатність планувати та управляти часом.

4.(ЗК 10) Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.

5.(ЗК 11) Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

6.(ЗК 12) Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

7. (СК 01) Здатність пояснити пацієнтам, клієнтам, родинам, членам міждисциплінарної команди, іншим медичним працівникам потребу у заходах фізичної терапії, ерготерапії, принципи їх використання і зв'язок з охороною здоров'я.

8. (СК 11) Здатність адаптовувати свою поточну практичну діяльність до змінних умов.

9. Надати знання про особливості спортивного масажу, гігієнічні, фізіологічні та медико-біологічного аспекти спортивного масажу.

10. Сформувати здатність виконувати класичний та спортивний масаж, знати форми, різні види та класифікацію класичного та спортивного масажу.

11.Оволодіти навичками виконання спортивного масажу з урахуванням етапу спортивного тренування, характеру навантажень, функціонального стану спортсмена.

12. Сформувати здатність продемонструвати техніку виконання основних та допоміжних прийомів масажу з урахуванням ділянки тіла та індивідуальних особливостей клієнта, уміння виконувати самомасаж та надавати рекомендації щодо його проведення іншою особою.

13. Надати знання та сформувати вміння оцінювати ефективность масажу за об'єктивними критеріями.

3.Результати навчання за дисципліною:

1.(ПР 08) Діяти згідно з нормативно-правовими вимогами та нормами професійної етики.

2.(ПР 12) Застосовувати сучасні науково-доказові дані у професійній діяльності.

3.(ПР 16)Проводити інструктаж та навчання клієнтів, членів їх родин, колег і невеликих груп.

4.(ПР 18) Оцінювати себе критично, засвоювати нову фахову інформацію, поглиблювати знання за допомогою самоосвіти, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

Знати про анатомо- фізіологічні, вікові та статеві особливості організму спортсменів залежно від виду спорту.

Знати особливості проведення відновлюваного, попереднього та тренувального видів масажу; методики масажу в лікуванні травм і захворювань, пов'язаних з спортом.

Знати заходи безпеки при проведенні масажу.

Уміти організувати проведення масажу в різних оздоровчих та спортивних закладах.

Уміти самостійно провести спортивний масаж з урахуванням стану спортсмена.

Уміти провести оцінку ефективності масажу і дати аналіз отриманих результатів.

Володіти технікою виконання прийомів спортивного масажу; технікою виконання рухів (активних, пасивних, і з опором) та особливостями їх проведення. Володіти методиками тренувального масажу для підвищення тренованості, вдосконалення фізичних якостей та збереження спортивної форми.

Володіти методиками попереднього масажу: розминаючого, зігріваючого, мобілізуючого при несприятливих передстартових станах.

Знати особливості проведення відновлюваного масажу в процесі тренувального заняття, в період відпочинку від 5 до 20 хв.,в періоди від 20хв. до 6 годин, після першого дня виступу та після змагань.

Володіти методиками масажу при травмах та деяких захворюваннях, пов'язаних зі спортом.

4.Структура навчальної дисципліни:

Тематичний план для денної форми навчання

Назва змістових модулів,тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Змістовий модуль 1. Загальні основи спортивного масажу.							
Тема 1. Загальні основи спортивного масажу.	4	2		2			
Тема 2. Прийоми прогладжування в спортивному масажі.	4			2			2
Тема 3. Прийоми витискання в спортивному масажі.	4			2			2
Тема 4. Прийоми розминання в спортивному масажі.	6			4			2
Тема 5. Прийоми розтирання в спортивному масажі.	4			2			2
Тема 6. Прийоми вібрації. Активні та пасивні рухи в спортивному масажі.	6			4			2
Модульний контроль	2						
Разом	**30**			**16**			**10**
Усього за 3-й семестр	**30**			**16**			**10**
Змістовний модуль 2. Види спортивного масажу. Методика застосування спортивного масажу в поєднанні з мазями, гелями та маслами.. Спортивний масаж в поєднанні з бальнеологічними, банними процедурами, іншими видами масажу та ЛФК в реабілітації.							
Тема 7. Види спортивного масажу.Тренувальний масаж при заняттях різними видами спорту.	6	2		2			2
Тема 8. Попередній масаж при заняттях різними видами спорту .	4			2			2
Тема 9. Відновний масаж при заняттях різними видами спорту.	4			2			2
Тема 10. Самомасаж - провідний вид спортивного масажу.	2			2			

Тема 11. Застосування мазей масла та гелів в практиці спортивного масажу.	2			2			
Тема 12. Застосування спортивного масажу в сауні та лазні.	2			2			
Тема 13. Принципи поєднання спортивного масажу з іншими видами масажу.	6			4			2
Тема 14. Принципи та методика поєднання спортивного масажу із ЛФК.	4			2			2
Тема 15. Методика спортивного масажу за допомогою апаратів	2			2			
Модульний контроль	2						
Разом	**34**	**2**		**20**			**10**

Назва змістових модулів,тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Змістовний модуль 3. Методика масажу при травмах та деяких захворюваннях опорно-рухового апарату у спортсменів.							
Тема 16. Методика масажу при травмах та деяких захворюваннях опорно-рухового апарату у спортсменів	6	2		2			2
Тема 17. Методика масажу при забоях.	4			2			2
Тема 18. Методика масажу при розтягненні.	4			2			2
Тема 19. Методика масажу при вивихах.	4			2			2
Тема 20. Методика масажу при переломах.	6			4			2
Модульний контроль	2						
Разом	**26**	**2**		**12**			**10**
Усього за 4-й семестр	**60**	**4**		**32**			**20**
Усього	**90**	**6**		**48**			**30**

5. Програма навчальної дисципліни:

Змістовний модуль 1. Загальні основи спортивного масажу.

Лекція 1. Основи спортивного масажу.

Основні питання / ключові слова: Історія розвитку спортивного масажу. Фізіологічний вплив спортивного масажу на різні системи організму. Класифікація масажу. Механізми дії масажу на організм людини. Показання та протипоказання до спортивного масажу. Методика і техніка виконання прийомів спортивного массажу.

Практичне заняття 1. Основи спортивного масажу.

Основні питання / ключові слова: Історія розвитку спортивного масажу. Фізіологічний вплив спортивного масажу на різні системи організму. Класифікація масажу. Механізми дії масажу на організм людини. Показання та протипоказання до спортивного масажу. Методика і техніка виконання прийомів спортивного массажу

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.

Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.

Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.

Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278

Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 2. Прийоми прогладжування в спортивному масажі.

Основні питання / ключові слова: Фізіологічна дія прогладжування на організм. Класифікація прийомів прогладжування. Види прогладжування. Особливості виконання прийомів прогладжування в спортивній практиці. Техніка виконання прийомів прогладжування в спортивному масажі на окремих ділянках тіла. Помилки, які зустрічаються при виконанні прийомів погладжування .

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.

Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.

Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.

Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278

Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 3. Прийоми витискання в спортивному масажі.

Основні питання / ключові слова: Прийоми витискання в спортивному масажі.

Фізіологічна дія витискання на організм. Класифікація прийомів витискання. Особливості виконання прийомів витискання. Особливості застосування прийомів витискання в спортивному масажі. Застосування витискання на окремих ділянках тіла. Помилки, які зустрічаються при виконанні прийомів витискання.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.
Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.
Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.
Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278
Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 4. Прийоми розминання давлючої групи в спортивному масажі.

Основні питання / ключові слова: Фізіологічна дія прийомів розминання давлючої групи на організм. Класифікація прийомів розминання давлючої групи . Особливості виконання прийомів розминання давлючої групи. Особливості застосування прийомів розминання давлючої групи в спортивній практиці. Застосування розминання на окремих ділянках тіла спортсменів. Помилки, які зустрічаються при виконанні прийомів розминання давлючої групи.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.
Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.
Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.
Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278
Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 5. Прийоми розминання відтягуйочої групи в спортивному масажі.

Основні питання / ключові слова: Фізіологічна дія прийомів розминання відтягуйочої групи на організм. Класифікація прийомів розминання відтягуйочої групи . Особливості виконання прийомів розминання відтягуйочої групи. Особливості застосування прийомів розминання відтягуйочої групи в спортивній практиці. Застосування розминання на окремих ділянках тіла спортсменів. Помилки, які зустрічаються при виконанні прийомів розминання.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.
Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.
Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.
Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278
Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 6. Прийоми розтирання в спортивному масажі.

Основні питання / ключові слова: : Прийоми розтирання в спортивному масажі.

Фізіологічна дія розтирання на організм. Класифікація прийомів розтирання. Особливості виконання прийомів розтирання. Особливості застосування прийомів розтирання в спортивному масажі. Застосування розтирання на окремих ділянках тіла. Помилки, які зустрічаються при виконанні прийомів розтирання.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.
Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.
Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.
Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278
Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 7. Прийоми вібрації в спортивному масажі.

Основні питання / ключові слова: Прийоми вібрації в спортивному масажі.

Фізіологічна дія вібрації на організм. Класифікація прийомів вібрації. Безперервна вібрація. Переривиста вібрація. Особливості виконання прийомів вібрації. Особливості застосування прийомів вібрації в спортивному масажі. Застосування вібрації на окремих ділянках тіла. Помилки, які зустрічаються при виконанні прийомів вібрації.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.
Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.
Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.
Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278
Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 8. Активні та пасивні рухи в спортивному масажі.

Основні питання / ключові слова: Види рухів (активні, пасивні, рухи з опором). Нормальна амплітуда рухів в суглобах кінцівок. Методичні вказівки. Оволодіння навичками виконання. Особливості застосування в спортивному масажі. Помилки які зустрічаються при виконанні.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.

Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.

Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.

Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278

Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Змістовний модуль 2. Види спортивного масажу. Методика застосування спортивного масажу в поєднанні з мазями, гелями та маслами.. Спортивний масаж в поєднанні з бальнеологічними, банними процедурами, іншими видами масажу та ЛФК в реабілітації.

Лекція 2. Тренувальний масаж при заняттях різними видами спорту.

Основні питання / ключові слова: Мета, види тренувального масажу. Основні принципи побудови тренувального масажу. Особливості методики масажу для підвищення тренованості, вдосконаленню фізичних якостей, для збереження спортивної форми. Особливості методики в залежності від виду спорту, етапу спортивного тренування, характеру навантаження, функціонального стану спортсмена. Оволодіння методиками тренувального масажу.

Мета, види попереднього масажу (розминальний, заспокійливий, тонізуючий, зігрівальний, мобілізуючий). Попередній масаж як засіб підготовки до змагань. Особливості попереднього масажу в залежності від виду спорту. Масаж при різних передстартових станах . характеристика передстартових станів. Бойова готовність. Передстартова лихорадка. Передстартова апатія. Оволодіння методиками попереднього масажу.

Фізіологічне обґрунтування. Поняття про сеанс відновного масажу. Особливості відновного масажу при фізичному та розумовому стомленні. Особливості методики сеансу відновного масажу в процесі тренувального заняття (між підходами до штанги у штангістів, підходами до снарядів у гімнастів і т. д.), після тренувальних занять, під час змагань, після першого дня виступів, та після змагань. Засвоєння навиків проведення відновного масажу.

Практичне заняття 9. Тренувальний масаж при заняттях різними видами спорту. Побудов схем масажу.

Основні питання / ключові слова: Мета, види тренувального масажу. Основні принципи побудови тренувального масажу. Особливості методики масажу для підвищення тренованості, вдосконаленню фізичних якостей, для збереження спортивної форми. Особливості методики в залежності від виду спорту, етапу спортивного тренування, характеру навантаження, функціонального стану спортсмена. . Оволодіння методиками тренувального масажу.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.

Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.

Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.

Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278

Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 10. Попередній масаж при заняттях різними видами спорту . Види попереднього масажу.

Основні питання / ключові слова: : Мета, види попереднього масажу (розминальний, заспокійливий, тонізуючий, зігрівальний, мобілізуючий). Попередній масаж як засіб підготовки до змагань. Масаж при різних передстартових станах . характеристика передстартових станів. Бойова готовність. Передстартова лихорадка. Передстартова апатія. Оволодіння методиками попереднього масажу при заняттях різними видами спорту.

Література:

чкБирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.

Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.

Васиин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.

Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278

Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 11. Відновний масаж при заняттях різними видами спорту. Особливості застосування в спортивній практиці.

Основні питання / ключові слова: Фізіологічне обґрунтування. Поняття про сеанс відновного масажу. Особливості відновного масажу при фізичному та розумовому стомленні у спортсменів різних видів спорту.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.

Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.

Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.
Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278
Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 12. Самомасаж – провідний вид спортивного масажу.

Основні питання / ключові слова: Значення самомасажу в спортивній практиці. Тривалість загального самомасажу. Види самомасажу: гігієнічний, при заняттях фізичною культурою та спортом, виробничий (попередній та відновлювальний), в процесі загартовування. Протипоказання, форми та методи. Основні правила самомасажу. Вихідні положення під час самомасажу різних ділянок тіла у спортсменів. Послідовність виконання прийомів на різних ділянках тіла, послідовність переходу ділянок, що масажуються.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.
Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.
Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.
Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278
Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 13. Застосування мазей, масла та гелів в практиці спортивного масажу.

Основні питання / ключові слова: Показання до застосування. Алергічні реакції. Активні речовини та їх фізіологічна дія. Знеболюючий ефект. Протизапальний ефект. Підвищення відновлювальних властивостей. регенерації тканин. Покращення трофічних процесів. Профілактика травм. Застосування при значних фізичних навантаженнях.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.
Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.
Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.
Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278
Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192

Практичне заняття14. Застосування спортивного масажу в сауні та лазні.

Основні питання / ключові слова: Застосування спортивного масажу з сауною при перенапруженні нервово-м’язового апарату. Гостровиникаюче та хронічне перенапруження. Задачі та методика проведення масажу. Поєднання та методика застосування спортивного масажу разом із сауною в лікуванні ряду захворювань. Методика банного масажу віниками.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.

Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.

Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.

Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278

Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров’я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття15. Принципи поєднання спортивного масажу з іншими видами масажу.

Основні питання / ключові слова: Сегментарно – рефлекторний масаж. Зони Захар’їна – Геда. Методика виконання. Східний точковий масаж. Постізометрична релаксація. Принципи та методика виконання. Кінезіотейпування в поєднанні із спортивним масажем. Принципи та методика виконання.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.

Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.

Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.

Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278

Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров’я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття16. Принципи поєднання спортивного масажу з іншими видами масажу.

Основні питання / ключові слова: Сегментарно – рефлекторний масаж. Зони Захар’їна – Геда. Методика виконання. Східний точковий масаж. Постізометрична релаксація. Принципи та методика виконання. Кінезіотейпування в поєднанні із спортивним масажем. Принципи та методика виконання.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.

Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.

Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.
Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278
Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття17. Принципи та методика поєднання спортивного масажу із ЛФК.

Основні питання / ключові слова: значення поєднання масажу і ЛФК для відновлення тренованості спортсменів при тимчасовій втраті їх працездатності.
Принципи побудови програми занять в залежності від періода реабілітації. Дозування навантажень.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.
Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.
Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.
Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278
Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 18. Методика спортивного масажу за допомогою апаратів.

Основні питання / ключові слова: Апаратний масаж, як допоміжний засіб ручному масажу. Комбінований масаж. Вібраційний масаж. Загальна вібрація. Місцева вібрація. Пневмомасаж. Нерухомий пневмомасаж. Ковзаючий пневмомасаж. Гідромасаж.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.
Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.
Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.
Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278
Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Змістовний модуль 3. Методика масажу при травмах та деяких захворюваннях опорно-рухового апарату у спортсменів.

Лекція 3. Методика масажу при травмах та деяких захворюваннях опорно-рухового апарату у спортсменів.

Основні питання / ключові слова: Класифікація травми. Протипоказання до проведення масажу. Підготовчий масаж. Основний

масаж. Відсмоктуючи методика. Розсмоктування ексудату. Масаж за допомогою апаратів. Лікувальні та зігріваючі засоби. Сегментарно-рефлекторні зони. Активні та пасивні рухи.

Практичне заняття 19. Методика масажу при травмах та деяких захворюваннях опорно-рухового апарату у спортсменів.

Основні питання / ключові слова: Класифікація травми. Протипоказання до проведення масажу. Підготовчий масаж. Основний масаж. Відсмоктуючи методика. Розсмоктування ексудату. Масаж за допомогою апаратів. Лікувальні та зігріваючі засоби. Сегментарно-рефлекторні зони. Активні та пасивні рухи

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.

Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.

Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.

Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278

Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 20. Методика масажу при забоях.

Основні питання / ключові слова: Протипоказання до проведення масажу. Ранній початок. Підготовчий масаж. Основний масаж. Відсмоктуючи методика. Розсмоктування ексудату. Масаж за допомогою апаратів. Лікувальні та зігріваючі засоби. Сегментарно-рефлекторні зони. Активні та пасивні рухи.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.

Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.

Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.

Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278

Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 21. Методика масажу при розтягненні. .

Основні питання / ключові слова: Протипоказання до проведення масажу. Ранній початок. Лікувальні та зігріваючі засоби. Сегментарно-рефлекторні зони. Зв,язки плечового суглобу. Плечовий суглоб. Масаж надпліччя . Масаж плечового суглобу. Активні та пасивні рухи. Зв'язки ліктьового суглобу. Масаж передпліччя. Масаж суглобу. Колінний суглоб. Зв'язки колінного суглобу. Масаж стегна. Масаж колінного суглобу. Активні та пасивні рухи. Гомілковостопний суглоб. Масаж гомілки. Масаж суглобу. Активні та пасивні рухи.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.

Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.

Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.

Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278

Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 22. Методика масажу при вивихах.

Основні питання / ключові слова: Порушення фізіологічної рухомості суглобу. Мобілізація. Іммобілізація. Протипоказання до проведення масажу. Лікувальні та зігріваючі засоби. Компреси. Сегментарно-рефлекторні зони. Підготовчий масаж. Основний масаж. Масаж за відсмоктуючою методикою.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.

Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.

Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.

Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278

Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 23. Методика масажу при переломах. Правила виконання.

Основні питання / ключові слова: Класифікація переломів. Іммобілізація. Протипоказання до проведення масажу. Ранній початок. Сегментарно-рефлекторні зони. Масаж за відсмоктуючою методикою. Масаж за допомогою апаратів. Самомасаж.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.

Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.

Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.

Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278

Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

Практичне заняття 24. Методика масажу при переломах. Методика виконання на різних ділянках тіла.

Основні питання / ключові слова: Класифікація переломів. Іммобілізація. Протипоказання до проведення масажу. Ранній початок.

Сегментарно-рефлекторні зони. Масаж за відсмоктуючою методикою. Масаж за допомогою апаратів. Самомасаж. Відмінності методики масажу при різного типу іммобілізації. Методика масажу в постіммобілізаційний період. Гідромасаж. Методика масажу при переломах на різних ділянках тіла.

Література:

Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.

Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.

Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.

Саркизов-Серазини И.М. 'Спортивный массаж' - Москва: Физкультура и спорт, 1951 - с.278

Зотов В.П. Спортивний масаж - К.: Здоров'я, 1987. – 192 с.

6.Контроль навчальних досягнень.

6.1 Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид діяльності студента	Максимальна кількість балів	Модуль 1		Модуль 2		Модуль 3	
		Кількість одиниць	Максимальна к-ть балів	Кількість одиниць	Максимальна к-ть балів	Кількість одиниць	Максимальна кть балів
Відвідування лекцій	1	1	1	1	1	1	1
Відвідування семінарських							
Відвідування практичних занять	1	8	8	10	10	6	6
Робота на практичному занятті	10	8	80	10	100	6	60
Виконання завдань для самостійної роботи	5	1	5	1	5	1	5
Виконання модульнох роботи	25	1	25	1	25	1	25
Виконання ІНДЗ							
Разом			119		141		97
Максимальна кількість балів :375							
Розрахунок коефіцієнта : 375/100=3,75							

6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії оцінювання

Змістовий модуль теми курсу	Академічний контроль	Бали
Змістовий модуль 1. Загальні основи спортивного масажу(10год).		
1. Прийоми прогладжування в спортивному масажі(2год). 2. Прийоми витискання в спортивному масажі(2год). 3. Прийоми розминання в спортивному масажі(2год). 4. Прийоми розтирання в спортивному масажі.(2год). 5. Прийоми вібрації. Активні та пасивні рухи в спортивному масажі(2год).	поточний	5
Змістовний модуль 2. Види спортивного масажу. Методика застосування спортивного масажу в поєднанні з мазями, гелями та маслами.. Спортивний масаж в поєднанні з бальнеологічними, банними процедурами, іншими видами масажу та ЛФК в реабілітації.(10год)		
6. Види спортивного масажу.Тренувальний масаж при заняттях різними видами спорту(2год).7. . Відновний масаж при заняттях різними видами спорту(2год).8.Відновний масаж при заняттях різними видами спорту(2год). 9. Принципи поєднання спортивного масажу з іншими видами масажу(год). 10. Принципи та методика поєднання спортивного масажу із ЛФК(2год).	поточний	5
Змістовний модуль 3. Методика масажу при травмах та деяких захворюваннях опорно-рухового апарату у спортсменів.		
11.Методика масажу при травмах опорно-рухового апарату у спортсменів(2год). 12. Методика масажу при забоях(2год). 13. Методика масажу при розтягненні(2год). 14. Методика масажу при вивихах(2год). 15. Методика масажу при переломах(2год).	поточний	5

Кількість балів за роботу з теоретичним матеріалом, на практичних заняттях, під час виконання самостійної роботи залежить від дотримання таких вимог:

- ✓своєчасність виконання навчальних завдань;
- ✓повний обсяг їх виконання;
- ✓якість виконання навчальних завдань;
- ✓самостійність виконання;
- ✓творчий підхід у виконанні завдань;
- ✓ініціативність у навчальній діяльності.

6.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання

Форма контролю — модульне письмове тестування.

Критерії оцінювання модульного письмове тестування:

Оцінка	Кількість балів
Відмінно *Знання, виконання в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)*	24 - 25
Дуже добре *Знання, виконання в повному обсязі зі значною кількістю (3-4) несуттєвих помилок (вище середнього рівень)*	21 - 23
Добре *Знання, виконання в неповному обсязі з незначною кількістю (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)*	18 – 20
Задовільно *Знання, виконання в неповному обсязі зі значною кількістю (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівень)*	13 – 17
Достатньо *Знання, виконання в неповному обсязі, але є достатніми і задовольняют мінімальні вимоги результатів навчання (нижче середнього рівень)*	10 -13
Незадовільно *Знання, виконання недостатні і не задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання з можливістю повторного складання модулю (низький рівень)*	6 – 9
Незадовільно *З обов'язковим повторним курсом модуля (знання, вміння відсутні)*	1-5

6.4. Форми проведення семестрового контролю та критерії оцінювання

Форма контролю — точки контролю немає.

6.5. Орієнтовний перелік питань для семестрового контролю.

1. Спортивнтй масаж: визначення та класифікація.
2. Історія розвитку спортивного масажу.
3. Особливості вимог до гігієни в спортивному масажі.
4. Вплив масажу на організм спортсмена.
5. Показання до проведення масажу.
6. Протипоказання до проведення масажу.
7. Особливості техніки спортивного масажу.
8. Обґрунтуйте фізіологічну дію прийому прогладжування.
9. Опишіть методичні особливості виконання прийому погладжування.
10. Обґрунтуйте фізіологічну дію прийому вижимання
11. Опишіть методичні особливості виконання прийому вижимання.
12. Обґрунтуйте фізіологічну дію прийому розминання.
13. Опишіть методичні особливості виконання прийому розминання.
14. Обґрунтуйте фізіологічну дію прийому розтирання.
15. Опишіть методичні особливості виконання прийому розтирання.
16. Обґрунтуйте фізіологічну дію ударних прийомів.
17. Опишіть види ударних прийомів та методичні особливості виконання.

18. Обґрунтуйте фізіологічну дію струшуючих прийомів.
19. Опишіть види струшуючих прийомів та методичні особливості виконання.
20. Назвіть види рухів та методичні особливості виконання.
21. Поняття місцевого масажу. Правила виконання сеансу масажу. Поняття -«методика масажу».
22. Розуміння загального масажу. Схема загального масажу. Вихідні положеннямасажиста й масажованого.
23. Тривалість загального масажу, послідовність масажних прийомів та масажованих ділянок тіла.
24. Поняття «умовна одиниця». Дозування масажу.
25. Тренувальний масаж: визначення, особливості та цілі.
26. Застосування тренувального масажу в різних видах спорту.
27. Попередній масаж:: визначення, особливості та цілі.
28. Особливості застосування попереднього масажу в різних видах спорту.
29. Розминочний масаж:визначення, особливості та цілі.
30. Особливості застосування розминочного масажу в різних видах спорту.
31. Зігріваючий масаж: показання до застосування. Основні прийоми.
32. Обґрунтувати поняття «передстартової лихорадки» та «бойової готовності».
33. Особливості масажу в стані «передстартової лихорадки» та «бойової готовності».
34. Відновлюючий масаж:визначення, особливості та цілі.
35. Особливості застосування віцдновлюючого масажу в різних видах спорту.
36. Самомасаж – як провідний вид спортивного масажу.
37. Схеми та методика самомасажу.
38. Поєднання масажу та лазні.
39. Масаж при травмах та захворюваннях ОРА у спортсменів.
40. Особливості застосування масажу при забоях.
41. Особливості застосування масажу при розтягненні.
42. Особливості застосування масажу при вивихах.
43. Особливості застосування масажу при переломах.
44. Особливості застосування масажу при захворюваннях ОРА.
45. Застосування змазуючих засобів в практиці спортивного масажу.
46. Особливості застосування гідромасажу в спортивній практиці.
47. Особливості поєднання спортивного масажу та ЛФК в реабілітації спортсменів.

6.6. Шкала відповідності оцінок

Оцінка	Кількість балів
Відмінно *Знання, виконання в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)*	90-100
Дуже добре	82-89

Оцінка	Кількість балів
Знання, виконання в повному обсязі зі значною кількістю (3-4) несуттєвих помилок (вище середнього рівень)	
Добре *Знання, виконання в неповному обсязі з незначною кількістю (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)*	75-81
Задовільно *Знання, виконання в неповному обсязі зі значною кількістю (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівень)*	69-74
Достатньо *Знання, виконання в неповному обсязі, але є достатніми і задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання (нижче середнього рівень)*	60-68
Незадовільно *Знання, виконання недостатні і не задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання з можливістю повторного складання модулю (низький рівень)*	35-59
Незадовільно *З обов'язковим повторним курсом модуля (знання, вміння відсутні)*	1-34

7. Навчально-методична картка дисципліни

Разом: 90 год.: лекції - 6 год., практ. заняття - 48 год., самостійна робота - 30 год., модульн. контроль - 6год., залік 2 год.

Модулі	ЗМ 1 Загальні основи спортивного масажу.(119бали)							
Лекції	1							
Теми лекцій	Загальні основи спортивного масажу							
Лекції, відвід. (бали)	1							
Практичні заняття	1	2	3	4	5	6	7	8
Теми практичних занять	Загальні основи спортивного масажу	Прийоми прогладжування в спортивному масажі.	Прийоми витискання в спортивному масажі.	Прийоми розминання давлючої групи в спортивному масажі.	Прийоми розминання відтягуючої групи в спортивному масажі.	Прийоми розтирання в спортивному масажі.	Прийоми вібрації в спортивному масажі..	Активні та пасивні рухи в спортивному масажі.
Робота на практ. зан.+відвід. (бали)	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1
Самост. роб, (бали)	5							
Види пот.контр.(бали)	Мод. контр. робота № 1 (25 балів)							

Модулі	ЗМ 2. Види спортивного масажу. Методика застосування спортивного масажу в поєднанні з мазями, гелями та маслами.. Спортивний масаж в поєднанні з бальнеологічними, банними процедурами, іншими видами масажу та ЛФК в реабілітації.(141бал)									
Лекції	2									
Теми лекцій	Види спортивного масажу.Тренувальний масаж при заняттях різними видами спорту.									
Лекції, відвід. (бали)	1									
Практичні заняття	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Теми практичних занять	Тренувальний масаж при заняттях різними видами спорту.	Попередній масаж при заняттях різними видами спорту.	Відновний масаж при заняттях різними видами спорту.	Самомасаж - провідний вид спортивного масажу	Застосування мазей масла та гелів в практиці спортивного масажу.	Застосування спортивного масажу в сауні та лазні.	Принципи поєднання спортивного масажу з іншими видами масажу.	Принципи поєднання спортивного масажу з іншими видами масажу.	Принципи та методика поєднання спортивного масажу із ЛФК.	Методика спортивного масажу за допомогою апаратів

Робота на практ. зан.+відвід. (бали)	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1		10+1	10+1	10+1	10+1
Самост. роб, (бали)	5									
Види пот.контр.(бали)	Мод. контр. робота № 2 (25 балів)									

Модулі	ЗМ 3. Методика масажу при травмах та деяких захворюваннях опорно-рухового апарату у спортсменів.					
Лекції	3					
Теми лекцій	Методика масажу при травмах та деяких захворюваннях опорно-рухового апарату у спортсменів					
Лекції, відвід. (бали)	1					
Практичні заняття	19	20	21	22	23	24
Теми практичних занять	Методика масажу при травмах та деяких захворюваннях опорно-рухового апарату у спортсменів	Методика масажу при забоях.	Методика масажу при розтягненні.	Методика масажу при вивихах.	Методика масажу при переломах.	Методика масажу при переломах.
Робота на практ. зан.+відвід. (бали)	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1
Самост. роб, (бали)	5					
Види пот. контр. (бали)	Мод. контр. робота №6 (25 балів)					
Підсум. контроль	Залік					

8. Рекомендовані джерела:

Основна:

1. Бирюков А.А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов) / А.А Бирюков – М. : ФиС, 1972.

2. Бирюков А.А. Массаж : Учебник для институтов физической культуры / А.А Бирюков. – М. : ФиС, 1988

3. Бирюков А.А. Спортивный массаж / А.А Бирюков – М.: Академия, 2006, 570с.

4. Бирюков А.А. Массаж в борьбе с недугами / А.А Бирюков. – М. : Советский спорт, 1991.

5. Бирюков А.А Массаж – спутник здоровья / А.А Бирюков. – М. : Просвещение, 1992.

6. Васичкин В.И. Антицеллюлитный самомасаж / В.И Васичкин. — Москва, Питер, 2009 г.- 144 с.

7. Васичкин В.И. Энциклопедия массажа / В.И Васичкин – С.-Пб.: Феникс, 2007, 556с.

8. Васичкин В.И. Большой справочник по массажу / В.И. Васичкин – АСТ, Полигон, 2009.

9. Васичкин В.И. Самоучитель лечебного массажа (+ DVD-ROM) / Владимир Васичкин — Санкт-Петербург, Питер, 2009 г.- 224 с.

10. Вербов А.Ф. Основы лечебного массажа / А.Ф. Вербов – Полигон, 2009.

11. Гитун Т. Все о массаже / Т. Гитун — Санкт-Петербург, Владис, 2006 г.- 384 с.

12. Гитун Т. Как правильно делать массаж. Путь к здоровью и долголетию / Т. Гитун — Санкт-Петербург, Рипол Классик, 2008 г.- 384 с.

13. Грундманн М. Целебный массаж, усиленный энергией камней / Моника Грундманн — Санкт-Петербург, Центрполиграф, 2009 г.- 144 с.

14. Парахина Н. Детский массаж. Методика и техника массажа и гимнастикив домашних условиях / Н. Парахина — Москва, Центрполиграф, 2007 г.-

15. Дубровский В.И. Оздоровительный и лечебный массаж / В.И. Дубровский – Дрофа-плюс, 2006.

16. Дубровский В.И. Энциклопедия массажа / В.И. Дубровский – М., 2000.

17. Еремушкин М.А. Медицинский массаж. Теория и практика / М. А. Еремушкин — Москва, Наука и техника, 2009 г.- 544 с.

18. Заблудовский И.З. Техника массажа / И.З Заблудовский — Санкт-Петербург, Наука и техника, 2009 г.- 176 с.

19. Залесова Е.Н. Учебник массажа и шведской врачебной гимнастики / Е. Н. Залесова — Москва, Наука и техника, 2009 г.- 592 с

20. Зотов В.П. Концепция оздоровительной реабилитации / В.П. Зотов, Ю.Г. Антомонов, В.М. Белов, А.Б. Котова – К. : Экологическая медицина, 1993.

21. Дебора Грейс Здоровье на кончиках пальцев / Дебора Грейс — Москва, Феникс, 2006 г.- 160 с.

Иллюстрированная энциклопедия массажа: — Санкт-Петербург, АСТ, Астрель, 2005 г.- 352 с.

22. Исаева Е.Л. Детский массаж Поэтапное руководство / Е.Л Исаева - Рипол-класик, 2008.

23. Киров Г.А. Массаж. Книга для самостоятельного овладения массажем / Г.А. Киров, Г.Ф. Назаренко. – М., 1992.

24. Киров Г.А. Все о массаже / Г.А. Киров – С.-Пб.: Феникс, 2006, 348с.

25. Кондрашев А. Основы массажа: для начинающих и практикующих массажистов / А.В. Кондрашев, С.В. Ходарев, Е. Харламов – С.-Пб.: Феникс, 2007, 226с.

26. Кортунов В.А. Школа русского массажа / В.А. Кортунов – М., 2001.-117с

27. Корнева Л.С. Массаж. Большая книга / Л.С. Конева — Санкт-Петербург, АСТ, Харвест, 2008 г.- 416 с.

28. Мороз Л.А. Универсальная энциклопедия лечебного и оздоровительного массажа / Л.А. Мороз - БАО, 2007.

29. Огуй В. Новая энциклопедия массажа. Виды, техника, приемы. От классики до экзотики / Виктор Огуй — Москва, Вектор, 2009 г.- 256 с.

30. Припольская И.Л. Соедительнотканный массаж / Припольская И.Л – М.2000.

31. Сяо Ханьдэ. Классический китайский лечебный массаж / Сяо Ханьдэ — Санкт-Петербург, Эксмо, 2010 г.- 224 с.

32. Теелен Р., Ветцлер Н. Традиционный тайский массаж для здоровья и снятия напряжения / Р. Теелен, Н. Ветцлер Н. – С.-Пб.: Феникс, 2006, 152с.

33. Фокин В.Н. Учебное пособие по массажу / В.Н. Фокин. – М., 1995.

34. Фокин В.Н. Краткий курс массажа / В.Н. Фокин. – М. : Фаир, 1999.

35. Фокин В.Н. Полный курс массажа / В.Н. Фокин М. : Гранд Фаир, 2001.

36. Фокин В.Н. Китайский точечный массаж / В.Н. Фокин М. : Гранд Фаир, 2001.

37. Фокин В.Н. Массаж и другие методы лечения / В.Н. Фокин. – М. : ФАИР-ПРЕСС, 2003. – 672 с.

38. Цао Сичженя. Китайский самомассаж / Цао Сичженя – М. : 2001.

39. Чжаогуан Ч. Традиционный китайский массаж / Ч. Чжаогуан – С.-Пб. : Феникс, 2006, 190с. – К.: Молодь,2003.

40. Штеренгерц А.Е. Массаж для взрослых и детей / А.Е. Штеренгерц, А.Е. Белая. Киев, 1996.

Додаткова:

9.Додаткові ресурси.

1. www.reabilitaciya.in
2. www.zakon.rada.gov.ua
3. www.ex.ua
4. www.who.ch
5. www.nlm.nih.gov
6. www.healthgate.com,
7. www.kfinder.com
8. www.php.silverplatter.com
9. www.accesspub.com
10. www.BioMedNet.com