

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра медико-біологічних основ спорту та фізкультурно-спортивної реабілітації

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Перший проректор

Котляр Ю.В.



« _ » _____ 2023 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

СУЧАСНІ МЕТОДИКИ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт»

Розробник

Завідувач кафедри розробника

Завідувач кафедри спеціальності

Гарант освітньої програми

Декан факультету фізичного виховання і спорту

Начальник НМВ

Тіхоміров А. І.

Гетманцев С.В.

Гетманцев С.В.

Гетманцев С.В.

Тупеев Ю.В.

Шкірчак С.І.



1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показника	Характеристика дисципліни
Найменування дисципліни	Сучасні методики фізкультурно-спортивної реабілітації
Галузь знань	01 Освіта /Педагогіка
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт
Спеціалізація (якщо є)	
Освітня програма	Фізична культура і спорт
Рівень вищої освіти	Бакалавр
Статус дисципліни	Нормативна
Курс навчання	IV курс
Навчальний рік	2023 - 2024
Номер(и) семестрів (триместрів):	Денна форма
	8 семестр
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	3,5 кредити / 105 годин
Структура курсу:	Денна форма
– лекції	
– семінарські заняття (практичні, лабораторні, півгрупові)	16 годин, 32 годин, 57 годин
– годин самостійної роботи студентів	
Відсоток аудиторного навантаження	46%
Мова викладання	Українська
Форма проміжного контролю (якщо є)	-
Форма підсумкового контролю	Екзамен

1. Мета, завдання та результати вивчення дисципліни

Мета: дати студентам знання про основні порушення функціонального стану організму людини та навчити будувати системи вправ для фізкультурно-спортивної реабілітації при захворюваннях та порушеннях всіх систем організму.

Завдання:

Методичні: дати теоретичні знання про основні захворювання та методи фізкультурно-спортивної реабілітації при порушеннях функціонального стану організму людини.

Пізнавальні: дати уявлення про сучасний стан порушень функціонального стану організму людини, про показання та протипоказання до застосування різних методів фізкультурно-спортивної реабілітації при різних захворюваннях.

Практичні: дати змогу майбутнім фахівцям опанувати практичні навички під час створення власних програм фізкультурно-спортивної реабілітації при різних захворюваннях та порушеннях систем організму.

Розроблена програма відповідає освітній програмі та орієнтована на формування компетентностей:

Загальні компетентності (ЗК)	ЗК 1	Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
	ЗК 12	здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях
Спеціальні (фахові) компетентності (СК)	СК 7	Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини
	СК 14	Здатність до безперервного професійного розвитку в галузі фізичної культури і спорту.

Передумови вивчення дисципліни: засвоєння дисциплін «Біохімія», «Загальна анатомія», «Фізіологія людини».

Очікувані результати навчання:

У результаті вивчення дисципліни студент

має знати:

- визначення понять «фізкультурно-спортивна реабілітація» і «система вправ для фізкультурно-спортивної реабілітації»;
- основні підходи до аналізу функціональних станів, критерії ефективності діяльності;
- методи прикладної діагностики та оцінки функціональних станів;
- принципи застосування прикладних програм оптимізації несприятливих функціональних станів;
- загальні поняття про захворювання серцево-судинної системи та їх реабілітацію;
- загальні поняття про захворювання дихальної системи та їх реабілітацію;
- застосування методів фізичної реабілітації при недостатності кровообігу та атеросклерозі;
- фізичну реабілітацію при гіпертонічній хворобі та при ішемічній хворобі серця;
- загальні поняття про захворювання нервової системи та їх реабілітацію;
- застосування методів фізичної реабілітації при захворюваннях центральної та периферичної нервової системи;
- фізичну реабілітацію при невритах та невралгіях;
- застосування засобів фізичної реабілітації при радикуліті;
- міопатії та їх фізична реабілітація;
- фізична реабілітація при вегето-судинній дистонії, неврозоподібних станах;
- фізична реабілітація при гострих і хронічних бронхітах, бронхіальній астмі, після хірургічних втручань на легенях.

має вміти:

- аналізувати причини розвитку і ознаки прояву різних функціональних станів;

- застосовувати схеми впровадження психологічних технологій профілактики та корекції станів зниженої працездатності;
- вибирати та застосовувати реабілітаційні заходи при захворюваннях нервової системи відповідно до важкості захворювання та вікових особливостей;
- розробляти та впроваджувати рекомендації і комплекси вправ з відновлення або компенсації захворювань нервової системи;
- вибирати та застосовувати реабілітаційні заходи при захворюваннях серцево-судинної системи відповідно до важкості захворювання та вікових особливостей;
- розробляти та впроваджувати рекомендації і комплекси вправ з відновлення або компенсації захворювань серцево-судинної системи;
- вибирати та застосовувати реабілітаційні заходи при захворюваннях дихальної системи відповідно до важкості захворювання та вікових особливостей;
- розробляти та впроваджувати рекомендації і комплекси вправ з відновлення або компенсації захворювань дихальної системи.

Відповідно до освітньої програми **очікувані результати навчання** включають вміння:

ПРН 7	Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.
ПРН 11	Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту.
ПРН 13	Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.
ПРН 14	Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.

2. Програма навчальної дисципліни

Денна форма:

	Теми	Лекції	Практичні (семінарські, лабораторні, півгрупові)	Самостійна робота
1	Загальні поняття про фізкультурно-спортивну реабілітацію та сучасні методики її проведення.	2	2	3
2	Особливості методики фізкультурно-спортивної реабілітації при захворюваннях серцево-судинної системи.	2	2	3
3	Вправи для фізичної реабілітації при гіпертонічній хворобі		2	3
4	Методики фізкультурно-спортивної реабілітації після інфаркту та інсульту		2	4
5	Особливості методики фізичної реабілітації при ішемічній хворобі серця		2	4
6	Особливості методики фізкультурно-спортивної реабілітації при захворюваннях і травмах нервової системи.	2	2	4
7	Система вправ для фізкультурно-спортивної реабілітації при захворюваннях периферичної нервової системи.		2	4
8	Сучасні методики фізкультурно-спортивної реабілітації при захворюваннях дихальної системи.	2	2	3

9	Фізично-спортивна реабілітація при бронхіті, пневмонії, бронхіальній астмі.		2	4
10	Особливості фізичних вправ після COVID-19.		2	2
11	Особливості методики фізкультурно-спортивної реабілітації при порушеннях ЖКТ.	2	2	4
12	Складання комплексів фізичних вправ при різній формі гастриту		2	4
13	Особливості вправ при виразковій хворобі шлунку		2	4
14	Спортивно-фізична реабілітація при порушеннях сечостатевої системи.	2	2	3
15	Особливості методики фізкультурно-спортивної реабілітації за наявності проблем з ОРА	2	2	4
16	Комплекс лікувальної гімнастики, масажу та фізіотерапії при захворюваннях ОРА		2	4
	Всього:	16	32	57

3. Зміст навчальної дисципліни

3.1. План лекцій

№	Тема заняття / план
1	<p>Тема 1. Загальні поняття про фізкультурно-спортивну реабілітацію та сучасні методики її проведення.</p> <p>1) Поняття про "фізичну реабілітацію"</p> <p>2) Відмінності між фізичною реабілітацією та фізичною терапією</p> <p>3) Види фізичної реабілітації</p>
2	<p>Тема 2. Особливості методики фізкультурно-спортивної реабілітації при захворюваннях серцево-судинної системи.</p> <p>1) Методи дослідження серцево-судинної системи.</p> <p>2) Прилади й методи для фізіологічних досліджень.</p> <p>3) Особливості комплексу лікувальної гімнастики, масажу та фізіотерапії при захворюваннях серцево-судинної системи.</p> <p>4) Особливості реабілітаційного втручання при захворюваннях серцево-судинної системи.</p>
3	<p>Тема 6. Особливості методики фізкультурно-спортивної реабілітації при захворюваннях і травмах нервової системи.</p> <p>1) Методи дослідження неврологічних розладів.</p> <p>2) Особливості комплексу лікувальної гімнастики, масажу та фізіотерапії при захворюваннях і травмах нервової системи.</p> <p>3) Особливості реабілітаційного втручання при захворюваннях і травмах периферійної нервової системи.</p>
4	<p>Тема 8. Сучасні методики фізкультурно-спортивної реабілітації при захворюваннях дихальної системи.</p> <p>1) Методи дослідження дихальної системи.</p> <p>2) Прилади й методики для фізіологічних досліджень.</p> <p>3) Особливості комплексу лікувальної гімнастики, масажу та фізіотерапії при захворюваннях дихальної системи.</p> <p>4) Особливості реабілітаційного втручання при захворюваннях дихальної системи.</p>
5	<p>Тема 11. Особливості методики фізкультурно-спортивної реабілітації при порушеннях ЖКТ</p> <p>1) Основні характеристики порушень ЖКТ, показання та протипоказання.</p> <p>2) Особливості комплексу лікувальної гімнастики, масажу та фізіотерапії при порушеннях ЖКТ.</p> <p>3) Особливості реабілітаційного втручання при порушеннях ЖКТ.</p>
6	<p>Тема 14. Спортивно-фізична реабілітація при порушеннях сечостатевої системи.</p> <p>1) Основні характеристики сечостатевої системи, показання та протипоказання до спортивно-фізичних навантажень.</p>

	2) Особливості вправ при порушеннях сечостатевої системи. 3) Особливості комплексу лікувальної гімнастики, масажу та фізіотерапії при порушеннях сечостатевої системи.
7	Тема 15. Особливості методики фізкультурно-спортивної реабілітації за наявності проблем з ОРА 1) Методи дослідження опорно-рухового апарату. 2) Особливості комплексу лікувальної гімнастики, масажу та фізіотерапії для опорно-рухового апарату. 3) Особливості реабілітаційного втручання для опорно-рухового апарату.

3.2. План практичних (півгрупових) занять

№	Тема заняття / план
1	Тема 1. Загальні поняття про фізкультурно-спортивну реабілітацію та сучасні методики її проведення. 1. Поняття про "фізичну реабілітацію". 2. Відмінності між фізичною реабілітацією та фізичною терапією.
2	Тема 2. Особливості методики фізкультурно-спортивної реабілітації при захворюваннях серцево-судинної системи. 1. Особливості вправ при захворюваннях ПНС. 2. Комплекси вправ для фізкультурно-спортивної реабілітації
3	Тема 3. Вправи для фізичної реабілітації при гіпертонічній хворобі. 1. Особливості методики фізкультурно-спортивної реабілітації при гіпертонічній хворобі. 2. Складання комплексу вправ з урахуванням індивідуальних особливостей
4	Тема 4. Методики фізкультурно-спортивної реабілітації після інфаркту та інсульту 1. Особливості фізичних навантажень після інфаркту. 2. Особливості фізіологічних процесів після інсульту. 3. Комплекси вправ для фізкультурно-спортивної реабілітації
5	Тема 5. Особливості методики фізичної реабілітації при ішемічній хворобі серця 1. Особливості вправ при ішемічній хворобі серця. 2. Складання комплексу вправ з урахуванням індивідуальних особливостей.
6	Тема 6. Особливості методики фізкультурно-спортивної реабілітації при захворюваннях і травмах нервової системи. 1. Особливості вправ при захворюваннях і травмах нервової системи. 2. Складання комплексу вправ з урахуванням індивідуальних особливостей
7	Тема 7. Система вправ для фізкультурно-спортивної реабілітації при захворюваннях периферичної нервової системи. 1. Особливості вправ при захворюваннях периферичної нервової системи. 2. Складання комплексу вправ з урахуванням індивідуальних особливостей.
8	Тема 8. Сучасні методики фізкультурно-спортивної реабілітації при захворюваннях дихальної системи. 1. Особливості вправ для дихальної системи. 2. Складання комплексу вправ з урахуванням індивідуальних особливостей.
9	Тема 9. Фізично-спортивна реабілітація при бронхіті, пневмонії, бронхіальній астмі. 1. Особливості вправ при бронхіті. 2. Комплекс вправ при пневмонії. 3. Комплекс вправ при бронхіальній астмі.
10	Тема 10. Особливості фізичних вправ після COVID-19. 1. Особливості вправ при порушеннях COVID-19. 2. Складання комплексу вправ з урахуванням індивідуальних особливостей.
11	Тема 11. Особливості методики фізкультурно-спортивної реабілітації при порушеннях ЖКТ. 1. Особливості вправ при порушеннях ЖКТ.

	2. Складання комплексу вправ з урахуванням індивідуальних особливостей.
12	Тема 12. Складання комплексів фізичних вправ при різній формі гастриту. 1. Особливості вправ при різних формах гастриту. 2. Складання комплексу вправ з урахуванням індивідуальних особливостей
13	Тема 13. Особливості вправ при виразковій хворобі шлунку. 1. Особливості вправ при виразковій хворобі шлунку. 2. Складання комплексу вправ з урахуванням індивідуальних особливостей.
14	Тема 14. Складання вправ при порушеннях сечостатевої системи. 1. Особливості вправ при порушеннях сечостатевої системи. 2. Складання комплексу вправ з урахуванням індивідуальних особливостей.
15	Тема 15. Особливості методики фізкультурно-спортивної реабілітації за наявності проблем з ОРА 1. Особливості вправ при проблемах з ОРА. 2. Особливості фізкультурно-спортивної реабілітації при вроджених вивихах та кривошії.
16	Тема 16. Комплекс лікувальної гімнастики, масажу та фізіотерапії при захворюваннях ОРА. 1. Лікувальна гімнастики при захворюваннях ОРА. 2. Масаж і фізіотерапія про порушеннях ОРА. 3. Складання комплексу вправ з урахуванням індивідуальних особливостей.

Забезпечення освітнього процесу

Тренажерний зал обладнаний дошкою Євмінова, тренажерами; масажний кабінет обладнаний масажною кушеткою, валиками, маслом для масажу, одноразовими рушниками.

5. Підсумковий контроль

5.1 Перелік питань до іспиту

1. Перерахуйте форми роботи з лікарського контролю.
2. З якою метою проводиться первинне, повторне і додаткове лікарське обстеження фізкультурників і спортсменів?
3. Обсяг лікарського обстеження, застосовуваний у лікарському контролі.
4. Які методи застосовуються для дослідження та оцінки фізичного розвитку?
5. З якою метою при обстеженні фізкультурників і спортсменів застосовуються функціональні проби?
6. Основні вимоги до функціональних проб з дозованим фізичним навантаженням.
7. Які показники визначаються при проведенні функціональних проб з дозованим фізичним навантаженням?
8. Оцінка результатів функціональних проб з фізичним навантаженням.
9. Типи реакцій ССС на фізичне навантаження по Клочкову.
10. Типи реакцій ССС на фізичне навантаження по Летунову.
11. Характеристика нормотензивного типу реакцій ССС.
12. Гіпотензивний тип ССС. За рахунок яких механізмів відбувається пристосування до навантаження при наявності гіпотензивного типу.
13. Гіпертензивний тип реакції ССС. У яких випадках спостерігається цей тип реакції?
14. У яких випадках виставляється дистинзивний тип реакції ССС.
15. Характеристика реакції ССС зі східчастим підйомом максимального артеріального тиску.
16. Поняття про фізичну працездатність.
17. За якими параметрами можна оцінити фізичну працездатність?
18. Тест PWC170. Принцип тесту.
19. Графічний спосіб розрахунку PWC170.
20. Визначення МПК по тесту Астранда.
21. Сприятливий тип реакції на процедуру ЛГ в обмеженому режимі рухової активності.
22. Сприятливий тип реакції на процедуру ЛГ у щадному режимі рухової активності.
23. Позитивна реакція організму на процедуру ЛГ за показниками ЕКГ.

24. Фізіологічна крива і її побудова.
25. Фізіологічна крива і її оцінка.
26. Щільність процедури ЛФ.
27. Види масажу.
28. Показання і протипоказання до масажу.
29. Основні прийоми масажу.
30. Клініко-фізіологічне обґрунтування застосування ЛФК при хронічній пневмонії.
31. Задачі лікувальної фізкультури в обмеженому режимі рухової активності при бронхіальній астмі.
32. Методика лікувальної фізкультури в режимі рухової активності, що щадить, при гострій пневмонії.
33. Форми ЛФК при хронічному бронхіті згідно режимів рухової активності.
34. Активні полегшені вправи при порушеннях ССС.
35. Критерії неадекватності фізичного навантаження.
36. Об'єктивні критерії неадекватності фізичного навантаження.
37. ЕКГ-критерії неадекватності фізичного навантаження.
38. Клініко-фізіологічне обґрунтування застосування ЛФК при гіпертонічній хворобі.
39. Показання і протипоказання для призначення ЛФК при ІХС.
40. Клініко-фізіологічне обґрунтування застосування ЛФК при захворюваннях органів травлення.
41. Основні методики ЛФК при захворюваннях органів травлення.
42. ЛФК при хронічних гастритах.
43. ЛФК при виразковій хворобі шлунку і дванадцятипалої кишки.
44. ЛФК при захворюваннях кишечника.
45. Принципи реабілітації в ортопедії та травматології.
46. ЛФК та масаж при захворюваннях та травмах опорно-рухового апарату.
47. Клініко-фізіологічне обґрунтування використання ЛФК при травмах ОРА.
48. ЛФК після ампутації нижніх і верхніх кінцівок.
49. ЛФК та масаж при вроджених та статичних деформаціях.
50. ЛФК при вродженій м'язовій кривошії.
51. ЛФК при уродженому вивиху стегна.
52. ЛФК при порушеннях постави.
53. ЛФК при сколіозі.
54. Види (класифікація) функціональних проб.
55. Які проби застосовуються для дослідження функціонального стану вегетативної нервової системи?
56. Функціональні проби з затримкою дихання. Методика проведення та оцінка.
57. Перерахуйте функціональні проби з фізичним навантаженням. З якою метою вони застосовуються?
58. За якими параметрами оцінюються дані, отримані при проведенні функціональних проб з фізичним навантаженням?
59. Оцінка реакції ССС на проби з фізичним навантаженням за схемою Летунова і Клочкова.
60. Що таке гіподинамія та гіпокінезія? Який вплив недостатньої активності на організм людини?
61. Перерахуйте механізми лікувальної дії фізичних вправ на організм хворої людини.
62. Які протипоказання до призначення лікувальної фізкультури при захворюваннях серцево-судинної системи?
63. Який механізм впливу екстракардіальних факторів кровообігу?
64. Види реабілітації.
65. Режим рухової активності в терапевтичній клініці.
66. Клініко-фізіологічне обґрунтування ЛФК при серцево - судинної патології.
67. Основні принципи методики ЛФК при недостатності кровообігу.
68. Особливості методики ЛФК при ішемічній хворобі серця, гіпертонічній хворобі.
69. ЛФК при пневмонії.
70. ЛФК при ексудативному плевриті.
71. ЛФК при хронічному бронхіті.
72. ЛФК при бронхоектатичній хворобі.
73. ЛФК при бронхіальній астмі.
74. ЛФК при ХНЗЛ.
75. ЛФК при емфіземі легень і пневмосклерозі.
76. ЛФК при туберкульозі легень.

77. Механізми лікувальної дії фізичних вправ при захворюваннях нервової системи.
78. Основні завдання ЛФК при захворюваннях і травмах периферичної нервової системи.
79. Методика ЛФК при лікуванні хворих з в'ялими паралічами і парезами, що знаходяться на постільному режимі.
80. Засоби і форми ЛФК при неврологічній патології.
81. Відновно-комплексна терапія при невриті лицьового нерва.
82. Основи методики ЛФК у хворих з інсультом в гострому періоді.

«0» варіант залікового/іспитового білету

Чорноморський національний університет імені Петра Могили
Рівень вищої освіти – бакалавр
Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка

Спеціальність 017 Фізична культура і спорт

Навчальна дисципліна – «Сучасні методики фізкультурно-спортивної реабілітації»

ЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ БІЛЕТ № 0

1. Перерахуйте функціональні проби з фізичним навантаженням. З якою метою вони застосовуються?
2. Основні принципи методики ЛФК при недостатності кровообігу.
3. ЛФК при бронхоектатичній хворобі.
4. Відновно-комплексна терапія при невриті лицьового нерва.

Затверджено на засіданні кафедри олімпійського та професійного спорту № __ від _____.

Завідувач кафедри
Екзаменатор

С.В. Гетманцев
А.І. Тіхоміров

За кожне питання студент отримує по 10 балів максимум.

9-10 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

6-8 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

3-5 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

0-2 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

6. Критерії оцінювання та засоби діагностики результатів навчання

- i. Контроль рівня засвоєння навчального матеріалу здійснюється шляхом перевірки знань студентів на іспиті згідно розкладу сесії.
- ii. У відповідності до положення про систему рейтингової оцінки знань студентів при вивченні дисципліни «Сучасні методики фізично-спортивної реабілітації» застосовується наступна система оцінювання роботи студентів.

iii.

№	Вид діяльності (завдання)	Максимальна кількість балів	Термін виконання
1	Підготовка до практичних занять (15 занять по 3 бали)	45	Протягом семестру
2.	Презентація комплексів вправ (5 комплексів по 3 бали)	15	Протягом семестру
3	Іспит	40	Заліково-екзаменаційна сесія
	Всього	100	

Усна відповідь на практичному занятті

3 бали	Студент має глибокі міцні і системні знання з теми, використовує наукову термінологію, вільно володіє понятійним апаратом. Правильно планує свою самостійну роботу, знає як на практиці використовувати різні методи забезпечення спорту вищих досягнень. Буде відповідь логічно, послідовно, розгорнуто, використовуючи наукову термінологію.
2 бали	Студент має міцні ґрунтовні знання, вміє застосовувати їх на практиці, але може допустити неточності, окремі помилки в формулюванні відповідей.
1 бал	Студент знає програмний матеріал повністю; має практичні навички в використанні медико-біологічного контролю в спорті; недостатньо вміє самостійно мислити, не може вийти за межі теми.

Презентація комплексів вправ

3 бали	Запропонований студентом комплекс вправ має декілька варіацій для фізичної реабілітації при даних порушеннях, наведено аналіз кожної вправи з опорою на базовий теоретичний і практичний матеріал, містить нову, нетрадиційну інформацію з даного питання і пропозиції щодо її практичного застосування.
2 бали	Запропонований студентом комплекс вправ містить стандартні вправи, але має незначні недоліки, але містить аналіз кожної вправи, демонструє теоретичну та практичну підготовку студента.
1 бал	Запропонований студентом комплекс вправ не має ознак комплексу, представляє собою розрізнені вправи без аналізу складових та не спирається на теоретичний матеріал.

7. Рекомендовані джерела інформації

Основні:

1. Сухан В.С. Методичні вказівки до лекцій з курсу «Лікувальна фізкультура та спортивна медицина». – Ужгород. Ужгородський національний університет, 2014
2. Соколовський В.С. Лікувальна фізична культура: підручник. – Одеса. - ОДМУ, 2005.
3. Сергієнко ЛП. Спортивна морфологія з основами антропогенетики: підручник для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту. К.: Кондор, 2016. 480 с
4. Шаповалова В. Спортивна медицина і фізична реабілітація. К.: Медицина, 2008. – 248 с
5. Мухін В. М. Фізична реабілітація в травматології: монографія. Львів: ЛДУФК, – 2015. – 424 с

Додаткові:

1. Беляя Н.А. Керівництво по лікувальному масажу. - М., "Медицина", 1974.
2. Корольчук А. П., Сулима А. С. Масаж загальний і самомасаж: навчально-методичний посібник для студентів факультету фізичного виховання і спорту. Вінниця, 2018.124 с.
3. Вербов А.Ф. Основи лікувального масажу. - М. "Медицина", 1966.
4. Волков М.В., Любошиц Н.А. Пошкодження та захворювання опорно-рухового апарату. - М., "Медицина", 1979.
5. Домбровский В.М. Застосування масажу при травмах и захворюваннях М.: 1986.