

**ДРОГОБИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА**



**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Проректор з науково-педагогічної роботи

В.Л. Шаран

Підпис

19 березня 2019 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Масаж**

Назва

Галузь знань	22 Охорона здоров'я
Спеціальність	227 Фізична терапія, ерготерапія
Освітня програма	Фізична терапія, ерготерапія
Статус дисципліни	нормативна
Навчально-науковий інститут	фізичної культури і здоров'я
Кафедра	здоров'я людини та фізичної реабілітації
Мова навчання	українська

**Дані про вивчення дисципліни**

Форма навчання	Курс	Семестр	Обсяг дисципліни: год / кредити ЄКТС	Кількість годин						Курсова робота	Вид семестрового контролю	
				Аудиторні заняття					Самостійна робота		Залік	Екзамен
				Разом	Лекції	Лабораторні роботи	Практичні заняття	Семінарські заняття				
Денна	2	4	120/4	64	16	–	48	–	56	–	+	–
Заочна	2	4	120/4	12	6	–	6	–	108	–	+	–

Робоча програма складена на основі освітньої програми та навчального плану підготовки бакалавра.

Розробник:

Грибок Н.М.  
Підпис

Грибок Н.М., кандидат педагогічних наук, доцент

Ініціали та прізвище викладача, науковий ступінь та вчене звання

Погоджено керівником групи забезпечення освітньої програми:

Флюнт І.С.  
Підпис

Флюнт І.С., доктор мед. наук, професор

Схвалено на засіданні кафедри здоров'я людини та фізичної реабілітації.

Протокол № 2 від 22 02 2019 р.

Завідувач кафедри Флюнт І.С. проф. Флюнт І.С.

Схвалено на засіданні науково-методичної ради навчально-наукового інституту фізичної культури і здоров'я.

Протокол № 2 від 28 02 2019 р.

Схвалено на засіданні науково-методичної ради університету.

Протокол № 3 від 19 березня 2019 р.

## 1. МЕТА ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Навчальна дисципліна масаж базується на вивченні техніки і методики застосування різних видів масажу. Тому *метою* вивчення дисципліни масаж є формування у студентів практичних умінь та навичок проведення масажу.

## 2. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Передумовами для вивчення навчальної дисципліни “Масаж” є знання, отримані під час вивчення попередніх дисциплін: “Анатомія людини”, “Фізіологія людини”, “Патологічна анатомія”, “Патологічна фізіологія”, “Біохімія”, “Масаж”, “Вступ у фізичну реабілітацію”, “Основи фізичної реабілітації”. Програма дисципліни побудована з урахуванням того, що студенти паралельно вивчають вікову анатомію та фізіологію, гігієну харчування, основи раціонального харчування, діагностику та моніторинг стану здоров’я, догляд за хворими з елементами фізичної реабілітації, долікарську допомогу у невідкладних станах.

## 3. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

*Згідно з вимогами освітньої програми здобувачі вищої освіти повинні*

*знати:* гігієнічні основи масажу; механізм дії масажу на організм людини та на конкретний орган чи систему; види, форми та засоби масажу; техніку і методику використання основних і допоміжних прийомів класичного масажу; методику проведення масажу окремих частин тіла та загального масажу; покази і протипокази щодо проведення масажу.

*вміти:* а) загальна компетентність:

- аналізувати, вибирати і трактувати отриману інформацію;
- демонструвати уміння роботи із сучасною комп’ютерною технікою; знаходити та аналізувати інформацію з різних джерел; здійснювати комунікаційну взаємодію за допомогою соціальних мереж; систематизувати прийоми створення, збереження, накопичення та інтерпретації даних з використанням інформаційних та комунікаційних технологій.
- навчатися, здійснювати особистий професійний розвиток та впроваджувати знання у практичну діяльність;
- провадити безпечну практичну діяльність за згодою пацієнта / клієнта та практикуючого фахівця;
- збирати анамнез, виконувати реабілітаційне обстеження, тестування, огляд та документувати їх результати; забезпечувати відповідність реабілітаційних заходів функціональним можливостям та потребам пацієнта/клієнта;
- допомогти пацієнту/клієнту зрозуміти власні потреби, обговорювати та формулювати цілі, пояснювати програму фізичної реабілітації;
- формулювати цілі, складати, обговорювати та пояснювати програму фізичної реабілітації, ефективно її реалізовувати;
- демонструвати здатність до пацієнтоцентричної практичної діяльності за узгодженням із пацієнтом/клієнтом, його родиною/опікунами, членами мультидисциплінарної команди згідно з нормативно-правовими вимогами та нормами професійної етики.
- демонструвати уміння ефективно провадити професійну діяльність, застосовуючи сучасні науково-довідкові дані.

б) компетентність, що відповідає предмету: застосовувати масажні прийоми погладжування, розтирання та їх різновиди; застосовувати масажні прийоми розминання, вібрації та їх різновиди; застосовувати основні та додаткові прийоми масажу на окремих ділянках тіла; проводити сеанс часткового та загального масажу; складати план масажної процедури; безпечно та ефективно використовувати пристрої, прилади та обладнання для проведення масажу.

## 4. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Оцінювання здійснюється за шкалами оцінювання: стобальною, національною і ЄКТС.

**А (90 – 100)** – *(відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок)*: отримує здобувач, який виявив глибокі знання навчального матеріалу, повно відтворює програмний матеріал, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; самостійно розв'язує типові завдання різними способами, комбіновані й нестандартні проблемні завдання, здатний проаналізувати й узагальнити отриманий результат; логічно і послідовно обґрунтовує свої думки; глибоко розкриває суть питання; складає план масажної процедури; застосовує основні та додаткові прийоми масажу на окремих ділянках тіла; проводить сеанс часткового та загального масажу; при виконанні практичних навичок масажу дотримується усіх вимог, передбачених програмою курсу; крім того, його дії відрізняються раціональністю, вмінням оцінювати помилки; виконав усі види навчальної роботи.

**В (82 – 89)** – *(вище середнього рівня з кількома помилками)*: отримує здобувач, який виявив глибокі знання навчального матеріалу, повно відтворює програмний матеріал, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах, проте допускає незначні неточності в їх інтерпретації; добре орієнтується в питаннях методики застосування різних видів масажу в реабілітації, проте потребує незначної підтримки для впевненості у власній відповіді; складає план масажної процедури; застосовує основні та додаткові прийоми масажу на окремих ділянках тіла; проводить сеанс часткового та загального масажу; при виконанні практичних навичок дотримується усіх вимог, передбачених програмою курсу з уточненням правильності власних дій; вміє оцінювати помилки й аналізувати результати; виконав усі види навчальної роботи.

**С (75 – 81)** – *(в цілому правильне виконання з певною кількістю суттєвих помилок)*: отримує здобувач, який виявив міцні знання навчального матеріалу, повно відтворює програмний матеріал, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах, проте допускає незначні неточності в їх інтерпретації; на достатньому рівні розкриває суть питання, однак допускає деякі помилки, які сам виправляє; складає план масажної процедури; володіє базовими навичками, необхідними для практичного застосування основних та додаткових прийомів масажу; може самостійно підбирати раціональні методики до застосування масажу, але не завжди здатний провести аналіз і обґрунтування їх практичного застосування; може самостійно виконати роботи в повному обсязі і робити правильні висновки.

**Д (67 – 74)** – *(непогано, але зі значною кількістю недоліків)*: отримує здобувач, який виявив недостатньо міцні знання навчального матеріалу, з певними труднощами відтворює програмний матеріал, рідко звертається до матеріалів, що містяться в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; відчуває труднощі під час складання плану масажної процедури; виявляє здатність виконувати деякі прийоми масажу, з труднощами формулює їх назви та способи виконання; може розв'язати найпростіші типові завдання з застосування масажу; при виконанні типових завдань студент допускає помилки; робить висновки, але не розуміє достатньою мірою мету роботи; виконав усі види навчальної роботи.

**Е (60 – 66)** – *(виконання задовольняє мінімальним критеріям)*: отримує здобувач, який виявив слабкі знання навчального матеріалу, важко відтворює програмний матеріал, зовсім не спирається на матеріали, що містяться в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; з труднощами складає план масажної процедури; слабо володіє деякими прийомами масажу, не спроможний самостійно сформулювати назви прийомів, мету, завдання та способи їх виконання; рідко спирається на раніше отримані знання; за сторонньої допомоги здатен розв'язати найпростіші типові завдання з застосування масажу; виконав більшість із запропонованих видів навчальної роботи.

**FX (35 – 59)** – *(з можливістю повторного складання)*: виставляється здобувачеві вищої освіти, який виявив незнання значної частини навчального матеріалу, допускає істотні помилки у відповідях на запитання, не вміє застосувати теоретичні положення під час розв'язання практичних задач, не спирається на матеріали, що містяться в основних і

додаткових рекомендованих літературних джерелах; не володіє практичними навичками масажу; не здатен скласти план масажної процедури; при виконанні типових завдань відтворює окремі фрагменти поняття про дисципліну; не виконав усіх видів навчальної роботи.

**F (1 – 34)** – (з обов'язковим повторним курсом): виставляється здобувачеві, який зовсім не володіє програмним матеріалом та практичними навичками масажу, що ускладнює можливість виконання типових завдань; неправильно відповідає на запитання; не виконав усіх видів навчальної роботи.

## **5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ**

- контроль знань у вигляді відповідей на практичних заняттях, письмового тестування, співбесіди з лектором;
- перевірка практичних навичок (володіння прийомами масажу);
- контроль засвоєння навчального матеріалу, запланованого на самостійне опрацювання студентом;
- самостійна робота;
- залік.

## **6. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

### **Тема 1. Історія масажу. Системи масажу.**

Походження масажу. Застосування масажу у Стародавньому Китаї, Індії, Єгипті, Абіссинії, Лівії, Нубії та інших арабських державах. Масаж у Стародавній Греції (Геродікус, Гіппократ). Застосування масажу у Древньому Римі. Видатні лікарі Риму (Асклепід, Цельз, Гален). Розвиток масажу в країнах Середньої Азії і Сходу (Разес ар-Разі, Алі ібн Сіна). Розвиток масажу у XVIII-XIX століттях. Система шведського масажу Г. Лінга. Внесок французьких вчених (Гофмана, Геріке, Бернера, Фуллера та ін.). Російська терапевтична школа (Мудров, Забелін, Амбодик-Максимович, Філатов). Фізіологічне та наукове обґрунтування масажу (Вербов, Васильєва, Кірічевський, Саркізов-Серазіні, Стасенков, Щербак). Внесок українських вчених у розвиток масажу (Штеренгерц, Єфіменко Руденко). Системи масажу (східна, шведська, фінська, російська).

### **Тема 2. Фізіологічні основи масажу.**

Вплив масажу на шкіру. Будова шкіри. Фактори впливу на дотикові відчуття. Нервові рецептори шкіри. Зони підвищеної шкірної чутливості (Захар'їна-Геда) та біологічно-активні точки. Вплив масажу на нервову систему. Будова нервової системи. Нервовий центр. Сегментарна інервація внутрішніх органів. Поверхневий та глибокий масаж для збудження і гальмування кори головного мозку. Вплив масажу на лімфатичну та серцево-судинну системи. Лімфообіг. Будова лімфатичної системи. Склад лімфи. Лімфатичні вузли. Масажні напрямки за ходом лімфатичних судин. Велике і мале коло кровообігу. Нервово-рефлекторний, гуморальний та механічний вплив масажу на серцево-судинну систему. Вплив масажу на м'язи. Будова м'яза. Посмуговані м'язи. Розподіл м'язів за функціями. Скелетні м'язи. Скоротливий механізм м'язового волокна. Розслаблення м'язів. Вплив масажу на зв'язково-суглобовий апарат. Вплив масажу на дихальну систему. Дія масажу на гладку легеневу мускулатуру та регуляцію дихання. Вплив масажу на внутрішні органи та рефлексогенні зони. Вплив масажу на обмін речовин, газообмін, видільну функцію. Утворення гістаміну, ацетилхоліну, їхня дія. Вплив масажу на психоемоційний стан. Емоційне сприйняття больового відчуття. Вплив масажу на больовий синдром. Вплив масажу на функціональний стан організму. Тонізуюча, заспокійлива, трофічна, енерготропна, нормалізуюча дія масажу на функціональний стан організму.

### **Тема 3. Класифікація масажу. Види, форми і методи масажу.**

Види масажу. Спортивний масаж: мобілізаційний і відновний. Реабілітаційний масаж: загальний і локальний. Лікувальний масаж: класичний, сегментарно-рефлекторний,

точковий, періостальний, сполучнотканинний. Гігієнічний масаж. Косметичний масаж: гігієнічний, пластичний, лікувальний. Форми масажу. Загальний масаж. Локальний масаж. Парний масаж. Взаємний масаж. Методи масажу. Ручний (мануальний) масаж. Апаратний масаж: вібромасаж, пневмомасаж, гідромасаж. Комбінований масаж. Ножний масаж.

#### **Тема 4. Гігієнічні вимоги до проведення масажу.**

Гігієнічні вимоги до масажного кабінету. Обладнання масажного кабінету. Масажні столи (різні конструкції). Змащувальні засоби. Вимоги до масажиста та пацієнта. Гігієна рук масажиста. Вимоги до пацієнта. Правильне положення тіла під час масажу. Режим роботи спеціаліста з масажу. Робочий день. Норма часу на масаж. Масажна одиниця. Норма навантаження. Документація масажного кабінету. Журнал реєстрації пацієнтів. Картотека лікувальних методик, звіти.

#### **Тема 5. Техніка масажу.**

Техніка класичного масажу. Прийоми. Класифікація масажних прийомів за якісними характеристиками. Глибина впливу. Ділянка кисті, якою виконується прийом. Напрямок руху рук. Кількість рук, що виконують прийом. Кривизна поверхні, яка підлягає масажу. Контакт рук з масажованою ділянкою. Характер впливу на масажовані тканини. Класифікація масажних прийомів за кількісними характеристиками. Зусилля (міра механічного впливу), затрачені на виконання прийому. Швидкість виконання окремих рухів. Тривалість (час, затрачений на виконання прийому). Амплітуда. Класифікація прийомів масажу. Основні та допоміжні. Погладжування та його різновиди. Розтирання та його різновиди. Розминання та його різновиди. Вібрація та її різновиди.

#### **Тема 6. Призначення масажу. Проведення процедури масажу.**

Призначення процедури масажу лікарем. Визначення ділянки масажу, методики і дозування, дні проведення процедур, число процедур на курс лікування, послідовність та поєднання з іншими фізичними факторами та ЛФК. Реєстрація в історії хвороби. Підготовка до масажу. З'ясування анкетних даних. Знайомство з діагнозом. З'ясування скарг, самопочуття, супутніх захворювань, індивідуальних особливостей. Оцінка вихідного рівня клінічних проявів захворювання. Огляд хворого масажистом. Огляд шкіри. Виявлення зон больової чутливості (Захар'їна-Геда), больових точок, біологічно-активних точок. Стан лімфатичних вузлів. Стан судин. Стан м'язів. Стан суглобів. Стан нервових стовбурів. Проведення процедури масажу. Уточнення ділянки масажу. Складання комплексів масажних прийомів, їх послідовність, дозування. Методи проведення процедури масажу. Процедура масажу: підготовчий, основний і заключний періоди. Тривалість процедури та курсу масажу. Умови, що забезпечують правильне виконання масажу. Показання до призначення масажу. Протипоказання до призначення масажу (постійні і тимчасові).

#### **Тема 7. Класичний масаж. Види та техніка виконання прийомів погладжування та розтирання.**

Фізіологічний вплив погладжування. Види та техніка виконання основних прийомів погладжування: площинне і охоплююче. Глибоке та поверхневе. Виконання прийому долонною, тильною поверхнею кисті, ліктьовим та променевим краєм. Напрямок руху: прямолінійний, колоподібний. Виконання однією, двома руками, послідовно, паралельно, одна на одній. Безперервні та перервні рухи. Види та техніка виконання додаткових прийомів погладжування: щипцеподібне, граблеподібне, гребенеподібне, хрестоподібне погладжування, гладження. Практичні рекомендації щодо проведення погладжування. Основні помилки, що можуть зустрічатися при проведенні погладжування. Фізіологічний вплив розтирання. Види та техніка виконання основних прийомів розтирання: розтирання пальцями, долонною поверхнею кисті, кулаком, опорною частиною кисті, ліктьовим краєм кисті. Види та техніка допоміжних прийомів розтирання: штрихування, стругання, гребенеподібне, щипцеподібне розтирання, пиляння, пересікання, граблеподібне розтирання.

Практичні рекомендації щодо проведення розтирання. Основні помилки, що можуть зустрічатися при проведенні розтирання.

### **Тема 8. Види та техніка виконання прийомів розминання та вібрації.**

Фізіологічний вплив розминання. Види та техніка основних прийомів розминання: поздовжнє і поперечне. Види та техніка додаткових прийомів розминання: валяння, накочування, зміщення, розтягування, натискування, щипцеподібне розминання, посмикування, стискання, гребенеподібне розминання. Практичні рекомендації щодо проведення розминання. Основні помилки, що можуть зустрічатися при проведенні розминання. Фізіологічний вплив вібрації. Види та техніка основних прийомів вібрації. Безперервна та перервна вібрації. Безперервна: стабільна і лабільна. Додаткові прийоми безперервної вібрації: стрясування, струшування, підштовхування, потрушування. Основні прийоми перервної вібрації: пунктування, поколючування, поплескування, рубання, шмагання. Практичні рекомендації щодо проведення вібрації. Основні помилки, що можуть зустрічатися при проведенні вібрації.

## **ОРІЄНТОВНА ТЕМАТИКА ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ**

- Історія масажу. Системи масажу.
- Фізіологічні основи масажу. Вплив масажу на шкіру, нервову, лімфатичну, серцево-судинну системи, м'язи, зв'язково-суглобовий апарат.
- Фізіологічні основи масажу. Дія масажу на дихальну систему, внутрішні органи, обмін речовин, газообмін, видільну функцію, психоемоційний стан.
- Класифікація масажу. Види масажу.
- Класифікація масажу. Форми і методи масажу.
- Гігієнічні вимоги до проведення масажу. Масажний кабінет і його устаткування.
- Гігієнічні вимоги до масажиста і пацієнта.
- Техніка масажу.
- Призначення масажу. Огляд хворого масажистом.
- Процедура масажу.
- Види та техніка виконання прийомів погладжування.
- Види та техніка виконання прийомів погладжування.
- Види та техніка виконання прийомів розтирання.
- Види та техніка виконання прийомів розтирання.
- Види та техніка виконання прийомів розминання.
- Види та техніка виконання прийомів розминання.
- Види та техніка виконання прийомів вібрації.
- Види та техніка виконання прийомів вібрації.

## **7. ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ**

Самостійна робота студента з дисципліни містить: опрацювання теоретичного матеріалу; підготовку до практичних занять, підготовку до семестрового заліку.

- Підготувати доповіді на тему “Життєвий і творчий шлях засновника класичного масажу – І.В. Заблудовського”. “Наукова діяльність В.М. Бехтерева, С.П. Боткіна, В.А. Манасеїна”, “Внесок українських вчених в розвиток масажу”.
- Опрацювати питання “Чутливість шкіри в різних ділянках тіла людини (зони Захар'їна-Геда)”.
- Опрацювати питання “Чутливість зон Захар'їна-Геда при патологічних процесах внутрішніх органів”.
- Опрацювати питання “Лінійний масаж. Його характеристика”.
- Опрацювати питання “Апаратні пристосування у вібромасажі. Їх характеристика”.
- Опрацювати питання “Засоби, що застосовуються для масажу (креми, гелі, мазі)”.

- Опрацювати питання “Гімнастика для рук масажиста”. Скласти комплекс вправ для підвищення сили та поліпшення координації рухів рук масажиста.
- Визначити основну різницю у техніці виконання погладжування, розтирання, розминання і вібрації.
- Скласти алгоритм діяльності спеціаліста з масажу із моменту поступлення хворого на лікування до закінчення роботи з ним.
- Визначити роль погладжування у різних системах масажу. Удосконалити техніку виконання погладжування.
- Визначити роль розтирання у різних системах масажу. Удосконалити техніку виконання розтирання.
- Визначити роль розминання у різних системах масажу. Удосконалити техніку виконання розминання.
- Визначити вміст прийому вібрації у сеансі масажної процедури. Удосконалити техніку виконання вібрації.

## 8. ФОРМИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

Засвоєння студентами теоретичного матеріалу з дисципліни перевіряється шляхом усного опитування, письмового тестування, оцінки умінь студентів складати алгоритм масажної процедури, умінь застосовувати методи та прийоми масажу, самостійної роботи, співбесіди з лектором та заліком.

Розподіл 100 балів між видами робіт:

Семестр – IV	
Відповіді на практичних заняттях й тестовий контроль	30
Контроль практичних навичок	30
Самостійна робота	30
Співбесіда з лектором	10
Всього балів	100

**Поточна успішність** (max = 100) складається з балів, отриманих на *практичних заняттях* (90 балів) та співбесіди з лектором (10 балів).

Загальний бал (90 балів) поточної успішності оцінюється в традиційних оцінках «5», «4», «3», «2». Традиційні оцінки конвертуються в бали за формулою:

$$x = \frac{A}{n} \cdot \frac{K}{5}, \text{ де}$$

**K** – максимальна кількість балів, які студент може отримати за усні відповіді, чи тестовий контроль упродовж вивчення змістового розділу;

**A** – сума усіх поточних оцінок за чотирибальною шкалою при вивченні тематичного розділу, включаючи оцінки «2», **n** – кількість цих оцінок (не менше трьох за семестр).

$\frac{A}{n}$  – середня оцінка за усні відповіді чи тестовий контроль. Кількість балів **x** заокруглюють до цілих. Якщо середня оцінка поточного контролю менша за 2.5, то **x** = 0.

Співбесіда з лектором (10 балів) передбачає усні відповіді на запитання з навчальної дисципліни.

Оцінка виставляється за шкалами оцінювання: стобальною, національною і ЄКТС.

Підсумковим контролем оцінювання знань студентів є залік, який проводиться наприкінці IV-го семестру. Залік отримують студенти, що виконали всі види робіт, які були передбачені робочою програмою, та набрали кількість балів, не меншу за 60. Залік не передбачає обов'язкову присутність студентів.

Залік за талоном №2 і перед комісією проводиться в усній формі з оцінюванням за стобальною шкалою.

## 9. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ, ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Не передбачено

## 10. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

### Рекомендована література

#### а) основна

1. Алексеев О.І. Массаж : навчальний посібник для студентів ВНЗ, масажистів, лікарів та спеціалістів з фізичної реабілітації / О.І. Алексеев. – Дрогобич : Вимір. – 2004. – 495 с.
2. Белоголовский Г. Пособие по массажу. – М. : Изд-во : Йокнеам иллит, 2008. – 755 с.
3. Вакуленко Л.О. Лікувальний масаж / Л.О. Вакуленко, Г.В. Прилуцька, Д.В. Вакуленко. – Тернопіль : Укрмедкнига, 2005 – 448 с.
4. Васичкин В.И. Большой справочник по массажу. – СПб.: Невская книга, М.: Изд-во Эксмо, 2004. – 448 с, илл.
5. Васичкин В.И. Энциклопедия массажа. – М. : АСТ- ПРЕСС, 2001. – 656 с.
6. Дубровский В.И. Массаж : Учеб. для сред. и высш. учеб. заведений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 496 с.
7. Куничев Л.А. Лечебный массаж. Практическое руководство. – К.: Вища школа. Головное изд-во, 1981. – 328с.
8. Латогуз С. И. Руководство по технике массажа и мануальной терапии. Изд. 2-е перераб. Ростов н/Д: «Феникс». Харьков: «Торсинг», 2002. – 512с.
9. Основи медичної та соціальної реабілітації в медсестринстві : навч. посіб / [Л. О. Вакуленко, І. Р. Мисула, Л. В. Левицька, Д.В. Вакуленко та ін.]; за заг. ред Л.О. Вакуленко – Тернопіль: ТДМУ, 2015. – 444 с.
10. Поддер Т. Массаж. Полное руководство: Пер. с англ. Н. Скоробогатова. – Харьков: Клуб «Клуб Семейного Досуга», 2007. – 320 с.

#### б) додаткова

11. Белая Н.А. Лечебная физкультура и массаж. Учебно-методическое пособие для мед. работников. – Москва: «Советский спорт», 2001. – 271с.
12. Коляденко Г.І. Анатомія людини: Підручник. – К.: Либідь, 2001. – 384 с.
13. Мухін В.М. Фізична реабілітація. – К.: Олімпійська література, 2009. – 486 с.
14. Нетрадиционная медицина. – Пер. с англ. – Харьков: Книжный клуб «Клуб Семейного Досуга», 2003. – 320 с.
15. Оржешковський В.В., Чопчик Д. І. Лікувальний масаж. – К.: Здоров'я, 1978. – 176с.
16. Устименова С.В. Точечний масаж и древние восточные методики. – М.: РИПОЛ КЛАССИК, 2004. – 192 с.
17. Фокин В.Н. Полный курс массажа: Учебное пособие. – 2-е изд, исмпр. И доп./ В.Н. Фокин. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2003. – 512 с.
18. Фізіотерапевтичні та фізіопунктурні методи і їх практичне застосування: Навчально-методичний посібник / Самосюк І.З., Парамончик В.М., Губенко В.П. та ін. – К.: Альтерпрес, 2001. – 316 с.
19. Энциклопедия массажа от А до Я: Пер. с англ. З. Слоботкиной. – Харьков: Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», 2007. – 384с.

#### в) методичне забезпечення

20. Грибок Н.М. Массаж : методичні матеріали до практичних занять [для студентів напряму підготовки: 6.010203 „Здоров'я людини” / Н.М. Грибок – Дрогобич: Редакційно-видавничий відділ ДДПУ ім. Івана Франка. – 2017. – 110 с.
21. Журавчак А.І. Массаж : методичні рекомендації до проведення занять для студентів 7.010202 “Фізична реабілітація” / А.І. Журавчак, О.Г. Матрошилін. – Дрогобич: Редакційно-видавничий відділ ДДПУ ім. Івана Франка. – 2007. – 80 с.

#### г) інформаційні (електронні) ресурси



Школа здоровья: [www.sport-health.com.ua](http://www.sport-health.com.ua)

<http://www.message.ru>

<http://massag-m.narod.ru>

<http://www.kid.ru/massaz/>

<http://message.ua/o-massaje/>

<http://zdorovyj-pozvonochnik.info/knigi-o-massazhe>

[www.bookmed.com](http://www.bookmed.com)

[www.zdorow.com](http://www.zdorow.com).

[www.nbu.gov.ua](http://www.nbu.gov.ua)

[www.likar.uz.ua](http://www.likar.uz.ua)