**Лабораторне заняття №.6**

**Тема: Техніка та методика масажу при рефлекторних синдромах остеохондрозу хребта**

**План**

1. Техніка та методика масажу при шийно-грудному остеохондрозі
2. Техніка та методика масажу при радикулітах
3. Техніка та методика масажу при поперековому остеохондрозі
4. Техніка та методика масажу при рефлекторних синдромах остеохондрозу

**Література**

1. Степашко М. В. Масаж і лікувальна фізкультура в медицині: [підручник] / М. В. Степашко, Л. В. Сухостат. – К. : Медицина, 2010. – 352 с.

2. Руденко Р. Є. Спортивний масаж : [навч. посіб.] / Романна Руденко. Вид. 2-е, допов. – Л. : Ліга-прес, 2009. –160 с.

3. Вакуленко Л.О. Лікувальний масаж. Тернопіль: Укрмедкнига, 2005.– 448. с.

4. Єфіменко П. Б. Техніка та методика класичного масажу : [навч. посіб.] / П. Б. Єфіменко. – Х. : ОВС, 2007. – 215 с.

**Лабораторна робота №7**

**Тема: Техніка та методика масажу при бронхіальній астмі та бронхіті**

**План**

**Тема: Техніка та методика масажу при бронхітах, бронхіальній астмі та пневмоніях у спортсменів**

1. Техніка та методика масажу при бронхітах
2. Техніка та методика масажу при та пневмоніях
3. Техніка та методика масажу при бронхіальній астмі
4. Баночний масаж при захворювання органів дихання

**Література**

1. Степашко М. В. Масаж і лікувальна фізкультура в медицині: [підручник] / М. В. Степашко, Л. В. Сухостат. – К. : Медицина, 2010. – 352 с.

2. Руденко Р. Є. Спортивний масаж : [навч. посіб.] / Романна Руденко. Вид. 2-е, допов. – Л. : Ліга-прес, 2009. –160 с.

3. Вакуленко Л.О. Лікувальний масаж. Тернопіль: Укрмедкнига, 2005.– 448. с.

4. Єфіменко П. Б. Техніка та методика класичного масажу : [навч. посіб.] / П. Б. Єфіменко. – Х. : ОВС, 2007. – 215 с.

**Лабораторне заняття №.8**

**Тема: Техніка та методика відновлювального, розминочного та масажу у передстартових станах**

**План**

1. Техніка і методика підготовчого масажу
2. Техніка та методика тренувального масажу
3. Техніка та методика відновлювального масажу
4. Техніка та методика передстартового масажу

**Література**

1. Степашко М. В. Масаж і лікувальна фізкультура в медицині: [підручник] / М. В. Степашко, Л. В. Сухостат. – К. : Медицина, 2010. – 352 с.

2. Руденко Р. Є. Спортивний масаж : [навч. посіб.] / Романна Руденко. Вид. 2-е, допов. – Л. : Ліга-прес, 2009. –160 с.

3. Вакуленко Л.О. Лікувальний масаж. Тернопіль: Укрмедкнига, 2005.– 448. с.

4. Єфіменко П. Б. Техніка та методика класичного масажу : [навч. посіб.] / П. Б. Єфіменко. – Х. : ОВС, 2007. – 215 с.