**Форма № Н - 3.04**

**Міністерство освіти і науки України**

**Херсонський державний університет**

Кафедра медицини та фізичної терапії

“**ЗАТВЕРДЖУЮ**”

Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ доцент А.І. Гурова

“30”\_\_\_\_\_серпня\_\_\_\_\_2018 року

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**2.2.5. Реабілітація в спорті\_\_\_\_\_\_\_\_**

**галузь знань \_\_\_\_\_\_\_**22 Охорона здоров’я**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**спеціальність \_\_\_\_\_**227 Фізична терапія, ерготерапія\_\_\_\_

**факультет** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_медичний\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2018 – 2019 навчальний рік

Робоча програма з «Реабілітації в спорті» для студентів за спеціальністю 227 Фізична терапія, ерготерапія.

Розробник:Вертебна А.О., асистент кафедри.

Робоча програма затвердженана засіданні кафедри медицини та фізичної терапії

Протокол від “30” серпня 2018 року № 1

Завідувач кафедри медицини та фізичної терапії

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (Гурова А.І.)

# Опис навчальної дисципліни

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Найменування показників | Галузь знань, спеціальність, рівень вищої освіти | | Характеристика навчальної дисципліни | | | | |
| **денна форма навчання** | | **заочна форма навчання** | | |
| Кількість кредитів:  заочна форма навчання – 3 | Галузь знань  22 Охорона здоров’я | | Вибіркова | | | | |
| Змістових модулів – 1 | Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія | | **Рік підготовки:** | | | | |
| Загальна кількість годин:  заочна форма навчання – 90 |  | | 2-й | | |
|  | Рівень вищої освіти:  магістр | | **Семестр** | | | | |
|  | | 3-й семестр | | |
| **Лекції** | | | | |
|  | |  |  | | 10 год. | | |
| **Практичні** | | | | |
|  | 10 год. | | | |
| **Самостійна робота** | | | | |
|  | | | 70 год. | |
| **Вид контролю** | | | | |
|  | | | | Залік |

**Примітка**.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить (%):

для заочної форми навчання – 28.5:71,5

**Мета та завдання навчальної дисципліни**

**Мета курсу:** надання майбутнім фахівцям з фізичної терапії та ерготерапії комплексу наукових теоретико-практичних знань, вмінь, навичок для забезпечення процесу оздоровлення та фізичної реабілітації спортсменів різних видів спорту.

**Завдання курсу:**

- **Методичні:** формувати у студентів уявлення про особливості оздоровлення та фізичної реабілітації у сфері спорту. Засвоєння основних принципів відновлення здоров'я спортсменів з різних видів спорту. Вивчення основних засобів, методів та технологій фізичної реабілітації, а також специфіки спортивної діяльності, яка обумовлює травмованість та захворюваність спортсменів високої кваліфікації.

- **Практичні:** навчити майбутніх фахівців з фізичної терапії, ерготерапії підбирати та використовувати методи відновлення спортсменів залежно від специфіки видів спорту, травматичних пошкоджень та захворювань, що порушують тренувальний та змагальний процеси. Навчити використовувати основні методи дослідження функціонального стану спортсменів та методи оцінювання результатів реабілітації. Навчити планувати етапи реабілітаційного процесу. Опанувати методиками дистанційної допомоги спортсменам при травмах та захворюваннях, що обумовлені професійною діяльністю. Опанувати практичними навичками з даної дисципліни, які необхідні для того, щоб ефективно організувати процес реабілітації спортсменів.

**Очікуванні результати навчання:**

1. знати:

- Особливості тренувального та змагального процесу спортсменів. Найбільш розповсюджені травматичні пошкодження організму залежно від виду спорту та виду рухової активності;

- Способи попередження травматизації;

- Першу допомогу при отриманні травм;

- Травми та захворювання, характерні для певного виду спорту;

- Особливості раннього та пізнього періодів відновлення після травм;

- Методи визначення та діагностики травм;

- Особливості й умови проведення фізичної реабілітації під час навчально-тренувальних зборів та підготовки до відповідальних змагань;

- Форми організації самооздоровчої та фізичної реабілітаційної діяльності, мету, завдання, принципи;

- Контингент, який потребує оздоровлення та фізичної реабілітації;

- Основні засоби оздоровлення та фізичної реабілітації;

- Оздоровчий вплив засобів фізичної реабілітації, їх показання та протипоказання.

2. Вміти:

* Аналізувати літературу з проблем оздоровлення, фізичної реабілітації та функціонального відновлення здоров'я спортсменів;
* Використовувати інструментальні методи оцінки стану здоров’я спортсменів;
* Забезпечити вдалий відновний процес спортсменів;
* Моделювати та поєднувати засоби фізичної реабілітації для більш ефективного відновлення і скорішого повернення до спортивної діяльності;
* Проводити оздоровчу та фізичну реабілітаційну діяльність з урахуванням етіології захворювання, етапу реабілітації, а також індивідуальних особливостей спортсменів.

**Компетентності до навчальної дисципліни «Реабілітація в спорті»**

1. Вільне володіння державною мовою.

2. Здатність методологічно застосувати отриманні знання на практиці.

3. Здатність аналізувати та оцінювати стан спортсменів спираючись на наявні травматичні пошкодження та обмеження спортивної діяльності.

4. Здатність розуміти та використовувати принципи фізичної реабілітації при плануванні програми відновлення.

5. Здатність опанувати практичні навички з даної дисципліни, які необхідні для того, щоб на науковій основі організувати процес реабілітації спортсменів різної кваліфікації.

6. Здатність підбирати методики відновлення спортсменів після ретельної оцінки їх стану.

7. Здатність визначати наявні рухові обмеження з допомогою тестів, шкал, опитування, спостереження.

8. Здатність складати програму реабілітації з урахуванням особливостей тренувального процесу спортсмена.

9. Здатність правильно підбирати та користуватися допоміжним інвентарем, для більш повноцінного відновлення пацієнтів.

10. Здатність повністю відновити або компенсувати наявні спортивні травми з метою повернення спортсмена до професійної діяльності.

11. Здатність оволодіти основами роботи в мультидисциплінарній команді.

**Програма навчальної дисципліни**

**Тема 1. Принципи реабілітації спортсменів. Перебіг відновних процесів в організмі спортсменів**

Поняття фізична реабілітація. Методи фізичної реабілітації. Основні принципи реабілітації спортсменів. Індивідуальність. Ранній початок проведення реабілітації. Доступність. Комплексність засобів реабілітації. Активна участь. Наочність. Систематичність та безперервність. Фізіологічна характеристика відновних процесів. Закономірності відновних процесів. Заходи підвищення ефективності відновлення. Стомлення при м’язовій діяльності.

**Тема 2. Відновлення працездатності в єдиноборствах та спортивних іграх**

Особливості навантажень у боксерів та способи відновлення працездатності. Особливості відновного процесу в баскетболі. Основні вказівки щодо проведення масаж та відвідування лазні. Відновлення працездатності в хокеї. Відновлення працездатності в ігрових видах спорту. Профілактика травм в циклічних видах спорту. Характеристика травм. Травми у волейболі та їх методи лікування.

**Тема 3. Комплексна реабілітація в циклічних видах спорту**

Основні методи реабілітації. Фізіотерапевтичні методи. Особливості масажу. Лазні та їх вплив. Профілактика травм. Легка атлетика та характерні травматичні пошкодження. Відновлення після травм.

**Тема 4. Фізична реабілітація у футболі**

Характерні футбольні травми. Фізична реабілітація при пошкодженні менісків. Тестування з метою оцінки ступеня відновлення. Фізична реабілітація при переломах гомілки. Фізична реабілітація при переломах виростків стегна та кісток гомілки. Профілактика травматизму у футболі.

**Тема 5. Фізична реабілітація при переломах кісток та пошкодженнях зв’язково-сухожильного апарату**

Фізична реабілітація при пошкодженні ахіллового сухожилля. Фізична реабілітація при переломі кісток фалангів. Фізична реабілітація при переломах таранної, п’яткової та плеснових кісток. Характеристика травм і пошкоджень гомілковостопного суглоба і їх основні клінічні прояви. Посттравматична хвороба. Фізична реабілітація при пошкодженнях гомілковостопного суглоба. Травми у спортивних бальних танцях та їх методи лікування. Профілактика травм.

**Структура навчальної дисципліни**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Назви змістових модулів і тем | Кількість годин | | | | | | | | | | | |
| денна форма | | | | | | заочна форма | | | | | |
| усього | у тому числі | | | | | усього | у тому числі | | | | |
| л | п | лаб | інд | с.р. | л | п | лаб | інд | ср. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| **Змістовий модуль 1**. Спортивний травматизм та засоби відновлення спортсменів | | | | | | | | | | | | |
| Тема 1. Принципи реабілітації спортсменів. Перебіг відновних процесів в організмі спортсменів |  |  |  |  |  |  | 16 | 2 | 2 |  |  | 12 |
| Тема 2. Відновлення працездатності в єдиноборствах та спортивних іграх |  |  |  |  |  |  | 18 | 2 | 2 |  |  | 14 |
| Тема 3. Комплексна реабілітація в циклічних видах спорту |  |  |  |  |  |  | 18 | 2 | 2 |  |  | 14 |
| Тема 4. Фізична реабілітація у футболі |  |  |  |  |  |  | 18 | 2 | 2 |  |  | 14 |
| Тема 5. Фізична реабілітація при переломах кісток та пошкодженнях зв’язково-сухожильного апарату |  |  |  |  |  |  | 20 | 2 | 2 |  |  | 16 |
| Разом за змістовим модулем 1 |  |  |  |  |  |  | 90 | 10 | 10 |  |  | 70 |
| **Усього годин** |  |  |  |  |  |  | **90** | **10** | **10** |  |  | **70** |

**ЗМІСТОВІ МОДУЛІ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**I семестр**

**Змістовий модуль 1. Спортивний травматизм та засоби відновлення спортсменів**

**Лекційний модуль.**

1. Принципи реабілітації спортсменів. Перебіг відновних процесів в організмі спортсменів – 2 год.

2. Відновлення працездатності в єдиноборствах та спортивних іграх – 2 год.

3. Комплексна реабілітація в циклічних видах спорту – 2 год.

4. Фізична реабілітація в футболі – 2 год.

5. Фізична реабілітація при переломах кісток та пошкодженнях зв’язково-сухожильного апарату – 2 год.

**Практичний модуль.**

1. Характеристика основних принципів фізичної реабілітації спортсменів. Перебіг відновних процесів в організмі спортсменів після виконання тренувальних навантажень різного характеру – 2 год.

2. Методи відновлення працездатності спортсменів – 2 год.

3. Методи фізичної реабілітації спортсменів циклічних видів спорту – 2 год.

4. Основні футбольні травми та методи реабілітації – 2 год.

5. Фізична реабілітація при пошкодженнях опорно-рухового апарату спортсменів – 2 год.

**Модуль самостійної роботи (70 год).**

1. Комплекси ЛФК для розвитку фізичних здібностей спортсменів.

2. Методи ліквідації стомлення у спортсменів.

3. Спортивні добавки та їх вплив на спортивну працездатність.

4. Питний режим спортсменів.

5. Профілактика травм різних видів спорту.

6. Тести для оцінки функціонального стану спортсменів.

7. Штучні методи підвищення спортивної працездатності.

8. Комплекс вправ при пошкодженні зв'язок верхньої кінцівки.

9. Комплекс вправ при пошкодженні зв'язок нижньої кінцівки.

10. Нетрадиційні методі відновлення спортсменів.

11. Лазні та їх застосування при фізичній перевтомі.

12. Види спорту та травми, що характерні для них.

13. Диспансерний облік спортсменів.

14. Новітні методики відновленні спортсменів після пошкоджень опорно-рухового апарату.

**Підсумковий контроль:** усний

**Методи навчання**

Комплексне використання різноманітних методів організації і здійснення навчально-пізнавальної діяльності студентів та методів стимулювання і мотивації їх навчання, що сприяють розвитку творчих засад особистості майбутнього фахівця зі спеціальності 227 Фізична терапія, ерготерапія з урахуванням індивідуальних особливостей учасників навчального процесу й спілкування.

Основними методами навчання з дисципліни «Реабілітація в спорті» є лекція (усний виклад навчального матеріалу складного і великого за обсягом) та практичні заняття. Використовуються наочні методи навчання (ілюстрування, демонстрування) та проблемно-пошукові, які сприяють зв’язкам теорії з практикою.

З метою формування професійних компетенцій широко впроваджуються інноваційні методи навчання (лекції-презентації, використання відео-матеріалів), що забезпечують комплексне оновлення традиційного педагогічного процесу. Це, наприклад, комп’ютерна підтримка навчального процесу, впровадження інтерактивних методів навчання.

**Методи контролю**

Педагогічний контроль здійснюється з дотриманням вимог об’єктивності, індивідуального підходу, систематичності і системності, всебічності та професійної спрямованості контролю.

Використовуються такі методи контролю, як усний, письмовий та тестовий, які мають сприяти підвищенню мотивації студентів-майбутніх фахівців до навчально-пізнавальної діяльності. Відповідно до специфіки фахової підготовки перевага надається тестовому та письмовому видам контролю.

**Критерії оцінювання навчальних досягнень студентів**

**Відповідь на практичному занятті, за темою індивідуального завдання**

|  |  |
| --- | --- |
| А5 (відмінно) | Студент має глибокі міцні і системні знання з теми. Вміє застосовувати здобуті теоретичні знання для розв'язання практичних задач. Будує відповідь логічно, послідовно, розгорнуто, використовуючи спеціальну термінологію. |
| В 4 (добре) | Студент має міцні ґрунтовні знання, вміє застосовувати їх на практиці, але може допустити неточності, окремі помилки в формулюванні відповідей. |
| С 4 (добре) | Студент знає програмний матеріал повністю, має практичні навички в підборі методів відновлення, але недостатньо вміє самостійно мислити, не може вийти за межі теми. |
| D 3 (задовільно) | Студент знає основний зміст теми, але його знання мають загальний характер, іноді не підкріплені прикладами. |
| E 3 (задовільно) | Студент має прогалини в знаннях з теми. Замість чіткого термінологічного визначення пояснює теоретичний матеріал на побутовому рівні. |
| Х 2 (незадовільно) з можливістю повторного складання | Студент має фрагментарні знання з теми. Не володіє термінологією, оскільки понятійний апарат не сформований. Не вміє викласти програмний матеріал. |
| F1 (незадовільно) з обов’язковим повторним вивченням дисципліни | Студент повністю не знає програмного матеріалу, відмовляється відповідати. |

**Виконання практичного завдання на занятті або за індивідуальним завданням**

|  |  |
| --- | --- |
| А5 (відмінно) | Студент виконав практичне завдання повністю, з використанням теоретичних знань про методики реабілітації при різних травматичних пошкодженнях опорно-рухового апарату. Вільно володіє понятійним апаратом. Вдало інтерпретує наявні порушення та підбирає способи функціональної оцінки. Вміє самостійно складати індивідуальну програму реабілітації. |
| В 4 (добре) | Студент виконав практичне завдання повністю, з опорою на теоретичні знання, але може допустити неточності, окремі помилки в аналізі та оцінці стану спортсмена. |
| С 4 (добре) | Студент виконав практичне завдання, але може допускати помилки, недостатньо вміє самостійно мислити, аналізувати структуру патології та зв’язок із етіологічними факторами. |
| D 3 (задовільно) | Студент виконав практичне завдання неповністю, продемонстрував невміння виконувати завдання самостійно. |
| E 3 (задовільно) | Студент виконав практичне завдання частково, з помилками. Аналіз наявних порушень у спортсмена здійснює на побутовому рівні, з неточностями. |
| Х 2 (незадовільно) з можливістю повторного складання | Студент виконав практичне завдання фрагментарно. Не володіє методиками проведення фізичної реабілітації, оскільки не сформовані знання з теоретичних основ дисципліни. |
| F1 (незадовільно) з обов’язковим повторним вивченням дисципліни | Студент повністю не виконав практичне завдання. |

**Модульний контроль (усна відповідь, письмова контрольна робота)**

|  |  |
| --- | --- |
| А5 (відмінно) | Студент має глибокі міцні і системні знання з матеріалу змістового модулю, вільно володіє понятійним апаратом. Вміє застосовувати здобуті теоретичні знання для складання індивідуальної програми відновлення. |
| В 4 (добре) | Студент має міцні ґрунтовні знання, вміє застосовувати їх на практиці, але може допустити неточності, окремі помилки в формулюванні відповідей. |
| С 4 (добре) | Студент знає програмний матеріал повністю, має практичні навички проведення масажу та ЛФК, але недостатньо вміє самостійно мислити. |
| D 3 (задовільно) | Студент знає основні теми змістового модулю, має уявлення про методи відновлення при різних травмах, але його знання мають загальний характер. |
| E 3 (задовільно) | Студент має прогалини в теоретичних знаннях та практичних вміннях. Замість чіткого термінологічного визначення пояснює матеріал на побутовому рівні. |
| Х2 (незадовільно) з можливістю повторного складання | Студент має фрагментарні знання з матеріалу змістового модулю. Не володіє термінологією, оскільки понятійний апарат не сформований. Не вміє викласти програмний матеріал. Практичні навички на рівні розпізнавання. |
| F1 (незадовільно) з обов’язковим повторним вивченням дисципліни | Студент повністю не знає програмного матеріалу, не працював в аудиторії з викладачем або самостійно. |

**Реферат, доповідь**

|  |  |
| --- | --- |
| А5 (відмінно) | Запропонована студентом робота викладена в обсязі, що вимагається, оформлена грамотно, спирається на базовий теоретичний і практичний матеріал, містить нову, нетрадиційну інформацію з даного питання і пропозиції щодо її практичного застосування. |
| В 4 (добре) | Запропонована студентом робота викладена в обсязі, що вимагається, оформлена грамотно, спирається переважно на базовий теоретичний і практичний матеріал, містить фрагменти нової, нетрадиційної інформації. |
| С 4 (добре) | Запропонована студентом робота викладена в необхідному обсязі, оформлена грамотно, включає базовий теоретичний та практичний вихід, але містить певні недоліки у висвітлені питання, яке досліджувалось. |
| D 3 (задовільно) | Робота містить базовий теоретичний та практичний матеріал, але не має практичного виходу. Виклад матеріалу неточний, присутні недоліки у висвітленні теми. |
| E 3 (задовільно) | Робота містить базовий теоретичний та практичний матеріал, але тема розкрита неповністю. Виклад матеріалу неточний, присутні недоліки у висвітленні теми. Обсяг запропонованої роботи не відповідає вимогам. |
| Х2 (незадовільно) з можливістю повторного складання | Робота базується на фрагментарних знаннях з курсу. Тема дослідження не розкрита. |
| F1 (незадовільно) з обов’язковим повторним вивченням дисципліни | Робота не виконана. |

**Залік**

|  |  |
| --- | --- |
| Зараховано | Студент засвоїв основні теми курсу, успішно виконав всі практичні та індивідуальні завдання. Вміє застосовувати здобуті теоретичні знання для планування програми відновлення в кожному окремому випадку. Може допускати неточності в формулюванні відповідей, окремі помилки при виконанні практичних робіт. |
| Незараховано | Студент має фрагментарні знання з усього курсу. Не володіє термінологією, оскільки понятійний апарат не сформований. Не вміє викласти програмний матеріал. Практичні навички на рівні розпізнавання. |

**Диференційований залік**

|  |  |
| --- | --- |
| А5 (відмінно) | Студент має глибокі міцні і системні знання з матеріалу змістового модулю, вільно володіє понятійним апаратом. Вміє застосовувати здобуті теоретичні знання для складання програми відновлення при певній патології з урахуванням особливостей виду спорту. |
| В 4 (добре) | Студент має міцні ґрунтовні знання, вміє застосовувати їх на практиці, але може допустити неточності, окремі помилки в формулюванні відповідей. |
| С 4 (добре) | Студент знає програмний матеріал повністю, має практичні навички з використання методів спортивної реабілітації, але недостатньо вміє самостійно мислити. |
| D 3 (задовільно) | Студент знає основні теми змістового модулю, має уявлення про спортивні травми, методи оцінювання, методики терапії, але його знання мають загальний характер. |
| E 3 (задовільно) | Студент має прогалини в теоретичних знаннях та практичних вміннях. Замість чіткого термінологічного визначення пояснює матеріал на побутовому рівні. |
| Х2 (незадовільно) з можливістю повторного складання | Студент має фрагментарні знання з матеріалу змістового модулю. Не володіє термінологією, оскільки понятійний апарат не сформований. Не вміє викласти програмний матеріал. Практичні навички на рівні розпізнавання. |
| F1 (незадовільно) з обов’язковим повторним вивченням дисципліни | Студент повністю не знає програмного матеріалу, не працював в аудиторії з викладачем або самостійно. |

**Рекомендована література**

**Базова (основна) література:**

1. Абрамов С.А. Волейбол у фізичному вихованні студентів / С.А.Абрамов, М.І. Кузьмінова // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт, 2011. – Т. І. – № 91. – С. 12-14.
2. Бенедь В.П. Цілеспрямовані дії фізичних вправ на розумову працездатність людини: Навчальний посібник / В.П. Бенедь. - Луцьк: Надстир’я, 1996. – 104 с.
3. Дьячков В.М. Физическая подготовка спортсмена / В.М.Дьячков. – М.: Физкультура и спорт, 1961. – 36 с.
4. Бальсевич В.К. Физическая культура: молодежь и современность / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Теория и практика физическойкультуры, 1995. – №4. – С. 2-7.
5. Галіздра А.А. Ефективність занять волейболом у режимівільного часу студентів // ТМФВ, 2009. – №3. – C. 45-47.
6. Гевко О.І. Формування здорового способу життя та зміцнення здоровья у майбутніх педагогів // Проблеми фізичного здоров'я фахівця ХХІ століття : матеріали V Всеукраїнської науково-практичної конференції. – К. – 2010. – С. 92-102.
7. Зубалій М.Д. Концепція розвитку фізичного виховання у сферіосвіти в Україні / М.Д. Зубалій, Б.Ф.Ведмеденко, В.І.Мудрік, О.З. Леонов та ін. // Основи здоров’я та фізична культура, 2006. – №10. – С. 2-3.
8. Коваленко Ю.О. Вивчення динаміки рівня фізичноїпідготовленості студентів // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2010. – №12. – С. 56-58.
9. Анализ соревновательной деятельности женских команд высокой квалификации в гандболе / под ред. В.Я. Игнатьева, А.Я. Овчинникова, Ю.Н. Котова, Р.Р. Минабутдинова, С.В. Иванова. – М. : Физкультура и спорт, 2008. – 212 с.
10. Бахрах І.І. Організаційні, методичні та правові основи фізичної реабілітації: Навчальний посібник. - Смоленськ: СГИФК,2003.- 151 с.
11. Башкиров В.Ф. Возникновение и лечение травм у спортсменов / В.Ф. Башкиров. – М.: ФиС, 1981. – 224 с.
12. Березкіна К. В. Лікувальна фізична культура при захворюваннях в ортопедії і травматології. – М.: Медицина, 1986. – 220 с.
13. Біла Н.А. Лікувальна фізкультура та масаж: Навчально-методичний посібник для медичних працівників. - М.: Радянський спорт, 2004.
14. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок. – М.: Просвещение, 1991. – 64 с.
15. Валєєв Н.М. Практикум з ЛФК: мет. разраб. / Автореф.: Н.М.Валеев, Н.Е.Кудрявцев, А.Г. Шактрев. - М., 2003.-44 с.
16. Волейбол, гандбол, баскетбол: Організація та проведення змагань за спрощеними правилами: Учеб. посібник / В.Ф. Мішенькін, І.А. Рогов, О.С. Шалаєв, Д.В. Карбань. – Омськ: Изд-во СібГУФК, 2004. – 115 с.
17. Готовцев П.И. Спортсменам о восстановлении / Готовцев П.И., Дубровский В.И. – М.: ФиС, 1981. – 143 с.
18. Дубилей П.В. Восстановление функциональных расстройств опорно-двигательного аппарата у спортсменов / П.В. Дубилей, З.В.Уразаева. – Казань: Из-во Казанского университета, 1989. – 125 с.
19. Дубовис М. С. Твій фізичний гарт. – К. : Здоров’я, 1983. – 80 с.
20. Дубровский В.И. Реабилитация в спорте / В.И. Дубровский. - М.: ФиС, 1991. – 207 с.
21. Єпіфанов В.А. ЛФК: Навчальний посібник для вузів. - М.: ГЕОТАР-мед, 2009.
22. Єпіфанов В.А., Єпіфанов А. В. Реабілітація в травматології. - М.: ГЕОТАР-мед, 2010.
23. Зотов В.П. Восстановление работоспособности в спорте / Зотов В.П. – К.: Здоровья, 1990. – 200 с.
24. Ігнатьєва В.А. Тренувальні завдання зі спеціальної підготовки гандболістів: Метод. розробок. для студ., слухачів ВШТ і фак. повишення кваліфікації ГЦОЛІФКа // В.А. Ігнатьєва, Н.М. Ганченко, І.Г. Шестаков. – М. : Б.в. ч.1: Вправи з фізичної та технічної підготовки. – 1992. – 62 с.
25. Ігнатьєва В.Я. Гандбол / В.Я. Ігнатьєва. – К. : Фізкультура і спорт, 2001. – 190 с. : Іл. - (Азбука спорту).
26. Ігнатьєва В.Я. Багаторічна підготовка гандболістів у дитячо-юнацьких спортивних школах: Методичний посібник / В.Я. Ігнатьєва, І.В. Петрачева. – К.: Радянський спорт, 2004. – 216 с.
27. Каптелін А. Ф. Гідрокінезотерапія в ортопедії і травматології. – М. : Медицина, 1985. – 223 с.
28. Фізична реабілітація дітей з порушенням функцій опорно-рухового апарату / Под ред. Н.А. Гросс. - М.: Радянський спорт, 2000. - 224 с.
29. Фізична реабілітація: Підручник для академій та інститутів фізичної культури / Під загальною ред. проф. С. Н. Попова. – Ростов н / Д: вид-во «Фенікс», 1999. – 608 с.
30. Шестаков М.П. Гандбол: Такт. підготовка / М.П. Шестаков, І.Г. Шестаков. – М. : Спорт.Академ. Пресс, 2001. – 129 с. – (Методика спорт. Тренування).
31. Єпіфанов В.А. Оперативна травматологія і реабілітація хворих з пошкодженнями ОРА / В.А. Єпіфанов. - К.: Медицина, 2003. - 384 с.

**Допоміжна література:**

1. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки / Л.М.Матвеев. М.: Фис, 1977. – С. 55-56.
2. Минх А.А. Очерки по гигиене физических упражнений и спорта / А.А. Минх. – М.: Медицина, 1980. – 92 с.
3. Попов С.Н. Физическая реабилитация / С.Н. Попов. – Р.н.Д.: Феникс, 2005. – С. 183-195.
4. Добровольский В.К. Основные механизмы лечебного действия физических упражнений в свете физиологического учения И. П. Павлова / В. К. Добровольский // Материалы конференции по изучению механизмов лечебного действия физических упражнений. – Л.: Изд-е Воен.-мор. мед. акад. – 1956. – № 2. – С. 5–14.
5. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підруч. / В.М. Мухін. – 3-тє вид., перероб. та допов. – К. : Олімп. літ-ра, 2009. – 448 с.
6. Порада А.М. Основи фізичної реабілітації : навч. посіб. / Порада А.М., Солодовник О.В., Прокопчук Н.Є. – 2-ге вид. – К. : Медицина, 2008. – 248 с.

**Інформаційні ресурси**

1. <http://www.physrehab.org.ua/Bulletins_ua.html>

2. <http://www.physrehab.org.ua/tl_files/Files/bulletins/Buleten_06_ua_web.pdf>

3. <http://www.physrehab.org.ua/tl_files/Files/bulletins/Buleten_05_ua_web.pdf>

4. <http://www.physrehab.org.ua/tl_files/Files/bulletins/Buleten_04_ua_web.pdf>

5. <http://www.physrehab.org.ua/tl_files/Files/bulletins/Buleten_03_ua_web.pdf>

6. <http://www.physrehab.org.ua/tl_files/Files/bulletins/Buleten_02_ua_web.pdf>

7. <http://www.physrehab.org.ua/tl_files/Files/bulletins/Buleten_01_ua_web.pdf>

8. <http://www.physrehab.org.ua/external_uk.html>