

СПОРТИВНИЙ МАСАЖ

**Анотований
бібліографічний покажчик
трьома мовами**

Укладач Ірина Свістельник

УДК 615.82:016

ББК 75.0:91.9

С 73

*Серія „Інформаційне забезпечення фізичної рекреації,
реабілітації і здоров'я людини”
Започаткована 2011 року*

Спортивний масаж : анот. бібліогр. покажч. трьома мовами [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Л. : [б. в.], 2015. – 54 с. (Серія „Інформаційне забезпечення фізичної рекреації, реабілітації і здоров'я людини”, вип. 2).

До анотованого бібліографічного покажчика увійшли друковані (книги, монографії, наукові статті, автореферати дисертацій тощо) та електронні джерела бібліотеки Львівського державного університету фізичної культури. Праці науковців, що досліджують проблеми спортивного масажу розміщено за рубриками, в алфавітній послідовності прізвищ авторів, анотації подано трьома мовами (українською, російською та англійською); тексти анотацій збережено в авторських варіантах.

Бібліографічні описи складено відповідно до ДСТУ ГОСТ 7.1:2006 „Бібліографічний запис. Бібліографічний опис. Загальні вимоги та правила складання” та ДСТУ 3582–97 „Скорочення слів в українській мові у бібліографічному описі. Загальні вимоги та правила”.

Покажчик призначений для викладачів, аспірантів, магістрантів, студентів ВНЗ фізкультурного профілю, факультетів фізичного виховання ВНЗ та всіх, хто здійснює наукові дослідження в галузі медицини.

© Свістельник І., 2015

СПОРТИВНИЙ МАСАЖ

1. **Азбакиева Х. А.** Влияние баромассажа на динамику функционального состояния нервно-мышечной системы и работоспособность фигуристов / Х. А. Азбакиева, Ю. В. Высочин // Теория и практика физической культуры. – 1977. – № 4. – С. 33–36.

Аннотация. Установлено, что баромассаж обладает как восстановительным эффектом, так и эффектом срочного повышения работоспособности. Для сохранения тренировочного эффекта и ликвидации остаточного утомления от предшествующей физической нагрузки и в то же время получения эффекта срочного повышения работоспособности в предстоящей тренировке, баромассаж лучше применять перед ее началом. Повышение скорости расслабления мышц после физической нагрузки, вероятно, можно рассматривать как одну из адаптивных реакций организма, обеспечивающих поддержание работоспособности на фоне нарастающего утомления. Метод полимиографии достаточно информативен и может быть использован для оценки функционального состояния нервно-мышечной системы и его динамики под влиянием различных эндо- и экзогенных факторов.

Ключевые слова: баромассаж, динамика, функциональное состояние, работоспособность, фигуристы.

Анотація. Встановлено, що баромасаж впливає як відновний ефект, так і ефект термінового підвищення працездатності. Для збереження тренувального ефекту і ліквідації залишкової втоми від попереднього фізичного навантаження і в той же час отримання ефекту термінового підвищення працездатності в майбутньому тренуванні, баромасаж краще застосовувати перед його початком. Підвищення швидкості розслаблення м'язів після фізичного навантаження, ймовірно, можна розглядати як одну з адаптивних реакцій організму, що забезпечують підтримку працездатності на тлі наростаючої втоми. Метод поліміографії достатньо інформативний і може бути використаний для оцінки функціонального стану нервово-м'язової системи і її динаміки під впливом різних ендо- і екзогенних чинників.

Ключові слова: баромасаж, динаміка, функціональний стан, працездатність, фігуристи.

Annotation. It is set that baromassage possesses both a restoration effect and effect of urgent increase of capacity. For saving of training effect and liquidation of remaining fatigue from the preceding physical loading and at the same time of receipt of effect of urgent increase of capacity in the forthcoming training of baromassage it is better to apply before its beginning. Increase of speed of weakening of muscles after the physical loading, probably, it is possible to examine as one of adaptive reactions of organism, providing maintenance of capacity on a background an increasing fatigue. The method of polimiography informing enough and can be used for the estimation of the functional state of the nervous-muscle system and his dynamics under influencing of different endo- and exogenous factors.

Key words: *baromassage, dynamics, functional state, working ability', figure skaters.*

2. Аикина Л. И. Роль предварительного массажа в предстартовой подготовке пловца / Аикина Л. И. // Актуальные вопросы спортивного плавания : [сб. науч. тр.]. – Омск, 1985. – С. 12–17.

Аннотація. *Предложена методика массажа. Экспериментальные исследования, проводимые на спортсменах-пловцах г. Омска, пловцах сборной РСФСР дают основание утверждать, что вышеописанная методика предварительного массажа способствует высокому спортивному результату.*

Ключевые слова: *массаж, пловцы, методика.*

Анотація. *Запропоновано методику масажу. Експериментальні дослідження, проведені на спортсменах-плавцях м. Омська, плавцях збірної команди РСФСР дозволяють стверджувати, що вищеописана методика попереднього масажу сприяє високому спортивному результату.*

Ключові слова: *масаж, плавці, методика.*

Annotation. *The method of massage is offered. Experimental researches, conducted on swimmers Omsk, swimmers of collapsible RSFSR ground to assert that the above-described method of preliminary massage is instrumental in a high sporting result.*

Key words: *massage, swimmers, method.*

3. Антоненко Е. В. Тренировочный массаж на занятиях различных видов восточных единоборств / Антоненко Е. В. // Перший крок у науку : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – Луганськ, 2009. – С. 7–12.

Аннотація. *Применение массажа на занятиях по восточных единоборствам является необходимым аспектом для оптимального построения тренировочного процесса единоборцев. Соблюдение правильной дозировки массажа в различных зонах тела единоборца и использование различных приемов вносит значимый вклад в подготовку к тренировочной нагрузке, а также эффективному восстановлению.*

Ключевые слова: *тренировочный массаж, восточные единоборства, тренировочная нагрузка.*

Анотація. *Застосування масажу на заняттях зі східних единоборств є необхідним аспектом для оптимальної побудови тренувального процесу единоборців. Дотримання правильного дозування масажу в різних зонах тіла единоборців і використання різних прийомів значно впливає на підготовку до тренувального навантаження, а також ефективного відновлення.*

Ключові слова: *тренувальний масаж, східне единоборство, тренувальне навантаження.*

Annotation. *Application of massage on employments for east single combats is a necessary aspect for the optimum construction of training process of east single combats. The observance of correct dosage of massage in the different areas of*

body of east single combats and use of different receptions is brought in by a meaningful contribution to preparation to the training loading, and also effective renewal.

Key words: *training massage, east single combats, training loading.*

4. Бирюков А. А. Восстановительный массаж / Бирюков А. А. // Вопросы лечебной физической культуры и спортивного массажа : сб. материалов науч. конф. кафедры лечеб. физ. культуры и спорт. массажа. – М., 1972. – С. 39–43.

Аннотация. *Зная методику восстановительного массажа, как средства, которое может улучшить спортивный результат, следует считать его предметом первой необходимости при интенсивной спортивной работе и применять его возможно широко.*

Ключевые слова: *восстановительный массаж, результат, спортсмены.*

Анотація. *Знаючи методику відновного масажу, як засобу, який може покращити спортивний результат, слід вважати його предметом першої необхідності під час інтенсивної спортивної роботи і застосовувати його значно ширше.*

Ключові слова: *відновний масаж, результат, спортсмени.*

Annotation. *Knowing the method of restoration massage, as a mean which can improve a sporting result, it is necessary to consider him a necessary during intensive sporting work and to apply him possibly widely.*

Key words: *restoration massage, result, sportsmen.*

5. Бирюков А. А. Восстановительный массаж как средство повышения спортивной работоспособности при повторных нагрузках / Бирюков А. А. // Лечебная физическая культура и спортивный массаж в клинике и спорте : [сб. материалов науч. конф.] . – М. : ГЦОЛИФК, 1973. – С. 31–33.

Аннотация. *Показатели работоспособности спортсмена при повторной нагрузке зависят от подбора приемов массажа. Для восстановления и повышения спортивной работоспособности после нагрузки следует применять такие приемы массажа как двойное ординарное разминание и валяние – на конечностях, двойное кольцевое разминание и потряхивание – на туловище.*

Ключевые слова: *восстановительный массаж, спортивная работоспособность, нагрузки.*

Анотація. *Показники працездатності спортсмена при повторному навантаженні залежать від певних прийомів масажу. Для відновлення і підвищення спортивної працездатності після навантаження слід застосовувати такі прийоми масажу як подвійну ординарну розминку і валяння на кінцівках, подвійну кільцеву розминку і потряхування тулубом.*

Ключові слова: *відновний масаж, спортивна працездатність, навантаження.*

Annotation. *The indexes of capacity of sportsman at the repeated loading depend on the selection of adopting a massage. For renewal and increase of sporting*

capacity after loading it is necessary to apply such receptions of massage as double ordinary mashing and fuelling – on extremities, double circular mashing and joggle – on a trunk.

Key words: *restoration massage, sporting capacity, loadings.*

6. Бирюков А. А. 90 лет русскому спортивному классическому массажу / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2013. – № 4(112). – С. 35–39.

Аннотация. *В 2013 году исполняется девяносто лет русской системе классического массажа. Статья посвящается созданию нового направления в классическом массаже — спортивного. Исследования и разработка новой техники видов приемов спортивного массажа: спортивного, тренировочного, восстановительного и т.д.; частных и других методик массажа — принадлежат основоположнику русской системы массажа профессору И. М. Саркизову-Серазини.*

Ключевые слова: *школа массажа, спортивный массаж, приемы и виды спортивного массажа.*

Анотація. *2013 року виповнюється дев'яносто років російській системі класичного масажу. Стаття присвячена створенню нового напрямку в класичному масажі — спортивного.*

Ключові слова: *школа масажу, спортивний масаж, прийоми і види спортивного масажу.*

Annotation. *2013 is the year of the 90th anniversary of the Russian classical massage. The article is devoted to the appearance of a new—sportive—type of classical massage. The founder of the Russian massage system Professor I. M. Sarkisov-Serazini worked out the new technique of types and methods of sportive massage: sportive proper, training, recovering one, etc; special and other complex methods.*

Key words: *school of massage, sports massage, techniques and types of sports massage.*

7. Бирюков А. А. К вопросу о применении растирок при массаже спортсменов / Бирюков А. А. // Вопросы лечебной физической культуры и спортивного массажа : сб. материалов науч. конф. кафедры лечеб. физ. культуры и спорт. массажа . – М., 1972. – С. 37–38.

Аннотация. *Применение растирок помогает спортсмену подготовить организм к физической нагрузке, согреть суставы, мышцы, которые будут выполнять основную нагрузку, предохранять их от травм.*

Ключевые слова: *растирание, массаж, спортсмены.*

Анотація. *Застосування розтирань допомагає спортсменові підготувати організм до фізичного навантаження, зігріти суглоби, м'язи, які виконуватимуть основне навантаження, оберігатимуть їх від травм.*

Ключові слова: *розтирання, масаж, спортсмени.*

Annotation. Application of grindings helps a sportsman to prepare an organism to the physical loading, to warm joints, muscles, which will execute the basic loading, protect them from traumas.

Key words: grinding, massage, sportsmen.

8. Бирюков А. Массаж в системе восстановления / Бирюков А. // Легкая атлетика. – 1981. – № 6. – С. 28–29.

Аннотація. В статті изложены основы, классификация и системы массажа, техника массажных приемов, влияние массажа на организм, формы и виды спортивного массажа.

Ключевые слова: массаж, система, восстановление.

Анотація. У статті викладені основи, класифікація і системи масажу, техніка масажних прийомів, вплив масажу на організм, форми і види спортивного масажу.

Ключові слова: масаж, система, відновлення.

Annotation. Bases, classification and systems of massage, technique of receptions of massages, influence of massage on an organism, forms and types of sporting massage, are expounded in the article.

Key words: massage, system, renewal.

9. Бирюков А. А. Методика массажа в реабилитации спортсменов : метод. разраб. для студентов, слушателей ВШТ и ф-та усовершенствования ин-тов физ. культуры и преподавателей по массажу / А. А. Бирюков. – М. : ГЦОЛИФК, 1983. – 41 с.

Аннотація. В методической разработке представлена разработанная эффективная техника и методика отдельных приемов массажа, способствующая распространению и внедрению массажа в медицинскую практику и спортивную реабилитацию. Массаж постоянно углубляется и совершенствуется как в отдельных его видах, так и в классификации спортивного массажа, цель которого воплощена в формуле „борьба с травматизмом, заболеваемостью и быстрым восстановлением после них, а также входжение в спортивную форму и повышение работоспособности в более короткие сроки”.

Ключевые слова: методика массажа, реабилитация спортсменов, восстановление.

Анотація. У методичній розробці представлена ефективна техніка і методика окремих прийомів масажу, яка сприяє розповсюдженню і впровадженню масажу в медичну практику і спортивну реабілітацію. Масааж постійно удосконалюється як в окремих його видах, так і в класифікації спортивного масажу, мета якого втілена у формулі „боротьба з травматизмом, захворюваністю і швидким відновленням після них, а також входження в спортивну форму і підвищення працездатності в короткі терміни”.

Ключові слова: методика масажу, реабілітація спортсменів, відновлення.

Annotation. *The developed effective technique and method of separate receptions of massage, cooperant distribution and introduction of massage in medical practice and sporting rehabilitation is presented in methodical development. A massage constantly deepens and perfected both in his separate kinds and in classification of sporting massage the purpose of which is incarnate in a formula „fight with a traumatism, morbidity and rapid renewal after them, and also included in a sporting form and advancing a capacity in more short spaces”.*

Key words: *method of massage, rehabilitation of sportsmen, renewal.*

10. Бирюков А. А. Методика применения предварительного массажа в спорте : метод. разраб. для студ., преподавателей и массажистов / А. А. Бирюков. – М. : ГЦОЛИФК, 1981. – 28 с.

Аннотація. *В разработке описана методика проведения предварительного массажа, который назначается непосредственно перед соревнованием или тренировкой.*

Ключевые слова: *методика, массаж, виды спорта.*

Анотація. *Описана методика проведения попереднього масажу, що призначають безпосередньо перед змаганням або тренуванням.*

Ключові слова: *методика, масаж, види спорту.*

Annotation. *The method of conducting of preliminary massage is described in development, which is appointed right before a competition or training.*

Key words: *method, massage, types of sport.*

11. Бирюков А. А. Методика тренировочного массажа при современных спортивных нагрузках / А. А. Бирюков // Теория и практика физической культуры. – 1971. – № 6. – С. 71–73.

Аннотація. *В статье описана методика тренировочного массажа при современных спортивных нагрузках. Показано, что при установлении продолжительности общего тренировочного массажа необходимо учитывать вид спорта, величину поверхности массируемого тела, его вес, массивность и крепость мышц.*

Ключевые слова: *тренировочный массаж, методика, спортивные нагрузки.*

Анотація. *У статті описана методика тренувального масажу при сучасних спортивних навантаженнях. Показано, що при встановленні тривалості загального тренувального масажу необхідно враховувати вид спорту, обсяг поверхні масажованого тіла, його вагу, масивність і міцність м'язів.*

Ключові слова: *тренувальний масаж, методика, спортивні навантаження.*

Annotation. *In the article the method of training massage is described at modern sporting loads. It is shown that at establishment of duration of general training massage it is necessary to take into account the type of sport, size of surface of the massaged body, his weight, massiveness and fortress of muscles.*

Key words: *training massage, method, sporting loadings.*

12. Бирюков А. А. Особенности методики спортивного массажа в отдельных видах спорта [бокс, борьба] / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2011. – № 7 (91). – С. 9–13.

Аннотация. Представленные материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков, работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали – результат багатолітнього досвіду роботи автора, найбільш відомого фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted is the result of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

13. Бирюков А. А. Особенности методики спортивного массажа в отдельных видах спорта : учеб. пособие для тренеров, массажистов и студ. ин-тов физ. культуры / А. А. Бирюков. – М. : ГЦОЛИФК, 1981. – 86 с.

Аннотация. Спортивный массаж получил широкое распространение и стал неотъемлемой частью спортивной тренировки. Его цель – бороться с утомлением и повышать работоспособность спортсменов, указывая путь, по которому должно идти развитие и совершенствование всех его видов, форм и методов. Данное пособие способствует широкому распространению и внедрению видов и методик массажа в подготовке спортсменов разных специализаций и квалификаций.

Ключевые слова: спортивный массаж, особенности методики, отдельные виды спорта.

Анотація. Спортивний масаж набув поширення і став невід'ємною складовою спортивного тренування. Його мета – боротися із втомою і підвищувати працездатність спортсменів, указуючи шлях, яким мають розвиватися і вдосконалюватися усі його види, форми і методи. Посібник сприятиме широкому розповсюдженню і впровадженню видів і методик масажу у підготовці спортсменів різних спеціалізацій і кваліфікацій.

Ключові слова: спортивний масаж, особливості методики, окремі види спорту.

Annotation. A sporting massage got wide distribution and became inalienable part of the sporting training. His purpose – to contest with a fatigue and promote the

capacity of sportsmen, specifying a way, which development and perfection of all his kinds, forms and methods must go on. This manual is instrumental in wide distribution and introduction of kinds and methods of massage in preparation of sportsmen of different specializations and qualifications.

Key words: *sporting massage, features of method, separate types of sport.*

14. Бирюков А. А. Практикум по спортивному массажу : пособие для ин-тов физ. культуры / А. А. Бирюков, А. Н. Буровых. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 112 с., ил.

Аннотация. *Практикум по спортивному массажу написан преподавателями кафедр лечебной физкультуры и массажа ГЦОЛИФК и Омского института физкультуры. Практикум соответствует утвержденной учебной программе по спортивному массажу. Предназначен для студентов институтов физической культуры, факультетов физического воспитания педагогических институтов, а также для тренеров и массажистов.*

Ключевые слова: *спортивный массаж, учебная программа.*

Анотація. *Практикум по спортивному масажу написаний викладачами кафедр лікувальної фізкультури і масажу ДЦОЛІФК і Омського інституту фізкультури. Практикум відповідає навчальній програмі зі спортивного масажу. Призначений для студентів інститутів фізичної культури, факультетів фізичного виховання педагогічних інститутів, а також для тренерів і масажистів.*

Ключові слова: *спортивний масаж, навчальна програма.*

Annotation. *Practical work on a sporting massage is written with the teachers of departments of medical physical education and massage of GCOLIFK and Omsk go institute of physical education. Practical work corresponds the ratified on-line tutorial on a sporting massage. Intended for the students of institutes of physical culture, faculties of physical education of pedagogical colleges, and also for trainers and masseurs.*

Key words: *sporting massage, on-line tutorial.*

15. Бирюков А. А. Систематизация теории и практики приемов и видов (техник) русского классического массажа / А. А. Бирюков, Н. А. Власова // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2013. – № 8 (116). – С. 27–33.

Аннотация. *В связи с тем, что в современной литературе по классическому массажу имеются существенные разночтения в понятийном аппарате, на основании изученной литературы XX-XXI веков и многолетнего практического и научно-методического опыта по изучению методологии массажа мы попытались разобраться в терминологии видов (техник) приемов русского классического массажа. Упорядочение с научной точки зрения терминологии поможет не только говорить на научно-массажном языке, но и правильно и доходчиво составлять различные методики сеансов*

массажа как в лечебной, так и в спортивной практике. Четкое понимание терминологии, используемой в массаже, поможет качеству обучения студентов, курсантов и всем интересующимся массажем и самомассажем.

Ключевые слова: массаж, прием массажа, вид приема, техника приема, кожа, мышцы, суставы, методика сеанса массажа.

Анотація. У зв'язку з тим, що в сучасній літературі з класичного масажу є істотні розбіжності щодо понятійного апарату, на підставі вивченої літератури ХХ-ХХІ століть і багатолітнього практичного і науково-методичного досвіду з вивчення методології масажу ми спробували розібратися в термінології видів (технік) прийомів російського класичного масажу.

Ключові слова: масаж, прийом масажу, вигляд прийому, техніка прийому, шкіра, м'язи, суглоби, методика сеансу масажу.

Annotation. The modern literature on classical massage represents a great variety in the interpretation of massage terms. We attempted to analyze the terminology concerning the types (techniques) of modes of Russian classical massage based on studied literature belonging to XX and XXI centuries and rich practical and scientific experience of massage methodology studies. Scientific systematization of terminology provides proper metalanguage as well as clear descriptions of different massage session techniques in therapeutic and sports lines. Correct understanding of terminology used in massage will provide the high quality of teaching of students and those who interested in massage and self-massage.

Key words: massage, a massage mode, type of a mode, mode technique, skin, muscles, joints, massage session technique.

16. Бирюков А. А. Спортивный массаж [прыжки на батуте] / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2012. – № 1(97). – С. 9–11.

Анотація. Представленні матеріали — результат багатолітнього досвіду роботи автора, найбільш відомого фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, які бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали — результат багатолітнього досвіду роботи автора, найбільш відомого фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, які бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted is the result of the author's many years' working experience, who is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: *sport massage, privately-held methods.*

17. Бирюков А. А. Спортивный массаж [прыжки на батуте] / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2012. – № 2(98). – С. 9–11.

Аннотація. Представлені матеріали — результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключевые слова: *спортивный массаж, частные методики.*

Анотація. Представлені матеріали — результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: *спортивний масаж, приватні методики.*

Annotation. *The materials submitted is the result of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.*

Key words: *sport massage, privately-held methods.*

18. Бирюков А. А. Спортивный массаж [стрельба из лука] / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2012. – № 3(99). – С. 7–8.

Аннотація. Представлені матеріали — результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключевые слова: *спортивный массаж, частные методики.*

Анотація. Представлені матеріали — результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: *спортивний масаж, приватні методики.*

Annotation. *The materials submitted are the results of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.*

Key words: *sport massage, privately-held methods.*

19. Бирюков А. А. Спортивный массаж [теннис, тяжелая атлетика] / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2012. – № 4(100). – С. 21–24.

Аннотация. Представленные материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков, работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали – результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted are the results of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

20. Бирюков А. А. Спортивный массаж [фехтование] / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2012. – № 6(102). – С. 7–9.

Аннотация. Представленные материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков, работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали – результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted are the results of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

21. Бирюков А. А. Спортивный массаж [фигурное катание на коньках] / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2012. – № 7(103). – С. 10–12.

Аннотация. Представленные материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков, работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали – результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted are the results of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

22. Бирюков А. А. Спортивный массаж [футбол] / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2012. – № 8(104). – С. 8–10.

Аннотация. Представленные материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков, работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали – результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted are the results of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

23. Бирюков А. А. Спортивный массаж [отдельные виды спорта] / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2012. – № 9(105). – С. 7–10.

Аннотация. Представленные материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков, работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали – результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted are the results of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

24. Бирюков А. А. Спортивный массаж / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2012. – № 10(106). – С. 10–15.

Аннотация. Представленные материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков, работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали – результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted are the results of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

25. Бирюков А. А. Спортивный массаж / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2012. – № 11(107). – С. 11–15.

Аннотация. Представленные материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков, работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали — результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted are the results of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

26. Бирюков А. А. Спортивный массаж [спортивные танцы] / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2012. – № 12 (108). – С. 10–14.

Аннотация. Представленные материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков, работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали — результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted are the results of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

27. Бирюков А. А. Спортивный массаж / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2011. – № 3. – С. 11–16.

Аннотация. Представленные материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков, работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали – результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажують опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted are the results of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

28. Бирюков А. А. Спортивный массаж / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2011. – № 4. – С. 9–13.

Аннотация. Представленные материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков, работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали – результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажують опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted are the results of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

29. Бирюков А. А. Спортивный массаж / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2011. – № 5. – С. 9–13.

Аннотация. Представленные материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков, работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали — результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted are the results of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

30. Бирюков А. А. Спортивный массаж / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. — 2011. — № 8. — С. 10–16.

Аннотация. Представленные материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков, работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали — результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted is the result of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

31. Бирюков А. А. Спортивный массаж / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. — 2011. — № 9. — С. 7–11.

Аннотация. Представленные материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они

являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков, работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали – результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted are the results of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

32. Бирюков А. А. Спортивный массаж [легкая атлетика] / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2011. – № 10. – С. 8–12.

Аннотация. Представленные материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков, работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали – результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted are the results of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

33. Бирюков А. А. Спортивный массаж [лыжный спорт, водные виды спорта] / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2011. – № 11. – С. 7–11.

Аннотация. Представленные материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков,

работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали – результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted are the results of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

34. Бирюков А. А. Спортивный массаж [прыжки в воду] / А. А. Бирюков // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2011. – № 12. – С. 7–10.

Аннотація. Представленые материалы — результат многолетнего опыта работы автора, крупнейшего специалиста в области массажа. Они являются учебным руководством для будущих массажистов-практиков, работников смежных специальностей (спортсменов, тренеров, врачей), а также для лиц, желающих овладеть искусством массажа и самомассажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, частные методики.

Анотація. Представлені матеріали – результат багатолітнього досвіду роботи автора, провідного фахівця в галузі масажу. Вони є навчальним посібником для майбутніх масажистів-практиків, працівників суміжних спеціальностей (спортсменів, тренерів, лікарів), а також для осіб, що бажають опанувати мистецтво масажу і самомасажу.

Ключові слова: спортивний масаж, приватні методики.

Annotation. The materials submitted are the results of the author's many years' working experience, which is the foremost authority in the field of massage. They are training manual for massage-to be practitioners, related workers such as athletes, coaches and physicians as well as for everybody who wishes to master the massage and self-massage skills.

Key words: sport massage, privately-held methods.

35. Бирюков А. Спортивный массаж : пособие для тренеров, спорт. врачей и массажистов / А. Бирюков. – М. : Физкультура и спорт, 1972. – 128 с., ил.

Аннотація. Книга знакомит читателя с современным состоянием методики спортивного массажа. В ней излагаются анатомо-физиологические основы массажа, техника и методика выполнения массажных приемов. Автор впервые раскрывает методику тренировочного и предварительного массажа, особенности массажа в различных видах

спорта и в тренировке женщин. Данное методическое пособие предназначено для спортивных врачей, тренеров, массажистов.

Ключевые слова: массаж, методика массажа, техника.

Анотація. Книга знайомить читача з сучасним станом методики спортивного масажу. У ній викладені анатомо-фізіологічні основи масажу, техніка і методика виконання масажних прийомів. Автор вперше розкриває методіку тренувального і попереднього масажу, особливості масажу в різних видах спорту і в тренуванні жінок. Даний методичний посібник призначений для спортивних лікарів, тренерів, масажистів.

Ключові слова: масаж, методика масажу, техніка.

Annotation. A book acquaints a reader with the modern state of method of sporting massage. Anatomico-physiologic bases of massage, technique and method of implementation of massage receptions, are expounded in it. An author exposes the method of training and preliminary massage first, features of massage in the different types of sport and in training of women. This methodical manual is intended for sporting doctors, trainers, masseurs.

Key words: massage, method of massage, technique.

36. Бирюков А. Спортивный массаж : учеб. для ин-тов физ. культуры / А. А. Бирюков, В. Е. Васильева. – Изд. 2-е, доп. и перераб. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 200 с. , ил.

Аннотация. Учебник предназначен для студентов институтов физической культуры. Он написан в соответствии с новой программой по спортивному массажу и отражает современные научные данные в этой области.

Ключевые слова: спортивный массаж, методика, техника.

Анотація. Підручник призначений для студентів інститутів фізичної культури. Він написаний відповідно до нової програми зі спортивного масажу і відображає сучасні наукові дані в цій галузі.

Ключові слова: спортивний масаж, методика, техніка.

Annotation. A textbook is intended for the students of institutes of physical culture. He is written in accordance with the new program on a sporting massage and reflects modern scientific information in this area.

Key words: sporting massage, method, technique.

37. Бирюков А. А. Теоретические основы спортивного массажа : метод. разраб. для студ. ин-тов физ. культуры / А. А. Бирюков. – М. : ГЦОЛИФК, 1983. – 36 с.

Аннотация. Представлены теоретические основы спортивного массажа.

Ключевые слова: массаж, спорт, теория массажа.

Анотація. Представлені теоретичні основи спортивного масажу.

Ключові слова: масаж, спорт, теорія масажу.

Annotation. Theoretical bases of sporting massage are presented.

Key words: massage, sport, theory of massage.

38. Богачев В. Д. Опыт применения массажера-стимулятора термотерапевтического NM-5000 с принадлежностями у студентов с целью восстановления всех функций организма после больших физических нагрузок / Богачев В. Д., Головкин Н. Г., Самойлов Ю. П. // Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях: сб. ст. IV Междунар. науч. конф. – Харьков ; Белгород ; Красноярск, 2008. – С. 20–22.

Аннотація. Научно обосновано применение кровати-массажера „Нуга Бест” и изучена эффективность ее использования при больших нагрузках.

Ключевые слова: массажер, студенты, восстановление.

Анотація. Науково обґрунтовано застосування ліжка-массажера „Нуга Бест” і вивчена ефективність його використання при великих навантаженнях.

Ключові слова: масажер, студенти, відновлення.

Annotation. Application of bed-massage is scientifically grounded „Nougat Best” and efficiency of its using is studied for the large loadings.

Key words: massage, students, renewal.

39. Бубнов И. Ю. Массаж как средство восстановления в процессе подготовки бегунов-марафонцев / И. Ю. Бубнов // Здоровье для всех : материалы IV Междунар. науч.-практ. конф. – Пинск, 2012. – Ч. 2. – С. 143–144.

Аннотація. Оценена эффективность применения массажа как средства восстановления кардио-респираторной системы марафонцев.

Ключевые слова: массаж, восстановление, бегуны.

Анотація. Оцінена ефективність застосування масажу як засобу відновлення кардіореспіраторної системи марафонців.

Ключові слова: масаж, відновлення, бігуни.

Annotation. Efficiency of application of massage as facilities of renewal of the cardio-respirator system of marathon racers is appraised.

Key words: massage, renewal, runners.

40. Буровых А. Н. Исследование изменений тонуса мышц при различных вариантах массажа / А. Н. Буровых [и др.] // Материалы науч. конф. по итогам работы 1970 г. – Омск : ОГИФК, 1972. – С. 150–151.

Аннотація. Результаты измерения тонуса мышц показали, что массаж больших мышечных групп может служить как бы фоном, на котором последующий массаж мелких мышц будет более эффективным. Это положение на наш взгляд может иметь большое значение в практике спортивного и лечебного массажа.

Ключевые слова: тонус мышц, массаж, варианты массажа.

Анотація. Результати вимірювання тонусу м'язів показали, що масаж великих м'язових груп може служити як би фоном, на якому подальший

масаж дрібних м'язів буде ефективнішим. Цей висновок на наш погляд може мати велике значення у практиці спортивного і лікувального масажу.

Ключові слова: тонус м'язів, масаж, варіанти масажу.

Annotation. *The results of measuring of tone of muscles showed that the massage of large muscle groups can serve as though by a background on which a subsequent massage of shallow muscles will be more effective. This position in our view can matter very much in practice of sporting and medical massage.*

Key words: *tone of muscles, massage, variants of massage.*

41. Буровых А. Н. Восстановительный массаж в системе спортивной тренировки (на примере велосипедного спорта) : учеб-метод. пособие для спортсменов, тренеров, спорт. врачей и массажистов / А. Н. Буровых. – Омск, 1977. – 84 с.

Аннотация. *Настоящее пособие ставит перед собой цель дать обоснование и некоторые практические рекомендации для спортивных врачей, тренеров, массажистов и спортсменов, занимающихся велоспортом, по использованию массажа и его сочетания с другими средствами восстановления в системе спортивной тренировки. Автор обобщает результаты многолетней работы в качестве массажиста, а также проводимых им наблюдений и экспериментальных исследований. Приводит основные положения физиологии массажа, техники и методики его проведения у велосипедистов. В пособии приводятся конкретные практические рекомендации по проведению отдельных сеансов массажа. Особое внимание уделяется методике восстановительного массажа и массажа при спортивных травмах. Описан ряд частных видов массажа как ручного, так и с помощью аппаратуры.*

Ключевые слова: *массаж, восстановление, спортивная тренировка, велосипедный спорт.*

Анотация. *Автор узагальнює результати багатолітньої праці масажистом, а також спостереження та експериментальні дослідження. Узагальнює основні положення фізіології масажу, техніку і методику його проведення у велосипедистів. У посібнику приводяться конкретні практичні рекомендації з проведення окремих сеансів масажу. Особлива увага приділяється методиці відновного масажу і масажу при спортивних травмах.*

Ключові слова: *масаж, відновлення, спортивне тренування, велосипедний спорт.*

Annotation. *An author summarizes long-term job performances as a masseur, and also supervisions and experimental researches conducted by him. Brings substantive provisions over of physiology of massage, techniques and methods of his lead through for bicyclists. In a manual concrete practical recommendations over are brought on the lead through of separate sessions of massage. The special attention is spared the method of restoration massage and massage at sporting traumas.*

Key words: *massage, renewal, sporting training, bicycle sport.*

42. Буровых А. Н. Восстановительный массаж в спорте / А. Н. Буровых, В. П. Зотов. – К. : Здоров'я, 1981. – 104 с.

Аннотация. Авторы на основании имеющихся данных литературы, собственных наблюдений и экспериментальных исследований, а также многолетней работы в качестве массажистов сделали попытку обобщить имеющиеся сведения и разработать конкретные практические рекомендации по методике использования восстановительного массажа в банях различных типов в системе тренировочных занятий спортсменов различной специализации.

Ключевые слова: массаж, спорт, восстановление.

Анотація. Автори на підставі даних літератури, власних спостережень і експериментальних досліджень, а також багатолітньої праці масажистами узагальнили наявні відомості і розробили конкретні практичні рекомендації з методики використання відновного масажу в лазнях різних типів в системі тренувальних занять спортсменів різної спеціалізації.

Ключові слова: масаж, спорт, відновлення.

Annotation. Authors on the basis of present information of literature, own supervisions and experimental researches, and also long-term work as masseurs gave it a shot to generalize present information and develop concrete practical recommendations on the method of the use of restoration massage in the bath-houses of different types in the system of trainings employments of sportsmen of different specialization.

Key words: massage, sport, renewal.

43. Буровых А. Н. Массаж в современной тренировке : учеб. пособие / А. Н. Буровых. – Омск : ОГИФК, 1985. – 110 с.

Аннотация. В учебном пособии излагаются вопросы использования массажа в комплексном восстановлении спортивной работоспособности и лечения спортивных травм. Пособие рассчитано на студентов, спортсменов, спортивных врачей, массажистов, тренеров.

Ключевые слова: массаж, тренировка, восстановление.

Анотація. У навчальному посібнику викладаються питання використання масажу в комплексному відновленні спортивної працездатності і лікування спортивних травм. Посібник розрахований на студентів, спортсменів, спортивних лікарів, масажистів, тренерів.

Ключові слова: масаж, тренування, відновлення.

Annotation. In a train aid the questions of the use of massage are expounded in complex renewal of sporting capacity and treatment of sporting traumas. A manual is counted on students, sportsmen, sporting doctors, masseurs, trainers.

Key words: massage, training, renewal.

44. Варвинская Н. Особенности применения вибрационного массажа после физических нагрузок в тяжелой атлетике / Наталия Варвинская,

Виктор Варвинский, Андрей Кузнецов // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. держ. ун-ту імені Лесі Українки– Луцьк, 2005. – Ч. 2. – С. 24–27.

Анотація. Ефективним методом реабілітації у важкій атлетиці є спортивний масаж. У статті доведено, що застосування апаратного вібраційного масажу сприяє відновленню функціонального стану організму спортсменів і підвищенню їх спортивних результатів.

Ключові слова: масаж, фізичні навантаження, важка атлетика.

Аннотация. Эффективным методом реабилитации в тяжелой атлетике является спортивный массаж. В работе доказано, что применение аппаратного вибрационного массажа способствует возобновлению функционального состояния организма спортсменов и повышению их спортивных результатов.

Ключевые слова: массаж, физические нагрузки, тяжелая атлетика.

Annotation. Sport massage is an effective method of rehabilitation in weight-lifting athletics. This work deals with an application of vibration massage which provides the body state of rehabilitation in sportsmen and also it increases their sports results.

Key words: massage, physical loadings, heavy athletics.

45. Васичкин В. И. Влияние различных видов восстановительного массажа на функциональное состояние нервно-мышечной системы (по данным полимиографии) / В. И. Васичкин, А. М. Тюрин, Ю. В. Высочин // Совершенствование научных основ физического воспитания и спорта : сб. науч. тр. / под ред. В. Г. Стрельцова. – Л., 1977. – С. 83–84.

Аннотация. Результаты эксперимента показали, что после физической нагрузки целесообразнее для восстановления функционального состояния нервно-мышечной системы спортсмена использовать комбинированный или сегментарный массаж. Данные исследования планируется апробировать в естественных условиях работы массажиста со спортсменами.

Ключевые слова: восстановительный массаж, функциональное состояние, спортсмены.

Анотація. Результати експерименту показали, що після фізичного навантаження для відновлення функціонального стану нервово-м'язової системи спортсмена доцільно використовувати комбінований або сегментарний масаж. Дані дослідження планується апробувати в умовах роботи масажиста зі спортсменами.

Ключові слова: відновний масаж, функціональний стан, спортсмени.

Annotation. The results of experiment showed that after the physical loading more expedient for renewal of the functional state of the nervous-muscle system of sportsman of to use the combined or segmentarn massage. It is planned to approve these researches in the natural terms of work of masseur with sportsmen.

Key words: restoration massage, functional state, sportsmen.

46. Васичкин В. И. К обоснованию методики восстановительного массажа / В. И. Васичкин [и др.] // Управление процессом подготовки спортсменов высших разрядов : материалы Всерос. науч. конф. – Л., 1976. – С. 268–277.

Аннотация. Показано, что при проведении кратковременного восстановительного массажа более целесообразно комбинировать приемы „валяния” с „поглаживанием”, а также „потряхиванием” и „встряхиванием”.

Ключевые слова: восстановительный массаж, методика, приемы.

Анотація. Показано, що при проведенні короткочасного відновного масажу доцільніше комбінувати прийоми „валяння” з „погладжуванням”, а також „трушення” і „струшування”.

Ключові слова: відновний масаж, методика, прийоми.

Annotation. It is shown that during conducting of brief restoration massage it is more expedient to combine receptions „felling” with „o pet”, and also by a joggle and shaking.

Key words: restoration massage, method, receptions.

47. Власова Н. А. Влияние предварительного разминочного массажа на силовые качества и локальную выносливость мышц нижних конечностей / Н. А. Власова, П. Н. Левашов, А. А. Бахарева // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2013. – № 6(114). – С. 36–41.

Аннотация. В представленной статье приводятся результаты эксперимента, позволяющие обосновать выбор рациональной методики разминочного массажа, воздействующего на опорно-двигательный аппарат с целью повышения его функциональных возможностей.

Ключевые слова: разминочный массаж, максимальная сила, статический режим, локальная силовая выносливость, работоспособность, циклические виды спорта и единоборства.

Анотація. У статті наводяться результати експерименту, що дозволяють обґрунтувати вибір раціональної методики масажу розминки, яка впливає на опорно-руховий апарат з метою підвищення його функціональних можливостей.

Ключові слова: масаж, максимальна сила, статичний режим, локальна силова витривалість, працездатність, циклічні види спорту і единоборства.

Annotation. The present article covers the results of the experiment arguing the choice of the proper technique of warm-up massage aimed at improving the functions of the motive and supporting apparatus.

Key words: warm-up massage, maximal strength, static regimen, local endurance, work capacity, cyclic and combat sports.

48. Дубровский В. И. Изменение мышечного и венозного кровотока под влиянием массажа / Дубровский В. И. // Теория и практика физической культуры. – 1982. – № 4. – С. 56–58.

Аннотация. Выявлено влияние массажа на интенсивность мышечного и венозного кровотока, взаимосвязь микроциркуляции, мышечного тонуса и гипоксии. Это важно знать при использовании массажа в комплексе восстановительных мероприятий.

Ключевые слова: мышечный, венозный кровоток, массаж.

Анотація. З'ясовано вплив масажу на інтенсивність м'язового і венозного кровотоку, взаємозв'язок мікроциркуляції, м'язового тонусу і гіпоксії. Це важливо знати при використанні масажу в комплексі відновних заходів.

Ключові слова: м'язовий, венозний кровотік, масаж.

Annotation. Influence of massage is found out on intensity of muscular and venous blood stream, intercommunication of to small circulation, muscular tone and gipoksy. To know this is important at the use of massage in the complex of measures of restorations.

Key words: muscular, venous blood stream, massage.

49. Дубровский В. Криомассаж / Владимир Дубровский // Спортивная жизнь России. – 1989. – № 11. – С. 29.

Аннотация. Показано, что массаж льдом проводят несколько раз в день, после чего выполняют специальные упражнения или упражнения на простых тренажерах, в последующие дни – щадящие тренировки. Продолжительность занятий 15–30 минут. Для предотвращения травм в футболе, баскетболе, ручном мяче и других видах спорта массаж льдом участков, наиболее им подверженных – сухожилия, места перехода сухожилия в мышцу и т. п., проводится в перерывах между таймами.

Ключевые слова: массаж с помощью льда, специальные упражнения, предотвращение травм.

Анотація. Показано, що масаж льдом проводять декілька разів на день, після чого виконують спеціальні вправи або вправи на простих тренажерах, в наступні дні – щадні тренування. Тривалість занять 15–30 хвилин. Для запобігання травм у футболі, баскетболі, гандболі і інших видах спорту масаж льдом ділянок, найбільш їм схильних – сухожилля, місця переходу сухожилля у м'яз тощо, проводять в перервах між таймами.

Ключові слова: масаж за допомогою льоду, спеціальні вправи, запобігання травмам.

Annotation. It is shown that massage it is conducted ice once or twice in a day, whereupon execute the special exercises or exercises on simple trainers, in subsequent days are the sparing trainings. Duration of employments 15–30 minutes. For prevention of traumas in football, basket-ball, hand ball and other types of sport massage by ice of areas, most to them liable are tendons, places of transition of tendon in a muscle and t. of p., conducted in interruptions between periods.

Key words: massage by ice, special exercises, prevention of traumas.

50. Дубровский В. И. Массаж: поддержание и восстановление спортивной работоспособности / В. И. Дубровский. – М. : Физкультура и спорт, 1985. – 207 с.

Аннотация. В книге освещены современные представления о различных видах массажа в практике спортивной медицины.

Ключевые слова: массаж, спортивная работоспособность, восстановление.

Анотація. У книзі висвітлені сучасні відомості про різні види масажу в практиці спортивної медицини.

Ключові слова: масаж, спортивна працездатність, відновлення.

Annotation. In a book modern pictures are lighted up of different types of massage in practice of sporting medicine.

Key words: massage, sporting capacity, renewal.

51. Дубровский В. И. Массаж: поддержание и восстановление спортивной работоспособности / В. И. Дубровский. – 2-е изд., доп., перераб. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 237 с.

Аннотация. В книге освещены современные представления о различных видах массажа в практике спортивной медицины.

Ключевые слова: массаж, спортивная работоспособность, восстановление.

Анотація. У книзі висвітлені сучасні відомості про різні види масажу в практиці спортивної медицини.

Ключові слова: масаж, спортивна працездатність, відновлення.

Annotation. In a book modern pictures are lighted up of different types of massage in practice of sporting medicine.

Key words: massage, sporting capacity, renewal.

52. Дубровский В. И. Массаж при травмах и заболеваниях у спортсменов / В. И. Дубровский. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 128 с., ил.

Аннотация. Массаж — это важное средство в борьбе с повреждениями и заболеваниями у спортсменов. Особенно эффективен он в сочетании с физиотерапевтическими процедурами, оксигенотерапией, различными лечебными мазями. Эта книга посвящена особенностям применения массажа при некоторых заболеваниях опорно-двигательного аппарата, нервной системы, терапевтических заболеваниях. При написании ее автор использовал опыт работы со спортсменами, клинические исследования, а также данные отечественной и зарубежной литературы. Книга адресована спортивным врачам, методистам, тренерам.

Ключевые слова: массаж, травмы, заболевания, спортсмены.

Анотація. Масаж — це важливий засіб у боротьбі з пошкодженнями і захворюваннями у спортсменів. Особливо він ефективний у поєднанні з фізіотерапевтичними процедурами, оксигенотерапією, різними лікувальними мазями. Ця книга присвячена особливостям застосування масажу при деяких захворюваннях опорно-рухового апарату, нервової системи, терапевтичних захворюваннях.

Ключові слова: масаж, травми, захворювання, спортсмени.

Annotation. A massage is an important mean in a fight against damages and diseases for sportsmen. He is especially effective in combination with physical therapy procedures, oksigenoterapy, different medical ointments. This book is devoted the features of application of massage at some diseases of locomotorium, nervous system, therapeutic diseases.

Key words: massage, traumas, diseases, sportsmen.

53. Дубровский В. И. Основы сегментарно-рефлекторного массажа / В. И. Дубровский. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 48 с., ил.

Аннотація. Эта книга — методические рекомендации для спортивных врачей и массажистов. На основе многолетнего опыта работы со спортсменами и клинических исследований поданы рекомендации по использованию сегментарно-рефлекторного массажа как одного из современных эффективных средств восстановления спортивной работоспособности в состоянии утомления, а также после травм и заболеваний.

Ключевые слова: массаж, методические рекомендации, спортивные врачи.

Анотація. Ця книга — методичні рекомендації для спортивних лікарів і масажистів. На основі багатолітнього досвіду роботи зі спортсменами і клінічних досліджень розроблені рекомендації з використання сегментарно-рефлекторного масажу як одного із сучасних ефективних засобів відновлення спортивної працездатності під час втоми, а також після травм і захворювань.

Ключові слова: масаж, методичні рекомендації, спортивні лікарі.

Annotation. This book is methodical recommendations for sporting doctors and masseurs. On the basis of long-term experience and clinical researches with sportsmen given recommendation on the use of segmentar-reflex massage as one of modern effective facilities of renewal of sporting capacity in a state of fatigue, and also after traumas and diseases.

Key words: massage, methodical recommendations, sporting doctors.

54. Еремеев И. Н. Влияние ручного массажа на внешнее дыхание здоровых спортсменов / И. Н. Еремеев, А. Н. Буровых [и др.] // Материалы науч. конф. по итогам 1970 г. – Омск, 1972. – С. 158–159.

Аннотація. Исследованы изменения некоторых показателей внешнего дыхания у спортсменов различных специализаций при выполнении приемов ручного массажа.

Ключевые слова: ручной массаж, внешнее дыхание, спортсмены.

Анотація. Досліджено зміни деяких показників зовнішнього дихання у спортсменів різних спеціалізацій при виконанні прийомів ручного масажу.

Ключові слова: ручний масаж, зовнішнє дихання, спортсмени.

Annotation. The changes of some indexes of the external breathing are explored at the sportsmen of different specializations at implementation of adopting a hand massage.

Key words: hand massage, external breathing, sportsmen.

55. Єфіменко П. Б. Навчально-методичні аспекти викладання масажу майбутнім спеціалістам у галузі фізичної культури і спорту / Єфіменко П. Б. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2001. – № 22. – С. 13–17.

Анотація. Стаття присвячена проблемі викладання масажу у вищих навчальних закладах фізичного виховання і спорту. Модифікація програми з цієї дисципліни побудована на принципі міждисциплінарності. Для підвищення ефективності її реалізації запропоновано функціонування певних педагогічних умов.

Ключові слова: викладання масажу, міждисциплінарність, педагогічні умови, ділові ігри.

Аннотація. Работа посвящена проблеме преподавания массажа в высших учебных заведениях физического воспитания и спорта. Модификация программы по данной дисциплине построена на принципе междисциплинарности. Для повышения эффективности её реализации предложено функционирование определенных педагогических условий.

Ключевые слова: преподавание массажа, педагогические условия, деловые игры.

Annotation. The work is devoted to a problem of teaching of massage in higher educational institutions of physical education and sports. The paravariation of the program on the given discipline is constructed on a principle of communication between disciplines. For rising efficacy of its realization functioning the certain pedagogical conditions is offered.

Key words: teaching of massage, communication between disciplines, pedagogical conditions, business games.

56. Зотов В. П. Спортивный массаж / В. П. Зотов. – К. : Здоров'я, 1987. – 192 с.

Аннотація. В книге рассмотрены физиологические и гигиенические основы массажных процедур. Описаны техника и методика массажа в условиях тренировочного процесса и соревновательной деятельности. Даны рекомендации по применению спортивного массажа в сочетании с другими его видами и средствами восстановления при занятиях различными видами спорта, при травмах и некоторых заболеваниях и др. Для тренеров, спортсменов, спортивных врачей.

Ключевые слова: спортивный массаж, техника, методика.

Анотація. У книзі розглянуті фізіологічні і гігієнічні основи масажних процедур. Описані техніка і методика масажу в умовах тренувального процесу і змагальної діяльності. Розроблені рекомендації щодо застосування

спортивного масажу у поєднанні з іншими його видами і засобами відновлення при заняттях різними видами спорту, при травмах і деяких захворюваннях і ін. Для тренерів, спортсменів, спортивних лікарів.

Ключові слова: спортивний масаж, техніка, методика.

Annotation. Physiological and hygienically bases of massage procedures are considered in a book. A technique and method of massage is described in the conditions of training process and competition activity. Developed of recommendation on application of sporting massage in combination with other by his kinds and facilities of renewal at employments by the different types of sport, at traumas and some diseases and other For trainers, sportsmen, sporting doctors.

Key words: sporting massage, technique, method.

57. Иммунный статус спортсменов и методы повышения устойчивости иммунной системы в условиях спорта высших достижений : [метод. реком.]. – М. : ВНИИФК, 1984. – 16 с.

Аннотация. Рекомендации посвящены методам повышения устойчивости иммунной системы в условиях спортивной деятельности. Рассмотрены как педагогические, так и медицинские аспекты проблемы. Предлагается комплекс мероприятий к проведению профилактики, восстановления и коррекции нарушений иммунологической реактивности организма спортсменов.

Ключевые слова: спортсмены, устойчивость, методы, иммунная система.

Анотація. Рекомендації присвячені методам підвищення стійкості імунної системи в умовах спортивної діяльності. Розглянуті як педагогічні, так і медичні аспекти проблеми. Пропонується комплекс заходів для проведення профілактики, відновлення і корекції порушень імунологічної реакції організму спортсменів. Методичні рекомендації призначені для лікарів збірних команд країни, КНГ з видів спорту і фахівців в галузі спортивної медицини.

Ключові слова: спортсмени, стійкість, методи, імунна система.

Annotation. Recommendations are devoted the methods of increase of stability of the immune system in the conditions of sporting activity. Both pedagogical and medical aspects of problem are considered. The complex of measures is offered to conducting of prophylaxis, renewal and corrections violations of immunological reactivity of organism of sportsmen.

Key words: sportsmen, stability, methods, immune system.

58. Кретинин В. В. Физиологическая характеристика влияния ручного и ножного (педального) видов массажа на функциональные состояние ЦНС юных футболистов / В. В. Кретинин, Р. Р. Амерханов, А. В. Гулин // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 10. – С. 53–55.

Аннотация. Полученные результаты свидетельствуют о положительном влиянии приемов ножного (специального) массажа на эффективность функционирования центральной нервной системы по сравнению с ручным

массажем. Этот вид массажа может быть расценен не только как равнозначный, но и как физиологически более эффективный метод воздействия на организм.

Ключевые слова: массаж, виды, футболисты.

Анотація. Отримані результати свідчать про позитивний вплив прийомів педіального (спеціального) масажу на ефективність функціонування центральної нервової системи у порівнянні з ручним массажем. Цей вид масажу може бути розцінений не тільки як рівнозначний, але і як фізіологічно ефективніший метод дії на організм.

Ключові слова: масаж, види, футболісти.

Annotation. The got results testify to positive influence of adopting a leg (special) massage on efficiency of functioning of the central nervous system as compared to a hand massage. This type of massage can be considered not only as equivalent but also as physiological more effective method of affecting organism.

Key words: massage, kinds, footballers.

59. Макареня В. В. Диспансерное наблюдение за физкультурниками : [пособие] / В. В. Макареня. – К. : Здоров'я, 1987. – 128 с.

Аннотація. Представлены рекомендации по методике проведения среди населения врачебной, физкультурной консультации и лекционной пропаганды знаний на физкультурно-оздоровительную тематику. Для врачей и медицинских работников, участвующих в диспансеризации населения, а также преподавателей физической культуры, тренеров.

Ключевые слова: диспансеризация, наблюдения, консультация.

Анотація. Представлені рекомендації з методики проведення серед населення лікарської, фізкультурної консультації і лекційної пропаганди знань на фізкультурно-оздоровчу тематику. Для лікарів і медичних працівників, що беруть участь в диспансеризації населення, а також викладачів фізичної культури, тренерів.

Ключові слова: диспансеризація, спостереження, консультація.

Annotation. Presented recommendation on the method of conducting among the population of medical, athletic consultation and lecture propaganda of knowledge's on an athletic-health subject. For doctors and medical workers, participating in the health centre system of population, and also teachers of physical culture, trainers.

Key words: health centre system, supervisions, consultation.

60. Марьясис В. Б. Эффективность воздействия элементов трехступенчатого массажа на показатель симметрии, подвижности, кривизны позвоночного столба у спортсменов высокой квалификации / В. Б. Марьясис // Вестник спортивной науки. – 2011. – № 3. – С. 31–36.

Аннотація. Стаття посвящена методам ефективного улучшения спондилометрических показателей спортсменов высокой квалификации при использовании трехступенчатого массажа состоящего из: элементов

классического массажа, массажа, глубоких тканей посредством воздействия на триггерные точки, квазиметрической техники растяжения поверхностных тканей в области позвоночного столба. Полученные результаты свидетельствуют об эффективности трехступенчатого массажа в группах людей, прошедших полный курс, состоящий из 10–12 процедур.

Ключевые слова: подвижность позвоночного столба, триггерные точки, квазиметрическое растяжение.

Анотація. Стаття присвячена методам покращення спондилометричних показників спортсменів високої кваліфікації при використанні триступінчатого масажу, який складається з: елементів класичного масажу, масажу, глибоких тканин за допомогою дії на тригерні ділянки, квазиметричної техніки розтягування поверхневих тканин в області хребетного стовпа. Отримані результати свідчать про ефективність триступінчатого масажу для груп людей, що пройшли повний курс, який складається з 10-12 процедур.

Ключові слова: рухливість хребетного стовпа, тригерні ділянки, квазиметричне розтягування.

Annotation. The article deals with the problem of development of methods of effective improvement of spondilometric indicators of the elite athletes with the help of three stage massage which consists of three components. Increase in asymmetry quotient was 18,27 and 19,09% respectively. Data obtained verifies efficiency of three-stage massage in groups after 10–12 procedures.

Key words: spine mobility, trigger points, quasimetric strain.

61. Матяжов В. С. Специфика травматизма и заболеваний у занимающихся физической культурой и спортом : лекция для студентов IV курса / В. С. Матяжов, А. В. Маглеваний, А. В. Матяжова. – Л., 1991. – 36 с.

Аннотація. Дано представлення о травмах и заболеваниях, возникающих при занятиях массовой физической культурой и спортом у новичков и спортсменов.

Ключевые слова: травматизм, заболевания, физическая культура и спорт.

Анотація. Подані відомості про травми і захворювання, що виникають при заняттях масовою фізичною культурою і спортом у новачків і спортсменів.

Ключові слова: травматизм, захворювання, фізична культура і спорт.

Annotation. A picture is given of traumas and diseases, arising up at employments a mass physical culture and sport at novices and sportsmen.

Key words: traumatism, diseases, physical culture and sport.

62. Матяжов В. С. Спортивный массаж и самомассаж : лекция для студентов третьего курса / В. С. Матяжов, А. В. Маглеваний. – Л., 1991. – 38 с.

Аннотація. Лекція знакомит студентів с механизмом воздействия массажа на организм человека.

Ключевые слова: спортивный массаж, самомассаж, механизм воздействия.

Анотація. Лекція знайомить студентів з механізмом дії на організм людини масажу.

Ключові слова: спортивний масаж, самомасаж, механізм дії.

Annotation. A lecture acquaints students with the mechanism of affecting organism of man of massage.

Key words: sporting massage, selfmassage, mechanism of influence.

63. Некрасов А. Иглоапликационный массаж: новое средство в подготовке легкоатлетов / А. Некрасов, В. Чугунов // Легкая атлетика. – 1989. – № 5. – С. 29–30.

Аннотация. В статье описан новый вид массажа – иглоапликационный, как лечебное, профилактическое и восстановительное средство в подготовке легкоатлетов.

Ключевые слова: массаж, профилактическое средства, восстановление, легкоатлеты.

Анотація. У статті описаний новий вид масажу – голкоаплікаційний, як лікувальний, профілактичний і відновний засіб у підготовці легкоатлетів.

Ключові слова: масаж, профілактичне засоби, відновлення, легкоатлети.

Annotation. The new type of massage is described in the article – appliqué by a needle, as a medical, prophylactic and restoration mean is in preparation of athletes.

Key words: massage, prophylactic facilities, renewal, athletes.

64. Панишко Ю. М. Застосування гідромасажу як засобу відновлення організму спортсменів / Ю. М. Панишко, В. І. Ковцун, Р. С. Козій // Здоровий спосіб життя : зб. наук. ст. – Л., 2007. – Вип. 21. – С. 29–32.

Анотація. Стаття присвячена питанню застосування процедури гідромасажу як засобу відновлення організму спортсменів.

Ключові слова: гідромасаж, спортсмени, відновлення.

Аннотация. Статья посвящена вопросу применения процедуры гидромассажа как способа восстановления организма спортсменов.

Ключевые слова: гидромассаж, спортсмены, восстановление.

Annotation. The article is devoted the question of application of procedure of hydro massage as a method of renewal of organism of sportsmen.

Key words: hydro massage, sportsmen, renewal.

65. Підкопай Д. О. До питання обліку і нормування роботи масажиста в умовах зборів і змагань в шорт-треку / Підкопай Д. О. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2008. – № 8. – С. 127–129.

Анотація. Наведені результати дослідження складових практичної роботи масажиста в умовах спортивних зборів і змагань з шорт-треку та ковзанярського спорту для оптимізації і вдосконалення роботи масажиста в

спортивній команді. Приведені окремі результати багаторічних досліджень практичної роботи спортивних масажистів, які працюють зі спортивними командами Харківської області з шорт-треку, урахування яких дозволить вирішувати численні задачі, що виникають перед масажистами в повсякденній роботі зі спортсменами на зборах, тренуваннях і змаганнях.

Ключові слова: спортивний масаж, професійна майстерність, шорт-трек.

Анотація. Описаны некоторые результаты исследования составляющих практической работы массажиста в условиях спортивных сборов и соревнований в шорт-треке и конькобежном спорте для оптимизации и совершенствования работы массажиста в спортивной команде. Приводятся отдельные результаты многолетних исследований практической работы спортивных массажистов, работающих со спортивными командами Харьковской области в шорт-треке, учет которых позволит решать многочисленные задачи, которые возникают перед массажистами в повседневной работе со спортсменами на сборах, тренировках и соревнованиях.

Ключевые слова: спортивный массаж, профессиональное мастерство.

Annotation. Are pointed some results of research of constituents of practical work of masseur in the conditions of sporting collections and competitions for optimization and perfection of work of masseur in a sporting command of speed skating and short-track. It is brought separate results over of long-term researches of practical work of sporting masseurs which work with the sporting commands of the team of the Kharkov region, the account of which will allow to decide numerous tasks, which arise up before masseurs in everyday work with sportsmen on collections, trainings and competitions.

Key words: sporting massage, professional trade, ice skate.

66. Підкопай Д. О. Дослідження складових професійної майстерності спортивного масажиста при роботі з ковзанярами / Підкопай Д. О. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2008. – № 9. – С. 99–102.

Анотація. Наводяться деякі результати дослідження практичної роботи масажиста в умовах спортивних зборів і змагань для оптимізації і вдосконалення обліку та нормування роботи масажиста в спортивній команді. Робота масажиста в спортивній команді з урахуванням режиму тренувань та змагальної програми шорт-трека. У статті здійснено спробу розглянути декілька особливостей роботи фахівця зі спортивного масажу, облік яких може допомогти при корекції нормативів роботи спортивного масажиста.

Ключові слова: спортивний масаж, нормування роботи, облік роботи, шорт-трек.

Анотація. Приводятся некоторые результаты исследования практической работы массажиста в условиях спортивных сборов и

соревнований для оптимізації і совершенствования учета и нормирования работы массажиста в спортивной команде. Работа массажиста в спортивной команде с учетом режима тренировок и соревновательной программы шорт-трека. В статье проведена попытка рассмотреть несколько особенностей работы специалиста по спортивному массажу, учет которых может помочь при коррекции нормативов работы спортивного массажиста.

Ключевые слова: спортивный массаж, нормирование работы, учет работы, шорт-трек.

Annotation. In the article is brought some results over of research of practical work of masseur in the conditions of sporting collections and competitions for optimization and perfection of account and setting norms of work of masseur in a sporting command. Work of masseur in a sporting command consists of account mode trainings and competitions of the short-track speed skating. The attempt to consider a few features of work of specialist on a sporting massage is conducted in the article, the account of which can help at correction of norms of work of sporting masseur.

Key words: sport massage, norms of work, account of work, short-trac.

67. Підкопай Д. О. Застосування комплексів лазневих процедур у практиці роботи спортивного масажиста / Підкопай Д. О., Підкопай Т. В. // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2013. – № 3(36). – С. 122–124.

Анотація. Наведено розроблені та апробовані спеціальні комплекси гідролазневих процедур. Застосування лазневих процедур і лазневого спортивного масажу в комплексі показало виражений і прогнозований ефект, а самі методики були впроваджені в тренувальний процес шорт-трековиків різної кваліфікації на етапах річної підготовки. Приведено дані дослідницької роботи з шорт-трековиками - спортсменами різної кваліфікації.

Ключові слова: шорт-трек, спортивний масаж, лазневий масаж, гідролазнева процедура, сауна, російська лазня, офуро, відновлення фізичної працездатності, засоби відновлення в спорті.

Аннотация. Приведены разработанные и опробованные специальные комплексы гидробанных процедур. Применение банных процедур и банного спортивного массажа в комплексе показало выраженный и прогнозируемый эффект, а сами методики были внедрены в тренировочный процесс шорт-трековиков разной квалификации в этапах годичной подготовки. Описаны данные исследовательской работы с шорт-трековиками - спортсменами различной квалификации.

Ключевые слова: шорт-трек, спортивный массаж, банный массаж, гидробанная процедура, сауна, русская баня, офуро, восстановление физической работоспособности, средства возобновления в спорте.

Annotation. The developed and tested special complexes of hydro-bath procedures are resulted. Application of bath-houses procedures and bath-house sporting

massage in a complex rotined the expressed and forecast effect, and methods were inculcated in the training process of short-trackers different qualification in the stages of annual preparation. Information of research work is described with short-trackers - by the sportsmen of different qualification.

Key words: *short-track, sporting massage, bath massage, hydro-bath house procedure, Sauna, Russian bath-house, Ofuro, renewals of physical capacity, facilities of renewal, in sport.*

68. Підкопай Т. В. Основи методик спортивного масажу, що використовуються в процесі підготовки шорт-трековиків / Підкопай Т. В. // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2012. – № 2. – С. 158–161.

Анотація. *Наводяться основи розроблених практичних методик спортивного масажу, які мали виражений та прогнозований ефект, чітку диференціацію по різновидах спортивного масажу, та були впроваджені в тренувальний процес шорт-трековиків різної кваліфікації на етапах річної підготовки.*

Ключові слова: *шорт-трек, спортивний масаж, тренувальний масаж, відновлювальний масаж попередній масаж, відновлення фізичної працездатності.*

Аннотация. *Приводятся основы разработанных практических методик спортивного массажа, которые показали выраженный и прогнозируемый эффект, четкую дифференциацию по разновидностям спортивного массажа и были внедрены в тренировочный процесс шорт-трековиков различной квалификации на этапах годичной подготовки.*

Ключевые слова: *шорт-трек, спортивный массаж, тренировочный массаж, восстановительный массаж,*

предварительный массаж, восстановление физической работоспособности.

Annotation. *Bases of developed practical methods of sporting massage, which had the expressed and forecast effect, are pointed, clear differentiation on the varieties of sporting massage, and were inculcated in the training process of short-track skaters of different qualification on the stages of annual preparation are pointed out.*

Key words: *short-track, sporting massage, training massage, regeneration massage, previous massage renewal of physical capacity.*

69. Поварещенкова Ю. М. Изменения потребления кислорода при массаже отдельными приемами различных зон / Ю. М. Поварещенкова, В. В. Жмылевская // Олімпійський спорт і спорт для всіх : тези доп. ІХ Міжнар. наук. конгр. – К., 2005. – С. 821.

Аннотация. *Обследовано 24 лыжника-гонщика (стаж занятий более 9 лет) квалификации кандидат в мастера спорта и мастер спорта. Исследовалось изменение потребления кислорода во время массажа отдельными приемами (поглаживания и разминания) при воздействии на различные зоны (бедро и плечо). Регистрация проводилась газоанализатором в режиме on-line при 30-*

минутном массаже и в течение 15 мин восстановления. Статистическая обработка производилась при помощи пакета программ Statistica 6.0. Обосновано, что сеансы массажа в режиме on-line вызывают количественные изменения потребления кислорода.

Ключевые слова: потребление кислорода, приемы массажа, сеансы в режиме on-line.

Анотація. Обстежено 24 лижника-гонщика (стаж занять більше 9 років) кваліфікації кандидат в майстри спорту і майстер спорту. Досліджувалася зміна споживання кисню у час масажу окремими прийомами (погладжування і розминки) при дії на різні зони (стегно і плече). Реєстрація проводилася газоаналізатором в режимі on-line при 30-хвилинному масажі і протягом 15 хв відновлення. Статистична обробка результатів здійснювалася за допомогою пакету програм Statistica 6.0. Обґрунтовано, що сеанси масажу в режимі on-line викликають кількісні зміни споживання кисню.

Ключові слова: споживання кисню, прийоми масажу, сеанси в режимі on-line.

Annotation. 24 skiers-racing drivers (experience of employments more than 9 years) of qualification are inspected candidate in masters of sport and sport master. The change of consumption of oxygen was explored with time of massage by separate receptions (stroking and mashing) at affecting different areas (thigh and shoulder). Registration was conducted gazoanalizator in the mode of op-line at a 30-minute massage and during 15 mines of renewal. Statistical treatment was made through the package of software's of Statistica 6.0. It is grounded, that the sessions of massage in the mode of op-line cause the quantitative changes of consumption of oxygen.

Key words: consumption of oxygen, adopting a massage, sessions in the mode of op-line.

70. Приступа Т. Влияние частичного спортивного массажа на показатели артериального давления и пульса / Приступа Татьяна // Физическое воспитание студентов. – 2013. – № 6. – С. 55–59.

Анотація. С ростом популярности и спроса на разные виды массажа, в том числе спортивного массажа, растет потребность в проведении исследований над конкретными его формами с точки зрения преимуществ и влияния на различные функции организма. Целью работы было изучение влияния частичного спортивного массажа на показатели артериального давления и частоту пульса у мужчин и женщин. Определено, что спортивный массаж оказывает влияние на изменение гемодинамики, увеличение или уменьшение артериального давления, а также ускорение или замедление частоты сердечных сокращений, в зависимости от того, какая часть тела подвергалась процедуре массажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, гемодинамика, систолическое, диастолическое, давление, пульс, мышцы.

Анотація. Із зростанням популярності і попиту на різні види масажу, зокрема й спортивного масажу, зростає потреба у проведенні досліджень

над конкретними його формами з точки зору переважання і впливу на різні функції організму. Метою роботи було вивчення впливу часткового спортивного масажу на показники артеріального тиску і частоту пульсу у чоловіків і жінок. Виявлено, що спортивний масаж впливає на зміни гемодинаміки, збільшення або зменшення артеріального тиску, а також прискорення або уповільнення частоти серцевих скорочень, залежно від того, яка частина тіла піддавалася процедурі масажу.

Ключові слова: спортивний масаж, гемодинаміка, систолічний, діастолічний, тиск, пульс, м'язи.

Annotation. *With the growing popularity and demand for different types of massages (including sports) is a growing need for research on specific forms. There is also a need to study the advantages and effects on various body functions. The objective was to study the effect of partial sports massage on blood pressure and heart rate in both men and women. Sports massage has an effect on hemodynamic changes, the increase (decrease) in blood pressure acceleration (deceleration) of the heart rate. It depends on what part of the body exposed to the massage procedure.*

Key words: *sports massage, hemodynamic, systolic, diastolic, blood pressure, heart, rate, muscle.*

71. Роль масажу і самомасажу кистей і стоп за системою Су Джок як елементу фізичної культури у здоровому способі життя / Красовська А. Г., Бариков Д. С., Швець П. Л. [та ін.] // Роль фізичної культури і спорту в здоровому способі життя : тези доп. V Всеукр. наук.-практ. конф.– Л., 2001. – С. 45.

Анотація. *Дослідження показали, що щоденне проведення масажу зон відповідностей органам верхніх дихальних шляхів сприяє профілактиці простудних захворювань, а масаж зон відповідностей головному і спинному мозку активізує ментальну діяльність і засвоєння студентами навчальних програм.*

Ключові слова: *масаж, самомасаж, система, фізична культура.*

Аннотація. *Исследования показали, что регулярное ежедневное проведение массажа зон соответствий органам верхних дыхательных путей способствует профилактике простудных заболеваний, а массаж зон соответствий головному и спинному мозгу активизирует ментальную деятельность и усвоение студентами учебных программ.*

Ключевые слова: *массаж, самомассаж, система, физическая культура.*

Annotation. *Researches showed that the regular daily conducting of massage of areas of accordance's was instrumental in the organs of overhead respiratory tracts to the prophylaxis of diseases of colds, and the massage of areas of accordance's activates mental activity and mastering of on-line tutorials students a head and spinal cord.*

Key words: *massage, self massage, system, physical culture.*

72. Руденко Р. Є. Відновний масаж у передзмагальному мезоциклі з навантаженнями різної інтенсивності / Руденко Р. Є., Оврас А. Б. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2007. – № 5. – С. 179–182.

***Анотація.** У статті розглядається методика застосування відновного масажу у передзмагальному мезоциклі підготовчого періоду для кваліфікованих важкоатлетів з навантаженням різної інтенсивності. Розроблено методику застосування відновного масажу в підготовчому періоді передзмагального мезоциклу кваліфікованих важкоатлетів. Вона передбачає різновиди основних та додаткових прийомів масажу залежно від інтенсивності та обсягу тренувального навантаження.*

***Ключові слова:** відновний масаж, передзмагальний мезоцикл, важкоатлети, навантаження різної інтенсивності.*

***Аннотация.** В статье рассматривается методика применения восстановительного массажа в предсоревновательном мезоцикле подготовительного периода для квалифицированных тяжелоатлетов с нагрузкой разной интенсивности. Разработана методика применения восстановительного массажа в подготовительном периоде предсоревновательного мезоцикла квалифицированных тяжелоатлетов. Она предусматривает разновидности основных и дополнительных приемов массажа в зависимости от интенсивности и объема тренировочной нагрузки.*

***Ключевые слова:** восстановительный массаж, предсоревновательный мезоцикл, тяжелоатлеты, нагрузка разной интенсивности.*

***Annotation.** In the article is being revealed the method of remedial massage application during the pre-competition mezocycle of preparatory period in qualified weightlifters with loadings of various intensity. The technique of application of regenerative massage in the preparatory-period precompetitive mezocycle the qualified weight-lifters is developed. It provides versions of the basic and additional receptions of massage depending on intensity and volume of training loading.*

***Key words:** remedial massage, pre-competition mezocycle, weightlifters, loadings of various intensity.*

73. Руденко Р. Відновний масаж у передзмагальному мезоциклі швидко-силових видів спорту та одноборствах / Романна Руденко // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Є. Приступи. – Л., 2011. – Вип. 15, т. 3. – С. 253–258.

***Анотація.** У статті розглядаються питання про застосування відновного масажу кваліфікованими борцями та важкоатлетами у передзмагальному мезоциклі тренувального процесу. Розроблено методику відновного масажу та обґрунтовано її застосування залежно від обсягу та інтенсивності*

фізичного навантаження. Визначено вплив відновного масажу на температуру шкіри окремих ділянок тіла, показники спеціальної працездатності кваліфікованих борців та важкоатлетів.

Ключові слова: масаж, борці, важкоатлети, передзмагальний мезоцикл, працездатність, термографія.

Аннотація. В статті розглядаються питання застосування відновного масажу для кваліфікованих борців та важкоатлетів в передзмагальному мезоциклі тренувального процесу. Розроблено методичні вказівки до застосування відновного масажу та обґрунтовано її застосування відповідно до обсягу та інтенсивності фізичного навантаження. Визначено вплив відновного масажу на температуру шкіри окремих ділянок тіла, показники спеціальної працездатності кваліфікованих борців та важкоатлетів.

Ключевые слова: массаж, борцы, тяжелоатлеты, предсоревновательный мезоцикл, работоспособность, термография.

Annotation. The article overlooks the issue of applying the rehabilitative massage to the qualified boxers and weightlifters during the pre-competitive training mesocycle. The methodical points of rehabilitative massage were worked out; the efficiency of their applying according to amount and the intensity of physical loading was established. The impact of the rehabilitative massage on some parts of body temperature and the ability of very qualified boxers and weightlifters in the training period, was analyzed.

Key words: massage, boxers and weightlifters, pre-competitive training mesocycle, ability thermography.

74. Руденко Р. Вплив авторської методики відновлюваного масажу на підвищення спеціальної працездатності кваліфікованих спортсменів силових видів спорту / Романна Руденко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2004. – № 6. – С. 119–120.

Анотація. Досліджено вплив різних методик відновного масажу (співвідношення прийомів в сеансі відновного масажу) на стан спеціальної працездатності кваліфікованих спортсменів (борців, важкоатлетів). Обговорюється питання про доцільність застосування відновного масажу в підготовчому періоді тренувального циклу.

Ключові слова: спеціальна працездатність, відновний масаж, кваліфіковані спортсмени.

Аннотація. Исследовано влияние различных методик восстановительного массажа (соотношение приёмов в сеансе восстановительного массажа) на состояние специальной работоспособности квалифицированных спортсменов (борцов, тяжелоатлетов). Обсуждается вопрос о целесообразности применения восстановительного массажа в подготовительном периоде тренировочного цикла.

Ключевые слова: специальная работоспособность, восстановительный массаж, квалифицированные спортсмены.

Annotation. *In fluency of different methods of remedial massage (parity of methods during a session of remedial massage) upon the state of special working capacity of qualified sportsmen (wrestlers, weightlifters) has been investigated. The question of expediency of remedial massage application during the preparation period of training cycle is being discussed.*

Key words: *special working capacity, remedial massage, qualified sportsmen.*

75. Руденко Р. Вплив відновного масажу на зміни біохімічних показників сечі кваліфікованих спортсменів у передзмагальному мезоциклі / Романна Руденко, Степан Решетило, Олександр Руденко // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2009. – Вип. 13, т. 3. – С. 154–157.

Анотація. *У статті розглянуто питання застосування відновного масажу кваліфікованим борцем та важкоатлетом у передзмагальному мезоциклі.*

Ключові слова: *відновний масаж, борці, важкоатлети, біохімічні показники сечі.*

Аннотация. *В статье рассмотрен вопрос применения восстановительного массажа квалифицированным борцом и тяжелоатлетом в предсоревновательном мезоцикле.*

Ключевые слова: *восстановительный массаж, борцы, тяжелоатлеты, биохимические показатели мочи.*

Annotation. *In the article the question of application of restoration massage a skilled fighter and heavy athletics is considered in a minimum cycle is before a competition.*

Key words: *restoration massage, fighters, heavy athletics, biochemical indexes of urine.*

76. Руденко Р. Вплив відновного масажу на рівень показників спеціальної працездатності, функціональний стан кваліфікованих борців та важкоатлетів / Романна Руденко // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2006. – Вип. 10, т. 4, кн. 1. – С. 373–378.

Анотація. *Вивчено вплив відновного масажу на рівень спеціальної працездатності кваліфікованих борців та важкоатлетів у передзмагальному мезоциклі підготовчого періоду.*

Ключові слова: *відновний масаж, показники, спеціальна працездатність.*

Аннотация. *Изучено влияние восстановительного массажа на уровень специальной работоспособности квалифицированных борцов и тяжелоатлетов в предсоревновательном мезоцикле подготовительного периода.*

Ключевые слова: *восстановительный массаж, показатели, специальная работоспособность.*

Annotation. *Influence of restoration massage is studied on the level of the special capacity of skilled fighters and heavy athletics in in a minimum cycle is before a competition of setup time.*

Key words: *restoration massage, indexes, special capacity.*

77. Руденко Р. Обґрунтування методики спортивно-рекреаційного масажу для спортсменів-інвалідів / Романна Руденко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2011. – № 3. – С. 100–102.

Анотація. У статті розглядаються питання про застосування масажу в тренувальному процесі спортсменів-інвалідів. Обґрунтована необхідність поєднання спортивного і реабілітаційного масажу як засобу відновлення після фізичних навантажень з урахуванням основного захворювання відповідно функціональним можливостям спортсмена-інваліда. Розроблена методика вибіркового, приватного, локального, короткострокового масажу після навантажень різної інтенсивності.

Ключові слова: *масаж, методика, спортсмени.*

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы о применении массажа в тренировочном процессе спортсменов-инвалидов. Обоснована необходимость совмещения спортивного и реабилитационного массажа как средства восстановления после физических нагрузок с учетом основного заболевания соответственно функциональным возможностям спортсмена-инвалида. Разработана методика выборочного, частного, локального, краткосрочного массажа после нагрузок разной интенсивности.

Ключевые слова: *массаж, методика, спортсмены.*

Annotation. The issue of massage application for disabled athletes in the general training process is examined in this article. The necessity of sportive and rehabilitation massage combination is emphasized. The importance of this combination as the restoration method after physical exercises including the main disease in accordance with disabled athletes' functional resources is highlighted. The effect of the selective massage in the general system of restoration methods is analyzed, the partial and short-term types of massage after intensive physical exercises are under research and corresponding massage methods have been developed.

Key words: *massage, method, sportsmen.*

78. Руденко Р. Спортивний масаж : посібник / Романа Руденко. – Л., 1996. – 105 с.

Анотація. У посібнику розглянуті питання історії виникнення масажу; фізіологічні та гігієнічні основи масажних процедур; описані методика і техніка прийомів спортивного масажу; методика застосування його у сполученні зі змазуючими речовинами; і надані рекомендації з техніки і методики масажу окремих ділянок тіла. Вперше на державній мові в посібнику поданий комплексний матеріал зі спортивного масажу. Посібник розроблений на основі аналізу спеціальної літератури і власного досвіду. Розрахований на студентів інститутів фізичної культури та тренерів.

Ключові слова: *спортивний масаж, історія, методика, техніка.*

Аннотация. В пособии рассмотрен вопрос истории возникновения массажа; физиологические и гигиенические основы массажных процедур; описаны методика и техника приемов спортивного массажа; методика применения его в соединении со смазывающими веществами; и предоставлены рекомендации по технике и методике массажа отдельных участков тела. Впервые на государственном языке в пособии подается комплексный материал по спортивному массажу. Пособие разработано на основе анализа специальной литературы и собственного опыта. Рассчитано на студентов институтов физической культуры и тренеров.

Ключевые слова: спортивный массаж, история, методика, техника.

Annotation. The question of history of origin of massage is considered in a manual; physiology and hygienically bases of procedures of massages; a method and technique of adopting a sporting massage is described; method of application of him in connection with oiling matters; and recommendations are given on a technique and method of massage of separate areas of body. First in official language in this manual material is given complex on a sporting massage. A manual is developed on the basis of analysis of the special literature and own experience. Counted on the students of institutes of physical culture and trainers.

Key words: sporting massage, history, method, technique.

79. Руденко Р. Спортивний масаж : [посібник] / Романна Руденко. – Вид. 2-е, випр. – Л. : Ліга Прес, 2003. – 100 с.

Анотація. У посібнику розглянуто питання історії виникнення масажу; фізіологічні та гігієнічні основи масажних процедур; описані методика і техніка прийомів спортивного масажу; методика застосування його у поєднанні зі змазуючими речовинами; надані рекомендації з техніки і методики масажу окремих ділянок тіла. Вперше на державній мові комплексно подано матеріал зі спортивного масажу. Посібник розроблений на основі аналізу спеціальної літератури і власного досвіду. Розрахований на студентів інститутів фізичної культури та тренерів.

Ключові слова: спортивний масаж, історія, методика, техніка.

Аннотация. В пособии рассмотрен вопрос истории возникновения массажа; физиологические и гигиенические основы массажных процедур; описаны методика и техника приемов спортивного массажа; методика применения его в соединении со смазывающими веществами; и предоставлены рекомендации по технике и методике массажа отдельных участков тела. Впервые на государственном языке в пособии комплексно представлен материал по спортивному массажу. Пособие разработано на основе анализа специальной литературы и собственного опыта и предназначено студентам институтов физической культуры и тренерам.

Ключевые слова: спортивный массаж, история, методика, техника.

Annotation. The question of history of origin of massage is considered in a manual; physiology and hygienically bases of procedures of massages; a method and technique of adopting a sporting massage is described; method of application of him in connection with oiling matters; and recommendations are given on a

technique and method of massage of separate areas of body. First in official language in this manual material is given complex on a sporting massage. A manual is developed on the basis of analysis of the special literature and own experience. Counted on the students of institutes of physical culture and trainers.

Key words: *sporting massage, history, method, technique.*

80. Руденко Р. Сучасні погляди на фізіологічний вплив та методіку спортивно-корекційного масажу для спортсменів-інвалідів / Романна Руденко // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. – Л., 2012. – Вип. 16, т. 3. – С. 183–186.

Анотація. У статті проаналізовані питання застосування масажу для спортсменів-інвалідів. Визначено фізіологічний вплив спортивно-корекційного масажу на організм неповносправних спортсменів. Розглянуто методіку спортивно-корекційного масажу. Обґрунтовано нервово-рефлекторну реакцію механізму впливу масажу на організм, корекційну спрямованість окремих прийомів, дію прийомів вибіркового масажу на стан м'язів. Доведено доцільність застосування спортивно-корекційного масажу для кваліфікованих спортсменів-інвалідів.

Ключові слова: *спортсмени-інваліди, масаж, тренування, відновлення.*

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы применения массажа спортсменам-инвалидам. Определено физиологическое влияние спортивно-коррекционного массажа на организм спортсменов-инвалидов. Проанализирована методика спортивно-коррекционного массажа. Обоснована нервно-рефлекторная реакция механизма влияния массажа на организм, коррекционная направленность отдельных приемов, действие приемов выборочного массажа на состояние мышц. Доказана целесообразность применения спортивно-коррекционного массажа квалифицированным спортсменам-инвалидам.

Ключевые слова: *спортсмены-инвалиды, массаж, тренировка, восстановление.*

Annotation. The article issues the efficiency of massage application for disabled sportsmen. Physiological influence of sport and correction massage for disabled sportsmen is studied. The methods of sport and correction massage are analyzed. The neural and reflex reaction of organism under massage application is considered; the correction efficiency of certain forms of massage application is highlighted; the impact of individual massage application on the muscular condition is overlooked. The significance of sport and correction massage for disabled sportsmen of elite level is proved.

Key words: *disabled sportsmen, massage, training, rehabilitation.*

81. Руденко Р. Термотопографічні показники окремих частин тіла кваліфікованих важкоатлетів та борців після застосування відновного масажу / Романна Руденко // Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. – Івано-Франківськ, 2008. – Вип. 4. – С. 41–45.

Анотація. У статті розглянуто питання про вплив методик відновного масажу на терморегуляцію організму після фізичних навантажень у передзмагальному мезоциклі кваліфікованих борців та важкоатлетів.

Ключові слова: відновний масаж, передзмагальний мезоцикл, кваліфіковані борці, кваліфіковані важкоатлети, терморегуляція організму.

Аннотація. В статье рассмотрен вопрос о влиянии методик восстановительного массажа на терморегуляцию организма после физических нагрузок в предсоревновательном мезоцикле квалифицированных борцов и тяжелоатлетов.

Ключевые слова: восстановительный массаж, предсоревновательный мезоцикл, квалифицированные борцы, квалифицированные тяжелоатлеты, терморегуляция организма.

Annotation. The article is devoted to the question of the question of the remedial massage methods influence upon organisms thermoregulation after physical loadings in precompetition mezosycle in qualified wrestlers and weightlifters.

Key words: remedial massage, precompetition mezosycle, qualified wrestlers, qualified weightlifters, thermoregulation of the organism.

82. Руденко Р. Є. Вплив відновного масажу на спеціальну працездатність кваліфікованих борців та важкоатлетів у передзмагальному мезоциклі / Руденко Р. Є. // Актуальні проблеми силових видів спорту та спортивної боротьби : матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф. / за ред. В. Д. Мартина. – 2006. – С. 39–42.

Анотація. Вивчено вплив відновного масажу на рівень спеціальної працездатності кваліфікованих борців та важкоатлетів у передзмагальному мезоциклі.

Ключові слова: відновний масаж, спеціальна працездатність, кваліфіковані борці, важкоатлети.

Аннотація. Изучено влияние восстановительного массажа на уровень специальной работоспособности квалифицированных борцов и тяжелоатлетов в предсоревновательном мезоцикле.

Ключевые слова: восстановительный массаж, специальная работоспособность, квалифицированы борцы, тяжелоатлеты.

Annotation. Influence of restoration massage is studied on the level of the special capacity of skilled fighters and heavy athletics is considered in a minimum cycle is before a competition.

Key words: restoration massage, special capacity, fighters, heavy athletics, are skilled.

83. Руденко Р. Масаж у системі підготовки спортсменів-інвалідів / Романна Руденко // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2011. – № 2(4). – С. 59–64.

Анотація. У статті розглядаються питання про застосування медико-біологічних засобів відновлення у тренувальному процесі спортсменів-

інвалідів. Здійснено аналіз медико-біологічних засобів відновлення, які мають глобальну, загальнотонізуючу та вибірккову дію. Підтверджено доцільність застосування масажу в інвалідному спорті, який впливає на перебіг основного захворювання та відновлює працездатність для підвищення спортивних результатів. Обґрунтована необхідність поєднання спортивного та реабілітаційного масажу як засобів відновлення після фізичних навантажень з урахуванням основного захворювання відповідно до функціональних можливостей спортсмена-інваліда. Проаналізована дія вибіркового масажу в загальній системі засобів відновлення, застосування часткового, локального, короткочасного масажу після навантажень різної інтенсивності.

Ключові слова: масаж, спортсмени, інваліди, інваспорт, тренування, фізичне навантаження, відновлення.

Аннотація. В статье рассматриваются вопросы о применении медико-биологических средств восстановления в тренировочном процессе спортсменов-инвалидов. Осуществлен анализ медико-биологических средств восстановления, которые имеют глобальное, общетонизирующее, избирательное воздействие. Подтверждена целесообразность применения массажа в инвалидном спорте, который воздействует на течение основного заболевания и восстанавливает работоспособность для улучшения спортивных результатов. Обоснована необходимость совмещения спортивного и реабилитационного массажа как средства восстановления после физических нагрузок с учетом основного заболевания соответственно функциональным возможностям спортсмена-инвалида. Проанализировано действие выборочного массажа в общей системе средств восстановления, применение частного, локального, краткосрочного массажа после нагрузок разной интенсивности.

Ключевые слова: массаж, спортсмены, инвалиды, инваспорт, тренировка, физическая нагрузка, восстановление.

Annotation. The issue of medical and biological restoration methods application for disabled athletes in the general training process is examined in this article. The analysis of medical and biological restoration methods with global, tonic and selective effect is carried out. The reasonability of massage application in sports for the disabled that can influence on the course of the main disease and restore the efficiency for better sports results is confirmed. The necessity of sportive and rehabilitation massage combination is emphasized. The importance of this combination as the restoration method after physical exercises including the main disease in accordance with disabled athletes' functional resources is highlighted. The effect of the selective massage in the general system of restoration methods is analyzed. The partial, local and short-term types of massage after intensive physical exercises are under research.

Key words: massage, athletes, disabled people, sports for the disabled, training, physical exercises, restoration.

84. Спиридонова Л. Е. Использование педагогического теста для определения эффективности восстановительного массажа в тренировке лыжников-гонщиков / Л. Е. Спиридонова, М. М. Кузнецова // Теория и практика физической культуры. – 1986. – № 2. – С. 50–52.

Аннотация. Показано, что коэффициент эффективности является тестом, отражающим уровень работоспособности спортсменов. В качестве средств в педагогическом тесте могут быть использованы бег, ходьба на лыжах, прыжковая имитация, катание на роллерах и другие циклические передвижения. При использовании в тесте других средств необходимо получить эталонную форму и график, относительно которых вести расчеты для различных степеней интенсивности.

Ключевые слова: тест, коэффициент, эффективность, восстановительный массаж.

Анотація. Показано, що коефіцієнт ефективності є тестом, який відображає рівень працездатності спортсменів. Як засоби у тесті можна використати біг, ходьбу на лижах, стрибкову імітацію, катання на ролерах та інші циклічні пересування. Під час використання у тесті інших засобів необхідно отримати еталонну форму і графік, щодо яких вести розрахунки для різних ступенів інтенсивності.

Ключові слова: тест, коефіцієнт, ефективність, відновний масаж.

Annotation. Thus, a coefficient of efficiency is a test, reflecting the level of capacity of sportsmen. As facilities in a test can be used at run, skiing, imitation jump, rolling and other cyclic movements. At the use in the test of other facilities it is necessary to get a standard form and graph, in relation to which conduct calculations for the different degrees of intensity.

Key words: test, coefficient, efficiency, restoration massage.

85. Спортивный массаж : метод. реком. для слушателей ФПК, студ. ИФК / сост. Буровых А. Н., Билькевич А. Л. – К., 1989. – 43 с.

Аннотация. Рекомендации содержат теоретические основы массажа, классификацию техники и методики проведения спортивного массажа.

Ключевые слова: спортивный массаж, основы, классификация, техника.

Анотація. Рекомендації містять теоретичні основи масажу, класифікацію техніки і методики проведення спортивного масажу.

Ключові слова: спортивний масаж, основи, класифікація, техніка.

Annotation. Recommendations are contained by theoretical bases of massage, classification of technique and method of conducting of sporting massage.

Key words: sporting massage, bases, classification and technique.

86. Спортивный массаж : учебник / под общ. ред. В. А. Макарова. – М. : Физкультура и спорт, 1975. – 207 с.

Аннотация. Учебник по спортивному массажу написан в соответствии с программой институтов физической культуры. В книге излагаются физиологическое обоснование массажа, техника выполнения отдельных

приемов массажа, виды спортивного массажа, особенности массажа в отдельных видах спорта, самомассаж и другие вопросы спортивного массажа. Учебник предназначен для студентов всех отделений и факультетов институтов физической культуры и факультетов физического воспитания педагогических институтов. Он может быть также полезен для спортивных массажистов, тренеров и спортсменов.

Ключевые слова: спортивный массаж, техника выполнения, виды.

Анотація. Підручник написаний відповідно до програми інститутів фізичної культури. У книзі викладено фізіологічне обґрунтування масажу, техніка виконання окремих прийомів масажу, види спортивного масажу, особливості масажу в окремих видах спорту, самомасаж та інші питання спортивного масажу. Підручник призначений для студентів всіх відділень і факультетів інститутів фізичної культури і факультетів фізичного виховання педагогічних інститутів. Він може бути також корисний для спортивних масажистів, тренерів і спортсменів.

Ключові слова: спортивний масаж, техніка виконання, види.

Annotation. The real textbook on a sporting massage is written in accordance with the program of institutes of physical culture. The physiological ground of massage, technique of implementation of separate receptions of massage, types of sporting massage, features of massage in the separate types of sport, selfmassage and other questions of sporting massage, is expounded in a book. A textbook is intended for the students of all separations and faculties of institutes of physical culture and faculties of physical education of pedagogical colleges. He can be also useful to the sporting masseurs, trainers and sportsmen.

Key words: sporting massage, technique of implementation, kinds.

87. Тюрин А. М. Влияние различных видов массажа на психоэмоциональное состояние спортсмена / Тюрин А. М. // Теория и практика физической культуры. – 1985. – № 7. – С. 19–20.

Анотація. Ручной восстановительный массаж лучше использовать при хорошем исходном психоэмоциональном состоянии спортсмена, при ухудшении исходного уровня целесообразнее применять комбинированный массаж.

Ключевые слова: массаж, виды, спортсмены.

Анотація. Ручний відновний масаж краще застосовувати при хорошому початковому психоемоційному стані спортсмена, при погіршенні початкового рівня доцільніше застосовувати комбінований масаж.

Ключові слова: масаж, види, спортсмени.

Annotation. It is better to use a hand restoration massage for the good initial mentally emotional state of sportsman, at worsening of initial level more expedient to apply the combined massage.

Key words: massage, kinds, sportsmen.

88. Федорак М. Вплив масажу на відновлення спортивної працездатності у акробатів та гімнастів високої кваліфікації / Микола Федорак // Спортивна

наука на рубежі століть : матеріали II Міжнар. наук. конф. студ. – К., 2000. – С. 141–142.

Анотація. Обґрунтовано методику застосування масажу для відновлення спортивної працездатності висококваліфікованих акробатів та гімнастів. Результати роботи повинні привернути увагу спортсменів і тренерів до одного із засобів відновлення спортивної працездатності — відновного масажу.

Ключові слова: масаж, відновлення, спортивна працездатність.

Аннотация. Обоснована методика применения массажа для восстановления спортивной работоспособности высококвалифицированных акробатов и гимнастов, Результаты работы должны привлечь внимание спортсменов и тренеров к одному из способов восстановления спортивной работоспособности — восстановительному массажу.

Ключевые слова: массаж, восстановление, спортивная работоспособность.

Annotation. The principal aim of our investigation is to study the methodic of the sports massage utilization for the restoration of sports ability of top-class acrobats and gymnasts. The results of the investigation should attract attention of sportsmen and coaches to one of the methods of renewing sports ability — renewing massage.

Key words: massage, renewal, sporting capacity.

89. Харченко Г. Д. Особенности восстановительного массажа для стрелков из лука / Г. Д. Харченко // Олімпійський спорт і спорт для всіх : тези доп. IX Міжнар. наук. конгр.– К., 2005. – С. 841.

Аннотация. Обосновано, что при стрельбе из лука спортсмен длительное время находится в статическом положении, поэтому рекомендуется восстановительный массаж, предупреждающий миофасциальный болевой синдром. Восстановительный сеанс может быть общим (до 40 мин) или частным (до 20 мин), проводится он с достаточной силой и глубиной, после такого сеанса целесообразен пассивный отдых в течение 1-2 часа.

Ключевые слова: восстановительный массаж, стрелки из лука, болевой синдром.

Анотація. Обґрунтовано, що при стрільбі з лука спортсмен тривалий час знаходиться в статичному положенні, тому рекомендується відновний масаж, що застережує міофасциальний больовий синдром. Відновний сеанс може бути загальним (до 40 хв) або приватним (до 20 хв), проводиться він з достатньою силою і глибиною, після такого сеансу доцільний пасивний відпочинок протягом 1-2 години.

Ключові слова: відновний масаж, стрілки з лука, больовий синдром.

Annotation. It is grounded, that at archery a sportsman long time is in static position, a restoration massage is therefore recommended, warning miofastsial pain syndrome. A restoration session can be general (to 40 mines) or private (to 20 mines), he is conducted with sufficient force and depth, after such session passive rest is expedient during 1-2 hours.

Key words: restoration massage, pointers from a bow, pain syndrome.

90. Царенкова Л. Методика спортивного відновлювального масажу / Царенкова Людмила // Дидактико-методичні аспекти фізичної культури : зб. наук. пр. за матеріалами I туру VI Всеукр. студент. наук.-практ. конф. – Херсон, 2011. – С. 120–122.

Анотація. Серед медико-біологічних засобів відновлення найбільш доступним і високоефективним є спортивний відновлювальний ручний масаж. Ручний спортивний масаж використовують з метою відновлення як після закінчення тренування або змагання, так і у перервах між навантаженнями.

Ключові слова: спортивний відновлювальний масаж, методика, навантаження.

Аннотация. Среди медико-биологических средств восстановления наиболее доступным и высокоэффективным является спортивный восстановительный ручной массаж. Ручной спортивный массаж используют с целью восстановления как по окончании тренировки или соревнования, так и в перерывах между нагрузками.

Ключевые слова: спортивный восстановительный массаж, методика, нагрузка.

Annotation. Among biomedical facilities of renewal most accessible is a sporting restoration hand massage. A hand sporting massage is used with the purpose of renewal both upon termination of training or competition and in interruptions between loadings.

Key words: sporting restoration massage, method, loading.

91. Язловецький В. Основи спортивного й лікувального масажу : навч. посіб. для студ. ф-тів фіз. виховання / В. С. Язловецький, В. М. Мухін, А. Л. Турчак. – Кіровоград, 2004. – 333 с.

Анотація. У навчальному посібнику подано розробки лабораторних занять з теорії та методики спортивного і лікувального масажу, які допоможуть майбутнім фахівцям з фізичної реабілітації, професійного й олімпійського спорту набутти важливі знання, навички та вміння використання цього загальновідомого ефективного методу на практиці. Для студентів факультетів фізичного виховання, професійного й олімпійського спорту, фізичної реабілітації, рекреації та валеології.

Ключові слова: спортивний, лікувальний масаж, теорія, методика.

Аннотация. В учебном пособии поданы разработки лабораторных занятий по теории и методике спортивного и лечебного массажа, которые помогут будущим специалистам по физической реабилитации, профессионального и олимпийского спорта приобрести важные знания, навыки и умения использования этого общеизвестного эффективного метода на практике. Для студентов факультетов физического воспитания, профессионального и олимпийского спорта, физической реабилитации, рекреации и валеологии.

Ключевые слова: спортивный, лечебный массаж, теория, методика.

Annotation. Developments of laboratory are given in a train aid, employments from a theory and methods of sporting and medical massage, which will help future specialists on a physical rehabilitation, professional and olympic sport to purchase important knowledge's, skills and abilities of the use of this well-known effective method in practice. For the students of faculties of physical education, professional and olympic sport, physical rehabilitation, recreatesy and valeology.

Key words: sporting, medical massage, theory, method.

92. Язловецький В. Основи спортивного й лікувального масажу : навч. посіб. для студ. ВНЗ фіз. виховання і спорту. – Вид. 2-е, перероб. і допов. / В. С. Язловецький, В. М. Мухін, А. Л. Турчак. – Кіровоград, 2007. – 346 с.

Анотація. У навчальному посібнику подано розробки лабораторних занять з теорії та методик спортивного і лікувального масажу, які допоможуть майбутнім фахівцям з фізичної реабілітації, професійного й олімпійського спорту набутти важливі знання, навички та вміння використання цього загальновідомого ефективного методу на практиці. Для студентів факультетів фізичного виховання, професійного й олімпійського спорту, фізичної реабілітації, рекреації та валеології.

Ключові слова: спортивний, лікувальний масаж, теорія, методика.

Аннотация. В учебном пособии поданы разработки лабораторных занятий по теории и методике спортивного и лечебного массажа, которые помогут будущим специалистам по физической реабилитации, профессионального и олимпийского спорта приобрести важные знания, навыки и умения использования этого общеизвестного эффективного метода на практике. Для студентов факультетов физического воспитания, профессионального и олимпийского спорта, физической реабилитации, рекреации и валеологии.

Ключевые слова: спортивный, лечебный массаж, теория, методика.

Annotation. Developments of laboratory are given in a train aid, employments from a theory and methods of sporting and medical massage, which will help future specialists on a physical rehabilitation, professional and olympic sport to purchase important knowledge's, skills and abilities of the use of this well-known effective method in practice. For the students of faculties of physical education, professional and olympic sport, physical rehabilitation, recreates'y and valeology.

Key words: sporting, medical massage, theory, method.

93. Янчук М. Масаж як засіб підтримання фізичної форми, профілактики та лікування різних травм та захворювань / Марія Янчук, Лариса Баклицька // Проблеми формування здорового способу життя молоді : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. студ. магістрів та асп. – Л., 2007. – С. 233–234.

Анотація. У статті описаний вплив масажу на нервову, лімфатичну системи, на шкіру та м'язи.

Ключові слова: масаж, фізична форма, профілактика, лікування.

Аннотация. В статье описано влияние массажа на нервную, лимфатическую системы, на кожу и суставы.

Ключевые слова: массаж, физическая форма, профилактика, лечение.

Annotation. In the article influence of massage is described on nervous, lymphatic systems, on a skin and joints.

Key words: massage, physical form, prophylaxis, treatment.

94. Assessment of effectiveness of sports massage in supporting of warm-up / Boguszewski Dariusz [et all.] // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2014. – № 10. – С. 67–71.

Annotation. Warm-up with massage had positive effect for fitness level. More effective was exercises preceded by massage - differences in results (after the standard warm-up and warm-up with massage) in every tests were significant ($p < 0.001$). Alternative form of warm-up can be effective way to preparing the body for exercises and make the training more attractive.

Key words: warm-up, sports massage, fitness, women.

Аннотація. Оценка эффективности спортивного массажа в поддержке разминки. Разминка с массажем показала положительное влияние на уровень физической подготовки. Более эффективным оказались упражнения, которым предшествовал массаж - различия в результатах (после стандартной разминки и разогрева с массажем) в каждом из тестов были достоверны ($p < 0,001$). Альтернативная форма разминки может быть эффективным способом подготовки тела для упражнений и позволяет сделать обучение более привлекательным.

Ключевые слова: разминка, спортивный массаж, фитнес, женщины.

Анотація. Розминка з масажем показала позитивний вплив на рівень фізичної підготовки. Більш ефективним виявилися вправи, яким передував масаж - відмінності в результатах (після стандартної розминки і розігрівання з масажем) у кожному з тестів були достовірні ($p < 0,001$). Альтернативна форма розминки може бути ефективним засобом підготовки тіла для вправ і дозволяє зробити навчання більш привабливим.

Ключові слова: розминка, спортивний масаж, фітнес, жінки.

ІМЕННИЙ ПОКАЖЧИК

Азбакиева Х. А.	1	Маглеваний А. В.	61,62
Аикина Л. И.	2	Макареня В. В.	59
Амерханов Р. Р.	58	Макаров В. А.	86
Антоненко Е. В.	3	Марьясис В. Б.	60
Баклицька Л.	93	Матяжов В. С.	61,62
Бариков Д. С.	71	Матяжова А. В.	61
Бахарева А. А.	47	Мухін В. М.	91,92
Билькевич А. Л.	85	Некрасов А.	63
Бирюков А. А.	4-37	Оврас А. Б.	72
Богачев В. Д.	38	Панишко Ю. М.	64
Бубнов И. Ю.	39	Підкопай Д. О.	65-67
Буровых А. Н.	40-43,54,85	Підкопай Т. В.	67,68
Варвинская Н.	44	Поварещенкова Ю. М.	69
Варвинский В.	44	Приступа Т.	70
Васичкин В. И.	45,46	Решетило С.	75
Власова Н. А.	47	Руденко О.	75
Высочин Ю. В.	45	Руденко Р. Є.	72-83
Головко Н. Г.	38	Самойлов Ю. П.	38
Гулин А. В.	58	Спиридонова Л. Е.	84
Дубровский В. И.	48-53	Турчак А. Л.	91,92
Еремеев И. Н.	54	Тюрин А. М.	45,87
Єфіменко П. Б.	55	Федорак М.	88
Жмылевская В. В.	69	Харченко Г. Д.	89
Зотов В. П.	42,56	Царенкова Л.	90
Ковцун В. І.	64	Чугунов В.	63
Козій Р. С.	64	Швець П. Л.	71
Красовська А. Г.	71	Язловецький В.	91,92
Кретинин В. В.	58	Янчук М.	93
Кузнецов А.	44	Voguszewski D.	94
Кузнецова М. М.	84		
Левашов П. Н.	47		

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

СПОРТИВНИЙ МАСАЖ

Анотований
бібліографічний покажчик
трьома мовами

Укладач – Ірина Свістельник