

Зачетные требования
по учебной дисциплине «Спортивный массаж» для студентов 3 курса
дневной формы получения образования
для специальности 6-05-1012-03 «Физическая реабилитация и эрготерапия
(по направлениям)»
2025/2026 уч. года
Летняя сессия

1. Роль массажа в спортивной практике.
2. Классификация спортивного массажа. Особенности методик.
3. Разновидности предварительного массажа.
4. Цель, задачи, подвиды предварительного массажа.
5. Техника и методика выполнения предварительного массажа.
6. Особенности методики выполнения процедуры предварительного массажа в зависимости от вида спорта.
7. Разновидности тренировочного массажа.
8. Цель и задачи, решаемые каждым видом тренировочного массажа.
9. Показания и противопоказания к применению тренировочного массажа.
10. Содержание процедуры тренировочного массажа.
11. Техника и методика выполнения тренировочного массажа.
12. Особенности методики выполнения процедуры тренировочного массажа в зависимости от вида спорта.
13. Разновидности восстановительного массажа.
14. Цель и задачи, решаемые каждым из подвидов восстановительного массажа.
15. Особенности проведения массажа у юных спортсменов и женщин, занимающихся спортом.
16. Банные процедуры и массаж в практике спорта.
17. Цель и задачи использования мазей и растирок в спортивной практике.
18. Виды мазей и растирок, используемых в спортивной практике.
19. Техника выполнения массажа с использованием мазей и растирок.
20. Массаж при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом.