

РЕЦЕНЗІЯ

на магістерську роботу **Плотнікової Тетяни Анатоліївни** за темою
**«ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ СПОРТСМЕНІВ ЛУЧНИКІВ ПРИ
МІОФАСЦІАЛЬНОМУ БОЛЬОВОМУ СИНДРОМІ ПЛЕЧОВОГО ПОЯСА»**

Міофасціальний больовий синдром – одна з найбільш частих причин болю в спині, шиї і кінцівках, джерелом якої є скелетні м'язи і прилеглі фасції. Відповідно до Міжнародної класифікації хвороб (МКБ-10) МБС відноситься до захворювань навколосуглобових м'яких тканин.

Актуальність теми пов'язана зі збільшенням обсягу та інтенсивності тренувальних навантажень, постійному зростанні спортивних результатів і посиленню конкуренції між спортсменами, що має значний фізичний і психоемоційний вплив на організм людини, що неминуче призводить до різних захворювань, особливо опорно-рухового апарату. Наукові дослідження констатують, що погіршення показників здоров'я спортсменів відбувається на всіх етапах підготовки і залежить від чинників тренувальної та змагальної діяльності. Причиною виникнення МФБС у спортсменів, що спеціалізуються на стрільбі з лука, є довготривалі стереотипні асиметричні рухи зі статико-динамічним навантаженням і особливості методики тренувально-змагального процесу, негативний вплив яких посилюється в несприятливих умовах навколишнього середовища та при наявності вогнищ хронічної інфекції.

Магістерська робота, яку подано на рецензію, виконана у відповідності до завдання, в повному обсязі у встановлений термін. Робота складається з таких основних розділів: переліку умовних скорочень, вступу, трьох розділів, висновків, аналізу літературних джерел та додатків. Мета магістерської кваліфікаційної роботи полягає в обґрунтуванні та розробці програми фізичної терапії для спортсменів лучників, які страждають на міофасціальний больовий синдром у міжзмагальний період для покращення функціональних можливостей, повернення активності в повсякденному житті..

У роботі було проаналізовано особливості комплексного застосування лікувального масажу з опрацюванням міофасціальних тригерних пунктів, постізометричної релаксації та кінезотерапії на функціональний стан спортсменів лучників.

Вважаю, що робота задовольняє вимоги, які пред'являються до кваліфікаційних робіт і заслуговує на позитивну оцінку, а Плотнікова Тетяна Анатоліївна на присвоєння кваліфікації фізичний терапевт, ерготерапевт.

Рецензент:

д.пед.н., професор



Ю. О. Лянной