

ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ, ПРИ БОЛЕЗНЯХ НОСА И ГОРЛА

ЦЕЛЬ: тренировка навыков правильного носового дыхания

- 1. формирование глубокого ритмичного вдоха и выдоха;
- 2. улучшение функций дыхания

ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ПРЕОДОЛЕНИЕ ПОСЛЕДСТВИЙ ОБЩИХ БРОНХОЛЕГОЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

ЦЕЛЬ: укрепление мышц туловища и конечностей, улучшение функции дыхания.

- 1. укрепление мышц пояса верхних конечностей;
- 2. улучшение дыхательной функции бронхов;
- 3. адаптация дыхания и организма в целом физическим нагрузкам

ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПРАВИЛЬНОЙ ОСАНКИ

ЦЕЛЬ: укрепление мышц спины и брюшного пресса, растягивание передней поверхности грудной

- 1. укрепление мышечного корсета;
- 2. коррекция имеющихся дефектов осанки в условиях игровой терапии

ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ИСПРАВЛЕНИЕ ПЛОСКОСТОПИЯ

ЦЕЛЬ: закрепить навыки правильной установки стоп и напряжения мышц стопы и пальцев в различных исходных положениях

- 1. укрепление мышц пальцев стопы и голеностопного сустава;
- 2. выполнение упражнений с заданной амплитудой движения, преимущественно в разгрузочных исходных положениях (сидя, на коленях, на четвереньках)

ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ ПРИ ДИСКИНЕЗИИ ЖЕЛЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ

ЦЕЛЬ: осуществление дренажа желчного пузыря и улучшение оттока желчи в двенадцатиперстную кишку

- 1. активизация крово- и лимфообращения в брюшной полости;
- 2. нормализация функции желчного пузыря;
- 3. адаптация к постепенно возрастающим физическим нагрузкам

ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ ПРИ ОЖИРЕНИ

ЦЕЛЬ: увеличение энергозатрат и улучшение деятельности сердечно-сосудистой системы

- 1. улучшение обмена веществ;
- 2. сохранение и увеличение подвижности в крупных суставах;
- 3. адаптация к постепенно возрастающим разнообразным физическим нагрузкам

ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ НА ПРЕОДОЛЕНИЕ ПОСЛЕДСТВИЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ

ЦЕЛЬ: укрепление мелкой моторики и диафрагмального дыхания, адаптация сердечно- сосудистой системы к постепенно возрастающим нагрузкам.

- 1. улучшение крово- и лимфообращения;
- 2. расширение физических нагрузок.