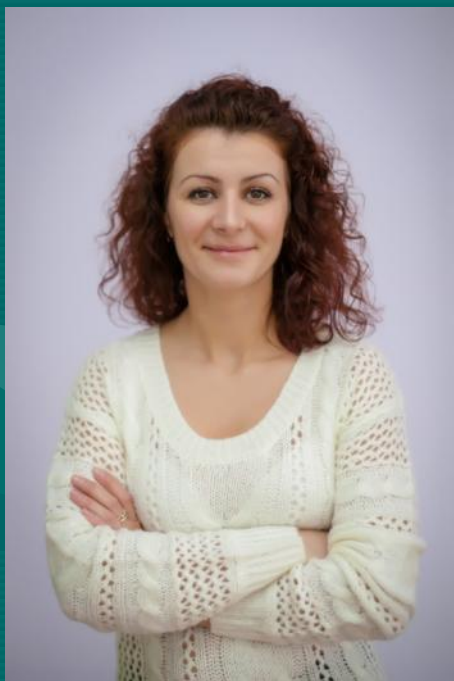


Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 2 комбинированного вида
Петродворцового района Санкт-Петербурга

Упражнения для работы с детьми дошкольного
возраста с использованием
Тренажерно – информационной системы
«ТИСА»



Подготовила:
Годынюк Галина Васильевна
Воспитатель

Универсальный многофункциональный тренажер с ММПБКП.

Предназначен для развивающих и корректирующих упражнений на фоне модуляции мягких природных колебаний (ММПБКП), оказывающих положительное воздействие на биологические процессы организма ребенка.

Обеспечивает выполнение упражнений с разгруженным позвоночником под различными углами;
обеспечивает нормализацию мышечного тонуса;
с помощью каната ребенок может поднимать туловище без напряжения поясничного отдела позвоночника.

Упражнения на Универсальном многофункциональном тренажере

Лежа на скате прижать к груди и опустить ноги согнутые в коленях.

Упражнение укрепляет брюшной пресс.



Упражнения на Универсальном многофункциональном тренажере

Лежа на скате поднять и опустить ноги.

Упражнение укрепляет брюшной пресс и мышцы бедра.



Упражнения на Универсальном многофункциональном тренажере

Лежа боком на скате, одной рукой держась за шведскую стенку поднять ногу и руку .
Задержаться в таком положении на некоторое время.

Упражнение для развития косых мышц брюшного пресса и равновесия.



Упражнения на Универсальном многофункциональном тренажере

Лежа на скате, держась руками за шведскую стенку подтянуть себя вверх.

Упражнение для развития мышц плечевого пояса.



Упражнения на Универсальном многофункциональном тренажере

Лежа на скате на животе
поднять корпус вверх.

Упражнение для развития
мышц спины.



Упражнения на Универсальном многофункциональном тренажере

Лежа на скате на спине
поднять корпус вверх.

Упражнение для брюшного
пресса.



Упражнения на Универсальном многофункциональном тренажере

Держась за канат идти по скату вперед и назад.

Упражнение на развитие равновесия.



Горка корректирующая с ММПБКП

Данное устройство предназначено для улучшения ориентации в пространстве, координации, нормализации мышечного тонуса, проработки тазобедренных суставов, точек стопы.



Упражнения на корректирующей горке

На горку можно подниматься различными способами: по лестнице, по подъемнику с шипами, по скату.



Упражнения на корректирующей горке

Скатываться с горки
можно сидя,
лежа на спине,
лежа на животе.

