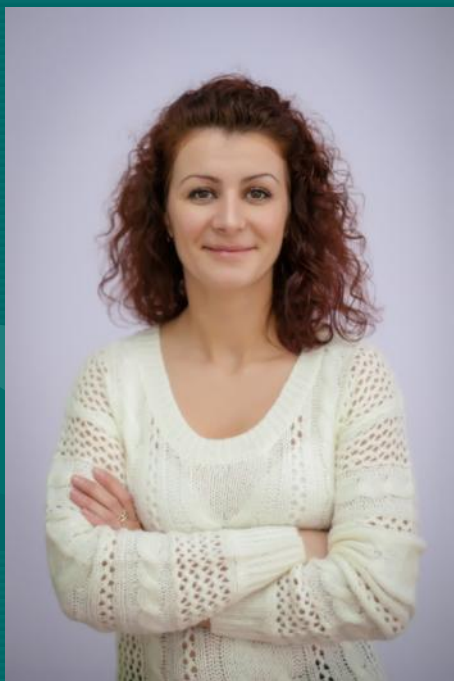


Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 2 комбинированного вида
Петродворцового района Санкт-Петербурга

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



Подготовила:
Годынюк Галина Васильевна
Воспитатель

Виброскамейка с ММПБКП.

Жесткий модуль – Виброскамейка предназначен для выполнения различных упражнений на животе, спине, скольжений, нормализует мышечный тонус, корректирует осанку.



Упражнения на Виброскамейке

Скольжение лежа и сидя



Развивают силу
плечевого пояса.



Вестибуплатформа с ММПБКП.

Данное устройство
предназначено для
совершенствования
вестибулярного
аппарата при переносе
веса тела вправо- влево,
вперед-назад.



Упражнения на Вестибуплатформе

Лежа на вестибуплатформе
поднять корпус вверх.

Упражнение укрепляет
мышцы спины.



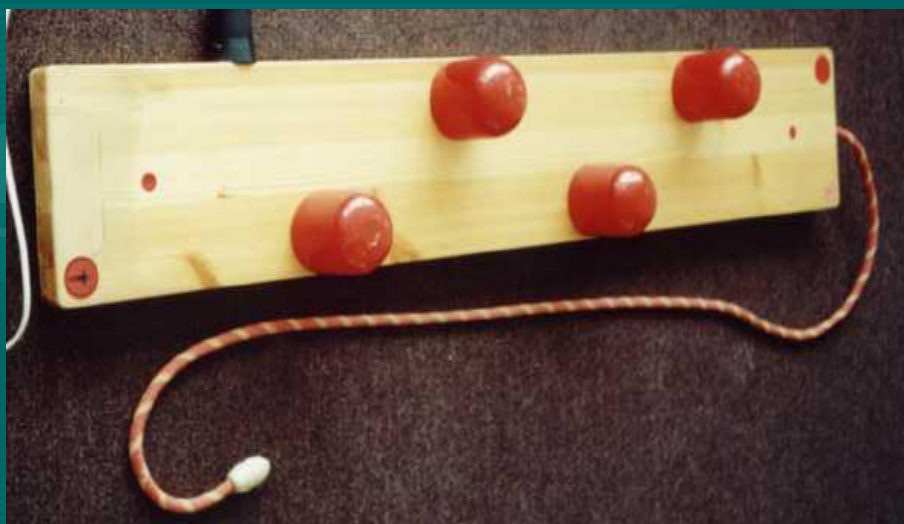
Стоя на вестибуплатформе
поочередно поднимать
ноги .

Стоя двумя ногами
переносить вес тела
вперед-назад.

Упражнение развивает
вестибулярный аппарат.

Устройство для моделирования ситуаций, предотвращающих травматизм с ММПБКП.

Данное устройство предназначено для улучшения координации и ориентации в пространстве, создания предпосылок, предотвращающих травматизм, для проработки передней, средней и задней частей стопы.



Упражнения на устройстве предотвращающих травматизм

Держась за канат пройти
по устройству: по шипам,
на пятках, на носках, между
шипами, скользя ногой
между шипами вперед-назад



Вибродорожка с ММПБКП.

Гибкий модуль предназначен
для выполнения упражнений
лежа и сидя.

За счет гибкости конструкции
обеспечивает контакт со всеми
точками тела человека.

Применяется для нормализации
мышечного тонуса,
расслабления после занятий.



Упражнения на вибродорожке



Катоактин с ММПК.

Предназначен для проработки активных точек и сегментов стоп, рук и других звеньев тела, выполняются вращения валиков стопами или ладонями одновременно и попеременно. Также выполняются поглаживающие движения катоактином по зонам спины, рук, ноги, вдоль позвоночника для улучшения мелкой моторики, кровообращения, обменных процессов.

