

## Современные оздоровительно-профилактические и реабилитационные технологии с использованием тренажерно-информационной системы «ТИСА» в практике дошкольного учреждения

Адаптивная физическая культура в последнее время широко внедряется в дошкольные учреждения различного профиля. И причин этому много: неуклонный рост числа детей с нарушениями опорно–двигательного аппарата; сокращение двигательной активности детей из-за приоритета «интеллектуальных» занятий и, как следствие, снижение мышечного тонуса и общая слабость мышц, неспособных удерживать осанку в правильном положении.

Именно своевременность использования физических упражнений с профилактической целью является наиболее значимым фактором внедрения лечебной гимнастики в практику коррекционной работы дошкольных учреждений. Применяемые в лечебной гимнастике физические упражнения просты и доступны для выполнения, не вызывают побочного воздействия, а проводимые в игровой форме занятия, становятся более привлекательными, повышают эмоциональное состояние ребенка, его физические возможности и устраняют имеющиеся нарушения опорно-двигательного аппарата.

Целью данной работы является:

1. Формирование правильной осанки и профилактика деформации стопы.
2. Подготовка к предстоящей жизнедеятельности, развитие основных физических качеств и расширение функциональных возможностей организма, обогащение двигательного опыта жизненно – важными навыками и умениями.
3. Коррекция нервно-мышечного аппарата
4. Воспитание бережного отношения к собственному здоровью.
5. Освоение знаний о ценностях физической культуры и о влиянии занятий лечебной гимнастики на развитие человека, формирование здорового образа жизни.

Задачи АФК:

1. Помочь детям овладеть навыками и умениями чувствовать внутреннее состояние своих органов (межпозвоночный столб)
2. Учить детей правильно выполнять упражнения по развитию подвижности позвоночника.
3. Развивать умения детей по овладению способами правильного взаиморасположения частей тела.
4. Способствовать закреплению навыков правильной осанки.
5. Выбатывать общую и силовую выносливость мышц туловища и повысить уровень физической работоспособности. Оказывать общеукрепляющее воздействие на организм ребенка.
6. Учить детей выполнять правильно упражнения по профилактике плоскостопия

Для решения этих задач в нашем саду проводятся занятия с использованием устройств тренажерно-информационной системы «ТИСА».

