

Кабинет адаптивной физкультуры

Площадь кабинета 55,4 м²

Оборудование

№	Наименование	Количество	Назначение
1	Коврик для гимнастики	13	Используются для укрепления мышечного корсета в положениях: лежа на спине, животе, боку, в коленно кистевом положении
2	Мяч для занятий ЛФК	5	Выполнение упражнений на мячах фитболах, укрепляет мышечный корсет, благотворно влияет на ЦНС, поднимает настроение, снимает стресс и напряжение.
3	Скамья для наклонов с разметкой для измерения гибкости	1	Используется для тестирования гибкости и развития гибкости путем многократных подходов.
4	Дорожка (разметка) для прыжков в длину с места	1	Используется для обучения технике прыжка в длину с места (отталкивания двумя ногами), тестирования прыжков. Развивается прыгучесть путем многократного повторения.
5	Набор мячей для спортивных игр	1	Используются для отработки элементов волейбола, футбола, баскетбола. Развивается умение взаимодействовать в команде.
6	Игра в перекидывание мяча по веревке	2	
7	Массажная дорожка (покрытие из ковролина; «искусственная трава»; модуль с галькой; модуль с пластиковым ковриком; модуль металлический рифленый.)	1	Использование оказывает массажный эффект для стоп, благотворно влияет на ЦНС
8	Гимнастический мат	8	Используются для лазаний по-пластунски, на четвереньках, в перекатах. Развивается координация движений, согласованность движений конечностей.

9	Шведская стенка	2	Используется для лазаний, лазаний с заданием. Развивает координацию движений, согласованность движений рук и ног. Использование турника позволяет учить детей подтягиваниям, укрепляя силу рук, плечевого пояса.
10	Шведская скамья	6	Используются для сидения, ползаний. При использовании укрепляются мышцы рук, плечевой пояс. Скамья оснащена креплением под шведскую стенку, закрепив скамью, выполняются упражнения для пресса.
11	Терапевтическая лента-эспандер (5 шт)	1	Используется одновременно двумя игроками, учит взаимодействию в парах
12	Мячики для рук различной жесткости (2 шт)	3	Используются для переключений из руки в руку, перекачивания по ладоням, сжиманий. Развивает мелкую моторику рук и силу мышц кистей.
13	Балансиры (бордюр-балансир; балансир-табурет)	3	Являются тренажерами для развития равновесия
14	Мягкий медицинский мяч с утяжелением	1	Имеет тактильный эффект. Используется для укрепления мышц рук и плечевого пояса при выполнении упражнений типа ОРУ и передачах в колонне и кругу
15	Гантели 2 кг.	1	
16	Гантели 1 кг.	1	
17	Мед. болл 2кг.	1	
18	Мед. болл 3 кг.	1	
19	Дорожка цинковка	1	
20	Булава гимнастическая	4	
21	Гриф для гантели	1	
22	Мяч футбольный	1	
23	Мячи резиновые	8	
24	Скамья многофункциональная	1	

25	Гимнастическая скамейка	3	
26	Гимнастическая палка	15	
27	Теннисные столы	3	
28	Блин в пластике (5 кг)	4	
29	Блин в пластике (1,25 кг)	6	