



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0C361A5EEE9F44CE9CFD26CC60101D57
Владелец: Супонина Людмила Геннадьевна
Действителен: с 26.08.2025 до 19.11.2026

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

АДМИНИСТРАЦИЯ ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ- ПЕТЕРБУРГА

ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 584 «Озерки» Выборгского района Санкт-Петербурга**

РАССМОТРЕНО Педагогическим советом Протокол № __1__ от «25 » августа 2026г.	УТВЕРЖДЕНО Директор ГБОУ школа №584 "Озерки" _____ Супонина Л.Г. Приказ № _75____ от «25 » августа 2026 г.
--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**учебного предмета «Адаптивная физическая культура»
для обучающихся с нарушением опорно-двигательного
аппарата с умеренной, тяжёлой, глубокой умственной
отсталостью (интеллектуальными нарушениями),
тяжелыми и множественными нарушениями развития
(вариант 2)**

8 «Д» класса

Санкт - Петербург

2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» для обучающихся 7 «Д» класса на уровне основного общего образования составлена на основе ФГОС НОО ОВЗ с НОДА УО Вариант 2, Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с тяжёлыми множественными нарушениями развития (сочетанием нарушений опорно-двигательного аппарата с нарушениями интеллектуального развития, зрения, слуха, расстройствами аутистического спектра и эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени и сочетающимися в разных вариантах), утверждённой приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026, а также ориентирована на целевые приоритеты развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

АФК рассматривается как часть общей культуры, подсистема физической культуры, одна из сфер социальной деятельности, направленная на восстановление, укрепление здоровья и наиболее полную реализацию физических возможностей лиц с нарушениями здоровья, в том числе с НОДА. Основными формами занятий АФК являются уроки, внеклассные, спортивные и оздоровительные мероприятия. При их проведении создаются условия для всестороннего развития личности обучающегося с НОДА, осознания своих физических возможностей, развития основных физических способностей, компенсации нарушенных функций организма и спортивного самоопределения.

Методика проведения занятий по АФК имеет ряд существенных отличий, которые обусловлены спецификой заболевания обучающихся с НОДА. Концептуальные подходы к построению и содержанию занятий адаптивной физической культурой, специальнометодические принципы работы, коррекционная направленность педагогического процесса обусловлены медико-биологическими и психологическими особенностями лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата, типичными и специфическими нарушениями двигательной сферы.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Цель реализации программы – содействие нормализации двигательной деятельности, способствующей физической и социальной реабилитации (абилитации) обучающихся с НОДА, формирование осознанного отношения к своим возможностям и потребностям в систематических занятиях физическими упражнениями, осуществлении здорового образа жизни. Цель программы конкретизируется решением следующих **задач**:

- обеспечение регулярной физической активности, адекватной состоянию здоровья и соответствующей уровню функциональных возможностей обучающихся;
- укрепление здоровья, содействие физическому развитию, повышению защитных сил организма;
- обучение основам техники движений, формирование жизненно необходимых навыков и умений;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- развитие социально-коммуникативных умений;
- развитие и совершенствование личностных и эмоционально-волевых качеств обучающегося с НОДА.

Специфические (коррекционные, компенсаторные, профилактические) задачи адаптивной физической культуры при работе с обучающимися с НОДА:

- коррекция с учетом особенностей заболевания обучающегося с НОДА техники основных движений: ходьбы, бега, прыжков, перелезания, метания, мелкой моторики рук, симметричных и ассиметричных движений и др.;

- коррекция и развитие координационных способностей с учетом особенностей заболевания обучающегося с НОДА: согласованности движений отдельных звеньев тела при выполнении физических упражнений, ориентировки в пространстве, дифференцировки усилий, времени и пространства, расслабления, быстроты реагирования на изменяющиеся условия, равновесия, ритмичности, точности движений, мышечно-суставного чувства, зрительно-моторной координации;

- изменение качества движений с учетом особенностей заболевания обучающегося с НОДА за счет улучшения согласованности и тренировки различных мышечных групп, согласования сокращения и расслабления мышц-антагонистов и мышечсинергистов в процессе выполнения малоамплитудных движений;

- улучшение пластичности и гибкости с учетом особенностей заболевания обучающегося с НОДА;

- коррекция и развитие физической подготовленности с учетом особенностей заболевания обучающегося с НОДА: мышечной силы, элементарных форм скоростных, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, подвижности в суставах;

- компенсация утраченных или нарушенных функций, формирование новых видов движений за счет сохранных функций в случае невозможности коррекции;

- профилактика и коррекция соматических нарушений с учетом особенностей заболевания обучающегося с НОДА: нарушений осанки, дыхательной и сердечнососудистой системы, сколиоза, плоскостопия, профилактика простудных и инфекционных заболеваний, травматизма, микротравм;

- коррекция и развитие сенсорных систем с учетом особенностей заболевания обучающегося с НОДА: дифференцировка зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению; развитие зрительной и слуховой памяти; развитие устойчивости к вестибулярным раздражениям; дифференцировка тактильных ощущений, кожнокинестетических восприятий и т. д.;

- коррекция психических нарушений в процессе деятельности: зрительнопредметного и зрительно-пространственного восприятия, мыслительных операций, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т. д.

- формирование общих представлений об адаптивной физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности (на уровне начального общего образования);

- формирование интереса к самостоятельным занятиям адаптивной физической культурой, подобранными учителем и медицинскими специалистами физическими упражнениями, доступным с точки зрения двигательных ограничений подвижным играм, формам активного отдыха и досуга.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Общее число часов для изучения адаптивной физической культуры на уровне начального общего образования составляет – 68 часа (2 часа в неделю). 34 учебные недели.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Методологической основой структуры и содержания программы по адаптивной физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Адаптивная физическая культура». В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся с НОДА к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура».

Знания о физической культуре

Из истории развития физической культуры у древних народов, населявших территорию России. История появления современного спорта. История развития адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

Способы самостоятельной деятельности

Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма при помощи обливания под душем. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Правила поведения на уроках физической культуры. Инструктаж по технике безопасности на уроках АФК по различным разделам учебной программы.

Гимнастика с основами акробатики

Строевые упражнения: передвижение противоходом, повороты на месте направо, налево, кругом, передвижение со сменой направления движения и по заданным ориентирам.

Упражнения в равновесии: упражнения на ограниченной поверхности: ходьба вперёд с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком.

Упражнения в лазании и ползании: упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди, лазанье разноимённым способом.

Упражнения в седах и упорах: упор сидя, сед руки в стороны, упор стоя на коленях, сед на пятках.

Акробатические упражнения: группировка лёжа на боку, перекувырки в группировке вправо – влево.

Лыжная подготовка (теория)

Передвижение одновременным двухшажным ходом. Упражнения в поворотах на лыжах переступанием стоя на месте и в движении. Торможение плугом.

Лёгкая атлетика

Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. Бег и ходьба коррекционной направленности: челночный бег, бег и ходьба с преодолением препятствий, с ускорением и торможением, максимальной скоростью на дистанции 30 м.

Подвижные игры с элементами спортивных игр

Паралимпийская игра бочча. Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр.

Баскетбол: ловля и передача малого баскетбольного мяча.

Футбол: удар по неподвижному футбольному мячу.

Прикладно-ориентированная физическая культура

Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

В соответствии с требованиями к результатам освоения адаптированной основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья данная

программа направлена на достижение обучающимися с НОДА личностных и предметных результатов по адаптивной физической культуре.

Личностные результаты

С учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей включают индивидуально-личностные качества, специальные требования к развитию жизненной и социальной компетенции и ценностные установки и должны отражать:

- развитие мотивации к занятиям адаптивной физической культурой и спортом;
- развитие адекватных представлений о насущно необходимом жизнеобеспечении (необходимость пользоваться индивидуальными техническими средствами реабилитации для осуществления действий для передвижения и самообслуживания и др.);
- владение элементарными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия в процессе занятий адаптивной физической культурой и спортом, во время спортивных соревнований;
- развитие положительных свойств и качеств личности (доброжелательности, умения проявить сочувствие при чужих затруднениях и спортивных неудачах); готовность к вхождению обучающегося в социальную среду.

Предметные результаты

Предметные результаты включают опыт, освоенный обучающимися с НОДА в процессе изучения данного предмета с учетом их психофизических особенностей, опыт деятельности по получению нового знания, его преобразованию, применению и отражают:

- формирование первоначальных представлений о значении адаптивной физической культуры для укрепления здоровья человека с НОДА (физического и психологического), о позитивном влиянии АФК на развитие человека с НОДА (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями, необходимыми для здорового образа жизни (режим дня, утренняя зарядка, паузы двигательной разгрузки, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.);
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

Теоретические знания должны иметь определенную целевую направленность: вырабатывать у обучающихся с НОДА умение использовать полученные знания на практике в условиях занятий в форме уроков адаптивной физической культуры.

Практические предметные результаты определяются индивидуально, исходя из особенностей двигательной и интеллектуальной сферы обучающегося с НОДА, с учетом медицинских рекомендаций и рекомендаций школьного психолого-медикопедагогического консилиума.

К концу обучения в **5 классе** обучающийся будет иметь представление и возможно достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по адаптивной физической культуре:

- о закаливании организма при помощи обливания под душем, упражнениях дыхательной и зрительной гимнастики, их влиянии на восстановление организма после умственной и физической нагрузки;
- о беге и ходьбе коррекционной направленности, метании теннисного мяча, преодолении дистанции 30м с максимальной скоростью;
- выполнять упражнения в равновесии, лазании и ползании, седах и упорах, акробатические;
- о передвижении одновременным двухшажным ходом, упражнениях в поворотах на лыжах переступанием стоя на месте и в движении, торможении плугом; о правилах и играть в подвижные игры с элементами спортивных игр.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/ п	Тема раздела	Количество часов		Электронные цифровые и образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные/ проверочные работы	
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗНАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ				
Раздел 1. Знания о физической культуре		2		https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-zdoroviy-obraz-zhizni-klass-494271.html
1.1	Значение нервной системы в управлении движениями и регуляции систем организма.	1		
1.2	Психические процессы в обучении двигательным действиям.	1		
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности		2		
2.1	Личная гигиена в процессе занятий физическими упражнениями.	1		
2.2	Предупреждение травматизма и оказание первой помощи.	1		
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ				
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура		2		
1.1	Совершенствование физических способностей.	1		https://studbooks.net/753388/turizm/naibolee_rasprostranennye_klassifikatsii_fizicheskikh_uprazhneniy?ysclid=lm8z96www2902677189
1.2	Адаптивная физическая культура и паралимпийское движение в России.	1		https://studfile.net/preview/w/4496490/page:31/
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура		48	13	
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14	4	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/06/27/gimnastika-kak-vid-sporta
2.2	Лыжная подготовка	6	1	https://paralymp.ru/sport/sports/sport-lits-s-

				porazheniem-oporno-dvigatel'nogo-apparata/paralimpiyskie-distipliny1/lyzhnye-gonki/
2.3	Спортивные игры	14	4	https://olympics.com/ru/sports/
2.4	Лёгкая атлетика	14	4	https://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/legkaya-atletika/
Раздел 3. Прикладно – ориентированная физическая культура		14	14	
3.1	Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта.	В процессе уроков	-	
3.2	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	14	14	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Электронные цифровые и образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные/ проверочные работы	
1	Техника безопасности на уроке лёгкой атлетики.	1		https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-zdoroviy-obraz-zhizni-klass-494271.html
2	Техника низкого старта.	1		
3	Преодоление дистанции 30м с низкого старта.	1		
4	Преодоление дистанции 60м с низкого старта.	1		
5	Финиширование плечом, в ходьбе, в медленном и быстром беге.	1		
6	Финиширование любым способом при максимальной скорости.	1		
7	Метание мяча на дальность с места и разбега.	1		
8	Метание мяча в коридор 10м с места и разбега.	1		
9	Контрольный урок по теме лёгкая атлетика.	1		

10	Значение нервной системы в управлении движениями и регуляции систем организма.	1		
11	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подъём туловища из положения лёжа на спине.	1		https://infourok.ru/prezentaciya-dlya-doshkolnikov-chto-takoe-gto-4124269.html
12	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подъём ног в положении лёжа на спине.	1		
13	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание разгибание рук в упоре стоя на коленях.	1		
14	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Приседания с опорой на гимнастическую стенку.	1		
15	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подъём туловища лёжа на животе.	1		
16	Психические процессы в обучении двигательным действиям.	1		
17	Техника безопасности на уроке гимнастики с основами акробатики.	1		
18	Равновесие. Ходьба выпадами по прямой. Ходьба на носках спиной вперёд.	1		
19	Равновесие. Ходьба по ограниченной поверхности.	1		
20	Равновесие. Ходьба приставными шагами по рейке шведской стенки.	1		
21	Контрольный урок по теме равновесие.	1		
22	Седы и упоры. Упор сидя, сед руки вперёд.	1		https://svk-vos-ds40-juravlik.edumsko.ru/folders/post/2965449
23	Седы и упоры. Упор лёжа – упор сидя на пятках согнувшись.	1		
24	Седы и упоры. Упор стоя на колене, правая/левая нога назад.	1		
25	Стойка на коленях, сед на пятках руки за спину. Контрольный урок.	1		
26	Акробатические упражнения. Группировка сидя, перекаат на спину.	1		

27	Упражнения общей физической подготовки.	1		https://nsportal.ru/npo-spo/obrazovanie-i-pedagogika/library/2019/03/14/6-kompleksov-uprazhneniy-po-obshchey-fizicheskoy
28	Акробатические упражнения. Перекат на живот - перекат на спину.	1		
29	Акробатические упражнения. Упражнение «полумост».	1		
30	Контрольный урок по теме гимнастика.			
31	Личная гигиена в процессе занятий физическими упражнениями.	1		
32	Техника безопасности на уроках лыжной подготовки.	1		https://paralymp.ru/sport/sports/sport-lits-s-porazheniem-oporno-dvigatel'nogo-apparata/paralimpiyskie-distipliny1/biatlon/
33	Одновременный одношажный ход. Скоростной (стартовый) вариант.	1		
34	Коньковый ход лыжника.	1		
35	Торможение способом «плуг».	1		
36	Поворот на лыжах способом «плуг».	1		
37	Контрольный урок по теме лыжная подготовка.	1		
38	Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями.	1		
39	Техника безопасности на уроке спортивных игр.	1		
40	Бочча. Вбрасывание Джек бола на среднюю дистанцию.	1		razvivashka.site
41	Бочча. Подкатывание мяча к Джек болу на средней дистанции.	1		
42	Бочча. Игровые задания на средней дистанции.	1		
43	Игра бочча на средней дистанции по упрощённым правилам.	1		
44	Баскетбол. Правила игры. Передача мяча одной рукой от плеча.	1		https://paralymp.ru/sport/sports/sport-lits-s-porazheniem-oporno-dvigatel'nogo-apparata/paralimpiyskie-

				distsipliny/basketbol-na-kolyaskakh/
45	Баскетбол. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.	1		
46	Баскетбол. Ведение мяча с изменением направления и обводка препятствий.	1		
47	Баскетбол. Штрафной бросок.	1		
48	Волейбол. Правила игры. Стойка и передвижения игрока.	1		https://paralymp.ru/sport/sports/sport-lits-s-porazheniem-oporno-dvigatel'nogo-apparata/paralimpiyskie-distsipliny/volleybol-sidya/
49	Волейбол. Передача двумя руками сверху.	1		
50	Волейбол. Нижняя прямая подача.	1		
51	Волейбол. Приём мяча.	1		
52	Контрольный урок по теме спортивные игры.	1		https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-zdoroviy-obraz-zhizni-klass-494271.html
53	Предупреждение травматизма и оказание первой помощи.	1		
54	Правила выполнения спортивных нормативов (VI) ступени ВФСК ГТО. Поднимание туловища из положения лёжа на спине.	1		https://sudact.ru/law/prikaz-minsporta-rossii-ot-22022023-n-117/gosudarstvennye-trebovaniia-vserossiiskogo-fizkulturno-sportivnogo-kompleksa/i/6/
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подъём ног в положении упора лёжа на спине сзади.	1		
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Приседания с опорой на гимнастическую стенку.	1		
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание рук в упоре стоя на коленях.	1		
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание	1		

	туловища из положения лёжа на животе.			
59	<i>Совершенствование физических способностей.</i>	1		
60	Бросок набивного мяча от груди на заданное расстояние.	1		
61	Бросок набивного мяча из-за головы на дальность.	1		
62	Бросок набивного мяча снизу на точность.	1		
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперёд в положении сидя.	1		
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Удар ногой по футбольному мячу.	1		
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Приседания с опорой на гимнастическую стенку.	1		
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Удержание набивного мяча на вытянутых вперёд руках на время.	1		
67	<i>Адаптивная физическая культура и паралимпийское движение в России.</i>	1		https://studfile.net/preview/4496490/page:31/
68	Подведение итогов учебного года. Спортивные игры.	1		https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-zdoroviy-obraz-zhizni-klass-494271.html

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Для учителя

1.КИМы в соответствии с авторской программой по физической культуре для обучающихся с заболеваниями опорно-двигательного аппарата 1-12 классы, утверждённой на заседании кафедры ТиМ АФК СПбГУФК им. П.Ф.Лесгафта от

27.11.2007г. Авторы: Бакуленко И.Н., Гончарова Е.А. 2.Подвижные и спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время. Методическое пособие / П.А.Киселёв, С.Б.Киселёва, Е.П.Киселёва. – М: Планета, 2013г. 3. Инновационные технологии адаптивной физической культуры, физической культуры и спорта в практике работы с инвалидами и др.

маломобильными группами населения: Учебное пособие / Под общей редакцией проф. С.П. Евсеева. – СПб.: Галлея принт, 2011г.

- 4.Л.Г.Татарникова «Научно-методическое пособие «Педагогика здоровья: здоровьесберегающие образовательные технологии. – СПб.: СПбАППО, 2009г» 5. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий «Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе. – М: Гуманит, изд. центр ВЛАДОС, 2002г.
- 6.Н.Л. Литош «Адаптивная физическая культура. Психолого – педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: Учебное пособие – М.: СпортАкадемПресс, 2002г.