

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
АДМИНИСТРАЦИЯ ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ- ПЕТЕРБУРГА
ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ

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

РАССМОТРЕНО Педагогическим советом Протокол № <u>1</u> от «25» августа 2026г.	УТВЕРЖДЕНО Директор ГБОУ школа №584 "Озерки" _____ Супонина Л.Г. Приказ № <u>75</u> от «25» августа 2026г.
---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета
«Адаптивная физическая культура»
для обучающихся с нарушениями
опорно-двигательного аппарата
(вариант 6.2)

9.2 «А» класса

Санкт Петербург

2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету **«Адаптивная физическая культура»** для обучающихся **«9.2А» класса** на уровне основного общего образования составлена ФГОС ООО ОВЗ с НОДА, Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с интеллектуальными нарушениями, утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного 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, специально-методические 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, 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 мышц-синергистов 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 сердечно-сосудистой 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, кожно-кинестетических восприятий и т. д.;
- коррекция психических нарушений в процессе деятельности: зрительно-предметного 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 основного общего образования составляет – 68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Методологической основой структуры и содержания программы по адаптивной физической культуре для основного 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

Паралимпийское движение в нашей стране: история развития и предназначение. Значение адаптивной физической культуры в жизни человека с ОВЗ.

Способы самостоятельной деятельности

Воздушные и солнечные ванны. Закаливание при помощи водных процедур.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Совершенствование физических способностей. Определение нормальной массы тела (веса), длины тела, окружности грудной клетки и других антропометрических показателей».

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

Строевые упражнения на месте и в движении, упражнения в равновесии, упражнения в седах и упорах, акробатические упражнения.

Лыжная подготовка (теория)

Переход с одновременных ходов на попеременные, коньковый ход на лыжах, подъёмы на склон и спуски, торможение «упором», поворот «упором».

Лёгкая атлетика

Техника низкого старта. Бег с низкого старта на 60м. Метание теннисного мяча в вертикальную и горизонтальную цели. Метание теннисного мяча на дальность. Преодоление дистанции 1000м.

Спортивные игры

Бочча. Совершенствование техники и тактики игры на средней дистанции.

Баскетбол. Бросок мяча одной и двумя руками от головы, штрафной бросок, броски по корзине с близкой дистанции, личная система защиты.

Волейбол. Передачи и приёмы мяча, передача мяча сверху, защитные действия, прямой нападающий удар.

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 начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья данная программа направлена на достижение обучающимися с НОДА личностных, метапредметных и предметных результатов по адаптивной физической культуре.

Личностные результаты

Личностные результаты включают готовность и способность обучающихся с НОДА к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки и отражают:

- формирование чувства гордости за свою Родину, за спортивные достижения российских спортсменов на международных соревнованиях и олимпиадах, в том числе на Паралимпиаде;
- формирование уважительного отношения к спортивным достижениям спортсменов других стран;
- формирование мотивов учебной деятельности, направленной на получение новых знаний о занятиях физической культурой, необходимых для укрепления здоровья, физического развития;
- эстетическое развитие, воспитание доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, нравственных качеств понимания чувств других людей и сопереживания им: разделение радости достижения спортивных результатов с одноклассниками, проявление эмпатии и взаимопомощи в командных спортивных играх, в соревновательной деятельности, на занятиях адаптивной физической культурой;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, представлений о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, спортивной команде, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций при выполнении физических упражнений, занятиях спортом;
- понимание значения физической культуры в жизни человека и общества;
- формирование адекватных представлений о собственных физических возможностях и ограничениях;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к занятиям физической культурой и спортом;
- понимание необходимости соблюдения правил безопасности при занятиях адаптивной физической культурой и спортом.

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.

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-медико-педагогического консилиума.

К концу обучения в **9.2 классе** обучающийся должен знать и возможно достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по адаптивной физической культуре:

- о гигиенических основах организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, обеспечении их общеукрепляющей и оздоровительной направленности;
- о предупреждении травматизма и оказании посильной помощи при травмах и ушибах;
- о совершенствовании физических способностей;
- об адаптивной физической культуре и паралимпийском движении в России;
- в строевых упражнениях на месте и в движении, упражнениях в равновесии, упражнениях в седах и упорах, акробатических упражнениях.
- о переходе с попеременных ходов на одновременные;
- в техникенизкого старта, беге с низкого старта на 60м, метании теннисного мяча в вертикальную и горизонтальную цели, преодолении дистанции 1000м;
- о правилах спортивных игр, технических и тактических действиях.

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	-	
1.1	Паралимпийское движение в нашей стране: история развития и предназначение.	1		https://videouroki.net/razrabotki/fizichieskaia-kul-tura-i-olimpiiskoie-dvizhieniie-vrossii.html?ysclid=lmbzk_mknbb567854719
1.2	Значение адаптивной физической культуры в жизни человека с ОВЗ.	1		https://studfile.net/preview/4496490/page:31/

Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности		2	-	
2.1	Определение нормальной массы тела (веса), длины тела, окружности грудной клетки и других антропометрических показателей.	1		https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-zdoroviy-obraz-zhizni-klass-494271.html
2.2	Гигиенические основы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, обеспечение их общеукрепляющей и оздоровительной направленности.	1		https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-zdoroviy-obraz-zhizni-klass-494271.html
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ				
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура		2	-	
1.1	Совершенствование физических способностей.	1		
1.2	Комплексы физических упражнений для самостоятельных занятий в домашних условиях.	1		https://studfile.net/preview/4496490/page:31/
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура		52		
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14	1	https://nsportal.ru/nachalnayashkola/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-distitsipliny1/lyzhnye-gonki/
2.3	Спортивные игры	14	1	https://olympics.com/ru/sports/
2.4	Лёгкая атлетика	18	1	https://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/legkaya-atletika/
Раздел 3. Прикладно – ориентированная физическая культура		10		
3.1	Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта.	В процессе уроков	1	https://studbooks.net/753388/turizm/naibolee_rasprostranennyye_klassifikatsii_fizicheskikh_uprazhneniy?ysclid=lm8z96www2902677189
3.2	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	10	14	https://studfile.net/preview/4496490/page:31/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	14	

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://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/legkaya-atletika/
2	Техника низкого старта. Бег 30 м.	1		
3	Преодоление дистанции 60м с низкого старта.	1		
4	Челночный бег 3/10 м.	1	Практическая работа	https://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/legkaya-atletika/
5	Высокий старт .Бег 60 м.	1		
6	Преодоление дистанции 500 м	1	Работа на уроке	https://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/legkaya-atletika/
7	Метание мяча на дальность с места и разбега.	1		
8	Метание мяча в коридор 10м с места и разбега.	1		https://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/legkaya-atletika/
9	Итоговый урок по разделу лёгкая атлетика.	1	Практическая работа	
10	Теоретический урок. Паралимпийское движение в нашей стране: история развития и предназначение.	1		https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-zdoroviy-obraz-zhizni-klass-494271.html
11	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подъём туловища из положения лёжа на спине.	1	Тест	https://studfile.net/preview/4496490/page:31/
12	Подъём ног в положении лёжа на спине.	1	Тест	
13	Сгибание разгибание рук в упоре стоя на коленях.	1	Тест	https://studfile.net/preview/4496490/page:31/
14	Приседания с опорой на гимнастическую стенку.	1	Тест	
15	Подъём туловища лёжа на животе.	1	Тест	
16	Теоретический урок. Значение адаптивной физической культуры в жизни человека с ОВЗ.	1		https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-zdoroviy-obraz-zhizni-klass-494271.html
17	Техника безопасности на уроках гимнастики с основами акробатики.	1		https://nsportal.ru/nachalnayashkola/fizkultura/2019/06/27/gimnastika-kak-vid-sporta
18	Равновесие. Ходьба спиной вперёд. змейкой	1	Работа на уроке	
19	Ходьба по ограниченной поверхности приставными шагами.	1		https://nsportal.ru/nachalnayashkola/fizkultura/2019/06/27/gimnastika-kak-vid-sporta

	Ходьба через препятствия.			6/27/gimnastika-kak-vid-sporta
20	.Ходьба приставными шагами по рейке шведской стенки.	1		
21	Учебная комбинация в упражнениях в равновесии.	1	Практическая работа	
22	Упор сидя, сед руки к плечам.	1		
23	Упор лёжа сзади – переход в упор лёжа на предплечьях.	1		https://nsportal.ru/nachalna-yashkola/fizkultura/2019/06/27/gimnastika-kak-vid-sporta
24	Упор стоя на колене, правая/левая рука вперёд.	1		
25	Стойка на коленях, планка стоя на коленях	1	Практическая работа	
26	Акробатика. Упор сидя.Перекаты в группировке.	1		
27	Лёжа на спине опускание поднятых вверх ног вправо-влево.	1		https://nsportal.ru/nachalna-yashkola/fizkultura/2019/06/27/gimnastika-kak-vid-sporta
28	Перекат в упор лёжа на животе.	1	Практическая работа	
29	Стойка на коленях руки в стороны. Основная стойка.	1		
30	Заключительный урок по разделу гимнастика. Гимнастическая полоса препятствий.		Практическая работа	
31	Теоретический урок.Определение нормальной массы тела (веса), длины тела, окружности грудной клетки и других антропометрических показателей.	1		https://studfile.net/preview/4496490/page:31/
32	Техника безопасности на уроках лыжной подготовки.	1		https://paralymp.ru/sport/sports/sport-lits-s-porazheniem-oporno-dvigatel'nogo-apparata/paralimpiyskie-distitsipliny1/lyzhnye-gonki/
33	Теоретический урок.Переход с одновременных ходов на попеременные.	1		
34	Теоретический урок.Коньковый ход лыжника.	1	Практическая работа	
35	Теоретический урок.Подъёмы на склон и спуски на лыжах.	1		https://studfile.net/preview/4496490/page:31/
36	Теоретический урок.Торможение «упором», поворот «упором».	1		https://paralymp.ru/sport/sports/sport-lits-s-porazheniem-oporno-dvigatel'nogo-apparata/paralimpiyskie-distitsipliny1/lyzhnye-gonki/

				apparata/paralimpiyskie-distipliny1/lyzhnye-gonki/
37	Заключительный урок по разделу лыжная подготовка.	1	Практическая работа	
38	Теоретический урок. Гигиенические основы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, обеспечение их общеукрепляющей и оздоровительной направленности.	1		
39	Техника безопасности на уроке спортивных игр.	1		https://olympics.com/ru/sports/
40	Бочча .Вбрасывание Джек бола на среднюю дистанцию.	1	Работа на уроке	https://bocciarus.ru/
41	Подкатывание мяча кДжек болу на средней дистанции.	1		https://bocciarus.ru/
42	.Решение игровых ситуаций на средней дистанции.	1		https://bocciarus.ru/
43	Игра бочча на средней дистанции по упрощённым правилам.	1	Практическая работа	https://bocciarus.ru/
44	Баскетбол. Бросок мяча одной и двумя руками от головы.	1		
45	Ведение мяча, передача мяча	1		
46	Игровые задания с мячом. Бросок в кольцо	1		
47	Штрафной бросок. Игра по упрощенным ь правилам	1	Практическая работа	
48	Волейбол. Передача и приём мяча.	1		https://paralymp.ru/sport/sports/sport-lits-s-porazheniem-oporno-dvigatel'nogo-apparata/paralimpiyskie-distipliny1/lyzhnye-gonki/
49	Подача мяча . Игра по упрощенным правилам	1		
50	Прием мяча снизу..Игра по упрощенным правилам	1		
51	Прием мяча сверху двумя руками. Игра по упрощенным правилам	1	Практическая работа	
52	Заключительный урок по разделу спортивные игры.	1	Практическая работа	
53	Теоретический урок. Совершенствование физических способностей.	1		
54	Правила выполнения спортивных нормативов (VI) ступени ВФСК ГТО. Поднимание туловища из положения лёжа на спине.	1	Тест	https://studfile.net/preview/4496490/page:31/

55	Подъём ног в положении упора лёжа на спине сзади.	1	Тест	https://studfile.net/preview/4496490/page:31/
56	.Приседания с опорой на гимнастическую стенку.	1	Тест	https://studfile.net/preview/4496490/page:31/
57	.Сгибание рук в упоре стоя на коленях.	1	Тест	https://studfile.net/preview/4496490/page:31/
58	Поднимание туловища из положения лёжа на животе.	1	Тест	https://studfile.net/preview/4496490/page:31/
59	Техника безопасности на уроке лёгкой атлетики.	1		
60	Бросок набивного мяча из разных исходных положений.	1		
61	Бросок набивного мяча из-за головы и снизу на дальность.	1	Практическая работа	
62	Преодоление дистанции 60м. Техника финиширования.	1		
63	Преодоление дистанции 60м с низкого старта	1	Работа на уроке	https://studfile.net/preview/4496490/page:31/
64	Преодоление дистанции 500 м.	1		https://studfile.net/preview/4496490/page:31/
65	Метание мяча на дальность с места и разбега в коридор 10м.	1		https://studfile.net/preview/4496490/page:31/
66	Заключительный урок по разделу лёгкая атлетика.	1	Практическая работа	https://studfile.net/preview/4496490/page:31/
67	Теоретический урок. Комплексы физических упражнений для самостоятельных занятий в домашних условиях.	1		https://studfile.net/preview/4496490/page:31/
68	Подведение итогов учебного года. Спортивные игры.	1		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Для обучающихся

1. Учебник: Лях В.И. Физическая культура 8-9кл., Просвещение, 2022, 2021гг.

2. ЭОР:

А. <https://paralymp.ru/sport/sports/sport-lits-s-porazheniem-oporno-dvigatel'nogo-apparata/paralimpiyskie-distipliny1/lyzhnye-gonki/>

В. <https://studfile.net/preview/4496490/page:31/>

С. <https://bocciarus.ru/>

Для учителя

1. Программа «Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата (вариант 6.2) ГБОУ школы № 584 «Озерки».
2. 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.
4. 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.
5. 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.
6. Л.Г.Татарникова «Научно-методическое пособие «Педагогика здоровья: здоровьесберегающие образовательные технологии. – СПб.: СПбАППО, 2009г»
7. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий «Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе. – М: Гуманит, изд. центр ВЛАДОС, 2002г.
8. Н.Л. Литош «Адаптивная физическая культура. Психолого – педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: Учебное пособие – М.: СпортАкадемПресс, 2002г.