

ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДОНЕЦКАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 28»

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей-
предметников

Протокол от «__»__ г. № __

Руководитель МО учителей-
предметников

_____ В.С. Коломоец

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УР

_____ А.Ю. Хелемендык

«__» _____ г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГКОУ «Донецкая СШИ № 28»

_____ С.В. Дермен

«__» _____ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**по предмету адаптивная физическая культура
для **1 дополнительного** класса (вариант II)**

Рабочую программу составила:

_____ В.Д. Маруженко

2024 - 2025 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» разработана на 2024-2025 учебный год в соответствии с:

1. Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;

2. Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом МО РФ от 19.12.2014 г. №1599;

3. Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), (вариант 2), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022 г. № 1026;

4. Приказом Министерства просвещения РФ от 17.07.2024 г. № 495 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных адаптированных образовательных программ» (зарег. в Минюсте России 15.08.2024 г. № 79163);

5. Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (вариант II) Государственного казённого общеобразовательного учреждения «Донецкая специальная школа-интернат № 28», утверждённой приказом № ____ от _____;

6. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

7. Календарным годовым графиком работы образовательного учреждения на 2024-2025 учебный год.

Настоящая рабочая программа является составной частью системы педагогической работы в школе-интернате и составлена в соответствии с целями и задачами обучения и воспитания.

Цель: повышение двигательной активности обучающихся и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

Задачи:

- формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков;
- формирование туристических навыков, умения кататься на велосипеде, ходить на лыжах, плавать, играть в спортивные игры;

- укрепление и сохранение здоровья обучающихся;
- профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Обучение по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» предусматривает включение следующих разделов: «Плавание», «Коррекционные подвижные игры», «Велосипедная подготовка», «Лыжная подготовка», «Туризм».

Реализация программы осуществляется при создании специальных условий на занятиях адаптивной физической культурой.

Специальные условия создаются путем применения средств адаптивной физической культуры, специальных (коррекционных) приемов, использования системы поощрения, формирования и поддержания мотивации у обучающихся к занятиям и выполнению физических упражнений с учетом их индивидуальных возможностей, уровня психофизического развития и особых образовательных потребностей.

Средствами адаптивной физической культуры являются физические упражнения, естественно-средовые силы природы и гигиенические факторы.

Разделы программы по адаптивной физической культуре включают многочисленные физические упражнения, позволяющие воздействовать на различные звенья опорно-двигательного аппарата, мышечные группы, вегетативные системы, корректировать недостатки физического развития, психики и поведения. В соответствии с педагогическими задачами используемые на занятиях адаптивной физической культурой упражнения можно объединить в следующие группы:

1. Упражнения, связанные с перемещением тела в пространстве: ходьба, прыжки, ползание, передвижение на лыжах, на коньках.

2. Общеразвивающие упражнения:

- без предметов;
- с предметами (флажками, лентами, гимнастическими палками, обручами, малыми и большими мячами и др.);
- на снарядах (гимнастической стенке, кольцах, гимнастической скамейке, лестнице, тренажерах).

3. Упражнения на развитие силовых, скоростных, координационных способностей, выносливости и гибкости.

4. Упражнения на коррекцию и развитие координационных способностей: согласованности движений рук, ног, головы, туловища;

согласованности движений с дыханием, ориентировки в пространстве, равновесия, дифференцировки усилий, времени и пространства, ритмичности движений, расслабления.

5. Упражнения на коррекцию осанки, сводов стопы, телосложения, укрепления мышц спины, живота, рук и плечевого пояса, ног.

6. Упражнения лечебного и профилактического воздействия: восстановление функций паретичных мышц, опороспособности, подвижности в суставах, профилактика нарушений зрения.

7. Упражнения на развитие мелкой моторики кистей и пальцев рук.

8. Художественно-музыкальные упражнения: ритмика, базовые танцевальные движения, элементы хореографии и ритмопластики.

9. Упражнения с речитативами, стихами, загадками, счетом и т.п., активизирующие познавательную деятельность.

10. Упражнения, направленные на развитие и коррекцию восприятия, мышления, воображения, зрительной и слуховой памяти, внимания и других психических процессов.

К естественно-средовым факторам относятся воздушные, солнечные ванны и водные процедуры. Они применяются для укрепления состояния здоровья, профилактики простудных заболеваний, закаливания организма.

Специальные условия:

— показ учителем образца выполнения физического упражнения с объяснением способа выполнения действий (операций);

— дополнительный неоднократный показ образца выполнения физического упражнения в замедленном темпе в сопровождении с пояснением;

— дополнительная индивидуальная инструкция, задающая поэтапность (пошаговость) выполнения физического упражнения;

— адаптация (адекватность в соответствии с развитием обучающегося) инструкции к упражнению;

— предъявление мнестических опор: наглядных схем, визуальных алгоритмов, последовательности действий при выполнении физических упражнений;

— наличие зрительно-пространственных ориентиров (разметка, флажки, конусы и др.);

— варьирование видов помощи с учетом индивидуальных возможностей и потребности в помощи у обучающихся: физическая помощь (совместные действия с педагогом); обучающая помощь (выполнение упражнений на

основе одновременного показа учителя); пошаговый контроль правильности выполнения упражнений;

— предоставление дифференцированной помощи обучающимся: стимулирующей (одобрение, эмоциональная поддержка), организующей (привлечение внимания, концентрирование на выполнении физического упражнения, напоминание о необходимости самоконтроля), направляющей (повторение и разъяснение инструкции);

— учет темпа деятельности обучающихся: увеличение времени на выполнение физических упражнений; допустимо выполнение упражнений в индивидуальном темпе;

— профилактика физических и эмоциональных перегрузок: выполнение упражнений наименьшее количество раз, смена видов деятельности, организация перерыва при нарастании в поведении обучающегося проявлений утомления, истощения;

— при определении физической нагрузки учет соматического состояния обучающегося, уровня физической подготовленности, степени развития физических качеств;

— специальное обучение играм по правилам;

— использование приемов, направленных на формирование и поддержание интереса и мотивации к правильному выполнению физических упражнений (похвала, одобрение, игровые, сенсорные поощрения и др.);

— контроль выполнения физических упражнений с корректировкой и, при необходимости, оказание индивидуальной помощи обучающимся.

В учебном плане предмет представлен с 1 по 13 год обучения.

На основании выше изложенного, можно сделать вывод, что уроки по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» имеют немало важное значение в развитии школьника.

ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» обязательной части Примерного учебного плана образования обучающихся с умеренной (тяжелой, глубокой) умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) обучающихся I доп., I – IV классов.

Рабочая программа составлена в соответствии с количеством часов, указанных в учебном плане. Уроки по данной программе проводятся:

<i>класс</i>	<i>предмет</i>	<i>Кол-во часов в год</i>		<i>Кол-во часов в неделю</i>
		<i>план</i>	<i>факт</i>	
1 дополнительный	Адаптивная физическая культура	99		3

Количество часов на изучение предмета между планом и фактом может не совпадать из-за структуры учебного года и особенностей организации учебного процесса.

Учитель оставляет за собой право изменять тематику календарного планирования в зависимости от сложности недостатков психофизического развития обучающихся, по необходимости увеличивать количество часов на определенную тему за счет повторения учебного материала.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) результативность обучения каждого ученика оценивается с учётом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательной программы по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» представляет собой описание возможных результатов образования обучающихся данной категории на весь период обучения. Основным ожидаемым результатом освоения обучающимися АООП по предмету является развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с его психическими и физическими возможностями) в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов. В соответствии с требованиями Стандарта к результатам освоения программы по предмету, она направлена на формирование двух групп результатов - личностных и предметных.

Личностные результаты освоения учебного предмета:

— проявление интереса к адаптивным ситуациям для реализации своих образовательных потребностей;

— положительное взаимодействие со сверстниками в разных адаптивных ситуациях.

Предметные результаты освоения учебного предмета:

- выполнение движений и действий по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого; выполнение действий с мячом: броски партнеру и умение ловить мячи среднего размера;
- ходьба по ровной дорожке (или по скамейке) друг за другом;
- умение стоять друг за другом, стоять, взявшись за руки; строиться в круг, взявшись за руки;
- прыгать на двух, на одной ноге на месте, взявшись за руки с учителем;
- ползать, подползать, переползать через препятствие;
- выполнение доступных разминочных упражнений;

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание учебного предмета предусматривает включение в учебную программу следующих тем:

Теоретические сведения. Знакомство со спортивным залом. Правила поведения. Спортивная форма, обувь. Построение в колонну, круг. Повороты по ориентирам. Игр. упр. «Полет бабочки». Упражнения с разным положением рук. Имитационная ходьба (листочка, медведь). Медленный бег. Ходьба в колонне и по кругу. Упражнение на дыхание (понюхаем цветочек). Повороты и наклоны туловища. Выполнение поворотов одновременно с упражнениями для рук. Игра «День и ночь». Общеразвивающие упражнения с разным положением рук. Наклоны влево, вправо. Имитационные упражнения: «Бабочки», «Зайчики». Ходьба обычным шагом. Приседания, поднимания. Упражнения с мячами. Имитационные упражнения: «Лисички», «Лягушата». Ходьба с разным положением рук. Подпрыгивание на обеих ногах. Игра «Лягушата». Ходьба с переступанием через предмет. Подпрыгивание с продвижением вперед. Игры с мячом. Ходьба по кругу взявшись за руки. Чередование бега с ходьбой. Игра «Море».

Общеразвивающие упражнения. Ходьба по прямой линии. Игра «Найди предмет». Ходьба, обходя предметы. Прыжки на месте на двух ногах с продвижением вперед. Упр. «Зайчик». Ходьба по залу с различным положением рук. Приседание на двух ногах. Игр. упр. «Мяч соседу». Бег по одному за обучающимся в медленном темпе. Перепрыгивание через черту на полу. Катание мяча двумя руками друг другу. Игр. упр. «Тик-так».

Общеразвивающее упражнения. Ходьба по гимнастической скамье со страховкой. Игр. упр. «Тик-так», игры с мячом. Упражнения в ползании по гимнастической скамье. Метание малых мячей в стенку. Упражнение на равновесие. Ходьба по гимнастической скамье. Игра «Найди предмет». Ходьба с хлопками в медленном темпе. Прыжки в глубину. Игра «Найди предмет». Бег с оббеганием предметов. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Подбрасывание мяча вверх. Бег на носках. Перепрыгивание через линию. Игр. упр. «Нажми на педаль». Ходьба по разным ориентирам. Повороты влево, вправо. Игры с кеглями. Повторение. Теоретические сведения, правила поведения в спортзале. Построение в одну шеренгу. Равнение по черте. Перестроение в круг. Повороты по ориентирам.

Ходьба обычным шагом. Медленный бег. Упражнения на дыхание «Паровоз», «Жук». Упражнение на развитие мышц кистей, рук и пальцев. Ходьба с разным положением рук. Наклоны влево, вправо. Приседания на двух ногах держась руками за гимнастическую стенку. Игр. упр. «Прокати мяч». Ходьба по кругу взявшись за руки. Чередование бега с ходьбой. Повороты и наклоны туловища. Игр. упр. «Прокати мяч». Ходьба с переступанием через предмет. Общеразвивающие упражнения. Игры с мячом. Ходьба на носках. Бег со сменой темпа. Упражнения на формирование правильной осанки. Чередование бега с ходьбой. Выполнение упражнений по команде (встать, сесть, пошли, побежали). Игры с мячом. Ходьба по линии начерченной на полу. Упражнения для мышц туловища «Дровосек», «Маятник». Медленный бег. Упражнения на формирование правильной осанки. Перекладывание предметов из одной руки в другую (мяч, кегли). Ходьба с разным положением рук по кругу. Общеразвивающие упражнения. Ходьба по гимнастической скамье. Игр. упр. «Топаем ножками». Имитационная ходьба. Медленный бег. Подлезание под препятствием высотой 40-50 см. Ходьба по ориентирам. Прыжки в длину с места. Переноска мяча. Игра «Мяч соседу».

Медленный бег. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Катание мяча и подбрасывание вверх. Чередование бега и ходьбы. Упражнения для формирование правильной осанки. Передача мяча, палок в шеренге и по кругу. Ходьба по прямой линии на носках, пятках. Перепрыгивание через начерченную линию. Метание малого мяча в стенку. Чередование бега и ходьбы. Общеразвивающие упражнения. Ходьба по гимнастической скамейке с различным положением рук. Игровые упражнения: «Дровосеки». Построение в колонну на вытянутые руки. Дыхательные упражнения. Лазание по гимнастической стенке. Ходьба с хлопками в медленном темпе. Прыжки в глубину. Бег с оббеганием предметов. Перепрыгивание через линию.

Подбрасывание мяча вверх. Игровые упражнения: «Сорви цветок». Чередование бега и ходьбы. Прыжки с ноги на ногу. Подпрыгивание вверх. Передача мяча, палок по кругу. Ходьба и бег по разным ориентирам. Прыжки в глубину. Метание малых мячей в стенку. Игры с кеглями. Игровые упражнения: «Сорви цветок». Повторение и закрепление изученных упражнений, игр.

Учебно-тематический план

	1 дополнительный класс	Количество часов	
		план	факт
1	Физическая подготовка.	96	
	Всего	96	

Календарно-тематическое планирование «Адаптивная физическая культура» 1 дополнительный класс

№ п/п	№ урока в теме	Тема урока	Количество часов		Дата проведения		Примечание
			план	факт	план	факт	
1 четверть (23ч/ ч)							
1	1	Теоретические сведения. Знакомство со спортивным инвентарем. Правила поведения. Спортивная форма, обувь.	2		02.09		
2	2				04.09		
3	3	Построение в колонну, круг. Повороты по ориентирам. Игр. упр. «Полет бабочки».	2		06.09		
4	4				09.09		
5	5	Упражнения с разным положением рук. Имитационная ходьба (лисичка, медведь). Медленный бег.	2		11.09		
6	6				13.09		
7	7	Ходьба в колонне и по кругу. Упражнение на дыхание (понюхаем цветочек).	3		16.09		
8	8				18.09		
9	9				20.09		
10	10	Повороты и наклоны туловища. Выполнение поворотов одновременно с упражнениями для рук. Игра «День и ночь».	3		23.09		
11	11				25.09		
12	12				27.09		
13	13	Общеразвивающие упражнения с разным положением рук. Наклоны влево, вправо. Имитационные упражнения: «Бабочки», «Зайчики».	2		02.10		
14	14				04.10		
15	15	Ходьба обычным шагом. Приседания, поднимания. Упражнения с мячами. Имитационные упражнения: «Лисички», «Лягушата».	3		07.10		
16	16				09.10		
17	17				11.10		
18	18	Ходьба с разным положением рук. Подпрыгивание на обеих ногах. Игра «Лягушата».	3		14.10		
19	19				16.10		

20	20				18.10		
21	21	Ходьба с переступанием через предмет. Подпрыгивание с продвижением вперед. Игры с мячом.	2		21.10		
22	22				23.10		
23	23	Ходьба по кругу взявшись за руки. Чередование бега с ходьбой. Игра «Море».	1		25.10		
		2 четверть (24ч/ ч)					
24	1	Общеразвивающие упражнения. Ходьба по прямой линии. Игра «Найди предмет».	2		06.11		
25	2				08.11		
26	3	Ходьба, обходя предметы. Прыжки на месте на двух ногах с продвижением вперед. Упр. «Зайчик».	2		11.11		
27	4				13.11		
28	5	Ходьба по залу с различным положением рук. Приседание на двух ногах. Игр. упр. «Мяч соседу».	2		15.11		
29	6				18.11		
30	7	Бег по одному за обучающимся в медленном темпе. Перепрыгивание через черту на полу. Катание мяча двумя руками друг другу. Игр. упр. «Тик-так».	2		20.11		
31	8				22.11		
32	9	Общеразвивающее упражнения. Ходьба по гимнастической скамье со страховкой. Игр. упр. «Тик-так», игры с мячом.	3		25.11		
33	10				27.11		
34	11				29.11		
35	12	Упражнения в ползании по гимнастической скамье. Метание малых мячей в стенку.	2		02.12		
36	13				04.12		
37	14	Упражнение на равновесие. Ходьба по гимнастической скамье. Игра «Найди предмет».	2		06.12		
38	15				09.12		
39	16	Ходьба с хлопками в медленном темпе. Прыжки в глубину. Игра «Найди предмет».	3		11.12		
40	17				13.12		
41	18				16.12		
42	19	Бег с оббеганием предметов. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Подбрасывание мяча вверх. Бег	2		18.12.		
43	20				20.12		

		на носках. Перепрыгивание через линию. Игр. упр. «Нажми на педаль».					
44	21	Ходьба по разным ориентирам. Повороты влево, вправо.	2		23.12		
45	22	Игры с кеглями.			25.12		
46	23	Повторение. Теоретические сведения, правила поведения	2		27.12		
47	24	в спортзале. Построение в одну шеренгу. Равнение по черте. Перестроение в круг. Повороты по ориентирам.			28.12		
		3 четверть (27ч/ ч)					
48	1	Ходьба обычным шагом. Медленный бег. Упражнения на	2		08.01		
49	2	дыхание «Паровоз», «Жук». Упражнение на развитие мышц кистей, рук и пальцев.			10.01		
50	3	Ходьба с разным положением рук. Наклоны влево,	3		13.01		
51	4	вправо. Приседания на двух ногах держась руками за			15.01		
52	5	гимнастическую стенку. Игр. упр. «Прокати мяч».			17.01		
53	6	Ходьба по кругу взявшись за руки. Чередование бега с	3		20.01		
54	7	ходьбой. Повороты и наклоны туловища. Игр. упр.			22.01		
55	8	«Прокати мяч».			24.01		
56	9	Ходьба с переступанием через предмет.	3		27.01		
57	10	Общеразвивающие упражнения. Игры с мячом.			29.01		
58	11				31.01		
59	12	Ходьба на носках. Бег со сменой темпа. Упражнения на	2		03.02		
60	13	формирование правильной осанки.			05.02		
61	14	Чередование бега с ходьбой. Выполнение упражнений по	2		07.02		
62	15	команде (встать, сесть, пошли, побежали). Игры с мячом.			10.02		

63	16	Ходьба по линии начерченной на полу. Упражнения для мышц туловища «Дровосек», «Маятник».	2		12.02		
64	17				14.02		
65	18	Медленный бег. Упражнения на формирование правильной осанки. Перекладывание предметов из одной руки в другую (мяч, кегли).	2		26.02		
66	19				28.02		
67	20	Ходьба с разным положением рук по кругу. Общеразвивающие упражнения. Ходьба по гимнастической скамье. Игр. упр. «Топаем ножками».	3		03.03		
68	21				05.03		
69	22				07.03		
70	23	Имитационная ходьба. Медленный бег. Подлезание под препятствием высотой 40-50 см.	2		12.03		
71	24				14.03		
72	25	Ходьба по ориентирам. Прыжки в длину с места. Переноска мяча. Игра «Мяч соседу».	3		17.03		
73	26				19.03		
74	27				21.03		
4 четверть (22ч/ ч)							
75	1	Медленный бег. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Катание мяча и подбрасывание вверх.	3		31.03		
76	2				02.04		
77	3				04.04		
78	4	Чередование бега и ходьбы. Упражнения для формирования правильной осанки. Передача мяча, палок в шеренге и по кругу.	3		07.04		
79	5				09.04		
80	6				11.04		
81	7	Ходьба по прямой линии на носках, пятках. Перепрыгивание через начерченную линию. Метание малого мяча в стенку.	3		14.04		
82	8				16.04		
83	9				18.04		
84	10	Чередование бега и ходьбы. Общеразвивающие упражнения. Ходьба по гимнастической скамейке с различным положением рук. Игровые упражнения: «Дровосеки».	2		23.04		
85	11				25.04		

86	12	Построение в колонну на вытянутые руки. Дыхательные упражнения. Лазание по гимнастической стенке.	3		28.04		
87	13				30.04		
88	14				02.05		
89	15	Ходьба с хлопками в медленном темпе. Прыжки в глубину.	2		05.05		
90	16				07.05		
91	17	Бег с оббеганием предметов. Перепрыгивание через линию. Подбрасывание мяча вверх. Игровые упражнения: «Сорви цветок».	2		14.05		
92	18				16.05		
93	19	Чередование бега и ходьбы. Прыжки с ноги на ногу. Подпрыгивание вверх. Передача мяча, палок по кругу.	2		19.05		
94	20				21.05		
95	21	Ходьба и бег по разным ориентирам. Прыжки в глубину. Метание малых мячей в стенку. Игры с кеглями. Игровые упражнения: «Сорви цветок». Повторение и закрепление изученных упражнений, игр.	2		23.05		
96	22				26.05		
		всего	96				

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Учебные пособия:

1. Грабаров А.Н. «Очерки по олигофренопедагогике» М. Гос. учебное педагогическое издательство Мин. Просв. РСФСР 1961 г.
2. Дмитриев А.А. Коррекционно-педагогическая работа по развитию двигательной сферы обучающихся с нарушением интеллектуального развития: Учебное пособие. - второй изд. - М.: НПО «МОДЭК», 2004. - 224 с. Евсеев Ю.И.
3. Дмитриев А.А. Физическая культура в специально образовании: Учебное пособие. - М.: Академия, 2002. - 176 с. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и массаж: учебник для медицинских училищ и колледжей. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. – 528 с.
4. Золотухина, Э.Н., Судакова Н.В., Золотарев Б. И. Физическая культура. 1 класс: рабочие программы по системе учебников "Школа России". – М.: Советский спорт, 2012. – 43 с.
5. Мозговой В. М. Развитие двигательных возможностей учащихся с нарушением интеллекта в процессе физического воспитания / В.М. Мозговой. — М.: Олма-Пресс, 2001.
6. Мозговой В.М. Основы олигофренопедагогике: учебное пособие / В.М. Мозговой, И. М. Яковлева, А. А. Еремина. — М.: Академия, 2006.
7. Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: программно-методические материалы под редакцией И.М. Бгажноковой М: Гуманитарное изд. центр ВЛАДОС 2007 г.
8. Певзнер М.С. «Дети олигофрены» М. изд. АПН 1959 г.
9. Программа обучения и воспитания детей дошкольного возраста с выраженной умственной отсталостью/ Т.Н. Исаева, Г.Н. Багаева, Г.В. Цикото, А.А. Ерёмина под ред. Дементьевой Н.Ф. М. ЦИЭТИН Мин. соц. защиты населения Р.Ф. 1993 г.
10. Программа специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида, 5-9 классы, допущенная Министерством образования РФ, Москва «ВЛАДОС» 2014, под редакцией В. В. Воронковой.
11. Физическая культура: учебное пособие. – Рн/Д: Феникс, 2012. – 444 с.
12. Черник Е.С. «Физическая культура во вспомогательной школе» учебное пособие М. Учебная литература 1997 г.
13. Черник Е.С. Физическая культура во вспомогательной школе: Учебное пособие. - М.: Учебная литература, 1997. - 320 с.