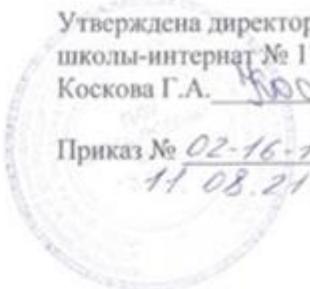


решения на заседании МО  
протокол № 1 от 9.08.2021 г.  
Лавина С.А. С.А. Лавина

Проверена зам.директора по УВР  
Патокина А.В. А.В. Патокина  
11.08. 2021 г.

Утверждена директором ГБОУ  
школы-интернат № 17 г.о. Самара  
Коскова Г.А. Г.А. Коскова  
Приказ № 02-16-1/135  
11.08.21



**Рабочая программа по  
курсу  
«коррекция двигательных  
нарушений»**

Составитель: Евстропова Т.К.

Самара 2021 г

## **Пояснительная записка**

**Основа рабочей программы:** за основу рабочей программы по коррекции двигательных нарушений (КДН) взята примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования для слабовидящих обучающихся, Федеральной программы «Дети России», Подпрограммы «Дети-инвалиды», Программы для специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений III-IV вида (для слабовидящих детей) под редакцией Л.П. Григорьева.-М.: Просвещение, 2009г. Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся средствами коррекционного курса в соответствии с целями изучения курса «Адаптивная физическая культура», который определен стандартом.

### **Особенности программы:**

Особенностями двигательной деятельности детей с патологиями зрения является нарушение координации, плохая ориентировка, скованность движений. У незрячих детей могут быть навязчивые движения (покачивания, вращения головой) Отставание в росте тела и других показателях физического развития является следствием ограниченности детей в движениях. Моторная активность организма - необходимое условие нормального функционирования и совершенствования его важнейших систем. Слепота сопровождается целым рядом нарушений в двигательной сфере. Поэтому предмет коррекция двигательных нарушений подразумевает исправлением недостатков физического развития и нарушенных функций незрячих детей.

### **Общая характеристика коррекционного курса**

Занятия КДН проводятся с учетом имеющихся у обучающихся противопоказаний и рекомендаций врача-офтальмолога. Выбор видов упражнений осуществляется в соответствии с индивидуальными образовательными потребностями обучающихся.

Занятия КДН направлены:

- на коррекцию наиболее распространенных дефектов (нарушение осанки, походки, слабость мышц брюшного пресса, туловища, конечностей);
- на развитие координационных способностей учеников, их уровень тренированности, способов выполнения упражнений (активно, с помощью, пассивно);
- на коррекцию и компенсацию недостатков физического развития (нарушения осанки, плоскостопие, отставание в росте, в массе тела, дисплазии и т. д.);
- на коррекцию нарушений в движениях (нарушение координации, ориентировки в пространстве, точность в движении, равновесия и т. д.);
- на устранение недостатков в развитии двигательных и иных качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости, прыгучести и т. д.);
- на формирование здорового образа жизни и дальнейшей социализации.

Занятия КДН дают возможность учащимся компенсировать недостатки физического развития

### **Место коррекционного курса в учебном плане**

Структурно и содержательно программа для 5 классов составлена таким образом, что уровень сложности материала опирается на ранее полученные знания и навыки и рассчитана по 1 часу в неделю. Всего 32 часа.

### **Планируемые результаты освоения коррекционного курса**

Слабовидящие обучающиеся овладеют специальными знаниями, умениями и навыками, способствующими преодолению отклонений в физическом развитии и двигательной сфере. У них будут развиваться функциональные возможности организма, обогащаться двигательные умения, совершенствоваться жизненно необходимых двигательные навыки. Обучающиеся овладеют знаниями об упражнениях, направленных на укрепление и охрану здоровья, в том числе охрану нарушенного зрения. У них будут совершенствоваться основные физические качества, формироваться правильная осанка и походка. На занятиях КДН будут способствовать коррекции навязчивых стереотипных движений. У обучающихся будут формироваться навыки свободного безбоязненного передвижения в

пространстве, развиваться мышечное чувство, компенсаторные возможности за счет совершенствования физического развития средствами физической культуры.

*Слабовидящий обучающийся научится:*

- Коррекция двигательных нарушений (*теоретические знания*);
- понимать роль коррекции двигательных нарушений для собственного здоровья, развития;
- дифференцировать виды упражнений коррекции двигательных нарушений;
- соблюдать противопоказания к физическим нагрузкам при выполнении упражнений в рамках коррекции двигательных нарушений.

*Общие упражнения:*

- дифференцировать упражнения по видам и назначению;
- выполнять движения руками с увеличением темпа; прыжки в разном ритме, с ноги на ногу по ориентирам, состоящие из прыжков с продвижением в разные стороны, подскоков и различных пружинящих движений ногами;
- выполнять общеразвивающие упражнения коррекции двигательных нарушений: наклоны, повороты головы, туловища; основные положения и движения рук; совместные движения головы и рук, рук и ног, рук и туловища; седы, полуприседания; прыжки, не противопоказанные для здоровья; движения ног; виды ходьбы и медленный бег; упражнения в положении стоя, сидя, стоя на коленях;
- выполнять упражнения с предметами: с мячом, с гимнастической палкой, с флажками, со скакалкой;
- выполнять упражнения, формирующие основные движения (ходьба, бег, подскоки, броски мяча, лазанье, прыжки);
- выполнять дыхательные упражнения: основные, под счет, на изменение пространственно-временной характеристики движения, на восстановление дыхания;
- принимать правильную осанку, исходное, промежуточное, заключительное положение для выполнения упражнения;
- согласовывать движения тела с командами, заданным ритмом и темпом;
- выполнять движения точно и выразительно.

**Лечебно-корректирующие упражнения:**

- выполнять лечебно-корректирующие упражнения;
- выполнять упражнения на укрепление мышц брюшного пресса и спины;
- выполнять дозированную ходьбу в разном темпе с правильным дыханием;
- выполнять упражнения для осанки и укрепления мышц стопы;
- выполнять упражнения для совершенствования зрительных функций.

**Упражнения коррекционно-развивающей направленности:**

- самостоятельно выполнять упражнения на координацию движений, выносливость и ловкость;
- сознательно относиться к выполнению движений;
- выполнять упражнения с ходьбой и бегом (с остановкой, с преодолением препятствий); с ускорением темпа движений руками;
  - выполнять упражнения с прыжками (в разном темпе, разным видам прыжков, танцевальным движениям с прыжками и др.);
  - свободно передвигаться в замкнутом пространстве на сигнал, в индивидуальной игре с большим мячом, с мячом в паре;
  - выполнять поочередные движения руками в основных и заданных направлениях;
  - выполнять поиск по словесным ориентирам, ходьбу (по памяти, в определенном направлении), передвижение по бревну, лежащему на полу;
  - выполнять офтальмологические упражнения;
  - выполнять движения по световому (цветовому) сигналу, броски мяча в горизонтальную мишень, в обруч, прокатывание мяча друг другу, метание малых и больших мячей в цель горизонтальную, вертикальную, слежение за кистями рук, предметом в руках, перевод взгляда;
  - использовать имитационные и образно-игровые движения в подвижных играх;
  - осмысленно дифференцировать подвижные игры и в соответствии с видом игры, организовывать свои движения, проявлять двигательную активность;

- повышать своё участие в подвижных игр;
- уверенности, способности преодолевать скованность движений в выполнении упражнений на свободное, естественное передвижение.

**Упражнения на лечебных тренажерах:.**

- самостоятельно занимать исходное положение на тренажере для выполнения упражнения;
- выполнять упражнения на тренажере определенного вида;
- соблюдать физическую нагрузку при выполнении упражнений на тренажере;
- координировать движения при выполнении упражнений на тренажере;
- соблюдать требования к выполнению упражнений на тренажере;
- проявлять волевые усилия.
- 

В рамках коррекционного курса «Коррекция двигательных нарушений» формируются следующие

**универсальные учебные действия:**

- самоопределять, воспринимать «образа Я», как субъекта двигательной деятельности;
- устанавливать связи между целью КДН, мотивом и результатом выполнения корригирующих упражнений;
- развить мотивацию достижения успеха и готовность к преодолению отклонений в физическом развитии и двигательной сфере;
- уметь придерживаться заданной последовательности выполнения движений;
- контролировать правильность выполнения освоенного движения;
- уметь оценивать правильность при выполнении упражнения;
- саморегулировать способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию и преодолению трудностей выполнения движений;
- активно использовать все анализаторы при выполнении упражнений для коррекции скованности, физической пассивности;

- аналитико-синтетические умения и навыки в дифференциации и оценке содержания и характера двигательных действий, органов движения и их функций;
- формировать внутренний план на основе поэтапной отработки двигательных действий, их координации и ритмичности;
- выбирать способы решения двигательной задачи (с помощью педагога) в зависимости от конкретных условий;
- алгоритмизация практических действий при выполнении движений (упражнений);
- выбирать наиболее эффективных способов выполнения корректирующих упражнений в зависимости от конкретных условий;
- развивать навыки пространственной ориентировки как основы самостоятельного и результативного выполнения корректирующих упражнений;
- уметь взаимодействовать со взрослыми и сверстниками в системе координат: «слабовидящий- нормально видящий», «слабовидящий- слабовидящий» в ходе занятий КДН;
- уметь задавать вопросы уточняющего характера;
- уметь адекватно воспринимать, понимать и использовать вербальные и невербальные средства общения на занятиях КДН.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Программа включает следующие разделы:**

- Обучение и формирование навыка правильной осанки.
- Исправление дефектов осанки и движений.
- Профилактика и коррекция плоскостопия.
- Совершенствование сердечно - сосудистой и дыхательной систем.
- Развитие навыка пространственной ориентации в замкнутом пространстве.

### **Организационно - методические рекомендации.**

Начиная занятия, учитель должен иметь точное представление об индивидуальных особенностях ребенка, уровне его физического развития, о состоянии его двигательных навыков и умений. Особое значение имеют силы и выносливости мышц спины и брюшного пресса к статическим нагрузкам.

В основу комплексов подобраны симметричные корригирующие упражнения на укрепление мышечного корсета, общеукрепляющие традиционные и нетрадиционные оздоровительные методики.

К данному материалу необходимо подходить интегрально. Упражнения подбираются исходя из наличия оборудования и пособий. Дозировка и нагрузка упражнений дается в соответствии с уровнем подготовленности учащихся.

### **Средства коррекции двигательных нарушений.**

Физические упражнения являются основным средством коррекции физического развития. К ним относятся *гимнастические упражнения*:

силовые, скоростно-силовые, корригирующие, упражнения на координацию, в расслаблении, в сопротивлении, в равновесии и т.д.

Физические упражнения *прикладного характера*. Основные движения включают способы передвижения (ползание, ходьба, бег), метание, лазание.

*Элементы адаптивного спорта* на занятиях по коррекции физического развития у детей применяется с ограничениями и только по показаниям. В рамках предмета коррекция физического развития могут быть использованы несложные эстафеты, подвижные игры, элементы легкой атлетики. Разумное использование физических упражнений спортивного характера повышает у детей интерес к занятиям, создает положительные эмоции, помогает быстрее добиваться определенного уровня работоспособности, коррекции вызванных нарушений.

*Подвижные игры*: малой подвижности, средней подвижности, большой подвижности. Необходимо помнить, что игры труднее поддаются дозировке, поэтому во время игр может незаметно наступить

утомление. Перегрузка (физическая и эмоциональная). Чтобы избежать этого, необходимо тщательно подбирать игры, правильно их распределять на протяжении занятия, контролировать состояние учащихся.

### **Основные принципы применения средств коррекции двигательных нарушений:**

Ведущим является *принцип систематичности* коррекции физического развития, т. е. непрерывное, планомерное. Регулярное использование любых средств в различных формах. Благодаря этому происходит закрепление физиологических сдвигов, происходящих в организме ребенка под влиянием физических упражнений, а также закрепление компенсаторно-приспособительных реакций.

Принцип от *простого к сложному* подразумевает повышение требований, предъявляемых к детскому организму. Этот принцип важен для обеспечения адаптации организма к повышающейся нагрузке и решения воспитательных задач.

Принцип *индивидуального дифференцированного подхода к каждому ребенку*.

Повышение нагрузок и изменение характера упражнений должны происходить индивидуально, т.к. адаптация у различных детей протекает с разной скоростью.

Принцип *доступности*. Доступность определяется соответствием физических упражнений уровню психомоторного развития, состоянию здоровья, двигательному опыту, физической подготовленности и состоянию двигательного аппарата.

Принцип *чередования* необходим для предупреждения утомления у детей.

Средства коррекции физического развития надо сочетать так, чтобы работа мышц, осуществляющих движение, сменялась работой других мышц, оставляя возможность для восстановительных процессов.

Принцип *стимулирования двигательной активности*. Поощрение детей, дать почувствовать радость в движении, в преодолении неуверенности в своих силах.

### **Контроль за состоянием ребенка во время занятий:**

Данные наблюдений делятся на объективные и субъективные. К субъективным показателям относятся:

настроение, самочувствие, аппетит, сон, желание заниматься физическими упражнениями, переносимость нагрузки, потоотделение, нарушение режима. *К объективным показателям* – частота пульса, вес, рост, мышечная сила, температура тела, частота дыхательных движений.

## **ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ**

### **Учащиеся должны знать:**

- историческое развитие физической культуры в России,
- правила личной гигиены,
- значение правильного питания и здорового образа жизни для здоровья человека;
- иметь представление о механизме лечебного действия упражнений,

### **Учащиеся должны уметь:**

- самостоятельно контролировать собственное положение правильной позы, ходьбы в повседневной деятельности в школе и дома
- дифференцировать ощущения правильных положений тела при выполнении различных упражнений в усложненных вариантах (работа с набивными мячами, гантелями, гимнастическими палками)
- управлять актами вдоха и выдоха в соответствии с длительностью и скоростью их выполнения;

### **Ожидаемые результаты:**

*Демонстрировать физическую подготовленность* по годовому приросту результатов в развитии основных физических качеств в следующих контрольных упражнениях:

**Гибкость** - из положения сидя наклон вперед (касание руками носков ног);

**Силовые способности:** Сила мышц живота определяется по количеству подъемов туловища из и. п. лежа на спине, руки выпрямлены вверх «складочка»

Сила мышц спины определяется по продолжительности удержания положения «лодочка» (и. п. лежа на животе, ноги и руки выпрямлены и подняты от пола), секундомер включается при фиксированном положении «лодочка» и отключается в момент касания пола. Результат учитывается в секундах.

**Выносливость** - степ – тест у гимнастической стенки:

Физическая нагрузка задается в виде восхождений на первую рейку гимнастической стенки. Высота рейки и время выполнения теста зависят от пола, возраста и физического развития ученика. Ученику предлагается на протяжении 3 мин совершать восхождение на рейку

### УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

**Количество часов: всего 34 часов; в неделю 1 час**

№ п\п	Тема занятия	Тип занятия	Характеристика деятельности учащихся	Результаты прохождения курса			Коррекционная работа
				Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты	
1	Техника безопасности на занятиях. Строевые упражнения	Вводный	Повторение пройденного материала изученного во 3- ом классе	Приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение	Навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и	Умение организовать свою работу; умение координировать свои	Общее укрепление организма Формирование целостности зрительного

				(стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;	интерпретация информации с помощью учителя; наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности; овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач;	усилия с усилиями других; задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций; в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи; уметь самостоятельно контролировать	восприятия
2-3	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на коррекцию плоскостопия.	Комбинированный	Уметь выполнять упражнения для различных мышечных групп рук, ног, корпуса, соблюдать точность их выполнения и правильного сочетания с дыхательным и упражнениями				Упражнения направленные на тренировку переключения внимания Развитие зрительно-моторной памяти Развитие пространственных представлений (ориентировка в микропространстве: влево, вправо, верх, вниз)

4.	Дыхательные упражнения	Комбинированный	Уметь выполнять быстрые, короткие вдохи и выдохи в сочетании с движениями, способствующими сжиманию грудной клетки	ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии; выполнять игровые движения;	формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей условиями её реализации	собственное положение правильной позы, ходьбы в повседневной деятельности, в школе и дома	Повышение эмоционального тонуса
5-	Обучение правильному выполнению упражнений с предметами.	Комбинированный	Уметь быстро переключаться, уметь снимать напряжение	уметь самостоятельно контролировать			

6	Формирование навыка правильной осанки		Знать, как правильно проверить осанку	собственное положение правильной позы, ходьбы в повседневной деятельности, в школе и дома показа и по словесной инструкции учителя;			Устранение дефекта осанки и деформации нижних конечностей  Развитие способности осознанно воспринимать речь учителя
7.	Повторение пройденного: проверка знаний о правильном положении осанки, стопы, узнавание правильной осанки	Комбинированный	Уметь контролировать свою осанку после выполнения упражнений	начинать и заканчивать движения в			Развитие навыков мысленного перемещения и трансформации зрительных образов

8.	Тренировка сохранения правильной осанки после выполнения различных заданий	Комбинированный	Знать как контролировать свою осанку после выполнения упражнений	соответствии с указанием учителя развитие			Развитие пространственных представлений
9	Тренировка самоконтроля за сохранением правильной позы при выполнении различных общеразвивающих и специальных упражнений	Комбинированный	Знать основные мышцы на которых идет большая нагрузка при выполнении упражнений				Развитие избирательности и зрительного внимания
10	Тренировка сохранения правильной осанки после выполнения различных заданий	Комбинированный	Уметь делать простейших движения с руками Знать правила ношения груза на голове				Формирование правильной осанки  Общее укрепление организма

11	Выполнение заданий лазанье по гимнастической стенке «Висы» (вверх, вниз, сохраняя вертикальное положение туловища)	Комбинированный	Знать правильное положение тела на шведской стенке. Умение делать простейшие упражнения для профилактики и сколиоза .				Общее укрепление организма
12	Развитие мышечно-суставного чувства на сенсорной основе с целью самоконтроля	Комбинированный	Уметь самостоятельно выполнять упражнения для правильного положения тела				Коррекция осанки
13.	Формирование правильного положения тела с	Комбинированный	Знать правила ношения				Развитие способности концентрирова

	использованием груза (мешочки с песком) на голове, с различным положением рук		груза на голове . Уметь сохранять правильную осанку в свободной деятельности				ть и распределять внимание
14	Обучение самостоятельному выполнению правильного положения тела. Укрепление мышц спины	Комбинированный	Знание частей тела, которые должны касаться стенки при правильной осанке. Уметь быстро переключаться, уметь снимать напряжение				Развитие вербально-моторной памяти
15	Обучение переносу сформированного знания, навыка	Комбинированный	Уметь самостоятельно				Формирование правильной осанки

	правильной осанки в свободную деятельность (подвижные игры под контролем учителя)		выполнять упражнения для правильного положения тела Умение задерживать дыхание на вдохе Знать и уметь находить пульс.				
16.	Комплекс упражнений на растягивание мышц	Комбинированный	Умение самостоятельно правильно выполнять упражнения для укрепления мышц плечевого пояса с предметами, для укрепления				Развитие вербально-моторной памяти

			МЫШЦ живота, спины				
17.	Тренировка переносу сформированного знания, навыка правильной осанки в свободную деятельность	Комбинированный	Умение самостоятельно ориентироваться в знакомом и незнакомом пространстве				Развитие вербально-моторной памяти Развитие сенсорно чувства
18.	Развитие мышц плечевого пояса.	Комбинированный	Знать основные мышцы на которых идет большая нагрузка при выполнении упражнений				Развитие вербально-моторной памяти Развитие сенсорно чувства
19.	Развитие мышц спины с использованием и.п. - лежа на животе (в разгрузке позвоночника)	Комбинированный	Знать основные мышцы на которые идет большая нагрузка при				Развитие умения определять направление и расположение в

			<p>выполнении упражнений. Уметь согласовывать движения с дыханием и и.п. - стоя, лежа.</p>				пространстве
20	<p>Тренировка в поднимании и удерживанию прямых ног, попеременно и одновременно на высоту 10-15 см. от пола</p>	Комбинированный	<p>Уметь выполнять смену прямых ног в и.п. - лежа на спине. Уметь оттягивать носки ног попеременно вперед и на себя, поворачивать стопы вовнутрь, наружу</p>				<p>Развитие умения определять направление и расположение в пространстве</p>

21	Тренировка при выполнении различных движений руками	Комбинированный	Уметь выполнять упражнения для различных мышечных групп рук, ног, корпуса, соблюдать точность их выполнения и правильного сочетания с дыхательным и упражнениями				Развитие основных свойств внимания
22	Тренировка в устранении дефектов осанки и деформации нижних конечностей.	Комбинированный	Умение пользоваться предметами в лечебных целях				<p style="text-align: center;">Развитие основных свойств внимания</p> <p style="text-align: right;">Улучшение</p>

23	Профилактика простудных заболеваний	Комбинированный	Умение задерживать дыхание на вдохе. Знать и уметь находить пульс. Уметь выполнять быстрые, короткие вдохи и выдохи в сочетании с движениями, способствующими сжиманию грудной клетки				функциональных связей между основными системами организма.
24	Закаливающие моменты.	Комбинированный	Умение задерживать дыхание на вдохе. Знать и уметь находить				Развитие вербально-моторной памяти. Улучшение

			пульс.				функциональн ых связей между основными системами организма.
25	Прогулки на свежем воздухе.	Комби- нирован- ный	Уметь самостоятель но ориентирова ться в зале и на улице (во дворе школы). Умение самостоятель но ориентирова ться в знакомом и незнакомом пространстве				Развити е умения определять направление и расположение в пространстве.
26	Развитие мышц живота, используя	Комби- нирован-	Уметь выполнять				Упражнения направленные

	и.п.- лежа на спине (разгрузка позвоночника), сидя	ный	простые упражнения на расслабление . Уметь правильно соотнести имитационные упражнения				на увеличение объема внимания
27.	Тренировка в поднимании и опускании прямых ног попеременно и одновременно	Комбинированный	Уметь выполнять смену прямых ног в и.п. - лежа на спине. Уметь оттягивать носки ног попеременно вперед и на себя, поворачивать стопы вовнутрь, наружу				Развитие умения определять направление и расположение в пространстве

28.	Тренировка в различных упражнениях с предметами: гимнастическими палками, мячами	Комбинированный	Умение делать простейшие упражнения для профилактики и плоскостопия с гимнастической палкой				Развитие внимания, памяти.
							Развитие основных свойств внимания
29	Формирование навыка правильного выполнения виса на шведской стенке под контролем учителя	Комбинированный	Умение пользоваться предметами в лечебных целях				
30-31	Подвижные игры и эстафеты	Комбинированный	Умение задерживать дыхание на вдохе. Знать и уметь находить пульс.				Устранение дефекта осанки и деформации нижних конечностей
	Свободная	Комби-	Знать				

32.	ориентировка в открытом пространстве	нированный	понятия : близко, далеко, рядом и т.д				Развитие вербально- моторной памяти
33- 34.	Прогулки на свежем воздухе.	Комбинированный	Умение задерживать дыхание на вдохе Знать и уметь находить пульс.				Развитие умения определять направление и расположение в пространстве. Упражнения направленные на увеличение объема внимания

### Оборудование

- Гимнастические палки.
- Набивные мячи.
- Массажные мячи.
- Обручи.
- Гантели.
- Гимнастические скамейки.

- Гимнастическая стенка
- Гимнастические коврики.

### **Список литературы.**

Адаптивное физическое воспитание: авторская программа по лечебной физкультуре для детей с тяжелой зрительной патологией (начальная школа) : учебно-методическое пособие / ред.-сост. Л. Н. Ростомашвили. – СПб. : СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 1997. - 44 с.

. Адаптивная физическая культура: Учебное пособие Евсеев С.П., Шапкова Л.В. М.: Советский спорт, 2000 г. - 240 с., с ил.

. Частные методики адаптивной физической культуры: Учебное пособие / Под ред. Л. В. Шапковой. — М.: Советский спорт, 2003. — 464 с, ил.

. «Лечебная физическая культура» Попов С. Н. Издательство Академия 2007г.

. «Лечебная физическая культура» Дубровский В. И. Издательство Владос 2001г.

. «ЛФК в детском возрасте» Матвеев С. Д, Потапчук А. А, Дидур М. Д. Издательство Речь 2007г.

. Программа по физической культуре специальная медицинская группа 1-11 классы (автор составитель Т.В. Дараева ; под общ. ред. М. Ю.Ушаковой, Издательство Глобус 2010год(Образовательный стандарт).

