

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 7»**

г. Улан – Удэ

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«РАТНИК ОТЕЧЕСТВА»**

2 ч. в неделю, итого 70 ч.

1. 1. «Пояснительная записка»

Патриотическое воспитание — это систематическая и целенаправленная деятельность органов государственной власти и организаций по формированию у граждан высокого патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины. Главной целью патриотического воспитания является формирование и развитие личности, обладающей качествами гражданина - патриота Родины и способной успешно выполнять гражданские обязанности в мирное и военное время. При этом в соответствии с Федеральным Законом «О воинской обязанности и военной службе» составной частью патриотического воспитания является военно-патриотическое воспитание граждан.

Направленность программы: Программа имеет военно-патриотическую направленность, ее основные компоненты, позволяют формировать готовность граждан к служению Отечеству. Программа кружка «Ратники Отечества» разработана в соответствии с государственной программой «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации», утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации.

Актуальностью программы является то, что одним из аспектов обеспечения национальной безопасности нашей страны является воспитание патриотов России, граждан правового демократического государства, обладающих чувством национальной гордости, гражданского достоинства, любви к Отечеству, своему народу.

В этих условиях очевидна неотложность решения проблем воспитания патриотизма, как на уровне государства, так и на уровне отдельно взятого образовательного учреждения посредством занятий в кружках и объединениях патриотической направленности.

1.2. Цель программы:

- создание условий, способствующих патриотическому, физическому, интеллектуальному и духовному развитию личности юного гражданина России, его лидерских качеств.

Задачи программы:

- подготовка подрастающего поколения к военной службе и воспитание уважения к Российской Армии;
- воспитание гражданственности, патриотизма и любви к Родине;
- формирование профессионально значимых качеств и умений, верности конституционному и воинскому долгу;
- воспитание бережного отношения к героическому прошлому нашего народа, землякам;
- физическое и духовно-нравственное развитие детей и подростков;
- совершенствование ценностно-ориентированных качеств личности, обеспечение условий для самовыражения обучающихся, их творческой активности.

Категория учащихся:

Участниками военно-патриотического кружка «Ратники» являются дети и подростки 12-16 лет, объединенные в учебные группы по направлениям деятельности.

Формы и режим занятий:

Занятия проводятся 2 раза в неделю в форме теоретических и практических занятий.

Продолжительность занятий 2 часа в неделю, в год – 70 занятий.

Планируемые результаты:

- Повышение духовно-нравственного потенциала учащихся;
- Упрочение единства и дружбы представителей различных конфессий и национальностей, проживающих в Республике Бурятия;
- Формирование личности гражданина, способного встать на защиту интересов Отечества;
- Привлечение детей, подростков и молодежи в военно-патриотические клубы и объединения, спортивные клубы и секции.

По окончании курса данной программы, обучающиеся должны *знать*:

- Технику безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке;

- Материальную часть автомата Калашникова;
- Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата

Калашникова;

- Специфику физической подготовки;
- Последовательность неполной разборка и сборки АКМ-74;
- Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами;
- Правила прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки;
- Государственную и военную символику;
- Дни воинской славы России;
- Структуру Вооруженных Сил Российской Федерации;
- Историю, символы и геральдику;
- Символы воинской чести;
- Правила оказания первой медицинской помощи при различных видах травм;
- Правила безопасного поведения у водоемов, при пожаре, в природных

экстремальных ситуациях;

- Опасные природные факторы и защиту от их влияния;
- Современные средства поражения;
- Мероприятия ГО по защите населения;
- Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;
- Приборы радиационной и химической разведки и правила пользования ими.

Должны уметь:

- Выполнять неполную разборку и сборку АКМ-74;
- Правильно прицеливаться и прицельно вести стрельбу по мишени;
- Выполнять строевые приемы на месте и в движении по одному и в отделении

согласно

Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации;

- Выполнять перевязку при различных видах травм, останавливать кровотечение различными способами, накладывать шины при различных переломах;
- Одевать противогаз и костюм химической защиты;
- Применять различные туристические узлы, в зависимости от ситуаций;
- Применять различные способы преодоления естественных препятствий в пешем и лыжном походах;
- Ориентироваться на местности с помощью карты и компаса.

1.3. Содержание программы

Содержание программы строится параллельно со школьным курсом ОБЖ и других предметов школы. Эта параллель позволит значительно углубить знания по изучаемым школьным дисциплинам, так как в школьной программе уделяется слишком мало времени на их изучение. Таким образом, в рамках программы предусматривается проведение подготовка, проведение и участие в массовых мероприятиях. Для походов, тренировочных занятий на местности используются выходные дни и каникулярное время.

Военно-историческая подготовка (4 часа)

Изучение истории родной земли, истории нашего Отечества, боевых, трудовых и культурных традиций, устоев народа было и остается важнейшим направлением в воспитании. Особая роль должна принадлежать военной истории. История нижегородской области. Государственные награды РФ. Советского Союза. Дни воинской славы. Выдающиеся военачальники. История Володарского района, р.п. Решетиха.

Физическая подготовка (8 часов)

Общая физическая подготовка: выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах – подтягивание, подъем переворотом, поднимание ног к перекладине, сгибание и разгибание рук упоре на брусьях; Отжимание от пола . Прыжки в длину с места Вис на перекладине. Подтягивание на перекладине. Подъем переворотом на перекладине. Подъем силой. Отжимание на брусьях.

Кроссовая подготовка бег на 60 метров. Бег на 100 метров. Бег на 800 метров. Бег на 1000 метров. Бег с препятствиями, челночный бег.

Спортивно-прикладная подготовка (10 часов)

Теоретические знания, отработка отдельных элементов. Преодоление полосы препятствий, отработка отдельных элементов. Самооборона без оружия. Пулевая стрельба. Явление выстрела, начальная скорость пули. Отдача оружия и угол вылета пули. Образование траектории, и ее элементы. Прямой выстрел: прикрытое, поражаемое и мертвое пространство, и их практическое значение. Нормальные (табличные) условия стрельбы. Влияние внешних условий на полет пули.

Пробивное (убойное) действие пули.

Топогеодезическая подготовка (4 часа)

Чтение топографических карт. Ориентирование и работа с картой на местности. Движение на местности по карте. Движение по азимуту. Составление графических документов.

Ориентирование на местности без карты. Выбор и использование ориентиров при определении и указании своего местонахождения и обнаруженных целей. Особенности ориентирования ночью, в горах, в лесу и зимой. Определение направлений на стороны горизонта по компасу, небесным светилам, местным предметам.

Определение азимута на местные предметы и направлений по заданным азимутам. Движение по азимуту днем. Порядок обхода препятствий.

Подготовка по связи (4 часа)

Виды радиосвязи. Виды антенн. Порядок радиообмена. Азбука Морзе. Виды телефонной связи. Порядок переговоров. Порядок прокладки телефонного кабеля. Флажковая связь. Порядок передачи и приема команд. Связь посыльными. Коды. Пакеты. Донесения. Пароль.

Ориентирование и преодоление препятствий (4 часа)

Теоретическое обобщающее занятие по топогеодезической подготовке. Подготовка приборов ориентирование на местности. Нанесение маршрутов на карту. Выпуск боевого листка «Молнии».

Ориентирование и преодоление препятствий (3 часа)

Приготовление пищи, добывание воды. Контроль здоровья.

Инженерная подготовка (2 часа)

Способы возведения простейших инженерных сооружений. Маскировочная дисциплина.

Изучение устройства, последовательности возведения укрытий для личного состава и техники (перекрытых щелей, блиндажей, убежищ, укрытий для техники). Ознакомление с препятствиями и невзрывными инженерными заграждениями. Приемы и способы их преодоления.

Медицинская подготовка (5 часа)

Средства оказания первой медицинской помощи и профилактики поражений. Первая медицинская помощь при ранениях, переломах, ушибах, вывихах. Виды повязок. Первая медицинская помощь при ожогах, отморожениях, несчастных случаях и отравлениях. Простейшие способы восстановления дыхания и сердечной деятельности

Подготовка по выживанию (5 часа)

Особенности преодоления больших переходов, затяжных подъемов и резких спусков. Правила выбора места и добывания огня, виды костров. Оборудование жилья. Добывание воды. Очистка воды. Приготовление пищи. Сбалансированность питания. Рацион. Неприкосновенный запас продуктов. Требования санитарии.

ОМП и З (4 часа)

Виды оружия и его поражающие факторы. (Ядерное, химическое, бактериологическое). Средства индивидуальной и коллективной защиты. Специальная обработка (дегазация, дезактивация, дезинфекция, дезинсекция, санитарная обработка).

Литературно - театральная подготовка (4 часа)

История патриотического искусства. Устное народное творчество мифы, былины, сказки, сказы, придания, оды. Музыкальное патриотическое искусство. Песни, марши, арии. Театральное искусство. Современное патриотическое искусство.

Противопожарная подготовка (5 часа)

Горение. Сущность горения. Пожар. Огнетушители, их виды, устройство, принцип действия, правила применения. Средства пожаротушения. Порядок тушения различных возгораний.

Правила поведения на пожаре.

Дорожная грамота (4 часа)

Обязанности участников дорожного движения. Дороги, устройство дорог. Дорожные знаки. Разбор различных ситуаций на дороге (перекрестки, остановки и стоянки, перевозка людей, светофоры).

Строевая подготовка (6 часов)

Одиночная подготовка (выполнение различных команд)

Подготовка отделения (выполнение команд в составе подразделения)

Комплексное занятие (тренировка строевого шага, в составе подразделения).

Учебно-тематическое планирование военно-патриотического кружка «Ратник». 1 год обучения (70 часов в год)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика	
1.	Военно-историческая подготовка	4	4	-	Тестирование
2.	Физическая подготовка	8	-	8	Нормы ГТО
3.	Спортивно - прикладная подготовка	9	2	7	Зачет
4.	Топогеодезическая подготовка	4	1	3	Зачет
5.	Подготовка по связи	4	3	1	Тестирование
6.	Ориентирование и преодоление препятствий	4	2	2	Тестирование

7.	Ориентирование и преодоление препятствий	3	3	-	Тестирование
8.	Инженерная подготовка	2	1	1	Тестирование
9.	Медицинская подготовка	4	1	2	Тестирование Зачет
10.	Подготовка по выживанию	5	2	3	Зачет
11.	ОМП и З	4	2	2	Зачет
12.	Литературно - театральная подготовка	4	2	2	Проект
13.	Противопожарная подготовка	5	2	3	Тестирование
14.	Дорожная грамота	4	2	2	Зачет
15.	Строевая подготовка	6	-	6	Практика
	Всего:	70	28	42	

1. Комплекс организационно педагогических условий

Для успешной реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ратник» составлены календарные учебные графики, которые в себя включают по 35 недель:

2. 1. Календарно-тематическое планирование.

№ п/п	№ занятия	Название темы	Вид урока	Количество часов
1. Военно-историческая подготовка (4 часа)				
1.	1-2	Государственные награды РФ. Советского Союза.	Теория	2
2.	3-4	Дни воинской славы. Выдающиеся военачальники	Теория	2
2. Физическая подготовка (8 часов)				
1.	5	Отжимание от пола. Прыжки в длину с места	Практика	1

2.	6	Вис на перекладине. Подтягивание на перекладине.	Практика	1
3.	7	Подъем переворотом на перекладине. Подъем силой.	Практика	1
4.	8	Отжимание на брусьях.	Практика	1
5.	9	Кроссовая подготовка бег на 60 метров	Практика	1
6.	10	Бег на 100 метров	Практика	1
7.	11	Бег на 800 метров. Бег на 1000 метров	Практика	1
8.	12	Бег с препятствиями, челночный бег.	Практика	1
3. Спортивно-прикладная подготовка (10 часов)				
1.	13-14	Теоретические знания, отработка отдельных	Теория	2

		элементов.		
2.	15-16	Преодоление полосы препятствий, отработка отдельных элементов.	Практика	2
3.	17-18	Самооборона без оружия.	Практика	2
4.	19-22	Пулевая стрельба.	Практика	4
4. Топогеодезическая подготовка (4 часа)				
1.	23	Чтение топографических карт	Теория	1
2.	24	Ориентирование и работа с картой на местности.	Практика	1
3.	25	Движение на местности по карте	Практика	1
4.	26	Движение по азимуту. Составление графических документов.	Практика	1
5. Подготовка по связи (4 часа)				
1.	27	Виды радиосвязи. Виды антенн. Порядок радиообмена. Азбука Морзе.	Теория	1
2.	28	Виды телефонной связи. Порядок переговоров. Порядок прокладки телефонного кабеля	Теория	1
3.	29	Флажковая связь. Порядок передачи и приема команд.	Теория	1
4.	30	Связь посыльными. Коды. Пакеты. Донесения. Пароль.	Практика	1

6. Ориентирование и преодоление препятствий (4 часа)				
1.	31-32	Теоретическое обобщающее занятие по топогеодезической подготовке. Подготовка приборов ориентирование на местности	Теория	2
2.	33-34	Нанесение маршрутов на карту. Выпуск боевого листка.	Практика	2
7. Ориентирование и преодоление препятствий (3 часа)				
1.	35-37	Приготовление пищи, добывание воды. Контроль здоровья.	Практика	3
8. Инженерная подготовка (2 часа)				
1.	38-39	Способы возведения простейших инженерных сооружений. Маскировочная дисциплина.	Теория- Практика	2
9. Медицинская подготовка (5 часа)				
1.	40	Средства оказания первой медицинской помощи и профилактики поражений.	Теория- Практика	1
2.	41	Первая медицинская помощь при ранениях, переломах, ушибах, вывихах. Виды повязок.	Теория- Практика	1
3.	42	Первая медицинская помощь при ожогах, отморожениях, несчастных случаях и отравлениях.	Теория- Практика	1
4.	43-44	Простейшие способы восстановления дыхания и сердечной деятельности.	Теория- Практика	2
10. Подготовка по выживанию (5 часа)				
1.	45	Особенности преодоления больших переходов, затяжных подъемов и резких спусков.	Теория	1
2.	46	Правила выбора места и добывания огня, виды костров. Оборудование жилья.	Теория	1
3.	47	Добывание воды. Очистка воды.	Практика	1
4.	48-49	Приготовление пищи. Сбалансированность питания. Рацион. Неприкосновенный запас продуктов. Требования санитарии.	Практика	2
11. ОМП и З (4 часа)				
1.	50-51	Виды оружия и его поражающие факторы.	Теория	2

		(Ядерное, химическое, бактериологическое).		
2.	52-53	Средства индивидуальной и коллективной защиты. Специальная обработка (дегазация, дезактивация, дезинфекция, дезинсекция, санитарная обработка).	Теория- Практика	2
12. Литературно - театральная подготовка (4 часов)				
1.	54-55	История патриотического искусства. Устное народное творчество мифы, былины, сказки, сказы, придания, оды.	Теория	2
2.	56-57	Музыкальное патриотическое искусство. Песни, марши, арии. Театральное искусство. Современное патриотическое искусство.	Практика	2
13. Противопожарная подготовка (5 часа)				
1.	58-59	Горение. Сущность горения. Пожар. Огнетушители, их виды, устройство, принцип действия, правила применения	Теория	2
2.	60-62	Средства пожаротушения. Порядок тушения различных возгораний. Правила поведения на пожаре.	Практика	3
14. Дорожная грамота (4 часа)				
1.	59-60	Обязанности участников дорожного движения. Дороги, устройство дорог.	Теория	2
2.	61-62	Дорожные знаки. Разбор различных ситуаций на дороге (перекрестки, остановки и стоянки, перевозка людей, светофоры).	Теория Практика	2
15. Строевая подготовка (6 часов)				
1.	63-64	Одиночная подготовка (выполнение различных команд)	Практика	2
2.	65-68	Подготовка отделения (выполнение команд в составе подразделения)	Практика	2
3.	69-72	Комплексное занятие (тренировка строевого шага, в составе подразделения).	Практика	2
		Итого		72

2.2. Условия реализации программы:

1. Кабинет ОБЖ, где проходят занятия по предмету ОБЖ и теоретических занятий клуба «Ратник». Кабинет оснащен стендами с государственными символами России, учебными стендами по основам безопасности, по основам медицинских знаний, стенды по основам военной службы и историко – патриотическими материалами.

2. Тир, для стрельбы из пневматической винтовки.

6. Спортзал. На территории школы спортивная площадка для занятий по строевой подготовке.

7. Для практических занятий имеется: макет АК-74 – 1шт., пневматическая винтовка – 1 шт.

8. Наличие символики клуба: флаг, форма одежды: головной убор в виде берета.

Кадровое обеспечение программы.

Для успешной реализации программы с учащимися занимается учитель ОБЖ, имеющий специальное (профильное) образование, специальные знания по предмету, квалификационную категорию. Педагог имеет опыт организации и проведения военно-патриотических игр, соревнований.

2.3. Формы аттестации

Формами подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ратник» является:

Входная диагностика: проводится при наборе. Цель: изучение отношения ребёнка к выбранной деятельности, его способности и достижения в этой области, личностные качества ребёнка. Форма контроля: собеседование.

Промежуточный контроль: проводится по окончании изучения темы, в конце полугодия, года. Цель: определение степени усвоения учащимися учебного материала, готовность к восприятию нового материала, выявление учащихся, отстающих или опережающих обучение; подбор наиболее эффективных методов и средств для дальнейшего обучения.

Форма контроля: зачёт, участие в соревновательной деятельности. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: грамоты, дипломы,

сертификаты, благодарности, свидетельства. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: аналитическая справка, участие в турнирах, соревнованиях, профильных сменах.

Итоговый контроль: проводится в конце обучения по программе. Цель: проверка освоения программы, определение изменения уровня развития качеств личности каждого ребёнка, его способностей, определение результатов обучения. Форма контроля: зачёт, участие в конкурсах, соревнованиях, профильных сменах, играх, турнирах. Формы отслеживания и фиксации образовательных

результатов: грамоты, дипломы, сертификаты, благодарности, свидетельства. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: аналитическая справка, участие в турнирах, соревнованиях, профильных сменах.

В конце первой четверти учащиеся принимают торжественную клятву, принимают участие в показательных выступлениях. Лучшие, способные учащиеся отмечаются памятными дипломами, грамотами, подарками. Все это способствует сплочению и сохранению состава военно-патриотического клуба «Ратник».

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

Для отслеживания и фиксации результатов освоения образовательной программы обучающимися используются:

- итоги диагностики;
- портфолио учащихся;
- дневник проектов;
- журнал посещаемости;
- фото и видеозаписи показательных выступлений и театрализованных постановок.

Кроме того, систематически используются традиционные методы педагогической диагностики: наблюдение, анализ продуктов деятельности, письменные и устные опросы.

Формы и виды контроля

Раздел Программы	Формы контроля
Общеп физическая подготовка	Практическое выполнение упражнений (правильность), сдача зачетов
Строевая подготовка	Практическое выполнение упражнений (правильность), сдача зачетов, смотры строя и песни
Основы выживаемости	Устный зачет, тестирование, зачет в условиях похода одного дня, игра на местности
Ориентирование и топография	Устный зачет, тестирование, зачет в условиях похода одного дня, игра на местности
Стрелковая подготовка	Устный зачет, сдача нормативов, контрольные соревнования
История Вооруженных Сил и силовых структур России	Собеседование, познавательные игры, викторины, проекты

2.4. Оценочные материалы

Основными методами оценки уровня освоения программы «Ратник» являются педагогическое наблюдение и тестирование.

При этом уровень технической, тактической, психологической подготовки и физического развития учащихся отслеживается методом педагогического наблюдения во время учебного поединка и на соревнованиях, уровень физической подготовки – путем сдачи нормативов.

При реализации программы используются следующие виды оценочных материалов:

- викторина
- дидактическая игра
- кроссворд
- нормативные таблицы
- теоретические задачи и практическое применение знаний на местности

- участие в соревнованиях

№ п/п	Норматив, ед. изм.	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно
1	Надевание противогаза №1, сек.	7	9	11
2	Надевание ОЗК, сек.	80	90	100
3	Разряжение магазина автомата, сек.	7	9	11
4	Снаряжение магазина автомата, сек.	28	32	35
5	Разборка АК-74, сек.	12	17	23
6	Сборка АК-74, сек.	22	25	30
7	Отрывка окопа для стрельбы лежа, час	1 час 10 минут	1 час 25 минут	1 час 35 минут

Определение степени освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

- 10-15 баллов (33-49%) – низкий уровень освоения программы;
- 16-25 баллов (50-79%) – средний уровень освоения программы;
- 26- 35 балл (80-100%) – высокий уровень освоения программы.

Особенности организации образовательного процесса

Организационные формы обучения по данной программе преимущественно групповые.

Теоретические занятия сочетаются с практическими, на последние отводится преимущественное количество учебных часов.

При организации самостоятельной работы и работы по индивидуальным заданиям используются инструктаж, консультации, разработка и реализация индивидуальных творческих проектов, экспертиза.

Основные формы занятий:

- встреча с интересными людьми и специалистами;
- посещение воинских формирований;

- беседы;
- экскурсии;
- викторина;
- мини - соревнования;
- поход выходного дня;
- музейные занятия;
- учебно-тренировочные сборы;
- тренировочные мероприятия
- соревнования: тренировочные, контрольные;
- тестирование с выполнением контрольных нормативов.

2.5. Список литературы:

1. Конституция и законы Российской Федерации.
2. Закон «Об образовании»// Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание, - М., .
3. Закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О противодействии терроризму», Федеральные закон Российской Федерации «О гражданской обороне»
4. Конвенция ООН «О правах ребенка».
5. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2015-2020 годы».
6. Методические рекомендации по составлению образовательных программ учебного заведения. М: ОМК ВОЧ МДО,1995.
7. В.Ю.Микрюков «Военно-патриотическое воспитание в школе». Москва. «Вако», 2009г.
8. Л.А. Тетушкина «Основы безопасности жизнедеятельности: секреты преподавания». Волгоград, «Учитель», 2009 г.
9. Е.А.Воронова «Воспитать патриота». Ростов н/Д: феникс, 2008 г.

10. Т.В. Шепелева «Государственные символы России». Волгоград: «Учитель», 2009 г.

11. П.Ф.Куклин, Л.А.Тетушкина, Л.А.Лаврова «Военно-спортивные игры». Волгоград: Учитель, 2009г.

12. С. В. Титов, Г. И. Шабаета «Тематические игры по ОБЖ». Методическое пособие для учителя. Москва: ТЦ Сфера, 2003 г.

13. Гофман Ж. И. Военно-патриотическое и интернациональное воспитание на уроках начальной военной подготовки.- М.: Высшая школа, 1985.

14. Фельдштейн Д. Н. Психология воспитания подростков.- М, 1978.

15. Лях В. И. Физическая культура: учеб. для учащихся 8-11 классов / В. И. Лях, А. А. Зданевич; под ред. В. И. Ляха, - М.; Просвещение, 2

Использование Интернетресурса

Сайты с нормативными документами по образованию и методическими материалами:

1. <http://www.school.edu.ru> – Российский общеобразовательный портал;

2. <http://www.ed.gov.ru> – Федеральное агентство по образованию РФ
Министерства образования и науки РФ;

3. <http://www.edu.ru> – Федеральный сайт Российского образования;

4. <http://www.edu.km.ru> – Образовательные проекты;

5. <http://www.ict.edu.ru> – Информационно-коммуникационные технологии в образовании;

6. <http://www.festival.1september.ru> – Сайт педагогических идей «Открытый урок»;

7. <http://www.vestniknews.ru> – Журнал «Вестник образования России»;

8. <http://www.fio.ru> – Сайт Федерации Интернет-образования России;

9. <http://www.eurekanet.ru> – Инновационная образовательная сеть.

10. <http://spo.1septemder.ru>

11. <https://my.1september.ru/preview/free/2013-01/obj/index.html>

12. <http://fizkultura.ucoz.com/>