

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Черёмушкинская средняя общеобразовательная школа

Согласовано:  
«31» августа 2021 г.  
Заместитель директора  
школы по УВР  
 А.В. Зуборева

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета школы  
Протокол №1 от 31 августа 2021 г.



# Рабочая программа По физической культуре 6 класс

МБОУ Черёмушкинская СОШ  
2021 г.

Составил учитель физической культуры:  
Дубковский Андрей Александрович

## **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

### **Личностные результаты**

Учащиеся научатся:

овладевать знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности

- овладевать знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности

- планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха

- овладевать умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем обобщать, анализировать и применять полученные знания в самостоятельных занятиях по физической культуре

овладевать навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья, бег на лыжах и др.) различными способами

Учащиеся получают возможность научиться:

- овладевать знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний

- управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности

- проводить туристические пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок

- приобрести хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой

- максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре

### **Метапредметные результаты:**

Учащиеся научатся:

- понимать физическую культуру как явление культуры, способствующей развитию целостной личности человека
- понимать физическую культуру как средство организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного поведения
- бережно относиться к своему здоровью и здоровью окружающих
- добросовестно выполнять учебные задания, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий
- овладевать культурой речи, ведения диалога в доброжелательной форме, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение

Учащиеся получают возможность научиться:

- рационально планировать учебную деятельность, организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность
- понимать культуру движений человека, постигать жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью
- понимать здоровье как важнейшее условие саморазвития и самореализации человека
- воспринимать красоту телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами
- владеть способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности

### **Предметные результаты:**

Учащиеся научатся:

- проявлять знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения
- проявлять знания основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации
- проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой
- оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения.
- организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий

- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их
- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры
- отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки
- регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости)
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений
- выполнять спуски и торможения на лыжах с полого склона
- выполнять передвижения на лыжах разными ходами и чередовать их в процессе прохождения тренировочной дистанции
- выполнять тестовые упражнения для оценки развития основных физических качеств

Учащиеся получают возможность научиться:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья
- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья, прыжков и бега
- выполнять тестовые упражнения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

## Содержание учебной программы

Программа состоит из разделов: «Легкая атлетика», «Гимнастика», «Подвижные игры». Содержание раздела «Легкая атлетика» включает в себя такие учебные темы (виды деятельности) как обучение технике спринтерского бега, эстафетного бега, бега на короткие дистанции, технике прыжков в длину с места и с разбега, метание мяча. В разделе «гимнастика» представлены задания, которые ориентированы на активное включение учащихся в самостоятельные формы организации занятий физической культурой, включает обучение технике кувырка вперед, назад, стойке на лопатках, лазанье по канату, технике опорного прыжка, висов, упоров; «мост» из положения лежа, стоя; подтягивание на перекладине; обучение строевому шагу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа, сгибание туловища за 30 сек.; прыжков через «козла»; упражнения с гимнастическими палками, со скакалками, общеразвивающие упражнения. Основным содержанием этих тем является перечень необходимых и достаточных для самостоятельной деятельности практических навыков и учений. Раздел «Подвижные игры» ориентирован на обучение учащихся различным подвижным играм (в основном «Пионерболу» и «Волейболу»), всестороннюю физическую подготовку и укреплению здоровья школьников. Этот раздел включает в себя следующие темы: Правила игры в «Пионербол», «Волейбол», «Веселые старты», челночный бег, игра в парах в движении, общеразвивающие упражнения со скакалкой, для развития координации рук, ног, подвижные игры по выбору учащихся, упражнения с мячом.

**В циклических и ациклических локомоциях:** с максимальной скоростью пробегать 60 м из положения высокого старта; в равномерном темпе бегать до 15 мин; после быстрого разбега с 7-9 шагов совершать прыжок в длину; выполнять с 3-5 шагов разбега прыжок в высоту способом "перешагивание".

**В метаниях на дальность и на меткость:** метать малый мяч с 4-5 шагов разбега; метать малый мяч с места и с 3 шагов разбега в горизонтальную и вертикальную цели с 6-8 метров.

**В гимнастических и акробатических упражнениях:** выполнять комбинацию из 4 элементов на перекладине (мальчики); после разбега и отталкивания от мостика прыгать через козла в ширину; последовательно выполнять комбинацию движений с одним из предметов (мяч, палка, скакалка, обруч), состоящих из трех элементов, или комбинацию, состоящую из трех гимнастических элементов; выполнять

акробатическую комбинацию из трех элементов, включающую кувырки вперед и назад, мост из положения стоя с помощью.

**Волейбол. Баскетбол.** :играть в одну из спортивных игр (по упрощенным правилам).

**Физическая подготовленность:**соответствовать не ниже, чем среднему уровню показателей развития основных физических способностей с учетом индивидуальных возможностей учащихся

### Календарно-тематическое планирование

Дата проведения.	№ урока	Название разделов, тем	Кол- во часов
		<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>	11
		<b>Спринтерский бег, эстафетный бег</b>	5
	1.	Техника безопасности и правила поведения на уроках физкультуры (Л/а).Изучение нового материала. Высокий старт ( до 15- 30м), стартовый разгон, бег по дистанции (40-50м).	1
	2.	Комбинированный: . высокий старт ( до 15- 30м), бег по дистанции (40-50м).Эстафеты линейные.	1
	3.	Совершенствование: высокий старт ( до 15- 30м).Финиширование. Эстафеты линейные	1
	4.	Совершенствование: высокий старт ( до 15- 30м), финиширование. Бег (3x50). Эстафеты.	1
	5.	Учетный. Бег на результат (60м).Эстафеты.	1
		<b>Прыжок в длину способом « согнув ноги». Метание малого мяча</b>	4
	6.	Комбинированный: прыжок в длину с7-9 шагов. Подбор разбега, отталкивание.	1

		Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель(1x1 ) с 8-10 м.	
	7.	Комбинированный: прыжок с 7-9 шагов разбега. Приземление. Метание теннисного мяча на заданное расстояние.	1
	8.	Совершенствование: Прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание теннисного мяча на заданное расстояние.	1
	9.	Учетный. Прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча на дальность.	1
		<b>Бег на средние дистанции</b>	2
	10.	Комбинированный: Бег 1000м. Бег по дистанции	1
	11.	Совершенствование: бег в равномерном темпе. Бег 1000м	1
		<b>Кроссовая подготовка</b>	9
		<b>Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий</b>	9
	12.	Изучение нового материала: равномерный бег(12мин),бег в гору. Преодоление препятствий.	1
	13.	Комбинированный: равномерный бег (14мин). Бег в гору. Преодоление препятствий.	1
	14.	Комбинированный: равномерный бег (12мин). Чередование бега с ходьбой.	1
	15.	Комбинированный: равномерный бег (15мин). Бег под гору. Бег в гору.	1
	16.	Комбинированный: равномерный бег (17мин). Бег в гору .Бег под гору.	1
	17.	Комбинированный: равномерный бег (17мин). Бег по песку. Преодоление препятствий.	1
	18.	Комбинированный: равномерный бег (18мин). Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий.	1
	19.	Комбинированный: равномерный бег (18мин). Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий.	1
	20.	Учетный. Бег по пересеченной местности ( 2 км)	1
		<b>Раздел 2. Гимнастика</b>	18
		<b>Висы. Строевые упражнения</b>	6
	21.	Изучение нового материала: Строевой шаг, смыкание и размыкание на месте. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь(м), вис лежа, вис присев(д).	1

	22.	Комплексный: Строевой шаг, смыкание и размыкание на месте. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь(м), вис лежа, вис присев(д).	1
	23.	Комплексный : Строевой шаг, смыкание и размыкание на месте. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь(м), вис лежа, вис присев(д).	1
	24.	Комплексный: Строевой шаг, смыкание и размыкание на месте. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь(м), вис лежа, вис присев(д).	1
	25.	Комплексный: перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. Сед ноги врозь(м), Вис лежа, вис присев(д).	1
	26.	Учетный :выполнение на технику. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь(м), Вис лежа, вис присев(д).	1
		<b>Опорный прыжок . Строевые упражнения</b>	6
	27.	Изучение нового материала: прыжок ноги врозь( козел в ширину, высота 100-110см).	1
	28.	Комбинированный: прыжок ноги врозь( козел в ширину, высота 100-110см). Эстафеты.	1
	29.	Совершенствование: Прыжок ноги врозь(козел в ширину, высота 100-110см).Эстафеты.	1
	30.	Совершенствование: Прыжок ноги врозь козел в ширину, высота 100-110см).Эстафеты.	1
	31.	Совершенствование: Перестроение из колонны по два в колонну по одному .Прыжок ноги врозь.	1
	32.	Учетный: Выполнение прыжка ноги врозь.	1
		<b>Акробатика. Лазание.</b>	6
	33.	Изучение нового материала: кувырки вперед, назад, стойка на лопатках-выполнение комбинации.	1
	34.	Совершенствование: два кувырка слитно. «Мост» из положения стоя ( с помощью).Лазание по канату в три приема.	1
	35.	Совершенствование: два кувырка слитно. «Мост» из положения стоя ( с помощью). Лазание по канату в два приема.	1

	36.	Совершенствование: два кувырка слитно. «Мост» из положения стоя ( с помощью).Лазание по канату в два приема.	1
	37.	Совершенствование: Выполнение комбинации из разученных элементов. Лазание по канату в два приема.	1
	38.	Учетный: Выполнение двух кувырков слитно. Лазание по канату в три приема на расстояние.	1
		<b>Раздел 3. Спортивные игры</b>	45
		<b>Волейбол</b>	18
	39.	Изучение нового материала: стойка и передвижения игрока. Передача мяча двумя руками сверху в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах.	1
	40.	Комбинированный: стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху в парах через зону и над собой.	1
	41.	Совершенствование: стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху двумя руками в парах в одной зоне и через зону, над собой.	1
	42.	Совершенствование: стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху двумя руками в парах и тройках через зону, через сетку в одной зоне и через зону, над собой. Нижняя прямая подача.	1
	43.	Совершенствование: стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху двумя руками в парах и тройках через зону, через сетку в одной зоне и через зону, над собой. Нижняя прямая подача.	1
	44.	Совершенствование: стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху двумя руками в парах и тройках через зону, через сетку. Нижняя прямая подача.	1
	45.	Совершенствование: стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху двумя руками в парах и тройках через зону, через сетку. Нижняя прямая подача.	1
	46.	Совершенствование: стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху двумя руками в парах через сетку. Нижняя прямая подача	1

	47.	Совершенствование: стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху двумя руками в парах через сетку. Нижняя прямая подача в заданную зону. Прямой нападающий удар.	1
	48.	Совершенствование: стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху двумя руками в парах через сетку. Нижняя прямая подача. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	1
	49.	Совершенствование: стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху двумя руками в парах через сетку. Нижняя прямая подача. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	1
	50.	Совершенствование: стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху двумя руками в парах через сетку. Нижняя прямая подача. Прямой нападающий удар после подбрасывания партнером.	1
	51.	Совершенствование: стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху двумя руками в парах, тройках через сетку. Нижняя прямая подача. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	1
	52.	Совершенствование: стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху двумя руками в зоне и через зону. Нижняя прямая подача. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	1
	53.	Совершенствование: стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху двумя руками в парах и над собой. Нижняя прямая подача. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	1
	54.	Совершенствование: стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху двумя руками в зоне и через зону. Прием мяча снизу двумя руками в парах и после подачи.	1
	55.	Совершенствование: комбинации из разученных элементов передвижений. Передача двумя руками сверху двумя руками в зоне и через зону. Прием мяча снизу двумя руками в парах и после подачи.	1
	56.	Совершенствование: стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху двумя руками в парах и над собой. Нижняя прямая подача. Прямой	1

		нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	
		<b>Баскетбол</b>	27
	57.	Изучение нового материала: стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в высокой стойке на месте. Передача мяча двумя руками от груди в движении.	1
	58.	Комбинированный: стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в средней стойке на месте. Остановка двумя шагами. Передача двумя руками от груди в движении.	1
	59.	Комбинированный: стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в средней стойке на месте. Остановка двумя шагами. Передача двумя руками от груди в движении.	1
	60.	Комбинированный: стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в высокой стойке. Остановка двумя шагами. Передача одной рукой от плеча на месте.	1
	61.	Комбинированный: стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в высокой стойке. Остановка двумя шагами. Передача одной рукой от плеча на месте.	1
	62.	Комбинированный: стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в низкой стойке. Остановка двумя шагами. Передача одной рукой от плеча на месте.	1
	63.	Комбинированный: стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в низкой стойке. Остановка двумя шагами. Передача одной рукой от плеча в движении.	1
	64.	Изучение нового материала: стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча.	1
	65.	Комбинированный: стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча.	1
	66.	Комбинированный: стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах.	1
	67.	Комбинированный: стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли	1

		мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах на месте и в движении.	
	68.	Комбинированный: стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах на месте и в движении.	1
	69.	Комбинированный: стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах на месте и в движении.	1
	70.	Комбинированный: стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения мяча. Передача мяча двумя руками от головы в парах.	1
	71.	Комбинированный: стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения мяча. Передача мяча двумя руками от головы в парах.	1
	72.	Комбинированный: стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения мяча. Передача мяча двумя руками от головы в парах на месте и в движении.	1
	73.	Изучение нового материала: Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча правой( левой) рукой. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки.	1
	74.	Комбинированный: Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча правой( левой) рукой. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки.	1
	75.	Комбинированный: Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча правой( левой) рукой. Перехват мяча. Передачи мяча двумя руками от груди в тройках в движении.	1
	76.	Комбинированный: Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча правой( левой) рукой. Позиционное нападение(5:0). Передачи мяча двумя руками от груди в тройках в движении.	1
	77.	Комбинированный: Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после	1

		остановки.	
	78.	Комбинированный: Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча. Передачи мяча в тройках в движении со сменой места.	1
	79.	Комбинированный: Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча. Позиционное нападение через заслон.	1
	80.	Комбинированный: Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча. Позиционное нападение через заслон.	1
	81.	Комбинированный: Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Бросок двумя руками от головы после остановки.	1
	82.	Комбинированный: Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Передачи мяча в тройках в движении со сменой мест. Нападение быстрым прорывом(2X1).	1
	83.	Комбинированный: Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Передачи мяча в тройках в движении со сменой мест. Нападение быстрым прорывом(2X1).	1
		<b>Кроссовая подготовка</b>	9
		<b>Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий</b>	9
	84.	Изучение нового материала: равномерный бег(15мин). Бег в гору. Преодоление препятствий.	1
	85.	Совершенствование: равномерный бег(16мин). Бег в гору. Преодоление препятствий.	1
	86.	Совершенствование: равномерный бег (16мин). Бег в гору. Преодоление препятствий.	1
	87.	Совершенствование: равномерный бег (17мин). Бег под гору.	1
	88.	Совершенствование: равномерный бег по пересеченной местности (18мин). Преодоление препятствий.	1

	89.	Совершенствование: равномерный бег по пересеченной местности (18мин). Преодоление препятствий.	1
	90.	Совершенствование: равномерный бег по пересеченной местности (19мин). Преодоление препятствий.	1
	91.	Совершенствование: равномерный бег по пересеченной местности (19мин). Преодоление препятствий.	1
	92.	Учетный. Равномерный бег(2000м)	1
		<b>Легкая атлетика</b>	10
		<b>Спринтерский бег, эстафетный бег</b>	5
	93.	Комбинированный: высокий старт (15-30м). Стартовый разгон, бег по дистанции(40-50м).Инструктаж по ТБ.	1
	94.	Комбинированный: высокий старт (15-30м). Бег по дистанции(40- 50м).Встречные эстафеты.	1
	95.	Комбинированный: высокий старт (15-30м). Бег по дистанции(40-50м).Линейные эстафеты.	5
	96.	Комбинированный: высокий старт( до 15-30м). Финиширование. Эстафеты.	1
	97.	Учетный. Бег (60м) на результат. Эстафеты.	1
		<b>Прыжок в высоту. Метание малого мяча.</b>	5
	98.	Комбинированный: Прыжок в высоту с7-9 шагов разбега способом «перешагивание». Подбор разбега и отталкивание. Метание теннисного мяча с 3- 5 шагов на заданное расстояние	1
	99.	Комбинированный: Прыжок в высоту с7-9 шагов разбега способом «перешагивание». Переход через планку. Метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность.	1
	100.	Комбинированный: прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом « перешагивание»(подбор разбега и отталкивания). Метание малого теннисного мяча на дальность.	1
	101	Изучение нового материала: прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом « перешагивание». Метание малого теннисного мяча на заданное расстояние.	1

	102.	Комбинированный: прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагивание»( подбор разбега и отталкивания. Метание малого теннисного мяча на заданное расстояние.	1
	103.	Комбинированный: прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагивание». Метание малого теннисного мяча на заданное расстояние.	1
	104.	Подведение итогов за четверть и весь учебный год.	1
	105.	Инструктаж при проведении летних каникул.	1

Используемая литература:

Гимнастика. Нестандартный подход.- С.К. Кучильдин.

Мтодика преподавания спортивных игр.-Э. Наймина.

Интернет ресурсы:

1. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок». - Режим доступа : [http://festival. 1 september.ru/articles/576894](http://festival.1september.ru/articles/576894)
2. Учительский портал. -Режим доступа : <http://www.uchportal.ru/load/102-1-0-13511> К уроку, ш. -Режим доступа : <http://www.k-uroky.ru/load/71-1-0-6958>
3. Сеть творческих учителей. - Режим доступа : <http://www.it-n.ru/communities.aspx> Pedsovet. Su. - Режим доступа : <http://pedsovet.su>
4. Прошколу. Ru. - Режим доступа : <http://www.proshkolu.ru> Педсовет, org. - Режим доступа : <http://pedsovet.org>