

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования и науки Тюменской области

Управление образования администрации

Тюменский муниципальный район

МАОУ Ембаевская СОШ им. Аширбекова

РАССМОТРЕНО
на заседании

методического совета

Протокол №1
от «__» августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора

_____Божко М.В.
от «__» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
и.о. директор МАОУ

Ембаевской СОШ
им.Аширбекова
_____Божко М.В.
от «__» августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «Физическая культура»

для обучающихся 4 класса

Разработчик программы:

Хабарова Азалия Маратовна, учитель физической культуры

Ембаево, 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

При создании программы по физической культуре учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе по физической культуре нашли свое отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счет овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения

физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят свое отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» обеспечивается программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Образовательные организации могут разрабатывать свое содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные ее содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно-обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры 3 – 5 федерального учебного плана в 4 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

4 КЛАСС

Знания о физической культуре

Из истории развития физической культуры в России. Развитие национальных видов спорта в России.

Способы самостоятельной деятельности

Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики ее нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счет упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоемах, солнечные и воздушные процедуры.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики.

Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений. Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъем переворотом. Упражнения в танце «Летка-енка».

Легкая атлетика. Предупреждение травматизма во время выполнения легкоатлетических упражнений. Прыжок в высоту с разбега перешагиванием. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт, стартовое ускорение, финиширование. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.

Лыжная подготовка.

Предупреждение травматизма во время занятий лыжной подготовкой. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.

Плавательная подготовка.

Предупреждение травматизма во время занятий плавательной подготовкой. Упражнения в плавании кролем на груди, ознакомительные упражнения в плавании кролем на спине.

Подвижные и спортивные игры.

Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача, прием и передача мяча сверху, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

Прикладно-ориентированная физическая культура

Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание ее связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;

- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;

- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;

- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;

- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;

- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

4 КЛАСС

По окончании 4 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские действия:

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;

выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Общение:

взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;

использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;

оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия

Самоорганизация и самоконтроль:

выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;

самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учетом собственных интересов;

оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в **4 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;

осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;

приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;

приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и легкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;

проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;

демонстрировать акробатические комбинации из 5–7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);

демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;

демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;

выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;

выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;

выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;

выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2		2	https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	2		2	https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2		2	https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1		1	https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
1.2	Закаливание организма	1		1	https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	12		12	https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
2.2	Легкая атлетика	10		10	https://resh.edu.ru

					https://www.gto.ru/norms
2.3	Лыжная подготовка	18		18	https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
2.4	Подвижные и спортивные игры	18		18	https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
Итого по разделу		58			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	2		2	https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
Итого по разделу		2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Из истории развития физической культуры в России	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
2	Из истории развития национальных видов спорта	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
3	Самостоятельная физическая подготовка	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры и оказание первой помощи при травмах	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
7	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
8	Закаливание организма	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
9	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
10	Акробатическая комбинация	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
11	Акробатическая комбинация	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms

12	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
13	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
14	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
15	Обучение опорному прыжку	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
16	Обучение опорному прыжку	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
17	Упражнения на гимнастической перекладине	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
18	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики, подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см - девочки	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
19	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
20	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
21	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
22	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms

23	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
24	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
25	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000 м	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
26	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30 м	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
27	Беговые упражнения	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
28	Метание малого мяча на дальность	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
29	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150 г	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
30	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
31	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
32	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
33	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
34	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms

35	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
36	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
37	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
38	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
39	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
40	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
41	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
42	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
43	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
44	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
45	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms

46	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
47	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
48	Выполнение норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км(ЗАЧЕТ)	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
49	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
50	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
51	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
52	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
53	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
54	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
55	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
56	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
57	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
58	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
59	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms

60	Упражнения из игры волейбол	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
61	Упражнения из игры волейбол	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
62	Упражнения из игры волейбол	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
63	Упражнения из игры баскетбол	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
64	Упражнения из игры баскетбол	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
65	Упражнения из игры футбол	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
66	Упражнения из игры футбол	1		1		https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
67	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	1			https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
68	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	1			https://resh.edu.ru https://www.gto.ru/norms
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

«Физическая культура» Физическая культура 1-4 классы - Лях В.И. ... Для учеников: 1-ых - 4-ых классов.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

<https://resh.edu.ru>

<https://www.gto.ru/norms>

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

<https://resh.edu.ru>

<https://www.gto.ru/norms>