

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Тверской области
Управление образования администрации
Вышневолоцкого городского округа
МБОУ «Красномайская СОШ имени С. Ф. Ушакова»

Рассмотрено	Согласовано	Заместитель	Утверждено
На	директора по учебно –	–	Директор
заседании	воспитательной работе		
педагогического совета			
Протокол №1	Миклюкова Л. А.		Виноградова О. К.
от «30» августа 2024 г.	Протокол №1		Приказ №100-ОД от «30»
	от «30» августа 2024 г.		августа 2024 г.

Рабочая программа
элективного курса
«Основы естественно – научной грамотности»
(для обучающихся 5-8 классов)

пгт Красномайский

2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа элективного курса «Основы естественно-научной грамотности» составлена на основе требований к результатам освоения ООП ООО, представленных в ФГОС ООО, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в федеральной рабочей программе воспитания и подлежит непосредственному применению при реализации обязательной части образовательной программы основного общего образования.

Программа элективного курса «Основы естественно-научной грамотности» отражает основные требования ФГОС ООО к личностным, метапредметным и предметным результатам освоения образовательных программ.

Программа элективного курса «Основы естественно-научной грамотности» даёт представление о целях обучения, воспитания и развития обучающихся средствами учебного предмета, устанавливает обязательное предметное содержание, предусматривает распределение его по классам и структурирование его по разделам и темам курса, даёт распределение учебных часов по тематическим разделам курса и последовательность их изучения с учётом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей обучающихся; определяет возможности предмета для реализации требований к результатам освоения программы основного общего образования, требований к результатам обучения предмету, а также основных видов деятельности обучающихся.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ЭЛЕКТИВНОГО КУРСА «ОСНОВЫ ЕСТЕСТВЕННО – НАУЧНОЙ ГРАМОТНОСТИ»

Функциональная грамотность понимается как совокупность знаний и умений, обеспечивающих полноценное функционирование человека в современном обществе. Функциональная грамотность выступает как способ социальной ориентации личности, интегрирующей связь общего образования с многоплановой человеческой деятельностью

Реализация требований ФГОС предполагает дополнение содержания школьного образования спектром компонентов функциональной грамотности, в том числе, естественно – научной грамотности. Элективный курс создаёт условия для формирования функциональной грамотности школьников в деятельности, осуществляемой в формах, отличных от урочных.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ ЭЛЕКТИВНОГО КУРСА «ОСНОВЫ ЕСТЕСТВЕННО – НАУЧНОЙ ГРАМОТНОСТИ»

Изучение элективного курса «Основы естественно – научной грамотности» в общем образовании направлено на достижение следующих целей:

- 1.) Использование естественно – научных знаний для освоения новых знаний, для объяснения естественно – научных явлений и формулирования основанных на научных доказательствах выводов в связи с естественнонаучной проблематикой;
- 2.) Понимать основные особенности естествознания как формы человеческого познания;
- 3.) демонстрировать осведомленность в том, что естественные науки и технологии оказывают влияние на материальную, интеллектуальную и культурную сферы общества;
- 4.) формирование комплекса практико-ориентированных естественно – научных знаний и умений, необходимых для развития навыков их использования при решении проблем различной сложности в повседневной жизни;
- 5.) формирование знаний и умений, необходимых для продолжения образования по направлениям подготовки (специальностям), требующим наличия серьезной базы естественно - научных знаний.

МЕСТО ЭЛЕКТИВНОГО КУРСА «ОСНОВЫ ЕСТЕСТВЕННО – НАУЧНОЙ ГРАМОТНОСТИ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Занятия по «Основам естественно – научной грамотности» в рамках элективного курса вносят вклад в достижение результатов по предметной области «Естественно – научные предметы». Освоение содержания элективного курса «Основы естественно-научной грамотности» в основной школе происходит с опорой на географические и биологические знания и умения, сформированные ранее в курсах «Окружающий мир», «География», «Биология».

СОДЕРЖАНИЕ ЭЛЕКТИВНОГО КУРСА

5 КЛАСС

Звуковые явления (8 часов)

Звуковые явления. Звуки живой и неживой природы.

Слышимые и неслышимые звуки.

Устройство динамика. Современные акустические системы.
Шум и его воздействие на человека

Строение вещества (8 часов)

Движение и взаимодействие частиц. Признаки химических реакций. Природные индикаторы.

Вода. Уникальность воды.

Углекислый газ в природе и его значение.

Земля и земная кора. Минералы (4 часа)

Земля, внутреннее строение Земли. Знакомство с минералами, горной породой и рудой.

Атмосфера Земли.

Живая природа (14 часов)

Уникальность планеты Земля. Условия для существования жизни на Земле. Свойства живых организмов. Среды обитания живых организмов. Понятие о биосфере. Уровни организации жизни на Земле. Пищевые цепи.

6 КЛАСС

Строение вещества (10 часов)

Тело и вещество. Агрегатные состояния вещества. Масса. Измерение массы тел.

Строение вещества. Атомы и молекулы. Модели атома.

Тепловые явления (10 часов)

Тепловые явления. Тепловое расширение тел. Использование явления теплового расширения для измерения температуры.

Плавление и отвердевание. Испарение и конденсация. Кипение.

Земля, Солнечная система и Вселенная (6 часов)

Представления о Вселенной. Модель Вселенной. Модель солнечной системы.

Живая природа (8 часов)

Царства живой природы

7 КЛАСС

Структура и свойства вещества (6 часов)

Почему все тела нам кажутся сплошными: молекулярное строение твёрдых тел, жидкостей и газов. Диффузия в газах, жидкостях и твёрдых телах.

Механические явления. Силы и движение (6 часов)

Механическое движение. Инерция. Закон Паскаля. Гидростатический парадокс.

Деформация тел. Виды деформации. Усталость материалов.

Земля, мировой океан (10 часов)

Атмосферные явления. Ветер. Направление ветра. Ураган, торнадо.

Землетрясение, цунами, объяснение их происхождения. Давление воды в морях и океанах. Состав воды морей и океанов. Структура подводной сферы. Исследование океана. Использование подводных дронов.

Биологическое разнообразие (12 часов)

Растения. Генная модификация растений. Внешнее строение дождевого червя, моллюсков, насекомых. Внешнее и внутреннее строение рыбы. Их многообразие.

Пресноводные и морские рыбы. Внешнее и внутреннее строение птицы.

Эволюция птиц. Многообразие птиц. Перелетные птицы. Сезонная миграция.

8 КЛАСС

История цивилизации (1ч)

Роль человека в изменении биоразнообразия планеты (2 ч)

Изменение разнообразия планеты в результате деятельности человека. Редкие и исчезающие виды растений и животных. Из истории развития взаимоотношений человека с природой.

Экология растений, животных, грибов и бактерий (11 ч)

Влияние минеральных удобрений на рост и развитие растений. Значение комнатных растений для человека. Разнообразие комнатных растений. Как помочь птицам зимой? Деловая игра «Экологическая лаборатория». О кошках. Мы в ответе за тех, кого приручили. Лекарственные растения и правила их сбора. Изучение яркости леса. Разнообразие формы листовой пластинки

деревьев и кустарников. Изучение листьев растений. Синантропные виды животных и растений

Взаимосвязи живых организмов в экосистемах (1ч)

Экологическое равновесие. Основные экологические законы

Психоэмоциональное восприятие природы (2 ч)

Образное восприятие природы. Животные и

растения в мифах, легендах и сказках. Растения и животные на государственной

символике

Окружающая среда и здоровье человека (2ч)

Что изучает экология человека. Здоровье и образ жизни. Различия между людьми,

проживающими в разных природных условиях. Влияние климатических факторов на здоровье. Экстремальные факторы окружающей среды

Влияние факторов среды на системы органов (12 ч)

Вредные привычки (болезненные, пагубные пристрастия). Воздействие двигательной активности на организм человека. Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови. Профилактика нарушений деятельности сердечно-сосудистой системы. Л.Р.№1 «Определение стрессоустойчивости по реакции пульса в условиях психоэмоционального напряжения».

Правильное дыхание. Л.Р.№2 « Влияние холода на частоту дыхательных движений». Чужеродные примеси пищи. Профилактика вызываемых ими заболеваний . Рациональное питание и культура здоровья. Воздействие солнечных лучей на кожу. Температура окружающей среды и участие кожи в

терморегуляции. Закаливание. Условия нормального функционирования зрительного анализатора. Стресс как негативный биосоциальный фактор. Л.Р.№3 «Оценка температурного режима учебных помещений».

Чувствительность к внешним воздействиям и

тип высшей нервной деятельности. Л.Р.№ 4 «Определение некоторых свойств

нервных процессов, лежащих в основе деления на типы высшей нервной деятельности». Биоритмы и причины их нарушений. Влияния окружающей среды на некоторые железы внутренней секреции

Основы экологической этики и психологии (1 ч)

Я жизнь, которая хочет жить... Жить в гуще других жизней, которые хотят жить.

Репродуктивное здоровье (2 ч)

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате прохождения программы элективного курса «Основы естественно-научной грамотности» предполагается достичь следующих результатов.

Предметные результаты:

5 класс: уровень узнавания и понимания – находит и извлекает информацию о естественнонаучных явлениях в различном контексте.

6 класс: уровень понимания и применения – объясняет и описывает естественнонаучные явления на основе имеющихся научных знаний.

7 класс: уровень анализа и синтеза – распознает и исследует личные, местные, национальные, глобальные естественнонаучные проблемы в различном контексте.

8 класс: уровень оценки (рефлексии) в рамках предметного содержания – интерпретирует и оценивает личные, местные, национальные, глобальные естественнонаучные проблемы в различном контексте предметного содержания.

Личностные результаты:

- формирование интереса к изучению природы
- развитие интеллектуальных и творческих способностей

- воспитание бережного отношения к природе, формирование экологического сознания
- развитие мотивации к получению новых знаний, дальнейшему изучению естественных наук.
 - осознание российской гражданской идентичности (осознание себя, своих задач и своего места в мире);
 - готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав;
 - ценностное отношение к достижениям своей Родины - России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа;
 - готовность к саморазвитию, самостоятельности и личностному самоопределению; осознание ценности самостоятельности и инициативы;
 - наличие мотивации к целенаправленной социально значимой деятельности; стремление быть полезным, интерес к социальному сотрудничеству;
 - проявление интереса к способам познания;
 - стремление к самоизменению;
 - сформированность внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, окружающим людям и жизни в целом;
 - ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;
 - установка на активное участие в решении практических задач, осознанием важности образования на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитием необходимых умений;
 - осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей;
 - активное участие в жизни семьи;
 - приобретение опыта успешного межличностного общения;
 - готовность к разнообразной совместной деятельности, активное участие в коллективных учебно-исследовательских, проектных и других творческих работах;
 - проявление уважения к людям любого труда и результатам трудовой деятельности; бережного отношения к личному и общественному имуществу;
 - соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде.

Личностные результаты, обеспечивающие адаптацию обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:

- освоение социального опыта, основных социальных ролей; осознание личной ответственности за свои поступки в мире;
- готовность к действиям в условиях неопределенности, повышению уровня своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, приобретать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других;
- осознание необходимости в формировании новых знаний, в том числе формулировать идеи, понятия, гипотезы об объектах и явлениях, в том числе ранее не известных, осознавать дефициты собственных знаний и компетентностей, планировать свое развитие.

Личностные результаты, связанные с формированием экологической культуры:

- умение анализировать и выявлять взаимосвязи природы, общества и экономики;
- умение оценивать свои действия с учетом влияния на окружающую среду, достижений целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий;
- ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды;;
- повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения;
- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред;
- готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

Личностные результаты отражают готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности.

Метапредметные результаты:

Познавательные:

- проводить простейшие наблюдения, измерения, опыты
- систематизировать и обобщать различные виды информации
- описывать собственные наблюдения или опыты, условия проведения, полученные результаты
- использовать дополнительные источники информации
- соблюдать правила проведения в опасных ситуациях.

Регулятивные:

- понимание цели своих действий;
- планирование действия с помощью учителя и самостоятельно;

- проявление познавательной и творческой инициативы;
- оценка правильности выполнения действий; самооценка и взаимооценка;
- адекватное восприятие предложений товарищей, учителей, родителей.

Коммуникативные:

- составление текстов в устной и письменной формах;
- готовность слушать собеседника и вести диалог;
- готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;
- умение излагать своё мнение, аргументировать свою точку зрения и давать оценку событиям;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

1) базовые логические действия:

- владеть базовыми логическими операциями:
 - о сопоставления и сравнения,
 - о группировки, систематизации и классификации,
 - о анализа, синтеза, обобщения,
 - о выделения главного;
 - владеть приёмами описания и рассуждения, в т.ч. – с помощью схем и знако-символических средств;
 - выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);
 - устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;
 - с учетом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях;
 - предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;
 - выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
 - выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов;
 - делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
 - самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев);
- 2) базовые исследовательские действия:
- использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;

формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, самостоятельно устанавливать искомое и данное;

формировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение;

проводить по самостоятельно составленному плану опыт, несложный эксперимент, небольшое исследование по установлению особенностей объекта изучения, причинно-следственных связей и зависимостей объектов между собой;

оценивать на применимость и достоверность информации, полученной в ходе исследования (эксперимента);

самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного наблюдения, опыта, исследования, владеть инструментами оценки достоверности полученных выводов и обобщений;

прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах;

3) работа с информацией:

применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев;

выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;

находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;

оценивать надежность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;

эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение системой универсальных учебных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков у обучающихся.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1) общение:

воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;

выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;

понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения; в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения; сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций; публично представлять результаты решения задачи, выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта); самостоятельно выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов;

2) совместная деятельность:

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;

принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнений, «мозговые штурмы» и иные); выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;

оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия;

сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой.

Овладение системой универсальных учебных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1) самоорганизация:

выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;

ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой); самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;

составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения новых знаний об изучаемом объекте;

делать выбор и брать ответственность за решение;

2) самоконтроль:

владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;

давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;

учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;

оценивать соответствие результата цели и условиям;

3) эмоциональный интеллект:

различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;

выявлять и анализировать причины эмоций;

ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;

регулировать способ выражения эмоций;

4) принятие себя и других:

осознанно относиться к другому человеку, его мнению;

признавать свое право на ошибку и такое же право другого;

принимать себя и других, не осуждая;

открытость себе и другим;

осознавать невозможность контролировать все вокруг.

Овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

Формы организации деятельности:

- устный опрос;

- тестовое задание;
- доклад;
- творческая работа: компьютерная презентация;
- ролевая игра;
- экскурсия;
- исследовательская работа;
- проект: групповой и индивидуальный.

Виды деятельности: познавательно-исследовательская, игровая, коммуникативная, регулятивная, экспериментальная, исследовательская.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЭЛЕКТИВНОГО КУРСА

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
5 класс			
1	Звуковые явления	8	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
2	Строение вещества	8	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
3	Земля и земная кора. Минералы	4	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
4	Живая природа	14	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
6 класс			
5	Строение вещества	10	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
6	Тепловые явления	10	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
7	Земля, Солнечная система и Вселенная	6	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
8	Живая природа	8	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
7 класс			
9	Структура и свойства вещества	6	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
10	Механические явления. Силы и движение	6	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
11	Земля, мировой океан	10	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
12	Биологическое разнообразие	12	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
8 класс			
13	История цивилизации.	2	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru

14	Роль человека в изменении биоразнообразия планеты	2	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
15	Экология растений, животных, грибов и бактерий	11	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
16	Взаимосвязи живых организмов в экосистемах	1	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
17	Психоэмоциональное восприятие природы	2	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
18	Окружающая среда и здоровье человека	2	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
19	Влияние факторов среды на системы органов	12	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
20	Основы экологической этики и психологии	1	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
21	Репродуктивное здоровье	1	РЭШ https://fg.reshe.edu.ru
	ИТОГО	136	

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

РЭШ <https://fg.reshe.edu.ru>

- school.edu - "Российский общеобразовательный портал". Каталог интернет-ресурсов: дошкольное образование; начальное и общее образование; дистанционное обучение; педагогика; повышение квалификации; справочно-информационные источники.
- window.edu.ru - Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Тематический каталог образовательных ресурсов.
- <https://projectobrazovanie.ru/> - Национальный проект "Образование".
- www.exchange.smarttech.com - Поиск и скачивание разработок уроков и материалов к уроку для работы с Smart доской
- www.festival.1september.ru - Учительский фестиваль педагогических идей
- www.spas-extreme.ru - Портал детской безопасности.
- pedsovet.su - сообщество взаимопомощи учителей.

. Виртуальная образовательная лаборатория <http://www.virtulab.net>
Интернет урок <https://interneturok.ru/>