МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Управление образования администрации муниципального образования

Тимашевский район

Управление образования

мбоу сош №7

РАССМОТРЕНО
руководитель ШМО
учителей начальных
классов МБОУ СОШ

№7

Романова Л.В. Протокол ШМО от «28» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

Каретникова Л.Н. Приказ №1 от «29» августа 2023 г. **УТВЕРЖДЕНО**

Директор МБОУ СОШ №7

Руденко С.Д. протокол педагогического совета №1 от «30» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Мир природы и человека»

для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 1) _1-4 классов

ст. Днепровская 2023

Пояснительная записка

Изучение курса «Мир природы и человека» в начальной школе направлено на достижение следующих **целей:**

- формирование целостной картины мира и осознание места в нём человека на основе единства рационально-научного познания и эмоционально-ценностного осмысления ребёнком личного опыта общения с людьми и природой;
- духовно-нравственное развитие и воспитание личности гражданина России в условиях культурного и конфессионального многообразия российского общества.

Основными задачами реализации содержания курса являются:

- формирование уважительного отношения к семье, населённому пункту, региону, в котором проживают дети, к России, её природе и культуре, истории и современной жизни;
- осознание ребёнком ценности, целостности и многообразия окружающего мира, своего места в нём;
- формирование модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- формирование психологической культуры и компетенции для обеспечения эффективного и безопасного взаимодействия в социуме.

Курс «Мир природы и человека» помогает ученику в формировании личностного восприятия, эмоционального, оценочного отношения к миру природы и культуры в их единстве. Значение курса состоит также в том, что в ходе его изучения школьники овладевают основами практико-ориентированных знаний о человеке, природе и обществе, учатся осмысливать причинно-следственные связи в окружающем мире, в том числе на многообразном материале природы и культуры родного края.

Курс обладает широкими возможностями для формирования у младших школьников фундамента экологической и культурологической грамотности, соблюдать правила поведения в мире природы и людей, правила здорового образа жизни.

Поэтому данный курс играет наряду с другими предметами начальной школы значительную роль в духовно-нравственном развитии и воспитании личности, формирует вектор культурно-ценностных ориентации младшего школьника в соответствии с отечественными традициями духовности и нравственности.

Существенная особенность курса состоит в том, что в нём заложена содержательная основа для широкой реализации межпредметных связей всех дисциплин начальной школы. Предмет «Мир природы и человека» использует и тем самым подкрепляет умения, полученные на уроках чтения, русского языка и математики, музыки и изобразительного искусства, технологии и физической культуры, совместно с ними приучая детей к рационально-научному и эмоционально-ценностному постижению окружающего мира.

Таблица распределения часов

Класс	1	2	3	4
Кол-во	66	34	34	34
часов				

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА . Личностные результаты

- 1) *Гражданско-патриотическое воспитание:* -осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) Духовно-нравственное воспитание:
- -воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) Эстетическое воспитание:
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) Физическое воспитание
- -сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- -овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) Трудовое воспитание:
- -овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 7) Экологическое воспитание:
- -способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) Ценности научного познания:
- -принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- проявление готовности к самостоятельной жизни

Предметные результаты

Ученик получит возможность усвоить следующие базовые представления:

- о простейших свойствах воды, её значении для жизни растений, животных, человека;
- о растениях сада и огорода, их отличии;
- о разнообразии животного мира; образе жизни и повадках диких и домашних животных;
- о роли питания в жизни человека; гигиенических правилах;
- о сезонных изменениях в неживой природе и жизни растений, животных, человека;
- о значении воды, тепла, света в жизни растений и животных.

Минимальный уровень:

представления о назначении объектов изучения;

узнавание и называние изученных объектов на иллюстрациях, фотографиях; отнесение изученных объектов к определенным группам (видо-родовые понятия); называние сходных объектов, отнесенных к одной и той же изучаемой группе; представления об элементарных правилах безопасного поведения в природе и обществе; знание требований к режиму дня школьника и понимание необходимости его выполнения; знание основных правил личной гигиены и выполнение их в повседневной жизни; ухаживание за комнатными растениями; кормление зимующих птиц; составление повествовательного или описательного рассказа из 3-5 предложений об изученных объектах по предложенному плану; адекватное взаимодействие с изученными объектами окружающего мира в учебных ситуациях; адекватно поведение в классе, в школе, на улице в условиях реальной или смоделированной учителем ситуации.

Достаточный уровень:

представления о взаимосвязях между изученными объектами, их месте в окружающем мире:

узнавание и называние изученных объектов в натуральном виде в естественных условиях; отнесение изученных объектов к определенным группам с учетом различных оснований для классификации;

развернутая характеристика своего отношения к изученным объектам;

знание отличительных существенных признаков групп объектов; знание правил гигиены органов чувств;

знание некоторых правила безопасного поведения в природе и обществе с учетом возрастных особенностей;

готовность к использованию полученных знаний при решении учебных, учебно-бытовых и учебно-трудовых задач.

ответы на вопросы и постановка вопросов по содержанию изученного, проявление желания рассказать о предмете изучения или наблюдения, заинтересовавшем объекте; выполнение задания без текущего контроля учителя (при наличии предваряющего и итогового контроля), оценка своей работы и одноклассников, проявление к ней ценностного отношения, понимание замечаний, адекватное восприятие похвалы; проявление активности в организации совместной деятельности и ситуативном общении с детьми; адекватное взаимодействие с объектами окружающего мира; соблюдение элементарных санитарно-гигиенических норм; выполнение доступных природоохранительных действий; готовность к использованию сформированных умений при решении учебных, учебнобытовых и учебно-трудовых задач в объеме программы.

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1. класс (66 ч)

Раздел «Неживая природа» (34 ч)

Сезонные изменения в природе. Погода (дни ясные, солнечные, пасмурные, идет дождь, снег). Погода сегодня, вчера. Изменения в природе, жизни растений и животных в осенние месяцы: похолодание, листопад (различение листьев деревьев по цвету, величине, форме), отлет птиц; в зимние месяцы:

холод, снег, лед, мороз, снежинки, птицы зимой, подкормка птиц; в весенние месяцы: потепление, сосульки, таяние снега, прилет птиц, распускание почек. Школа. Школьное здание. Классы, коридоры, зал, буфет или столовая, гардероб.

Классная комната. Стены, потолок, пол, дверь, окна, классная доска, парты, стол, шкаф. Правильная посадка за столом, за партой. Поддерживание порядка в классе. Обязанности дежурного.

Учебные вещи. Их назначение. Обращение с ними.

Игрушки. Кукла, мишка, пирамидка, машины и др.

Учебные вещи и игрушки. Сравнение.

Семья. Мама, папа, бабушка, дедушка, братья, сестры.

Одежда. Школьная форма девочек (платье, фартук), школьная форма мальчиков (пиджак, брюки, рубашка). Уход •а школьной формой (чистка сухой щеткой, хранение),

Обувь. Туфли, ботинки, тапочки, сапоги. Уход за обувью (чистка щеткой, протирка).

Экскурсии:

Экскурсия по школе.

Практические работы:

«Уход за одеждой и обувью».

Ученик научится:

- называть предметы, характеризовать их по основным свойствам (цвету, форме, размеру, вкусу, запаху, материалу);
- участвовать в беседе, полно отвечать на поставленные вопросы, используя слова данного вопроса;

Ученик получит возможность научиться:

- называть изучаемые предметы, части предметов;
- ухаживать за одеждой и обувью.

Раздел «Живая природа» (32 ч)

Овощи. Помидор, огурец или другие. Цвет, форма, величина, вкус, запах. Сравнение овощей по этим признакам. Употребление в пищу.

Фрукты. Яблоко, груша или другие. Цвет, форма, величина, вкус, запах. Сравнение фруктов по этим признакам. Употребление в пищу.

Комнатные растения. Любое на выбор. Узнавание и называние. Уход (полив). Домашние животные. Кошка, собака. Узнавание, называние. Внешний вид, повадки, пища. Сравнение. Какую пользу кошка и собака приносят человеку, как заботится о них человек.

Дикие животные. Волк, лиса. Внешний вид. Образ жизни. Питание.

Птицы. Голубь или другие местные птицы. Внешний вид. Где живет, чем питается. Какую пользу приносит человеку.

Охрана здоровья. Части тела человека (голова, шея, туловище, руки, ноги). Рука правая и левая. Нога правая и левая. Уход за руками (мытье рук).

Экскурсии:

Экскурсия во двор школы, в парк для наблюдения за поведением животных.

Практические работы:

«Уход за комнатными растениями».

«Сбор семян для подкормки птиц».

Ученик научится:

- различать изменения в природе, жизни растений и животных;
- систематически наблюдать за сезонными изменениями в природе, жизни растений и животных;

Ученик получит возможность научиться:

• ухаживать за комнатными растениями.

2 класс (34ч)

Раздел «Неживая природа» (19 ч)

Сезонные изменения в природе. Погода (ясно, пасмурно, дождь, снег). Погода каждый день. Изменения в природе, жизни растений и животных в осенние месяцы: похолодание, листопад, увядание трав, цветов, появление семян, плодов, отлет птиц; в зимние месяцы: холод, снег, гололедица, мороз; в весенние месяцы: потепление, сосульки, таяние снега, прилет птиц, распускание почек, первые цветы, цветение фруктовых деревьев.

Школа, пришкольный участок. Классы и кабинеты в школе, библиотека, школьные мастерские. Посадки во дворе школы: деревья, кустарники, газоны. Спортивная площадка, площадка для игр.

Дом, квартира, домашний адрес.

Дорога в школу и домой. Как и на каком транспорте ехать. Правила дорожного движения: переход улицы по подземному переходу и на зеленый свет светофора.

Семья. Родители и дети. Работа родителей. Обязанности детей в семье.

Одежда. Пальто, платье, рубашка, пиджак, кофта, свитер, юбка. Одежда для улицы и для дома. Одежда для мальчика и для девочки. Уход за одеждой (сухая чистка, вытряхивание, проветривание, хранение).

Экскурсии:

Экскурсия по школе;

Экскурсия по школьному двору;

Экскурсия к цветочной клумбе, в парк.

Практические работы:

« Уход за одеждой»

«Уход за обувью»

Ученик научится:

- называть и характеризовать предметы, сравнивать два предмета, делать элементарные обобщения;
- участвовать в беседе, полно и правильно отвечать на поставленный вопрос;

Ученик получит возможность научиться:

- называть свойства изученных предметов и их частей;
- обобщать названия изученных групп предметов.

Раздел «Живая природа» (15 ч)

Овощи. Морковь, репа, лук. Цвет, форма, вкус, запах. Употребление в пищу. Выращивание лука.

Фрукты. Лимон, апельсин (или другие местные). Цвет, форма, вкус, запах. Употребление в пищу.

Овощи и фрукты. Сравнение.

Деревья. Береза, клен или другие деревья ближайшего окружения.

Комнатные растения. Фикус, бегония или другие с широкими листьями. Узнавание и называние. Уход за комнатными растениями (смывание пыли с листьев, полив).

Раннецветущие растения. Медуница, мать-и-мачеха или другие. Узнавание и называние. Различение по внешнему виду.

Домашние животные. Кролик. Основные части тела, питание, способ передвижения.

Дикие животные. Заяц. Основные части тела, питание, способ передвижения. Домашние и дикие животные. Сравнение.

Птицы. Ворона, воробей или другие местные птицы. Внешний вид. Где живут, чем питаются. Какую пользу приносят человеку.

Насекомые. Жук, бабочка. Узнавание и называние. Различение по внешнему виду.

Птицы и насекомые. Сравнение.

Охрана здоровья. Части тела человека. Волосы, кожа, ногти. Уход за волосами (стрижка, расчесывание); уход за кожей (умывание, мытье); уход за ногтями (подстригание ногтей на руках и ногах); мытье рук и ног.

Экскурсии:

Экскурсия в парк для ознакомления с изучаемыми растениями;

Экскурсия в парк для наблюдения за поведением птиц и насекомых.

Экскурсия на животноводческую ферму, наблюдение за поведением домашних животных.

Практические работы:

«Уход за комнатными растениями»

«Посадка лука в ящик».

«Сбор семян для подкормки птиц».

Ученик научится:

- различать по внешнему виду животных, птиц, насекомых;
- участвовать в беседе, полно и правильно отвечать на поставленный вопрос;

Ученик получит возможность научиться:

- называть свойства изученных предметов и их частей;
- обобщать названия изученных групп предметов.

3 класс (34ч) Раздел «Неживая природа» (14 ч) Сезонные изменения в природе. Погода (ясно, пасмурно, сильный дождь, небольшой дождь, снег). Признаки лета: солнечные, жаркие дни, теплые дожди, зеленые листья, ц метение трав, сбор ягод, грибов. Признаки осени: пасмурные дни, холодные дожди, туманы, изменение окраски листьев на деревьях и кустарниках, листопад, увядание трав, наступление холодов, отлет птиц. Признаки зимы: короткие дни, длинные ночи, морозы, иней, снегопады, метели, оттепели. Признаки весны: удлинение дня, увеличение количества солнечных дней, потепление, таяние снега и льда, ледоход, первые весенние цветы, набухание почек на деревьях, появление листьев, прилет птиц, первая гроза. Детские игры в разные времена года.

Сезонная работа на огороде, в саду. Участие детей в работах в саду и на огороде.

Улица, на которой расположена школа. Дома, тротуары, мостовая, скверы. Обозначение названий улиц и номеров номов. Школьный и домашний адрес.

Транспорт. Трамвай, автобус, троллейбус. Правила дорожного движения:, переход улицы на зеленый свет светофора, на местах, где есть указатель «переход».

Посуда. Чашка, стакан, кружка, тарелка, блюдце, миска. сличение. Ухой за посудой (мытье, хранение).

Мебель. Стол, стул, диван, кровать, кресло, шкаф. Назначение. Уход за мебелью (протирание сухой и влажной тряпкой, чистка пылесосом, выбивание, уборка кровати).

Одежда. Шапка, шляпа, берет, шкаф, варежки, перчатки, чулки, носки, гольфы. Назначение различных видов одежды. Уход за одеждой (чистка щеткой, стирка, сушка, складывание и хранение).

Обувь. Обувь зимняя, летняя, осенне-весенняя. Уход обувью (мытье, просушивание, чистка щеткой, использование кремов для обуви).

Экскурсии:

Экскурсия по улице, на которой расположена школа;

Практические работы:

« Уход за посудой»

«Уход за одеждой»

«Уход за обувью»

Ученик научится:

- называть предметы и явления, характеризовать их по основным свойствам.
- сравнивать с другими предметами и явлениями;
- составлять под руководством учителя небольшие рассказы об изучаемых растениях и животных, о явлениях природы, сезонных изменениях в природе;

Ученик получит возможность научиться:

- называть свойства изученных предметов и их частей;
- обобщать названия изученных групп предметов.

Раздел «Живая природа» (20 ч)

Овощи. Картофель, капуста, свекла, горох или бобы. Внешний вид клубня картофеля, кочана капусты, свеклы. Вкус. Употребление этих овощей в пищу. Хранение 1 зимой. Проращивание семян гороха или бобов.

Арбуз, дыня или другие бахчевые культуры. Различение по цвету, величине, форме, вкусу, запаху. Сбор семян арбуза дыни для подкормки птиц зимой.

Ягоды. Рябина, калина, клюква, брусника или другие местные ягоды. Сравнение по окраске, форме, вкусу.

Деревья. Дуб, тополь или другие. Узнавание и называние части дерева: корень, ствол, ветви, листья. Семена дуба, тополя.

Растения на клумбах. Астры, бархатцы, ноготки или другие. Узнавание и называние. Различение частей растет корень, стебель, листья, цветки.

Комнатные растения. Традесканция, герань или другие Различение. Уход за комнатными растениями (мытье цветочных горшков, поддонов, правильная расстановка растений в классе).

Раннецветущие растения. Гусиный лук, ветреница, снежник, тюльпан или другие. Наблюдения за появление* первых цветов.

Растение. Обобщение. Деревья, кустарники, травы, ты. Узнавание, различение.

Домашние животные. Коза, овца. Основные части те питание. Польза, приносимая людям.

Дикие животные. Еж, медведь. Внешний вид, пища, повадки. Как зимуют.

Птицы. Снегирь, синица, грач, скворец. Величина птиц. Части тела птиц. Чем покрыто тело. Различение этих Польза, приносимая людям. Подкормка птиц зимой. Подготовка к встрече птиц весной.

Птицы перелетные и зимующие, на примере наблюдения за птицами данной местности.

Домашние птицы. Курица, утка. Основные части тела, питание. Уход за курами и утками.

Насекомые. Муравей, муха, божья коровка, стрекоза. Название. Внешний вид. Где живут.

Животные. Обобщение. Звери, птицы, рыбы, насекомые. Различение по внешнему виду.

Охрана здоровья. Лицо, части лица: лоб, щеки, подбородок, глаза, веки, брови, ресницы (назначение — защита глаз). Глазами мы видим. Как сохранить хорошее зрение. Уши. Ушами мы слышим. Как беречь уши. Нос. Носом мы дышим и различаем запахи. Значение чистоты носа. Как пользоваться носовым платком. Рот. Губы, зубы, язык. Назначение зубов, уход за зубами.

Экскурсии:

Экскурсия к цветочной клумбе для ознакомления с изучаемыми растениями; Экскурсия в парк или лес для наблюдений за поведением птиц и насекомых; Практические работы:

« Уход за комнатными растениями, по посеву гороха, бобовых»;

«Участие в уборке урожая на пришкольном участке».

Ученик научится:

- узнавать и называть растения и животных;
- различать части растений: корень, стебель, листья, цветки.
- различать зверей, птиц, рыб, насекомых, животных по внешнему виду. Ученик получит возможность научиться:
- называть свойства изученных предметов и их частей;
- обобщать названия изученных групп предметов.

4класс (34 ч)

Раздел «Неживая природа» (15ч)

Сезонные изменения в природе. Погода (ясно, пасмурно, дождь, гроза, ветер). Высота солнца в разное время дня. Признаки лета: солнце сильно греет, жарко, роса, туман, небе бывают облака и тучи, летний дождь, ливень, град, гроза (молния, гром). Летние работы в деревне. Названия летних месяцев. Признаки осени: дует холодный ветер, час то идут дожди, становится холоднее, листья на деревьях желтеют, опадают, на ветках остаются почки, птицы чижи, скворцы) собираются в стаи, улетают в теплые заморозки. Осенние работы в поле. Названия осенних цветов. Признаки зимы: снегопады, морозы, метели, в морозную погоду снег скрипит под ногами, красиво сверкает солнце, зимой солнце поздно восходит, рано заходит, короче, ночи длиннее, самый короткий день, самая длинная ночь, замерзли пруды, лед на реке твердый, скользи птицам голодно, они прилетают к домам, ищут корм, люд заботятся о птицах. Труд людей. Названия зимних месяцев Признаки весны: солнце поднимается выше, греет все сильнее, ледоход, разлив, первые проталины, первые травы цветы, на деревьях и кустарниках набухают почки, распускаются листья и цветки, цветут фруктовые деревья, на цветах и в садах люди сажают деревья и кустарники, в огород и цветниках сеют семена, появляются насекомые, прилетают птицы. Названия весенних месяцев.

Город, село, деревня. Главная улица города, села. Учреждения города, села, деревни (почта, телеграф, телефонный узел, магазины, рынок, больница, аптека и др.).

Дорожное движение. Правила дорожного движения: правильный переход улицы (все случаи).

Одежда. Как мы одеваемся в разное время года: одежда летняя, зимняя, демисезонная. Из чего сшита наша одежда. Уход за одеждой (чистка, сушка, проветривание, хранение).

Обувь. Из чего делают обувь. Обувь кожаная, резиновая, валяная, текстильная. Уход за разными видами обуви.

Экскурсии:

Экскурсия по главной улице, села;

Экскурсия в школьные мастерские;

Экскурсия в магазины;

Практические работы:

«Уход за одеждой»

«Уход за обувью»

Ученик научится:

- называть и характеризовать предметы и явления по их основным свойствам;
- сравнивать предметы;
- классифицировать предметы;
- активно участвовать в беседе;
- выполнять практические работы по уходу за жилищем, по посадке растений на пришкольном и опытном участке, по уборке урожая;
- соблюдать правила личной гигиены;
- соблюдать правила дорожного движения.

Ученик получит возможность научиться:

- называть свойства изученных предметов и их частей;
- обобщать названия изученных групп предметов.

Раздел «Живая природа» (19 ч)

Овощи, фрукты, ягоды. Определение и различение.

Орехи. Орех лещины, грецкий орех, кедровый орешек. Различение по внешнему виду, вкусу.

Грибы. Части гриба. Грибы съедобные и несъедобные.

Семена цветковых растений. Сбор и хранение семян. Практические работы по выращиванию цветковых растений из семян (настурция, ноготки, душистый горошек и др.).

Полевые растения. Рожь, кукуруза, овес, другие местные. Части этих растений: корень, стебель (соломина), листья, колос (метелка, початок), зерна. Как используются эти растения. Осенние работы в поле.

Квартира, комната. Столовая, спальня, кухня и др. Назначение.

Мебель. Мебель для столовой, спальни, кухни. Назначение. Уход за мебелью. Посуда. Называние посуды. Посуда столовая, чайная, кухонная. Уход и хранение.

Комнатные растения. Традесканция, бегония, герань, алоэ (на выбор). Части растений. Практические работы по выращиванию комнатных растений из черенков.

Деревья. Ель, сосна. Распознавание. Части дерева: корень, ствол, ветви, листья, хвоя. Семена в шишках. Ель, сосна — хвойные деревья.

Домашние животные. Лошадь, корова, свинья и др. Особенности внешнего вида. Пища. Уход и содержание. Польза, приносимая людям.

Дикие животные. Лось, олень. Внешний вид, пища, повадки.

Домашние птицы. Гусь, индюк и др. Внешний вид, пища, повадки. Польза, приносимая людям.

Дикие птицы. Гусь, лебедь и др. Внешний вид, места обитания, пища.

Птицы перелетные и зимующие.

Время отлета и прилета разных птиц.

Насекомые вредные и полезные. Бабочки, майский жук, пчела, муравей, муха.

Рыбы. Чем покрыто тело рыбы. Как передвигаются, чем и как питаются рыбы. Уход за рыбами в аквариуме.

Охрана здоровья. Отдых и труд дома. Режим сна. Режим питания.

Экскурсии:

Экскурсия в огород, сад,

Экскурсия к цветочной клумбе;

Экскурсия на животноводческую ферму;

Практические работы:

«Уход за комнатными растениями»

«Выращивание цветковых растений из семян».

Ученик научится:

- узнавать и называть растения и животных;
- различать части растений: корень, стебель, листья, цветки.
- различать по внешнему виду животных.

Ученик получит возможность научиться:

- называть свойства изученных предметов и их частей;
- обобщать названия изученных групп предметов.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс 66 часов

Раздел	Кол-	Тема урока	Кол-	Характеристика	Основные
	во		ВО	деятельности	направления
	часов		часов	учащихся	воспитательной
	_				деятельности
Временные	2				1,2,3,4,5,6,7,8.
представления					
		Осень	1	_	1,2,3,4,5,6,7,8.
Мир природы	8			уметь отвечать на	
		Деревья	1	вопросы с опорой	
		Грибы	1	на иллюстративный	
		Овощи	1	материал;	
		Фрукты	1		
Мир людей	10			участвовать в	1,2,3,4,5,6,7,8.
		Игрушки	1	беседе на	
		Части тела	1	изучаемую тему,	
		Одежда	1		
		Обувь	1	слушать	
		Головные уборы	1	аудиозапись,	
Временные	4			смотреть	
представления				телепередачи по	
		Зима	1	теме урока и	
		Зимующие птицы	1	отвечать на	
Мир природы	6			вопросы учителя по их содержанию.	1,2,3,4,5,6,7,8.
		Комнатные растения	1	ил содсржанию.	
		Домашние животные	1	- понимать	
		Домашние птицы	1	HOHMWAID	

Мир людей	2			содержание	
•		Новогодний праздник	1	небольших по	
Мир природы	2			объему рассказов,	
• •		Дикие животные	1	отвечать на	
Мир людей	10			вопросы по их	
-		Дом и его части	1	содержанию;	
		Мебель	1		
		Защитники Отечества	1	принимать участие	
		Семья	1	в коллективном	
		8 марта	1	составлении	
Временные	2	•		рассказа по	
представления				изучаемым темам;	
•		Весна	1	называть времена	
Мир людей	8			года, отмечать	
•		Профессии	1	элементарные	
		Родная страна	1	признаки каждого	
		Посуда	1	времени года	
		Продукты питания	1	называть 2-3	
Мир природы	4			предмета поизучаемой теме	
1 1 1		Перелётные птицы	1	- изучаемои теме - наблюдать за	
		Рыбы	1	сезонными	
Мир людей	4			изменениями в	
•		День Победы	1	природе, по	
		Транспорт	1	вопросам учителя	
Мир природы	2	•		рассказывать о	
1 1 1		Цветы	1	своих наблюдениях	
Временные	2	,		называть и	
представления				находить у себя	
<u> </u>		Лето	1	основные части тела	
				называть основные	
				государственные	
				праздники России	
Итого	66ч				

2 класс 34 часа

Раздел	Кол- во	Тема урока	Кол- во	Характеристика деятельности	Основные направления
	часов		часов	учащихся	воспитательной
Неживая	1				деятельности 1,2,3,4,5,6,7,8.
	1				1,2,3,4,3,0,7,6.
природа					
		Сезонные			
		изменения в		***	
		природе.		Учащиеся осваивают	
Живая	2			первоначальные умения:	1,2,3,4,5,6,7,8.
природа				,	

	1		1		
		Овощи.	1	задавать вопросы;	
		Морковь, репа,		вступать в диалог с	
		лук. Цвет,		учителем;	
		форма, вкус,			
		запах.			
		Употребление в		оценивать результаты	
		-		своей работы на уроке,	
		пищу.		своё обращение с	
		Выращивание		предметами домашнего	
		лука.		обихода и поведение на	
		Фрукты.	1	дороге;	
		Лимон,		, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	
		апельсин (или			
		другие			
		местные). Цвет,		Понимать учебную	
		форма, вкус,		задачу урока и	
				стремиться её	
		запах. У		выполнить.	
		Употребление в			
	_	пищу.			
Неживая	6			0	1,2,3,4,5,6,7,8.
природа				Отвечать на вопросы	
		Погода (ясно,	2		
		пасмурно,		Работать в паре	
		дождь, снег).		Tuootata a nape	
		Погода каждый			
		день.			
		Школа,	2		
		, and the second	_		
		пришкольный		узнавать насекомых на	
		участок.		рисунке, приводить	
		Классы и		примеры насекомых;	
		кабинеты в			
		школе,			
		библиотека,			
		школьные		vouapari priferio	
		мастерские.		узнавать рыб на рисунке;	
		Посадки во		pricylike,	
		·			
		*			
		•			
				знавать птиц на	
		_		рисунке	
		, in the second			
		площадка для			
		игр.			
		Дом, квартира,	2	Vougnati openeŭ uo	
		домашний		уэпавать зверей на	
		дворе школы: деревья, кустарники, газоны. Спортивная площадка, площадка для игр. Дом, квартира,	2		

	адрес.		рисунке,	
Живая 3	идрес.			
природа				
природи	Деревья.	1		
	Береза, клен			
	или другие		узнавать ягоды и	
	деревья		растения,	
	ближайшего		,	
	окружения. Комнатные	1		
		1		
	растения.			
	Фикус, бегония			
	или другие с		слушать рассказ, уметь	
	широкими		отвечать на вопросы с	
	листьями.		опорой на	
	Узнавание и		иллюстративный	
	называние.		материал;	
	Уход за			
	комнатными			
	растениями			
	(смывание			
	пыли с листьев,			
	полив).	1		
	Овощи и	1		
	фрукты.			
	Сравнение.			
Неживая 5				
природа				
	Изменения в	1		
	природе, жизни			
	растений и			
	животных в			
	осенние			
	месяцы:			
	похолодание,			
	листопад,			
	увядание трав,			
	цветов,			
	появление			
	семян, плодов,			
	отлет птиц.			
	Дорога в школу	1		
	и домой. Как и			
	на каком			

транспорте ехать. Правила участвовать в беседе на	
ехать. Правила участвовать в оеседе на	
дорожного темы, близкие личному опыту ребенка;	
движения:	
переход улицы	
по подземному	
переходу и на	
зеленый свет	
светофора.	
Семья. 1	
Родители и	
дети. Работа	
родителей. называть времена года,	
Обязанности отмечать признаки	
детей в семье. каждого времени года	
Опожно 1 Знать сезонные	
Пальто, платье, изменения в природе, по вопросам учителя	
рубашка, рассказывать о своих	
пиджак, кофта, наблюдениях	
свитер, юбка.	
Одежда для	
улицы и для	
дома. Одежда	
для мальчика и	
для девочки.	
Уход за	
одеждой (сухая	
чистка,	
вытряхивание,	
проветривание, применять правила	
хранение). личной гигиены, знать	
Практическая 1 назначение средств личной гигиены	
работа: учиться выполнять	
«Уход за элементарные правила	
одеждой» здорового образа жизни	
Живая 3 участвовать в	
природа экскурсиях и	
Раннецветущие 2 рассказывать о наблюдениях по	
растения. вопросам учителя	
Медуница, называть 4-5 предметов	
мать-и-мачеха по изучаемой теме	
или другие.	
Узнавание и	
называние.	
Различение по	

		внешнему виду	
		Домашние	1
		животные.	
		Кролик.	
		Основные части	
		тела, питание,	
		способ	
17	2	передвижения.	
Неживая	2		
природа		11	1
		Изменения в	1
		природе, жизни	
		растений и	
		животных в	
		зимние месяцы:	
		холод, снег,	
		гололедица, мороз.	
		Экскурсия к	1
		цветочной	
		клумбе, в парк.	
Живая	2	ioijmoo, b mapit.	
природа			
-II		Дикие	1
		животные.	
		Заяц. Основные	
		части тела,	
		питание, способ	
		передвижения.	
		Домашние и	
		дикие	
		животные.	
		Сравнение.	
		Птицы. Ворона,	1
		воробей или	
		другие местные	
		птицы.	
		Внешний вид.	
		Где живут, чем	
		питаются.	
		Какую пользу	
		приносят	
TT	1	человеку.	
Неживая	1		

природа			
природа		Экскурсия по	1
		школе	*
Живая	3	IIIKOJIC	
живая природа			
природа		Насекомые.	1
		Жук, бабочка.	-
		Узнавание и	
		называние.	
		Различение по	
		внешнему виду.	
		Птицы и	
		насекомые.	
		Сравнение.	
		Экскурсия в	1
		парк для	
		наблюдения за	
		поведением	
		птиц и	
		насекомых.	
		Охрана	1
		здоровья. Части	
		тела человека.	
		Волосы, кожа,	
		ногти. Уход за	
		волосами	
		(стрижка,	
		расчесывание);	
		уход за кожей	
		(умывание,	
		мытье); уход за	
		ногтями	
		(подстригание	
		ногтей на руках	
		и ногах); мытье	
		рук и ног.	
Неживая	1		
природа			
*		Практическая	1
		работа:	
		«Уход за	
	Ш	обувью»	
Живая	1		
природа			

U		Экскурсия в парк для ознакомления с изучаемыми растениями	1
Неживая	4		
природа			
		Изменения в	2
		природе, жизни	
		растений и	
		животных в	
		весенние	
		месяцы:	
		потепление,	
		сосульки,	
		таяние снега,	
		прилет птиц,	
		распускание	
		почек, первые	
		цветы, цветение	
		фруктовых	
		деревьев.	
		Экскурсия по	2
		школьному	
		двору	
Итого	34ч		

3 класс 34 часа

	Кол- во часов	Тема урока	Кол- во часов	Характеристика деятельности учащихся	Основные направления воспитательной деятельности
Неживая	2				1,2,3,4,5,6,7,8.
природа					
		Сезонные изменения в природе. Погода (ясно, пасмурно, сильный дождь, небольшой дождь, снег).	1	Учащиеся осваивают первоначальные умения: задавать вопросы; вступать в диалог с учителем;	
		осени:			

		пасмурные дни, холодные дожди, туманы, изменение окраски листьев на деревьях и кустарниках, листопад, увядание трав, наступление холодов, отлет		оценивать результаты своей работы на уроке, своё обращение с предметами домашнего обихода и поведение на дороге;	
		птиц.			
Живая	3				1,2,3,4,5,6,7,8.
природа			4	Понимать учебную	
		Овощи. Картофель, капуста, свекла, горох или бобы. Внешний вид клубня картофеля, кочана капусты, свеклы. Вкус. Употребление этих овощей в пищу. Хранение зимой. Проращивание семян гороха или бобов.	1	задачу урока и стремиться её выполнить. Отвечать на вопросы Работать в паре узнавать насекомых на рисунке, приводить примеры насекомых; узнавать рыб на рисунке;	
		Арбуз, дыня или другие бахчевые культуры. Различение по цвету, величине, форме, вкусу, запаху. Сбор	1		
		семян арбуза дыни для подкормки птиц зимой. Ягоды. Рябина,	1	рассказывать о	

	1		T		
		калина, клюква,		правилах перехода	
		брусника или		улицы;	
		другие местные			
		ягоды.			
		Сравнение по			
		окраске, форме,			
		вкусу.			
Неживая	2	3 3			
природа					
		Детские игры в	1	Рассматривать	
		разные времена		иллюстрации учебника,	
		года.		извлекать из них	
		Сезонная		нужную информацию.	
		работа на			
		огороде, в саду.			
		Участие детей в			
		работах в саду			
		и на огороде.	1	Различать листья по	
		Улица, на	1	различным признакам;	
		которой		лиственные и хвойные	
		расположена		деревья; ель и сосну;.	
		школа. Дома,		J,	
		тротуары,			
		мостовая,			
		скверы.			
		Обозначение			
		названий улиц		Рассказывать о малой	
		и номеров		родине» и Москве как	
		номов.		столице государства;	
		Школьный и		oromide roet Amperium,	
		домашний			
		адрес.			
Живая	3	адрос.			1,2,3,4,5,6,7,8.
природа					
природа		Деревья. Дуб,	1		
			_		
		другие. Узнавание и		Работать со взрослыми.	
				_	
		называние			
		части дерева:			
		корень, ствол,			
		ветви, листья.			
		Семена дуба,			
		тополя.		выражать свои	
		Растения на	1	ZZIPWIMID VDOII	

		клумбах.		просьбы, желания,	
		Астры,		используя этикетные слова и выражения;	
		бархатцы,		слова и выражения,	
		ноготки или			
		другие.			
		Узнавание и			
		называние.			
		Различение			
		частей растет			
		корень, стебель,			
		листья, цветки.			
		Комнатные	1	сообщать свое имя и	
		растения.		фамилию, домашний	
		Традесканция,		адрес;	
		герань или			
		другие			
		Различение.			
		Уход за			
		комнатными			
		растениями			
		(мытье			
		цветочных		участвовать в ролевых	
		горшков,		играх в соответствии с	
		поддонов,		индивидуальными	
		правильная		возможностями;	
		расстановка			
		растений в			
**		классе).			
Неживая	2				
природа					
		Признаки	1		
		зимы: короткие		слушать рассказ, уметь	
		дни, длинные		отвечать на вопросы с	
		ночи, морозы,		опорой на	
		иней,		иллюстративный	
		снегопады,		материал;	
		метели,			
		оттепели.			
		Транспорт.	1		
		Трамвай,			
		автобус,			
		троллейбус.		участвовать в беседе на	
		Правила		темы, близкие личному	
		дорожного		опыту ребенка;	
		движения:,			
		дымуши,	1		

	пороход удину			
	переход улицы			
	на зеленый свет			
	светофора, на			
	местах, где есть			
	указатель			
	«переход».			
Живая 3				
природа				
	Раннецветущие	1		
	растения.		WAR THORY BROWNING BOWN	
	Гусиный лук,		называть времена года, отмечать признаки	
	ветреница,		каждого времени года	
	снежник,		знать сезонные	
	тюльпан или		изменения в природе,	
			по вопросам учителя	
	другие. Наблюдения за		рассказывать о своих	
			наблюдениях	
	появлением			
	первых цветов.	1		
	Растение.	1		
	Обобщение.			
	Деревья,			
	кустарники,			
	травы, ты.			
	Узнавание,			
	различение.			
	Домашние	1	применять правила личной гигиены, знать	
	животные.		назначение средств	
	Коза, овца.		личной гигиены	
	Основные части		учиться выполнять	
	те питание.		элементарные правила	
	Польза,		здорового образа	
	приносимая		жизни	
	людям.		участвовать в	
Неживая 1	viiog.iiii		экскурсиях и	
природа			рассказывать о наблюдениях по	
природи	Посуда. Чашка,	1	вопросам учителя	
	стакан, кружка,		называть 4-5 предметов	
			по изучаемой теме	
	тарелка, блюдце, миска.			
	сличение. Ухой			
	за посудой			
	(мытье,			
	хранение).			
Живая 1				l

природе			
природа		Писио	1
		Дикие	1
		животные. Еж,	
		медведь.	
		Внешний вид,	
		пища, повадки.	
II	2	Как зимуют.	
Неживая			
природа		Мебель. Стол,	1
			1
		стул, диван,	
		кровать, кресло, шкаф.	
		шкаф. Назначение.	
		Уход за	
		мебелью	
		(протирание	
		сухой и	
		влажной	
		тряпкой, чистка	
		_	
		пылесосом, выбивание,	
		уборка	
		кровати).	
		Одежда.	1
		Шапка, шляпа,	1
		берет, шкаф,	
		варежки, перчатки,	
		чулки, носки,	
		гольфы.	
		Назначение	
		различных	
		различных видов одежды.	
		Уход за	
		одеждой	
		(чистка щеткой,	
		стирка, сушка,	
		_	
		складывание и хранение).	
Живая	2	хранение).	
живая природа			
природа		Птицы.	1
		Снегирь,	-
		синица, грач,	

		скворец.		
		Величина птиц.		
		Части тела		
		птиц. Чем		
		покрыто тело.		
		Различение		
		этих Польза,		
		приносимая		
		людям.		
		Подкормка		
		птиц зимой.		
		Подготовка к		
		встрече птиц		
	_	весной.	1	
		Птицы	1	
		перелетные и		
		зимующие, на		
		примере		
		наблюдения за		
		птицами данной		
		местности.		
Неживая	2			
природа				
		Признаки	1	
		весны:		
		удлинение дня,		
		увеличение		
		количества		
		солнечных		
		дней,		
		, and the second		
		потепление,		
		таяние снега и		
		льда, ледоход,		
		первые		
		весенние цветы,		
		набухание		
		почек на		
		деревьях,		
		появление		
				Í
		листьев, прилет		
		листьев, прилет		
		листьев, прилет птиц, первая гроза.	1	
		листьев, прилет птиц, первая	1	

				I	
		весенняя. Уход			
		обувью (мытье,			
		просушивание,			
		чистка щеткой,			
		использование			
		кремов для			
		обуви).			
Живая	6	<i>y</i>			
природа					
прпроде		Животные.	1		
		Обобщение.			
		_			
		рыбы,			
		насекомые.			
		Различение по			
		внешнему виду.			
		Охрана	1		
		здоровья. Лицо,			
		части лица: лоб,			
		щеки,			
		подбородок,			
		глаза, веки,			
		брови, ресницы			
		(назначение —			
		защита глаз).			
		Глазами мы			
		сохранить			
		хорошее			
		зрение. Уши.			
		Ушами мы			
		слышим. Как			
		беречь уши.			
		Нос. Носом мы			
		дышим и			
		различаем			
		запахи.			
		Значение			
		чистоты носа.			
		Как			
		пользоваться			
		носовым			
		платком. Рот.			
		Губы, зубы,			
		язык.			

		Назначение	
		зубов, уход за	
		зубами.	
		Экскурсия к	1
		цветочной	=
		клумбе для	
		ознакомления с	
		изучаемыми	
		растениями	
		Практическая	1
		работа:	
		«Участие в	
		уборке урожая	
		на	
		пришкольном	
		участке».	
		Экскурсия в	1
		парк для	
		наблюдений за	
		поведением	
		птиц и	
		насекомых;	1
Неживая	2		1
природа			
природа		Практическая	1
		работа:	
		« Уход за	
		посудой»	
		Экскурсия по	1
		улице, на	
		которой	
		расположена	
		школа	
Живая	2		
природа			
		Домашние	1
		птицы. Курица,	
		утка. Основные	
		части тела,	
		питание. Уход	
		за курами и	
		утками.	1
		Насекомые.	1
		Муравей, муха,	

		божья коровка,	
		стрекоза.	
		Название.	
		Внешний вид.	
		Где живут.	
Неживая	1		
природа			
		Признаки лета:	1
		солнечные,	
		жаркие дни,	
		теплые дожди,	
		зеленые листья,	
		ц метение трав,	
		сбор ягод,	
		грибов.	
Итого	34ч		

4 класс 34 часа

-	Кол- во часов	Тема урока	Кол- во часов	Характеристика деятельности учащихся	Основные направления воспитательной деятельности
Неживая	1				1,2,3,4,5,6,7,8.
природа		Сезонные изменения в природе. Погода (ясно, пасмурно, дождь, гроза, ветер).	1		
Живая природа	2	Овощи, фрукты, ягоды.	1	Учащиеся осваивают первоначальные умения:	1,2,3,4,5,6,7,8.
		Определение и различение. Орехи. Орех лещины, грецкий орех, кедровый орешек. Различение по внешнему виду,	1	задавать вопросы; вступать в диалог с учителем;	

		вкусу.			
Неживая природа	3				1,2,3,4,5,6,7,8.
природа		Признаки осени: дует холодный ветер, час то идут дожди, становится холоднее, листья на деревьях желтеют, опадают, на ветках остаются почки, птицы чижи, скворцы) собираются в стаи, улетают в теплые края, заморозки.	1	оценивать результаты своей работы на уроке, своё обращение с предметами домашнего обихода и поведение на дороге;	
		Осенние работы в поле. Названия осенних цветов.	2	Понимать учебную задачу урока и	
Живая природа	1			стремиться её выполнить.	
		Грибы. Части гриба. Грибы съедобные и несъедобные.	1		
Неживая природа	3				
		Одежда. Как мы одеваемся в разное время года: одежда летняя, зимняя, демисезонная. Из чего сшита наша одежда. Уход за одеждой (чистка, сушка,	2		

		проветривание,		Отвечать на вопросы Работать в паре	
		хранение). Практические	1	узнавать насекомых на	
		работы:		рисунке, приводить примеры насекомых;	
		«Уход за		узнавать рыб на	
		одеждой»		рисунке;	
		«Уход за			
0.10		обувью»			
Живая	2				
природа		Семена	1		
			1		
		цветковых растений. Сбор			
		и хранение			
		семян.			
		Практические			
		работы по			
		выращиванию			
		цветковых			
		растений из		узнавать птиц на	
		семян		рисунке	
		(настурция,		узнавать зверей на	
		ноготки,		рисунке,	
		душистый		группировать предме- ты домашнего обихода;	
		горошек и др.).	1	рассказывать о	
		Экскурсия к	1	правилах перехода	
		цветочной клумбе		улицы;	
Неживая	3	KJIYMOC			
природа					
		Признаки зимы:	1		
		снегопады,			
		морозы, метели.			
		Труд людей.			
		Названия			
		зимних месяцев	4		
		Город, село,	1		
		деревня.			
		Главная улица			
		города, села. Учреждения			
		города, села,			
		деревни (почта,			
		телеграф,		Рассматривать	
	1	1 - errer pay,	l		

	l				
		телефонный		иллюстрации учебника,	
		узел, магазины,		извлекать из них	
		рынок,		нужную информацию.	
		больница,			
		аптека).			
		Экскурсия по	1		
		главной улице,			
		села			
Живая	2	CCJIG			
природа	-				
природа		Полевые	2		
			2		
		растения. Рожь,			
		кукуруза, овес,			
		другие местные.			
		Части этих		Различать листья по	
		растений:		различным признакам;	
		корень, стебель		лиственные и хвойные	
		(соломина),		деревья; ель и сосну;.	
		листья, колос			
		(метелка,			
		початок), зерна.			
		Как			
		используются			
		_			
		эти растения. Осенние работы			
		-			
II	1	в поле.			
Неживая	1				
природа			1	_	
		Дорожное	1	Рассказывать о малой	
		движение.		родине» и Москве как	
		Правила		столице государства;	
		дорожного			
		движения:			
		правильный			
		переход улицы			
		(все случаи)			
Живая	3				
природа					
,,,,		Квартира,	1		
		комната.			
		Столовая,		Работать со взрослыми.	
				выражать свои	
		спальня, кухня		просьбы, желания,	
		и др.		используя этикетные	
		Назначение.			

	<u> </u>	3.6.6	2		
		Мебель.	2	слова и выражения;	
		Мебель для			
		столовой,			
		спальни, кухни.			
		Назначение.			
		Уход за			
		мебелью.			
		Посуда.			
		Называние			
		посуды. Посуда			
		столовая,			
		чайная,			
		кухонная. Уход		сообщать свое имя и	
		и хранение.		фамилию, домашний	
Неживая	1	1 - 5		адрес;	
природа					
-pp		Экскурсия в			
		магазины			
Живая	2	mar woming.			
природа					
прпрода		Комнатные	1		
			•		
		растения.			
		Традесканция,			
		бегония, герань,			
		алоэ (на выбор).		участвовать в ролевых	
		Части растений.		играх в соответствии с	
		Практические		индивидуальными	
		работы по		возможностями;	
		выращиванию			
		комнатных			
		растений из			
		черенков.			
		Деревья. Ель,	1		
		сосна.			
		Распознавание.			
		Части дерева:			
		корень, ствол,			
		ветви, листья,			
		хвоя. Семена в			
		шишках. Ель,			
		сосна —		слушать рассказ, уметь	
		хвойные		отвечать на вопросы с	
		деревья.		опорой на	
Неживая	3	•		иллюстративный	
природа				материал;	
pp-04"					l

		Т	2		
		Признаки	2		
		весны: солнце			
		греет все			
		сильнее,			
		ледоход, первые			
		травы цветы, на			
		деревьях и			
		кустарниках			
		набухают			
		почки,			
		появляются			
		насекомые,		участвовать в беседе на	
		прилетают		темы, близкие личному	
		птицы.		опыту ребенка;	
		Названия			
		весенних			
		месяцев.			
		Обувь. Из чего	1		
		делают обувь.			
		Обувь кожаная,			
		резиновая,			
		валяная,			
		текстильная.			
		Уход за			
		разными			
		видами обуви.			
Живая	2	Бидами обуви.			
природа					
природа		Домашние	1		
		животные.			
		Лошадь, корова,			
		_			
		свинья и др. Особенности			
		внешнего вида.			
		Пища. Уход и		называть времена года,	
		содержание.		отмечать признаки каждого времени года	
		Польза,		называть 5-6 предметов	
		приносимая		по изучаемой теме	
		ЛЮДЯМ.	1		
		Дикие	1		
		животные.			
		Лось, олень.			
		Внешний вид,			
TT	2	пища, повадки.			
Неживая					

природа			
природа		Экскурсия в	1
		<u> школьные</u>	•
		Мастерские Признаки пета:	1
		Признаки лета:	1
		солнце сильно	
		греет, жарко,	
		роса, туман,	
		летний дождь,	
		ливень, град,	
		гроза (молния,	
		гром). Летние	
		работы в	
		деревне.	
		Названия	
		летних месяцев.	
Живая	3		
природа			
		Насекомые	1
		вредные и	
		полезные.	
		Бабочки,	
		майский жук,	
		пчела, муравей,	
		муха.	
		Рыбы. Чем	1
		покрыто тело	
		рыбы. Как	
		передвигаются,	
		чем и как	
		питаются рыбы.	
		Уход за рыбами	
		в аквариуме.	
		Охрана	1
		здоровья.	
		Отдых и труд	
		дома. Режим	
		сна. Режим	
		питания.	
		питания.	