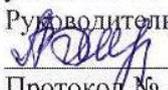


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Екатеринбургская школа №7, реализующая адаптированные основные общеобразовательные
программы»

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
учителей 1-4 классов
Руководитель:

Н.А. Лапшина
Протокол № 1 от «29»
августа 2022 г.

РАССМОТРЕНО
на педагогическом совете
Протокол
№ 1 от «30» августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СО
«Екатеринбургская школа №7»
С.Н. Клочкова

Приказ № 108 от «31» августа 2022 г.



Рабочая программа по учебному предмету
«Мир природы и человека», 2-Б класс

Составитель:
Меньшенина Полина Михайловна
учитель, 1КК

Екатеринбург
2022

Пояснительная записка

Нормативно-правовыми основаниями разработки программы учебного курса «Мир природы и человека» для обучающихся второго класса с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) для школ, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы являются:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ);

- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ № 1599 от 19.12.2014., вступивший в силу в сентябре 2016 года;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования от 30 августа 2013 г. №1015;

- Адаптированная основная образовательная программа начального общего образования для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), разработанная на основе ФГОС НОО;

- Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях на учебный год;

- Устав Государственного бюджетного образовательного учреждения Свердловской области «Екатеринбургская школа № 7, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы», утверждённый приказом Министерства общего и профессионального образования Свердловской области

- Локальные акты образовательного учреждения;

- Программа работы по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни ГКОУ СО «Екатеринбургская школа №7».

При разработке программы учитывались перечисленные документы, в которых предложены предметные, личностные результаты освоения учебных предметов, система оценки достижений планируемых результатов освоения

адаптированных рабочих программ обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Специфические образовательные потребности для обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями):

- наглядно-действенный характер содержания образования;
- упрощение системы учебно-познавательных задач, решаемых в процессе образования;
- обучение «переносу» сформированных знаний, умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью;
- необходимость постоянной актуализации знаний, умений и одобряемых обществом норм поведения;
- обеспечение особой пространственной и временной организации образовательной среды с учетом функционального состояния центральной нервной системы и ее динамики психических процессов обучающихся;
- использование преимущественно позитивных средств стимуляции деятельности и поведения;
- стимуляция познавательной активности, формирование потребности в познании окружающего мира и во взаимодействии с ним.

Цель изучения предмета «Мир природы и человека»:

Формирование первоначальных знаний о живой и неживой природе; понимание простейших взаимосвязей, существующих между миром природы и человека.

Задачи:

- уточнить имеющиеся у детей представления о живой и неживой природе, дать новые знания об основных её элементах;
- расширить представления о взаимосвязи живой и неживой природы, о формах приспособленности живого мира к условиям внешней среды;
- вырабатывать умение наблюдать природные явления, сравнивать их, составлять устные описания, использовать в речи итоги наблюдений и опытных работ, отмечать фенологические данные;
- формировать первоначальные знания обучающихся о природе своего края;
- формировать первоначальные сведения о природоохранной деятельности человека, учить детей бережному отношению к природе;
- коррекция и развитие познавательной деятельности, личностных качеств ребёнка;
- воспитание трудолюбия, самостоятельности, терпеливости, настойчивости, любознательности.

Формы организации учебной деятельности

Основной формой организации обучения курса «Мир природы и человека» является урок. Ведущей формой работы учителя с учащимися на уроке является фронтальная работа при осуществлении дифференцированного и индивидуального подходов.

Каждый урок «Мир природы и человека» оснащён необходимыми наглядными пособиями, раздаточным и дидактическим материалом, техническими средствами обучения. На уроках следует использовать разнообразные наглядные средства обучения: натуральные объекты, муляжи, макеты, гербарии, коллекции, различные мультимедийные материалы.

Требования к уровню подготовки учащихся

Личностными результатами изучения предмета «Мир природы и человека» являются:

- Готовность школьника к положительному отношению к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- способность проявлять учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу по предмету «Мир природы и человека»;
- уметь оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (хорошо и плохо);
- формировать представления о здоровом образе жизни: иметь элементарные гигиенические навыки, выполнять режимные моменты в классе (пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз и позвоночника, физ. минутка устная и музыкальная, прием пищи, посещение туалета, мытье рук и т.д.);

Предметные результаты.

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 основных правил личной гигиены и выполнение их в повседневной жизни;

Ухаживание за комнатными растениями;

Кормление зимующих птиц;

Составление небольшого рассказа об изученных объектах по плану;

Адекватное взаимодействие с изученными объектами окружающего мира в учебных ситуациях; адекватное 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;

Знание отличительных существенных признаков групп объектов;

Умение находить необходимую информацию в материалах учебника;

Знание правил гигиены;

Знание некоторых правил 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 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, 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.

Результатами изучения курса «Мир природы и человека» является формирование базовых учебных действий (БУД)

Регулятивные БУД:

- организовывать своё рабочее место с помощью учителя;
- уметь использовать в деятельности на уроках «Мир природы и человека» цветные карандаши, краски, дневник наблюдения за природой, различные линейки, развивающие игры, лото и домино с животными и растениями, другие развивающие игры по темам изучаемого предмета;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей.

Познавательные БУД

- узнавать и называть изученные объекты на иллюстрациях с помощью учителя;
- относить изученные объекты к определённым группам (корова - домашнее животное) с помощью учителя;
- называть объекты, отнесённые к одной и той же изучаемой группе (фрукты; птицы; зимняя одежда);
- знать основные правила личной гигиены;
- иметь представления об элементарных правилах безопасного поведения в природе и в обществе;

- владеть несложными санитарно - гигиеническими навыками (мыть руки, чистить зубы, расчёсывать волосы и т.д.);
- адекватно вести себя в школе, классе, столовой, коридоре школы, спортивном зале, музыкальном кабинете и актовом зале, игровой комнате и т.д.

Коммуникативные БУД

- адекватно взаимодействовать со сверстниками, учителем и родителями;
- понимать замечания и адекватно воспринимать похвалу;
- выполнять доступные природоохранные действия;
- совершать действия с помощью учителя по соблюдению санитарно-гигиенических норм в классе.
- проявлять интерес и активность на уроках и играх на переменах и пришкольном участке.

Название учебно-методического комплекта

2 класс

Н.Б. Матвеева, И.А. Ярочкина, М.А. Попова Мир природы и человека. 2 класс. Учебник для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы. В 2 частях. – М.: Просвещение, 2018.

Количество учебных часов

Место учебного курса «Мир природы и человека» - образовательная область «Естествознание».

Согласно учебному плану ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 7» на изучение предмета «Мир природы и человека» во 2 классе отводится 1 час в неделю, 34 часа в год:

Класс	Количество часов в неделю	Количество часов в год	Количество контрольных работ
2	1 час	34 часа	1

Содержание программы учебного курса

2 класс

«Неживая природа»:

Объекты живой и неживой природы. Значение Солнца для растений и животных, для человека. Солнце и жизнь растений. День и ночь. Небо днём и ночью. Сутки. Части суток. Занятия людей в разное время суток. Наблюдение за небом, облаками, ветром.

«Сезонные изменения (времена года)»:

Причины сезонных изменений.

Осень. Признаки осени. Растения и животные осенью. Занятия и одежда людей осенью.

Зима. Признаки зимы. Растения и животные зимой. Одежда и занятия людей зимой.

Весна. Признаки весны. Растения и животные весной. Одежда и занятия людей весной.

Лето. Признаки лета. Растения и животные летом. Одежда и занятия людей летом.

«Растения»:

Деревья, кустарники, травы, цветы. Строение растений: корень, лист, стебель, цветок. цветы. Различие растений. Разнообразие цветов (полевые и садовые). Семена растений. Плоды растений, их польза, фрукты и овощи. Приспособление растений к сезонным изменениям в природе и к разным условиям жизни.

«Животные»:

Мир животных. Деление животных на группы: звери, птицы, рыбы, насекомые. Строение животных: голова, туловище, ноги (лапы, плавники, крылья). Различия животных (форма тела, окраска, привычки и повадки, места обитания). Детёныши животных. Домашние животные: название, внешнее строение, чем кормятся, значение для человека. Уход за домашними животными. Дикие животные: название, внешнее строение, условия обитания, пища, значение в природе. Помощь птицам зимой. Приспособления животных к различным условиям жизни: линька, окраска, размеры. Приспособление животных к разным временам года.

«Человек»:

Гигиена тела человека. Физкультура и закаливание. Части тела человека. Органы пищеварения. Питание человека. Профилактика отравлений

Формы и средства контроля

Рабочая программа учебного курса «Мир природы и человека» во 2 классе предусматривает проведение контрольной работы в конце периода обучения. Основные формы текущего контроля: устный опрос, оценивание письменных работ учащихся.

Критерии оценивания

В соответствии с требованиями ФГОС для обучающихся с ОВЗ оценке подлежат **личностные и предметные результаты.**

Личностные результаты включают овладение обучающимися социальными (жизненными) компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающими формирование и развитие социального отношения обучающихся в различных средах. Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения ребёнка в овладении социальными (жизненными) компетенциями, которые, в конечном итоге, составляют основу этих результатов.

Предметные результаты связаны с овладением обучающимися содержанием каждой образовательной области и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в

практической деятельности обучающегося, оказывали бы положительное влияние на формирование жизненных компетенций.

Во 2 классе в первом полугодии система оценивания – безотметочная. Результат продвижения обучающихся в развитии определяется на основе анализа их продуктивной деятельности: поделок, рисунков, уровня формирования учебных навыков, речи. Во втором полугодии результаты обучающихся оцениваются оценками.

Перечень учебно-методических средств обучения

Основная литература		
1.1	Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), авторы/составители Бондарчук О.А., Бабурин А.В., издательство «Просвещение», 2017 год.	
1.2	Н.Б. Матвеева, И.А. Ярочкина, М.А. Попова Мир природы и человека. 2 класс. Учебник для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы. В 2 частях. –М.: Просвещение, 2018.	
Дополнительная		
2.1	И.В.Цветкова. Экологический светофор для младших школьников.-М.: Издательский дом «Ноосфера», 1999.	
2.2	Е.П.Фефилова, Е.А. Поторочина. Поурочные разработки по курсу Мир вокруг нас. 1класс. М.: «ВАКО», 2003.	
2.3	З. А. Клепинина. Окружающий мир. Тесты: 1 класс. Тула: Издательство АСТ, 2003.	
2.4	<p>Дидактические игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Покорми диких животных» - «Покорми домашних животных» - Лото «Растения – животные», «Профессии», «Звери и птицы», «Грибы» и др. <p>Наглядные и демонстрационные пособия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Растения. Строение растений; - Дикие и домашние животные; - Грибы съедобные и несъедобные; - Человек. Строение человека. Правильная осанка. - Времена года. Зима. Весна. Лето. Осень. 	

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата	Тема урока	Задачи и содержание уроков	Словарь
1		Влияние солнца на смену времен года	Различение на рисунках разных времен года; влияние солнца на смену времен года; использование закличек для зазывания солнца или дождя; работа с календарем; приметы разных времен года.	Заклички, времена года, календарь.
2		Сутки	Сутки, из каких частей состоят. Что делают дети вечером, днем, утром и ночью. Приёмы пищи в разное время суток.	Утро, день, вечер, ночь – части суток.
3		Долгота дня летом	Летом солнце высоко поднимается над землёй, светит долго, поэтому день длинный, а ночь короткая.	Долгота дня, время года.
4		Долгота дня зимой	Зимой солнце поднимается невысоко, светит недолго. Зимой день короткий, а ночь длинная.	Долгота дня, время года.
5		Времена года. Осень.	Осенью солнце светит меньше, чем летом. Становится холоднее, листья на деревьях желтеют и опадают, часто идут дожди, начинаются заморозки, исчезают бабочки, прячутся жуки и мошки. Птицам нечего есть и они улетают в тёплые края. Осенние месяцы.	Листопад, пасмурно, похолодание, заморозки.
6		Растения осенью	В сентябре созревают орехи, ягоды калины, шиповника, в лесу растут грибы. В октябре листья желтеют и опадают, трава увядает. Ноябрь – поздняя осень, начинаются заморозки, выпадает снег.	Сентябрь, октябрь, ноябрь; увядает.
7		Животные осенью	Осенью заяц и белка меняют шерсть; старый мех выпадает, появляется новый, более тёплый; меняется его цвет. У лисы и волка вырастает тёплый подшерсток. Медведи и ежи впадают в спячку. Птицы, которые питаются насекомыми, улетают на юг; некоторые птицы остаются зимовать.	Линяет, подшёрсток, спячка, перелётные птицы (ласточка, скворец); синица, сорока.
8		Занятия людей осенью	Осенью становится холоднее, часто идут дожди. Одежда людей соответствует погоде. Люди собирают урожай; с полей и огородов убирают овощи, в садах – фрукты, делают заготовки на зиму.	Сапоги, куртка, зонт, плащ, варенье.
9		Времена года. Зима.	Зимой солнце светит мало, дни становятся короткими, а ночи – длинными. Идет снег, становится очень холодно, вода замерзает. Зимние месяцы: декабрь, январь, февраль.	Снег, снежинки, снегопад, мороз, лёд.
10		Растения и животные зимой	Зимой растения как будто спят, листья опали, деревья стоят голые. Зимой в лесу тихо, лиса охотится на мышей, белочка ищет свои запасы, зайчик обгладывает кору, ёж спит. Птицы зимой питаются	Замирает, опали, голые, обгладывает, запасы,

			семенами и ягодами.	охотится.
11		Занятия людей зимой	Зимой часто бывает мороз. Людям надо одевать тёплую одежду. Зимой дети катаются на лыжах, на коньках, на санках, лепят снеговиков. Зимой люди строят горки и катаются с них. Зимой часто бывает снегопад и нужно расчищать дороги. Люди подкармливают зимой животных и птиц.	Мороз, теплая одежда: шуба, шапка, варежки, шарф, валенки.
12		Времена года. Весна.	Солнце светит ярко, даёт больше света и тепла. Снег начинает таять, бегут ручьи, появляется травка и первые цветы. Дни становятся длиннее, а ночи – короче. Появляются насекомые. Прилетают перелётные птицы. Весенние месяцы: март, апрель, май.	Сосульки, капель, набухают почки, перелетные птицы.
13		Растения и животные весной	Тает снег, появляется первая травка, набухают на деревьях почки, появляются молодые листочки и первые цветы. Деревья и кустарники цветут весной: тополь, берёза, дуб, черёмуха, сирень. Прилетают перелетные птицы, они выют гнезда и выводят птенцов. Заяц и белка линяют. Лиса и волк теряют тёплый зимний мех, просыпаются после спячки ежи и медведи.	Мать-и-мачеха, ландыши, одуванчики, сережки. Линяют, возвращаются, просыпаются после спячки.
14		Занятия людей весной	Весной люди одевают другую одежду. Одежда может защищать от насекомых. Люди весной вешают скворечники. Весной начинается сев. Тракторы распахивают поля, засевают их. В огородах делают грядки и сажают овощи. В садах убирают прошлогоднюю листву, рыхлят землю.	Клещи, насекомые, сев, распахивают, засевают, сажают, рыхлят, грядки.
15		Времена года. Лето.	Летом солнце даёт много света и тепла, дни становятся длинными, а ночи – короткими. Все растения растут и зеленеют, цветут. Птицы выводят птенцов, поют песни. Летом бывают грозы и тёплые ливни. Летом созревают ягоды: земляника, черника, малина. В конце лета птенцы учатся летать, созревают плоды. Летние месяцы: июнь, июль, август.	Зеленеют, цветут, растут. Гроза, ливень, тепло и жарко, туча, молния.
16		Растения и животные летом	Летом много цветов, созревают ягоды, появляются грибы. Правила поведения в лесу. Летом в лесу много корма для животных. Летом птицы выводят и выкармливают птенцов. У зверей появляются детёныши.	Ромашка, василёк, роза, астра, выводят и выкармливают, детёныши.
17		Занятия людей летом	Летом можно тепло и жарко и можно надевать лёгкую одежду, обязательно надевать головной убор. Летом дети много времени проводят на свежем воздухе, играют в мяч, катаются на самокате, велосипеде, на роликах, купаются и загорают. Правила поведения на водоёме. Летом люди ухаживают за огородом:	Шорты, футболка, кепка, самокат, велосипед, ролики, скакалка, сорняки,

			пропалывают, поливают, удобряют растения.	удобрения.
18		Неживая природа. Вода	Большая часть нашей планеты занята водой. Без воды не могут жить растения, животные и люди. Человек использует воду для питья, приготовления пищи и т.д. Вода прозрачная, текучая, не имеет запаха.	Прозрачная, текучая, не имеет запаха.
19		Вода горячая и холодная. Температура воды.	Вода может быть горячая, тёплая и холодная. Чтобы вода стала горячей, её нужно нагреть. Прибор для измерения температуры называется термометр.	Термометр, нагреть, остудить, температура.
20		Вода в природе. Значение воды.	На земле много рек, реки впадают в море. Вода собирается в озерах. Если озеро зарастает оно превращается в болото. Люди создают пруды. Капельки воды – это дождь, зимой они замерзают и становятся снежинками. Если воду долго нагревать она превращается в пар, если вода замерзает – образуется лёд.	Река, озеро, пруд, болото, капли, дождь, снег, снежинки, лёд, пар.
21		Растения. Части растений.	Части растений: корень, стебель (ствол и ветки), листья и цветы. Корень удерживает растение в земле, всасывает воду и питательные вещества. Стебель помогает растению тянуться к свету. По стеблю питательные вещества передвигаются к другим частям растения. Листья помогают растению получать питательные вещества. С помощью листьев растения очищают воздух. Из цветов образуются плоды и семена.	Корень, стебель, ствол, лист, цветок. Лиственные деревья, хвойные деревья.
22		Жизнь растений.	Растениям для жизни нужны воздух, вода, свет и тепло. Без воды растение может засохнуть, без света растения вырастает слабым, на морозе растение погибает.	Увядает, бледные листья.
23		Растения влаголюбивые и засухоустойчивые	Растения приспособляются к разным условиям окружающей среды. Влаголюбивые растения растут по берегам рек, озёр, в тенистых лесах. Засухоустойчивые растения растут в жарких странах, где мало дождей.	Засуха, засухоустойчивые, влага, влаголюбивые
24		Растения светолюбивые и тенелюбивые	Растения, которые растут на открытых местах, привыкли к свету. Растения, которые растут в тенистых, густых лесах любят тень.	Светолюбивые, тенелюбивые.
25		Комнатные растения. Уход за комнатными растениями.	Растения, которые люди выращивают в своих домах, называются комнатными. Их ставят на подоконник или на специальные полки, подставки. Они приносят пользу людям. Комнатные растения нужно поливать, рыхлить землю, протирать листья.	Комнатные растения: кактус, алоэ, фиалка, традесканция.
26		Овощи. Огород. Овощи в	Овощи – это съедобные части растений. Их выращивают в огородах и на полях из семян или из	Корнеплоды, клубни, ботва,

		питании человека.	целого клубня. Чтобы быть здоровым, человек должен есть овощи.	огород, грядки.
27		Сад. Фрукты. Фрукты в питании человека.	Фруктовый сад – это посадки фруктовых деревьев и ягодных кустарников. Плоды фруктовых деревьев, кустарников и ягоды называются фруктами. Фрукты необходимы для правильного питания человека, в них много витаминов.	Яблоневый сад, вишнёвый сад, кустарники плоды, витамины.
28		Уход за растениями сада и огорода.	Правила работы в саду и огороде: землю надо рыхлить или перекапывать, удобрять, поливать, удалять сорняки.	Рыхлить, удобрять, перекапывать.
29		Животные. Домашние животные и дикие звери.	Люди приручили некоторых животных, они живут с человеком, он их кормит и ухаживает за ними – это домашние животные. Дикие животные живут в лесах, сами заботятся о себе и своём потомстве.	Домашние, дикие.
30		Кошка и рысь. Породы кошек.	Кошка – домашнее животное, а рысь – дикое. Рысь крупнее кошки, на ушах - кисточки, хвост короткий, окраска неяркая, пятнистая, чтобы легче прятаться в ветвях деревьев. Она охотится на небольших зверей, разоряет гнёзда птиц. У кошки хвост длинный, окраска может быть разная, она любит тепло, ест рыбу и мясо, ловит мышей.	Пятнистая, лапы с когтями, острые ушки, густой теплый мех, охотится, разоряет гнезда.
31		Собака и волк. Породы собак.	Собака – домашнее животное, волк – дикое. Строение тела у них схожее. Окраска волка серая, а у собак разная. Собаки и волки имеют крепкие зубы, сильные лапы. Хвост у волка всегда опущен вниз, у собак хвосты разные, они могут вилять хвостом и поднимать его. Собаки помогают человеку, а он их кормит, заботится о них и обучают. Волки охотятся стаями на зайцев, оленей.	Строение тела, повадки, стая, логово, волчата. Порода, щенки, внешний вид.
32		Рыбы. Строение и питание рыб. Размножение рыб.	Рыбы приспособились к жизни в воде, их тело покрыто чешуёй, плавники и хвост помогают рыбам плавать. На голове у рыб есть жабры, которые помогают им дышать в воде. Размножаются рыбы, откладывая икру, из икринок появляются мальки, они сами учатся питаться и спасаться от врагов.	Голова, жабры, плавники, туловище, хвост. Щука, окунь, икринки, мальки.
33		Человек. Гигиена тела человека.	Физкультура и закаливание помогают стать бодрым и здоровым. Водные процедуры и воздушные ванны, зарядка и обтирания очень полезны для человека.	Гигиена, спорт, закаливание, обтирание.
34		Органы пищеварения. Питание человека.	Органы пищеварения: рот, пищевод, желудок, кишечник. Человеку необходима еда, она должна быть разнообразная, чтобы получать необходимые организму питательные вещества.	Продукты молочные, рыбные, мясные, овощи и фрукты, хлеб.