

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Республики Мордовия

Администрация Лямбирского муниципального района Республики Мордовия

МОУ "Кривозерьевская СОШ" Лямбирского муниципального района РМ

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УР


Муратова С.Т.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Янгляев Н.Х.

Приказ № 62/1-Д от 30.08.2023 г.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Мир природы и человека»

для обучающихся 2 класса

Кривозерье 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Мир природы и человека» составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) образования, обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- СанПиН 2.4. 3648 – 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28.)
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы (далее – ПрАООП) образования, обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА

Программа рассчитана на 68 часов, в том числе на экскурсии. Рабочая программа построена по концентрическому принципу применительно к обучению в течение года, а также с учётом преемственности планирования тем на весь курс обучения, что позволяет повторять и закреплять полученные знания в течение года, дополнять новыми сведениями. Предмет «Мир природы и человека» для детей с легкой умственной отсталостью является начальным звеном формирования естествоведческих знаний, пропедевтическим этапом развития понятийного мышления на материале сведений о живой и неживой природе.

В программе по предмету представлены блоки тем последовательность изучения, которых может варьироваться. Живой мир как предмет по развитию речи должен обогащать и развивать активный словарный запас. На уроках учащиеся должны составлять простые предложения, сложные предложения с союзами, и описывать под руководством учителя предметы и явления природы. Во 2 классе предусматривается обогащение и уточнение словаря учащихся, название предметов, их характеристика по цвету, форме, размеру, запаху, вкусу, фактуре и др. признакам. Учащиеся должны научиться сравнивать два предмета, находить сходные и отличительные признаки, делать простейшие обобщения предметов. Классификация предметов вначале проводится по образцу и показу, затем по словесной инструкции. Второклассники должны научиться принимать участие в беседе, пользоваться вопросно-ответной, диалогической речью, спорить, высказываться, строить короткие связные высказывания на доступные темы.

Во 2 классе проводятся ежедневно наблюдения за погодой, систематические наблюдения за сезонными изменениями в природе, жизни растений и животных, иметь представления о взаимосвязи живой и неживой природы, представление о роли

и участие воды в жизни природы и человека. С этой целью организуются экскурсии в природу 1 раз в сезон. Обязательное наблюдение за календарем природы. Предполагается проведение экскурсии по школьному двору, лес, для наблюдения за природными изменениями и явлениями.

Программа предусматривает проведению практических занятий по уходу за одеждой, комнатными растениями, сбор семян для подкормки птиц, обработка почвы для посадки цветов в цветочную клумбу.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТА

- углубление сведений, раскрывающих причинные, следственные, временные и другие связи между объектами, явлениями и состояниями природы;

- формирование основы для изучения в дальнейшем предметов «Естествознание» и «География», создание преемственной системы знаний между названными предметами.

Задачи программы обучения:

- уточнить имеющиеся у детей представления о живой и неживой природе, дать новые знания об основных ее элементах;

- на основе наблюдений и простейших опытных действий расширить представления о взаимосвязи живой и неживой природы, формах приспособленности живого мира;

- выработать умение наблюдать природные явления, сравнивать их, составлять устные описания, использовать в речи итоги наблюдений;

- сформировать знания учащихся о природе своего края;

- сформировать первоначальные сведения о природоохранной деятельности человека, научить учащихся бережному отношению к природе.

Коррекционно-развивающие задачи:

- уточнять имеющиеся представления о живой и неживой природе, давать новые знания об основных ее элементах;

- на основе наблюдений и простейших опытных действий расширять представления о взаимосвязи живой и неживой природы, о формах приспособленности живого мира к условиям внешней среды;

- вырабатывать умения наблюдать природные явления, сравнивать их, составлять устные описания, использовать в речи итоги наблюдений и опытных работ, отмечать фенологические данные;

- формировать знания о природе своего края;

- формировать первоначальные сведения о природоохранной деятельности человека, учить детей бережному отношению к природе.

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

К категории детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) относятся дети, испытывающие трудности в обучении.

Проблемы обучающихся могут быть связаны с педагогической и социальной запущенностью, несформированностью предпосылок к школьному обучению, учебной мотивации. Также у детей с ограниченными возможностями здоровья часто наблюдаются поражения центральной нервной системы, особенно перинатального характера. Самыми характерными признаками детей с подобными нарушениями являются такие изменения в поведении ребёнка, как трудности обучения в школе, речевые нарушения, недостаточность мелкой и крупной моторики, различные виды невротических реакций, эмоциональная неустойчивость, трудности в общении со взрослыми и сверстниками. Категорию детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характеризует недостаточность или низкий уровень всех познавательных процессов. Обучение ребенка с ОВЗ проходит с учетом ЗБР. При определении уровня развития ребенка оценивается качественное содержание доступных ему действий. Оценивается реально присутствующий опыт деятельности.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «МИР ПРИРОДЫ И ЧЕЛОВЕКА»

Программа по предмету «Мир природы и человека» разработана для обучающихся 2 класса, детей с нарушением интеллекта. На изучение предмета отводится 2 ч в неделю, в год 68 часов.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Неживая природа

Солнце, облака, луна, звезды. Воздух. Земля: песок, глина, камни. Почва. Вода.

Узнавание и называние объектов неживой природы. Простейшие признаки объектов неживой природы по основным параметрам: внешний вид, наиболее существенные и заметные свойства (выделяемые при наблюдении ребенком), место в природе, значение. Элементарные сведения о Земле, как планете, и Солнце –звезде, вокруг которой в космосе движется Земля.

Сезонные изменения

Временные изменения.

День, вечер, ночь, утро. Сутки, время суток.

Время суток и солнце (по результатам наблюдений). Время суток на циферблате часов.

Времена года: Осень. Зима. Весна. Лето. Основные признаки каждого времени года (изменения в неживой природе, жизни растений, животных и человека) Месяцы осенние, зимние, весенние, летние. Порядок месяцев в сезоне; в году, начиная с января. Календарь.

Осень — начальная осень, середина сезона, поздняя осень. Зима — начало, середина, конец зимы. Весна — ранняя, середина весны, поздняя весна. Смена времен года. Значение солнечного тепла и света. Преобладание сезонных изменений.

Взаимозависимость изменений в неживой и живой природе, жизни людей (в том числе и по результатам наблюдений).

Сезонные изменения в неживой природе. Изменения, происходящие в природе в разное время года, с постепенным нарастанием подробности описания качественных изменений: температура воздуха (тепло –холодно, жара, мороз, замерзание температуры); осадки (снег –дождь, иней, град); ветер (холодный –теплый, направление и сила, на основе наблюдений); солнце (яркое –тусклое, большое – маленькое, греет, светит) облака (облака, тучи, гроза), состояние водоемов (ручьи, лужи, покрылись льдом, теплая -холодная вода), почвы (сухая -влажная –заморозки).

Солнце и изменения в неживой и живой природе. Долгота дня зимой и летом. Растения и животные в разное время года. Жизнь растений и животных (звери, птицы, рыбы, насекомые) в разные сезоны года. Сбор листьев, плодов и семян. Ознакомление с названиями растений и животных. Увядание и появление растений. Подкормка птиц. Сад, огород. Поле, лес в разное время года. Домашние и дикие животные в разное время года. Одежда людей, игры детей, труд людей в разное время года. Одежда людей в разное время года.

Одевание на прогулку. Учет времени года, погоды, предполагаемых занятий (игры, наблюдения, спортивные занятия).

Игры детей в разные сезоны года. Труд людей в сельской местности и городе в разное время года. Предупреждение простудных заболеваний, гриппа, травм в связи с сезонными особенностями (похолодание, гололед, жара и пр.)

Живая природа

Растения. Растения культурные. Овощи. Фрукты. Ягоды. Зерновые культуры. Внешний вид, место произрастания, использование. Значение для жизни человека. Употребление в пищу. Растения комнатные. Название. Внешнее строение (корень, стебель, лист). Уход. Растения дикорастущие. Деревья. Кустарники. Травянистые растения. Корень, стебель, лист, цветок, плод и семена. Значение растений в природе. Охрана, использование человеком.

Животные

Животные домашние. Звери. Птицы. Названия. Внешнее строение: части тела. Условия обитания, чем кормятся сами животные, чем кормят их люди. Место в жизни человека (для чего содержат животное), забота и уход за животным. Скотный двор, птичник, ферма. Животные дикие. Звери. Птицы. Змеи. Лягушка. Рыбы. Насекомые. Названия. Внешнее строение: названия частей тела. Место обитания, питание, образ жизни. Роль в природе. Помощь птицам зимой (подкормка, изготовление кормушек) и весной в период гнездования (сбор веток для гнезд, соблюдение тишины и уединенности птиц на природе). Охрана природы: наблюдения за жизнью живой природы, уход за комнатными растениями, посадка и уход за растением, бережное отношение к дикорастущим растениям, ознакомление с правилами ухода за домашними животными, подкормка птиц зимой, сбор веток в период гнездования, ознакомление с видами помощи диким животным, и т.п.

Человек

Мальчик и девочка. Возрастные группы (малыш, школьник, молодой человек, взрослый, пожилой).

Строение тела человека (голова, туловище, ноги и руки (конечности). Ориентировка в схеме тела на картинке и на себе. Голова, лицо: глаза, нос, рот, уши. Покровы тела: кожа, ногти, волосы. Гигиена кожи, ногтей, волос (мытьё, расчесывание, обстригание). Зубы. Гигиена полости рта (чистка зубов, полоскание). Гигиена рук (мытьё). Органы чувств человека (глаза, уши, нос, язык, кожа). Значение в жизни человека (ознакомление с жизнью вокруг, получение новых впечатлений). Гигиена органов чувств. Бережное отношение к себе, соблюдение правил охраны органов чувств, соблюдение режима работы и отдыха. Первичное ознакомление с внутренним строением тела человека (внутренние органы). Предупреждение заболеваний и травм. Простейшие действия при получении травмы: обращение за помощью к учителю, элементарное описание ситуации приведшей к травме и своего состояния (что и где болит). Поведение при оказании медицинской помощи. Безопасное поведение в природе. Правила поведения человека при контакте с домашним животным. Правила поведения человека с диким животным в зоопарке, в природе.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА «МИР ПРИРОДЫ И ЧЕЛОВЕКА»

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 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 2-3 предложений об изученных объектах по предложенному 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; знание правил гигиены органов чувств; 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 и постановка вопросов по содержанию изученного, проявление желания рассказать о предмете изучения или наблюдения, заинтересовавшем объекте;
- 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 природоохранных действий; готовность к использованию сформированных умений при решении учебных, учебно-бытовых и учебно-трудовых задач в объеме программы.

Личностные результаты:

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Метапредметные результаты

Формирование следующих универсальных действий:

Регулятивные БУД:

- адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из за парты и т.д.);

- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные БУД:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами - заместителями;
- читать;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;
- работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

Коммуникативные БУД:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс); –использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Сезонные изменения в природе.					
Итого по разделу		20			
Раздел 2. Неживая природа. Вода.					
Итого по разделу		10			
Раздел 3. Живая природа.					
3.1	Растения.	10	0	0	Электронный учебник, РЭШ, Учи.ру
3.2	Животные.	10	1	0	Электронный учебник, РЭШ, Учи.ру
3.3	Человек.	15	1	0	Электронный учебник, РЭШ, Учи.ру
Итого по разделу		35			
Резервное время		3	0	0	Электронный учебник, РЭШ, Учи.ру
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	2	0	

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Вводный урок	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
2	Долгота дня. Влияние солнца на смену времен года	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
3	Сутки	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
4	Долгота дня летом	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
5	Долгота дня зимой	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
6	Времена года. Осень.	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
7	Растения осенью	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
8	Животные осенью	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
9	Занятия людей осенью	1	1	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
10	Зима.	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
11	Животные зимой	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
12	Растения зимой	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
13	Занятия людей зимой	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
14	Весна.	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
15	Растения весной	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU

16	Животные зимой	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
17	Лето.	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
18	Растения летом	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
19	Животные летом	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
20	Занятия людей летом	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
21	Вода. Для чего нужна вода. Запасы воды.	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
22	Вода. Для чего нужна вода. Запасы воды.	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
23	Вода горячая и холодная	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
24	Вода горячая и холодная	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
25	Температура воды	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
26	Температура воды	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
27	Вода в природе	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
28	Вода в природе	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
29	Значение воды	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
30	Значение воды	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
31	Что такое живая природа	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
32	Растения. Виды растений. Части	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU

	растений				UCHI.RU
33	Комнатные растения. Жизнь растений	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
34	Растения влаголюбивые и засухоустойчивые	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
35	Растения светолубивые и тенелюбивые	1	1	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
36	Уход за комнатными растениями	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
37	Огород. Овощи. Овощи в питании людей	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
38	Сад. Фрукты. Фрукты в питании людей.	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
39	Уход за растениями сада и огорода	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
40	Посев семян овощей	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
41	Животные. Домашние и дикие.	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
42	Кошка и рысь	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
43	Породы кошек	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
44	Собака и волк	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
45	Собака и волк	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
46	Породы собак	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
47	Породы собак	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
48	Рыбы	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU

49	Рыбы	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
50	Охрана животных и растений. Красная и зеленая книги.	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
51	Охрана животных и растений. Красная и зеленая книги.	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
52	Человек.	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
53	Какие люди живут на планете	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
54	Строение человека. Скелет человека.	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
55	Органы чувств	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
56	Органы чувств	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
57	Внутренние органы и их значение	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
58	Внутренние органы и их значение	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
59	Органы пищеварения	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
60	Питание человека	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
61	Питание человека	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
62	Правила питания	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
63	Профилактика отравлений	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
64	Здоровье человека. Профилактика и лечение	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
65	Здоровье человека. Профилактика и	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU

	лечение				UCHI.RU
66	Здоровье человека. Профилактика и лечение	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
67	Повторение пройденного	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
68	Повторение пройденного	1	0	0	Электронный учебник, РЭШ, UCHI.RU
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	2	0	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Матвеева Н. Б., Ярочкина И. А., Попова М. А. Мир природы и человека. 2 класс, в 2 частях, М., Просвещение, 2018

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Матвеева Н. Б., Ярочкина И. А., Попова М. А. Мир природы и человека. 2 класс, в 2 частях, М., Просвещение, 2018

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

РЭШ <https://resh.edu.ru/>

Учи.ру <https://uchi.ru/>

УРОК.РФ <https://урок.рф/>

