Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение гимназия №18

Утверждена
приказом директора МАОУ гимназии № 18
от 31.05.2023г № 260

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА – ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА **«ВЕСЕЛЫЙ АНГЛИЙСКИЙ»**

(для учащихся 1 классов)

Содержание

1. Пояснительная записка…….3

2. Планируемые результаты……6

3. Учебный план……7

4. Календарный учебный график МАОУ гимназии № 18.....7

5. Рабочая программа учебных модулей……8

6. Организационно-педагогические условия……12

7. Методические материалы……...15

8. Оценочные материалы……15

1. Пояснительная записка

Иностранный язык - один из важных и относительно новых предметов в системе подготовки современного младшего школьника в условиях поликультурного и полиязычного мира. Наряду с русским языком и литературным чтением он входит в число предметов филологического цикла и формирует коммуникативную культуру школьника, способствует его общему речевому развитию, расширению кругозора и воспитанию. Предмет "Иностранный язык" способствует формированию представлений ученика о диалоге культур, осознанию им себя как носителя культуры и духовных ценностей своего народа, национальной идентичности, гражданственности, норм морали и речевого поведения.

Интегративной целью обучения иностранному языку в начальных классах является формирование *элементарной коммуникативной компетенции* младшего школьника на доступном для него уровне в основных видах речевой деятельности.

Элементарная коммуникативная компетенция понимается как способность и готовность младшего школьника осуществлять межличностное и межкультурное общение с носителями изучаемого иностранного языка в устной и письменной формах в ограниченном круге типичных ситуаций и сфер общения, доступных для младшего школьника.

Цель программы «Веселый английский» является создание условий для интеллектуального развития ребенка и формирования его коммуникативных и социальных навыков через игровую и проектную деятельность посредством английского языка.

Деятельностный характер предмета "Иностранный язык" соответствует природе первоклассника, воспринимающего мир целостно, эмоционально и активно. Это позволяет включать иноязычную речевую деятельность в другие виды деятельности свойственные ребенку данного возраста (игровую, познавательную, художественную, эстетическую и т.п.), дает возможность осуществлять разнообразные связи с предметами, изучаемыми в начальной школе, и формировать межпредметные общеучебные умения и навыки.

С учетом сформулированных целей изучение предмета "Иностранный язык" направлено на решение следующих ***задач*:**

- *формирование представлений* об иностранном языке как средстве общения, позволяющем добиваться взаимопонимания с людьми, говорящими/пишущими на иностранном языке, узнавать новое через звучащие и письменные тексты;
- *расширение лингвистического кругозора* младших школьников; освоение элементарных лингвистических представлений, доступных младшим школьникам и необходимых для овладения устной речью на иностранном языке на элементарном уровне;
- *обеспечение коммуникативно-психологической адаптации* младших школьников к новому языковому миру для преодоления в дальнейшем психологического барьера и использование иностранного языка, как средство общения;

- *развитие личностных качеств* младшего школьника, его внимания, мышления, памяти и воображения в процессе участия в моделируемых ситуациях общения, ролевых играх, в ходе овладения языковым материалом;
- *развитие эмоциональной сферы* детей в процессе обучающих игр с использованием иностранного языка;
- *приобщение младших школьников* к новому социальному опыту за счет проигрывания на иностранном языке различных ролей в игровых ситуациях, типичных для семейного, бытового, учебного общения;
- *духовно-нравственное воспитание школьника,* понимание и соблюдение им таких нравственных устоев семьи, как любовь к близким, взаимопомощь, уважение к родителям, забота о младших;

Язык образования: русский, английский.
Форма обучения – очная.
Режим занятий – 2 занятия в неделю (продолжительность занятий 30 минут), 28 недель.

Адресность и объем

Дополнительная образовательная программа «Веселый английский» адресована учащимся первых классов, желающих познакомиться с английским алфавитом, усвоить начальный лексический и грамматический материал, подготовиться к освоению программы Английский язык первой ступени обучения (2-4 класс). ДОП «Веселый английский» соответствует требованиям федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования по иностранному языку и учитывает психологические и возрастные особенности детей.

Инновационность программы достигается за счёт активного использования ИКТ-компонента и новых современных эффективных технологий обучения, включающих систему методов, способов и приёмов обучения, направленных на достижение позитивного результата в личностном развитии ребёнка в настоящих социокультурных условиях.

Основные методы работы

Для реализации программы на занятиях используются следующие **методы обучения:**

Объяснительно-иллюстративный. Сообщение учебной информации с использованием различных дидактических средств: слова, различных пособий, демонстрация видеокурсов. Учащиеся воспринимают, осознают и фиксируют в памяти полученные знания.

Репродуктивный. Суть его состоит в многократном повторении заданных педагогом образцов, а основное назначение - формирование навыков и умений использования и применения полученных знаний.

Частично-поисковый. Основное назначение метода - постепенная подготовка детей к самостоятельному решению проблем.

Креативный. Сущность метода - обеспечение организации поисковой творческой деятельности обучаемых по решению новых для них проблем.

Игровой. Используется при реализации программы в следующих случаях:
В качестве занятия или его части (введения, объяснения, закрепления, упражнения, контроля);

Формы реализации программы

Внеурочная деятельность по английскому языку традиционно основана **на 3 формах**: индивидуальная, групповая и массовая работа (выступления, спектакли, утренники и пр.). Ведущей формой организации занятий является групповая работа. Во время занятий осуществляется индивидуальный и дифференцированный подход к детям.

Каждое занятие состоит из двух частей – теоретической и практической. Теоретическую часть педагог планирует с учётом возрастных, психологических и индивидуальных особенностей обучающихся. Программа предусматривает проведение занятий, интегрирующих в себе различные формы и приемы игрового обучения, проектной, литературно-художественной, изобразительной, физической и других видов деятельности.

Для эффективного процесса обучения младших школьников в данной программе используются следующие ***формы обучения:***

- интегрированные уроки
- уроки-путешествия
- игровые формы организации уроков урок-сказка
- конкурсы;
- игры;

В рамках Программы «Веселый английский» предлагается реализация следующих модулей:

1. Моя семья
2. Моя школа
3. Моя комната
4. Домашнее животное
5. Время игр

Формы аттестации

Формы и методы отслеживания результативности определяются спецификой Программы и возрастными особенностями учащихся. На начальном этапе обучения закладывается интерес к иностранному языку, достижения учащихся очень подвижны и индивидуальны. Основными формами текущего контроля определены фронтальный и индивидуальный, устный опрос, работы в рабочих тетрадях обучающиеся.

Контроль на данном этапе проводится в игровой форме (конкурсы, постановки, лексические игры, решение кроссвордов и ребусов), посредством выполнения творческих заданий, их презентации и последующей рефлексии.

2. Планируемые результаты

В результате реализации данной программы учащиеся должны:

Знать/понимать:

- особенности основных типов предложений и их интонации в соответствии с целью высказывания;
- наизусть рифмованные произведения детского фольклора (доступные по содержанию и форме);
- названия предметов, действий и явлений, связанных со сферами и ситуациями общения, характерными для детей данного возраста;
- произведения детского фольклора и детской литературы (доступные по содержанию и форме).

Уметь (владеть способами познавательной деятельности):

- писать буквы английского алфавита;
- читать односложные лексические единицы;
- правильно произносить звуки английского языка;
- наблюдать, анализировать, приводить примеры языковых явлений;
- применять основные нормы речевого поведения в процессе диалогического общения;
- составлять элементарное монологическое высказывание по образцу, аналогии;
- уметь общаться на английском языке с помощью известных клише;
- понимать на слух короткие тексты;

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:

- понимать на слух речь учителя, одноклассников;
- понимать смысл адаптированного текста (в основном фольклорного характера) и уметь прогнозировать развитие его сюжета;
- выделять субъект и предикат текста; уметь задавать вопросы, опираясь на смысл прочитанного текста;
- расспрашивать собеседника, задавая простые вопросы (кто, что, где, когда), и отвечать на вопросы собеседника, участвовать в элементарном этикетном диалоге;
- сочинять оригинальный текст на основе плана;
- соотносить поступки героев сказок с принятыми моральными нормами и уметь выделить нравственный аспект поведения героев;
- участвовать в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

3. Учебный план

Программа рассчитана на изучение по модулям, в течение 7 месяцев и предусматривает 56 занятий. Продолжительность 1 занятия 30 минут.

№	Название модуля	Количество занятий	Количество часов
1.	Моя семья	10	5
2.	Моя школа	10	5
3.	Моя комната	10	5
4.	Домашнее животное	10	5
5.	Моя еда	10	5
6.	Время игр	6	3
Итого:		***56 занятий***	***28 часов***

4. Календарный учебный график МАОУ гимназии № 18

Начало учебного года - по дополнительный общеобразовательной программе устанавливается ежегодно приказом директора и заканчивается в соответствии с учебным планом соответствующей образовательной программы.

Режим работы:

- начало занятий по дополнительной общеобразовательной программе – не ранее 12.40 (не менее чем через 20 минут после окончания основных занятий);
- пятидневная учебная неделя для учащихся 1-х классов;
- дополнительные недельные каникулы для обучающихся первых классов в третьей четверти.

Программа рассчитана на 28 учебных недель:

I полугодие – 12 недель

II полугодие – 16 недель

Особенности календарного учебного графика освоения Программы «Веселый английский»

- 01 сентября по 30 сентября– организационные мероприятия (формирование групп, заключение договоров);
- начало занятий в рамках реализации Программы – первая неделя октября текущего учебного года, окончание - в соответствии с учебным планом Программы;
- в каникулы занятия не проводятся;
- количество учебных недель – 28 (I полугодие – 12 недель; II полугодие – 16 недель);
- время начала занятий определяется с учетом расписания в 1 классах

- учебные занятия, выпадающие на праздничные дни, переносятся на другие дни.

<u>Календарный учебный график на учебный год</u>

Учебный промежуток	**Даты**	**Продолжительность учебного промежутка**	**Нерабочие дни и каникулы в учебном промежутке**
1 полугодие	Октябрь - декабрь	12 недель	*4 ноября* – День народного единства
2 полугодие	Январь - май	16 недель	*23 февраля* – День защитника Отечества; *08 марта* – Международный женский день; *01 мая* – Праздник Весны и Труда *09 мая* – День Победы
Учебный год	***28 недель***		

5. Рабочая программа программы «Веселый английский»

Содержание программы «Веселый английский» полностью соответствует целям и задачам основной образовательной программы Гимназии № 18. Создание единой системы урочной и внеурочной работы по предмету – основная задача учебно-воспитательного процесса гимназии. Базисный учебный план ФГОС НОО предусматривает обязательное изучение иностранного языка со II по IV класс в начальной школе при 2-х часах в неделю. Отбор тематики и проблематики общения на внеурочных занятиях осуществлён с учётом материала программы обязательного изучения английского языка, ориентирован на реальные интересы и потребности современных школьников с учетом их возраста, на усиление деятельного характера обучения в целом. Программа позволяет интегрировать знания, полученные в процессе обучения английскому языку, с воспитанием личности младшего школьника и развитием его творческого потенциала.

Программа является вариативной: педагог может вносить изменения в содержание тем (выбрать ту или иную игру, стихотворение, форму работы, заменить одну сказку на другую, дополнять практические занятия новыми приемами и т.д.).

Принципы, положенные в основу обучения английскому языку в данном УМК, во многом совпадают с принципами обучения родному языку. Младшие школьники усваивают звуки, слова, структуры в простых ми в то же время реальных речевых ситуациях, ежедневно возникающих при общении со сверстниками, где им приходится выражать свои мысли, чувства, желания и т.д. Дети научатся рассказывать на английском языке о семье, школе, животных, игрушках и еде, т.е. о том, что их интересует в реальной жизни.

В первом классе обучение детей английскому языку строится на *принципе устного опережения*, т.е. дети сначала овладевают языком путём устного общения: они слушают и говорят. Главное внимание уделяется развитию разговорной речи и пополнению словарного запаса.

Программа состоит из пяти основных модулей. Каждый модуль состоит из трёх микротем. Каждая микротема, в свою очередь, состоит из двух уроков. Урок рассчитан на 30 минут. Однако, количество времени, затраченное на изучение того или иного материала, может иногда варьироваться в зависимости от потребностей группы.

Тематический подход, когда тема одного модуля состоит из нескольких микротем, позволяет поддерживать высокую мотивацию всех учащихся. В рамках данной темы они получают возможность развивать устную речь с учётом их индивидуальных интересов.

«Веселый английский» состоит из следующих модулей и ставит перед учащимися задачи:

Модуль 1: My Family! Моя семья! (5 часов)

– научиться называть членов своей семьи.

Модуль 2: My School! Моя школа! (5 часов)

– познакомиться с названиями школьных принадлежностей и научиться говорить

об их местонахождении.

Модуль 3:My Room! Моя комната! (5 часов)

– научиться называть некоторые предметы мебели и говорить, где они находятся;

научиться называть и описывать игрушки.

Модуль 4: My Pets! Домашние животные (5 часов)

- научиться называть некоторых животных, говорить о том, что умеют/не умеют делать люди и животные, описывать лицо.

Модуль 5: My Food! Моя еда! (5 часа)

– научиться рассказывать о своей любимой еде.

Модуль 6: Playtime! Время игр. (3 часа)

- развивать навыки аудирования и говорения.

В каждом модуле есть следующие разделы:

Portfolio предлагает учащимся рассказать о себе, используя лексику модуля.

Spotlight on the UK дает учащимся начальные сведения о традициях Великобритании, о жизни их зарубежных ровесников, о том, чем они занимаются в свободное время, где любят бывать. Учащиеся узнают о церемонии чаепития и традиционных фургончиках с мороженым, о школьной форме британских школьников и об их любимых местах развлечений – Лондонском зоопарке и парке аттракционов Леголенде.

Fun at school даёт учащимся некоторые сведения из других областей знаний (математика, физика, биология и др.).

Сказка **The Ugly Duckling** дает детям возможность в увлекательной форме развивать умения слушать, и воспроизводить звуки и интонацию, развивает умение говорить, повторяя монологи и диалоги героев сказки о приключениях Гадкого утенка.

Модуль заканчивается разделом **Now I Know**, в котором учащиеся имеют возможность проверить, насколько успешно они усвоили изученный материал, а учитель определяет, что нужно повторить и ещё раз проработать.

Тематический план
с указанием количества часов, отводимых на изучение темы

N п/п	**Название раздела**	**Количество часов**
	Модуль 1. «Моя семья» (5 часов)	
1	Здравствуй, няня!	0, 5
2	Гадкий утёнок.	0, 5
3	Смешной парень.	0, 5
4	Гадкий утёнок.	0, 5
5	Повелительное наклонение.	0, 5
6	Посмотрите на Чакальза!	0, 5
7	Гадкий утёнок.	0, 5
8	Цвета.	0, 5
9	Культура чаепития в Великобритании и России.	0, 5
10	Закрепление языкового материала (игра).	0, 5
	Модуль 2. «Моя школа» (5 часов)	
11	Числительные от 1 до 5.	0, 5
12	Хорошего дня!	0, 5
13	Гадкий утёнок.	0, 5
14	Предлоги места.	0, 5
15	Школьный портфель.	0, 5
16	Числительные от 6 до 10.	0, 5
17	Школьные принадлежности.	0, 5
18	Пенал.	0, 5
19	Школа в Британии и России.	0, 5
20	Закрепление языкового материала (игра).	0, 5
	Модуль 3. «Моя комната» (5 часов)	
21	Предлоги места.	0, 5
22	Числительные от 1 до 10.	0, 5
23	Гадкий утёнок.	0, 5
24	Глагол «иметь».	0, 5
25	Гадкий утёнок.	0, 5
26	Давайте играть!	0, 5
27	Гадкий утёнок.	0, 5

28	Описание игрушек.	0, 5
29	Игры, игрушки Великобритании и России.	0, 5
30	Закрепление языкового материала (игра).	0, 5
	Модуль 4. «Домашние животные» (5часов)	
31	Любимцы няни.	0, 5
32	Гадкий утёнок.	0, 5
33	Части тела.	0, 5
34	Гадкий утёнок.	0, 5
35	Модальный глагол «уметь».	0, 5
36	Модальный глагол «уметь».	0, 5
37	Гадкий утёнок.	0, 5
38	Мой любимец.	0, 5
39	Лондонский зоопарк.	0, 5
40	Закрепление языкового материала (игра).	0, 5
	Модуль 5. «Моя еда» (5 часов)	
41	Что в твоей корзине?	0, 5
42	Гадкий утёнок.	0, 5
43	Я люблю сэндвичи!	0, 5
44	Я люблю сэндвичи!	0, 5
45	Гадкий утёнок.	0, 5
46	Морское побережье.	0, 5
47	Гадкий утёнок.	0, 5
48	Моя любимая еда.	0, 5
49	Угощения.	0, 5
50	Закрепление языкового материала (игра).	0, 5
	Модуль 6. «Время игр» (3 часа)	
51	Музыкальные инструменты.	0, 5
52	Время игр.	0, 5
53	Время игр.	0, 5
54	Гадкий утёнок.	0, 5
55	Закрепление языкового материала.	0, 5
56	Игра.	0, 5
	Итого:	**28**

Требования к уровню подготовки

В результате работы по программе курса дети должны:

- осознанно и верно воспроизводить буквы английского алфавита на письме и в устной речи;
- читать изученные лексические единицы;
- правильно произносить английские звуки;
- уметь считать от 1 до 10;
- вступать в простейшие диалоги (2-3 реплики), правильно отвечать на вопросы учителя;

- уметь составлять короткие рассказы по образцу, предоставленному учителем;
- уметь описывать предметы (цвет, количество, размер);
- уметь выразить свое отношение к предмету (люблю/не люблю);
- самостоятельно выполнять задания учителя;

6. Организационно-педагогические условия

В МАОУ гимназии № 18 созданы необходимые условия для реализации Программы:

Кадровые условия Программа реализуется высококвалифицированными кадрами – учителями иностранного языка (английский) первой квалификационной категории.

В гимназии созданы условия для профессионального развития педагогов, направленные на усиление положительной мотивации и создание благоприятного климата в коллективе, условий творческой работы педагогов, самообразование и повышение квалификации.

Материально-технические условия

Материально-технические условия реализации Программы обеспечивают соблюдение:

- санитарно-эпидемиологических требований образовательной деятельности;
- требований к санитарно-бытовым условиям;
- требований к социально-бытовым условиям;
- строительных норм и правил;
- требований пожарной и электробезопасности;
- требований охраны здоровья обучающихся и охраны труда работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность;
- требований к организации безопасной эксплуатации улично-дорожной сети и технических средств организации дорожного движения в местах расположения организаций, осуществляющих образовательную деятельность;
- требований к организации безопасной эксплуатации спортивных сооружений, спортивного инвентаря и оборудования, используемого в организациях, осуществляющих образовательную деятельность;
- своевременных сроков и необходимых объемов текущего и капитального ремонта

Образовательная Программа оснащена традиционными и современными электронными учебными средствами.

Технические средства обучения

11 каб. начальных классов

наименование	марка	модель
принтер	HP	P1102
DVD-плейер	Daewoo	DV-800
тележка		
МФУ	Panasonic	2000

ноутбук	iRU	Patriot 501
нетбук (13 шт)	iRU	Intro 010
проектор	Acer	S5201
интерактивная доска	ActivBoard	Promethean
документ-камера	Ken-a-Vision	
безпроводная точка доступа	D-Link	DAP-1155
колонки	Defender	
цифровая лаборатория (4 шт.)	ProLog	
система тестирования	ProClass	

15 каб. начальных классов

наименование	марка	модель
монитор	Asus	VW246H
системный блок		
ионизатор	Супер-плюс-эко	
МФУ	Samsung	SCX3200
проектор	Epson	
интерактивная доска	Smarttech	Smart Board S660
колонки		

16 каб. начальных классов

наименование	марка	модель
принтер	HP	P1006
колонки	Genius	
телевизор	LG	42LK530
экран настенный		
системный блок	Квадрат	
проектор	Acer	P1166P

22 каб. начальных классов

наименование	марка	модель
системный блок		
монитор	AOC	

колонки	Genius	
экран		
проектор	Epson	EB-S02 EEB
МФУ	Xerox	

25 каб. начальных классов

наименование	марка	модель
монитор	Syscom	MSC 735
системный блок		
колонки	Genius	
обогреватель	Elenberg	
МФУ	Samsung	SCX3200
Интерактивная доска	Interwrite	DualBoard 1279
проектор	Benq	MS502

27 каб. начальных классов

наименование	марка	модель
монитор	Acer	AL1716A
системный блок		
принтер	HP	1020
колонки	Genius	
телевизор	Samsung	LE26A451C1
проектор	Viewsonic	PJD5133
экран		

ПРОГРАММНАЯ ЧАСТЬ

1	*Операционная система:* Microsoft Windows
2	*Офис:* Microsoft Office
3	*Антивирус:* AVP Kaspersky

Мультимедийные средства обучения

CD для занятий в классе*
DVD-video*
Сайт дополнительных образовательных ресурсов УМК «Английский в фокусе»
http://www.prosv.ru/umk/spotlight

*Входят *в УМК «Английский в фокусе».*

Игры и игрушки

Куклы, мягкие игрушки, мячи и др.
Карточки с языковым материалом и упражнениями (на английском языке).

7. Методические материалы

Интернет-ресурсы:

Сайт дополнительных образовательных ресурсов УМК «Английский в фокусе» http://www.prosv.ru/umk/spotlight

Список литературы для учителя и обучающихся:

1. Английский в фокусе. Учебник для 1 класса общеобразовательных учреждений, Быкова Н.И., Дули Дж., Поспелова М.Д., Эванс В.- М.:Просвещение,2011.
2. Быкова Н.И., Дули Дж., Поспелова М.Д., Эванс В. Английский в фокусе. Рабочая тетрадь.1 класс: Пособие для общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение,2011.
3. Быкова Н.И., Дули Дж., Поспелова М.Д., Эванс В. Языковой портфель Пособие для общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение,2010.
4. Быкова Н.И., Дули Дж., Поспелова М.Д., Эванс В. Английский в фокусе. Книга для учителя. 1 класс: Пособие для общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2010.
5. Буклет с раздаточным материалом (Flashcards). Английский в фокусе.1 класс.
6. Плакаты к каждому модулю учебника " Английский в фокусе".1 класс.

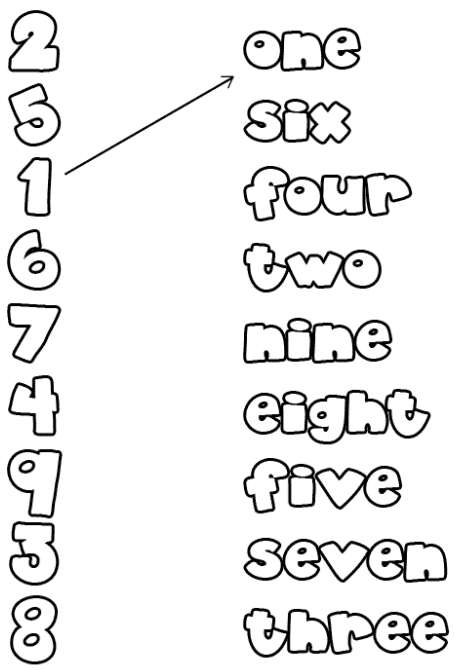
8. Оценочные материалы

1) Оценка усвоения букв английского алфавита.

Задание. Соедини линией буквы в алфавитном порядке.

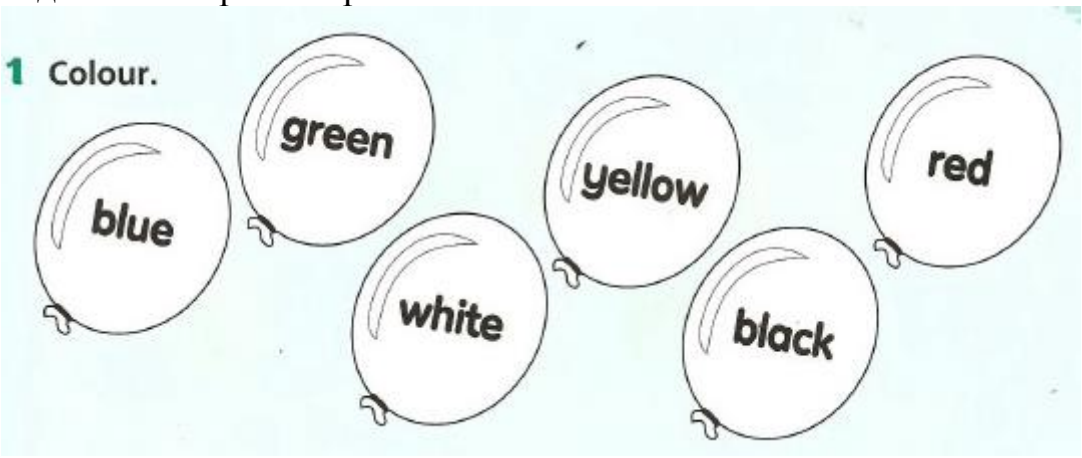
2) Оценка усвоения лексики (счет от 1-10)

Задание. Соедини линией соответствующие цифры и слова.



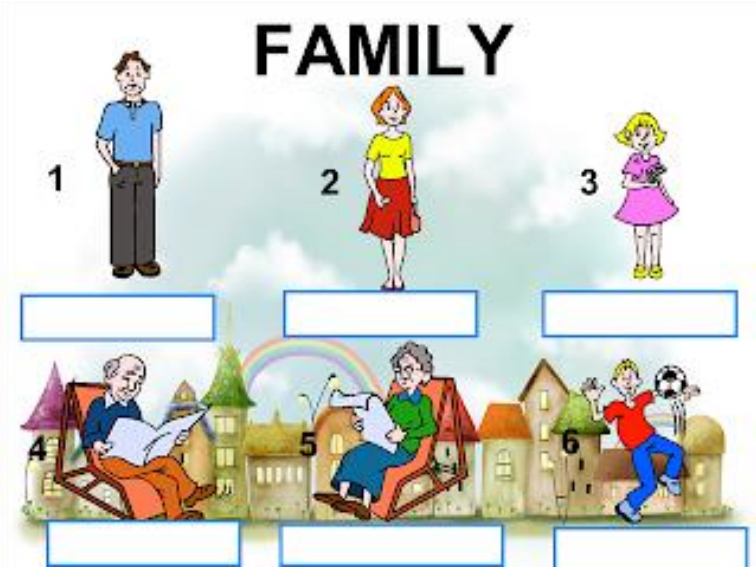
3) Оценка усвоения лексики по теме «Цвета»

Задание. Раскрась шарики.



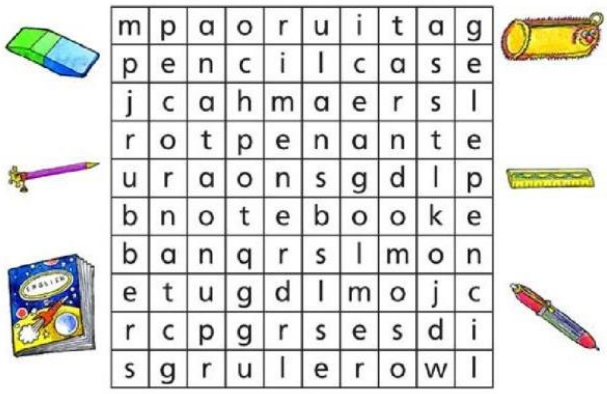
4) Оценка усвоения лексики по теме «Семья»

Задание. Назови членов семьи, изображенных на картинке.



5) Оценка усвоения лексики по теме «Школа»

Задание. Найди и обведи в квадрате 6 слов, обозначающих школьные принадлежности.



m	p	a	o	r	u	i	t	a	g
p	e	n	c	i	l	c	a	s	e
j	c	a	h	m	a	e	r	s	l
r	o	t	p	e	n	a	n	t	e
u	r	a	o	n	s	g	d	l	p
b	n	o	t	e	b	o	o	k	e
b	a	n	q	r	s	l	m	o	n
e	t	u	g	d	l	m	o	j	c
r	c	p	g	r	s	e	s	d	i
s	g	r	u	l	e	r	o	w	l

Find the words:

rubber
pencil
notebook
pencilcase
ruler
pen

6) Оценка усвоения лексики по теме «Мой дом»

Задание. Назови предметы, представленные на картинке.

7) Оценка усвоения лексики по теме «Домашнее животное»

Задание. Найди и обведи в квадрате 6 слов, обозначающих домашних животных.

Animals

U	P	M	O	U	S	E	T
A	I	S	S	G	O	A	T
B	G	D	U	C	K	T	K
I	I	S	H	E	E	P	C
R	M	H	O	R	S	E	A
D	W	U	F	I	S	H	T
C	H	I	C	K	E	N	X
C	O	W	N	D	O	G	E

CAT DOG COW

GOAT HORSE PIG

8) Оценка усвоения лексики по теме «Моя еда»

Задание. Посмотри на картинку и назови любимые продукты питания.