

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №5**

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «23» мая 2023 г.  
Протокол № 4



**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор **МАОУ СОШ №5**  
**А.В.Коровин**  
«23» мая 2023 года

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа  
физкультурно-оздоровительной направленности  
«Ритмика и танец»**

Возраст обучающихся: 7-13 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Замятина Татьяна Васильевна

Калининград  
2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и танец» имеет физкультурно-спортивную направленность и призвана обеспечить освоение учащимися базовых основ ритмики и танца, а также приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

### **Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа**

Раскрытие ведущих идей программы заключается в том, что она основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса.

Программа рассчитана на обучение детей основам ритмики и танца, постановку и исполнение концертных номеров, приобретение танцевальных навыков. Занятия по данной программе приобщают детей к пониманию искусства танца и знакомят с богатейшей художественной культурой прошлого и настоящего России.

### **Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы**

*Ключевые понятия:*

*Хореография* - культура движений, искусство красиво преподнести себя в танце.

*Танец* – ритмичное движение тела, которое производится, как правило, под музыку в пределах ограниченного пространства, с целью выражения идеи.

*Игра* - многогранное понятие. Она означает занятия, отдых, развлечение, забаву, потеху, утеху, соревнование, упражнение, тренинг, в процессе которых воспитательные требования взрослых к детям становятся их требованиями к самим себе, значит, активным средством воспитания и самовоспитания.

*Общение* – это процесс обмена информацией и взаимодействия между людьми, основанный на восприятии и понимании друг друга.

### **Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и танец» имеет физкультурно-спортивную направленность.

### **Уровень освоения программы**

Уровень освоения программы –стартовый.

### **Актуальность образовательной программы**

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к

здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

Программа реализуется через практические и теоретические занятия. Она рассчитана на постановку и исполнение концертных номеров, приобретение профессиональных навыков и путей совершенствования, воспитывает в детях чувство любви и уважения к народному или современному танцевальному творчеству и к запечатлённым в танце народным традициям.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана и реализуется с целью привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности школьника посредством хореографического искусства. Раскрыть возможности для развития личности ребёнка. Чем раньше ребёнок войдёт в «большой мир искусства», тем быстрее он научится отличать добро от зла, красоту от безобразия, истинное от ложного и, главное, обогатит свой духовный мир.

### **Педагогическая целесообразность образовательной программы**

Педагогическая целесообразность обусловлена важностью художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность. Также педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

### **Практическая значимость образовательной программы**

Практическая значимость программы заключается в обобщении методического материала на основе личного опыта работы с детьми при постановке различных танцевальных композиций: этюдов, танцевальных зарисовок, танцевальных миниатюр, которые могут быть использованы, педагогом дополнительного образования. В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков. Используется программа О. Усовой «Театр танца – развитие личности ребенка средствами хореографии». Учебно-методическое пособие «Лечебно-профилактический танец.» Ж. Фирилевой, Е. Сайкиной. Учебно-

методическое пособие, Базарова Н. «Азбука классического танца,» Г. Настюков «Народный танец на самодеятельной сцене»

### **Принципы отбора содержания образовательной программы**

Принципы отбора содержания (образовательный процесс построен с учетом уникальности и неповторимости каждого ребенка и направлен на максимальное развитие его способностей):

- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип комплексного подхода.

### **Отличительные особенности программы**

Отличительная особенность программы заключается в том, что она основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса.

Программа рассчитана на обучение детей основам хореографии, постановку и исполнение концертных номеров, приобретение танцевальных навыков. Занятия по данной программе приобщают детей к пониманию искусства танца и знакомят с богатейшей художественной культурой прошлого и настоящего России.

### **Цель образовательной программы:**

изучить основы классического, народного и эстрадного танца, способствовать развитию творческих начал и духовной культуры личности посредством хореографического искусства.

### **Задачи образовательной программы:**

Образовательные:

- научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

- познакомить с разными жанрами хореографического искусства: классический танец, сценический танец, современный танец;

- овладеть знаниями, умениями, навыками танцевального искусства.

Развивающие:

- развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления,

фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;

- развивать музыкальные способности детей;

- распознать в ребёнке потенциальные возможности и помочь ему в их развитии;

- развивать творческие, индивидуальные способности духовного мира ребёнка.

Воспитательные:

- воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в паре.

- воспитать культурно-образовательную личность.

**Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 7-13 лет.

Младший школьный возраст совпадает с периодом обучения ребенка в начальной школе. Этот период характеризуется дальнейшим физически и психофизиологическим развитием ребенка, обеспечивающим ему систематическое обучение в школе.

Психология младшего школьного возраста формируется под влиянием обучения. В итоге у детей развивается взаимосвязь обучения и развития; эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности.

**Особенности организации образовательного процесса**

Набор детей в объединение – ученики 1-7 классов, группа формируется из числа учащихся образовательной организации, реализующей программу.

Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, формы работы с детьми.

Программа реализуется в рамках дополнительных курсов и является бесплатной для обучающихся.

**Формы обучения по образовательной программе**

Форма обучения – очная.

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 40 минут. Недельная нагрузка на одну группу – 2 часа. Занятия проводятся – 2 раза в неделю по одному часу.

**Объем и срок освоения образовательной программы**

Срок освоения программы – 1 год.

На полное освоение программы требуется 72 часа.

**Основные методы обучения**

Основное обучение программы – это органичное единство развитых природных сил, способностей восприятия, эмоционального переживания, воображения, мышления и художественно-эстетического образования. Главное – создание творческой увлечённости искусством, впечатления, развитие способностей, а также чёткое соблюдение техники

безопасности, режима труда и отдыха.

Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественно-нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю. Трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручка, общение друг с другом – ведущие моменты в процессе обучения.

В программе выделено: заинтересовать, увлечь, помочь детям реализовать их богатые потенциальные творческие возможности посредством искусства и культуры (хореография, пластика, музыка, история, литература).

Все занятия тесно взаимосвязаны, дополняют друг друга. Знания, умения и навыки приобретаются детьми на занятиях хореографией, находят широкое применение на других занятиях (межпредметные связи с музыкой, литературой, историей и др.). Умение красиво двигаться, танцевать, понимать и чувствовать музыку одновременно формирует и развивает эстетический вкус и идеал. Создание эстетических ценностей по законам красоты в искусстве и вне него (в быту, труде, поведении, поступках), необходимых во многих профессиях.

Для выполнения поставленных задач в соответствии с методологическими позициями программа преподавания хореографии предусматривает следующие виды занятий:

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно-творческое занятие;
- постановочно-композиционное занятие;
- контрольное занятие («контрольная точка» - осмысление, закрепление и применение знаний на практике);
- индивидуальное занятие;
- беседа по истории танца;
- музыкальное занятие (беседа о музыке, игры и т.п.);
- итоговое занятие;
- неформальное занятие (праздничные чаепития, посещение культурных мероприятий, досуг внутри коллектива).

### **Планируемые результаты**

В результате успешного освоения программы ребёнком, планируемые результаты можно представить, как:

Образовательные:

- владеть своим телом, культурой движения, основами классического, народного и детского танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

- владеть разными жанрами хореографического искусства: классический танец, сценический танец, современный танец;

- овладеть знаниями, умениями, навыками танцевального искусства.

Развивающие:

-разовьет музыкальные и физические данные, образного мышления, фантазии и памяти, сформирует творческую активность и разовьет интерес к танцевальному искусству;

- разовьет творческие, индивидуальные способности духовного мира ребёнка.

Воспитательные:

-разовьет эстетический вкус, будет проявлять эмоциональную отзывчивость на музыку;

-будет проявлять чувство ответственности и трудолюбие;

-научится взаимодействовать со сверстниками, партнёрами по танцу в процессе творческой деятельности;

-сформирует представление об этикете (поклон в начале и конце занятия).

### **Механизм оценивания образовательных результатов**

Входной контроль осуществляется в начале учебного года и направлен на диагностику начального уровня детей. Для проверки результатов освоения общеобразовательной общеразвивающей программы предполагается промежуточная и итоговая аттестация обучающихся. Цель аттестации – оценка успешности освоения обучающимися разделов программы. Промежуточный контроль осуществляется в течение года и позволяет выявлять уровень освоения разделов и тем общеразвивающей программы. Промежуточная аттестация обучающихся проводится в середине учебного года.

### **Формы подведения итогов реализации образовательной программы**

Для выявления уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции в образовательный процесс в конце календарного года проводится

-открытое занятие концерт;

-личные достижения.

Итоговый контроль осуществляется в конце учебного года и направлен на выявление уровня освоения разделов программы за весь срок обучения.

### **Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы**

Качество реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика и танец» физкультурно - спортивной направленности обеспечивается за счет:

- доступности, открытости, привлекательности для детей и их родителей (законных представителей) содержания программы;

- наличия комфортной развивающей образовательной среды;

- применения современных педагогических технологий.

### **Материально-технические условия. (обеспечение)**

-Класс хореографии -общей площадью не менее 60 кв.м.,

- оснащенный зеркалами
- оборудованном станками
- компьютер,
- музыкальный центр,
- мультимедийное оборудование для изучения теоретического материала;
- сценические костюмы;
- игровой,
- танцевальный реквизит.

***Кабинет соответствует санитарным нормам СанПин.***

Пространственно-предметная среда (станки, зеркала и др.).

***Кадровые***

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы.

***Оценочные и методические материалы***

Методика проведения занятий предусматривает теоретическую подачу материала (словесные методы) с демонстрацией визуального ряда, а также практическую деятельность, являющуюся основой, необходимой для закрепления информации в виде танцевальных композиций и выступление на общешкольных мероприятиях.

***Педагогические технологии:***

- личностные технологии: заключаются в ориентации на свойства личности, её формирования, развития в соответствии с природными способностями; в нахождении методов и средств обучения и воспитания, соответствующих индивидуальным особенностям каждого обучающегося;

- игровые технологии: реализуются по направлениям: цель ставится в форме игровой задачи; учебная деятельность подчиняется правилам игры; в учебную деятельность вводится элемент соревнования, который приводит дидактическую задачу в игровую; успешное выполнение дидактической задачи связывается с игровым результатом;

- инновационные интерактивные технологии обучения: основываются на психологии человеческих взаимоотношений, рассматриваются как способ усвоения знаний, формирования умений и навыков в процессе взаимодействия преподавателя и обучающегося; опираются на процессы восприятия, памяти, внимания, на творческое мышление, общение; обучающиеся учатся общаться друг с другом, мыслить творчески, решать профессиональные задачи.

***Применяются следующие формы контроля:***

- входной контроль: беседа, опрос, наблюдение;
  - промежуточный контроль – диагностический срез, наблюдение, игровые конкурсы;
  - итоговый контроль – отчетные концерты, конкурсы.
- Качество реализации дополнительной общеобразовательной



общеразвивающей программы «Ритмика и танец» физкультурно - спортивной направленности обеспечивается за счет:

- доступности, открытости, привлекательности для детей и их родителей (законных представителей) содержания программы;
- наличия комфортной развивающей образовательной среды;
- применение современных педагогических технологий.

### ***Методическое обеспечение***

Методика работы с учащимися: беседа, рассказ, игра, метод погружения в образ, показ видеоматериалов, используется система развивающего обучения с направленностью на развитие творческих качеств личности.

## **СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

1 год обучения (72 часа, 2 часа в неделю)

### **Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.**

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Откуда идут его истоки? Как овладевают этим искусством? Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении учебного года. Пройдут инструктаж по технике безопасности.

### **Тема 2. Азбука музыкального движения.**

Включает выполнение простейших танцевальных ходов в соответствии с музыкальным ритмом, перестроение в геометрические (танцевальные) фигуры для свободной ориентировки детей в пространстве.

### **Тема 3. Теория и история хореографии.**

Знакомство с формами художественной деятельности, стили, жанры, структурные построения, язык танца и другие выразительные средства. Изучение процессов развития хореографии, на разных исторических этапах.

### **Тема 4. Элементы классического танца.**

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (*battement tendu*, *demiplié* и др.), познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой.с каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные. В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.

### **Тема 5. Партерный экзерсис.**

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Партерный экзерсис это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить

эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают выработать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

#### **Тема 6. Элементы народного танца.**

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды. Занятия народным танцем позволят детям познакомиться с основами актерского мастерства, помогут, развить в них более раскрепощенную личность.

#### **Тема 7. Постановочно- репетиционная работа.**

Во время учебного года работа над танцами «Матрешка», «Кошки мышки»

#### **Тема 8. Концертные выступления.**

Выступление: на Празднике осени, День учителя, Новогодние утренники, Масленица, Международный женский день, Последний звонок.

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Тема	Количество часов		
	теория	практика	всего
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	-	1
Азбука музыкального движения	1	3	4
Теория и история хореографии	2	-	2
Элементы классического танца	2	12	14
Партерный экзерсис.	-	12	12
Элементы народного танца	2	12	14
Постановочно- репетиционная работа	2	16	18
Концертные выступления	1	6	7
<b>ИТОГО</b>	<b>11</b>	<b>61</b>	<b>72</b>

### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Ритмика и танец»
1.	Начало учебного года	01 сентября 2023 года
2.	Продолжительность учебного периода	36 учебных недель
3.	Продолжительность учебной недели	5 дней
4.	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю
5.	Количество часов	72 часа
6.	Окончание учебного года	31 мая 2024 года
7.	Период реализации программы	с 01 сентября 2023 года по 31 мая 2024 года

### **Рабочая программа воспитания**

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- гражданско-патриотическое;
- нравственное и духовное воспитание;
- воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- интеллектуальное воспитание;
- здоровьесберегающее воспитание;
- правовое воспитание и культура безопасности;
- воспитание семейных ценностей;
- формирование коммуникативной культуры;
- экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты, общественные акции, семейные гостиные.

Методы: информационно-развивающий, проблемно-поисковый, мини-викторина наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, дискуссионный.

Планируемый результат: повышение мотивации к творчеству, импровизации; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

### **Календарный план воспитательной работы**

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь

2.	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-Май
3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-Май
4.	Защита проектов внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь-Май
5.	Участие в конкурсах различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь-Май
6.	Беседа о празднике «День учителя»	Нравственное воспитание, воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Октябрь
7.	Беседа о празднике «День матери в России»	Духовно-нравственное воспитание	В рамках занятий	Ноябрь
8.	Беседа о праздниках «День защитника Отечества», «День Победы»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль, Апрель, Май
9.	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
10.	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Декабрь, Май

### Список литературы

#### *Нормативные правовые акты:*

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.

3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 «Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022-2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области».

*Для педагога дополнительного образования:*

8. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб., 1996.

9. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М., 2004.

10. Гусев Г.П. Этюды. – М., 2004.

11. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов н/Д., 2003.

12. Богданов Г. урок русского народного танца. – М., 1995.

13. Устинова Т. Беречь красоту русского народного танца. – М., 1959.

14. Ткаченко Т. Народный танец. – М., 1975.

15. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. – М., 1984.

16. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003.