



Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Пономарева Светлана Викторовна  
 Должность: Директор АТК  
 Дата подписания: 20.09.2023 21:00:08  
 Уникальный идентификатор:  
 bb52f959411e64617366ef2977b97e87139b1e2d

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
 УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
 «ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
 (ДГТУ)**

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор АТК  
 \_\_\_\_\_ А.И. Азарова

## Физическая культура

### рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за **Авиационно-технологический колледж**

Учебный план 15.02.07\_51-14-1-2650-20.osf  
 Автоматизация технологических процессов и производств (по отраслям)

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 344  
 в том числе:  
 аудиторные занятия 172  
 самостоятельная работа 172

Формы контроля в семестрах:  
 зачеты 3, 4, 5, 6, 7  
 зачеты с оценкой 8

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр	3		4		5		6		7		8		Итого	
Неделя	96		126		72		120		75		27			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Практические	32	32	42	42	24	24	40	40	25	25	9	9	172	172
Итого ауд.	32	32	42	42	24	24	40	40	25	25	9	9	172	172
Сам. работа	32		42		24		40		25		9		172	
Итого	64	32	84	42	48	24	80	40	50	25	18	9	344	172

Программу составил(и):

*Рук. физ. восп., Долгов Алексей Васильевич* \_\_\_\_\_

Рецензент(ы):

*Зам. дир. по ВЧ АК, Рухлев Игорь Олегович; Директор МБОУ СОШ21, Калашикова Наталья Владимировна*  
\_\_\_\_\_

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**Физическая культура**

разработана в соответствии с ФГОС СПО:

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 15.02.07 <Автоматизация технологических процессов и производств (по отраслям)> (уровень подготовки специалистов среднего звена). (приказ Минобрнауки России от 18.04.2014 г. № )

составлена на основании учебного плана:

Автоматизация технологических процессов и производств (по отраслям)  
утвержденного Учёным советом университета от 24.04.2020 протокол № .

Рабочая программа одобрена на заседании ЦК

**Авиационно-технологический колледж**

Протокол от 31.08.2020 г. № 1

Срок действия программы: 2020-2024 уч.г.

личная подпись

инициалы, фамилия

<b>1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ</b>	
1.1	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
1.2	- основа здорового образа жизни;
1.3	- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, о профилактике профессиональных заболеваний, вредных привычек и увеличении продолжительности жизни;
1.4	- способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности;
1.5	- условия профессиональной деятельности и зонах риска физического здоровья для специальности;
1.6	- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности;
1.7	- средства профилактики перенапряжения.

<b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b>	
Цикл (раздел) ОП:	ОГСЭ.04.
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Безопасность жизнедеятельности
2.1.2	Физическая культура
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>

<b>3. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) - ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТУ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
<b>ОК 2.: Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество</b>	
<b>ОК 3.: Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность</b>	
<b>ОК 4.: Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития</b>	
<b>ОК 5.: Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности</b>	
<b>ОК 6.: Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями</b>	
<b>ОК 7.: Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий</b>	
<b>ОК 8.: Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации</b>	
<b>ОК 9.: Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности</b>	

**В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности номенклатура информационных источников применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные траектории профессионального развития и самообразования психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности особенности социального и культурного контекста; правила оформления документов и построения устных сообщений. Грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика); основы здорового образа жизни;
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей
3.2.2	- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры,
3.2.3	- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
3.2.4	- проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями;
3.2.5	- выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;

3.2.6	- выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартом по легкой атлетике, гимнастике, спортивным играм при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма;
3.2.7	- пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности;
3.2.8	- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;

#### 4 . ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература	Актив и Инте ракт.	Примечание
	<b>Раздел 1. Практическое занятие</b>						
1.1	Легкая атлетика. Кроссовая подготовка. Решает задачи поддержки и укрепления здоровья. Способствует развитию выносливости, быстроты, скоростно-силовых качеств, упорства, трудолюбия, внимания, восприятия, мышления. Метание гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши); толкание ядра. Волейбол-Исходное положение (стойки), перемещения, передача, подача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении вперед и с последующим скольжением на груди-животе, блокирование, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам волейбола. Игра по правилам. /Пр/	3	32		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1		
	<b>Раздел 2. Зачёт</b>						
2.1	контрольные нормативы /Зачёт/	3	0				освобождённы е сдают реферат
	<b>Раздел 3. Практическое занятие</b>						

3.1	<p>Баскетбол.Ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), вырывание и выбивание (приемы овладения мячом), прием техники защиты - перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам.</p> <p>Общеразвивающие упражнения, упражнения в паре с партнером, упражнения с гантелями, с набивными мячами, упражнения с мячом, обручем (девочки). Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний (упражнения в чередовании напряжения с расслаблением, упражнения для коррекции нарушений осанки, упражнения на внимание, висы и упоры, упражнения у гимнастической стенки). Упражнения для коррекции зрения. Комплексы упражнений производственной гимнастики.</p> <p>Кроссовая подготовка: высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование; бег 100 м, эстафетный бег 4*100 м, 4*400 м; бег по прямой с различной скоростью, равномерный бег на дистанцию 2000 м (д.) и 3000 м (ю.), прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжки в высоту способами:перешагивания, «ножницы», перекидной;</p> <p>Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах.</p> <p>Скоростно-силовая подготовка решает задачи коррекции фигуры, дифференцировки силовых характеристик движений, совершенствует регуляцию мышечного тонуса. Воспитывает абсолютную и относительную силу избранных групп мышц. Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп с эспандерами, амортизаторами из резины, гантелями, гирей, штангой. Техника безопасности занятий. /Пр/</p>	4	42		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1		
	<b>Раздел 4. Зачёт</b>						
4.1	контрольные нормативы /Зачёт/	4	0				освобождённые дают реферат
	<b>Раздел 5. Практическое занятие</b>						

5.1	Легкая атлетика. Решает задачи поддержки и укрепления здоровья. Способствует развитию выносливости, быстроты, скоростно-силовых качеств, упорства, трудолюбия, внимания, восприятия, мышления. Толкание ядра.Метание гранаты весом 500 г (д.) и 700 г (ю.); Волейбол-И.п. (стойки), перемещения, передача, подача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении вперед и последующим скольжением на груди-животе, блокирование, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам волейбола,судейство. /Пр/	5	24		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1		
	<b>Раздел 6. Зачёт</b>						
6.1	контрольные нормативы /Зачёт/	5	0				
	<b>Раздел 7. Практическое занятие</b>						

7.1	<p>Б\б-ловля и передачи мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), выбивание и вырывание (приемы овладения мячом), прием техники защиты - перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам.ОРУ, упражнения в парах, упражнения с гантелями, с набивными мячами, упражнения с мячом, обручем (девушки). Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний (упражнения в чередовании напряжения с расслаблением, упражнения для коррекции нарушений осанки, упражнения на внимание, висы и упоры, упражнения у гимнастической стенки). Упражнения для коррекции зрения. Комплексы упражнений вводной,производственной гимнастики. Кроссовая подготовка: техника-высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование; бег 100 м, эстафетный бег 4*100 м, 4*400 м; бег по прямой с различной скоростью, равномерный бег на дистанцию 2км (д.) и 3км (ю.), прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжки в высоту способами: «прогнувшись», перешагивания, «ножницы», перекидной;</p> <p>Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах.</p> <p>Решает задачи коррекции фигуры, дифференцировки силовых характеристик движений, совершенствует регуляцию мышечного тонуса. Воспитывает абсолютную и относительную силу избранных групп мышц.Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп с эспандерами, амортизаторами из резины, гантелями, гирей, штангой.Техника безопасности занятий. /Пр/</p>	6	40		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1		
	<b>Раздел 8. Зачёт</b>						
8.1	контрольные нормативы /Зачёт/	6	0				
	<b>Раздел 9. Практическое занятие</b>						

9.1	<p>Легкая атлетика. Решает задачи поддержки и укрепления здоровья. Способствует развитию выносливости, быстроты, скоростно-силовых качеств, упорства, трудолюбия, внимания, восприятия, мышления. Толкание ядра. Метание гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши); Кроссовая подготовка.</p> <p>Волейбол-исходное положение, перемещения, передача, подачи, нападающие удары, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении вперед и последующим скольжением на груди-животе, блокирование, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам волейбола. Игра по правилам, судейство. /Пр/</p>	7	25		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1		
<b>Раздел 10. Практическое занятие</b>							
10.1	<p>Баскетбол-ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), вырывание и выбивание (приемы овладения мячом), прием техники защиты - перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам баскетбола, судейство студентами.</p> <p>Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах.</p> <p>Решает задачи коррекции фигуры, дифференцировки силовых характеристик движений, совершенствует регуляцию мышечного тонуса. Воспитывает абсолютную и относительную силу избранных групп мышц.</p> <p>Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп с эспандерами, амортизаторами из резины, гантелями, гирей, штангой. Техника безопасности занятий.</p> <p>Кроссовая подготовка: высокий, средний и низкий старт, стартовый разгон, финиширование; бег 60 м, 100 м, эстафетный бег 4*100 м, 4*400 м; бег по прямой с различной скоростью, равномерный бег на дистанцию 2000 м (д.) и 3000 м (ю.), прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжки в высоту способами: перекидной перешагивания; /Пр/</p>	8	9		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1		
<b>Раздел 11. Дифференцированный зачёт</b>							
11.1	контрольные нормативы /Зачёт Соц/	8	0				



**5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ****5.1. Контрольные вопросы и задания****ОЦЕНОЧНЫЕ НОРМАТИВЫ**

юноши					девушки	
2 курс 3					2 курс 3	
«3» «4» «5»	«3» «4» «5»					
«3» «4» «5»	«3» «4» «5»					
Бег 1000 м						
4,15 3,50 3,40	4,10 3,45 3,35					
5,05 4,15 4,08	5,00 4,10 4,00					
Бег 3000 м						
15,30	14,0 13,40				15,00	
13,50 13,20						
Бег 6 минут						
1300 1400 1500	1350 1450 1550				1050 1200	
1300	1080 1250 1350					
Прыжки в длину						
390 410 440	400 420 450					
315 345 380	320 350 385					
Прыжки в длину с места	195 210 230		205 220 235			
165 185 205	170 190 210					
Метание гранаты						
500 гр./ 700 г.	25 28 32		27 32 34			
15 17 21	16 18 23					
Челночный бег						
3x10 м	8,0 7,6 7,3		7,9 7,5 7,2			
9,3 8,8 8,5	9,3 8,7 8,4					
Подтягивание						
10 12 16	11 14 16					
7 10 17	7 11 18					
Отжимание от пола						
28 32 35	30 35 40					
10 15 18	12 18 20					
Подъём тул-ща из пол-ия лёжа	23 26 30		25 28 31			
20 27 35	30 35 37					
Подъём ту-ща из по-ия лёжа за 30с.	22 28 31		23 29 32		17 22 25	
18 23 26						
Прыжки на скакалке за 1 мин.	60 75 90		75 80 95			
75 90 105	90 105 120					

**Ж Е Н Щ И Н Ы ГТО**

№ п/п Виды испытаний (тесты) от 18 до 24 лет

Бронзовый знак Серебряный знак Золотой знак

1. Бег на 100 м (с) 17,5 17,0 16,5

2. Бег на 2 км (мин, с) 11.35 11.15 10.30

3. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз) 10 15 20 или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) 10 12 14

4. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см) 8 11 16

5. Прыжок в длину с разбега (см) 270 290 320 или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) 170 180 195

6. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз в 1 мин) 34 40 47

7. Метание спортивного снаряда весом 500 г (м) 14 17 21

8. кросс на 3 км по пересеченной местности\* Без учета времени Без учета времени Без учета времени

9. Плавание на 50 м (мин, с) Без учета времени Без учета времени 1.10

**М У Ж Ч И Н Ы ГТО**

№ п/п Виды испытаний (тесты) от 18 до 24 лет

1. Бег на 100 м (с) 15,1 14,8 13,5

2. Бег на 3 км (мин, с) 14.00 13.30 12.30

3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) 9 10 13 или рывок гири 16 кг (количество раз) 20 30 40
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см) 6 7 13
5.	Прыжок в длину с разбега (см) 380 390 430 или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) 215 230 240
6.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) 33 35 37
7.	кросс на 5 км по пересеченной местности* Без учета времени Без учета времени Без учета времени
8.	Плавание на 50 м (мин, с) Без учета времени Без учета времени 0.42

### 5.2. Темы письменных работ

1.Лечебная физкультура.
2.История развития спортивной гимнастики.
3.Баскетбол.
4.Хоккей.
5.Волейбол.
6.История спортивного танца.
7.Художественная гимнастика.
8.Спортивная гимнастика.
9. Борьба-Сумо.
10. Шахматы и виды спорта.
11. Спортивная борьба.
12. Прыжок с шестом.
13. Развитие физических качеств.
14. Врачебный контроль и самоконтроль. Медицинские проблемы массовой физической культуры.
15. История автомобильного спорта.
16. История развития настольного тенниса.
17. Олимпийские виды спорта. Лыжный спорт.
18. Профилактические, реабилитационные и восстановительные мероприятия, при занятиях физическими упражнениями.
19. Летние Олимпийские игры 2008.
20. Основные формы передвижения человека.
21. Физические качества человека. Средства и методы их воспитания.
22. История футбола.
23. Виды спорта, развивающие выносливость.
24. Легкая атлетика(вид).
25. Гребля.
26. Правила игры в волейбол.
27. История развития «Высшего пилотажа.
28. Плавание и его виды.
29. Зарядка-утренняя гимнастика.
30. Основы физической и спортивной подготовки.
31.Легкая атлетика.

### 5.3. Перечень видов оценочных средств

контрольные нормативы; рефераты.
-------------------------------------

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Чуковский, Н.К.	Капитан Крузенштерн: Повесть	Л.: Дет. лит., 1991
Л1.2	Шулятьев, В.М., Побыванец, В.С.	Физическая культура студента: учебное пособие	Москва: Российский университет дружбы народов, 2012
Л1.3	Быченков, С.В., Везеницын, О.В.	Физическая культура: учебное пособие	Саратов: Профобразование, Ай Пи Эр Медиа, 2018

#### 6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Попов, С. Н.	Лечебная физическая культура: Учебник для студентов высших учеб. заведений, обуч. по спец. 022500 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физкультура)	М.: Академия, 2004
Л2.2	Бишаева, А.А.	Профессионально-оздоровительная физическая культура студента: учеб. пособие	М.: КНОРУС, 2017

**6.1.3. Методические разработки**

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛЗ.1	Кириченко, С. И., Министерство образования и науки Российской Федерации; Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Ростовский государственный строительный университет"; Сост. С. И. Кириченко, Ю. А. Ткаченко, В. А. Литвинов, С. И. Чалохян; ред. О. С. Ромас	Физическая культура: методические рекомендации для проведения практических занятий	Ростов н/Д.: Ростовский государственный строительный университет, 2014
ЛЗ.2	Чуковский, Н.К.	Водители фрегатов: Кн. о великих мореплавателях	М.: Стройиздат, 1993

**6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"**

Э1

**6.3.1 Перечень программного обеспечения****6.3.2 Перечень информационных справочных систем****7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

7.1	Реализация учебной дисциплины требует наличия спортивного комплекса:
7.2	- спортивный зал;
7.3	- тренажерный зал;
7.4	- открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий;
7.5	- раздевалка мужская;
7.6	- раздевалка женская;
7.7	Оборудование спортивных залов:
7.8	- посадочные места студентов;
7.9	- рабочее место преподавателя;
7.10	- наглядные пособия;
7.11	- шведская лестница;
7.12	- теннисный зал;
7.13	- турники;

**8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**