

Ростовская область Заветинский район хутор Савдя
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Савдянская средняя общеобразовательная школа им И.Т. Таранова



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по основам безопасности жизнедеятельности

Уровень общего образования (класс)_среднее общее образование 10 класс
(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)

Количество часов 32

Учитель Дыбов Алексей Александрович
(ФИО)

Программа разработана на основе

Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочие программы. Предметная линия учебников под редакцией А.Т.Смирнова. 10-11 классы. Москва. Просвещение. 2021 год.

(указать примерную программу/программы, издательство, год издания при наличии)

РАЗДЕЛ 1 «ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА»

Перечень основных федеральных нормативных правовых документов, используемых при разработке рабочей программы по ОБЖ

1. Образовательная программа среднего общего образования МБОУ Савдянской СОШ им. И.Т.Таранова.
2. Учебный план МБОУ Савдянской СОШ им.И.Т.Таранова на 2022-2023 уч.год.
3. Положение о рабочей программе МБОУ Савдянской СОШ им. И.Т. Таранова.
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.07.2017 г. № 542 «О введении в образовательную программу уроков по изучению основ здорового питания с 01.09.2017».
5. Соглашение о взаимодействии ОАО «МРСК Юга» и министерства общего и профессионального образования Ростовской области по реализации мероприятий, направленных на профилактику детского электротравматизма.
6. Комплексный план противодействия идеологии терроризма в Российской Федерации на 2019-2023 п. 2.2.4. от 28.12.2018 № Пр-2665 об организации разработки и включения в основные общеобразовательные программы образовательных организаций по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» разделов, посвященных вопросам формирования у учащихся основ информационной безопасности, в том числе вопросам защиты детей от пропаганды идеологии терроризма при использовании сети «Интернет».

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности (ОБЖ) для 10 класса разработана в соответствии с положениями Конституции Российской Федерации и федеральными законами Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности на основе Федерального компонента государственного стандарта по основам безопасности жизнедеятельности. Программа разработана на основе программы Основы безопасности жизнедеятельности 10 - 11 классы /А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников; под общей ред. А.Т.Смирнова. - М.: Просвещение, 2021г. При разработке программы были учтены требования, отраженные в Концепции государственных стандартов общего образования второго поколения, разработана для учебника Основы безопасности жизнедеятельности А.Т. Смирнова, Москва, Просвещение, 2018 год.

Цель программы:

- *воспитание* у учащихся ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;
- *развитие* духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и Социального характера; потребности вести здоровый образ жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;
- *освоение знаний*: о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; об обязанностях граждан по защите государства;
- *формирование умений*: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

Рабочая программа способствует решению следующих задач:

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.
- воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности, к безопасности личности, общества и государства развитие личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; развитие потребности соблюдать нормы здорового образа жизни; бдительности по предотвращению актов терроризма;

- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- освоение знаний: об опасных и чрезвычайных ситуациях, о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации и подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях.
- формирование адекватного представления о военной службе и качествах личности, необходимых для ее прохождения.
- дать учащимся специальные знания, умения и навыки выживания в различных жизненных ситуациях, в том числе самых неблагоприятных;
- научить правильно, действовать в случаях природных и техногенных катастроф;
- научить адекватно, действовать в условиях острых социальных, социально-политических и военных конфликтов, внутренней готовности к деятельности в экстремальных условиях.
- воспитывать патриотические чувства.

Программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» рассчитана на 34 часов в соответствии с учебным планом МБОУ Савдянской СОШ им И.Т. Таранова на 2022-2023 учебный год, фактическим количеством учебных дней (исключаются 1.05.2023, 8.05.2023), с учетом годового календарного графика МБОУ Савдянской СОШ им И.Т. Таранова на 2022-2023 учебный год, расписания занятий для 1 -11 классов МБОУ Савдянской СОШ им И.Т. Таранова на 2022-2023 учебный год, фактическое количество часов за год составляет 32 часа.

Выполнение рабочей программы в полном объеме обеспечивается за счет уплотнения на 1 час тем: «Воздушно - космические силы», «Сухопутные войска».

РАЗДЕЛ 2 «СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА»

Раздел I. Основы комплексной безопасности. *Автономное пребывание человека в природной среде.* Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Причины, приводящие человека к автономному существованию в природе. Способы подготовки человека к автономному существованию в природной среде. Практическая подготовка к автономному пребыванию в природной среде.

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, приготовление пищи на костре, меры пожарной безопасности.

Обеспечение личной безопасности на дорогах. Основные причины дорожно-транспортного травматизма. Роль «человеческого фактора» в возникновении ДТП. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Уровень культуры водителя и безопасность на дорогах.

Пожарная безопасность. Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние «человеческого фактора» на причины возникновения пожаров. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре. Профилактика пожаров в повседневной жизни. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Наиболее вероятные ситуации криминогенного характера на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.

Раздел II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия. *Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.* Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера: геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия.

Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации техногенного характера

Рекомендации населению по безопасному поведению в случае возникновения аварии на радиационно опасном, на химически опасном, на взрывопожароопасном, на гидротехническом объектах.

Раздел III. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.

Правила личной безопасности при угрозе террористического акта. Наиболее опасные террористические акты. Правила поведения при возможной опасности взрыва. Обеспечение личной безопасности в случае захвата в заложники. Обеспечение безопасности при перестрелке. *Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности.* Уголовная ответственность за подготовку и совершение террористического акта и экстремистской деятельности (совершение взрыва, поджога или иных действий, создающих опасность гибели людей). Уголовная ответственность за захват заложников; заведомо ложное сообщение об акте терроризма; организация незаконного вооруженного формирования или участие в нем. *Правильное поведение в сети Интернет. Терроризм в сети Интернет.* Раздел IУ. Основы здорового образа жизни. *Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая составляющая подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности*

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества.

Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике.

Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

Здоровый образ жизни — индивидуальная система поведения человека. Общие понятия о режиме жизнедеятельности, и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Основные понятия о биологических ритмах человека. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности. *Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.*

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия. *Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек* Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя — разновидности наркомании. Наркомания — это заболевание, возникающее в результате употребления наркотиков и психотропных веществ. Профилактика наркомании Раздел У. Основы обороны государства - 9 часов.

История создания Вооруженных Сил Российской Федерации

Организация вооруженных сил Московского государства VXIУ—XУвв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии.

Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. *Память поколений — дни воинской славы России*

Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации

Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации, специальные войска, военные округа и флоты. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации.

Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества

Патриотизм — духовно-нравственная основа личности военнослужащего — защитника Отечества, источник духовных сил воина.

Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов — основное содержание патриотизма.

Воинский долг — обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего — защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

Дружба и войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.

Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

Раздел VI. Основы военной службы.

Боевое Знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы. Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Раздел 3 «Календарно-тематическое планирование»

№	Тема урока	Кол-во часов	Вид контроля.	Дата
1.	Автономное пребывание человека.	1	ТК	5.09
2.	Безопасность на дорогах.	1	ТК	12.09
3.	Безопасность в криминогенных ситуациях.	1	ТК	19.09
4.	ЧС природного характера.	1	ТК	26.09
5.	ЧС техногенного характера.	1	ТК	3.10
6.	Военные опасности и угрозы.	1	ТК	10.10
7.	Нормативно-правовая база.	1	ТК	17.10
8.	Контрольная работа № 1 по теме «Электробезопасность»	1	ТМК	24.10
9.	Терроризм	1	ТК	7.11
10.	Правила поведения в сети Интернет.	1	ТК	14.11
11.	ФЗ «О противодействии терроризму»	1	ТК	21.11
12.	Терроризм в Интернет.	1	ТК	28.11
13.	Сохранение и укрепление здоровья молодежи	1	ТК	5.12
14.	Правильное питание.	1	ТК	12.12
15.	Профилактика вредных привычек.	1	ТК	19.12
16.	ГО, ее основные задачи.	1	ТК	9.01
17.	Проверочная работа по теме «Основные виды оружия».	1	ТМК	16.01
18.	Инженерная защита населения	1	ТК	23.01
19.	Организация проведения АС и ДНР в зоне ЧС	1	ТК	30.01
20.	История создания ВС РФ	1	ТК	6.02
21.	Дни воинской славы России	1	ТК	13.02
22.	Состав ВС РФ.	1	ТК	20.02
23.	Сухопутные войска	1	ТК	27.02
24.	Воздушно - космические силы. ВМФ	1	ТК	6.03
25.	РВСН. ВДВ	1	ТК	13.03
26.	Размещение военнослужащих	1	ТК	20.03
27.	Распределение времени и повседневный порядок	1	ТК	3.04
28.	Контрольная работа № 2 по теме «Суточный наряд»	1	ТМК	10.04
29.	Обязанности дневального по роте	1	ТК	17.04
30.	Организация караульной службы.	1	ТК	24.04
31.	Часовой.	1	ТК	15.05
32.	Строевые приемы	1	ТК	22.05

«Лист корректировки календарно-тематического планирования»

[illegible]

РАЗДЕЛ 4 «РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И СИСТЕМА ИХ ОЦЕНКИ»

Личностные результаты изучения основ безопасности жизнедеятельности определяются сформированностью у учащихся ключевых понятий, убеждений, качеств и привычек в области безопасности жизнедеятельности. Личностные результаты: сформированность целостного представления об основных направлениях обеспечения национальной безопасности Российской Федерации и основных приоритетах национальной безопасности (национальной обороне, государственной и общественной безопасности); · выбор направления самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в сфере будущей профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учётом индивидуальных возможностей и потребностей; · сформированность современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, способствующей снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства; · осознание терроризма и экстремизма как социальных явлений, представляющих серьёзную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности; · сформированность нравственных позиций и личных качеств, способствующих противостоянию террористической и экстремистской идеологии; · сформированность потребностей в соблюдении норм и правил здорового образа жизни; · выработка устойчивого негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков; · осознание значения семьи для жизни современного общества и благоприятной демографической ситуации в стране; · сформированность убеждения в необходимости освоения основ медицинских знаний и выработки умений в оказании первой помощи при неотложных состояниях; · морально-психологическая и физическая подготовленность к успешной профессиональной деятельности, в том числе к военной службе в современных условиях; · воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и её Вооружённым Силам; · воспитание потребности в правовой подготовке и освоение основных положений законодательства Российской Федерации в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы граждан; · уяснение значения роли гражданской обороны в области защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени и выработка убеждения в необходимости овладения навыками в области гражданской обороны.

Метапредметные результаты изучения основ безопасности жизнедеятельности определяются сформированностью у учащихся современной системы взглядов: · на события и явления, происходящие в современном мире в природной, техногенной и социальной сферах обитания, и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека; · на состояние защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства в Российской Федерации от внешних и внутренних угроз. Метапредметные результаты: · умение обоснованно объяснять особенности современных процессов мирового развития в условиях глобализации, которые формируют новые угрозы и риски для безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства и национальной безопасности России; · умение характеризовать основные направления перехода Российской Федерации к новой государственной политике в области национальной безопасности; · поиск в различных информационных источниках и самостоятельный отбор информации о наиболее характерных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, имевших место за последнее время в стране. Анализ причин их возникновения и последствий; систематизация рекомендаций населению по правилам безопасного поведения для минимизации последствий различных чрезвычайных ситуаций; · умение характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности России; · умение логически обоснованно доказывать следующие положения: — любые акты терроризма являются преступлениями, не имеющими оправдания; — террористическая деятельность бесцельна; — наказание за любую террористическую деятельность наступает неизбежно; · умение обосновывать значение здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека для обеспечения его духовного, физического и социального благополучия; · умение подбирать из различных информационных источников убедительные примеры пагубного влияния курения, употребления алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека, а также умение отстаивать свою точку зрения по этому вопросу при общении в кругу сверстников; · умение характеризовать назначение и функции семьи в современном обществе и логично обосновывать влияние благополучных семейных отношений на здоровье личности, общества и демографическую безопасность в государстве; · умение логично обосновывать важность и значение владения методами оказания первой помощи при неотложных состояниях; · умение осмысливать и понимать основные стратегические цели совершенствования национальной обороны государства для предотвращения глобальных и региональ-

ных войн и конфликтов, а также в целях осуществления стратегического сдерживания в интересах обеспечения военной безопасности страны; · умение характеризовать роль и место Вооружённых Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности страны; · умение доступно излагать содержание основ законодательства Российской Федерации об обороне государства, воинской обязанности и военной службе граждан Российской Федерации; · умение обосновывать необходимость обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и подготовки их по основам военной службы для успешного выполнения ими конституционного долга и обязанности по защите Отечества.

Предметные результаты освоения основ безопасности жизнедеятельности отражают: · формирование у старшеклассников основ индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, необходимой человеку для жизни в условиях техногенной, природной, социальной и информационной сфер деятельности в современном мире; · формирование устойчивого интереса и потребности к получению знаний, способствующих безопасному образу жизни; · осознание культуры безопасности жизнедеятельности, в том числе экологической культуры, как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средства, повышающего защищённость личности, общества и государства от отрицательных последствий влияния человеческого фактора и от внешних и внутренних угроз; · формирование гражданской патриотической позиции, направленной на повышение мотивации к военной службе в современных условиях; · понимание роли государства, российского законодательства и государственных служб в защите населения от внешних и внутренних угроз; · формирование личной гражданской позиции негативного отношения к идеологии экстремизма, терроризма, а также к асоциальному поведению и другим действиям противоправного характера; · ориентацию на здоровый образ жизни и здоровьесберегающие технологии в повседневной жизни; · знание распространённых опасных ситуаций природного, техногенного и социального характера; · понимание необходимости негативного отношения к наркомании, алкоголизму, токсикомании и необходимости исключения из своей жизни вредных привычек (курения, употребления алкоголя и др.); · знание основных мер и правил поведения и защиты в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, в том числе в области гражданской обороны; · умение оказывать первую помощь пострадавшим; · знание основ обороны государства (законодательных актов об обороне государства и воинской обязанности граждан); · понимание прав и обязанностей гражданина до призыва и во время прохождения военной службы; · знание требований, предъявляемых военной службой к уровню подготовки призывника; · умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным для них признакам; · умение применять полученные знания на практике, действовать с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей; · умение проектировать модели личного безопасного поведения; · понимание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву, по контракту, особенностей увольнения с военной службы и пребывания в запасе; · всестороннее знание основ военной службы, включая правовые, уставные, военно-ритуальные аспекты, размещение и быт военнослужащих, порядок несения службы, строевой, огневой и тактической подготовки; · владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим, включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике, а также первой помощи при травмах, отравлениях и различных видах поражений.

Преобладающей формой текущего контроля выступает устный опрос (собеседование) и периодически - письменный (самостоятельные работы или контрольное тестирование).

Знания и умения учащихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

1. Оценку «5» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 - 100% от максимально возможного количества баллов.

2. Оценку «4» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), практическая деятельность или их результат в общем соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 - 89% от максимально возможного количества баллов.

3. Оценку «3» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

4. Оценку «2» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший менее 44% от максимально возможного количества баллов.


СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания

методического совета

МБОУ Савдянская СОШ им И.Т. Таранова


от 30.08.2022 года № 1

 Подпись

 ФИО

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР

 Колесникова Т.Н.

подпись

30.08.2022 года

