

муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Детский сад № 1»  
( Детский сад № 1)

*Летний проект*  
*« 13 чудесных недель»*

*Каменск — Уральский , 2025 год*

## Проект «13 чудесных недель»

**Срок реализации:** 3 месяца (июнь, июль, август 2022г.)

**Тип проекта:** информационно-творческий

### **Актуальность:**

Лето - самое плодотворное время для укрепления здоровья детей, формирования у них привычки к здоровому образу жизни, а также навыков безопасного поведения в природе.

Летний период длится три месяца, поэтому необходимо также охватить все сферы деятельности детей, учитывая то, что в летний период дети дошкольного максимальное количество времени проводят на свежем воздухе.

Летний проект «13 чудесных недель» представлен в виде 13 мини — проектов. Каждая новая неделя представляет собой новый и увлекательный проект, который способствует развитию интереса каждого ребенка и дает возможность для проявления познавательной активности, инициативы и самостоятельности.

Проект «13 чудесных недель» учитывает то, что познавательная активность дошкольников развивается из потребности в новых впечатлениях. В летний период педагоги большое внимание уделяют ориентировочно-исследовательской деятельности, в процессе которой у детей формируется стремление узнать и открыть для себя как можно больше нового. В рамках проекта с детьми планируются наблюдения, труд в природе, целевые прогулки, проводятся познавательные беседы, организуются различные опыты. Открытие сезона проходит праздником, посвященным дню защиты детей «Вот оно какое наше лето!».

**Цель:** Создание оптимальных условий для сохранения и укрепления физического, психического и социального здоровья детей в летний период.

### **Задачи:**

1. Способствовать укреплению здоровья детей, повышению адаптационных возможностей детского организма.
2. Развивать двигательные, психические, интеллектуальные, творческие способности детей в разных видах детской деятельности.
3. Создать атмосферу радости, формировать положительное эмоциональное состояние всех участников образовательных отношений.
4. Обеспечить содержательную и технологическую интеграцию деятельности детей, родителей, и педагогов.
5. Осуществлять педагогическое и социальное просвещение родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.

***Гипотеза:***

Оптимальные психолого-педагогические условия, системное использование здоровьесберегающих технологий и эмоционально-познавательное общение взрослых с детьми будут способствовать развитию общекультурных, социально-нравственных, интеллектуальных коммуникативных качеств ребенка.

***Участники проекта:***

- воспитанники Детского сада,
- педагоги,
- родители (законные представители) воспитанников.

***Виды деятельности:***

- игровая,
  - коммуникативная,
  - познавательно-исследовательская,
  - восприятие художественной литературы,
  - самообслуживание и элементарный бытовой труд,
  - конструирование,
  - изобразительная,
  - музыкальная,
- двигательная.

## *Формы и методы оздоровления детей*

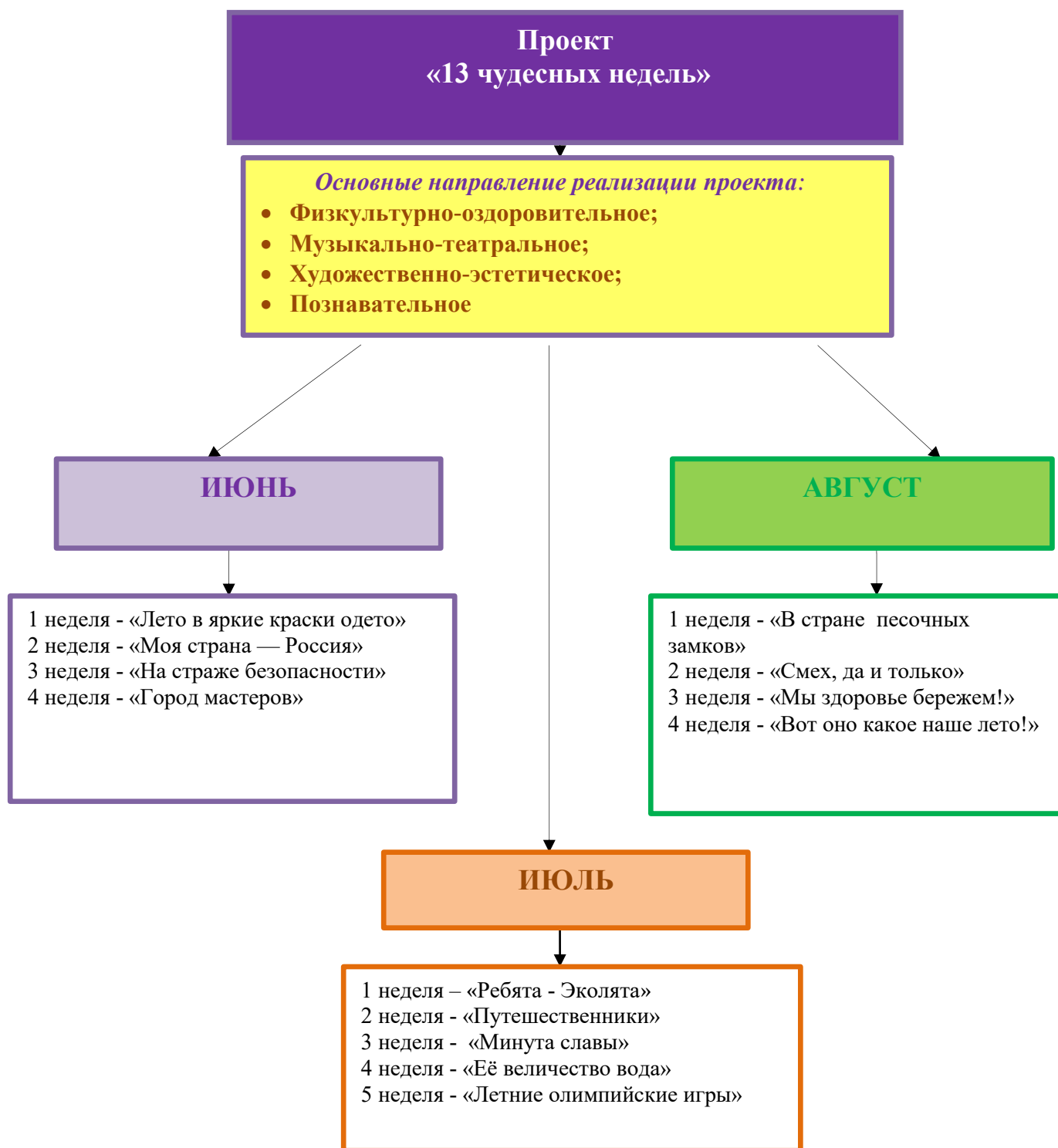
| <i>№</i> | <i>Мероприятия</i>                                                             | <i>Сроки</i>                       | <i>Ответственный</i>                   |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------|
| 1        | Контроль за организацией и оздоровлением детей в ЛОП                           | в течение лета                     | заведующий, медработник                |
| 2        | Закаливание: воздушные, солнечные ванны, процедуры с водой, босохождение       | в благоприятную погоду             | медработник, воспитатели               |
| 3        | Массаж биологически активных зон организма (ушные раковины, стопы и кисти рук) | в течение лета                     | инструктор по физкультуре, воспитатели |
| 4        | Вакцинация                                                                     | по плану                           | медработник                            |
| 5        | Оздоровительный бег, Дыхательная гимнастика                                    | ежедневно                          | инструктор по физкультуре, воспитатели |
| 6        | Корригирующая гимнастика                                                       | ежедневно                          | воспитатели групп                      |
| 7        | Прием детей на свежем воздухе                                                  | ежедневно                          | воспитатели групп                      |
| 8        | Физкультурные занятия на свежем воздухе                                        | 2 раза в неделю                    | медработник, инструктор по физкультуре |
| 9        | Две прогулки в течение дня                                                     | ежедневно при благоприятной погоде | медработник, воспитатели               |
| 10       | Утренняя зарядка на воздухе                                                    | ежедневно                          | инструктор по физкультуре              |
| 11       | Бодрящая гимнастика после сна                                                  | ежедневно                          | воспитатели                            |
| 12       | Праздники и досуги                                                             | по плану ЛОП                       | педагоги-специалисты                   |
| 13       | Проведение подвижных игр                                                       | в течение ЛОП                      | воспитатели групп                      |
| 14       | Самостоятельная двигательная деятельность                                      | в течение ЛОП                      | воспитатели групп                      |
| 15       | Тематические прогулки и экскурсии (старший возраст)                            | 1 - 2 раза в месяц                 | воспитатели групп                      |
| 16       | Музыкально-ритмические занятия                                                 | 2 раза в неделю                    | музыкальный руководитель               |

## *Организация закаливания*

| <i>Мероприятия</i>                                                                                                                                                                 | <i>Сроки</i>   | <i>Ответственный</i>              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------|
| <b><u>ВОЗДУШНОЕ</u></b><br>Проведение утренней гимнастики на свежем воздухе.<br>Подвижные игры на свежем воздухе<br>Босохождение                                                   | в течение лета | медработник,<br>воспитатели групп |
| <b><u>ВОДНОЕ</u></b><br>Обширное умывание после прогулки.<br>Игры с водой.<br>Ходьба по мокрым дорожкам.<br>Обливание стоп прохладной водой<br>( $t$ воды + 18С, + 28С) по графику | в течение лета | медработник<br>воспитатели групп  |

## Модель реализации проекта

Каждая летняя неделя представлена мини-проектами по темам, в которых прослеживается интеграция образовательного процесса по направлениям проекта



**Тематическое планирование  
воспитательно-образовательной работы на летний период**

**Июнь**

| <i>Неделя</i> | <i>Период</i>      | <i>Тема периода</i>         | <i>Примерное содержание</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <i>Итоговое мероприятие</i>                                                                                    |
|---------------|--------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 неделя      | <b>2 – 6 июня</b>  | «Лето в яркие краски одето» | <p><b>Мини — проект «Лето в яркие краски одето»</b> предполагает, что каждый день недели имеет свой цвет.</p> <p>Понедельник — красный<br/>Вторник — желтый<br/>Среда — зеленый<br/>Четверг — синий<br/>Пятница — каждая группа выбирает свой цвет</p> <p>Педагоги и дети одевают одежду согласно цвету дня.</p> <p><b>ЧХЛ</b> - по теме проекта, согласно возрасту</p> <p><b>Изобразительная деятельность:</b> лепка, аппликация, рисунки в цвет дня</p> <p><b>Беседы</b> - «Мы дружные ребята», «Безопасность летом», «Опасность самоката и велосипеда»</p> <p><b>Прогулка</b> — см.картотеку</p> <p><b>П/И</b> - см.картотеку</p> <p>Показ-дефиле летних панам из бумаги «В гости к солнышку»;</p> <p><b>Работа с родителями:</b> «1 июня — День защиты детей», «Чек — лист на июнь»</p> | <p>Развлечение «Вот оно какое наше лето!»</p> <p>Показ-дефиле летних панам из бумаги «В гости к солнышку»;</p> |
| 2 неделя      | <b>9 – 11 июня</b> | «Моя страна — Россия!»      | <p><b>Мини — проект «Моя страна - Россия»</b> предполагает, тематическую неделю посвященная празднику «День России»</p> <p><b>ЧХЛ</b> - по теме проекта, согласно возрасту</p> <p><b>Изобразительная деятельность:</b> рисование «Моя Россия» ( достопримечательности, символы России)</p> <p><b>Беседы</b> - «Россия — огромная страна», «Народы Росии», «Традиции и праздники России»</p> <p><b>Прогулка</b> — см.картотеку</p> <p><b>П/И</b> - см.картотеку</p> <p><b>Работа с родителями:</b> «Здравствуй лето!»</p>                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>Спортивное развлечение «Шагаем по большой стране»</p>                                                       |

|          |                         |                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                     |
|----------|-------------------------|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3 неделя | <b>16 – 20<br/>июня</b> | «На страже безопасности» | <p><b>Мини — проект «На страже безопасности»</b> предполагает, что каждый день недели изучается определенная тема.<br/> Понедельник — 01<br/> Вторник — 02<br/> Среда — 03<br/> Четверг — ПДД<br/> Пятница — 112<br/> <b>ЧХЛ</b> - по теме проекта, согласно возрасту<br/> <b>Изобразительная деятельность:</b> по теме дня проекта<br/> <b>Беседы</b> - «Безопасность на улицах и дорогах города», «Огонь - враг», «Безопасное купание»<br/> <b>Прогулка</b> — см.картотеку<br/> <b>П/И</b> - см.картотеку<br/> <b>Работа с родителями:</b> «Самокат — движение по правилам»</p>                                                                              | <p>Квест — игра «По тропинке безопасности»</p> <p>Благотворительная ярмарка «Мир начинается с семьи» в поддержку участников СВО</p> |
| 4 неделя | <b>23 – 27<br/>июня</b> | «Город мастеров»         | <p><b>Мини — проект «Город мастеров»</b> предполагает, что каждая группа выбирает себе профессию, которую она будет изучать. В четверг — пятницу итоговое мероприятие «Город мастеров», группы ходят в гости друг к другу, где рассказывают о своем проекте, подготавливают для гостей мастер — класс.<br/> <b>ЧХЛ</b> - по теме проекта, согласно возрасту<br/> <b>Изобразительная деятельность:</b> по выбору своей профессии<br/> <b>Беседы</b> - «Все профессии — важны, все профессии - нужны», «Профессии моих родителей»<br/> <b>Прогулка</b> — см.картотеку<br/> <b>П/И</b> - см.картотеку<br/> <b>Работа с родителями:</b> «Питьевой режим летом»</p> | <p>Ярмарка «Город мастеров»</p> <p>Смотр – конкурс «Лучшее оформление летнего участка»</p>                                          |

## *Июль*

| <i>Неделя</i> | <i>Период</i>      | <i>Тема периода</i> | <i>Примерное содержание</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <i>Итоговое мероприятие</i>                                                                                                              |
|---------------|--------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 неделя      | <b>30 – 4 июля</b> | «Ребята - эколята»  | <p><b>Мини — проект «Ребята - эколята»</b> предполагает, что каждый день недели распределен по стихиям</p> <p>Понедельник — день земли</p> <p>Вторник — день воздуха</p> <p>Среда — день воды</p> <p>Четверг — день огня</p> <p>Пятница — «Планета Земля — наш общий дом»</p> <p><b>ЧХЛ</b> - по теме проекта, согласно возрасту</p> <p><b>Изобразительная деятельность:</b> поделка «Капитошка», рисование свечей «Рыбки», рисунки на песке и др.</p> <p><b>Беседы</b> - «Опасные насекомые», «Правила поведения в лесу»</p> <p><b>Прогулка</b> — см. картотеку</p> <p><b>П/И</b> — см. картотеку</p> <p><b>Работа с родителями:</b> «Если вы оказались в зоне пожара»</p>                              | <p>Туристическое развлечение «Планета Земля — наш общий дом»</p> <p>Выставка поделок из природного материала «Уральские самоделкины»</p> |
| 2 неделя      | <b>7 – 11 июля</b> | «Путешественники»   | <p><b>Мини — проект «Путешественники»</b> предполагает, что каждая группа выбирает себе страну, которую она будет изучать. В четверг — пятницу итоговое мероприятие «Путешествуем по свету» , группы ходят в гости друг к другу, где рассказывают о своем проекте, подготавливают для гостей мастер — класс.</p> <p><b>ЧХЛ</b> - по теме проекта, согласно возрасту</p> <p><b>Изобразительная деятельность:</b> лепка, аппликация, рисунки по своему выбору</p> <p><b>Беседы</b> - «Мы разные — но мы равны», «Традиции и обычаи страны — народа», «Моя семья»</p> <p><b>Прогулка</b> — см. картотеку</p> <p><b>П/И</b> — см. картотеку</p> <p><b>Работа с родителями:</b> «Правила перевозки детей»</p> | <p>Развлечение «Путешествуем по свету».</p> <p>Развлечение «8 июля - День семьи, любви и верности»</p> <p>Выставка «Герб моей семьи»</p> |

|          |                            |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                              |
|----------|----------------------------|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3 неделя | <b>14 – 18<br/>июля</b>    | «Минута славы»            | <p><b>Мини — проект «Минута славы»</b> предполагает, что каждый ребенок готовит творческий номер, воспитатель помогает в постановке номера , в образе артиста.</p> <p><b>ЧХЛ</b> - по теме проекта, согласно возрасту</p> <p>Просмотр фрагментов телепередачи «Минута славы», «Лучше всех»</p> <p><b>Изобразительная деятельность:</b> поздравительная открытка «С Днем Рождения любимый город».</p> <p><b>Беседы</b> - «Город в котором я живу», «Профессия - артист»</p> <p><b>Прогулка</b> — см. картотеку</p> <p><b>П/И</b> — см. картотеку</p> <p><b>Работа с родителями:</b> «Источники социальной опасности», Осторожно клещи»</p>                                                          | <p>Развлечение «Минута славы».</p> <p>Выставка рисунков «С Днем Рождения любимый город!»</p> |
| 4 неделя | <b>21 – 25<br/>июля</b>    | «Ее величество вода»      | <p><b>Мини — проект «Её величество вода»</b></p> <p>Понедельник — игры с водой</p> <p>Вторник — экспериментирование с водой</p> <p>Среда — сказки, стихи и мультфильмы о воде</p> <p>Четверг — кто живет в воде</p> <p>Пятница — развлечение «День Нептуна»</p> <p><b>ЧХЛ</b> - по теме проекта, согласно возрасту.</p> <p><b>Изобразительная деятельность:</b> рисование на пищевой пленке «Кто проживает на дне океана».</p> <p><b>Беседы</b> - «Жители водоемов», «Морские обитатели», «Безопасность на воде», «Вода в нашей жизни»</p> <p><b>Прогулка</b> — см. картотеку</p> <p><b>П/И</b> — см. картотеку</p> <p><b>Работа с родителями:</b> «Безопасность на водоемах», «Головной убор»</p> | <p>Развлечение «День Нептуна»</p> <p>Конкурс дефиле «Морские обитатели»</p>                  |
| 5 неделя | <b>28 – 01<br/>августа</b> | «Летние олимпийские игры» | <p><b>Мини — проект «Летние олимпийские игры»</b></p> <p>Понедельник — церемония открытия летних олимпийских игр</p> <p>Вторник — «Самый меткий»</p> <p>Среда — «Самый быстрый»</p> <p>Четверг — «Самый прыгучий»</p> <p>Пятница — церемония закрытия летних олимпийских игр</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>Церемония закрытия летних олимпийских игр.</p>                                            |

|  |  |                                                                              |  |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  | <p><b>ЧХЛ</b> - сочинение и заучивание кричалок и девизов своей команды.</p> |  |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------|--|

**Изобразительная деятельность:**  
«Нарисуй эмблему своей группы», «Изготовь атрибут своей команды»

**Беседы** - «История олимпийских игр», «Олимпийская символика», «Стадион», «Виды спорта»

**Прогулка** — см. картотеку

**П/И** — см. картотеку

**Работа с родителями:**

«Профилактика ОКИ»,  
«Закаливание»

## Август

| Неделя   | Период                 | Тема периода               | Примерное содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Итоговое мероприятие                                                 |
|----------|------------------------|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| 1 неделя | <b>4 – 8 августа</b>   | «В стране песочных замков» | <b>Мини — проект «В стране песочных замков»</b><br>Понедельник — «Песочные раскопки»<br>Вторник — «Самый красивый кулич»<br>Среда — «Опыты с песком»<br>Четверг — Развлечение «Песочные секретники»<br>Пятница — конкурс «Песочные фантазии»<br><b>ЧХЛ</b> - согласно теме проекта<br><b>Изобразительная деятельность:</b> «Рисунки на песке», «Рисунки песком»<br><b>Беседы</b> - «Где люди используют песок», «Песочные часы», «Кто живет в почве»<br><b>Прогулка</b> — см. картотеку<br><b>П/И</b> — см. картотеку<br><b>Работа с родителями:</b><br>«Безопасность на СИМ»<br>«Открытое окно - опасно»                    | Развлечение «Песочные секретники»<br><br>Конкурс «Песочные фантазии» |
| 2 неделя | <b>11 – 15 августа</b> | «Смех, да и только»        | <b>Мини — проект «Смех, да и только»</b><br>Понедельник — утренняя зарядка с клоуном «Федей»<br>Вторник — игры забавы с воздушными шарами<br>Среда — игры забавы с мыльными пузырями<br>Четверг — фокусы<br>Пятница — развлечение «К нам приехал цирк»<br><b>ЧХЛ</b> - по теме недели проекта<br>Просмотр презентации мультфильмов по теме цирк.<br><b>Изобразительная деятельность:</b> «Веселая маска», «Афиша»<br><b>Беседы</b> - «Профессии цирка», «Что может тебя развеселить».<br><b>Прогулка</b> — см. картотеку<br><b>П/И</b> — см. картотеку<br><b>Работа с родителями:</b><br>«Солнечный удар», «Укусы насекомых» | Развлечение «К нам приехал цирк»                                     |
| 3 неделя | <b>18 – 22 августа</b> | «Мы здоровье бережем»      | <b>Мини — проект «Мы здоровье бережем»</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Спортивное развлечение                                               |

|          |                       |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                             |
|----------|-----------------------|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
|          |                       |                           | <p>Понедельник — Экскурсия в медицинский кабинет. Беседа о профессии врач.</p> <p>Вторник — «День чистых ладошек»</p> <p>Среда — Викторина «Я здоровье берегу»</p> <p>Четверг — «День подвижных игр и забав»</p> <p>Пятница — спортивное развлечение «Веселые старты»</p> <p><b>ЧХЛ</b> - по теме проекта, согласно возрасту</p> <p><b>Изобразительная деятельность:</b> «Витамины с грядки»</p> <p><b>Беседы</b> - «Витамины я люблю — быть здоровым я хочу», «Спорт — залог здоровья», «Вредные и полезные привычки»</p> <p><b>Прогулка</b> — см. картотеку</p> <p><b>П/И</b> — см. картотеку</p> <p><b>Работа с родителями:</b></p> <p>«Игры по дороге в Детский сад»</p> | «Веселые старты» совместно с родителями                                     |
| 4 неделя | <b>25– 29 августа</b> | «Вот оно какое наше лето» | <p><b>Мини — проект «Вот оно какое наше лето»</b></p> <p><b>ЧХЛ</b> - согласно теме проекта, по возрасту детей</p> <p><b>Изобразительная деятельность:</b> «Насекомые нашего участка», «Мое лето»</p> <p><b>Беседы</b> - «Вот и кончилось лето красное», «Безопасность на дороге», «Какие опасности встречались нам летом»</p> <p><b>Прогулка</b> — см. картотеку</p> <p><b>П/И</b> — см. картотеку</p> <p><b>Работа с родителями:</b></p> <p>«Подготовка к учебному году»</p> <p>«Режим дня - важен»</p>                                                                                                                                                                    | <p>Праздник «Прощание с летом»</p> <p>Выставка фотоколлажей «Наше лето»</p> |

Тематическое планирование отражает идею недели и не ограничивает педагога в выборе форм и методов работы с детьми. На каждую неделю педагогами групп разрабатывается мини-проект в соответствии с заданной темой и возрастом детей.

Каждую неделю педагоги-специалисты организуют совместное развлечение.

### ***Результаты реализации проекта:***

- Обеспечение межпоколенной трансмиссии социокультурных норм и ценностей педагогов, родителей (законных представителей) и детей: знакомые и любимые персонажи родителей и детей.
- Повышение степени адаптации в окружающем мире детей дошкольного возраста, участвующих в проекте, посредством развития коммуникативных навыков, творческих способностей, уверенности в себе и вовлечения их в социально-значимую деятельность.
- Улучшение физического и психического здоровья воспитанников.
- Повышение компетентности педагогов и родителей в области организации летнего отдыха.
- Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияние образа жизни на состояние здоровья, влияющими на снижение уровня заболеваемости.

### ***Дети приобретают компетенции:***

#### ***Дети знают:***

- нормы и правила поведения в социуме, в том числе способы вступления в коммуникацию в зависимости от ее контекста;
- моральные и нравственные нормы, принятые в обществе, а также иметь представления о социальной навигации как системе социальной ориентации;
- базовые и социальные эмоции (радость, печаль, гнев, страх, удивление, сочувствие), причины их возникновения у себя и других людей, а также особенности их выражения и проявления.

#### ***Дети умеют:***

- проявлять инициативу и самостоятельность в общении со сверстниками, выражать собственные цели общения и достигать их с учетом интересов сверстников, а также разрешать конфликтные ситуации конструктивными способами;
- применять правила просоциального поведения в интересах человека, семьи и общества, ориентируясь на социокультурные ценности;
- ориентироваться в процессе коммуникации на эмоциональные состояния окружающих людей в зависимости от их возраста (сверстники, взрослые), а также сопереживать неудачам и радоваться успехам как членов своей семьи, так и ближайшего социального окружения.

#### ***Дети владеют:***

- способами применения принципов сотрудничества во взаимодействии со сверстниками и взрослыми;
- способами обоснования и моральной оценки, как собственного поведения, так и поведения окружающих людей; базовыми способами планирования и организации деятельности;
- способами распознавания собственных эмоциональных состояний и эмоций окружающих людей, а также адекватными возрасту способами эмоциональной регуляции поведения;
- способами осознанного просмотра анимационной продукции, распознавания и анализа ее содержания.

