

## ЩАБЛІ ПЕДАГОГІЧНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ: ІНТЕРЕС, ГРА, ЗДІБНОСТІ, САМОСТІЙНІ ЗАНЯТТЯ

**Б. Ф. Ведмеденко**

*Інститут проблем виховання АПН України, м. Київ*

**Актуальність.** Виховні цілі програми «Основи здоров'я і фізична культура», як пише знаний вчений України М. Д. Зубалій (2003) полягають у вихованні в учнів інтересу і звички до занять фізичними вправами; цікавості до українських народних ігор, національних, народних та спортивних ігор, різних видів спорту; бережливому ставленні до свого здоров'я; формуванні стійких мотиваційних установок на здоровий спосіб життя, як одну із основних умов зміцнення власного здоров'я; формуванні усвідомленої індивідуальної установки на необхідність розвивати самостійно свої фізичні якості та рухові здібності; вихованні морально-вольових і психологічних якостей. Саме здібності, обдарованість і талант учнів до опанування фізичними вправами мають на меті суттєве значення в організації тієї чи іншої діяльності в режимі формування здорового способу життя.

Мета та завдання розвивального та оздоровчого спрямування ігор полягає у формуванні в учнів основних фізичних якостей і рухових здібностей, умінь та навичок використання фізичних вправ з метою запобігання порушення постави, зняття втоми; в отриманні основ знань про здоровий спосіб життя, фізичну культуру, про рухливі, народні спортивні ігри, види спорту. Базовим організаційно-педагогічним принципом програми є диференційоване використання засобів фізичної культури на заняттях з молодшими школярами різної статі та віку з урахуванням стану здоров'я, ступеня фізичного розвитку та рівня фізичної підготовленості. Саме це забезпечує їм можливість успішно адаптуватися в колективі однолітків, класу, спортивній секції, в шкільному колективі фізичної культури, в конгломератних групах за місцем проживання, в спортивних клубах за інтересами.

Інтерес до фізичних вправ — це підвищений прояв мобілізації організму до опанування знаннями, умінями, навичками з фізичної культури і спорту, що задовольняють потреби, відповідають мотивам, створюють позитивний емоційний настрій, емоційний заряд. Активізація уваги — початок і підґрунтя розвитку інтересу. Проте замало активізувати увагу, треба її втримати, зробити стійким інтерес до занять рухливими, народними і спортивними іграми та на їх основі виховати позитивну звичку до здорового способу життя.

Програма «Основи здоров'я і фізичної культури» у 1—3 класах складається з такого навчально-виховного матеріалу як: теоретичні знання; рухливі і народні ігри та забави, естафети (20 годин); гімнастика (16 годин); основні поняття та елементи спортивних ігор (12 годин); спортивні ігри (футбол — 34 години); легка атлетика (6 годин); плавання (2 години); вправи комплексного тесту оцінки стану фізичної підготовленості (12 годин); кросова підготовка (5 годин). Всього 102 години рухової активності учнів на навчальний рік. На сьогодні ми знаємо, що такої кількості годин для нормального розвитку організму дитини дуже мало (І. Павлов, М. Амосов, М. Козленко, Г. Костюк).

З метою компенсації рухової активності програма передбачає матеріал для обов'язкового самостійного повторення і домашніх завдань. Саме домашні завдання потребують виконання комплексу вправ ранкової гімнастики (5—7 вправ), вивчити правила рухливих ігор та практично навчитися грати у 2—3 гри. Контрольні навчальні нормативи і вимоги ставлять перед учнями завдання знати і брати участь в 1—3 рухливих іграх, уміти виконувати вправи комплексного тесту оцінки стану фізичної підготовленості від 1—6 вправ, активно складати нормативи з швидкості, витривалості, гнучкості, сили, спритності, розвитку швидко-силових якостей.

У бесіді із вчителями експериментальних загальних навчальних закладів: С. Вдовичем (ЗНЗ смт. Рудно, Львівська область), Ю. Дробишевим (ЗНЗ №8, м. Черкаси), М. Шпигом (ЗНЗ № 11, м. Київ), І. Харіним (ЗНЗ № 99, м. Київ), В. Барчуком (ЗНЗ № 33, м. Чернівці) вияснили, що вони як професіонали знають шляхи збільшення моторної щільності уроків у 1—3 класах. Це перш за все: проведення рухливих і народних ігор на уроках фізичної культури («Кіт і миша», «Невід», «Вудочка», «М'яч через шнур», «Веселий потяг»); розучування вправ у двох-трьох, фронтально, потоком, у формі змагань (естафети, складання нормативів рухової активності), що породжує здоровий інтерес в дітей до занять фізичною культурою, а це, у свою чергу, зацікавлює сім'ю, школу і суспільство. Виняткова неповторність ігрових ситуацій зумовлена рівнем психологічної підготовки кожного учня до взаємодії і відповідальності перед вчителем, друзями і мікрооточенням, батьками. Тому вчителі нада-

ють фізичній, психологічній підготовці учнів до змагань у рухливих іграх значної уваги.

**Методи дослідження:** вивчення літератури, навчальних програм, спостереження, інтерв'ю, анкетування, тестування, перехресних характеристик та інші. Діти 7—9 років добре володіють предметно-образним мисленням. І те що вони бачать, чують, спостерігають можуть досконало відобразити в рухливих іграх «Повтори за мною вправу» (політ лелеки, біг лисиці, перелізання мавпи, долання перешкод як пантера). Однак діти 7—9 років іноді не здатні цілеспрямовано вислухати тривале роз'яснення вчителя про рухливу чи народну гру, не можуть чітко виділити головні ігрові дії від другорядних. У такому випадку надбання досвіду рухової активності поступово зникає. Увага дітей у цьому віці не може бути довго звернена на одну дію чи вправу, тому ігри слід виконувати з дітьми по 3—4, але повинна спостерігатися часта зміна ігрових епізодів, одних ігрових завдань іншими. Наприклад, ігри «М'яч від стіни», «Альпіністи», «Зміна місць», «Естафетні перегони», «Веселий потяг», які мають ряд послідовних запрограмованих вправ, що вирішують різні завдання активації діяльності, можуть застосовуватися в комплексі.

Природні здібності пам'яті у дітей цього віку досить потужні, та вони краще запам'ятовують те, що їм цікавіше. Спільні ігри для проведення в мікрооточенні будуються на простих взаємостосунках між учасниками. Діти на більш тривалий час запам'ятовують емоційні переживання під час виконання як вдалих, так і не зовсім вдалих ігрових дій.

Народні ігри як засіб виховання і навчання учнів високо оцінювали К.Д. Ушинський, С.Ф. Русова, В.О. Сухомлинський, М.Г. Стельмахович, М.П.Чорномаз, Г.М.Жолобак та інші. За допомогою народних ігор учні опановують перші елементи рухових умінь, навичок, улюблених видів активного рухового відпочинку після уроків, під час канікул, у вихідні та святкові дні. Народні ігри вчені [3, 4, 5] класифікують за такими групами: дидактичні, рухливі з обмеженим мовленнєвим текстом, рухливі хороводні ігри, обрядові та звичаєві ігри, ігри історичної спрямованості, ігри із відображенням змагального характеру, трудових процесів (М.Г. Стельмахович).

Виховні рухливі ігри в нашому експерименті — це ігри, які потребують використання набутих знань з фізичної культури, прояву кмітливості, активної розумової та фізичної дії. Народні ігри виховували учнів ненав'язливо, легко, захоплюючи змістом так, що вони навіть не помічали виховного впливу. У скарбниці кожного педагога-експериментатора були народні ігри для молодших школярів «Діжечка», «Звідки ти?», «Зайчик і Лисичка»; для середнього шкільного віку: «Квіти», «Чорне та біле», «Фарби»; для

старшокласників: «Розлилися води», «Високий вогонь». Вони відображали обряди та звичаї: початок жнив, косовицю, великодні та купальські ігри, веснянки, які у свою чергу спонукають виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою, улюбленими видами спорту.

Давньою виховною грою були загадки на спортивну тематику. Наприклад, відгадайте: «Не їсть, не п'є, а по дорозі скаче. Що воно є?» (м'яч); «Біжить, біжить, а в хату не заходить. Що це буде?» (стежина), «Не ричить, не кричить по дорозі біжить» (велосипед), «Має початок, має кінець. Змагається з секундоміром» (спортсмен на дистанції), «Розбігається з палкою, долає паркан та м'яко приземляється. Хто це?» (стрибун із жердиною), «Не дельфін, а пливе. Не дельфін, а вправно повертається. Хто це може бути?» (плавець на тренуванні чи змаганні), «Крутиться, вертиться у воду впаде, а з води виходить. Хто це може бути?» (Спортсмен із стрибків у воду). Одним із видів у дослідженні були ігри-примовлянки — пісні, які супроводжували виконання певних фізичних вправ, копіюючи біг тварин, політ птахів, рух комах. Ми почали використовувати і на заняттях з фізичного виховання нові ігри, як спортивні кросворди, чайнворди, ребуси. Вони в значній мірі активізували інтерес в учнів до занять фізичною культурою, улюбленими іграми і видами спорту, активного рухового відпочинку.

Функціональна тенденція народних ігор реалізувалася і стабілізувалася народними звичаями і традиціями, в яких виховні механізми діяли по-різному: у звичаї — шляхом детальних приписів виконання вчинків у конкретних ситуаціях, у традиціях — через формування відповідних духовних якостей учня (спортсмена, козака). Тому звичай за М.Г. Стельмаховичем, у нашому варіанті, формував звички прості, тобто стереотипні, напівавтоматичні, а традиції — складні, що виражали певну спрямованість поведінки.

Вибір рухливих, народних і спортивних ігор на розвиток і прояв творчості визначається конкретним виховним завданням. Однак елементи творчої рухливої гри та ігрова форма діяльності можуть бути короткочасними чи довгочасними. Адже короткочасне функціонування гри виконує лише роль стимулу в подоланні учнем 1—4 класу певних поведінкових труднощів на уроці фізичної культури. Однак виховні функції короткочасної гри у певній мірі обмежені, з часом, після емоційного підйому настає зниження загального настрою. Це відбувається у тих випадках, коли в учнів ще не виникла потреба та інтерес до виконання фізичних вправ. Гра при цьому виконує лише роль емоційного стимулу. Значно більшими можливостями впливу на дітей має довгочасна функціональна гра. Як правило, елементи гри, ігрова форма під час їх тривалого

застосування виконує функції вправ з організації діяльності учнів у мікро- чи макрооточенні. Ось чому за терміном впливу на дітей ігри можна розподілити умовно на короткочасні (стимулюючі) і тривалі, що виконують функції вправ у процесі виховання інтересу в учнів до систематичних занять фізичною культурою в режимі здорового способу життя. Вчителю постійно слід турбуватися про вибір гри, яка б змогла тривалий час посправжньому зацікавити учнів виконувати всім і особисто кожному виховні функції.

Індивідуальна робота вчителя і батьків з метою досягнення учнем успіхів у рухливих, народних і спортивних іграх необхідна тоді, коли у нього склалося стійке негативне положення в оточенні класу і навіть в умовах гри йому не вдається добре виконати ту чи іншу вправу, їх комбінацію і отримати підтримку в мікрооточенні. Відомо, що основна складність полягає в тому, що учень беручи участь у грі долає негативне ставлення до себе однолітків. Звідси невпевненість в своїх силах, психологічна неспроможність до цікавого виконання ролі ведучого. Важливою умовою для завоювання визнання в мікро- і макроколективі та емоційного благополуччя дитини в первинному колективі — такий настрій на виконання вправи, який веде до успіху у рухливій, народній, спортивній грі може бути раптовістю для однолітків, яка вражає і дивує їх. Вчитель чи батько, використовуючи різні прийоми, повинен допомогти дитині повірити у свої сили.

З метою самостійного вдосконалення техніки гри у футбол вчителі рекомендують (В.П. Барчук — ЗНЗ № 33 м. Чернівці, М.Б. Шпиг — ЗНЗ № 11 м. Київ) використовувати цільові спортивні ігри лише після того, як учні опанують елементи поводження з м'ячем. Сформована структура основних рухів у поєднанні з фізичними якостями, здібностями, обдарованістю до імпровізаційно-ігрового мислення спонукають до техніко-тактичного становлення футболіста. Кожна така гра містить у собі всю цілісність тієї чи іншої ситуації у футболі. Вчителі рекомендують такі ігри: «Атака декількох воріт», «Попадання в м'яч ведучого», «Зміна сторін з м'ячем», «Перехоплення м'яча», «Біг від м'яча», «Гра з капітанами», «Три проти одного», «Через ворота», «На відбивання м'яча», «Боротьба за м'яч». Цільові спортивні ігри — це фізичні вправи, під час яких використовуються ті або інші методичні особливості футболу, їм притаманний ефект змагання, який дає змогу за конкретними показниками (голи, очки, час) визначити переможця.

Педагогічна технологія рухової, народної, спортивної гри повинна мати: сюжет, визначення ігрових ролей, наповнення їх конкретним змістом, ознайомлення учнів з планом гри і спільна його доробка, створення уявних ігро-

вих ситуацій, початок гри, наявність суддів, що обслуговують гру, завершення гри. Рухливі, народні і спортивні ігри частіше за все виконують функції оздоровлення учнів фізичного і розумового розвитку, привчання до форм поведінки в мікро- та макросередовищі, вирішують функції вправління. Таким чином, позитивного виховного результату можна досягти лише тоді, коли вчитель не обмежений введенням одного прийому, а глибоко продумує цілу систему виховних дій на учнів, тобто організує цілеспрямовану роботу до і після рухливої, народної чи спортивної гри, керує нею постійно.

Існують різні рівні умінь в оволодінні рухливими, народними і спортивними іграми, які в школі оцінюються в залежності від навчальних завдань і стосовно до вікових та індивідуальних особливостей. Після двох-трьох тижнів опанування рухливими іграми учень повинен знати про хід гри, її особливості, правила; вміти включитися в гру, виконувати загальні і спеціальні фізичні вправи, контактувати з дітьми під час гри, виконувати певні функції в організації групової діяльності як вправління. Важливо, щоб відбулося об'єднання реального виконання гри з уявним, що збуджує інтерес до занять фізичними вправами в режимі дня, працелюбності.

### Орієнтовна схема самостійних вправ та ігор для дітей 6—10 років

**Понеділок.** Місце занять — гімнастичне містечко. Обладнання: паралельні бруси, перекладина, свисток, м'ячі, мішечки з піском.

1. Виконання вправи «Стрибунець». З положення упору присівши стрибок вгору з просуванням вперед, ноги нарізно, руки вгору-назовні й приземлитися в упор присівши. Виконується 6—10 разів із визначенням переможця за сумою місць.

2. Вправа «Пересування на руках у висі на паралельних брусах». Вправа виконується 4—5 разів. Перемагає той, хто скоріше пройде відстань без помилок.

3. Гра «Футбол у квадраті». Розмічається майданчик на асфальті 10x10 або 6x6. У грі беруть участь 4 гравці. Той, хто вводить м'яч розпочинає гру. М'яч має торкнутися поля одного з гравців, який після цього повинен відбити його в інший з трьох квадратів. Програє той учасник, хто зробить п'ять помилок. Він вибуває з гри. Ведучий змінюється.

4. Вправа «Не впусти мішечок». Беруть участь у грі 3—4 дитини. Їм кладуть на спину мішечок з піском і діти повзуть на четвереньках від лінії старту до фінішу на відстань від 10—20 метрів. Перемагає той, хто до фінішу дістанеться першим і не впусти мішечок. Вправа-гра проводиться 2—3 рази.

**Вівторок.** Місце занять — ігровий майданчик біля будинків. Обладнання: крейда, резинка, перекладина.

1. Вправа «Бій півнів». Двоє дітей стають в накреслене коло (діаметр 1—1,5 м) обличчям один до одного, одна нога зігнута в коліні, руки схрещені на грудях. За командою гравці пробують зіпхнути суперника з місця, примусити його опустити ногу або вийти з кола. Перше місце посідає гравець, що отримав більше перемог. Гра може проводитись командою.

2. Вправа «Переправа на руках». Дитина стає біля однієї з стійок перекладини. За сигналом вона влізла на перекладину і рухається, перебираючи руками до іншої стійки і по ній спускається вниз. Вправу можна проводити в ігровій командній формі. Перемагає та команда, котра скоріше подолає «переправу».

3. Вправа «Стрибки через резинку». Два гравці стають один проти одного в середину натягнутої резинки, третій виконує серію різних стрибків через резинку в певному порядку. Виконання вправи виконується до помилки. Потім гравці міняються по черзі місцями.

**Середа.** Місце проведення — ігрова кімната ЖЕДу. Обладнання: гімнастичні лавки, свисток, магнітофон, гімнастичні палки, обручі, гантели, тенісні ракетки, кульки.

1. Вправа «Пройди драбинкою». На гімнастичні лави кладуть палиці на відстані 60 см одна від одної. Діти проходять один за одним, переступаючи через них. Вправу можна проводити як змагання командні. Вправу можна урізноманітнити бігом та стрибками.

2. Гра «Не впусти кульку». Беруть участь тричотири команди. Першим трьом чотирьом дітям дають тенісні ракетки і невеликі кульки. На відстані 6—10 метрів позначається місце повороту. Діти несуть кульки на ракетках рухаючись гімнастичними лавками, стрибками на двох ногах. Перемагає та команда, що першою перетне лінію фінішу і допустила найменше помилок.

3. Вправа «Хворий птах». Всі учасники стають вздовж лінії один від одного на відстані 1—1,5 м. Стояти на одній нозі, другу зігнути в коліні і міцно взятися за ступню. Стрибати уперед «хто далі». Правило: стрибати потрібно на одній нозі, другу тримати рукою і не відпускати; хто стане на дві ноги, програє і виходить з гри. Гру можна проводити командами.

**Четвер.** Місце проведення — гімнастичний майданчик мікрорайону. Обладнання: гімнастична трапеція, рукохід, колоди-гойдалки, м'яч на мотузці.

1. Вправа «Рух рукоходом». Двоє дітей стають обличчям до снаряду. Перемагає той хто скоріше пройде на руках дистанцію. Вправу можна проводити командами.

2. Вправа «Гойдалка на ногах». Для гри виготовляють половинки колоди (умовно називають

гойдалки). Діти стають на обтесану половину і, балансуючи, більше триматися у вертикальному положенні і не торкатися землі. Виграє той, хто довше утримається на гойдалці, а хто торкнувся землі вибуває із змагання. Вправа-гра повторюється 4—6 разів. За перемогу може боротися команда під'їзду, вулиці, мікрорайону.

3. Вправа «Кращий стрибун». Всі діти стають у коло. Той, хто тримає м'яч на мотузці стоїть у центрі. Він розпочинає обертати м'яч, а учасники перестрибують. Гра закінчується, коли залишається один учасник. Йому присуджується перше місце. Тим, хто тричі зайняв перше місце присвоюється звання «Кращий стрибун» під'їзду, вулиці, мікрорайону.

**П'ятниця.** Місце проведення — ігровий майданчик ЖЕДу. Обладнання: ігрові конструктори, свисток, крейда, гімнастичні обручі.

1. Вправа-гра «Веселі математики». Діти діляться на дві-три команди. За сигналом перші два-три учасники роблять обертання на 720 градусів, обирають кубик з необхідною цифрою і біжать до визначеного місця, пролазять крізь гімнастичне кільце, складають цифри по порядку і повертаються назад віддаючи естафету іншому учаснику гри. Перемагає команда, котра скоріше закінчить естафету. Гра проводиться 2—3 рази.

2. Вправа-гра «Веселі будівельники». Діти діляться на дві-три команди. Учасникам, що стоять першими на очі пов'язують хустинку. За сигналом вони беруть кубики проходять 6—10 метрів і складають піраміду, на які є зображення будинку, палацу, мосту тощо. Перемагає та команда, котра першою закінчить складання об'єкту і допустить менше помилок.

3. Вправа-гра «Нагодуй кроля». На фанері малюють великого кроля. Рот у нього відкритий (випиляне коло 10—20 см.). Підвішують фанеру на стінку або дерево. Дитині надівають великий ковпак з паперу, що повинен закрити очі і дають морквинку, яка зшита з матерії. Відводять на чотири-п'ять кроків від лінії старту або дерева із кролем, пропонують повернутися докола себе 2—3 рази, після чого підійти і нагодувати кроля, потрапивши морквиною тому в рота. Вправу-гру можна проводити командами.

**Субота.** Місце проведення — гімнастичне містечко. Обладнання: свисток, м'ячі, гімнастичні обручі, кеглі.

1. Вправа «Коник-стрибунець». Дітям пропонують різні варіанти завдань: хто довше простоїть на одній нозі із зав'язаними очима, руки вперед; стрибки через гімнастичну лавку; потрійний стрибок; стрибки через вкопані скати; стрибки з місця; стрибок у п'ять та сім кроків. Перемагає той, хто далі і точніше виконає завдання. Вправу можна проводити в змагальному варіанті і командами.

2. Вправа «Стрибки з перекладини». Два учасники з упору на низькій перекладині виконують

розмахування і стрибають з нього махом назад. Перемагає той, хто далі приземлиться від стійок перекладини. Під час виконання вправи необхідно забезпечити страховку учасників. Вправу можна проводити як змагання двох команд.

3. Вправа «Сміливий альпініст». Три-п'ять учасників підходять до шестів гімнастичної трапеції і за командою піднімаються по шесту вгору. Хто перший торкнувся рукою перекладини трапеції той і переміг. Вправу можна ускладнити і проводити як змагання двох команд.

4. Вправа «Козацький повзунець». Присід на одній нозі, друга вперед пряма. Підскоком поміняти положення ніг. Руки тримати вперед або з'єднати на грудях. Правила: рухатися можна уперед та по колу. Перемагає той, хто довше виконує вправу.

**Неділя.** Місце проведення — в лісі, біля річки. Обладнання: м'ячі, ракетки бадмінтону, купальні костюми, надувні іграшки, мішки, скакалки.

1. Вправа «Прудкий футболіст». Учасник веде м'яч ногами до поворотного знаку і у зворотному напрямку. У змаганні бере участь декілька сімей. Перемагає та сім'я, яка першою закінчить змагання.

2. Вправа «Поплавець». Вся сім'я входить у воду. Всі роблять глибокий вдих і занурюються у воду відштовхнувшись ногами і обхопивши руками ноги. Перемагає та команда, яка довше протримається на плаву без додаткових вдихів. Вправу можна виконувати в змагальному варіанті між сім'ями.

3. Вправа «Широке коло». Двоє учасників стають на лінії старту із скалками. За сигналом починають біг широким кроком по колу вперед, обертаючи скалку. Перемагає той, хто скоріше фінішує і допустить менше помилок.

4. Вправа «Біг у мішках». Двоє-троє учасників влізають ногами в мішки. Тримаючи їх руками, вони повинні пройти або пробігти, проскочити від одного визначеного дерева (лінії) до другого (орієнтовно 6—12 метрів). Перемагає той, хто

фінішує першим. У вправі — грі можуть брати участь батьки і старші діти.

Такі заняття учнів 1—3 класів фізичними вправами та іграми проводяться на спортивних майданчиках ЖЕДів, можуть обслуговувати старшокласники, батьки, вчителі-предметними. Вправи та ігри можна періодично змінювати самостійно.

Виховної результативності засобами рухливих, народних та спортивних ігор можна досягти лише тоді, коли вчитель не зупиняється лише на введенні ігрового прийому виконання фізичних вправ, їх комбінацій, а продумує всю систему виховного впливу на дітей, тобто організує цілеспрямовану роботу до і після введення рухливих, народних та спортивних ігор.

Вчені-дослідники рахують, що рухливі, народні, спортивні ігри є додатковим засобом виховання, цікавою формою самостійних занять. Значне збільшення дозування ігрових моментів може призвести до виникнення бажання у дітей в усьому бачити тільки яскравий ігровий зміст. Функції рухливих, народних і спортивних ігор полягають у тому щоб, зігравши роль «прискорювача», відійти в тінь, надавши місце навчально-виховній діяльності, яка структурується на уроках, на тренуваннях, під час самостійних занять, виступів на спортивних змаганнях.

### Література

1. *Бех І.Д.* Нравственность личности: стратегия становления. Ровно, 1991. — 171 с.
2. *Бех І.Д.* Виховання особистості: У 2 кн. — Кн. 2: Особистісно орієнтований підхід: науково-практичні засади. — К.: Либідь, 2003. — 344 с.
3. *Ведмеденко Б.Ф.* Виховання інтересу: теорія, експеримент, методика занять: Монографія. — Чернівці. 2002. — 468 с.
4. *Шмаров С.А.* Игра и дети. — М.: «Знание», 1968. — 57 с.
5. *Осокина Т.И., Тимофеева Е.А.* Подвижные игры для малышей. — М.: «Просвещение», 1965. — 189 с.