

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Тетюшская средняя общеобразовательная школа №1
имени Героя Советского Союза Ханжина Павла Семеновича»
Тетюшского муниципального района Республики Татарстан
(МБОУ «Тетюшская СОШ №1 им. Ханжина П.С.»)**

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ «Тетюшская СОШ №1
им.Ханжина П.С.»
_____Фаткуллов И.Р.
Приказ от 26.08.2024 № 122 о/д

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Азбука безопасности»**

Тетюши 2024 г.

Пояснительная записка

В современном мире возрастает роль и ответственность системы образования в деле подготовки населения в области безопасности жизнедеятельности и выработки у граждан Российской Федерации привычек здорового образа жизни. Только через образование можно обеспечить повышение уровня культуры всего населения страны в области безопасности жизнедеятельности и добиться снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства. Формулируя правила безопасного поведения, следует подробно объяснять детям, а затем следить за их выполнением. Однако безопасность и здоровый образ жизни – это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, осознанное поведение. Кроме того, дети могут оказаться в неожиданной ситуации на улице и дома, поэтому главной задачей внеурочной деятельности является стимулирование развития у детей самостоятельности и ответственности.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Азбука безопасности» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры, правила и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического здоровья и осознанного поведения. Внеурочные занятия призваны способствовать формированию у учащихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Данная программа включает в себя, как теоретическую – изучение правил безопасного поведения, так и практическую части – организация подвижных, сюжетно-ролевых игр.

Данный курс предназначен для учащихся 3 и 4 классов классов.

Основная цель программы:

овладение обучающимися правилами безопасного поведения в различных ситуациях.

Задачи программы:

- организовать освоение знаний о здоровом образе жизни; об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- способствовать развитию качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- воспитывать чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- учить предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, по возможности оказывать первую медицинскую помощь;
- пропагандировать знания, обеспечивающие правильные действия учащихся в опасных для жизни и здоровья условиях в случае возникновения чрезвычайных ситуаций.

Для реализации развивающих и воспитательных задач при обучении детей активно используется метод игры, который дает возможность формировать учебно-познавательную деятельность учащихся, а так же следующие формы обучения: уроки-беседы, решение ситуативных задач, экскурсии, практические занятия с выходом в общественные места, тематическое спортивное ориентирование, просмотры тематических видеосюжетов, викторины, конкурсы, агитбригады.

Ведущие технологии: деятельностный метод и диалог. Это позволит вовлечь в работу всех обучающихся, учить их делиться опытом, впечатлениями, объяснять поступки. Новый материал школьники будут узнавать не только от учителя, но и «открывать» в ходе поиска решения проблемной ситуации.

Программа рассчитана на 34 учебные недели – 34 учебных часа в 3 классах и 17 часов в 4 классах.

К числу планируемых результатов освоения программы «Азбука безопасности» отнесены:

- Личностные результаты – общие представления о мире, чувство ответственности за личную безопасность;
- Метапредметные результаты – развитие умения взаимодействовать с окружающими при рассмотрении и анализе разных ситуаций и возможностей младшего школьника, развитие коммуникативных способностей, умение выбирать адекватные средства для успешного

решения элементарной коммуникативной задачи, развитие познавательной, эмоциональной и волевой сфер младших школьников

• Предметные результаты – овладение начальными представлениями об окружающем мире.

Реализация программы «Азбука безопасности» позволит:

- привить учащимся начальные знания в области безопасности и их осознанное применение в повседневной жизни;
- сформировать у детей научно-обоснованную систему понятий основ безопасности жизнедеятельности;
- выработать необходимые качества для безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных и ЧС;
- наметить преемственные связи в содержании и методах воспитания в начальной школе и первого этапа воспитания в основной школе

Для успешной реализации программы «Азбука безопасности» используется оборудование и материалы: компьютер, медиапроектор, принтер и колонки; для учащихся - настольные игры по ПДД; диски с видео и мультипликационными сюжетами: «Азбука безопасности. Смешарики», «Уроки осторожности», «Уроки хорошего поведения» и другие; демонстрационные таблицы по основам безопасности жизнедеятельности; Интернет-ресурсы, разработки внеклассных мероприятий, презентации, видеоролики и т.п.

Планируемые результаты.

В ходе реализации содержания программы, обучающиеся должны овладеть правилами безопасного поведения в различных ситуациях, общаться со сверстниками и взрослыми, использовать приобретенный в школе опыт об основных понятиях здоровья и факторах, влияющих на него в реальной и повседневной жизни.

Таким образом, в результате изучения учебного курса «Азбука безопасности» в первом классе у учащихся формируются УУД и предметные результаты:

- применять на практике основные понятия здоровья и факторы, влияющих на него;
- иметь представление о существующих опасных и чрезвычайных ситуациях в современных условиях жизнедеятельности;
- знать элементарные правила поведения дома, в школе, на улице, в транспорте, на проезжей части, в лесу, на водоёмах;
- уметь использовать приобретенный в школе опыт деятельности в реальной и повседневной жизни для:
 - действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
 - пользования бытовыми приборами;
 - использования по назначению лекарственных препаратов;
 - пользования бытовыми приборами;
 - соблюдения общих правил безопасного дорожного движения;
 - соблюдения мер пожарной безопасности дома и на природе;
 - соблюдения мер безопасного поведения на водоёмах в любое время года;
 - вызова (обращения) за помощью в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи.

Оценка достижения планируемых результатов освоения программы проводится в ходе занятий "Учимся решать жизненные задачи", направленных на оценку уровня сформированности конкретного вида универсальных учебных действий. Тематическое спортивное ориентирование предполагает ориентирование на местности с остановками, на которых необходимо ответить на вопросы или выполнить задания на предполагаемую тему и получить маршрут движения далее. Прохождение всего маршрута движения воспитанниками предполагает положительную оценку сформированности УУД по данной теме (разделу). Таким образом, руководитель приобретает необходимые диагностические сведения, а кружковцы с удовольствием их демонстрируют в игровой форме.

Уровень удовлетворенности кружковцев определяется по результатам анкетирования «Семь причин» в конце учебного года. Обучающимся предлагается ответить на вопрос «Почему ты посещаешь кружок «Азбука безопасности»?» путем выбора только шести причин, а седьмую

дописывают сами. Анкетирование родителей проводится на родительском собрании или в заочной форме через кружковцев, а так же среди родителей, пришедших на итоговое спортивное ориентирование по станциям по приглашению руководителя кружка и обучающихся. Анкета состоит из нескольких вопросов без ответов и вопросов с выбором ответа (временной промежуток посещения кружка ребенком; делится ли обучающийся информацией, полученной на занятиях; какие эмоции испытывает; где знания могут пригодиться или ужегодились и т. п.) и просьбы об отзыве о работе кружка «Азбука безопасности».

Содержание программы

3 класс

Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях

Что такое безопасность? Знакомство с возможными опасностями и возможностями их предвидеть. Что такое чрезвычайная ситуация? Возможные способы выхода из ЧС. Подвижные игры на развитие наблюдательности и ловкости.

Улица полна неожиданностей

Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Причины дорожно-транспортных происшествий. Правила безопасного поведения пешехода на дорогах. Как правильно переходить дорогу. Наиболее безопасный путь в школу и из школы. Правила безопасного поведения велосипедиста на дороге. Сигналы регулирования дорожного движения. Виды перекрестков. Знакомство с дорожными знаками. Краткая характеристика современных видов транспорта. Правила безопасного поведения пассажиров в транспорте. Сюжетно-ролевые игры по ПДД.

Безопасность на воде

Выявление возможных опасных ситуаций на воде в разное время года. Правила и меры безопасного поведения на водоёмах в разные временные периоды. Знакомство с правилами поведения во время купания в специально отведенных местах, составление памяток на летний период. Знакомство с основными спасательными средствами. Посещение бассейна. Уроки плавания. Спортивное ориентирование с заданиями по соблюдению основных правил на водоёмах.

Безопасность в помещении

Безопасность в доме. Выяснить, как могут стать опасными домашние вещи. Огонь в доме. Детские шалости с огнём. Составление маршрута действий при обнаружении пожара дома, в школе, в транспорте. Как говорить по телефону, вызывая пожарную службу. Беседа о роли лекарств и витаминов в жизни человека. Какие опасности кроются в домашней аптечке? Спортивное ориентирование с заданиями по основным правилам безопасности в помещении.

Безопасность в разных жизненных ситуациях

Безопасность при отдыхе на природе. Первая помощь при укусах насекомых, домашних и диких животных. Правила общения с незнакомыми людьми. Заключительная игра с движением по станциям с препятствиями в виде вопросов и заданий по безопасности.

Содержание программы

4 класс(17 часов)

1. Основы здорового образа жизни.

1.1 Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни».

Понятие здоровья. Факторы влияющие на него. Основы здорового образа жизни и безопасность человека. Режим дня. Здоровое питание. Профилактика переедания, пищевых отравлений. Инфекционные болезни. Пути передачи инфекционных заболеваний. Профилактика инфекционных заболеваний.

1.2 Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Алкоголь и его влияние на умственную и физическую работоспособность человека. Профилактика вредных привычек.

2. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

2.1 Основные виды травм у детей младшего школьного возраста, первая медицинская помощь.

Основные виды травм у детей младшего школьного возраста. Переломы, вывихи, и растяжения связок. Когда следует вызывать «Скорую помощь» и порядок ее вызова. Кровотечение, первая медицинская помощь. Ушибы, сотрясение мозга, попадание инородных тел в глаз, ухо, нос- первая

медицинская помощь. Первая медицинская помощь при укусах насекомых, собак, кошек. Кровотечение из носа- оказание первой медицинской помощи.

2.2 Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи.

Первая медицинская помощь при наружном кровотечении. Правила обработки ран. Перевязка ран. Оказание первой помощи при ожогах и обморожениях. Оказание первой помощи при отравлениях. Первая медицинская помощь при травмах опорно- двигательного аппарата.

3. Опасные ситуации возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.

3.1 Безопасное поведение в быту

Опасные шалости и игрушки. Профилактика возможных опасных ситуаций в быту. Опасная высота.

3.2 Безопасное поведение на улицах и дорогах.

Безопасность пешеходов при движении по дорогам. Элементы дорог. Дорожная разметка. Правила перехода дорог. Перекрестки. Сигналы подаваемые водителями транспортных средств Соблюдение правил движения велосипедистами. Причины дорожнотранспортного травматизма. Государственная инспекция безопасности дорожного движения. Железнодорожный транспорт, его особенности, безопасное поведение при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажира.

3.3 Безопасное поведение на природе.

Ориентирование на местности. Понятие ориентира. Определение сторон горизонта по компасу, по солнцу, часам и местным признакам. Безопасная преграда через водную преграду. Умение вязать узлы. Костер. Меры пожарной безопасности при разведении костра.

3.4 Безопасное поведение на воде.

Основные правила поведения на воде, при купании, при отдыхе у воды, при катании на лодке. Способы и средства спасения утопающих. Основные спасательные средства.

4. Защита человека в чрезвычайных ситуациях.

Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени(аварии, катастрофы, военные конфликты). Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения. Подготовка обучаемых к действиям в ЧС мирного и военного времени.

На занятиях используются методы:

- Словесные (рассказ, объяснение, беседа).
- Наглядные (иллюстрация, демонстрация, показ педагога).
- Практические (упражнения, сюжетно-ролевые игры, практические работы).
- Репродуктивные (действия по образцу, предлагаемому педагогом).
- Метод стимулирования и мотивации (познавательные игры).
- Методы контроля и самоконтроля.
- Эвристические.

Календарно- тематическое планирование для 3 классов

№	Тема занятия	Кол-во часов	Содержание занятия	Планируемые результаты (личностные и метапредметные). Характеристика деятельности.
1	Что такое безопасность?	1ч	Формировать и развивать у учащихся целостное восприятие окружающей дорожной	Л: учебно-познавательные мотивы; П:с помощью учителя формулирует

			среды, наблюдательность.	познавательную цель; Р:с помощью учителя определяет этапы решения учебной задачи; К:с помощью учителя создаёт устные высказывания в соответствии с поставленными задачами.
2-3	Улица полна неожиданностей	2ч	Город, в котором мы живем. Познакомить с основными улицами в микрорайоне школы. Объяснить, почему на улице опасно. Для чего надо знать и выполнять Правила дорожного движения.	Л:спомощью учителя устанавливает связи между целью учебной деятельности и её мотивом; П:выделение и осмысление отдельных слов, терминов, понятий; Р:с помощью учителя дифференцирует известное и неизвестное; К:с помощью учителя выявляет проблему и оценивает предлагаемые способы её разрешения.
4	Практическое занятие (экскурсия, настольные игры).	1ч	Рассмотреть наиболее безопасный путь первоклассника в школу и домой. Провести обучающие игры по ПДД.	Л:освоение с помощью учителя безопасного способа пути; П: с помощью учителя использовать знаково- символические средства; Р: учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;

				К: с помощью учителя выявляет проблему и оценивает предполагаемые способы её разрешения.
5.	Остановочный путь и скорость движения.	1ч	Почему опасно внезапно выбегать на проезжую часть. Автомобиль мгновенно остановить невозможно. Остановочный путь автомобиля.	Л: с помощью учителя подбирает аргументы для оценивания предлагаемого материала; П: с помощью учителя устанавливает причинно-следственные связи; Р: с помощью учителя оценивать сложившуюся ситуацию на дороге; К: с помощью учителя формулировать собственное мнение и позицию.
6.	Пешеходные переходы.	1ч	Объяснить значение новых терминов «тротуар», «пешеходная дорожка», «обочина», научить правилам дисциплинированного поведения, умению предвидеть опасность, воспитывать наблюдательность, осторожность.	Л: с помощью учителя устанавливает связи между целью учебной деятельности и её мотивом; П: с помощью учителя создаёт модель поведения, отображающую учебную задачу; Р: с помощью учителя определяет то, что уже усвоено и что ещё подлежит усвоению. К: с помощью учителя создаёт устные высказывания, формулирует проблему.
7.	Практическое занятие.	1ч	Закрепить полученные знания, уметь правильно переходить дорогу.	Л: с помощью учителя устанавливает связи

	Пешеходные переходы.			<p>между целью учебной деятельности и её мотивом;</p> <p>П: с помощью учителя выстраивает иерархию имеющихся знаний;</p> <p>Р: волевая саморегуляция;</p> <p>К: с помощью учителя создаёт устные высказывания, формулирует проблему.</p>
8.	Проект «Добрый светофор».	1ч	<p>Формировать представления младших школьников о безопасности перехода улиц при регулировании дорожного движения светофором.</p>	<p>П: умение структурировать материал</p> <p>Л:направленность на усвоение новых знаний и способов действий.</p> <p>К: Слушать и слышать друг друга.</p>
9.	Как могут стать опасными обычные домашние вещи.	1ч	<p>Общее знакомство с домом, предметами мебели, приборами и техникой</p>	<p>П: с помощью учителя выбирать наиболее эффективные способы решения задач;</p> <p>Р: с помощью учителя планировать этапы решения учебной задачи и формулировать конечный результат действия;</p> <p>К: с помощью учителя выявлять проблему и оценивать способы её разрешения.</p>
10	14. «Опасные» предметы в доме.	1ч	<p>Обращение с колющими, режущими предметами. Хранение ножниц, иголок и т.д.</p>	<p>Л: с помощью учителя устанавливать связи между целью учебной деятельности и её мотивом;</p> <p>П: самостоятельно или с помощью учителя работать со знаково-</p>

				символическими средствами; Р: учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения; К: планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками.
11	Как подружиться с электричеством	1ч	Электроприборы и обращение с ними. Неисправная техника.	Л:внутренняя позиция школьника на уровне принятия учебной задачи; П:с помощью учителя устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;
12	Что делать при запахе газа	1ч	Что такое газ? Газовая плита, Утечка газа. Газовая служба.	Р: учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения; К: Обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе.
13	Огонь - враг или друг.	1ч	Использование огня человеком. Электроприборы, их правильная эксплуатация. Спички.	Р: учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения; К: Обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе.
14.	Сказочный урок безопасности. Учимся с домовёнком Кузей.	1 ч	Домашняя аптечка. Лекарства и бытовая химия.	П: умение структурировать материал Л:направленность на усвоение новых знаний и способов действий.
15	Разговор по телефону	1 ч	Какую информацию можно передавать в разговоре	К: Слушать и слышать друг друга.
16	Если кто-то звонит в твою дверь	1 ч	Что делать, если за дверью незнакомец. Мой дом – моя крепость.	
17-18	Обобщающее занятие «Безопасный дом».	2ч	Проектная деятельность.	П: умение структурировать материал Л:направленность на усвоение новых знаний и способов действий. К: Слушать и слышать друг друга.

19	Здоровый человек – кто это?	1 ч	Здоровье. Здоровый образ жизни. Личная гигиена. Красота издоровье.	Л: с помощью учителя подбирать аргументы для оценивания предлагаемого материала, опираясь на существующие нравственно-этические нормы;
20	Правильное питание. Витамины-наши друзья	1 ч	Здоровое питание. Рацион школьника. Продукты питания. Виды витаминов. Польза витаминов для организма человека.	П: с помощью учителя выстраивать иерархию имеющихся знаний;
21	Режим дня. Чем важен сон?	1 ч	Что такое режим дня? Сон.	Р: учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
22.	Спорт и активный отдых.	1 ч	Спорт и виды спорта. Спортсмен. Спортивный дух. Спорт и дети.	К: с помощью учителя адекватно использовать речевые средства для решения коммуникативных задач.
23.	Обобщающее занятие «Моё здоровье в моих руках».	1 ч	Проектная деятельность. Защита детьми странички книги «Мой безопасный мир».	П: умение структурировать материал Л: направленность на усвоение новых знаний и способов действий. К: Слушать и слышать друг друга.
24-25	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.	2ч	Общее понятие о природе и её важной роли в жизни человека. Как природе беречь и приумножать богатства природы. Защита окружающей среды.	Л: с помощью учителя устанавливает связи между целью учебной деятельности и её мотивом;
26	Как не заблудиться в лесу.	1ч	Стороны света. Ориентиры в лесу. Правила безопасности в лесу	П: выделение и осмысление отдельных слов, терминов, понятий;
27.	Ядовитые растения и грибы	1 ч	Понятие о ядовитых и съедобных грибах	Р: с помощью учителя дифференцирует известное и неизвестное;
28	Правила безопасности на воде.	1 ч	Правила безопасного поведения на воде.	

				К: с помощью учителя выявляет проблему и оценивает предлагаемые способы её разрешения.
29	Обобщающее занятие «Природа и мы».	1 ч	Проектная деятельность. Защита детьми странички книги «Мой безопасный мир».	П: умение структурировать материал Л: направленность на усвоение новых знаний и способов действий. К: Слушать и слышать друг друга.
30	Где можно и где нельзя играть	1 ч	Безопасные места для игр детей	Л: с помощью учителя подбирать аргументы для оценивания предлагаемого
31	Правила поведения в транспорте	1 ч	Виды транспорта.	материала, опираясь на существующие нравственно-этические нормы; П: с помощью учителя выстраивать иерархию имеющихся знаний; Р: учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения; К: с помощью учителя адекватно использовать речевые средства для решения коммуникативных задач.
32-33	Правила безопасного поведения во время каникул	1 ч	Знать основы поведения в доме, школе, в общественных местах.	
34	День защиты детей (праздник)	1 ч	Подведение итогов года	П: умение структурировать материал Л: направленность на усвоение новых знаний и способов действий. К: Слушать и слышать друг друга.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата по плану	Дата по факту
Основы здорового образа жизни (4 ч)				
1	Понятие здоровья. Факторы, влияющие на него	1		
2	Инфекционные болезни. Пути передачи инфекционных заболеваний. <i>Поиск информации в энциклопедиях, в Интернете (инф.)</i>	1		
3	Профилактика инфекционных заболеваний	1		
4	Профилактика вредных привычек	1		
Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (4 ч)				
5	Основные виды травм у детей	1		
6	Средства помощи при травмах	1		
7	Первая медицинская помощь при ушибах и кровотечениях	1		
8	Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата	1		
Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся (8 ч)				
9	Опасные игрушки. <i>Работа с иллюстративным материалом (инф.)</i>	1		
10	Опасная высота	1		
11	Правила безопасного поведения на дорогах	1		
12	Соблюдение правил движения велосипедистами	1		
13	Причины дорожно-транспортного травматизма	1		
14	Определение сторон горизонта по местным признакам	1		
15	Определение сторон горизонта по компасу, по солнцу	1		
16	Умение вязать узлы. Меры пожарной безопасности при разведении костра. Правила безопасного поведения на воде	1		
Защита человека в чрезвычайных ситуациях (1 ч)				
17	<i>Тестирование.</i> «Мир и безопасность». <i>Поиск информации в энциклопедиях, в Интернете (инф.)</i>	1		
Итого		17		

Источники

1. Авдеева Н.Н., Князева О.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность. - С.П., 2014.
2. Анастасова Л.П., Ижевский П.В., Иванова Н.В. Программа по основам безопасности жизнедеятельности «Жизнь без опасностей. Первые шаги к самостоятельности» - М., 2014.
3. Алексеев В. А. 300 вопросов и ответов по экологии - Ярославль: Академия развития, 2014.
4. Белая Н.Ю. Как обеспечить безопасность дошкольников - М., 2014.
5. Григорьев Д. В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя/Д. В. Григорьев, П. В. Степанов - М.: Просвещение, 2014.
6. «365 уроков безопасности». Л. Логинова - «Айрис Пресс», Москва. 2014.
7. «Сценарии праздников для детей и взрослых. Подвижные игры – Мир Книги, Москва, 2014.
8. DVD «Уроки осторожности» - ТО «Маски», Москва, 2014.
9. DVD «Уроки хорошего поведения» - ТО «Маски», Москва, 2014.

10. DVD«Азбука безопасности. Смешарики» - ООО «Смешарики», концепция сериала и персонажи, 2014-2015.

Интернет-ресурсы

1. numi.ru/download.php?id=35025. Педагогический проект. «Безопасность шаг за шагом».

2. nsportal.ru/shkola/osnovy-bezopasnosti.../metodicheskie-rekomendatsii-...

3.

[http://summercamp.ru/index.php?title=Подвижные_игры_для_детей_младшего_возраста_\(7-10_лет\)](http://summercamp.ru/index.php?title=Подвижные_игры_для_детей_младшего_возраста_(7-10_лет))