

Данные электронной подписи

Владелец: Диянов Константин Сергеевич

Организация: БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА ОМСКА "ГИМНАЗИЯ № 19",
5503031068 550301001

Подписано: 06.07.2026 17:06:59

Данные сертификата

Серийный номер:

00E0A5299F65932C0A237C0B693A3DE750

Срок действия: 05.02.2026 07:02:27 - 01.05.2027

07:15:17

Документ подписан электронной подписью

УТВЕРЖДАЮ

Директор

БОУ г. Омска «Гимназия № 19»

_____ К.С. Диянов

« 6 » июля 2026 г.

ПРОГРАММА
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ ИСПЫТЫВАЮЩИХ ТРУДНОСТИ В ОБУЧЕНИИ
на 2026/2027 учебный год

Пояснительная записка

Система психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса является одним из ведущих направлений в работе образовательного учреждения, в которой психолого-педагогическое сопровождение учащихся с высоким риском школьной неуспешности рассматривается как особый вид помощи (или поддержки) обучающихся. Психолого-педагогическое сопровождение учащихся реализуется на всех этапах школьной жизни и носит комплексный характер, основанный на взаимодействии всех участников образовательного процесса (обучающие, родитель (законные представители), классный руководитель, учителя-предметники, администрация школы, социальный педагог, педагог-психолог, учитель-логопед), что обеспечивает развитие обучающихся и их успешную социализацию в условиях образовательного процесса. Обращается особое внимание на то, что первичные причины, приводящие, в конечном итоге, к школьной неуспешности, могут быть различными. Наиболее распространенной предпосылкой служит недостаточная подготовленность ребенка к школе, приводящая к затруднениям с первых дней обучения. Нередко причиной первых неудач становится задержка психического развития (нарушение обучаемости). В некоторых случаях «слабым звеном» оказываются завышенные ожидания родителей. Возможен вариант, когда первоисточником школьной неуспешности является повышенная тревожность ребенка, сформировавшаяся под влиянием семейных конфликтов или неправильного стиля воспитания. Вызванная этим общая неуверенность в себе, склонность панически реагировать на любые трудности переносится позже и на школьную жизнь. Независимо от исходной причины развитие школьной неуспешности протекает примерно одинаково. В конечном итоге во всех случаях наблюдается сочетание низких достижений, резко повышенной тревожности, неуверенности в себе и низкой оценки ребенка окружающими (родителями, учителями).

Создание психолого-педагогических условий, обеспечивающих комфортное положительное эмоциональное обучение и творческое развитие каждого ребенка от момента его поступления в школу и до ее окончания, является одной из основных задач психологической службы образовательного учреждения. Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса предусматривает своевременное выявление учащихся с высоким риском школьной неуспешности с целью оказания им помощи в становлении, развитии интеллектуального потенциала и воспитании личности в совокупности ее когнитивных, эмоциональных, мотивационно - потребностных характеристик через изучение стартовых возможностей и динамики развития учащихся в образовательном процессе. На этом основании программа психолого-педагогического сопровождения учащихся с высоким риском школьной неуспешности включает в себя психолого-педагогическую диагностику, анализ динамики успеваемости

и познавательного развития ученика, его школьной мотивации, прогноз вектора образовательного маршрута.

Цели программы:

- разработка и внедрение процедуры комплексного психолого-педагогического сопровождения, способствующего успешному гармоничному и комфортному обучению и развитию учащихся с высоким риском школьной неуспешности;
- обеспечение психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса для предоставления возможности каждому учащемуся быть успешным;
- оказание комплексной психолого-социально-педагогической помощи и поддержки учащимся, родителям (их законным представителям), педагогам.

Задачи программы:

- систематическое отслеживание психолого-педагогического статуса ребенка и динамики развития его познавательных, мотивационных и личностных особенностей в процессе обучения;
- создание социально-психологических условий для оказания помощи учащимся, имеющим проблемы в развитии и обучении;
- проведение профилактической работы по предотвращению возникновения проблем развития ребенка (психолого-педагогическое сопровождение процесса адаптации учащихся в переходные периоды);
- содействие в решении актуальных задач развития, обучения, социализации (учебные трудности, трудности с выбором образовательного и профессионального маршрута, нарушения эмоционально-волевой сферы, проблемы взаимоотношений со сверстниками, учителями, родителями);
- осуществление взаимодействия с подразделениями общеобразовательного учреждения (психолого-педагогический консилиум, Совет профилактики);
- способствование повышению психолого-педагогической компетентности всех участников образовательного процесса (учащихся, родителей, педагогов).

В основе психолого-психологического сопровождения учащихся с высоким риском школьной неспешности заложены следующие **принципы:**

- принцип конфиденциальности (в ситуациях передачи информации третьим лицам, информация должна быть представлена в форме, исключающей ее использование против интересов обратившегося);
- принцип компетентности (педагог-психолог несет ответственность за выбор методов);
- принцип этической и юридической правомочности (все действия должны соответствовать нормативным правовым документам, регламентирующим деятельность педагогов-психологов);

- принцип «на стороне ребенка»: во главе угла ставятся интересы ребенка, обеспечивается защита его прав при учете позиций других участников учебно- воспитательного процесса;

- принципы коллегиальности и диалогового взаимодействия обуславливают совместную деятельность субъектов психологического сопровождения в рамках единой системы ценностей на основе взаимного уважения и коллегиального обсуждения проблем, возникающих в ходе реализации программ;

- принцип системности (психологическое сопровождение носит непрерывный характер и выстраивается как системная деятельность, в основе которой лежит внутренняя непротиворечивость, опора на современные достижения в области социальных наук, взаимосвязь и взаимообусловленность отдельных компонентов).

Принцип обеспечивает единство диагностики, коррекции и развития, т.е. системный подход к анализу особенностей развития и коррекции нарушений у детей, а также всесторонний многоуровневый подход специалистов различного профиля, взаимодействие и согласованность их действий в решении проблем учащегося;

- принцип целостности предполагает построение деятельности школы на основе единства процессов развития, обучения и воспитания учащихся;

- принцип непрерывности гарантирует учащемуся и его родителям (законным представителям) непрерывность помощи до полного решения проблемы или определения подхода к её решению;

- принцип рациональности лежит в основе использования форм и методов психологического взаимодействия и обуславливает необходимость их отбора с учетом оптимальной сложности, информативности и пользы для ребенка;

- принцип добровольности участия в психологических процедурах. Педагог-психолог исходит из уважения личного достоинства, прав и свобод, провозглашенных и гарантированных Конституцией РФ. Работа допускается только после получения согласия испытуемого и/или родителя (законного представителя) в ней участвовать.

Данные принципы согласуются с профессиональными стандартами, принятыми в работе психологов в международном обществе. Приоритетные направления деятельности педагога-психолога подчинены единой задаче психолого-педагогического сопровождения развития личности ребенка и являются комплексной технологией решения задач обучения, воспитания и социализации обучающихся.

Деятельность специалистов сопровождения реализуется в двух направлениях. Первое направление - профилактическое: предупреждение трудностей в обучении и адаптации детей к школе. Второе направление - актуальное: конкретная помощь специалистов, в том числе коррекционная, в преодолении трудностей в обучении.

Таким образом, комплексная работа психолого-педагогической службы включает в себя взаимосвязанные направления работы: диагностическую,

коррекционно-развивающую, профилактическую, экспертную.

консультационно-просветительскую,

Педагог-психолог традиционно использует как групповые, так и индивидуальные формы работы: занятие (развивающее) с элементами тренинговых технологий, круглый стол, беседа с элементами практикума, семинар, консультация, психологическая игра, самодиагностика (обучающая диагностика).

Формы психолого-педагогического сопровождения:

- диагностика (индивидуальная и групповая) - психолого-педагогическое изучение учащихся на протяжении всего периода обучения, определение индивидуальных особенностей и склонностей личности, ее потенциальных возможностей в процессе обучения и воспитания, а также выявление причин и механизмов нарушений в обучении, развитии, социальной адаптации. Психологическая диагностика определяется задачами образовательного учреждения и запросами участников учебно-воспитательного процесса (администрацией, педагогами, родителями, учащимися). Диагностическая работа позволяет в первую очередь ориентироваться на развитие учащихся, учет их особенностей и всестороннее раскрытие их интеллектуального и личностного потенциала. Использование результатов диагностической работы способствует оказанию поддержки и помощи ребенку в решении задач развития, обучения, воспитания, социализации. Проектирование образовательных программ предполагает изучение стартовых возможностей и динамики развития ребенка в образовательном процессе на основе психолого-педагогической диагностики и, следовательно, предполагает построение системы психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса. На основе результатов проведенных диагностических исследований выстраиваются приоритетные направления работы, изучается результативность используемых программ, проектов и корректировка их в дальнейшем.

- коррекционно-развивающая работа (индивидуальная и групповая) - формирование потребности в новом знании, возможности его приобретения и реализации в деятельности и общении; организация работы с учащимися, имеющими проблемы в обучении, поведении и личностном развитии, выявленные в процессе диагностики.

- консультирование (индивидуальное и групповое) – оказание помощи участникам образовательного процесса в осознании и решении психологических проблем, в актуализации и активизации личностных особенностей; содействие сознательному и активному присвоению нового социального опыта; оказание помощи в формировании новых установок и принятии собственных решений; решении различного рода психологических проблем, связанных с трудностями в межличностных отношениях, самосознании и саморазвитии.

- просвещение - формирование у обучающихся и их родителей (законных представителей), педагогических работников и руководителей

образовательного учреждения потребности в психологических знаниях, желания использовать их в интересах собственного развития и своевременного предупреждения возможных нарушений в становлении личности.

- профилактика – предупреждение возникновения явлений дезадаптации учащихся, профессионального выгорания педагогов; выявление и нейтрализация факторов, негативно влияющих на здоровье педагогов и учащихся; разработка конкретных рекомендаций педагогическим работникам, родителям (законным представителям) по оказанию помощи в вопросах воспитания, обучения и развития. Профилактическая работа предполагает проведение мероприятий с родителями и педагогами по преодолению конфликтных ситуаций в образовательной среде, созданию благоприятного психологического климата в семье и установлению благоприятных детско- родительских отношений; размещение стендовой информации по вопросам психологии и оказания психологической помощи различными организациями (детский Телефон доверия и т.д.) для учащихся, педагогов и родителей; ведение Интернет-странички для родителей по вопросам воспитания.

- экспертиза – психологический анализ образовательных и учебных программ, проектов, пособий, образовательной среды, профессиональной деятельности специалистов образовательного учреждения; оценка альтернативных решений и выделение наиболее предпочтительных вариантов организации учебно-воспитательного процесса.

Психолого-педагогическое сопровождение - комплексная технология, особая культура поддержки и помощи ребенку в решении задач развития, обучения, воспитания, социализации. Технологии психолого-педагогического сопровождения учащихся группы риска школьной неуспешности опираются на скоординированное междисциплинарное взаимодействие субъектов образовательного процесса, обеспечивающее благоприятные условия для их личностного развития.

Технологии психолого-педагогического сопровождения учащихся группы риска школьной неуспешности:

- построение адекватной возможностям ребенка последовательности и глубины подачи программного материала в контексте адаптации образовательной программы для слабоуспевающих учащихся по каждой отдельной компетенции или предмету;

- оценка особенностей и уровня развития ребенка, с выявлением причин и механизмов его проблем, для задач создания необходимых условий сопровождения ребенка и его семьи;

- оценка внутригрупповых взаимоотношений, для решения задач сопровождения всех субъектов образовательного пространства, формирования эмоционального принятия и группового сплочения;

- технологии развивающей работы со слабоуспевающими учащимися, при необходимости, с другими субъектами образовательного пространства;

- технологии поддержки участников образовательного процесса (педагогов, родителей), психологической работы с родительскими и учительскими ожиданиями;

- отслеживание динамики индивидуального прогресса неуспевающего ученика;

- анализ эффективности деятельности отдельных специалистов консилиума и оценка эффективности сопровождения ребенка в целом во всех его аспектах через аттестационные показатели овладения ребенком адаптированного учебного материала, образовательных результатов (предметных, метапредметных, личностных), традиционных показателей социализированности ребенка.

- оценка эффективности программы психолого-педагогического сопровождения учащихся с высоким риском школьной неспешности проводится на педагогическом совете, ППк.

Модель психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса

№	Направление и тематика работы
Работа с педагогами	
1	Проведение педсоветов по работе с детьми, испытывающими трудности в обучении: - «Взаимосвязь мотивации учителя и ученика к саморазвитию и самообразованию как ресурс повышения качества образования»; - «Как помочь детям, испытывающим трудности в обучении»; - «Осуществление индивидуального подхода с учётом личностных особенностей учащихся».
2	Проведение семинаров, лекций: - «Проблемы развития познавательных психических процессов у детей с трудностями в обучении»; - «Психологические причины школьной неуспешности».
3	Круглый стол по результатам адаптационных периодов учащихся 1, 5 классов.
4	Психологические тренинги для снятия напряжения, предупреждения эмоционального выгорания педагогов.
5	Индивидуальные консультации по проблемам.
6	Психолого-педагогический консилиум. Совместная деятельность специалистов, выработка рекомендаций родителям и педагогам, определение направлений коррекционной работы, прогнозирование ожидаемых результатов.
Работа с обучающимися	
7	Изучение готовности первоклассников к обучению в школе.
8	Психологическая поддержка учащихся первых классов на этапе адаптации.

9	Изучение динамики развития учащихся начальной школы.
10	Диагностика готовности к переходу в среднюю школу.
11	Психологическая поддержка учащихся пятых классов на этапе адаптации.
12	Выявление школьников, нуждающихся в индивидуальной поддержке: дети с ОВЗ, дети со слабой мотивацией, с низкими результатами обучения.
13	Выявление и анализ причины проблем и трудностей учащегося.
14	Определение уровня и особенностей интеллектуального развития данных категорий обучающихся.
15	Тестирование учащихся с рисками учебной неуспешности на определение уровня школьной мотивации.
16	Составление индивидуального маршрута (карты) сопровождения учащихся с особыми образовательными потребностями.
17	Проведение коррекционно-развивающих занятий с учащимися «группы риска».
18	Оказание психолого-педагогической помощи учащимся и их семьям (консультирование, работа с семьей, тестирование и др.).
19	Индивидуальные консультации.
Работа с родителями (законными представителями)	
20	Индивидуальные беседы с родителями по уточнению индивидуальных особенностей ребенка, составление психологического заключения.
21	Индивидуальные консультации.
22	Организация психолого-педагогического просвещения родителей школьников с учебной неуспешностью.
23	Родительский университет. Организация и проведение лекций, бесед, тренингов для родителей.
24	Тематические родительские собрания.

Результативность преемственности в обучении и психолого-педагогического сопровождения прослеживается на каждом возрастном этапе:

- изучение готовности первоклассников к обучению в школе.
- психологическая поддержка учащихся первых классов на этапе адаптации.
- изучение динамики развития учащихся начальной школы. Изучение динамики развития будет проводиться по разработанной циклограмме, где диагностируемые параметры развития соотнесены с возрастными особенностями и возможностями учащихся, а периоды проведения психологической диагностики соотнесены с периодами овладения тех или иных учебных умений и навыков. Психолого-педагогическая диагностика позволит заблаговременно выявлять «группу риска» и оказывать помощь до появления серьезных проблем обучения. Диагностика внимания (скорости и точности переработки информации) позволит организовать сопровождение

учащихся с проблемами в обучении, связанными с темпами созревания мозговых структур и др. Карты развития покажут развитие познавательной, учебной и личностной сфер, а также успеваемость в динамике, позволят прогнозировать образовательный маршрут.

- диагностика готовности к переходу в среднюю школу. Психолого-педагогическое сопровождение ученика начальной школы позволит установить не только уровень обученности, но и причины его обусловившие, поможет прогнозировать дальнейший ход развития. Школьные трудности легче будет спрогнозировать и обосновать. Психолого-педагогическое сопровождение в средней школе потребует учета этих данных и помощи не только в период адаптации, но и в последующий период обучения.

- психологическая поддержка учащихся пятых классов на этапе адаптации. Предыдущие этапы работы в начальной школе, просветительская и консультативная работа с родителями (законными представителями) и педагогами обеспечат благополучную адаптацию.

Этапы психолого-педагогического сопровождения учащихся с высоким риском школьной неуспешности.

I этап. «Постановка проблемы».

1-ситуация: источником информации об ученике служит запланированный психодиагностический минимум, который осуществлялся со всей параллелью.

2-ая ситуация: началом работы служит индивидуальный запрос, поступающий от ученика, родителей, педагога, администрации.

Формируются предположения (психологическая гипотеза) относительно природы и содержания выявленных проблем у ребёнка и планируется дальнейшая диагностическая работа.

II этап. «Уточнение проблемы».

Проведение углубленного психологического исследования:

- сбор дополнительной информации от педагогов, классного руководителя, родителей, необходимой для уточнения психологического диагноза;

- диагностический анализ актуального состояния ребёнка, ситуации его развития;

- синтезирование и обобщение всей информации о ребёнке (условно говоря, «сборка» целостного школьного статуса) осуществляется, по необходимости, на консилиуме с целью выработки единой стратегии психолого- педагогического сопровождения.

III этап. «Решение проблемы».

- определение конкретных задач и распределение ответственности каждого субъекта сопровождения по отношению к ребёнку или данной ученической группе, школьной параллели;

- разработка коррекционно-развивающей программы (конкретные шаги и методы сопровождения ребёнка на данном этапе обучения).

- консультирование родителей.

- консультирование педагогов, формирование у педагогов навыков работы с неуспевающими учащимися через обучающие семинары.
- консультирование администрации по итогам диагностического минимума и консилиума.

IV этап. «Рефлексивный».

Сопровождение педагогов.

- индивидуальная работа с учителем направлена, прежде всего, на совместный поиск наиболее эффективных подходов к детям, на анализ затруднений, возникающих в работе педагога с детьми и родителями, а также на снятие психологического напряжения, к сожалению, довольно часто сопровождающего работу педагога.

- психологическое просвещение. Основной формой является психолого- педагогический семинар.

- организация психолого-педагогической поддержки учителя, развитию у него навыков саморегуляции и управления эмоциями. Обучение приемам снятия напряженности, регуляции психоэмоциональных состояний.

Решение задач психолого-педагогического сопровождения ребенка не может быть ограничено областью непосредственного взаимодействия педагога- психолога с ребенком, но требует организации работы с педагогами и родителями как участниками учебно-воспитательного процесса. С педагогами используются различные формы работы. Это и индивидуальная работа педагога-психолога с учителем, работающим с классом, и лекции, и семинары для педагогического коллектива.

Сопровождение родителей (законных представителей).

Повышение психологической компетентности родителей посредством проведения лекций, бесед, индивидуальных консультаций и т.д.

Оценка эффективности и анализ проведенной работы.

Ожидаемые результаты: программа позволит установить факторы и условия успешного обучения, показать взаимосвязь развития психических функций и успеваемости, прогнозировать и предупреждать школьные проблемы и трудности, оказывать эффективную психолого-педагогическую помощь и поддержку учащимся, родителям (их законным представителям), педагогам. Программа способствует: достижению обучающимися с рисками учебной неуспешности результатов освоения образовательной программы; формированию «универсальных учебных действий», обеспечивающих «умение учиться», способностей личности к саморазвитию и самосовершенствованию; формированию успешной социально-психологической адаптации детей с высокими рисками неуспешности в обучении в образовательной среде, социуме. Одним из важнейших условий достижения данного результата является равноправное сотрудничество учителей и педагога - психолога.

План мероприятий в рамках реализации программы психолого-педагогического сопровождения учащихся с высоким риском школьной неуспешности

№	Мероприятия	Сроки	Формы работы	Ответственные
1.	Проведение совещаний с учителями – предметниками, классными руководителями по работе со слабоуспевающими обучающимися	Октябрь - апрель	Протоколы и материалы семинаров, методические рекомендации	Зам. директора по УВР Руководители МО
2.	Организация семинаров для педагогов по организации работы со слабоуспевающими обучающимися	Ноябрь - май	Протоколы и материалы семинаров	Зам. директора по УВР Руководители МО
3.	Заседание мобильных групп учителей предметников с целью корректировки действий по работе со слабоуспевающими обучающимися	Январь	Протоколы	Учителя предметники
4.	Организация консультаций педагога-психолога с родителями (законными представителями) и учителями предметниками по работе с неуспевающими обучающимися	В течении года	Рекомендации	Зам. директора по УВР
5.	Разработка методических рекомендаций для педагогов по работе со слабоуспевающими обучающимися	Октябрь	Методические рекомендации	Зам. директора по УВР Руководители МО
6.	Отчет учителей предметников, имеющих неуспевающих обучающихся об индивидуальной работе с ними	1 раз в триместр	Отчеты	Зам. директора по УВР, учителя предметники
7.	Анкетирование учителей с целью оказания методической помощи	Октябрь	Анкеты, анализ анкетирования	Зам. директора по УВР
8.	Методические рекомендации по внесению корректировок в календарно – тематическом планировании учителей предметников	Октябрь - апрель	Устные рекомендации	Зам. директора по УВР, руководители МО
9.	Обсуждение на школьных МО по предметам вопросам: «Эффективные формы,	Декабрь - Март	Протоколы МО	Руководители МО

	методы, приемы по работе со слабоуспевающими обучающимися»			
10.	Осуществление контроля за успеваемостью обучающихся, связь с учителями предметниками и родителями (законными представителями) через дневник и индивидуальные беседы	В течении года	Протоколы ППк	Классные руководители
11.	Рекомендации по составлению индивидуальных диагностических карт для слабоуспевающих обучающихся	Ноябрь - Февраль	Устные рекомендации	Зам директор по УВР, руководители МО
12.	Заседание ППк для определения индивидуального образовательного маршрута для слабоуспевающих обучающихся	Каждый триместр	Протоколы ППк	Директор, зам по УВР, классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог
Работа с обучающимися				
13.	Составление банка данных неуспевающих, обучающихся	В течение года	Банк данных	Учителя предметники
14.	Диагностика слабоуспевающего обучающегося (отслеживание достижений учащихся и выявление пробелов в знаниях обучающегося)	Октябрь – апрель	Диагностические карты	Учителя предметники
15.	Отработка неувоенных тем на уроках, дополнительных занятиях, индивидуальных консультациях	Октябрь - апрель	График консультации дополнительных занятий	Учителя предметники
16.	Предоставление информации об учащихся, не посещающих консультации по предметам	После каждой консультации	Журнал работы с неуспевающими обучающимися	Учителя предметники
17.	Проведение пед советов по предварительной успеваемости обучающихся	В конце каждого триместра	Протокол	Зам директора по УВР
18.	Проведение мониторинга посещаемости обучающимися занятий в ОУ	В течение года	Результаты мониторинга	Зам директора по УВР
Работа с родителями (законными представителями)				
19.	Беседы с родителями (законными представителями), имеющих	В конце каждого триместра	Лист ознакомления	Зам директора

	неудовлетворительные отметки по итогам триместра			
20.	Индивидуальная работа с родителями (законными представителями) слабоуспевающих обучающихся, ознакомление под подпись с неудовлетворительными отметками	В течение года	Ведомость ознакомления родителей (законных представителей) с неудовлетворительны отметками письма администрации	Классные руководители
21.	Взаимодействие всех участников образовательного процесса при работе со слабоуспевающим обучающимся	В течение года	Приказ, справка	Зам директора
22.	Заседание совета профилактики. Работа с родителями (законными представителями) обучающихся имеющих отрицательные оценки и пропуски без уважительной причины	По плану заседаний совета профилакти ки	Протоколы	Директор, зам директора, социальный педагог, педагог - психолог
23.	Заседание ППк для определения индивидуального образовательного маршрута для слабоуспевающих обучающихся	По необходим ости	Протоколы ППк	Директор, зам директора, педагог-психолог, социальный педагог, классный руководитель.

Список литературы

1. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. - М.: Совершенство, 1997 (Практическая психология в образовании).
2. Волков Б.С. Акцентуации характера школьников и учителей. Учебное пособие. - М.: Педагогическое общество России, 2007.
3. Слободяник Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении. Практическое пособие - М. Арис Пресс, 2003.
4. Шилова Т.А. Диагностика психолого- социальной дезадаптации детей и подростков. Методическое пособие -М. Арис Пресс, 2004.