Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение центр образования №170 Колпинского района Санкт-Петербурга

«ПРИНЯТО» Решением Педагогического совета ГБОУ Центра образования №170 Санкт-Петербурга Протокол №1 от 29.08.2025 года «УТВЕРЖДЕНО» Директор ГБОУ Центра образования № 170 Санкт-Петербурга Приказ №342 от 01.09.2025 года Т.А. Куташова

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«ХОРОВАЯ СТУДИЯ»

Возраст учащихся: 13-17 лет

Срок реализации 1 год

Разработчик: Фокина Анна Александровна педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность: художественная.

Адресат программы: программа рассчитана на обучающихся 13–17 лет и предусматривает возможность участия детей с ограниченными возможностями здоровья.

Актуальность программы: современные подростки испытывают дефицит живого общения и творческой самореализации, что нередко приводит к снижению мотивации к учебе и социальной активности. Хоровое пение является доступной и эффективной формой художественного воспитания, которая способствует развитию музыкальных способностей, формированию эмоциональной отзывчивости, коммуникативных навыков и умению работать в коллективе.

Программа учитывает необходимость создания условий для совместного творчества подростков разного уровня подготовки, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья. Участие в хоровом коллективе способствует их успешной социализации, укреплению эмоционального здоровья и формированию положительной самооценки.

Таким образом, реализация программы «Хоровая студия» отвечает современным запросам общества на развитие художественного творчества, поддержку подростков и создание инклюзивной образовательной среды.

Уровень освоения: общекультурный.

Объем и сроки освоения: срок реализации – 1 год. Количество часов – 144 часа.

Цель программы: создание условий для развития музыкальных и творческих способностей подростков через коллективное хоровое пение, воспитание культуры общения и формирование умений совместного художественного творчества.

Залачи:

Обучающие:

- Формировать основы певческой культуры (дыхание, артикуляция, чистота интонации).
- Обучать навыкам ансамблевого и хорового исполнения.
- Расширять знания о музыкальных жанрах, стилях и традициях.
- Знакомить с нотной грамотностью (в объёме, необходимом для работы в хоре).

Развивающие:

- Развивать музыкальный слух, чувство ритма и память.
- Совершенствовать вокальные данные каждого участника.
- Стимулировать творческое воображение, артистичность.
- Формировать умение работать в коллективе, учитывать партнёра по ансамблю.

Воспитательные:

- Воспитывать интерес и любовь к музыкальному искусству.
- Формировать культуру общения, чувство ответственности и взаимопомощи.
- Создавать условия для успешной социализации подростков, включая детей с ОВЗ.
- Воспитывать уважение к традициям, народному и классическому музыкальному наследию.

Организационно-педагогические условия реализации:

Язык реализации – русский.

Форма обучения – очная.

Условия приема на обучение: обучающиеся от 13 до 17 лет, без ограничений по состоянию здоровья и уровню знаний.

Формы организации занятий определяют, в каком режиме проводится обучение, и как распределяется учебное время:

— *Групповые занятия*. Основная форма работы. Учащиеся вместе осваивают основы вокального дыхания, дикции, вокально-хоровых упражнений; участвуют в обсуждениях, совместном исполнении произведений. Групповая форма способствует развитию коммуникации, ответственности и навыков командной работы.

- *Практические занятия*. Репетиции песен, работа над разучиванием партий, упражнения на слух, интонацию и ритм. Практика помогает закрепить материал и подготовить учащихся к концертным выступлениям.
- *Индивидуальная работа*. Особенно важна для поддержки детей с разным уровнем подготовки, включая учащихся с ОВЗ. Используется при отработке вокальной техники, дикционных упражнений, подборе репертуара и индивидуальных партий.
- *Творческие мастерские*. Формат, направленный на раскрытие воображения и креативности. Учащиеся самостоятельно или в малых группах подбирают репертуар, создают вокальные импровизации, пробуют различные варианты исполнения, экспериментируют с интонацией и динамикой.
- *Проектная деятельность*. Работа над коллективным или индивидуальным проектом (концертная программа, музыкальная композиция, вокальное оформление школьного или городского праздника). Итогом проектной деятельности становится открытое выступление для зрителей или участие в фестивале.

Формы проведения занятий: занятие может быть построено как в традиционной форме, так могут быть использованы и другие формы.

- *Фронтальная*. Используется для объяснения нового материала: основы вокального дыхания, знакомство с жанрами музыки, демонстрация вокальных приёмов, показ образцов исполнения.
- *Групповая*. Учащиеся работают в малых группах (по 2–5 человек), выполняют вокальные упражнения, разучивают отдельные партии, пробуют ансамблевое исполнение.
- *Индивидуальная*. Позволяет каждому обучающемуся работать в своём темпе: постановка голоса, отработка дыхания, дикции, разучивание сольных партий. Особенно значима для детей с OB3.
- *Парная*. Работа в парах при выполнении вокальных упражнений: пение в диалоге, подголоски, каноны, упражнения на слуховое взаимодействие и внимание.
- *Практико-ориентированная*. Основной упор на репетиции и подготовку к концертным выступлениям. Результатом становится реальный продукт концертная программа, вокальная композиция или участие в школьных и городских мероприятиях.
- *Игровая*. Включение музыкально-дидактических игр, вокальных импровизаций, конкурсов на лучшее исполнение песни или выразительное интонирование.
- *Проектная*. Занятия, на которых учащиеся самостоятельно или в группах готовят творческие проекты: концертные номера, тематические вокальные программы, вокально-инструментальные композиции.
- *Интерактивная* (с обратной связью). Использование диалога, обсуждения исполнения песен, разбор ошибок и удачных находок, коллективное обсуждение репертуара и творческих замыслов.

Кадровое обеспечение: программу реализует педагог дополнительного образования.

Планируемые результаты обучения

Личностные результаты:

- Формирование интереса и любви к музыкальному искусству.
- Развитие творческого потенциала, уверенности в себе, артистичности.
- Воспитание уважения к культуре и традициям, толерантности и взаимопомощи.
- Приобретение положительного опыта социализации, в том числе для детей с OB3.

Метапредметные результаты:

— Развитие внимания, памяти, образного и творческого мышления.

- Формирование коммуникативных навыков, умения взаимодействовать в коллективе.
- Развитие навыков самоконтроля и самооценки.
- Приобретение опыта проектной деятельности (подготовка и участие в концертах).

Предметные результаты:

- Владение основами певческой культуры (дыхание, дикция, чистота интонации).
- Освоение навыков ансамблевого и хорового исполнения.
- Знание и исполнение репертуара (народные, классические и современные песни).
- Умение применять вокально-хоровые навыки на практике (участие в концертах и фестивалях).

Виды контроля

Контроль освоения программы осуществляется в форме текущего, промежуточного и итогового контроля. Все формы оценки ориентированы на развитие у обучающихся навыков самоанализа, командного взаимодействия и продуктивной творческой деятельности.

Текущий контроль

Проводится в процессе реализации каждого тематического блока и направлен на отслеживание динамики освоения знаний, навыков и умений.

Формы: наблюдение за деятельностью обучающихся во время вокальных упражнений и репетиций; выполнение практических заданий (пение вокальных гамм, упражнений на дыхание, интонацию, ритм); исполнение отдельных фраз и партий; самооценка и взаимная оценка после пробных исполнений; обсуждение удачных находок и трудностей в группе.

Промежуточный контроль

Организуется после завершения крупных тематических блоков и позволяет оценить сформированность ключевых умений.

Формы: исполнение отдельных произведений или фрагментов репертуара; показ ансамблевого и хорового исполнения; обсуждение и коллективный разбор исполнения; проведение открытых мини-концертов для небольшой аудитории (одноклассников, родителей).

Итоговый контроль

Осуществляется в завершении курса и направлен на комплексную оценку результатов обучения по программе.

Формы: защита итогового творческого проекта — концертная программа или вокальная композиция; публичное выступление на школьной сцене; представление портфолио (нотный материал, фотографии, отзывы); экспертная оценка (педагог, приглашённые специалисты), самооценка и взаимная оценка; рефлексия и анкетирование обучающихся.

Методы проверки знаний и умений:

- *Наблюдение*. Анализ действий обучающихся в процессе выполнения вокально-хоровых упражнений и репетиций; оценка умения использовать приёмы певческого дыхания, дикции, интонации и взаимодействия в коллективе.
- Устные опросы и беседы. Проверка теоретических знаний (основы вокального искусства, музыкальная терминология, жанры вокальной музыки, знание репертуара); обсуждение художественного образа произведений; формирование навыков аргументированного ответа и творческого анализа.
- *Практические задания*. Исполнение вокальных упражнений, сольных и ансамблевых партий, участие в хоровом пении; работа над интонацией, ритмом, дикцией; вокальные импровизации.
- *Самооценка и взаимная оценка*. Анализ собственных исполнений и выступлений сверстников; обсуждение музыкально-выразительных решений; критическая рефлексия и формирование навыков конструктивной обратной связи.
- Проектная работа. Комплексная творческая деятельность подготовка концертной программы, вокальной композиции, участие в школьных фестивалях; защита замысла и

презентация результата.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы

- Итоговая защита творческого проекта. Публичное выступление концертная программа, вокальная композиция или участие в фестивале (коллективное или индивидуальное).
- Представление портфолио. Включает индивидуальные достижения обучающихся: нотные записи, подбор репертуара, фото- и видеоматериалы репетиций и концертов, отзывы педагогов и зрителей.
- Рефлексивные формы. Обсуждение результатов, коллективный анализ исполнения, самооценка и взаимная оценка, выявление трудностей и достижений.
- Экспертная и внутренняя оценка. Привлечение педагогов, концертмейстеров, хормейстеров, приглашённых специалистов (музыкантов, методистов) и самих обучающихся для анализа и оценки итогов работы.

Методическое обеспечение программы

- *Презентации и видеоматериалы*. Записи хоровых и вокальных выступлений, обучающие ролики по вокалу, дыханию, дикции; презентации с примерами известных хоровых коллективов и методическими рекомендациями.
- *Схемы и памятки*. Памятки по вокальному дыханию, дикционным упражнениям, вокальным разминкам; инструкции по организации репетиционного процесса; глоссарий музыкальных терминов.
- Методическая литература. Книги и статьи по вокалу и хоровому искусству.

Материально-техническое обеспечение программы

- *Учебное помещение*. Просторное, хорошо освещённое, с возможностью трансформации пространства (расстановка стульев, место для хора). Желательно наличие сцены (или импровизированной площадки).
- *Техническое оборудование*. Музыкальная аппаратура (колонки, микшер, ноутбук или планшет для воспроизведения фонограмм); микрофоны (стационарные и беспроводные) для работы с голосом; видеокамера или смартфон для записи репетиций и выступлений; экран или проектор для демонстрации учебных материалов.

Кадровое обеспечение программы:

— педагог дополнительного образования.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Блок	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Введение. Знакомство, цели и задачи программы, правила работы, настрой на коллективное пение.	4	2	2	Беседа, опрос, наблюдение.
2	Основы певческого дыхания и вокальной установки.	16	4	12	Практические задания, наблюдение.
3	Артикуляция, дикция, развитие речи и интонации.	14	4	10	Упражнения, минитест, самооценка.
4	Музыкальный слух и чувство ритма (вокальноритмические упражнения).	14	4	10	Практические задания, устный опрос.
5	Нотная грамота и основы музыкальной теории (в	12	8	4	Мини-тесты, практические упражнения.

	объёме, необходимом для хора).				
6	Вокально-хоровые упражнения и развитие голосового диапазона.	18	4	14	Практика, наблюдение, самооценка.
7	Разучивание хорового репертуара (народные, классические, современные песни).	28	6	22	Промежуточные показы, обсуждение.
8	Основы ансамблевого пения: унисон, подголоски, гармония.	16	4	12	Прослушивание, практические задания.
9	Подготовка концертной программы: репетиции, работа над выразительностью исполнения.	14	2	12	Репетиционный просмотр, обсуждение.
10	Итоговый проект: концертное выступление, участие в фестивале.	8	2	6	Итоговый показ, экспертная оценка, самооценка.
	Итого	144	40	104	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА к ДОП «Хоровая студия»

Содержание программы:

1. Введение. Знакомство, цели и задачи программы, правила работы, настрой на коллективное пение.

Теоретическое содержание. Знакомство с целями и задачами программы, правилами работы в студии и техникой безопасности. Понятие «хор», его роль в культуре и обществе, структура хорового коллектива (дирижёр, концертмейстер, голоса).

Практическое содержание. Игры на знакомство и доверие, командообразующие упражнения, обсуждение ожиданий обучающихся, формирование правил группы. *Контроль*: устный опрос, наблюдение, самооценка.

2. Основы певческого дыхания и вокальной установки.

Теоретическое содержание. Физиология дыхания, роль дыхания в певческом процессе. Основы певческой установки: осанка, положение корпуса, артикуляционного аппарата. Практическое содержание. Упражнения на дыхание (короткий вдох, длинный выдох, дыхание по счёту, дыхание с сопротивлением). Отработка певческой стойки, упражнения на расслабление и концентрацию.

Контроль: наблюдение, практические задания.

3. Артикуляция, дикция, развитие речи и интонации.

Теоретическое содержание. Понятие дикции и артикуляции. Значение чёткости речи и интонации в вокале. Основные артикуляционные органы и их работа.

Практическое содержание. Дикционные упражнения (скороговорки, слоговые ряды, «гласные на дыхании»). Интонационные упражнения: пение простых интервалов, коротких фраз.

Контроль: мини-тест, упражнения, самооценка.

4. Музыкальный слух и чувство ритма (вокально-ритмические упражнения).

Теоретическое содержание. Основные понятия: ритм, метр, темп. Виды музыкального слуха (мелодический, гармонический, ритмический).

Практическое содержание. Хлопки и шаги в ритме, упражнения с метрономом. Повторение мелодических оборотов по слуху. Каноны и ритмические игры. Контроль: устный опрос, практические задания.

5. Нотная грамота и основы музыкальной теории (в объёме, необходимом для хора).

Теоретическое содержание. Понятие ноты, нотного стана, длительностей, пауз. Простые ритмические рисунки. Понятие тональности и лада.

Практическое содержание. Запись и чтение простых ритмических рисунков. Практика чтения нот с голоса.

Контроль: мини-тесты, упражнения.

6. Вокально-хоровые упражнения и развитие голосового диапазона.

Теоретическое содержание. Понятие диапазона. Основные вокальные регистры (грудной, головной, смешанный). Вокальные приёмы для расширения диапазона.

Практическое содержание. Распевки на расширение диапазона, упражнения на устойчивость звука.

Контроль: наблюдение, практические задания.

7. Разучивание хорового репертуара (народные, классические, современные песни).

Теоретическое содержание. Знакомство с жанрами (народная, академическая, современная музыка). Особенности исполнения разных стилей.

Практическое содержание. Разучивание произведений из репертуара: народные песни, классические хоровые произведения, современные композиции.

Контроль: промежуточные показы, обсуждение.

8. Основы ансамблевого пения: унисон, подголоски, гармония.

Теоретическое содержание. Понятие унисона, гармонии, подголосков. Особенности ансамблевого исполнения.

Практическое содержание. Упражнения на пение в унисон. Пение в парах, работа над подголосками и простыми гармониями. Работа над ансамблевым звучанием.

Контроль: прослушивание, практические задания.

9. Подготовка концертной программы: репетиции, работа над выразительностью исполнения.

Теоретическое содержание. Основы сценической культуры: выход и уход со сцены, сценическая дисциплина. Организация концертной программы.

Практическое содержание. Репетиции, отработка выразительности, работа над эмоциональным образом. Прогон концертной программы.

Контроль: репетиционный просмотр, обсуждение.

10. Итоговый проект: концертное выступление, участие в фестивале.

Теоретическое содержание. Значение концертной деятельности, роль выступлений в развитии коллектива и личности. Понятие «проект» в музыкальной деятельности.

Практическое содержание. Генеральные репетиции, итоговое выступление, участие в школьных/городских концертах или фестивале.

Контроль: итоговый показ, экспертная оценка, самооценка.

Методические материалы

В процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы художественной направленности «Хоровая студия» используются современные методические и дидактические материалы, а также электронные образовательные ресурсы, обеспечивающие наглядность, доступность и эффективность образовательного процесса.

Используемые материалы: авторские методические разработки педагога; дидактические материалы: тексты песен, памятки по дыханию и дикции; мультимедийные материалы: аудиозаписи и видеозаписи хоровых и вокальных произведений.

Программа строится на основе принципов:

- Доступности учёт возрастных и индивидуальных особенностей, включая детей с OB3.
- Наглядности использование аудио- и видеоматериалов, показ упражнений, прослушивание образцов.
- Целенаправленности постановка конкретных задач на каждом занятии.
- Индивидуальности поддержка творческой самореализации и раскрытие способностей каждого обучающегося.
- Результативности ориентация на практический результат (вокальное исполнение, участие в концерте, итоговый проект).

Дидактические материалы:

- Презентации по темам: основы вокала, дыхание, дикция, нотная грамота, хоровое пение.
- Шаблоны для упражнений: карточки с вокальными заданиями, распевками, упражнениями на дыхание и ритм.
- Инструкции: техника безопасности на занятиях, правила работы с микрофоном и музыкальным оборудованием.
- Интеллект-карты, глоссарии музыкальных терминов, методические карточки с вокальными упражнениями.
- Входное и итоговое анкетирование, мини-викторины по музыкальной теории и жанрам, устные опросы.

Электронные образовательные ресурсы:

Strekt pointible oo	susobut cubinble seey pebi.
Pecypc	Назначение / Описание
Культура.РФ	Онлайн-библиотека записей концертов, фестивалей, выступлений
	ведущих хоровых коллективов.
Rutube / VK	Просмотр концертных выступлений, фестивалей детских и
Видео	юношеских хоров.

Список литературы

Литература для педагога

- 1. Дмитревский, Г. А. *Хороведение и управление хором*. Элементарный курс: учебное пособие. Санкт-Петербург: Планета музыки, 2022. 112 с.
- 2. Живов, В. Л. *Хоровое исполнительство: теория, методика, практика*: учебное пособие. Москва: Владос, 2018. 287 с.
- 3. Смелкова, Т. Д., Савельева, Ю. В. *Основы обучения детей сольному академическому пению*: учебное пособие. Санкт-Петербург: Лань; Планета музыки, 2024. 92 с.
- 4. Стулова, Г. П. *Дидактические основы обучения пению*: монография. Санкт-Петербург: Лань; Планета музыки, 2022. 216 с.
- 5. Стулова, Г. П. *Хоровое пение. Методика работы с детским хором*: учебное пособие. 8-е изд., стер. Санкт-Петербург: Лань; Планета музыки, 2023. 212 с.

Литература для обучающихся

- 1. Вишнякова, Т. П., Соколова, Т. В. Практика работы с хором: учебное пособие. Санкт-Петербург: Планета музыки, 2020. 112 с.
- 2. Евграфов, Ю. А. Элементарная теория мануального управления хором: учебное пособие. Санкт-Петербург: Планета музыки, 2020. 48 с.
- 3. Чесноков, П. Г. Хор и управление им: учебное пособие. 7-е изд., стер. Санкт-Петербург: Планета музыки, 2021. 200 с.
- 4. Юмшанова, Л. А. Репертуар вокального ансамбля. Вокально-хоровые миниатюры: ноты. Санкт-Петербург: Планета музыки, 2020. 64 с.
- 5. Заднепровская, Г. В. Анализ музыкальных произведений: учебник. Санкт-Петербург: Планета музыки, 2022. 272 с.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Результативность освоения программы «Хоровая студия» систематически отслеживается на протяжении всего периода обучения. Контроль строится на сочетании педагогического наблюдения, анализа практических умений, самооценки и экспертной оценки, что позволяет фиксировать индивидуальный прогресс каждого обучающегося и уровень сформированности вокально-хоровых навыков.

Виды контроля:

Входной контроль. Проводится на первых занятиях в форме анкетирования, устного опроса и простых вокальных заданий.

Цель — определить уровень музыкального слуха, чувство ритма, основы певческого дыхания и дикции, мотивацию к занятиям хоровым пением.

Текущий контроль. Осуществляется на каждом занятии.

Формы контроля: наблюдение за участием в вокальных упражнениях и распевках; оценка правильности выполнения дыхательных и дикционных упражнений; обсуждение результатов исполнения отдельных фраз и партий; самооценка и взаимная оценка в группе.

Промежуточный контроль. Проводится по завершении каждого тематического блока. Форма контроля — выполнение творческого задания: исполнение вокального упражнения, сольной или ансамблевой партии, разученной песни или её фрагмента; миниконцерт внутри студии.

Итоговый контроль. Осуществляется в завершении программы. Формы контроля: защита итогового творческого проекта (концертная программа, вокальная композиция); представление портфолио; публичное выступление для зрителей; рефлексия (анкетирование, устное обсуждение).

Показатели и критерии результативности освоения ДОП:

Показатель	Уровень	Описание степени выраженности показателя
Предметный:	Высокий	Уверенно оперирует музыкально-теоретическими
теоретические знания		терминами (певческое дыхание, дикция, вокальная
		фраза, партия, ансамбль и др.), объясняет понятия
		жанров хорового искусства, свободно применяет
		знания при разборе произведения.
	Средний	Ориентируется в базовых терминах и понятиях,
		применяет знания по образцу, допускает
		незначительные ошибки в объяснении и
		интерпретации.
	Низкий	Испытывает трудности в понимании и
		использовании вокально-хоровых терминов,
		требует постоянной поддержки педагога.
Предметный:	Высокий	Самостоятельно выполняет вокальные упражнения
специальные		и распевки, уверенно поёт в ансамбле, владеет
практические навыки		навыками дыхания, дикции, чистой интонации,
		проявляет инициативу и творчество.

	Средний	Исполняет вокальные упражнения и партии с незначительной помощью педагога, демонстрирует стабильный, но шаблонный результат.
	Низкий	Испытывает затруднения при исполнении, требует постоянной поддержки, нет уверенности в голосоведении, часто сбивается.
Метапредметный	Высокий	Умеет планировать работу над произведением, анализировать хоровую партию, вносить предложения в интерпретацию, применять знания в новых музыкальных проектах.
	Средний	Частично участвует в планировании и анализе, выполняет задания по инструкции, вносит ограниченные предложения.
	Низкий	Требует постоянных подсказок, слабо проявляет инициативу, испытывает трудности в организации своей работы и взаимодействии с хором.
Личностный: организационно- волевые, ценностные качества	Высокий	Проявляет инициативу, ответственность, уважение к другим участникам хора, соблюдает нормы сценической и певческой этики, добросовестно относится к репетициям и концертам.
	Средний	В целом соблюдает нормы поведения и дисциплины, выполняет задания своевременно, поддерживает рабочую атмосферу в коллективе.
	Низкий	Часто нарушает правила, не проявляет должной самоорганизации, игнорирует дисциплину, требует корректирующих мер.
Личностный: поведенческие навыки	Высокий	Уверенно взаимодействует с партнёрами в ансамбле, активно работает в группе, проявляет эмпатию, умеет слушать и уважительно высказывать мнение.
	Средний	Работает в группе, соблюдает правила сотрудничества, участвует в обсуждениях и ансамблевом взаимодействии, но без выраженной инициативы.
	Низкий	Избегает участия, пассивен или конфликтен, нарушает нормы общения, не принимает правила коллективной работы.

Форма фиксации образовательных результатов — «Карта результативности освоения программы дополнительного образования "Хоровая студия"» (см. Приложение 1). Оценка каждого показателя осуществляется по трёхбалльной шкале:

1 балл — низкий уровень,

2 балла — средний уровень,

3 балла — высокий уровень.

Уровни освоения программы:

Уровень	Баллы
Высокий	13–15 баллов
Средний	8–12 баллов
Низкий	7 и менее

Карта результативности освоения программы дополнительного образования «Хоровая студия»

неские знания по графике и еские навыки работы с			-
еские навыки работы с			
скими редакторами			
дметные умения рвание, анализ, перенос)			
ные качества			
,	ование, анализ, перенос) тые качества вованность, ответственность) ческие навыки цействие, командная работа)	тные качества вованность, ответственность) неские навыки	тные качества вованность, ответственность) неские навыки