**УДК 376(075.8)**

**ББК 74.3я73**

**Н 65**

**Основные вопросы организации внеурочной деятельности с умственно отсталыми обучающимися**

**В.С. Попов**

*Красноярский ИПК РО*

*popow1946@yandex.ru*

***АННОТАЦИЯ.***  Внеурочная деятельность является составной частью образовательной деятельности и одной из форм организации свободного времени обучающихся. В статье рассмотрены ключевые смыслы феномена «внеурочная деятельность» и выделены основные проблемы организации и реализации внеурочной деятельности. Подчеркнута важность внеурочной деятельности для социализации умственно отсталых обучающихся, в которой возможно и целесообразно решение многогранных задач воспитания. Акцентирована содержательная сторона внеурочной деятельности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), которая складывается из совокупности направлений, форм и конкретных видов деятельности. Существенное место занимает содержательное наполнение одного из основных направлений внеурочной деятельности—спортивно-оздоровительного.

***КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА.*** Стандарт,познавательные особенностиумственно отсталыхобучающихся, внеурочная деятельность, специфика внеурочной деятельности, принципы и условия организации внеурочной деятельности, направления, формы и виды работы.

Основным нормативно–правовым документом, определяющим современную политику нашего государства в области образования, является Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12. 2012 г. (далее–Закон). Закон трактует, что общее образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья реализуется в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам (АООП).

Часть [6 ст. 11](http://xn--273--84d1f.xn--p1ai/zakonodatelstvo/federalnyy-zakon-ot-29-dekabrya-2012-g-no-273-fz-ob-obrazovanii-v-rf#st11_6) Закона определяет, что для обеспечения реализации права на образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее–ОВЗ) устанавливаются федеральные государственные образовательные стандарты начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее–Стандарты). Они представляют собой совокупность требований, обязательных при реализации адаптированной основной образовательной программы общего образования детей с ОВЗ и умственно отсталых обучающихся общеобразовательными организациями, имеющими [государственную аккредитацию](http://pandia.ru/text/category/gosudarstvennaya_akkreditatciya/). Образовательная деятельность руководствуется принципами, из совокупности которых нужно выделить принцип воспитывающего обучения, целью которого является формирование у обучающихся нравственных представлений (правильно или неправильно; хорошо или плохо) и понятий, адекватных способов поведения в разных социальных средах, что является определяющим в социализации умственно отсталых обучающихся. Достижение поставленной цели образовательной организацией АООП предусматривает решение следующих основных задач: выявление и развитие возможностей и способностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), через организацию их общественно полезной деятельности, проведения спортивно-оздоровительной работы, организацию художественного творчества с использованием системы клубов, секций, студий и кружков (включая организационные формы на основе сетевого взаимодействия), проведении спортивных, творческих соревнований. В практике образовательной деятельности педагоги школ уделяют основное внимание предметно-учебной деятельности, считая внеурочную работу чем-то второстепенным. Поэтому и нужно акцентировать внимание педагогических кадров на первостепенную важность достижения личностных результатов, наработанных как в урочной, так и во внеурочной деятельности. Эти результаты в большой степени определяют не только личностные достижения, но и предметную успешность. Внеурочная деятельность с умственно отсталыми учениками имеет некоторые особенности, определяемые психологическим статусом обучающегося.

Умственно отсталые дети характеризуются стойкими нарушениями всей психической деятельности, особенно отчетливо обнаруживающимися в сфере познавательных процессов. Наряду с этим имеет место и глубокое своеобразие личностных проявлений. Становление личности умственно отсталого ребенка непосредственно связано с формированием у него правильного осознания своего социального статуса, с самооценкой и уровнем притязаний. Важнейшую роль играют взаимоотношения ребенка с окружающими, его собственная деятельность, а также биологические особенности.

В вопросах, относящихся к формированию личности ребенка, отечественная психолого-педагогическая наука руководствуется учением о том, что личность формируется под влиянием тех общественных отношений, в условиях которых происходит ее развитие. Решающим фактором в развитии личности являются общественные условия ее формирования.

Развитие личности умственно отсталого ребенка при всем его своеобразии, происходит по тем же законам, что и развитие личности нормального ребенка, но с запаздыванием.

При правильном развитии личности умственно отсталого ребенка он может адекватно относиться к окружающему, самостоятельно жить и работать. Однако развивать личность умственно отсталого ребенка в соответствии с требованиями окружающего социума довольно трудно, поскольку эта деятельность происходит в условиях органического поражения головного мозга и обусловленных этим вторичных осложнений.

Определяющим в развитии личности является конкретная общественная среда, в которой она развивается. Следует подчеркнуть, что структурные компоненты личности умственно отсталого ребенка те же, что и у нормальных детей. Однако существенная разница состоит в том, что в своем развитии эти компоненты не достигают того уровня, который свойственен нормально развивающим обучающимся.

Необходимо также напомнить, что личностные результаты, формируемые в основном во внеурочной деятельности, позволяют им довольно быстро трудоустраиваются, обеспечивать свои семьи, жить нормальной жизнью.

Реализация АООП в школе осуществляется через урочную и внеурочную деятельность. На современном этапе государственной политики в области образования содержание понятия «внеурочная деятельность» изменялись под влиянием идеологии воспитания и обучения.

Под внеурочной деятельностью сегодня понимают как образовательную деятельность, осуществляемую в формах, отличных от классно-урочной, и направленную на достижение планируемых результатов освоения адаптированной основной образовательной программы начального общего образования.

Анализ различной педагогической литературы показал, что помимо множества определений внеурочной деятельности, существует проблема с использованием в данной тематике таких смежных понятий, как «вне Взаимосвязь между урочной и внеучебной деятельностью не просматривается, т.к. на уроках непосредственно решаются поставленные учебные задачи. А вот многие внеурочные занятия, такие как кружки и факультативы решают учебные задачи. Художественные, театральные студии, спортивные секции проводятся во внеурочное время, но могут быть связанными с решением учебных задач, что относит их либо к внеучебной, либо к внеурочной деятельности школьников соответственно. Поэтому понятие «внеурочная деятельность» можно рассматривать как любую организованную деятельность обучающихся во внеурочное время, основанную на личной заинтересованности участников с целью развития как в образовательном, личностном плане «урочная деятельность», «внеклассная» и «внеучебная» деятельность.

Внеурочная деятельность, как и деятельность обучающихся на уроке, направлена на достижение результатов освоения адаптированной основной образовательной программы, т.е. внеурочная деятельность – это вид именно образовательной деятельности, который направлен на планируемые результаты освоения этой программы – личностные и предметные, так же как и учебная деятельность. Кроме того, внеурочная деятельность позволяет усилить развитие воспитательной составляющей Стандарта. Но в первую очередь – достижение личностных результатов.

Существенное значение для понимания феномена внеурочной деятельности имеет определение А. Енина, указывающего, что в ходе внеурочной деятельности, обучающийся должен «научиться действовать, чувствовать, принимать решения и так далее» [1]. Как видим, понятие действия является основополагающим для внеурочной деятельности, а на уровне личности – «оформляющим началом». Это определяет и специфику внеурочной деятельности, в ходе которой обучающийся не только и даже не столько должен узнать, сколько научиться действовать, чувствовать, принимать решения и др. Т.е. понятие действия является основополагающим для внеурочной деятельности, а на уровне личности – «оформляющим началом».

Если предметные результаты достигаются в процессе освоения предметных дисциплин, то достижение личностных результатов отражают успешность социальной адаптации детей с умственной отсталостью в следующих основных областях: *коммуникация* (устная и письменная речь), самообслуживание (умываться, одеваться, быть опрятным), *проживание в домашних условиях* (вести хозяйство, готовить, вести бюджет), *навыки социального взаимодействия* (уметь поддерживать беседу, адекватно реагировать, регулировать свое поведение), *умение жить в микросреде* (делать покупки, пользоваться услугами, транспортом, посещать школу, парки, библиотеки и т.д.), *самонаправленность личности* (учиться планировать, находить помощь, решать бытовые проблемы), *здоровье и безопасность* (понимать свое самочувствие, уметь оказать помощь, медосмотры), *навыки, связанные с обучением* (уметь читать, считать, посильно знать математику, естественные и общественные науки), *досуговые умения* (уметь проводить досуг дома и в обществе) и *специфические рабочие навыки* (уметь работать в микросообществе и адекватно реагировать с коллегами по трудовому взаимодействию).

В целом внеурочная деятельность должна способствовать в рамках инклюзивного подхода социальной интеграции обучающихся с умственной отсталостью путем организации и проведения совместных мероприятий детей с нарушениями развития и интеллектуально сохранных обучающихся (так называемая социо—культурная интеграция). Виды совместной внеурочной деятельности необходимо подбирать с учетом возможностей и интересов как обучающихся с нарушениями развития, так и обычно развивающихся сверстников. Для результативного процесса интеграции в ходе внеурочных мероприятий важно обеспечить условия, благоприятствующие самореализации и успешной совместной деятельности для всех ее участников.

При организации внеурочной деятельности обучающихся используются возможности сетевого взаимодействия (например, с участием организаций дополнительного образования детей, организаций культуры и спорта). В период каникул для продолжения внеурочной деятельности используются возможности организации отдыха детей и их оздоровления, тематических лагерных смен, летних школ, создаваемых на базе общеобразовательных организаций и организаций дополнительного образования детей. Задачи и мероприятия, реализуемые во внеурочной деятельности, при необходимости включаются в специальную индивидуальную программу развития.

Внеурочная деятельность не является дополнительным образованием обучающихся, и может происходить не только во второй половине учебного дня, но и в другое время, включая каникулярные, выходные и праздничные дни. [Внеурочная деятельность в школе](http://www.edustandart.ru/vneurochnaya-deyatelnost-v-shkole/) формируется из часов, необходимых для обеспечения индивидуальных потребностей обучающихся с умственной отсталостью, и в сумме составляет 10 часов в неделю на каждый класс, из которых не менее 5 часов предусматривается на реализацию обязательных занятий коррекционной направленности, остальные – на развивающую область с учётом возрастных особенностей учащихся и их физиологических потребностей. Реабилитационно–коррекционные мероприятия могут реализовываться как во время внеурочной, так и во время урочной деятельности.

Основные принципы организации внеурочной деятельности:

-учёт возрастных особенностей;

-сочетание индивидуальных и коллективных форм работы;

-связь теории с практикой;

-доступность и наглядность;

-включение в активную жизненную позицию.

Кроме того, если в рамках внеурочной деятельности мы говорим о системе воспитания, то опираемся на следующие специфичные принципы этой деятельности.

1. Коррекционно-развивающее сопровождение, котороепредполагает коррекцию каких-либо отклонений, недостатков личности ребенка на основе развития его потенциальных возможностей и состоит во взаимосвязи обучения и воспитания посредством использования специальных методических приёмов.
2. Доступность воспитания**–**как организация воспитательного процесса на уровне реальных возможностей.
3. Воспитание в труде, чтозначит совершенствование трудовых умений в процессе выполнения совместных трудовых поручений, которые формируют любовь к труду, аккуратность, взаимоуважение к товарищам.
4. Индивидуальный и дифференцированный подход в воспитании, как изучение личности воспитанника и применение воспитательного воздействия с учётом выявленных индивидуальных и типологических особенностей.
5. Решающая роль педработникав формировании личности, что предполагает опору на сохранные возможности, а также на интересы конкретного воспитанника.

Направления, формы и виды внеурочной деятельности. Внеурочная деятельность реализуется через организацию доступных, интересных и полезных для обучающихся курсов, студий, кружковой деятельности, проводимой во второй половине школьного дня. Такая деятельность, основанная на свободе выбора, позволяет обучающимся приобрести социально значимые знания, развить социально значимые отношения, получить опыт участия в социально значимых делах.

1) **Спортивно-оздоровительная** деятельность направлена на физическое развитие школьника, формирование навыков соблюдения правил здорового безопасного образа жизни.

2) **Проектная** деятельность организуется в доступных для обучающихся пределах в процессе совместной деятельности по выполнению проектов, в том числе в сфере формирования бытовых навыков и навыков самообслуживания.

3) **Коммуникативная** деятельность направлена на совершенствование функциональной коммуникативной грамотности, культуры общения.

4) **Художественно-эстетическая** творческая деятельность организуется как система разнообразных творческих мастерских (художественное творчестве, театрализованная деятельность).

5) **Информационная** культура предполагает учебные курсы в рамках внеурочной деятельности, которые формируют навыки использования компьютерных технологий в доступных для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, тяжелыми и множественными нарушениями развития пределах.

6) **Реабилитационная** (абилитационная) деятельность направлена на преодоление ограничений жизнедеятельности обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, тяжелыми и множественными нарушениями развития.

Данные направления являются содержательным ориентиром для разработки соответ­с­тв­у­ющих программ. Образовательная организация вправе самостоятельно выбирать приоритетные направления вне­урочной деятельности, определять организационные формы её учетом реальных условий, осо­бенностей обучающихся, потребностей обучающихся и их родителей (законных предста­ви­телей).

Содержание данных занятий должно формироваться с учётом пожеланий обучающихся и их родителей (законных представителей) и осуществляться посредством различных форм организации, отличных от урочной системы обучения, таких, как экскурсии, кружки, секции, круглые столы, конференции, диспуты, школьные научные общества, олимпиады, конкурсы, соревнования, поисковые и научные исследования, общественно полезные практики и т. д.

Пример содержательного наполнения направлений можно показать на основе спортивно-оздоровительного направления***.*** Актуальность комплексного подхода к организации спортивно-оздоровительной работы в ОО заключается в том, что он позволяет реализовать право каждого обучающегося на получение образовательных услуг, а также создать средствами спортивно-оздоровительного воспитания предпосылки для его успешной бытовой, учебной, трудовой, семейной и социальной адаптации.

Основные задачи спортивно–оздоровительной работы в ОО:

– укрепление здоровья учащихся, повышение их работоспособности;

–совершенствование у учащихся двигательных и волевых умений и навыков, формирование у них чувства ритма, темпа, координации движений;

–развитие у учащихся высших психических функций;

–создание комфортных коррекционно-развивающих условий;

–воспитание у обучающихся дисциплинированности, ответственности, самостоятельности.

Основным принципом реализации спортивно-оздоровительной работы является коррекционная направленность, основанная на индивидуальном подходе к обучающимся и использованию средств физической культуры.

Как показывает практика, любому ребенку с ОВЗ в образовательной организации можно обеспечить хотя бы минимальный уровень физической активности. При этом, конечно, нужно учитывать состояние его двигательных функций и координационных способностей, уровень его физической подготовки, способности и отношение к обучению, интересы, а также рекомендации врача. При организации занятий необходимо обращать особое внимание на их эмоциональную составляющую – музыкальное сопровождение, игровые методы, нетрадиционное оборудование. Всем детям с ОВЗ нужно подбирать посильные задания и создавать условия для их выполнения, применять методы поощрения и одобрения, оказывать помощь и поддержку, создавать атмосферу безопасности и комфорта, а также контролировать динамику результатов образовательной деятельности.

Основные направления спортивно–оздоровительной внеурочной деятельности:

1. Занятия в объединениях дополнительного образования.

2. Занятия с элементами спорта, направленные на поддержание здоровья.

3. Массовые мероприятия.

4. Пропаганда здорового образа жизни.

Рекомендуются следующие формы внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления:

* Работа спортивных секций
* Организация экскурсий, походов, «Дней здоровья», подвижных игр, внутришкольных спортивных соревнований
* Проведение бесед по охране здоровья
* Утренняя зарядка, применение на уроках игровых моментов, физкультминутки на уроках, прогулки на свежем воздухе
* Участие в районных и городских спортивных соревнованиях
* Ведение спортивного часа «Будь здоров» (ГПД)
* Агитация учащихся в спортивные секции

Примерные темы спортивно-оздоровительного направления внеклассной деятельности:

1. *Народные игры*: Русская народная игра «У медведя во бору», «Филлин и пташка», «Горелки», «Кот и мышь», «Блуждающий мяч», «Зарница». Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.

2. *Игры на развитие психических процессов:*

а) Игры на развитие *восприятия.* Знакомство с правилами и проведение игр «Выложи сам», «Магазин ковров», «Волшебная палитра». б)Упражнения и игры на внимание. Упражнение «Ладонь кулак», игры «Ищи безостановочно», «Заметь всё», «Запомни порядок».

в) Игры на развитие *памяти.* Игры «Повтори за мной», «Запомни движения», «Художник».

г)Игры на развитие *воображения.* Игры «Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?», «Возьми и передай».

д)Игры на развитие *мышления и речи.* Игры «Ну-ка, отгадай», «Определим игрушку». ж)Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка. Игры «Баба Яга», «Три характера».

*3.Общеразвивающие физические упражнения:* Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча». Упражнения со скакалками. Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед ), из разных исходных положений и с разным положением рук; высокий старт с последующим стартовым ускорением. Упражнения со скалками.

4. *Подвижные игры*: Игры «Класс, смирно», «За флажками». Игра «Море волнуется раз». Игра с мячом «Охотники и утки». Весёлые старты с мячом. Игра «Волк во рву». Весёлые старты со скакалкой. Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки». Игры на свежем воздухе «Два Деда Мороза», «Метко в цель». Игра «Белки, волки, лисы». Игра «Совушка», «Перемена мест», «Удочка», «Салки с мячом», «Прыгай через ров». Правила игры. Строевые упражнения. Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Гимнастические упражнения. Эстафеты. Игры с мячом: ловля, бросок, передача. Катание на лыжах. Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.

*5.Подвижные игры разных народов.* Игры русского народа: «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки». Игры белорусского народа: «Михасик», «Прела-горела». Игры татарского народа: «Серый волк» «Скок-перескок». Игры народов Востока: «Скачки», «Собери яблоки». Игры украинского народа: «Высокий дуб» «Колдун». Игры азербайджанского народа: «Белый мяч и черный мяч» «Отдай платочек». Игры чувашского народа: «Хищник в море», «Рыбки». Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча». Упражнения со скакалками. Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук; высокий старт с последующим стартовым ускорением. Упражнения со скалками.

6*. Подвижные игры, основанные на элементах:*

- гимнастики с основами акробатики: «У медведя во бору», «Совушка»;

- легкой атлетики: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву»;

 - лыжной подготовки: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота»;

- спортивной игры: «Брось, поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».

*7. Спортивные игры:*

–Футбол, Баскетбол. Спортивный праздник. Разучивание правил игры. Отработка игровых приемов. Броски в корзину. Игра. Эстафета. Веселые минутки. Пятнашки. Фанты. Горелки. Лапта.

–Игры-эстафеты. Эстафеты с мячами. «Бег по кочкам». Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча». Эстафеты с бегом и прыжками. Эстафеты с преодолением препятствий.

Зимние забавы. Зимой на воздухе. «Городки», Скатывание шаров, «Гонки снежных комов». Строительные игры из снега: «Клуб ледяных инженеров». Эстафета на санках. Лыжные гонки.

Спортивные игры на улице: Лапта. История возникновения игры, правила игры, оборудование, отработка приемов, выбор и ограничение пространства. Отработка игровых приемов. «Казаки разбойники». Ходьба на лыжах. Взятие снежного городка.

Спортивные игры в зале: Волейбол. «Вышибалы». «Перестрелка».

*8.Игры в помещении.* «Дедушка рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза», «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козёл». Игры в фанты. «Работа и забава», «Птичник», «Тяни - пускай», «Голуби». Игры– шутки «Кольцо», «Чур», «Орехи», «Барабанщик», «Черепаха». Сюжетные игры. «Два Мороза», «Гуси-Лебеди», «Волк во рву», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчёлки и ласточки». Загадки, шарады, каламбуры. «Да и нет», «Отвечай, не говоря!», «Царёк», «Обмен именами», «Чепуха», «Мимика», «Почему и потому», «Отгадай слово», «Искатель цветов».

Рассмотренные в статье основная мысль феномена «внеклассная деятельность» и проблемный вопрос организации, реализации деятельности по направленям, и понимания педагогом первостепенной важности внеурочной деятельности не являются исчерпывающими и требуют дальнейшего изучения в повседневной педагогической практике. Рамки статьи, к сожалению, не позволяют затронуть вопросы планирования внеурочной деятельности и механизмы управления.

**Литература**

**1.** Внеурочная деятельность: теория и практика. 1–11 классы / Сост. А.В. Енин. – Москва : ВАКО, 2015. –288 с.

2.Воспитательная работа с учащимися 1-4 классов. \Пособие для учителей и руководителей учебно-воспитательной работы в начальных классах школы.|| Под редакцией В. Г. Яковлева.–М.: Издательство Академии педагогических наук РСФСР ,1961.-420 с.

3. Голованова Н.Ф. Социализация и воспитание ребенка. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – СПб.: Речь, 2004. – 272 с.

4.Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя / Д.Г. Григорьев, П.В. Степанов. – М.: Просвещение, 2011. – 233 с.

5. [Ильина Т. А](https://www.lib.vsu.ru/cgi-bin/zgate?ACTION=follow&SESSION_ID=20779&TERM=%D0%98%D0%BB%D1%8C%D0%B8%D0%BD%D0%B0,%20%D0%A2%D0%B0%D1%82%D1%8C%D1%8F%D0%BD%D0%B0%20%D0%90%D0%BD%D0%B4%D1%80%D0%B5%D0%B5%D0%B2%D0%BD%D0%B0%5B1,1004,4,101%5D&LANG=rus). Педагогика : курс лекций : учеб. пособие для пед. ин-тов / Т. А. Ильина. –М. : Просвещение, 1984. – 495 с.

6. Моделируем внеурочную деятельность обучающихся. Методические рекомендации: пособие для учителя общеобразоват. учреждений / [Ю.Ю. Баранова, А.В. Кислякова, М.И. Солодкова и др.]. – М.: Просвещение, 2013 – 96 с.

7. Практикум по психологии умственно отсталого ребенка: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. №2111 «Дефектология»/А. Д. Виноградова, Е. И. Липецкая, Ю. Т. Матасов, И. П. Ушакова; Сост. А. Д. Виноградова. — М.: Просвещение, 1985.—144 с.

8. [Советова Е. В](https://www.lib.vsu.ru/cgi-bin/zgate?ACTION=follow&SESSION_ID=20779&TERM=%D0%A1%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B2%D0%B0,%20%D0%95%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B0%20%D0%92%D0%B8%D0%BA%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%BD%D0%B0%5B1,1004,4,101%5D&LANG=rus). Система воспитательной работы в школе / Е. В. Советова, О. В. Шувалова. - М. : Чистые пруды, 2008. –32 с.