Муниципальное бюджетное учреждение

дополнительного образования

«Центр развития творчества детей и юношества» г. Грязи Грязинского муниципального района Липецкой область

Детский оздоровительный лагерь « Дружный»

ПРИНЯТА УТВЕРЖДАЮ на заседании педагогического Директор МБУ ДО ЦРТДЮ

совета МБУ ДО ЦРТДЮ \_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В.Колесова

протокол от \_\_\_\_\_\_2025 г. № \_\_\_ Приказ № \_\_\_от\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

**ПРОГРАММА**

**детского оздоровительного лагеря**

**с дневным пребыванием**

**«Дружный»**

Срок реализации программы: 02..06.2025- 27.06.2025

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. Информационная карта программы
2. Пояснительная записка
3. Актуальность программы
4. Цель и задачи программы
5. Нормативно правовая база
6. Краткая характеристика условий реализации программы
7. Принципы программы
8. Механизм реализации программы
9. Тематическое планирование

**Информационная карта программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Полное название программы | Программа летнего детского оздоровительного лагеря с дневным пребыван6ием «Дружный» на базе МБУ ДО ЦРТДЮ.Грязи. |
| 2 | Цель программы | Создание         благоприятных         условий        для укрепления         здоровья         и         организации досуга учащихся во время летних каникул.Содействие формированию социально-активной личности детей и подростков на основе присущих Российскому обществу ценностей,    через включение ребенка в разнообразную, общественно-значимую и личностно-привлекательную деятельность. |
| 3 | Направления деятельности | * художественно - творческое;
* познавательно - интеллектуальное;
* спортивно - оздоровительное;
* туристическо - краеведческое;
* гражданско – патриотическое,
* профилактическое,
* досуговое.
 |
| 4 | Краткая аннотация содержания программы | Данная программа рассчитана на 18 дней организации отдыха и оздоровления детей в период летних каникул, .является комплексной, включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, образования, воспитания в условиях лагеря.  В период смены каждый ребенок найдет для себя полезное и интересное дело, сможет раскрыть свой потенциал в многогранной палитре возможностей . |
| 5 | Задачи программы | - создание системы физического оздоровления детей в условиях временного коллектива;  - формирование, развитие и реализация лидерского потенциала воспитанников через активное включение в общественно-полезную деятельность в рамках тематических мероприятий лагеря;- развитие дружелюбных и этических норм общения у воспитанников, коммуникативных способностей;- привитие навыков здорового образа жизни, укрепление здоровья;  - приобщение ребят к творческим видам деятельности, развитие творческого мышления;  - формирование у детей бережного отношения ко всему живому, к природе, к ее ресурсам;  -  развитие инициативы и самостоятельности участников, организаторских способностей;- создание и организация совместной с детьми работы по реализации мастер-классов, коллективно-творческих дел, проектов; |
| 6 | Предполагаемый результат | - общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья;-  укрепление физических и психологических сил детей и подростков, сформированность лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, реализация творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности. - расширение информационного и творческого пространства личности детей, приобщение детей к проявлению гражданской позиции;- включение детей в коллективный процесс разработки новых форм и содержания мероприятий разной направленности;- применение комплексных педагогических технологий в сфере организации детского досуга, в т.ч. профилактических, спортивно-оздоровительных, профориентационных, познавательных, художественных, творческих; |
| 7 | Муниципальное образовательное учреждение | МБУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества» г. Грязи Грязинского муниципального района Липецкой области |
| 8 | Адрес и телефон | Липецкая область г.Грязи ул.Красная площадь д.35 т. 2-45-02 |
| 9 | Ф.И.О. руководителяОрганизации | Директор Ирина Васильевна Колесова |
| 10 | Место реализации | Детский оздоровительный лагерь с дневным пребыванием «Дружный» на базе МБУ ДО ЦРТДЮ |
| 11 | Количество детей в отрядеколичество отрядоввозраст учащихся | 30 чел. 1 отряд6 -16 лет |
| 12 | Срок действия программы | 2 июня 2025 – 27 июня 2025(18 дней) |

**Пояснительная записка**

С наступлением летних каникул особую роль для родителей и детей играют летние лагеря с дневным пребыванием при образовательных учреждениях. На сегодняшний день это наиболее выгодный и для многих единственный выход для занятий детей в летний период. Посещая дневной лагерь, ребенок не отрывается от семьи, находится под контролем педагогов, своевременно накормлен, занят интересными делами. Родители спокойны за своих детей.

В условиях дневного лагеря, отдых детей уникален, это не продолжение образовательного процесса, а интеграция летнего отдыха и познавательной деятельности. Это совсем иной кусочек жизни ребенка, его отдых, наполненный яркими впечатлениями и только хорошим настроением.  Главное в лагере не система дел, не мероприятия, а ребенок в деле, его поступки, его отношение к делу, к друзьям по отряду, к взрослым людям.

Проведение лагерной смены позволяет решить несколько проблем:

* летную занятости детей;
* укрепление здоровья детей и подростков;
* возможность получить полноценный отдых детям из социально незащищенных категорий семей.

В летний период лагерь становится центром досуговой деятельности детей. Он является частью социальной среды, в которой дети реализуют свои возможности, потребности как индивидуальные, так и в составе коллектива в свободное время. Лагерь дает возможность любому ребенку раскрыться, приблизиться к высокому уровню самоуважения и самореализации.

На базе МБУ ДО ЦРТДЮ уже на протяжении многих лет действует летний оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей. За это время сложилось много хороших лагерных традиций, появился интересный, перспективный опыт работы, зародилась и окрепла система лагерного управления.

Мы стремимся охватывать организованным отдыхом максимальное количество детей и, в первую очередь, это относится к категории детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

 Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что она обеспечивает необходимые условия для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения обучающихся, адаптации их к жизни в обществе, формирования у них общей культуры и организации их досуга.

Разработка программы летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей «Дружный» продиктована:

* наличием спроса родителей и детей на организованный отдых;
* модернизацией старых форм работы и введением новых;
* потребностью воспитанников в самореализации в социуме.

Данная программа является частью воспитательного пространства Центра и продолжает решать вопросы, связанные с всесторонним развитием личности ребенка в летний период. Она -  основополагающий документ, который организует жизнедеятельность лагеря, обеспечивая ее системность и целостность.

По своей направленности данная программа является комплексной, т. е. включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях оздоровительного лагеря.

Летний лагерь «Дружный» является, с одной стороны, формой организации свободного времени детей разного возраста, пола и уровня развития, с другой, – пространством для оздоровления, творчества и самореализации детей.

**Актуальность программы**

“В воспитании нет каникул” – эта педагогическая формула становится правилом при организации детского отдыха, а заодно и правилом творческого подхода к каникулам – радостному времени духовного и физического развития каждого ребенка.

     Летние каникулы – период для развития их творческого потенциала, совершенствования личностных возможностей, приобщения к ценностям культуры, вхождения в систему социальных связей, воплощения собственных планов, удовлетворения индивидуальных интересов в личностно значимых сферах деятельности.

Основная идея программы летнего лагеря - «летняя перезагрузка» , предоставление возможностей для раскрытия творческих способностей ребенка, создание условий для самореализации потенциала детей и подростков в результате общественно полезной деятельности. Программа ориентирована на работу в разновозрастном детском коллективе. Формируя воспитательное пространство лагеря, в основу организации смены закладывается легенда лагеря, согласно которой все дети, посещающие лагерь, становятся участниками сюжетно-ролевой игры со своими законами и правилами.

# Цель программы:

Создание         благоприятных         условий         для укрепления         здоровья         и организации досуга воспитанников во время летних каникул, содействие формированию социально-активной личности детей и подростков на основе присущей Российскому обществу ценностей, через включение ребенка в разнообразную, общественно-значимую и личностно-привлекательную деятельность.

# Задачи программы:

1. Создание системы физического оздоровления детей в условиях временного коллектива.

2. Формирование, развитие и реализация лидерского потенциала воспитанника через активное включение его в общественно-полезную деятельность в рамках тематических мероприятий лагеря.

3. Воспитание чувства патриотизма и гражданственности.

4. Развитие дружелюбных и этических норм общения у воспитанников, коммуникативных способностей.

5. Привитие навыков здорового образа жизни, укрепление здоровья.

6. Приобщение ребят к творческим видам деятельности, развитие творческого мышления.

7. Формирование у детей бережного отношения ко всему живому, к природе, к ее ресурсам.

8. Развитие инициативы и самостоятельности участников, организаторских способностей.

9. Создание и организация совместной с детьми работы по реализации мастер-классов, коллективно-творческих дел, проектов.

 Летняя программа ДОЛ «Дружный» по своей направленности является комплексной, включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях лагеря.

Данная программа разработана с учетом следующих законодательных нормативно -  правовых документов:

* Конституция Российской Федерации.
* Конвенция о правах ребенка.
* Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
* Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
* Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
* Стратегиея развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996- р).
* Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
* План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 23.01.2021 № 122-р).
* Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (утверждена Постановлением Правительства Российской Федерации от 26. 12.2017 № 1642).
* Концепция развития дополнительного образования детей.

**Место реализации программы**: МБУ ДО ЦРТДЮ г. Грязи

**Срок реализации:** 1 смена – 18 дней.

**Краткая характеристика участников программы:**

Программа ориентирована на детей в возрасте от 6 до 16 лет. Общая численность детей –30 человек , формируется разновозрастной отряд.

Программа универсальна, так как может использоваться для работы с детьми из различных социальных групп, разного возраста, уровня развития и состояния здоровья. Она насыщена разными интеллектуальными, творческими, спортивно-познавательными развивающими мероприятиями и играми, которые способствуют активному отдыху детей, а главное формируют духовно-нравственную творческую личность.

**Режим работы:** с 8.00 до 14.00 с организацией двухразового горячего питания на базе МБОУ СОШ № 9. В рацион включаются свежие овощи, фрукты и все необходимые и требуемые для детей продукты в соответствии с меню.

**Реализация программы**

Для реализации программы разработан механизм, который представлен в виде модулей:

|  |  |
| --- | --- |
| **Задачи** | **Основные формы работы** |
| **Организационный модуль.**Организационный период смены – это первый этап жизнедеятельности ребенка в новых условиях:- ребенок переходит из другого круга общения, другой ролевой структуры,- другого событийного ряда. |
| Создать условия для адаптации ребёнка к лагерю для создания и функционирования детского коллектива. | Планирование;Подготовка к лагерной смене;Оформление лагеря;Подготовка материальной базы;Определение обязанностей;Подготовка к сдаче приемной комиссии.Организация питания в летнем оздоровительном лагере. |
| **Физкультурно-оздоровительный модуль**Включает в себя использование современных методов оздоровления и средств массовой физической культуры, соблюдение режима дня и необходимого объёма двигательных упражнений.  Основополагающими идеями в работе с детьми в лагере дневного пребывания является сохранение и укрепление здоровья детей. |
| Вовлечение детей в различные формы физкультурно-оздоровительной работы;Выработка и укрепление гигиенических навыков;Расширение знаний об охране здоровья.  | Утренняя гимнастика (зарядка)Спортивная игры на спортивной площадке.Подвижные игры на свежем воздухе. Эстафеты, спортивные мероприятия.Беседы на тему «Я и здоровый образ жизни» (с использованием ИКТ)Девиз: «Здоровье в движении!». |
| **Художественно-творческий модуль**Творческая деятельность – это особая сфера человеческой активности, в которой личность не преследует никаких других целей, кроме получения удовольствия от проявления духовных и физических сил. Основным назначением творческой деятельности в лагере является развитие креативности детей и подростков. |
| Приобщение детей к посильной и доступной деятельности в области искусства.Формирование художественно-эстетического вкуса, способности самостоятельно оценивать произведения искусства, свой труд.Развитие творческих способностей детей. | Изобразительная деятельность (оформление отрядного уголка, конкурс рисунков).Конкурсные программы. Творческие конкурсы. Творческие игры на занятиях в кружках. Мастер-классы.Выставки. |
| **Познавательно-интеллектуальный модуль**В условиях летнего отдыха у ребят не пропадает стремление к познанию нового, неизвестного, и это стремление реализуется в других, отличных от школьного урока, формах. С другой стороны, ребята стремятся к практической реализации тех знаний, которые дала им школа, окружающая среда.  |
| Расширение знаний детей и подростков об окружающем мире;Удовлетворение потребности ребенка в реализации своих знаний и умений. | Экскурсии.Тематические беседы .Конкурсы-игры.Интеллектуальные игры .Загадки, кроссворды, ребусы. |
| **Гражданско-патриотический модуль**Это целенаправленный процесс формирования гражданственности и патриотичности как интегративных качеств, представляющих совокупность социально значимых гражданских свойств личности, обусловленных особенностями, динамикой и уровнем развития общества, состоянием его экономической, духовной, социально-политической и других сфер жизни. В гражданско-патриотическом воспитании особое значение приобретает личностно ориентированный подход, когда в центре учебно-воспитательного процесса находятся интересы ребёнка, его потребности и возможности, права конкретного индивида, его суверенитет. |
| Воспитание обучающихся гражданами своей Родины, знающими и уважающими свои корни, культуру, традиции своей семьи, школы, родного края. Воспитание любви к родной школе и отчему дому, формирование гражданского самосознания, ответственности за судьбу Родины; Удовлетворение потребности ребенка в реализации своих знаний и умений.Приобщение к духовным ценностям российской истории.Формирование у ребят навыков общения, культурного поведения и толерантности | Тематические беседы, расширяющие кругозор детей, помогающие ребенку осмыслить и усвоить такие ценности как «Отечество», «Семья».Беседа «Символика Российской Федерации».Посещение краеведческого музея и музея боевой славы, мемориала неизвестного солдата. Участие в мероприятиях , посвящённых Дню России, Дню памяти и скорби. |
| **Досуговый модуль**Досуговая деятельность – это процесс активного общения, удовлетворения потребностей детей в контактах, интеллектуального и физического развития ребенка, формирования его характера. Организация досуговой деятельности детей – один из компонентов единого процесса жизнедеятельности ребенка в период пребывания его в лагере |
| Вовлечь как можно больше ребят в различные формы организации досуга.Организовать деятельность творческих мастерских. | Мероприятия различной направленности.Игры.Проведение конкурсов .Тематические сборы и линейки. |
| **Туристско – краеведческий модуль**Этот модуль в сочетании с физкультурно-оздоровительными мероприятиями способствует созданию хорошего, эмоционально-окрашенного настроения у детей, развитию у них таких физических качеств, как ловкость, быстрота, выносливость. |
| Получение навыков жизнеобеспечения в условиях природной среды, обучение туристским навыкам; Приобретение навыков коллективной жизни в условиях тесного общения со сверстниками. |  Игра «Кладоискатели»;Туристские экскурсии.Ориентирование на местности.Различные игры экологической направленности. |
| **Профилактический модуль**Этот модуль занимает особое место в системе воспитания. Профилактика асоциального поведения, бродяжничества, правонарушений занимает важное место, т.к дети в летний период располагают большим количеством свободного времени, не умеют его организовать с пользой для себя и общества. |
| Организация и проведение специальных профилактических мероприятий.Систематическая поддержка связи с межведомственными организациями, занимающимися проблемами безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних;Повышение качества здоровья школьников;Оказание детям и подросткам консультационной и психокоррекционной помощи;Осуществление антиалкогольной профилактической работы с родителями. | Беседы о вредных привычках.Индивидуальные консультации. Мероприятия посвящённые безопасности движения на дорогах. Участие в Едином дне безопасности. |

**Принципы программы**

* ***Принцип гуманности*** предполагает признание личности ребенка высшей ценностью, безоценочное отношение к ребенку как суверенной личности, доверия к возможностям и способностям ребенка.
* ***Принцип индивидуализации*** предполагает учет индивидуальных особенностей каждого ребенка при включении его в различные виды деятельности, создание благоприятных условий для самореализации, самораскрытия.
* ***Принцип вариативности*** предполагает создание условий для выбора детьми и взрослыми форм деятельности, для поддержания инициатив, направленных на достижение значимых целей и самореализацию взрослых и детей.
* ***Принцип творческого саморазвития*** реализуется посредством побуждения ребенка к саморазвитию, самосовершенствованию, предоставления личности ребенка свободы и творчества.
* ***Принцип мотивации*** деятельности предполагает добровольность включения ребенка в ту или иную деятельность, наличие цели - доступной, понятной, осознанной; доверие ребенку в выборе средств и способов достижения поставленной цели.
* ***Принцип включения***детей и подростков в реальные социально-значимые отношения предполагает создание возможностей переключения в рамках смены и текущего дня с одного вида деятельности на другой, вовлечение детей в различные виды социально-значимой деятельности, соответствие уровня социальных отношений, в которые включается ребенок, его возрастным и индивидуальным особенностям и возможностям.

**Механизм реализации программы**

I. Подготовительный этап включает:

Формы работы:

* планирование;
* подбор кадров;
* составление необходимой документации для деятельности лагеря (план-сетка, положение, должностные обязанности, инструкции т.д.)
* оформление отрядных комнат;
* комплектование отрядов.

II. Организационный этап включает:

* знакомство;
* сплочение отрядов;
* знакомство с режимом работы лагеря и его правилами;
* формирование условий совместной работы;
* подготовку к дальнейшей деятельности по программе.

III. Основной этап реализации программы:

Реализация основной идеи лагерной смены - это вовлечение детей в различные виды творческой деятельности согласно плана работы лагеря и отрядов.

**Формы организации деятельности детей:**

* организация и проведение лагерных мероприятий;
* творческие конкурсы;
* познавательные игры-викторины;
* тематические программы;
* спортивные игры и соревнования;
* конкурсные программы;

IV. Заключительный этап

* закрытие лагерной смены;
* подведение итогов смены.

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. Информационная карта программы
2. Пояснительная записка
3. Актуальность программы
4. Цель и задачи программы
5. Нормативно правовая база
6. Краткая характеристика условий реализации программы
7. Принципы программы
8. Механизм реализации программы
9. Тематическое планирование

**Тематическое планирование**

**План – сетка**

**ДОЛ «Дружный»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Сроки** | **Содержание работы** |
| **02.06** | **День первый – «День защиты детей»**1. Деловая игра «Будем знакомы,будем дружить!»2. Инструктаж по правилам поведения в лагере «Дружный»3. «Маленькие дети на большой планете» праздничный концерт.4. Конкурс рисунков на асфальте: «Мы рисуем детство».5.Игры на свежем воздухе.Свободная деятельность по интересам. |
| **03.06** | **День второй –** **«День открытия лагерной смены»**1.Минутка здоровья «Мой вес и рост».2. Инструктаж по технике безопасности на железнодорожном транспорте.3.Открытие лагерной смены. Праздничный концерт « Маленькие дети на большой планете»»4.Праздничная дискотека «В кругу друзей»5.Подвижные игры на свежем воздухе. |
| **04.06** | **День третий –** **«День моделиста»**1.Инструктаж по технике безопасности на водоёме.2. Мастер класс по конструированию моделей.3. Запуск воздушного змея.4. Многообразие головоломок, ребусов.5. Шахматный турнир « Юные шахматисты». |
| **05.06** | **День четвертый** – **«Краеведческий день»**1.Минутка здоровья «Зеленая аптека»3.Экскурсия к краеведческий музей « Традиции Грязинского района.4.Творческая мастерская по изготовлению сувениров.5. Конкурс рисунков « Любимые места моего города» |
| **06.06** | **День пятый –** **«День здоровья»** 1.Минутка здоровья «Книги о здоровье»2.Посещения бассейна « Дельфин»3.Изготовление и запуск катапультных моделей « Муха»4.Спортивные соревнования на свежем воздухе. |
| **09.06** | **День шестой –** **«День безопасности»** Беседа по ПДД «Свет зелёный всем мигает - в путь-дорогу приглашает» 2.Встреча с юными инспекторами дорожного движения. 3.Игра Игра « Что? Где? Когда?» на знания правил дорожного движения. 4.Посещения бассейна « Дельфин» |
| **10.06** | **День седьмой** – **«День фантазии»**1. Беседа «Чем опасно солнце летом?»2.Творческая мастерская « Бумажная фантазия»3.Посещения бассейна « Дельфин»4.Подвижные игры на свежем воздухе. |
| **11.06** | **День восьмой** – **«День России»**1. Минутка здоровья «Осанка – основа красивой походки» 2.Акция «Знай символы своего государства» 3. Конкурс рисунков «Мы – дети твои, Россия!» 4.Посещения бассейна « Дельфин» |
| **16.06** | **День девятый– «День леса»**1. Беседа «Что такое здоровый образ жизни?»2. Познавательно-развлекательная программа « Поле чудес»: тема «Лето». 3.Игровая программа « По лесным тропинкам» 4. Обучающий мастер класс по игре в шахматы.
 |
| **17.06** |  **День десятый «День велосипедиста»**1.Беседа о средствах индивидуальной мобильности.2. Викторина «Мой друг - велосипед»3. Подвижная игровая программа « Веселые старты»4.Экскурсия на Доброберег. |
| **18.06** | **День одиннадцатый – «День безопасного маршрута »**1.Беседа « Что такое хорошо и что такое плохо?» (профилактика правонарушений). 2.Составление безопасных маршрутов « Дом-лагерь-дом».3.Конкурс рисунков « Безопасная дорога»4.Игровая программа «Твори! Выдумывай! Пробуй!» |
| **19.06** | **День двенадцатый – «День спасателей »**1.Единый день безопасности на дороге.2. Квест игра «В мире правил дорожного движения»3.Экскурсия «Поисково спасательная служба на водных объектах г. Грязи»4.Подвижные игры на свежем воздухе |
| **20.06** | **День тринадцатый –«День приключений»**1. Беседа « Азбука безопасности»

2.Спортивные игры « Сборы в дорогу»3. Игра на местности « Кладоискатели» 4. Экскурсия в природу на берег р.Матыра. |
| **23.06** | **День четырнадцатый – «День памяти»**1.Минутка здоровья.2. Беседа « 22 июня памятная дата».3. Выставка моделей военных кораблей, гражданских судов. 4. Игровая программа «Сто затей для друзей» |
| **24.06** | **День пятнадцатыйй – «День**  **моделиста»**1.Веселая зарядка.2.Беседа о героях подводниках.3.Выставка подводных лодок. 4.Мастер класс «Умелые руки» |
| **25.06** | **День шестнадцатый –** **«День здоровья»**1. Минутка здоровья «Солнечный ожог. Первая помощь при ожоге».2. Запуск моделей на воде.3.Конкурс песчаных фигур.4.Подвижные игры.Занятие по интересам |
| **26.06** | **День семнадцатый –** **«День чудес»**1. Викторина «Не зевай, на вопросы отвечай» 2. Игровая программа « Чудеса по силам каждому» 3.Мастер -класс « Секреты магии: как сделать фокусы своими руками. 4.Экскурсия в районную детскую библиотеку.
 |
| **27.06** | **День восемнадцатый** - **«День друзей»**1. Минутка здоровья « Движение- жизнь!»2.Беседа: «Безопасность во время каникул».3. Конкурсно-игровая программа « До свиданья, лагерь!»4.Подведение итогов. Награждение.5.Дискотека «Летнее настроение» |