



Принято  
Решением Педагогического совета  
АНПОО «МАНО»  
Протокол № 01-01/27 от 28.08.2023

Утверждено  
Ректор АНПОО «МАНО»



В.И. Гам

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации  
**«Профессиональная деятельность сиделки (помощника по уходу) в соответствии с требованиями современных стандартов»**



**Категория слушателей:** Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Профессиональная деятельность сиделки (помощника по уходу) в соответствии с требованиями современных стандартов» предназначена для лиц, на профессиональной основе осуществляющих оказание услуг общего ухода и помощь при осуществлении повседневной деятельности лицам, нуждающимся в постороннем уходе.

**Нормативный срок освоения:** 36 часов, 72 часа, 108 часов, 144 часа.

**Форма обучения:** заочная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

**Форма документа, выдаваемого по результатам освоения программы:** слушателям, успешно освоившим программу, по окончании обучения и сдачи зачета выдается удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

**Цель учебного курса:** Приобретение профессиональной компетентности, необходимой для грамотного решения практических задач, связанных с организацией деятельности сиделки в соответствии с квалификационными требованиями профессии.

## 1. Общая характеристика программы

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Профессиональная деятельность сиделки (помощника по уходу) в соответствии с требованиями современных стандартов» по содержанию имеет социально-экономическую направленность. Ориентирована на изучение психологических особенностей личности, познание мотивов своего поведения, изучение методик самоконтроля, формирование личности как члена коллектива, а в будущем как члена общества, изучение межличностных взаимоотношений.

По функциональному предназначению дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Профессиональная деятельность сиделки (помощника по уходу) в соответствии с требованиями современных стандартов» является прикладной; по форме организации – групповой; по времени реализации – краткосрочной.

Основанием разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Профессиональная деятельность сиделки (помощника по уходу) в соответствии с требованиями современных стандартов» является рабочий учебный план. Разработана в соответствии с профессиональным стандартом «Сиделка» (помощник по уходу) 03.013, утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 30.07.2018 № 507н

Актуальность образовательной программы обусловлена необходимостью соответствия должности служащего "Сиделка" профессиональному стандарту "Сиделка (помощник по уходу)", утвержденному приказом Министерства труда России от 30.07.2018 № 507н. Для работы сиделкой или помощником по уходу требуются: повышенная психологическая устойчивость, уважение, терпение. Работа по уходу за людьми, которые не в состоянии обслуживать себя сами, может быть сложна как физически, так и психологически. Известно о чрезмерной придирчивости и капризности ослабленных нуждающихся, людей с дегенеративными процессами в организме, несмотря на хороший уход, внимание и заботу. А самое основное качество, которым должен обладать помощник по уходу особое понимание людей! Сиделка (помощник по уходу) должна знать, почему

переворачивает пациента, почему его массирует, смазывает, моет, слушает, разговаривает с ним. Помощник по уходу должен быть психологом и по отношению к себе, и по отношению к клиенту, ценить жизнь, уметь проявить неказённую любовь.

Образовательная программа разработана с учетом современных образовательных технологий, которые отражаются в:

- принципах обучения – индивидуальность и доступность программы;
- формах и методах обучения – сочетание теоритического материала с практическим, активные методы обучения, дифференцированное обучение;
- методах контроля и управления образовательным процессом – тестирование.

Эффективным для развития обучающихся является такое введение нового теоретического материала, которое вызвано требованиями творческой практики. Обучающийся должен уметь сам сформулировать задачу, новые знания теории помогут ему в процессе решения этой задачи. Данный метод позволяет на занятии сохранить высокий творческий тонус при обращении к теории и ведет к более глубокому ее усвоению.

### **1.1. Нормативные правовые основания разработки программы**

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации (ч. 1);
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 01.07.2013 № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- Приказом Министерства образования науки России от 23 августа 2017г. № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказом Минздравсоцразвития России от 11 января 2011г. № 1н «Об утверждении единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих», раздел «Квалификационные характеристики

должностей работников в сфере образования» (должности педагогических работников – воспитатель).

- Письма Минобрнауки России от 30 марта 2015г. N АК-820/06 «О направлении методических рекомендаций по итоговой аттестации слушателей»;

- Письма Минобрнауки России от 21 апреля 2015 г. N ВК-1013/06 «О направлении методических рекомендаций по реализации дополнительных профессиональных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения и в сетевой форме.

Содержание программы разрабатывалось с учетом:

- установленных квалификационных требований Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г. № 761н);

- профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» (Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ № 544н от 18 октября 2013 года);

- профессионального стандарта «Специалист в области воспитания» (Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ № 10н от 10 января 2017 года);

- профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» в соответствии с Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (Приказ Министерства образования и науки РФ от 22 февраля 2018 г. № 121).

## **2. Цель и планируемые результаты освоения программы**

### **Цели программы:**

Приобретение профессиональной компетентности, необходимой для грамотного решения практических задач, связанных с организацией деятельности сиделки в соответствии с квалификационными требованиями профессии.

### **Задачи:**

1. Изучить особенности «Сиделки».



2. Показать особенности правил и норм охраны труда, техники безопасности, производственной санитарии противопожарной безопасности.
3. Раскрыть особенности организации и выполнении работ, связанных с различными видами работ при уходе за лицами, в этом уходе нуждающимися.
4. Воспитание коммуникативных качеств личности.
5. Формирование стремления к практическому использованию полученных знаний в современных экономических и социальных условиях.

Структура программы комплексная, которая включает такие образовательные блоки как: теорию, практику, анализ, интерактивные действия.

Все образовательные блоки предусматривают не только усвоение теоретических знаний, но и формирование деятельностно-практического опыта. Практические задания способствуют развитию у слушателей творческих способностей, умения выполнять различные виды уборочных работ.

Прохождение каждой новой теоретической темы предполагает постоянное повторение пройденных тем, обращение к которым диктует практика. Такие методические приемы, как, «возвращение к пройденному», придает объемность «линейному», последовательному освоению материала в данной программе.

#### **Принципы отбора содержания и организации учебного материала**

- принцип профессиональной направленности, предполагающий учет категории слушателей, их профессиональных потребностей и интересов;
- принцип практикоориентированности, предполагающий направленность материала на решение практических задач;
- принцип вариативности, предполагающий предоставление возможности выбора слушателями способов решения практических задач.

**Контингент слушателей:** Лица со средним (полным) общим образованием, лица, имеющие профессиональное образование (НПО, СПО, ВПО).

**Срок обучения:** 36 часов, 72 часа, 108 часов, 144 часа.

**Форма обучения** – очно – заочная с применением электронных и дистанционных образовательных технологий.

Обучение включает в себя лекционные и практические занятия, самостоятельную подготовку.

В программе данного курса предусмотрено использование в учебном процессе различных форм проведения занятий, в том числе лекций, заочных семинаров, осуществление самостоятельной работы. Предполагается обмен опытом, презентация разработанных материалов.

Самостоятельная работа слушателей предполагает изучение предложенных тем, выполнение заданий, обозначенных на семинарских занятиях. При необходимости проводятся индивидуальные и групповые консультации.

Для закрепления теоретических знаний и приобретения необходимых практических умений программой дисциплины предусмотрено проведение практических занятий. Программа составлена таким образом, что обучающиеся, используя полученные знания, должны добиваться проявления самостоятельности в разборе изучаемого материала.

**Ожидаемые результаты и способы определения их результативности**  
(личностные и метапредметные результаты освоения курса).

Личностные результаты – отражают индивидуальные личностные качества обучающихся, которые они должны приобрести в процессе освоения данного курса.

Это:

- готовность и способность к саморазвитию и самообучению;
- готовность к личностному самоопределению;
- уважительное отношение к иному мнению;
- овладение навыками сотрудничества с лицами, нуждающимися в дополнительном уходе;
- этические чувства доброжелательности, толерантности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и обстоятельствам других людей;
- положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями;



- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- навыки творческого подхода в решении различных задач, к работе на результат;
- оказание бескорыстной помощи окружающим.

Метапредметные результаты – характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий обучающихся, которые проявляются в познавательной и практической деятельности. Это:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить для себя новые задачи, акцентировать мотивы и развивать интересы своей познавательной деятельности;
- умение планировать, контролировать и объективно оценивать свои физические, учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- умение работать в команде: находить компромиссы и общие решения, разрешать конфликты на основе согласования различных позиций;
- формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение, умение вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.

#### **Ожидаемые результаты освоения программы.**

- вы компетентны в вопросах анатомии, физиологии человека, способны организовать условия для надлежащего содержания и ухода за больными клиентами;
- вы понимаете особенности ухода за больными и умеете выстраивать эффективные коммуникации с клиентами;
- новые возможности трудоустройства и востребованность в Ваших услугах.

#### **Текущая и итоговая аттестация качества усвоения знаний**

Оценка качества освоения основной программы профессионального обучения «Сиделка» включает текущий контроль знаний и умений, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.



Профессиональное обучение завершается итоговой аттестацией в форме квалификационного экзамена. Квалификационный экзамен включает в себя практическую квалификационную работу и проверку теоретических знаний.

Оценка качества освоения программы профессионального обучения осуществляется аттестационной комиссией по результатам квалификационного экзамена.

Лицам, прошедшим профессиональное обучение в полном объеме и успешно сдавшим квалификационный экзамен, присваивается уровень квалификации и выдаётся свидетельство о профессии рабочего, должности служащего.

### 3.3. Учебный/Учебно-тематический план ДПП ПК

#### 3.1. Учебный план ДПП ПК (36 часов)

| №  | Раздел дисциплины (модуль)   | Всего часов (в трудоемкости) | Из них           |   |
|----|--|------------------------------|------------------|---|
|    |  |                              | Лекции, семинары | Самостоятельная работа, включая индивидуальные консультации |
| 1. | <b>Трудовые функции, входящие в профессиональный стандарт «Сиделка» (помощник по уходу).</b>                         | 2                            | 0                | 2   |
| 2. | <b>Правила и нормы охраны труда, техники безопасности, производственной санитарии, противопожарной безопасности.</b> | 6                            | 2                | 4   |
| 3. | <b>Оказание услуг общего ухода, помощи и приема пищи лицам, нуждающимся в постороннем уходе.</b>                     | 8                            | 2                | 6   |
| 4. | <b>Повседневное наблюдение за самочувствием и состоянием здоровья</b>  | 8                            | 2                | 6   |

|    |   |    |   |    |
|----|---|----|---|----|
|    | <b>лиц, нуждающихся в постороннем уходе.</b>  |    |   |    |
| 5. | <b>Взаимодействие с лицами, нуждающимися в постороннем уходе и обеспечение их досуга.</b> | 8  | 2 | 6  |
| 6. | Итоговое зачетное занятие   | 4  |   |    |
|    | <b>ИТОГО:</b>   | 36 | 8 | 24 |

### 3.2. Учебный план ДПП ПК (72 часа)

| №  | Раздел дисциплины (модуль)   | Всего часов (в трудоемкости) | Из них           |   |
|----|--|------------------------------|------------------|---|
|    |  |                              | Лекции, семинары | Самостоятельная работа, включая индивидуальные консультации |
| 1. | <b>Трудовые функции, входящие в профессиональный стандарт «Сиделка» (помощник по уходу).</b>                         | 4                            | 2                | 2   |
| 2. | <b>Правила и нормы охраны труда, техники безопасности, производственной санитарии, противопожарной безопасности.</b> | 12                           | 4                | 8   |
| 3. | <b>Оказание услуг общего ухода, помощи и приема пищи лицам, нуждающимся в постороннем уходе.</b>                     | 18                           | 6                | 12  |
| 4. | <b>Повседневное наблюдение за самочувствием и состоянием здоровья лиц, нуждающихся в постороннем уходе.</b>          | 18                           | 6                | 12  |
| 5. | <b>Взаимодействие с лицами, нуждающимися в</b>   | 16                           | 6                | 10  |



|    |   |           |           |           |
|----|---|-----------|-----------|-----------|
|    | <b>постороннем уходе и обеспечение их досуга.</b> |           |           |           |
| 6. | Итоговое зачетное занятие                         | 4         |           |           |
|    | <b>ИТОГО:</b>                                     | <b>72</b> | <b>24</b> | <b>44</b> |

### 3.3. Учебный план ДПП ПК (108 часов)

| №  | Раздел дисциплины (модуль)   | Всего часов (в трудоемкости) | Из них           |   |
|----|--|------------------------------|------------------|---|
|    |  |                              | Лекции, семинары | Самостоятельная работа, включая индивидуальные консультации |
| 1. | <b>Трудовые функции, входящие в профессиональный стандарт «Сиделка» (помощник по уходу).</b>                         | 6                            | 2                | 4   |
| 2. | <b>Правила и нормы охраны труда, техники безопасности, производственной санитарии, противопожарной безопасности.</b> | 20                           | 6                | 14  |
| 3. | <b>Оказание услуг общего ухода, помощи и приема пищи лицам, нуждающимся в постороннем уходе.</b>                     | 26                           | 8                | 18  |
| 4. | <b>Повседневное наблюдение за самочувствием и состоянием здоровья лиц, нуждающихся в постороннем уходе.</b>          | 26                           | 8                | 18  |
| 5. | <b>Взаимодействие с лицами, нуждающимися в постороннем уходе и обеспечение их досуга.</b>                            | 24                           | 8                | 16  |
| 6. | Итоговое зачетное занятие  | 6                            |                  |   |
|    | <b>ИТОГО:</b>  | <b>108</b>                   | <b>32</b>        | <b>70</b>   |

### 3.4. Учебный план ДПП ПК (144 часа)



| №  | Раздел дисциплины (модуль)   | Всего часов (в трудоемкости) | Из них           |   |
|----|--|------------------------------|------------------|---|
|    |  |                              | Лекции, семинары | Самостоятельная работа, включая индивидуальные консультации |
| 1. | <b>Трудовые функции, входящие в профессиональный стандарт «Сиделка» (помощник по уходу).</b>                         | 6                            | 2                | 4   |
| 2. | <b>Правила и нормы охраны труда, техники безопасности, производственной санитарии, противопожарной безопасности.</b> | 30                           | 8                | 22  |
| 3. | <b>Оказание услуг общего ухода, помощи и приема пищи лицам, нуждающимся в постороннем уходе.</b>                     | 34                           | 10               | 24  |
| 4. | <b>Повседневное наблюдение за самочувствием и состоянием здоровья лиц, нуждающихся в постороннем уходе.</b>          | 34                           | 10               | 24  |
| 5. | <b>Взаимодействие с лицами, нуждающимися в постороннем уходе и обеспечение их досуга.</b>                            | 34                           | 10               | 24  |
| 6. | Итоговое зачетное занятие  | 6                            |                  |   |
|    | <b>ИТОГО:</b>  | 144                          | 40               | 98  |

#### 4. Организационно-педагогические условия

##### *4.1. Квалификация педагогических кадров, представителей организаций, обеспечивающих реализацию образовательного процесса*

Реализация настоящей программы обеспечивается высококвалифицированными педагогическими и научно-педагогическими кадрами,

имеющими достаточный опыт работы в области профессиональной деятельности, соответствующей направленности образовательной программы, состоящими в штате АНПОО «МАНО» или привлекаемыми.

#### ***4.2. Материально-технические условия***

Программа реализуется в заочной форме с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (дистанционно).

Под дистанционными образовательными технологиями понимаются образовательные технологии, реализуемые с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии слушателей и педагогических работников.

Для реализации программы с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы, совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств, которые обеспечивают освоение слушателями программы в полном объеме, независимо от места нахождения.

Дистанционный курс проходит на виртуальной образовательной платформе CMS (LMS) Moodle (распространяющееся по лицензии GNU GPL). Система расположена на сервере организации под управлением ОС Linux Debian 9 с СУБД MYSQL. Идентификация пользователей осуществляется с помощью уникального логина и пароля. Работа организована на широкополосных высокочастотных каналах передачи данных. Предусматривается организация дистанционной поддержки преподавателям и обучающимся.

Для организации самостоятельного продвижения слушателей в программе: лекционные материалы, дополнительные материалы, методические рекомендации по организации индивидуальной работы слушателей, задания для самопроверки, требования к оформлению итоговых работ, задания для итоговой аттестации. Сопровождение самостоятельной работы слушателей предполагает согласование индивидуальных планов работы (виды и темы заданий, сроки представления результатов); проведение индивидуальных и групповых консультаций; промежуточный контроль хода выполнения заданий; оценка результатов выполнения заданий.

Эффективное использование электронных образовательных ресурсов возможно при условии наличия качественного доступа слушателей к информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Слушатели, выполняя задания, предусмотренные программой, при необходимости имеют возможность обратиться к педагогическим работникам за помощью.

#### ***4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы***

АНПОО «МАНО» обеспечен электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем учебным дисциплинам программы, имеется доступ к печатным и электронным образовательным ресурсам (ЭОР), в том числе к электронным образовательным ресурсам, размещенным в федеральных и региональных базах данных ЭОР. Подключение библиотеки к Интернету обеспечивает удаленный доступ к электронным каталогам и полнотекстовым базам. Перечень используемых источников, учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы предоставляется.

## **5. Формы аттестации и оценочные материалы**

Освоение программы, в том числе отдельной части (модуля) или всего объема темы, сопровождается текущим контролем успеваемости, промежуточной и итоговой аттестацией слушателей. Формы и порядок текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации определяются при разработке программы целесообразно ее целевым установкам и доводятся до сведения слушателей в начале обучения.

Текущий контроль - процесс определения степени владения и/или усвоения слушателями изучаемого учебного материала в ходе семинарских (практических) занятий в соответствии с содержанием программы. Цель текущего контроля - обеспечение обратной связи между актуальными знаниями и умениями обучающихся и планируемыми результатами обучения в рамках изучения определенной темы, модуля программы для реализации преподавателем контрольно-корректировочной деятельности. Формы, виды, средства осуществления текущего контроля ориентированы на реализацию компетентностного подхода, определяются посредством учета планируемых результатов обучения, структуры и логики программы.

Промежуточная аттестация - процесс определения уровня достижения слушателями планируемых результатов обучения в завершении освоения структурно-логического компонента программы. Цель промежуточной аттестации - обеспечение обратной связи между образовательными результатами, достигнутыми слушателями, и планируемыми результатами обучения по отдельной части курса (модуля) программы для установления фактического уровня ее освоения слушателями. Формы, виды, средства осуществления промежуточной аттестации ориентированы на реализацию компетентностного подхода, определяются посредством учета планируемых результатов обучения, структуры и логики программы.

Итоговая аттестация - форма оценки степени и уровня освоения слушателями образовательной программы. Итоговая аттестация для слушателей, завершающих обучение по программе, является обязательной. Итоговая аттестация проводится с использованием ДОТ. Итоговая аттестация слушателей осуществляется аттестационной комиссией. Итоговая аттестация планируется с учетом организационной целесообразности и возможности наиболее эффективно оценить и



проанализировать качество освоения программы (соответствие результатов освоения слушателями программы заявленным целям и планируемыми результатам обучения). Формы, виды, средства осуществления промежуточной аттестации ориентированы на реализацию компетентного подхода, определяются посредством учета планируемых результатов обучения, структуры и логики программы\*.

Профессиональное обучение по программе повышения квалификации «Профессиональная деятельность сиделки (помощника по уходу) в соответствии с требованиями современных стандартов» завершается итоговой аттестацией в форме итогового зачета.

Зачет включает в себя проверку знаний (контрольный тест) в пределах квалификационных требований, указанных в квалификационных справочниках, и (или) профессиональных стандартов по соответствующей должности.

\* Примерные задания и критерии оценивания заданий итоговой аттестации в приложении 1.



## Итоговая аттестация в форме итогового зачета.

Итоговая аттестация считается пройденной, если слушатель выполнит контрольный тест.

| Фамилия | Имя | Отчество |
|---------|-----|----------|
|         |     |          |

**Тестовое задание по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации «Профессиональная деятельность сиделки (помощника по уходу) в соответствии с требованиями современных стандартов»**

### Инструкция по выполнению теста

Используя материалы лекций и дополнительные источники, выполните тестовые задания. Выполните теоретический тест, выбрав один вариант ответа, если иное не предусмотрено заданием.

**1. Документ, в котором прописывается характеристика квалификации, необходимой для осуществления профессиональной деятельности по должности «Сиделка (помощник по уходу)», в том числе выполнения определенной трудовой функции.**

- 1) Конституция РФ
- 2) Профессиональный стандарт
- 3) Трудовой кодекс РФ

**2. Что необходимо делать, если невозможно полностью ликвидировать огонь в кратчайшее время?**

- 1) следует вызвать спецназ
- 2) следует бежать подальше
- 3) следует вызвать полицию
- 4) следует вызвать пожарную охрану (МЧС)

**3. Уход и первая доврачебная помощь при приступе бронхиальной астмы предусматривает (выберите несколько ответов):**

- 1) Придать горизонтальное положение
- 2) Воспользоваться карманным ингалятором
- 3) Воспользоваться пикфлоуметром
- 4) Обеспечить приток свежего воздуха
- 5) Ингаляция кислорода.

**4. Что из перечисленного поможет сиделке погасить агрессивное возбуждение у лица, нуждающегося в постоянном уходе (выберите несколько ответов):**

- 1) Спокойный разговор
- 2) Выйти в другое помещение
- 3) Попытка понять, какими причинами вызвана столь бурная реакция



- 4) Не обращать внимания на эту вспышку
- 5. Орган, который не относится к воздухоносным путям:**
  - 1) бронхи
  - 2) легкие
  - 3) носовая полость
  - 4) трахея

**Критерии оценивания заданий экзамена:**

Задания квалификационного экзамена оцениваются в баллах. Максимальное количество - 40 баллов: за практическое задание слушатель может получить от 0 до 10 баллов, тест – от 0 до 30 баллов (за каждый правильный ответ - 1 балл).

Слушателю, набравшему необходимое количество баллов, выставляется оценка:

- «Отлично» - 40 - 31 баллов
- «хорошо» - 30 - 21 баллов
- «удовлетворительно» - 20 - 10 баллов
- «неудовлетворительно» - менее 10 баллов.