

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Остерский детский сад «Солнышко»

Принята  
на заседании  
педагогического совета  
протокол от 31.08.2023 № 1

Утверждена  
приказом по МБДОУ «Остерский  
детский сад «Солнышко»  
от 31.08.2023 № 51

Программа по профилактике употребления психоактивных  
веществ в дошкольном учреждении

Остер  
2023

## 1. Информационная карта программы

Наименование программы	Программа по профилактике употребления психоактивных веществ в дошкольном учреждении
Руководитель программы	Т.М. Трифонова, заведующий муниципальным бюджетным дошкольным образовательным учреждением «Остерский детский сад «Солнышко»
Организация-исполнитель	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Остерский детский сад «Солнышко»
Адрес организации-исполнителя	216537, Россия, Смоленская область, Рославльский район, село Остер, улица Школьная, дом 4
Телефон/ факс	8(48134) 5-39-69
Ф. И.О. автора-составителя	Заведующий МБДОУ «Остерский детский сад «Солнышко» Т.М. Трифонова, ст. воспитатель Е.Г. Умнягина, педагог-психолог А.А. Ващилина
География программы	МБДОУ «Остерский детский сад «Солнышко»
Целевая группа	Педагоги, дети от 5 до 7 лет групп общеразвивающей (компенсирующей, комбинированной) направленности и их родители (законные представители)
Цель программы	Психолого-педагогическая профилактика вероятности формирования зависимости от психоактивных веществ у детей. Создание современных воспитательно-образовательных условий в процессе профилактической деятельности для формирования ценностей здорового образа жизни у дошкольников.
Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Повышение специальных знаний педагогов по профилактике наркомании.</li> <li>2. Повышение педагогической компетентности родителей о ПАВ и альтернативных способах социально-психологической адаптации.</li> <li>3. Формирование у детей адекватной самооценки, навыков общения и социальной гибкости к меняющимся внешним социальным условиям, повышение интереса к здоровому образу жизни.</li> </ol>
Направленность	Социально-педагогическая
Срок реализации	2023-2028
Тип программы	Оздоровительная

Уровень реализации	Дошкольное образование
Уровень освоения	Общекультурный
Источники финансирования программы	Собственные средства МБДОУ «Остерский детский сад «Солнышко»», спонсорские средства

**Ожидаемые результаты программы:**

1. У педагогов повышен уровень знаний по профилактике ПАВ.
2. У родителей (законных представителей) повышена педагогическая компетентность о профилактике ПАВ и альтернативных способах социальной психологической адаптации.
3. Обучающиеся и их родители (законные представители) проявляют интерес к здоровому образу жизни.

## Содержание

	Пояснительная записка	3
1.	Основы профилактики употребления психоактивных веществ в дошкольном учреждении	7
2.	Основное содержание, механизмы реализации программы.	12
3.	Условия реализации программы	16
4.	Заключение	18
5.	Литература	20
	Приложение	

Пояснительная записка.

Анализ ситуации в России свидетельствует, что к основным «зонам риска», где особенно активно действуют представители преступных группировок, осуществляющих деятельность, связанную с незаконным оборотом наркотиков, вовлечением несовершеннолетних и молодых людей в их употребление и распространение, относятся места досуга подростков и молодежи, а также образовательные учреждения (общеобразовательные школы, профессиональные училища, средние специальные и высшие учебные заведения, общежития учреждений профессионального образования и т. д.).

Указанная ситуация обуславливает необходимость активизации и повышения эффективности работы по предупреждению и пресечению правонарушений, связанных с незаконным оборотом наркотиков, в образовательных учреждениях.

Актуальность.

В России в настоящее время зарегистрировано около миллиона людей, испытывающих зависимость от наркотиков, 70% - из них молодежь. Установлено, что чем раньше по возрасту произошло приобщение к наркотику, тем быстрее формируется наркозависимость, тем серьезнее последствия ее негативного воздействия, и тем меньше эффективность реабилитационных мероприятий. Таким образом, дошкольный период – это период формирования личности. Успешная психолого-педагогическая профилактика вероятности формирования зависимости от психоактивных веществ у детей будет способствовать предупреждению совершения ими преступлений, правонарушений и антиобщественных действий и повышению интереса к ЗОЖ.

В соответствии с Законом РФ от 01.01.01 N 3266-1 «Об образовании» (подпункт 3 пункта 3 статьи 32) администрация образовательного

учреждения несет ответственность за жизнь и здоровье детей во время образовательного процесса.

Новизна.

Ранняя профилактика вероятности формирования зависимости от психоактивных веществ у детей дошкольного возраста. Привлекая внимание к проблеме наркомании среди детей и молодежи, дошкольное образовательное учреждение формирует систему работы по профилактике употребления психоактивных веществ среди обучающихся и их родителей (законных представителей) в целях оказания им педагогической, психологической, социальной, правовой помощи, предупреждению совершения ими преступлений, правонарушений и антиобщественных действий и пагубного влияния на подрастающее поколение психоактивных веществ.

Ключевыми направлениями системы социально-педагогической профилактики употребления психоактивных веществ в ДОУ являются: методическое, информационное, просветительское.

Эффективны разнообразные **формы работы:**

1. Обучение родителей, педагогических работников образовательных учреждений современным формам и методам своевременного выявления первичных признаков девиантного поведения и злоупотребления наркотиками;
2. Разъяснение требований законодательства РФ в сфере профилактики наркомании и противодействия незаконному обороту наркотиков;
3. Информирование о деятельности федеральных органов исполнительной власти, органов исполнительной власти субъектов РФ в области профилактики употребления психоактивных веществ и лечения наркомании и борьбы с наркопреступностью;

4. Разработка и внедрение в практику работы дошкольных образовательных учреждений программ и методик, направленных на профилактику употребления психоактивных веществ: стимулирование позитивной направленности воспитанников, формирование законопослушного поведения воспитанников, формирование у воспитанников активной позиции непримиримости к нарушителям правопорядка.

**Цель:**

1. Психолого-педагогическая профилактика вероятности формирования зависимости от психоактивных веществ детей в ДОУ, их родителей (законных представителей).
2. Создание современных воспитательно-образовательных условий в процессе профилактической деятельности для формирования ценностей здорового образа жизни у дошкольников, их родителей (законных представителей).

**Задачи:**

1. Повышение специальных знаний педагогов по профилактике наркомании.
2. Повышение педагогической компетентности родителей о наркотиках и альтернативных способах социально-психологической адаптации.
3. Формирование у детей адекватной самооценки, навыков общения и социальной гибкости к меняющимся внешним социальным условиям, повышение интереса к здоровому образу жизни.

Представленная программа по профилактике употребления психоактивных веществ в дошкольном учреждении основана на **педагогических принципах:**

1. Принцип учета возрастных и половых особенностей.
2. Принцип социальности.
3. Принцип системности.
4. Принцип гуманности и цивилизованности.

5. Принцип воспитания, образования, обучения и развития.

**Нормативно – правовые документы**, регламентирующие деятельность по реализации программы:

1. Закон Р. Ф. «Об образовании»

2. Образовательная программа дошкольного образования. Программа разработана в соответствии с требованиями ФГОС ДО и в соответствии с требованиями Федеральной образовательной программы дошкольного образования, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 г. N 1028.

3. Концепция профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде на период до 2025 года утверждена Минпросвещения России 15 июня 2021 года.

4. Устав МБДОУ «Остерский детский сад «Солнышко».

## 1. Основы профилактики употребления психоактивных веществ в дошкольном учреждении

Антинаркотическая профилактика - это целостная, организуемая в рамках единой государственной программы система мер, которая имеет свое содержание, свою этапность и динамику развития, свой определенный конечный результат и реализуется государственными и общественными структурами.

Такое понимание профилактики как системы деятельности позволяет в общегосударственной системе профилактики употребления и оборота наркотических средств выделить подсистему профилактической деятельности в образовательной среде, которая имеет специфические цели, задачи, средства и находится в компетенции прежде всего Министерства образования Российской Федерации, Министерства здравоохранения Российской Федерации, органов управления образованием и органов управления здравоохранением субъектов Российской Федерации.

Отечественный и зарубежный опыт свидетельствует, что в плане профилактики наиболее предпочтительными являются программы, направленные на пропаганду здорового образа жизни и ориентированные на применение социально - психологического тренинга. Базовой основой всех профилактических мероприятий признается информационно - когнитивное (образовательное) направление. Исходя из объективных условий состояния наркологических проблем в стране и стратегии сдерживания наркомании, разработана **Концепция комплексной активной профилактики и реабилитации (КАПР)**, которая предлагает в качестве кардинального решения проблемы профилактики наркомании объединение в единый комплекс образовательных, социальных и медицинских мер, обеспечивающих достижение общей цели. Такой методологический подход позволяет максимально опереться на уже имеющиеся ресурсы и возможности

дошкольных, общеобразовательных учреждений, учреждений начального, среднего, высшего профессионального образования и других образовательных учреждений, а также использовать последние достижения современных образовательных, психологических и медико - социальных технологий в области профилактики наркомании.

Профилактическая деятельность в образовательной среде, согласно Концепции КАПР включает следующие **основные принципы**:

#### 1. Комплексность.

Согласованное взаимодействие:

- на межведомственном уровне органов и учреждений, отвечающих за различные аспекты государственной системы профилактики наркомании в рамках своей компетенции (органы и учреждения образования, здравоохранения, социальной защиты населения, правоохранительные органы и др.);

- на профессиональном уровне - специалистов различных профессий, в функциональные обязанности которых входят различные аспекты профилактики (воспитатели, психологи, социальные педагоги, работники комиссии по делам несовершеннолетних, инспектора подразделений по делам несовершеннолетних).

#### 2. Дифференцированность.

Дифференциация своих целей, задач, средств и планируемых результатов профилактики ведется с учетом возраста.

Во-первых, по возрасту наиболее значимо выделение группы детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет).

Во-вторых, по степени вовлечения в наркогенную ситуацию. При этом значимо выделение детско-подростковых, не вовлеченных в наркогенную ситуацию, но относящихся к «группе риска наркотизации», например, лишенных родительского попечения и находящихся в условиях

безнадзорности: имеющих различные проблемы в развитии и поведении («трудные и проблемные» дети).

### 3. Аксиологичность (ценностная ориентация).

Этот принцип включает формирование у детей мировоззренческих представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни, законопослушности, уважения к человеку, государству, окружающей среде и др., которые являются ориентирами и регуляторами их поведения. Принятие общечеловеческих ценностей и норм поведения является одним из основных морально-этических барьеров потребления ПАВ, а в случае заболевания служит основанием для социальной реадaptации и реабилитации.

### 4. Многоаспектность.

Сочетание различных направлений целевой профилактической деятельности. Ведущими аспектами профилактической деятельности в образовательной среде дошкольного учреждения являются:

- социальный аспект, ориентированный на формирование позитивных моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни, отрицательного отношения к пробы и приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, меняющих психическое состояние;
- психологический аспект, направленный на формирование стрессоустойчивых личностных установок, позитивно-когнитивных оценок, а также навыков «быть успешным», быть способным сделать позитивный альтернативный выбор в трудной жизненной ситуации, включая ситуацию предложения наркотиков;
- образовательный аспект, формирующий систему представлений и практических навыков о ЗОЖ.

### 5. Последовательность (этапность).

Принцип последовательности или этапности предусматривает, что ее цели и задачи должны быть:

- разделены на общие стратегические и частные (этапные), т. е. не могут быть реализованы одновременно или аврально, по типу разовой кампании;
- для обеспечения последовательности или «алгоритма» шагов в реализации системной профилактики в нее должен обязательно входить социально-психологический мониторинг.

#### 6. Легитимность.

Легитимность предусматривает необходимую правовую базу антинаркотической профилактической деятельности. К правовой базе указанной деятельности, безусловно, относятся все нормативные акты о правах и обязанностях лиц, которые в пределах своей компетенции и статуса обязаны заниматься профилактикой. К правовой базе относятся также права и обязанности детей, которые затрагиваются в различной степени, когда по отношению к ним осуществляются активные профилактические мероприятия.

Таким образом, правовые границы антинаркотической профилактики предусматривают:

- действия, не нарушающие установленную в законе компетенцию органа или лиц, осуществляющих профилактические меры;
- действия, не нарушающие права несовершеннолетнего как гражданина и члена общества, к которому относятся эти профилактические мероприятия.

**Основные задачи Концепции КАПР** (комплексной активной профилактики и реабилитации) в образовательной среде.

Вовлечение в профилактическую антинаркотическую деятельность всех без исключения учреждений системы образования. Улучшение качества воспитания и формирования у детей и молодежи антинаркотических установок. Улучшение качества образования за счет повышения уровня здоровья и изменения ценностной ориентации воспитанников. Повышение качества здоровья детей. Оказание консультативной помощи. Осуществление

антинаркотической профилактической работы в семьях. Реализация этапов профилактической деятельности: создание организационных структур; подготовка: педагогов, нормативно-правовой базы, программ профилактики.

Концепция КАПР является основой для разработки конкретных нормативных документов и программ в области профилактики злоупотребления ПАВ в образовательной среде. Внедрение новой системы профилактики происходит в конкретных реальных условиях. Невозможно одномоментное введение в практику всех желательных нововведений. Главным является четкое определение этапов внедрения, что позволяет сделать КАПР наиболее эффективной.

## 2. Основное содержание, механизмы реализации программы

Вся детская среда с учетом возрастной специфики является объектом ранней антинаркотической профилактики.

Особое внимание уделяется обеспечению эффективного межведомственного взаимодействия в решении проблем профилактики употребления психоактивных веществ в дошкольных образовательных учреждениях; обеспечения защиты детей дошкольного возраста от информации, наносящей вред их здоровью, нравственному и духовному развитию.

Профилактическая деятельность, как правило, строится на комплексной основе и обеспечивается совместными усилиями воспитателей, социального педагога, психолога, родителей (законных представителей).

Профилактика (prophylaktikos — предохранительный) — термин, означающий комплекс различного рода мероприятий, направленных на предупреждение какого-либо явления и/или устранение факторов риска.

В международной практике выделяют **модели профилактики употребления психоактивных веществ:**

**Медицинская модель** ориентирована преимущественно на медико-социальные последствия наркомании и предусматривает в основном информирование воспитанников и их родителей (законных представителей) о негативных последствиях приема психоактивных средств на физическое и психическое здоровье.

**Образовательная модель** направлена на обеспечение детей и молодежи полной информацией о проблеме наркомании и обеспечение свободы выбора при максимальной информированности.

**Психосоциальная модель** своей главной целью утверждает необходимость развития определенных психологических навыков в

противостоянии групповому давлению, в решении конфликтной ситуации, в умении сделать правильный выбор в ситуации предложения наркотиков.

Успешная психолого-педагогическая профилактика вероятности формирования зависимости от психоактивных веществ у детей в дошкольном образовательном учреждении включает:

- а) Проведение социологических исследований в виде анкетирования и опросов детей, родителей и педагогов, и анализа полученных данных;
- б) Предоставление родителям и педагогам адекватной информации о ПАВ и альтернативных способах социально-психологической адаптации;
- в) Создание современных воспитательно-образовательных условий в процессе профилактической деятельности для формирования ценностей здорового образа жизни у дошкольников.

Согласно современной Концепции профилактики употребления психоактивных веществ в современной среде, процесс превентивного обучения в детском саду организован в двух альтернативных вариантах:

- 1) в рамках специально организованного обучения. Данная форма организации включает информационные блоки по вопросам ведения здорового образа жизни в другие виды образовательной деятельности. В непосредственно-образовательной деятельности *по физической культуре* дети усваивают навыки психомышечного расслабления, точечного массажа, гигиенические дыхательные упражнения и т. д.;
- 2) в рамках дополнительного образования функционируют разнообразную *углубленную работу*, организованную с учетом интересов детей (театрализованный «Золотой ключик», экологический «Мир вокруг нас», ручной труд «Магия рисования на воде» и «Чудесная мастерская»).

С целью повышения эффективности профилактической работы под руководством *педагога-психолога* в детском саду проводятся игровые занятия в комнате психологической разгрузки по созданию положительного

эмоционального фона, снижению общего и различных видов специфического утомления, снятию стрессов, а также проводится работа по формированию адекватной самооценки дошкольников.

Образовательная деятельность с детьми проводится с соблюдением принципа запретной информации. Основная задача этого принципа предполагает, что полностью исключается даже упоминание сведений, способных спровоцировать интерес детей к «вредным привычкам». Основная форма работы с дошкольниками – непосредственно образовательная деятельность (групповая, подгрупповая), индивидуальная работа с элементами тренинга. В совместной и самостоятельной деятельности воспитанники могут самостоятельно или с помощью педагога определять для себя те формы работы, которыми они хотели бы заниматься.

Основные аспекты психолого – педагогической работы по профилактике употребления психоактивных веществ в дошкольном учреждении в блоках «Работа с педагогами», «Работа с родителями»:

### **Основные этапы работы.**

На 1 этапе у педагогов формируются представления о психоактивных веществах и профилактики употребления психоактивных веществ.

На 2 этапе проходит тренировка навыков эффективной коммуникации, развитие уверенности в себе, повышение информированности по проблеме наркотической зависимости; знакомство с подходами и концепциями первичной профилактической работы, разработка конспектов и подготовка профилактических мероприятий с обучающимися и их родителями (законными представителями). Например, круглый стол для педагогов «Антинаркотическое воспитание», мероприятия: «День здоровья», «Веселые старты», викторина «Витаминка», Городской смотр песни и строя, участие в городских соревнованиях «Малые Олимпийские игры», выставки рисунков и

поделок «Мы за здоровый образ жизни», «Скажи «Нет вредным привычкам», «Эмблема здоровья семьи».

На 3 этапе происходит привлечение общественности родительского и педагогического контингента к поддержке и повышению интереса к здоровому образу жизни. Например, проводятся: анкетирование, тестирование, конференция для родителей «Имею право», Круглый стол с презентацией семейного опыта «Традиции в нашей семье», консультации для родителей, обучающие семинары, информационные листовки «Школа для всех»; совместные мероприятия и т. д.

Следует отметить, что, в первую очередь, каждый участник процесса является личным примером для детей, поддерживает единую линию поведения и выполняет основные требования, которые предъявляются к детям и остальным участникам педагогического процесса.

Таким образом, совместная работа создаёт фундамент культуры здоровья, включающий в себя положительную мотивацию и знания, умения и навыки здорового образа жизни.

Некоторые формы работы с родителями по данной тематике можно включать на родительских собраниях.

### 3. Условия реализации программы

#### Материально-техническое и методическое обеспечение.

№	Наименование критерия	Количество
1	Наличие программно-методического обеспечения: методические рекомендации, научно-методическая литература, конспекты занятий, мероприятий для детей, педагогов, родителей (законных представителей)	В наличии
2	Наличие спортивного оборудования по физическому воспитанию, ЗОЖ:  - гимнастические скамейки - гимнастическая стенка - спортивный уголок - мягкие модули	10  3 3 2 2
3	Дидактические игры (настольно-печатные)  Сюжетно-ролевые игры	В наличии
4	Атрибуты для подвижных и малоподвижных игр (ленточки, султанчики, платочки, маски, скакалки, мячи, вожжи, мешочки для метания, кубики и т. д.)	В наличии
5	Мягкий инвентарь (мягкая мебель, подушки)	В наличии
6	Игры на развитие адекватной самооценки, общения, на формирование положительного эмоционального фона (снятие агрессии, тревожности).	В наличии

### Кадровое обеспечение проекта

№	Наименование критерия	Количество единиц
1	Заведующий ДОУ	1
2	Старший воспитатель	1
3	Педагог-психолог	1
4	Медицинская сестра	1
5	Воспитатель	3
6	Помощник воспитателя	3
Итого		10

## Заключение

Для решения поставленной цели данной программы по профилактике употребления ПАВ и привлекая внимание родительской общественности к проблеме наркомании среди детей и молодежи, наше дошкольное образовательное учреждение сформировало систему работы по профилактике употребления психоактивных веществ среди воспитанников и их родителей (законных представителей) в целях оказания им педагогической, психологической, социальной, правовой помощи, предупреждению совершения ими преступлений, правонарушений и антиобщественных действий и пагубного влияния на подрастающее поколение психоактивных веществ.

Ключевыми направлениями работы социально-педагогической профилактики употребления психоактивных веществ в ДОУ являются: методическое, информационное, просветительское.

Наиболее эффективными формами работы в дошкольном учреждении являются

1. Обучение родителей, педагогических работников образовательных учреждений современным формам и методам своевременного выявления первичных признаков девиантного поведения и злоупотребления наркотиками;
2. Разъяснение требований законодательства РФ в сфере профилактики наркомании и противодействия незаконному обороту наркотиков;
3. Информирование о деятельности федеральных органов исполнительной власти, органов исполнительной власти субъектов РФ в области профилактики употребления психоактивных веществ и лечения наркомании и борьбы с наркопреступностью;
4. Разработка и внедрение в практику работы дошкольных образовательных учреждений программ и методик, направленных на профилактику

употребления психоактивных веществ: стимулирование позитивной направленности воспитанников, формирование законопослушного поведения воспитанников, формирование у воспитанников активной позиции непримиримости к нарушителям правопорядка.

Таким образом, повышая знания педагогов по профилактике наркомании, педагогическую компетентность родителей о наркотиках и альтернативных способах социально-психологической адаптации, формируя у детей адекватную самооценку, навыки общения и социальную гибкость к меняющимся внешним социальным условиям, повышая интерес к здоровому образу жизни, дошкольное учреждение способствует сохранению и укреплению здоровья детей, а также развитию гармоничной личности воспитанников.

## Список литературы

1. Концепция профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде на период до 2025 года утверждена Минпросвещения России 15 июня 2021 года.
2. Федеральный закон от 8 января 1998 г. «О наркотических средствах и психотропных веществах» (статья 4, пункт 2)
3. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду: методические материалы. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 88 с.
4. Ананьева Г. Родителям о наркотиках и наркомании. Казань, 1999
5. Березин С. В. Психология ранней наркомании, Самара, 2000
6. Бычкова С.С. Формирование умения общения со сверстниками у старших дошкольников: методические рекомендации. – М.: АРКТИ, 2003. – 96 с.
7. Гусева Н. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. СПб.Речь.2008
8. Дергунская В. А. Диагностика культур здоровья дошкольников. – М.: Педагогическое общество России, 2005
9. Кий Н.М. Программа формирования безопасного поведения детей дошкольного возраста Навыки персональной безопасности ребенка. – ИП Романенко М.И. «Оперативная полиграфия», 2012.
10. Козлова С.А. Программа социального развития ребенка. - М.: Школьная пресса. 2004. – 48 с.
11. Минияров В. М. Психология семейного воспитания (диагностика коррекционный аспект). Москва, 2000
12. Семенака С.И. Уроки добра: коррекционно-развивающая программа для детей 5-7 лет.- М.: АРКТИ. 2004. – 80 с.
13. Шепелева Л.Н. Программы социально-психологических тренингов. - СПб.: Питер, 2007. -160 с.

14. Шилкова И. К., Большев А. С. Здоровьеформирующее физическое развитие. – М.: Издательский центр ВЛАДОС, 2001
15. Чупаха И. Б., Пужаева Е. З., Соколова И. Ю. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе. – М.: Ставрополь: 2001
16. Чупаха И. Б., Пужаева Е. З., Соколова И. Ю. Здоровый ребенок в здоровом социуме. - М.: Ставрополь: 1999
17. Википедия – свободная энциклопедия (электронный ресурс)
18. Демонстрационный материал «Чувства и эмоции». – М.: ТЦ Сфера. 2006
19. Демонстрационный материал «Я и другие. Социально-личностное развитие». – М.: ТЦ Сфера. 2006
20. Демонстрационный материал «Здоровье ребенка. Беседы и игры с детьми 3-7 лет». – М.: ТЦ Сфера. 2006
21. Комплект плакатов с методическим сопровождением «Профилактика курения»
22. Комплект плакатов с методическим сопровождением «Профилактика алкоголизма»
23. Комплект плакатов с методическим сопровождением «Профилактика наркомании».

В данном документе пронумерован,  
проиндексировано и скреплено печатью  
24 листов  
Заведующий д/с Т.М.Трифорова