

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 14»

ПРИКАЗ

31.08.2018

№ 501

г.Нефтеюганск

О работе центра ППМС помощи в 2018-2019 учебном году

Во исполнение приказов Департамента образования и молодёжной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 04.05.2016 № 703 «Об организации психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи обучающимся, испытывающим трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации, а также при реализации адаптированных общеобразовательных программ в образовательных организациях Ханты-Мансийского автономного округа - Югры», приказа Департамента образования и молодёжной политики администрации города Нефтеюганска от 06.05.2016 № 271-п «Об организации психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи обучающимся, испытывающим трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации, а также при реализации адаптированных общеобразовательных программ в муниципальных образовательных организациях», приказываю:

1. Утвердить состав центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи обучающимся (далее – центр ППМС помощи), испытывающим трудности в освоении образовательных программ, развитии и социальной адаптации, в том числе при реализации адаптированных общеобразовательных программ на 2018 – 2019 учебный год (приложение 1).
2. Утвердить план работы специалистов центра ППМС помощи на 2018 – 2019 учебный год (приложение 2).
3. Утвердить план работы психолого-медико-педагогического консилиума на 2018-2019 учебный год (приложение 3).
4. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Директор



А.Г. Фахрутдинова

Приложение 1
к приказу от 31.08.2018 № 501

Состав центра ППМС помощи на 2018-2019 учебный год

1. Донская Ольга Демьяновна, заместитель директора по учебно-воспитательной работе.
2. Ахтямова Ханна Муратовна, заместитель директора по учебно-воспитательной работе.
3. Хамитулина Марина Владимировна, заместитель директора по учебно-воспитательной работе.
4. Проворова Ирина Вениаминовна, заместитель директора по учебно-воспитательной работе.
5. Пристанская Татьяна Васильевна, учитель-логопед.
6. Сахаутдинова Флюза Аслямовна, социальный педагог.
7. Мусина Эльвира Фаридовна, педагог-психолог.
8. Семененко Елена Николаевна, школьный фельдшер.
9. Классный руководитель обучающегося, учителя-предметники.

План деятельности специалистов центра ППМС помощи МБОУ «СОШ № 14» на 2018-2019 уч.г.

План по профилактике суицидального поведения,
аддиктивного поведения, жестокого обращения с детьми
на 2018 – 2019 учебный год.

Цель: профилактика совершения суицида, появления аддиктивного поведения у обучающихся и жестокого обращения с детьми.

Задачи:

- 1) проведение мероприятий по профилактике суицидального, аддиктивного поведения обучающихся, жестокого обращения с детьми;
- 2) выявление факторов риска возникновения аддиктивного поведения у обучающихся (проведение социально – психологического наркотестирования);
- 3) проведение консультаций для обучающихся «группы риска» по результатам социально – психологического наркотестирования;
- 4) оказание консультативной, диагностической помощи обучающимся с суицидальными мыслями, поведением (по обращению);
- 5) оказание консультативной помощи родителям обучающихся с суицидальным поведением, аддиктивным поведением (по обращению);

Ожидаемый результат: снижение риска совершения суицида, появления аддиктивного поведения у обучающихся и жестокого обращения с детьми.

Профилактика и решение проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении учащихся (общая профилактика)				
	Мероприятия	Контингент	Сроки исполнения	Исполнитель
1	- диагностика обучающихся в адаптационный период (выявление школьной тревожности, трудностей адаптации в классных коллективах)	1, 5, 10 классы	Сентябрь, декабрь, май	Э.Ф.Мусина

2	- коррекционно-развивающие занятия для обучающихся, направленные на повышение адаптивных способностей (по результатам диагностики).	1, 5, 10 классы	Октябрь - май	Э.Ф.Мусина
3	- консультации по результатам диагностики, по вопросам психологического развития и воспитания ребенка (по обращению).	законные представители будущих первоклассников, 1-11 классов, учителя	В течение года	Э.Ф.Мусина
4	Мероприятия в рамках подготовки учащихся к экзаменам: - диагностика тревожности у учащихся; - проведение индивидуальных консультаций для обучающихся по результатам диагностики, по овладению приемами саморегуляции; - проведение тренинга «Психологическая готовность к экзамену» - проведение консультаций для законных представителей обучающихся 9, 11 классов (по запросу).	обучающиеся 9, 11 классов, их законные представители	Февраль - май	Э.Ф.Мусина
5	Работа Школьной службы примирения (приложение 1)	обучающиеся, учителя, законные представители	В течение учебного года	Э.Ф.Мусина
6	<u>Информирование:</u> - о работе службы «Детский телефон доверия», проведение Международного дня детского телефона доверия - о работе единой социально – психологической службы «Телефон доверия» в ХМАО –Югре; - информирование учителей и законных представителей о признаках возможного суицида, факторах риска и путях действия в этой ситуации.	обучающиеся, законные представители, учителя	17.05.2019 В течение года	Э.Ф.Мусина
7	Оказание психологической помощи по формированию УУД (личностных, коммуникативных, регулятивных, познавательных) учащимся, испытывающим трудности в обучении: диагностика, коррекция.	обучающиеся, испытывающие трудности в обучении.	По запросу в течение года	Х.М.Ахтямова
8	Оказание психологической помощи учащимся с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья): диагностика, коррекционные занятия по результатам диагностики, консультирование учащихся и законных представителей.	обучающиеся с ОВЗ	В течение года	Э.Ф.Мусина
9	Оказание психологической помощи учащимся в трудной жизненной ситуации: диагностика и коррекционные	- обучающиеся, находящимся в социально опасном положении;	В течение года	Э.Ф.Мусина

	занятия, консультирование учащихся и законных представителей (по необходимости и по обращению).	- состоящие на различных видах учета ВШУ, ОДН, КДН; - обучающиеся, чьи семьи включены в городской банк данных центра «Веста»; - опекаемые учащиеся; - их законные представители		
Сопровождение детей, подростков и их семей с целью предупреждения самоубийств, аддиктивного поведения, жестокого обращения в семье.				
10	Выявление обучающихся с суицидальными мыслями, поведением через обращения обучающихся, законных представителей, учителей.	обучающиеся	В течение года	Э.Ф.Мусина
11	Выявление факторов риска возникновения аддиктивного поведения у обучающихся (проведение социально – психологического наркотестирования)	обучающиеся	Ноябрь, декабрь	Э.Ф.Мусина
12	Консультации для обучающихся по обучению проблем - разрешающего поведения, поиска социальной поддержки, ее восприятия и оказания, повышению самооценки, развитию адекватного отношения к собственной личности, эмпатии.	обучающиеся «группы риска»	Декабрь, январь	Э.Ф.Мусина
13	Проведение анкетирования по Волковой на выявление «группы» риска, склонных к суицидам	обучающиеся с 1 по 11 классы	Ноябрь-Декабрь	Э.Ф.Мусина Классные руководители
14	Своевременное оповещение законных представителей, администрацию школы о возможности совершения суицида. Направление родителей с ребенком на приём к психиатру.	Законные представители, обучающиеся	По необходимости	Э.Ф.Мусина
15	Внедрение методики экспресс-диагностики «Сигнал», позволяющей выявлять на ранней стадии суицидальное поведение несовершеннолетних.	обучающиеся «группы риска»	В течение года	Э.Ф.Мусина
16	Психологическая диагностика с использованием опросника суицидального риска (Модификация Т.Н. Разуваевой) обучающихся склонных к суициду	обучающиеся «группы риска»	В течение года	Э.Ф.Мусина
17	Осуществление контроля за исполнением пункта 6 статьи 15 Закона РФ от 10.07.1992 № 3266-1 «Об образовании» по	обучающиеся, законные представители, учителя	Декабрь	Э.Ф.Мусина

	выявлению фактов жестокого обращения с обучающимися средствами анкетирования.			
18	Своевременное направление к врачу-психиатру и медицинскому психологу выявленных склонных к суициду несовершеннолетних, обучающихся, испытывающих трудности в обучении	обучающиеся, законные представители	В течение года	Э.Ф.Мусина
19	Организация системного обучения родителей, педагогов по вопросам выявления ранних признаков и симптомов физического и эмоционального истощения несовершеннолетних, которые могут привести к суицидальной попытке: - совещание педагогического коллектива - консультирование родителей на родительских собраниях, индивидуальных консультациях - семинар для педагогов с участием специалистов учреждения социального обслуживания Ханты- Мансийского автономного округа - Югры «Центр социальной помощи семье и детям «Веста»	Законные представители, учителя	В течение года	Э.Ф.Мусина
20	Организация индивидуальной профилактической работы с безнадзорными несовершеннолетними путём организации их досуга, развития творческих способностей несовершеннолетних в кружках, клубах по интересам, а также содействие в организации оздоровления и отдыха несовершеннолетних, нуждающихся в помощи государства	обучающиеся, законные представители	В течение года	Э.Ф.Мусина

План работы учителя-логопеда

Цель: оказание помощи учащимся 1 –х классов, учащимся с ограниченными возможностями здоровья, имеющим нарушения в развитии устной и письменной речи, нарушения в освоении общеобразовательных программ.

Задачи: определить причины, лежащие в основе нарушения письма и чтения; воспитывать у учащихся языковое чутье; формировать развитие устной и письменной речи обучающихся; проводить разъяснительную работу среди педагогов и родителей.

Работа	Задачи	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
диагностическая	Выявить уч-ся 1-х классов, страдающих нарушениями устной и письменной речи; по результатам диагностики подготовить рекомендации родителям и учителям	Диагностика речевой готовности к школе учащихся 1-х классов. Комплектование групп и подгрупп по диагнозам; Планирование работы на год; Планирование групповой и индивидуальной работы с детьми.	Уточнить уровень связной речи учащихся 1-х классов, заполнение речевых карт. Состояние письменной речи (фронтальный мониторинг);	углубленная диагностика фонематического восприятия учащихся зачисленных на коррекционно-развивающие занятия	Промежуточная диагностика письменной речи учащихся 1-х классов (фронтальный мониторинг)	Диагностика неречевых процессов - зрительно-пространственного восприятия, мелкой моторики пальцев и кистей рук (индивидуальный мониторинг);	Диагностика устной речи (индивидуальный мониторинг)	обследование будущих первоклассников	обследование будущих первоклассников диагностика письма 2-х классов.	Обследование устной и письменной речи уч-ся 1-х классов; анализ результатов обследования. Анализ индивидуальной работы. составление списка логопатов на будущий учебный год.

	Коррекционно-развивающие занятия: Групповые, Индивидуальные									
Коррекционная	Формирование фонетико-фонематической и лексико-грамматической стороны речи, Формирование активно пользоваться речью в грамматически правильной форме; Развитие навыков письменной речи	Разработка рекомендаций по коррекционно-развивающей работе с детьми, имеющими нарушение устной и письменной речи	Вызвать интерес к логопедическим занятиям Формирование умений внимательно слушать и слышать логопеда, не переключаясь на посторонние воздействия;	Формирование полноценных предпосылок к обучению детей русскому языку (билингвисты) Развитие артикуляционной моторики, речевого дыхания; Развитие мелкой моторики кистей рук	Формирование звукового анализа и синтеза; Формирование предпосылок к усвоению грамматических понятий и правил правописания, устанавливать смысловую зависимость между предложениями; постановка дефектных звуков;	Формирование связной речи, ее устной и письменной формы; Развитие отдельных сторон психической деятельности: развитие зрительного восприятия, зрительной памяти и внимания предупреждение и коррекция оптической дисграфии;	Восполнение пробелов в развитии лексического запаса грамматического строя речи; формирование связной речи; Формирование умений быстро и качественно писать, читать, производить анализ, сравнение и сопоставление;	формирование умения анализировать морфологический состав слова, формирование умения анализировать и устанавливать связь слов в предложении Правильно использовать новые слова в предложении различной синтаксической конструкции	Формирование умений аккуратно списывать и писать под диктовку тексты, устно и письменно составлять предложения, правильно использовать правила пунктуации отдифференцировать и автоматизировать все поставленные звуки	Закрепление приобретенных знаний, умений и навыков на логопедических занятиях

Работа с родителями		Анкетирование Выступление на родительских собраниях по результатам диагностики Индивидуальные консультации по обследованию	Родительское собрание для родителей, чьи дети зачислены на коррекционно-развивающие занятия Индивидуальные консультации	Индивидуальные консультации	Родительское собрание для родителей, чьи дети зачислены на коррекционно-развивающие занятия, совместно с психологом и социальным педагогом школы Индивидуальные консультации	Индивидуальные консультации	Индивидуальные консультации	Неделя психологической службы Индивидуальные консультации	Итоговое родительское собрание для родителей, чьи дети зачислены на коррекционно-развивающие занятия Индивидуальные консультации	Рекомендации родителям на летние каникулы Индивидуальные консультации по обследованию
Методическая	Выступление на МО учителей-логопедов города, посещение уроков, выступления на заседаниях МО учителей начальных классов, совещаниях, педагогических советах; получение консультативной помощи у психолога; курсы повышения квалификации; участие в вебинарах самообразование по вопросам коррекции речи; подбор методической и коррекционной литературы и пособий, логопедических игр; пополнение дидактического материала, заседание на городских ПМПК									
просветительская	Организация и проведение недели психологической службы школы Оказание консультативной родителям детей с нарушениями речи; участие в родительских собраниях; подбор литературы и составление памяток, рекомендаций для педагогов и родителей; оформление наглядной информации для педагогов и родителей, публикации, размещение материала на сайте школы.									

План социального педагога на 2018-2019 учебный год.

Цель работы:

Осуществление мероприятий по социальной защите детей, организация профилактической, социально значимой деятельности несовершеннолетних в образовательной организации.

Задачи:

1. Формирование у учащихся адекватного представления о здоровом образе жизни.
2. Оказание социально - педагогической помощи учащимся, состоящих на профилактическом учете.
3. Реализация комплекса профилактических мер для физического, психического и интеллектуального развития учащихся и их родителей (законных представителей) через их социализацию.
4. Оказание консультативной или иной помощи учащимся, родителям, классным руководителям по ликвидации кризисных ситуаций.

Ожидаемый результат работы:

1. Формирование установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность ведения общественно опасного образа жизни, совершения правонарушения, преступления.
2. Уменьшение факторов риска, приводящих к безнадзорности, правонарушениям в подростковой среде.
3. Снижение количества учащихся и их семей, состоящих на различных видах профилактического учёта.
4. Эффективное сотрудничество со специалистами органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений.

Содержание работы	Ответственный	Срок
<i>I. Социально-педагогическое исследование</i>		
<i>Цель: выявление социальных и личностных проблем детей</i>		
Изучение и анализ семейно-бытовых отношений в семьях первоклассников	Социальный педагог	Сентябрь, октябрь
Изучение и анализ семейно-бытовых отношений в семьях учащихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации или социально – опасном положении.	Социальный педагог	В течение учебного года
Социально-педагогическая диагностика учащихся и их семей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации или социально – опасном положении.	Социальный педагог	В течение учебного года
Анализ успеваемости и посещаемости учащихся, состоящих на	Социальный педагог	В течение учебного года

профилактическом учете		
Организация учета и корректировка Банка данных детей, находящихся в трудной жизненной ситуации и социально – опасном положении	Социальный педагог	Сентябрь, в течение учебного года
II. Организация всеобуча		
Цель: создание условий для получения основного общего и среднего (полного) общего образования		
Проведение социальной паспортизации классов, образовательной организации	Социальный педагог	Сентябрь
Контроль посещаемости учащимися занятий	Социальный педагог	В течение учебного года
Патронаж семей учащихся, пропускающих занятия без уважительной причины	Социальный педагог	По запросу классных руководителей
Мониторинг пропусков занятий учащихся	Социальный педагог	В течение учебного года
Анализ успеваемости учащихся «группы риска»	Социальный педагог	1 раз в четверть
III. Социально-педагогическая защита прав ребенка		
Цель: совершенствование системы профилактики безнадзорности и правонарушений, направленной на защиту и улучшение положения детей, находящихся в трудной жизненной ситуации		
3.1. Работа по охране прав детей с ограниченными возможностями здоровья.		
Содействие в организации досуга детей с ОВЗ	Социальный педагог Классные руководители Педагог психолог	В течение учебного года
Правовая поддержка: информирование родителей об имеющихся правах и льготах для детей ОВЗ, помощь в их обеспечении и защите.	Социальный педагог, Педагог психолог	По запросу
Консультирование родителей и детей по решению проблемных ситуаций.	Социальный педагог, педагог психолог	По запросу
3.2. Работа по охране прав детей из многодетных семей		
Акция «Собери ребенка в школу»	Соц. Педагог Педагогический коллектив ОО	Август
Содействие в организации досуга детей из многодетных семей	Соц. педагог	В течение учебного года
Правовая поддержка: информирование родителей об имеющихся правах и льготах многодетным семьям, помощь в их обеспечении и защите.	Соц. педагог	По запросу
Индивидуальные беседы с детьми и родителями из многодетных семей по анализу проблемных ситуаций.	Соц. педагог	По запросу

Составление списка многодетных семей, организация льготного питания для детей из многодетных семей.	Соц. педагог	В течение учебного года
3.3. Работа по охране прав детей из малообеспеченных семей		
Составление списка малообеспеченных семей, организация льготного питания для детей из малообеспеченных семей.	Соц. педагог	В течение учебного года
Содействие в организации досуга детей из малообеспеченных семей	Соц. педагог	В течение учебного года
Индивидуальные беседы с детьми и родителями из малообеспеченных семей по анализу проблемных ситуаций.	Соц. педагог	По запросу
Правовая поддержка: информирование родителей об имеющихся правах и льготах малообеспеченным семьям, помощь в их обеспечении и защите.	Соц. педагог	По запросу
3.4. Работа по охране прав детей - мигрантов		
Определение статуса ребенка, составление списка детей мигрантов.	Социальный педагог	Сентябрь
Взаимодействие с ТП ОУФМС России по ХМАО-Югре по работе с семьями детей - мигрантов	Соц. педагог	В течение учебного года
Индивидуальные беседы с детьми и родителями мигрантами по анализу проблемных ситуаций.	Соц. педагог	По запросу
Содействие в организации досуга детей из семей мигрантов	Соц. педагог	В течение учебного года
Мероприятия в рамках реализации проекта «Шаг навстречу»	Соц. педагог	В течение учебного года
3.5. Работа по охране прав несовершеннолетних, оставшихся без попечения родителей		
Определение статуса ребенка, оформление карты социально – педагогической помощи на детей, оставшихся без попечения родителей	Социальный педагог	Сентябрь
Организация первичного обследования жилищно-бытовых условий семьи	Соц. педагог	Сентябрь, октябрь
Взаимодействие с комитетом опеки и попечительства по выявлению нарушений прав несовершеннолетних	Соц. педагог	В течение учебного года
Содействие в организации досуга несовершеннолетних, оставшихся без попечения родителей	Соц. педагог	В течение учебного года
Взаимодействие с педагогическим коллективом в оказании индивидуальной помощи в учебе слабоуспевающим учащимся, находящимся под опекой	Соц. педагог	В течение учебного года
Организация льготного питания. Контроль за своевременным оформлением документов опекунами на предоставление бесплатного питания.	Соц. педагог	В течение учебного года
Мероприятия в рамках деятельности объединения дополнительного	Соц. педагог	В течение учебного года

образования «Мы в мире прав» (социально – педагогическая помощь для опекаемых семей)		
<p>IV. Социально – педагогическая помощь учащимся, состоящих на учете КДН и ОДН Цель: обеспечение социальной поддержки учащихся, состоящих на ОДН и КДН, направленной на решение проблем подростковой безнадзорности и преступности.</p>		
Диагностическая работа по выяснению причины противоправного поведения подростка.	Соц. педагог	При постановке на учет
Посещение по месту жительства для обследования жилищно-бытовых условий.	Соц. педагог	В течение учебного года
Содействие в организации досуга детей и контроль за внеурочной занятостью.	Соц. педагог	В течение учебного года
Осуществление контроля за посещаемостью и успеваемостью учащихся	Соц. педагог	В течение учебного года
Организация и проведение индивидуальных консультаций для учащихся	Соц. педагог	В течение учебного года
Взаимодействие с органами и учреждениями системы профилактики безнадзорности и правонарушений по совместному разрешению проблемной ситуации	Соц. педагог	В течение учебного года
Вовлечение учащихся в общественную жизнь образовательной организации, класса	Соц. педагог	В течение учебного года
Оказание помощи учащимся в трудоустройстве через молодежную биржу труда	Соц. педагог	Февраль-октябрь
<p>VIII. Организационно- методическая работа с педагогическим коллективом Цель: методическое сопровождение работы классных руководителей и учителей-предметников по работе с учащимися, состоящих на различных видах учета</p>		
Индивидуальное консультирование по возникшим проблемам	Соц. педагог	По запросу
Взаимодействие с педагогическим коллективом в оказании индивидуальной социально - педагогической помощи в учебе слабоуспевающим учащимся, находящимся в трудной жизненной ситуации, социально – опасном положении.	Соц. педагог	В течение учебного года
Ознакомление классных руководителей с нормативными документами, регламентирующими организацию работы с учащимися и их семьями, состоящими на учете ОДН, КДН на других видах учета	Соц. педагог	Сентябрь
Организация помощи классным руководителям по сбору материалов для составления социального паспорта класса.	Соц. педагог	Сентябрь

Приложение 3
к приказу от 31.08.2018 № 501

План работы психолого-медико-педагогического консилиума на 2018 - 2019 гг.

	СЕНТЯБРЬ	ОКТАБРЬ	НОЯБРЬ	ДЕКАБРЬ	ЯНВАРЬ	ФЕВРАЛЬ	МАРТ	АПРЕЛЬ	МАЙ
СОДЕРЖАНИЕ	1. Планирование работы школьного ПМПк на 2018-2019 г.г. (31.08.2017) 2. ПМПк в 5 классах (24.09.2018)	1. ППк в 1 классах (15.10.2018) 2. ПМПк в классах, где обучаются дети с ОВЗ (08.10.2018)			1. Итоги 1 полугодия (15.01.2019). а) анализ усвоения программного материала учащимися с ОВЗ; б) динамика развития учащихся с ОВЗ. 2. ПМПк для родителей и уч-ся 1-х классов, рекомендованных на консультацию территориальной ПМПк (с 23.01.19 по 26.01.19)	Изучение трудностей в обучении у вновь прибывших обучающихся, определение дальнейшего образовательного маршрута.			Итоговое заседание (27.05.2019): Успешность обучения детей с ОВЗ: а) анализ контрольных работ; б) коррекция учебно-воспитательной работы; в) результаты диагностики обучающихся
УЧАСТНИКИ	Администрация, Учителя-предметники, педагог-психолог, учитель-логопед, социальный педагог, классные руководители.	Администрация, учителя, педагог-психолог, учитель-логопед, социальный педагог, классные руководители.			Учителя, педагог-психолог, учитель-логопед, социальный педагог, школьный фельдшер, классные руководители.	педагог-психолог, учитель-логопед, классные руководители.			Администрация, учителя, педагог-психолог, учитель-логопед, социальный педагог, школьный фельдшер, классные руководители.
ОТВЕТСТВЕННЫЙ	Проворова И.В.	Ахтямова Х.М. Проворова И.В.			Ахтямова Х.М. Проворова И.В.	Ахтямова Х.М. Проворова И.В.			Ахтямова Х.М. Проворова И.В.
ИТОГ	Заседание ППк 5а, 5б, 5в	Заседание ППк в 1а, 1б, 1 в, 1г Заседание ПМПк 2г, 3а,3б,4б, 4в, 6а,6б, 7а, 7б, 8а,9а			Заседание ПМПк 2г, 3а,3б,4б, 4в, 6а,6б, 7а, 7б, 8а,9а	консультации для родителей, планирование территориальной ПМПк			Заседание ПМПк 2г, 3а,3б,4б, 4в, 6а,6б, 7а, 7б, 8а,9а