**Программа кружка «Веселые ладошки»**

**Пояснительная записка**

Данная программа содержит практический материал для изготовления с детьми интересных поделок из бумаги, в основе которых лежит изображение детской ладошки. Программа содействует развитию мелкой моторики и воображения дошкольников, а подобранный речевой материал поможет в развитии речи ребенка.

**Цель программы**:

* формировать и совершенствовать мелкую моторику пальцев рук; развивать речь ребенка.

**Задачи программы**:

* формирование двигательных умений и навыков в манипуляциях различными предметами (карандаш, бумага, ножницы),

развивать умение владеть карандашом, бумагой, ножницами, используя игры и упражнения;

* формирование зрительно-моторных координаций;
* -развитие мышления, памяти, внимания, сосредоточенности, зрительного и слухового восприятия;
* - развитие пространственных ориентаций на листе бумаги и в окружающем пространстве;
* - формирование навыков учебной деятельности: умение слушать, понимать и выполнять словесные установки педагога.

Те, кто работают с дошкольниками, знают, какие трудности испытывают дети, особенно с нарушениями речи, когда им приходится выполнять действия, требующие точности, уверенности и синхронности движений. Плохо развитые двигательные функции рук и отсутствие оформленной техники движений, скоординированных действий глаза и руки вызывают у ребёнка огромные трудности. Скоординированные движения рук требуют дифференцированной работы мозга. Предлагаемые игры – упражнения учитывают особенности физиологии детского организма, дают возможность не испытывать усталости и не снижают интереса к занятиям в целом. Эти занятия полезны для развития мелких и точных движений рук, так как от задействованных мышц постоянно поступают импульсы в мозг, стимулируя центральную нервную систему (в частности, речевой центр, который находится в непосредственной близости с двигательной областью коры головного мозга) и способствуя её развитию.

Настоящая программа описывает курс по развитию мелкой моторики детей дошкольного возраста (5 – 6 лет). В ДОУ занятия по данному курсу, проводятся 1 раз в 2 недели по 25 минут Сроки реализации программы 9 месяцев. Всего 18 занятия.

**Нам понадобится:**

* цветная бумага;
* цветной картон;
* ножницы с тупыми концами;
* карандаш;
* клей ПВА;
* клеенка;
* кисточка для клея;
* салфетки.

**Ожидаемые конечные результаты к концу курса освоения программы кружка «Веселые ладошки».**

* сформирован интерес к искусству аппликации;
* дети умеют правильно держать ножницы и работать ими

самостоятельно;

* умеют самостоятельно составлять изображения различных предметов из частей;
* умеют подбирать цвет;
* владеют навыками аккуратного вырезания и наклеивания;
* сформирован интерес к пальчиковой гимнастике, применение гимнастики в самостоятельной игре ребенка.

**Годовое тематическое планирование:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | **Количество занятий** |
| Сентябрь | «Поздравительная открытка» к Дню дошкольного работника. | **2** |
| Октябрь | «Золотая осень» (осеннее дерево) | **2** |
| Ноябрь | «Цветы для мамочки» | **2** |
| Декабрь | «Дед Мороз» | **2** |
| Январь | «Рождественская елочка» |  **2** |
| Февраль | «Снеговик» | **2** |
| Март | «Поздравительная открытка для мамы» (весенние цветы) | **2** |
| Апрель | «Пасхальный цыпленок» | **2** |
| Май | «Солнышко» | **2** |

**Занятие № 1 , № 2 - СЕНТЯБРЬ**

**«Поздравительная открытка «Любимым воспитателям!»»**

**(коллективная работа)**

**Цель:** Учить составлять задуманный предмет из нескольких частей.

**Задачи:**

* Расширять знания детей о праздниках,
* Развитие мелкую моторику рук;
* Воспитание аккуратности при выполнении работы;
* Овладение техникой вырезания ножницами;
* Продолжать учить показывать слова стихотворения жестами (пальчиковая гимнастика).

**Демонстрационный материал:** поздравительные открытки, букет осенних цветов.

**Раздаточный материал:** клей ПВА, кисточки для клея, салфетки, клеенки, цветная бумага , ножницы, ватман А3.

**Речевой материал:**

**1.Загадка**

Твои помощники – взгляни-

Десяток дружных братьев,

Как славно жить,

Когда они работы не боятся!

И как хороший мальчик

Послушен каждый … (*пальчик*)

Есть у меня работники,

Во всем помочь охотники.

Живут не за стеной –

И день, и ночь со мной

Целый десяток

 Верных ребяток.

Пятерка братьев неразлучна,

Им вместе никогда не скучно.

Они работают пером,

Пилою, ложкой, топором. (М.Карпенко)

**2.Пальчики.**

Первый – крепыш,

Пятый – малыш,

Второй – самый сильный.

Третий – самый длинный,

А четвертый – просто милый. (Е.Черенкова)

**3.Алые цветки.**

Наши алые цветки *Ладони соединяются в форме тюльпана.*

Распускают лепестки. *Пальцы медленно раскрываются.*

Ветерок чуть дышит, *Плавно покачиваются,*

 *затем медленно закрываются.*

Лепестки колышет.

Наши алые цветки

Закрывают лепестки.

Головками качают . *Кисти рук покачиваются.*

Тихо засыпают. (М.Давыдова)

**Занятие №3, № 4 – ОКТЯБРЬ.**

**«Осенняя пора ,очей очарование…»(Осеннее дерево)**

**Цель:** Расширять знания детей о приметах осени, через предметы искусства.

**Задачи:**

* Учить понимать и анализировать содержание картины и стихотворения,
* Развитие мелкую моторику рук;
* Воспитание аккуратности при выполнении работы;
* Овладение техникой вырезания ножницами, умением наносить клей кисточкой,
* Продолжать учить показывать слова стихотворения жестами (пальчиковая гимнастика),
* Развитие воображения и художественного вкуса.

**Демонстрационный материал:** иллюстрация картины на тему «Осень».

**Раздаточный материал:** клей ПВА, кисточки для клея, салфетки, клеенки, цветная бумага , ножницы, цветной картон.

**Речевой материал:**

1.Осень

Поспевает брусника.

Стали дни холоднее,

И от птичьего крика

В сердце только грустнее.

Стаи птиц улетают

Прочь, за синее море.

Все деревья блистают

В разноцветном уборе. (К.Бальмонт.).

2.Загадка.

Его весной и летом

Мы видели одетым.

А осенью с бедняжки

Сорвали все рубашки.

Но зимние метели

В меха его одели.

3.Дерево.

У дерева ствол, *Прижимаются руки тыльной стороной друг к другу*

У ствола много веток.

А листья на ветках *Пальцы растопырены и подняты вверх.*

Разного цвета. *Шевелят кистями и пальцами.*

(В.Цвытарный)

**Занятие №5, № 6 – НОЯБРЬ.**

**«Поздравительная открытка «Цветы для мамочки!»(День Матери)**

**Цель:** Воспитывать любовь и уважение к близким людям.

Расширять знания детей о праздниках.

**Задачи:**

* Учить понимать и анализировать содержание картины и стихотворения,
* Развитие мелкую моторику рук;
* Воспитание аккуратности при выполнении работы;
* Овладение техникой вырезания ножницами, умением наносить клей кисточкой,
* Продолжать учить показывать слова стихотворения жестами (пальчиковая гимнастика),
* Развитие воображения и художественного вкуса.

**Демонстрационный материал:** иллюстрация картины на тему «Мамин праздник», поздравительные открытки.

**Раздаточный материал:** клей ПВА, кисточки для клея, салфетки, клеенки, цветная бумага , ножницы, цветной картон.

**Речевой материал:**

1.Мы разжали кулачок –

Распускается цветок.

Вот мы сжали кулачок –

Вновь закрылся наш цветок. (М.Давыдова)

2.Загадка

Очищают воздух,

Создают уют,

На окнах зеленеют,

Круглый год цветут.

Ответ: Цветы

3. Букет

 Ходим, ходим по лужку,

Собираем по цветку.

Красный, желтый, синий цвет...

Замечательный букет!

Кто же, кто же, кто готов получить букет цветов?

И не ты,

И не ты -

Мамочке мои цветы! (М.Бычков)

**Утром рано он закрыт**, ^ *Кисти рук находятся в исходном положении.*

 **Но к полудню ближе** *Ладони отходят друг от друга,*

**Раскрывает лепестки,** *Подушечки больших пальцев прижаты к концам* *указательных, кисти рук напоминают полураскрытый бутон*.

 **Красоту их вижу**. *Кисти рук у запястья соединены, пальцы плавно расходятся в разные стороны, напоминая раскрывшийся цветок.*

 **К вечеру цветок опять,** Пальцы сомкнуты — нераскрывшийся цветок -

 **Закрывает венчик.**

**И теперь он будет спать.**

 **До утра, как птенчик**. *Кисти рук кладут под щеку— имитация сна.*

**Занятие №7, № 8 – ДЕКАБРЬ.**

**«Новый год» (Дед Мороз)**

**Цель**. Расширять знания детей о праздниках.

**Задачи:**

* Создание эмоционально положительного настроения;
* Развитие интереса к сказкам, сказочным героям;
* Развитие воображения.
* Учить понимать и анализировать содержание картины и стихотворения,
* Развитие мелкую моторику рук;
* Воспитание аккуратности при выполнении работы;
* Овладение техникой вырезания ножницами, умением наносить клей кисточкой,
* Продолжать учить показывать слова стихотворения жестами (пальчиковая гимнастика),
* Способствовать развитию чувства прекрасного, эмоциональной отзывчивости.

**Демонстрационный материал:** иллюстрация картины на тему «Новогодний праздник», открытки с Дедом Морозом.

**Раздаточный материал:** клей ПВА, кисточки для клея, салфетки, клеенки, цветная бумага , ножницы, цветной картон.

**Речевой материал:**

Пальчиковая гимнастика «НА ЕЛКЕ»

Мы на елке веселились, (Ритмичные хлопки в ладоши.)

И плясали, и резвились, (Ритмичные удары кулачками.)

После добрый Дед Мороз (Дети «шагают» средним и указатель-

Нам подарки преподнес. ными пальцами обеих рук по столу.)

Дал большущие пакеты, («Рисуют» руками большой круг.)

В них же — вкусные предметы: (Делают ритмичные хлопки.)

Конфеты в бумажках синих, (Загибают на обеих руках пальчики,

орешки рядом с ними, начиная с большого.)

Груша,

Яблоко, один

Золотистый мандарин.

1.Нам нравится морозная

Пушистая пора,

Ночное небо звездное,

Сверканье серебра.

И елка зажигается,

И пляшет хоровод,

И вот, как полагается

Приходит новый год. (О. Высотская)

2. Загадка.

Если лес укрыт снегами,

Если пахнет пирогами

Если ёлка в дом идёт,

Что за праздник?...(Новый год)

3. Загадка.

Кто приходит в каждый дом

В Новый год с большим мешком?

Шуба, шапка, красный нос,

Это Дедушка ...(Мороз)

4.Дед Мороз.

 – Кто в нарядной теплой шубе,

 С длинной белой бородой,

 В Новый год приходит в гости,

 И румяный, и седой?

 Он играет с нами, пляшет,

 С ним и праздник веселей!

 – Дед Мороз на елке нашей

 Самый главный из гостей! (И.Черницкая)

**Занятие №9, № 10 – ЯНВАРЬ.**

**«Рождество Христово.» (Рождественская елочка)**

**Цель**. Расширять знания детей о праздниках.

**Задачи:**

* Развить эстетические чувства;
* Развить интерес к литературным произведениям и желание слушать и рассматривать книги;
* Развить творческие способности.
* Учить понимать и анализировать содержание картины и стихотворения,
* Развитие мелкую моторику рук;
* Воспитание аккуратности при выполнении работы;
* Овладение техникой вырезания ножницами, умением наносить клей кисточкой,
* Продолжать учить показывать слова стихотворения жестами (пальчиковая гимнастика),
* Способствовать развитию чувства прекрасного, эмоциональной отзывчивости.

**Демонстрационный материал:** иллюстрация картины на тему «Праздник Рождество Христово», открытки с праздником, игрушка елочка , украшения на елку.

**Раздаточный материал:** клей ПВА, кисточки для клея, салфетки, клеенки, цветная бумага , ножницы, цветной картон.

**Речевой материал:**

1.Пальчиковая гимнастика «Наряжаем ёлку»

 **Раз, два, три, четыре, пять** /*Поочерёдно соединяют подушечки пальцев обеих рук, начиная с большого/.*

**Будем ёлку наряжать***. /Соединяют ладони «домиком» над головой и разводят руки в стороны/.*

 **Мы повесим шарики**, */Соединяют подушечки пальцев обеих рук, образуя шарики/.*

 **Яркие фонарики**, */Прижимают ладони друг к другу, пальцы раздвинуты, выполняют вращательные движения ладонями вперёд – назад*/.

 **Весёлого Петрушку**, */Показывают длинный нос/.*

 **И разные игрушки**: */Вытягивают ладони вперёд/.*

 **И мишку - шалунишку**  */Показывают «мишкины лапы» и покачиваются из стороны в сторону/.*

 **И заиньку – трусишку.** */Прикладывают раскрытые ладони к голове/.*

2.Загадка.

Её всегда в лесу найдешь –

Пойдем гулять и встретим:

Стоит колючая ,как еж,

Зимою в платье летнем.

Что же это за девица?

Не швея, не мастерица,

Ничего сама не шьет,

А в иголках круглый год? (М.Карпенко).

**3.Ёлка. Рождество.**

В доме елку наряжают – Рождество наступит скоро.

Наступает Рождество, Прочь обиды все и ссоры!

Дружно гости приезжают, Светлый праздник наступает –

Чтобы встретить торжество. Вся земля его встречает!

Приготовлены подарки А как рады ребятишки -

Для друзей и для подруг, И девчонки, и мальчишки:

За окном мороз ,но жарко На рождественские святки

От веселия вокруг. Им подарят шоколадки.

Не забудь о тех, кто болен, Праздновать всегда готовы

У кого веселья нет, Праздник Рождества Христова:

Принеси им ветку ели, Он веселый ,добрый ,славный

Мамин тортик и конфет. И один из самых главных!

(Е.Екимова) (Е.Екимова)

**Занятие №11, № 12 – ФЕВРАЛЬ.**

**«Зимние забавы» (Снеговик)**

**Цель**. Расширять знания детей о приметах зимы, через предметы искусства

**Задачи:**

* Развить эстетические чувства;
* Развить интерес к литературным произведениям и желание слушать и рассматривать книги;
* Развить творческие способности.
* Учить понимать и анализировать содержание картины и стихотворения,
* Развитие мелкую моторику рук;
* Воспитание аккуратности при выполнении работы;
* Овладение техникой вырезания ножницами, умением наносить клей кисточкой,
* Продолжать учить показывать слова стихотворения жестами (пальчиковая гимнастика),
* Способствовать развитию чувства прекрасного, эмоциональной отзывчивости.

**Демонстрационный материал:** иллюстрация картины на тему «Зимние забавы»,игрушка снеговик.

**Раздаточный материал:** клей ПВА, кисточки для клея, салфетки, клеенки, цветная бумага , ножницы, цветной картон.

**Речевой материал:**

**1.Упражнение «Снеговик».** [Координация речи с движением, развитие общих речевых навыков.]

**Давай, дружок, смелей, дружок,**  *Идут по кругу, изображая, будто катят*

**Кати по снегу свой снежок.** *перед собой снежный ком.*

**Он превратится в толстый ком,** *«Рисуют» руками большой круг.*

**И станет ком снеговиком.** *«Рисуют» снеговика из трех комков*.

**Его улыбка так светла!** *Широко улыбаются.*

**Два глаза, шляпа, нос, метла.** *Показывают глаза, прикрывают голову ладошкой, дотрагиваются до носа, встают прямо, как бы держат воображаемую метлу.*

**Но солнце припечет слегка *—*** *Медленно приседают.*

**Увы! — и нет снеговика.** *Разводят руками, пожимают плечами.*

*(*В. Егоров)

2.Стихи.

**Е. Бром**

Лепит с самого утра

 Детвора снеговика.

 Снежные шары катает

 И смеясь, соединяет.

 C низу самый крупный ком,

 Чуть поменьше ком на нём.

 Ещё меньше – голова,

 Дотянулися едва.

 Глазки- шишки, нос морковка.

 Шапочку надели ловко.

 Яркий шарф, в руках метла.

 И довольна детвора.

**В. Романенко**

Снег по улице метёт,

 Вьюга песенки поёт,

 Детвора кричит "ура!".

Снеговик среди двора:

 Вместо шляпы - старый таз,

 Угольки на месте глаз.

 Из морковки - красный нос,

 Будто выкрасил мороз.

 Ох, красив снеговичок -

 Славный снежный мужичок!

**М. Бойкова**

Раскраснелась детвора -

 Накатала три шара!

 Друг на друга их сложили,

 И ведро нагромоздили.

 Нос - морковка, уголь - глазки,

Снеговик из детской сказки!

 Руки - ветки, рот - конфета...

 Пусть стоит теперь до лета!

**3.Загадка.**

**М. Плотникова**

*Нос морковка, ведро-шапка,*

 *А глаза как угольки*

 *Любят их лепить ребята,*

 *Это же*  (Снеговики!)

**Занятие №13, № 14 – МАРТ.**

**«Весенняя капель» (Открытка для мамы)**

**Цель**. Воспитывать любовь и уважение к близким людям.

**Задачи:**

* Расширять знания детей о праздниках.
* Расширять знания детей о приметах весны .
* Развить эстетические чувства;
* Развить интерес к литературным произведениям и желание слушать и рассматривать книги;
* Развить творческие способности.
* Учить понимать и анализировать содержание картины и стихотворения,
* Развитие мелкую моторику рук;
* Воспитание аккуратности при выполнении работы;
* Овладение техникой вырезания ножницами, умением наносить клей кисточкой,
* Продолжать учить показывать слова стихотворения жестами (пальчиковая гимнастика),
* Способствовать развитию чувства прекрасного, эмоциональной отзывчивости.

**Демонстрационный материал:** иллюстрация картины на тему «Мамин день»,открытки,комнатный цветок.

**Раздаточный материал:** клей ПВА, кисточки для клея, салфетки, клеенки, цветная бумага , ножницы, цветной картон.

**Речевой материал:**

**1.Цветок.**

Вырос высокий цветок на поляне, Руки вверх ладони прижаты к друг другу,разводим пальцы ,слегка округлив их.

Утром весенним раскрыл лепестки. Разводим пальчики.

Всем лепесткам красоту и питанье Ритмическое движение: пальцы вместе- пальцы врозь.

Дружно дают под землёй корешки Ладоши отпускаем вниз и тыльной стороной

(Е.Черенкова) прижимаем друг к другу, пальцы разводим.

**2.Маме.**

В горшочек посажу росток,

Поставлю на окне.

Скорей, росток ,

 Раскрой цветок –

Он очень нужен мне.

Промчатся ветры за окном

Со снежною зимой,

И будет выше

Скаждым днем

 Расти цветочек мой.

 Когда же по календарю

 Весны настанет срок,

Восьмого марта

Подарю

Я маме свой цветок!

(В.Шуграева)

**3.Загадки о весне.**

\* \* \*

Тает снежок, ожил лужок.

 День прибывает. Когда это бывает?

\* \* \*

Тает снежок,

 Ожил лужок.

 День прибывает.

 Когда это бывает?

\* \* \*

Рыхлый снег

 На солнце тает,

 Ветерок в ветвях играет,

 Звонче птичьи голоса

 Значит,

 К нам пришла ...

\* \* \*

Ручейки бегут быстрее,

 Светит солнышко теплее.

 Воробей погоде рад -

 Заглянул к нам месяц ...

**Занятие №15, № 16 – АПРЕЛЬ.**

**«Пасхальный ципленок»**

**Цель**. Расширять знания детей о праздниках.

**Задачи:**

* Развить эстетические чувства;
* Развить интерес к литературным произведениям и желание слушать и рассматривать книги;
* Развить творческие способности.
* Учить понимать и анализировать содержание картины и стихотворения,
* Развитие мелкую моторику рук;
* Воспитание аккуратности при выполнении работы;
* Овладение техникой вырезания ножницами, умением наносить клей кисточкой,
* Продолжать учить показывать слова стихотворения жестами (пальчиковая гимнастика),
* Способствовать развитию чувства прекрасного, эмоциональной отзывчивости.

**Демонстрационный материал:** иллюстрация на тему «Праздник Пасхи»,открытки.

**Раздаточный материал:** клей ПВА, кисточки для клея, салфетки, клеенки, цветная бумага , ножницы, цветной картон.

**Речевой материал:**

**1.Яичко пасхальное.**

Яичко пасхальное раскрасим

С моим братишком младшим Васей,

И мамочке своей подарим –

Со светлой Пасхой поздравим.

Мы утром рано – рано встанем.

- Христос Воскресе! – скажем маме.

И радостно она ответит:

- Воистину Воскресе, дети!

(Е.Екимова)

**2.Пасха.**

Мы пойдем сегодня в храм,

Потому что праздник там.

Все поют : «Христос Воскрес!»

И сияет Божий крест.

 Освятим святой водой

 Наш куличик золотой,

 Засветим свои сердца

 И восславим все Творца!

Пасха праздник дорогой,

В дом пришел и в твой, и в мой,

Слезы радости из глаз –

Ведь Христос воскрес для нас!

(Е.Екимова)

**3.Загадки.**

Жёлтые пищат комочки,

 Это всё сыны и дочки

 Квохчет мама: Ко-ко-ко,

 Не ходите далеко!

 Не играйте с мамой в прятки.

 Детки кто её? … (Цыплятки)

 Пушистый жёлтенький комок

 из скорлупы себя извлёк,

 порадовав наседку,

 дождавшуюся детку.!

Весь я золотистый,

 Мягкий и пушистый.

 Я у курицы - ребёнок,

 А зовут меня …(цыплёнок)

 Что за жёлтые комочки

 Семенят за мамой-квочкой?

 Вы узнали их, ребята?

 Да ведь это же (цыплята).

 Родился вчера,

 но живёт без пелёнок.

 Под крылышко прячется

 к маме … (цыплёнок).

 Это кто пищит пи-пи

 Из яичной скорлупы?

 может - курочкин ребёнок?

 Вылупляется (цыпленок)!

(В. Речиц)

**4. Пальчиковая гимнастика «Цыплята»**

Раз, два, три, четыре пять

*Соединяют пальцы обеих рук, образуя шар.*

Будем мы цыплят считать

*Ритмично сжимают и разжимают кулачки.*

Раз – цыпленок на крыльце,

*Загибают по одному пальчику на обеих руках, начиная с больших, на каждый счет .*

Два – еще сидит в яйце,

 Три – цыпленок самый смелый,

 А четыре – самый белый,

 Пятый - маленький цыпленок,

*Загнув мизинец, прижимают кулачки друг к другу*

Кушать захотел спросонок

*Стучат указательным пальцем правой руки по левой ладони.*

**Занятие № 17, № 18 – МАЙ.**

**«Солнышко»**

**Цель**. Расширять знания детей о приметах лета, через предметы искусства

**Задачи:**

* Развить эстетические чувства;
* Развить интерес к литературным произведениям и желание слушать и рассматривать книги;
* Развить творческие способности.
* Учить понимать и анализировать содержание картины и стихотворения,
* Развитие мелкую моторику рук;
* Воспитание аккуратности при выполнении работы;
* Овладение техникой вырезания ножницами, умением наносить клей кисточкой,
* Продолжать учить показывать слова стихотворения жестами (пальчиковая гимнастика),
* Способствовать развитию чувства прекрасного, эмоциональной отзывчивости.

**Демонстрационный материал:** иллюстрация на тему «Летние деньки», «Солнышко».

**Раздаточный материал:** клей ПВА, кисточки для клея, салфетки, клеенки, цветная бумага , ножницы, цветной картон.

**Речевой материал:**

**1.Загадка.**

Это что за желтый круг,

 Много палочек вокруг?

От него тепло и свет.

Посмотри - и дай ответ!

**2. Пальчиковая гимнастика «Солнышко»**

Солнышко, солнышко

 Погуляй у речки

 *(Шевелят пальцами обеих рук).*

Солнышко, солнышко,

 Разбросай колечки.

 *(Быстро сжимают и разжимают кулаки).*

Мы колечки соберем,

 Золоченые возьмем.

 *(Делают хватательные движения щепотью).*

Покатаем, поваляем

 *(Круговыми движениями трут ладонь о ладонь).*

И назад тебе вернем.

 *(Поднимают руки вверх, раздвинув пальцы).*

3. А у солнца - сто забот:

 Обогреть наш огород,

 Все цветочки распустить,

 На веранде погостить,

 После ливня, на бегу,

 Сделать радугу-дугу.

 И Наташке-хохотушке

 На нос бросить конопушки.

( Р. Карапетян)