МИНОБРНАУКИ РОССИИ

ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ЭКОНОМИКИ И СЕРВИСА

КАФЕДРА ФИЛОСОФИИ И ЮРИДИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа дисциплины (модуля)

ПРАКТИКУМ ПО РАЗВИТИЮ НАВЫКОВ СОЦИАЛЬНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Направление и направленность (профиль)

38.03.01 Экономика. Бухгалтерский учет и анализ хозяйственной деятельности

Год набора на ОПОП
2022

Форма обучения
очная

Владивосток 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Практикум по развитию навыков социального взаимодействия» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 38.03.01 Экономика (утв. приказом Минобрнауки России от 12.08.2020г. №954) и Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утв. приказом Минобрнауки России от 05.04.2017 г. N301).

Составитель(и):

Серова Е.П., кандидат педагогических наук, доцент, Кафедра философии и юридической психологии

Утверждена на заседании кафедры философии и юридической психологии от 20.05.2022 , протокол № 5

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий кафедрой (разработчика) _____
подпись *фамилия, инициалы*

1 Цель, планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

Целью освоения дисциплины «Практикум по развитию навыков социального взаимодействия» предназначен для личностного роста и развития социальных навыков взаимодействия, в том числе с лицами с ограниченными возможностями здоровья.

Задачи дисциплины следуют из необходимости подготовить выпускника к развитию личных и межличностных навыков - "надпрофессиональных навыков" (навыков 21-го века), которые помогают эффективно достигать целей, взаимодействовать с командой, находить оптимальные решения задач.

Основными задачами дисциплины являются:

1. Сформировать понимание лидерства, диагностировать собственный лидерский потенциал; создать позитивный настрой на развитие лидерской роли.
2. Познакомить с командной работой и отработать навыки построения команды и работы в ней
3. Изучить основные стратегии перехвата и удержания управления в переговорных ситуациях; Отработать навыки, позволяющие контролировать протекание переговоров.
4. Познакомить и отработать начальные навыки использования различных технологий и этапов продаж.
5. Актуализировать необходимость системного мышления в изменчивом мире, привить навык анализа современной ситуации, познакомить с инструментами системного мышления.
6. Познакомить и отработать начальные навыки успешного публичного выступления и взаимодействия с аудиторией.
7. Дать понимание личной эффективности и освоение инструментов планирования, целеполагания и управления внешними и внутренними связями.
8. Научить участников эффективным поведенческим стратегиям профилактики и разрешения конфликтных ситуаций.
9. Сформировать понимание эмоционального интеллекта и эмоциональной компетентности, научить применять техники управления собственным эмоциональным состоянием и базовыми принципами управления эмоциями в коллективе.
10. Развить навыки эффективной деловой коммуникации (общения), формирование установки на продуктивное и конструктивное общение – как важнейший элемент эффективного решения рабочих задач. Развитие умения слушать и слышать другого человека в общении.

11. Дать понимание инвалидности, толерантности, важности инклюзии, правил взаимодействия с людьми с особенностями развития и инвалидностью и этически корректного языка, современному пониманию концепции инвалидности.

Планируемыми результатами обучения по дисциплине (модулю), являются знания, умения, навыки. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представлен в таблице 1.

Таблица 1 – Компетенции, формируемые в результате изучения дисциплины (модуля)

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине		
			Код результата	Формулировка результата	
38.03.01 «Экономика» (Б-ЭУ)	УК-3 : Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3.2в : Понимает групповые и командные социально-психологические процессы	РД1	Знание	групповые и командные социально- психологические процессы
			РД2	Умение	соблюдать нормы и отношения в группе, коллективе, команде
		УК-3.3в : Определяет и апробирует роли в группе, осознанно выстраивает социальное взаимодействие в команде	РД3	Знание	способы осуществления социального взаимодействия, принципы формирования команд, пути реализации своей роли в команде
			РД4	Умение	осуществлять социальное взаимодействие; реализовывать свою роль в команде
			РД5	Навык	Владеет навыками осуществления социального взаимодействия, способами реализации своей роли в команде
	УК-6 : Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1в : Адекватно определяет сферы и области саморазвития, образовательные перспективы	РД6	Знание	сферы и области саморазвития, осознает свои образовательные перспективы
			РД7	Умение	определять области саморазвития и образовательные перспективы
		УК-6.2в : Владеет инструментами управлением времени и временной компетенции	РД8	Навык	инструментами управлением времени и временной компетенции
	УК-9 : Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	УК-9.1в : Анализирует структуру взаимодействия в социальной и профессиональной сферах с использованием	РД9	Знание	базовые дефектологические основы в социальной и профессиональной сферах
			РД10	Умение	Анализировать структуру взаимодействия в социальной и профессиональной сферах

		базовых дефектологических знаний			
		УК-9.2в : Планирует групповую работу, в том числе с лицами с ограниченными возможностями здоровья	РД11	Знание	Особенности групповой работы
	РД12		Знание	Правила взаимодействия с лицами с ограниченными возможностями здоровья	
	РД13		Умение	Планировать групповую работу	

2 Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП

Курс «Практикум по развитию навыков социального взаимодействия» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, раздела Б.1 Дисциплины (модули).

Для изучения данной дисциплины студент должен иметь сформированные знания, умения и владения, предусмотренные ранее изученными курсами «Межкультурная коммуникация», «Введение в профессию».

3. Объем дисциплины (модуля)

Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу с обучающимися (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу, приведен в таблице 2.

Таблица 2 – Общая трудоемкость дисциплины

Название ОПОП ВО	Форма обучения	Часть УП	Семестр (ОФО) или курс (ЗФО, ОЗФО)	Трудоемкость (З.Е.)	Объем контактной работы (час)					СРС	Форма аттестации	
					Всего	Аудиторная			Внеаудиторная			
						лек.	прак.	лаб.	ПА			КСР
38.03.01 Экономика	ОФО	Б1.Б	2	2	72	0	72	0	0	0	0	3

4 Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.1 Структура дисциплины (модуля) для ОФО

Тематический план, отражающий содержание дисциплины (перечень разделов и тем), структурированное по видам учебных занятий с указанием их объемов в соответствии с учебным планом, приведен в таблице 3.1

Таблица 3.1 – Разделы дисциплины (модуля), виды учебной деятельности и формы текущего контроля для ОФО

№	Название темы	Код результата обучения	Кол-во часов, отведенное на				Форма текущего контроля
			Лек	Практ	Лаб	СРС	
1	Введение. Soft Skills – навыки 21 века.	РД6, РД7	0	2	0	0	Дискуссия.
2	Развитие лидерского потенциала	РД3, РД4, РД5	0	6	0	0	Дискуссия, игра, письменная практика
3	Личная эффективность.	РД5, РД7, РД8	0	6	0	0	Письменная практика
4	Системное мышление, как способ развития нового качества в изменчивом мире.	РД6, РД7	0	8	0	0	Дискуссия, игра
5	Публичные выступления	РД6, РД7, РД8	0	8	0	0	Дискуссия, игра
6	Эмоциональный интеллект	РД1, РД2, РД5	0	8	0	0	Игра, письменная практика.
7	Эффективная коммуникация	РД2, РД11, РД13	0	8	0	0	Дискуссия, игра
8	Командная работа	РД1, РД2, РД3	0	8	0	0	Дискуссия, игра
9	Управление конфликтами.	РД4, РД5	0	8	0	0	Дискуссия, игра
10	Эффективные переговоры.	РД2	0	6	0	0	Игра
11	Правила общения с людьми с особенностями развития и инвалидностью.	РД9, РД10, РД12	0	3	0	0	Дискуссия
12	Рефлексивное письмо	РД6, РД7	0	1	0	0	эссе
Итого по таблице			0	72	0	0	

4.2 Содержание разделов и тем дисциплины (модуля) для ОФО

Тема 1 Введение. Soft Skills – навыки 21 века. .

Содержание темы: Виды гибких навыков. Место и роль Soft Skills в личностном и профессиональном развитии. Развитие гибких навыков.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Дискуссия.
Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: не предусмотрены.

Тема 2 Развитие лидерского потенциала .

Содержание темы: Самоидентификация лидера. Лидер и лидерство. Интегральная модель лидерства. Само-лидерство и лидерство вовне.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Тренинг.
Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: не предусмотрены.

Тема 3 Личная эффективность.

Содержание темы: Составляющие личной эффективности. Цели, ценности, мотивация, их связь и взаимовлияние. Выявление ценностей. Выявление мотивации. Постановка целей. Теория «Фокус внимания». Постановка целей по методу SMART. Постановка целей по методу GROW. Баланс сфер жизни.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Тренинг.
Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: не предусмотрены.

Тема 4 Системное мышление, как способ развития нового качества в изменчивом мире.

Содержание темы: Знакомство с понятиями асистемного и системного мышления. Знакомство с понятием ВANI мир. Смена парадигм: особенные поколения X и Z - какими качествами они должны обладать в изменчивом мире? Системное мышление” и свойствами системы. Связь между стрессоустойчивостью и системным мышлением. Инструменты и приёмы системного мышления.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Тренинг.
Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: не предусмотрены.

Тема 5 Публичные выступления.

Содержание темы: Публичные выступления в человеческой жизни. Схема публичного выступления (Зачем? Что? Как?) Методы преподнесения материала. Приемы управления аудиторией. Интеллектуальное и эмоциональное сопереживание. Этические нормы ораторского искусства. Практика выступления.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Тренинг.
Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: не предусмотрены.

Тема 6 Эмоциональный интеллект.

Содержание темы: «Что такое эмоции?». Функции эмоций. Связь эмоций с потребностями человека. Эмоциональный интеллект. Модели эмоционального интеллекта. Практика самосознания, управления собой. СМЭР. Когнитивная реструктуризация. Эмпатия. Словарь чувств. Соотношение эмоций и потребностей.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Тренинг.
Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: не предусмотрены.

Тема 7 Эффективная коммуникация.

Содержание темы: Введение в эффективную коммуникацию. Составляющие общения: коммуникативная и деловая. Кейсы в коммуникациях.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Тренинг.
Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: не предусмотрены.

Тема 8 Командная работа.

Содержание темы: Командная работа. Плюсы и минусы командообразования. Основные признаки команды в организации. Формирование командного духа. Установление доверительного контакта при работе в команде. Как добиться расположения в команде.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Тренинг.
Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: не предусмотрены.

Тема 9 Управление конфликтами.

Содержание темы: Анатомия конфликта. Причины возникновения и роль конфликтов. Типы конфликтов и их особенности. Стадии развития конфликта. Технология разрешения конфликтов. Стратегия и тактика поведения в конфликтных ситуациях. Анализ индивидуальных стилей поведения участников группы и рекомендации по преодолению проблем, возникающих у них в конфликтных ситуациях.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Тренинг.
Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: не предусмотрены.

Тема 10 Эффективные переговоры.

Содержание темы: Понятие и специфика переговоров. Модели поведения в переговорах. Отстаивание своих интересов в переговорах. Управление собственными эмоциями. Техники работы с манипуляцией. Управление эмоциями оппонента. Подготовка к переговорам и алгоритм их проведения. Анализ проведенных переговоров.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Тренинг.
Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: не предусмотрены.

Тема 11 Правила общения с людьми с особенностями развития и инвалидностью.

Содержание темы: Нужна ли обществу инклюзия? Обоснование необходимости инклюзивного образования. Правила взаимодействия с людьми с особенностями развития и инвалидностью. Этически корректный язык. Современная концепция инвалидности.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Тренинг.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: не предусмотрены.

Тема 12 Рефлексивное письмо.

Содержание темы: Рефлексия по итогам курса.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: эссе.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: не предусмотрены.

5 Методические указания для обучающихся по изучению и реализации дисциплины (модуля)

5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины и по обеспечению самостоятельной работы

Дисциплина "«Практикум по развитию навыков социального взаимодействия»" изучается в течение 2-го семестра. Программой дисциплины предусмотрено проведение практических занятий в форме тренингов, на которых студенты получают навыки и умения в области «гибких навыков»: коммуникационные навыки, целеполагание, умение работать в команде, самопрезентация и др. посредством выполнения последовательных заданий, действий или игр, направленных на достижение наработки и развития требуемого навыка.

Освоение курса предполагает посещение практических занятий, выполнение всех заданий тренинга и ведение в процессе тренинга рабочей тетради (для ОЗФО в самостоятельной работе), посещение консультаций.

Контроль успеваемости студентов осуществляется в соответствии с рейтинговой системой оценки.

На практических занятиях ведётся текущий поурочный контроль в форме групповых и индивидуальных заданий, дискуссий по основным моментам изучаемой темы на тренинге.

Аттестация студентов осуществляется в соответствии с Положением о рейтинговой системе ВВГУ.

Итоговой формой контроля является зачет (во 2-ом семестре). Зачетная оценка складывается из результатов выполнения всех обязательных видов работ (обозначенных для каждой темы) и итогового зачетного задания – рефлексивного эссе.

Программой дисциплины предусмотрено проведение практических занятий в форме тренингов, задачи каждого тренинга: обеспечение активного вовлечения всех участников в процесс обучения; достижение наработки и развития требуемого навыка.

Каждый тренинг проводится в несколько этапов:

Введение.

Этот этап может быть проведен в любой удобной форме, однако он задает тон последующей работы. Поэтому на этом этапе важно создать демократическую, располагающую атмосферу.

Знакомство. Знакомство представляет собой необходимую процедуру первого занятия любого тренинга. Знакомство позволяет активизировать группу, вовлечь ее участников в процесс обучения, развить навыки общения.

Порядок проведения тренинга

Принятие правил работы группы («соглашения») Пункты «соглашения» необходимо записать на листе бумаги или доске. После совместного обсуждения каждого пункта соглашение принимается большинством голосов и вывешивается на видном месте. Необходимо обратить внимание участников тренинга на то, что после голосования каждый из них несет ответственность за исполнение данного «соглашения».

Оценка уровня информированности группы. Одной из задач, стоящих перед преподавателем является оценка уровня информированности участников тренинга. Для этой цели используются опросники, анкеты или специальные упражнения, содержащие вопросы по теме тренинга. Данная информация сохраняется до окончания всего тренинга, и затем уровень знаний учащихся оценивается еще раз, что позволит сделать оценку эффективности тренинга.

Актуализация проблемы

Для выработки мотивации к изменению поведения следует пробудить у участников интерес к обсуждаемой на тренинге проблеме, сделать эту проблему актуальной для каждого.

Преподаватель-тренер должен знать цели и задачи, методы и способы обучения, источники информации, профилактические образовательные программы.

Необходимые условия для успешного обучения:

- · готовность обучаемого учиться;
- · применение различных форм и методов обучения;
- · использование повторения для закрепления знаний;
- · соответствие процесса обучения реальной жизненной ситуации;
- · своевременность непредвзятой, адекватной оценки действий обучаемых преподавателем-тренером.

Непосредственно обучение включает в себя 2 этапа:

1. Информационный блок.

Основной материал может быть преподнесен в виде лекции, мультимедийной презентации. Затем на выбор преподавателя могут быть использованы различные методы интерактивного обучения: ролевые игры, дискуссии, приглашение

визитера, работа в малых группах и т.д.

1. Выработка практических навыков. Учитывая, что любые знания информационного, теоретического плана должны обязательно сочетаться с практическими умениями и навыками, необходимо вырабатывать эти навыки.

Подведение итогов

Итоги подводятся в конце любого занятия, тренинга. Как правило, эта процедура рассчитана на то, чтобы участники поделились своими впечатлениями, ощущениями, высказали свои пожелания.

Для студентов ОЗФО предусмотрена самостоятельная работа в виде заполнения рабочей тетради по каждой теме.

5.2 Особенности организации обучения для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

При необходимости обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов (по заявлению обучающегося) предоставляется учебная информация в доступных формах с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

- для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания, консультации и др.
- для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания, консультации и др.
- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; индивидуальные задания, консультации и др.

6 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

В соответствии с требованиями ФГОС ВО для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю) созданы фонды оценочных средств. Типовые контрольные задания, методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков, а также критерии и показатели, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы, представлены в Приложении 1.

7 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература

1. Бобченко Т. Г. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕНИНГИ: ОСНОВЫ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для вузов [Электронный ресурс] : Владимирский государственный университет имени А.Г. и Н.Г. Столетовых (г. Владимир). , 2021 - 132 - Режим доступа: <https://uraif.ru/book/psihologicheskie-treningi-osnovy-treningovoy-raboty-476440>
2. Евтихов О.В. Теория и практика тренинга : Учебное пособие [Электронный ресурс] : НИЦ ИНФРА-М , 2021 - 174 - Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/document?id=376908>
3. Кучина, Е.Н. Коммуникативный тренинг : Учебно-методическое пособие / Т.А. Липская; Е.Н. Кучина. — Оренбург : Экспресс-печать, 2019. — 36 с. — ISBN 978-5-907075-25-2. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/733084> (дата обращения: 20.02.2023)
4. Липская, Т.А. ТЕХНОЛОГИЯ РАЗРАБОТКИ И ПРОВЕДЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРЕНИНГОВ : Рекомендовано Учебно-методическим советом ФГБОУ ВО «Оренбургский государственный педагогический университет» в качестве учебного пособия для обучающихся по направлению подготовки 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование», 44.03.02. «Психолого-педагогическое образование». / Т.А. Липская. — Оренбург : Экспресс-печать, 2020. — 68 с. — ISBN 978-5-907075-46-7. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/733083> (дата обращения: 20.02.2023)

7.2 Дополнительная литература

1. Басманова, Н. И. Тренинг командообразования : учебное пособие / Н. И. Басманова. — Королёв : МГОТУ, 2019. — 59 с. — ISBN 978-5-4499-0549-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/149440> (дата 01.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Епишкин И. А., Подгурная И. Ю. Навыки личной эффективности : Учебно-методические пособия [Электронный ресурс] : Российский университет транспорта , 2019 - 138 - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/175754>
3. Рамендик Д. М. ТРЕНИНГ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА 2-е изд., испр. и доп. Учебник и практикум для вузов [Электронный ресурс] : Москва : Издательство Юрайт , 2022 - 136 - Режим доступа: <https://uraif.ru/book/trening-lichnostnogo-rosta-490470>
4. Спивак В. А. ЛИДЕРСТВО. ПРАКТИКУМ. Учебное пособие для вузов [Электронный ресурс] : Москва : Издательство Юрайт , 2022 - 361 - Режим доступа: <https://uraif.ru/book/leaderstvo-praktikum-489502>
5. Тренинг командообразования и групповой работы : Учебники и учебные пособия для вузов [Электронный ресурс] - Москва : Прометей , 2021 - 216 - Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=690662
6. Хлевная Е.А., Киселева Т.С. Эмоциональный интеллект руководителя в бизнес-процессах организации : Монография [Электронный ресурс] : Инфра-М , 2019 - 259 - Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/document?id=333328>

7.3 Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая профессиональные базы

данных и информационно-справочные системы (при необходимости):

1. ЛАНЬ - Режим доступа: для автор
2. РУКОНТ - Режим доступа: коммуникативный тренинг : Учебно-методическое пособие /
3. РУКОНТ - Режим доступа: ТЕХНОЛОГИ
4. Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» - Режим доступа: <https://biblioclub.ru/>
5. Электронная библиотечная система ZNANIUM.COM - Режим доступа: <https://znanium.com/>
6. Электронно-библиотечная система издательства "Юрайт" - Режим доступа: <https://urait.ru/>
7. Электронно-библиотечная система ЮРАЙТ - Режим доступа: <https://urait.ru/>
8. Электронно-библиотечная система "Лань" - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/>
9. Open Academic Journals Index (ОАИ). Профессиональная база данных - Режим доступа: <http://oaji.net/>
10. Президентская библиотека им. Б.Н.Ельцина (база данных различных профессиональных областей) - Режим доступа: <https://www.prlib.ru/>
11. Информационно-справочная система "Консультант Плюс" - Режим доступа: <http://www.consultant.ru/>

8 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) и перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения

Основное оборудование:

- Проектор
- Интерактивная доска
- Мультимедийный комплект №2 в составе:Пректор Sony VPL-FH30+ потолочное крепление

Программное обеспечение:

- Microsoft Windows 10 Pro МАК