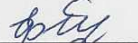


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Новобирилюсская средняя общеобразовательная школа»

СОГЛАСОВАНО

Руководитель ШМО

Шетц Е.Ф. 

Протокол №1 от 25.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МБОУ «Новобирилюсская СОШ»

 Прудникова И.Н./  
Приказ № 75 «а» от 28.08.2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**учебного предмета**  
**«Основы духовно-нравственной культуры народов России»**  
**для обучающихся 5 классов**  
**на 2023-2024 учебный год**

Составитель: учитель первой  
квалификационной категории  
Кузнецова Татьяна Дмитриевна

с.Новобирилюссы  
2023 г.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА «ОСНОВЫ ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОЙ КУЛЬТУРЫ НАРОДОВ РОССИИ»**

Программа по предметной области «Основы духовно-нравственной культуры народов России» (далее — ОДНКНР) для 5 классов образовательных организаций составлена в соответствии с: требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО) (утверждён приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287); требованиями к результатам освоения программы основного общего образования (личностным, метапредметным, предметным); основными подходами к развитию и формированию универсальных учебных действий (УУД) для основного общего образования. В программе по данному курсу соблюдается преемственность с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, а также учитываются возрастные и психологические особенности обучающихся на ступени основного общего образования, необходимость формирования межпредметных связей. Также в программе учитывается, что данная дисциплина носит культурологический и воспитательный характер, что позволяет утверждать, что именно духовно-нравственное развитие обучающихся в духе общероссийской гражданской идентичности на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей — важнейший результат обучения ОДНКНР.

Сохранение традиционных российских духовно-нравственных ценностей как значимой части культурного и исторического наследия народов России — один из ключевых национальных приоритетов Российской Федерации, способствующих дальнейшей гуманизации и развитию российского общества, формированию гражданской идентичности у подрастающих поколений. Согласно Стратегии национальной безопасности Российской Федерации (утверждена указом Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. №400, пункт 91), к традиционным российским духовно-нравственным ценностям относятся жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов

России. Именно традиционные российские духовно-нравственные ценности объединяют Россию как многонациональное и многоконфессиональное государство, лежат в основе представлений о гражданской идентичности как ключевом ориентире духовно-нравственного развития обучающихся. Центральная идея гражданской идентичности — образ будущего нашей страны, который формируется с учётом национальных и стратегических приоритетов российского общества, культурно-исторических традиций всех народов России, духовно-нравственных ценностей, присущих ей на протяжении всей её истории. В процессе изучения курса ОДНКНР школьники получают возможность систематизировать, расширять и углублять полученные в рамках общественно-научных дисциплин знания и представления о структуре и закономерностях развития социума, о прошлом и настоящем родной страны, находить в истории российского общества существенные связи с традиционной духовно-нравственной культурой России, определять свою идентичность как члена семьи, школьного коллектива, региональной общности, гражданина страны с опорой на традиционные духовно-нравственные ценности. Не менее важно отметить, что данный курс формируется и преподаётся в соответствии с принципами культурологичности и культуросообразности, научности содержания и подхода к отбору информации, соответствия требованиям возрастной педагогики и психологии. В процессе изучения курса обучающиеся получают представление о существенных взаимосвязях между материальной и духовной культурой, обусловленности культурных реалий современного общества его духовно-нравственным обликом. Изучаются основные компоненты культуры, её специфические инструменты самопрезентации, исторические и современные особенности духовно-нравственного развития народов России. Содержание курса направлено на формирование нравственного идеала, гражданской идентичности личности обучающегося и воспитание патриотических чувств к Родине (осознание себя как гражданина своего Отечества), формирование исторической памяти. Материал курса представлен через актуализацию макроуровня (Россия в целом как многонациональное, поликонфессиональное государство, с едиными для всех законами, общероссийскими духовно-нравственными и культурными ценностями) на микроуровне (собственная идентичность, осознанная как часть малой Родины, семьи и семейных традиций, этнической и религиозной истории, к которой принадлежит обучающийся как личность). *Принцип культурологичности* в преподавании означает важность культурологического, а не конфессионального подхода, отсутствие культурной, этнической, религиозной ангажированности в содержании

предмета и его смысловых акцентах. *Принцип научности подходов и содержания* в преподавании данной дисциплины означает важность терминологического единства, необходимость освоения основных научных подходов к рассмотрению культуры и усвоению научной терминологии для понимания культурообразующих элементов и формирования познавательного интереса к этнокультурным и религиозным феноменам.

*Принцип соответствия требованиям* возрастной педагогики и психологии включает отбор тем и содержания курса согласно приоритетным зонам ближайшего развития, когнитивным способностям и социальным потребностям обучающихся, содержанию гуманитарных и общественнонаучных учебных предметов.

*Принцип формирования гражданского самосознания и общероссийской гражданской идентичности* обучающихся в процессе изучения курса предметной области ОДНКНР включает осознание важности наднационального и надконфессионального гражданского единства народов России как основополагающего элемента в воспитании патриотизма и любви к Родине. Данный принцип должен быть реализован через поиск объединяющих черт в духовно-нравственной жизни народов России, их культуре, религии и историческом развитии.

## **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА «ОСНОВЫ ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОЙ КУЛЬТУРЫ НАРОДОВ РОССИИ»**

**Целями** изучения учебного курса являются:

- формирование общероссийской гражданской идентичности обучающихся через изучение культуры (единого культурного пространства) России в контексте процессов этноконфессионального согласия и взаимодействия, взаимопроникновения и мирного сосуществования народов, религий, национальных культур;
- создание условий для становления у обучающихся мировоззрения на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, ведущих к осознанию своей принадлежности к многонациональному народу Российской Федерации;
- формирование и сохранение уважения к ценностям и убеждениям представителей разных национальностей и вероисповеданий, а также способности к диалогу с представителями других культур и мировоззрений;
- идентификация собственной личности как полноправного субъекта культурного, исторического и цивилизационного развития страны.

Цели курса определяют следующие **задачи**:

- овладение предметными компетенциями, имеющими преимущественное значение для формирования гражданской идентичности обучающегося;
- приобретение и усвоение знаний о нормах общественной морали и нравственности как основополагающих элементах духовной культуры современного общества;
- развитие представлений о значении духовно-нравственных ценностей и нравственных норм для достойной жизни личности, семьи, общества, ответственного отношения к будущему отцовству и материнству;
- становление компетенций межкультурного взаимодействия как способности и готовности вести межличностный, межкультурный, межконфессиональный диалог при осознании и сохранении собственной культурной идентичности;
- формирование основ научного мышления обучающихся через систематизацию знаний и представлений, полученных на уроках литературы, истории, изобразительного искусства, музыки;
- обучение рефлексии собственного поведения и оценке поведения окружающих через развитие навыков обоснованных нравственных суждений, оценок и выводов;
- воспитание уважительного и бережного отношения к историческому, религиозному и культурному наследию народов России;
- содействие осознанному формированию мировоззренческих ориентиров, основанных на приоритете традиционных российских духовнонравственных ценностей;
- формирование патриотизма как формы гражданского самосознания через понимание роли личности в истории и культуре, осознание важности социального взаимодействия, гражданской идентичности для процветания общества в целом. Изучение курса «Основы духовно-нравственной культуры народов России» вносит значительный вклад в достижение главных целей основного общего образования, способствуя:
  - расширению и систематизации знаний и представлений школьников о культуре и духовных традициях народов России, о нравственных ценностях, полученных при изучении основ религиозной культуры и светской этики, окружающего мира, литературного чтения и других предметов начальной школы;
  - углублению представлений о светской этике, религиозной культуре народов России, их роли в развитии современного общества;
  - формированию основ морали и нравственности, воплощённых в семейных, этнокультурных и религиозных ценностях, ориентированных на

соизмерение своих поступков с нравственными идеалами, на осознание своих обязанностей перед обществом и государством;

- воспитанию патриотизма; уважения к истории, языку, культурным и религиозным традициям своего народа и других народов России, толерантному отношению к людям другой культуры, умению принимать и ценить ценности других культур, находить в них общее и особенное, черты, способствующие взаимному обогащению культур;

- пробуждению интереса к культуре других народов, проявлению уважения, способности к сотрудничеству, взаимодействию на основе поиска общих культурных стратегий и идеалов;

- осознанию приоритетной значимости духовно-нравственных ценностей, проявляющейся в преобладании этических, интеллектуальных, альтруистических мотивов над потребительскими и эгоистическими;

- раскрытию природы духовно-нравственных ценностей российского общества, объединяющих светскость и духовность;

- формирование ответственного отношения к учению и труду, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору ценностных ориентаций, способствующих развитию общества в целом;

- получению научных представлений о культуре и её функциях, особенностях взаимодействия с социальными институтами, а, следовательно, способности их применять в анализе и изучении социальнокультурных явлений в истории и культуре России и современном обществе, давать нравственные оценки поступков и событий на основе осознания главенствующей роли духовно-нравственных ценностей в социальных и культурно-исторических процессах;

- развитию информационной культуры школьников, компетенций в отборе, использовании и структурировании информации, а также возможностей для активной самостоятельной познавательной деятельности.

## **МЕСТО УЧЕБНОГО КУРСА «ОСНОВЫ ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОЙ КУЛЬТУРЫ НАРОДОВ РОССИИ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Учебный курс "Основы духовно-нравственной культуры народов России" изучается в 5 классе 1 час в неделю, общий объем составляет 34 часа.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **Личностные результаты**

Планируемые результаты освоения курса представляют собой систему ведущих целевых установок и ожидаемых результатов освоения всех компонентов, составляющих содержательную основу образовательной программы.

Личностные результаты освоения курса достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности.

*Личностные результаты* освоения курса включают осознание российской гражданской идентичности; готовность обучающихся к саморазвитию, самостоятельности и личностному самоопределению; ценность самостоятельности и инициативы; наличие мотивации к целенаправленной социально значимой деятельности; сформированность внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, окружающим людям и жизни в целом.

### **1. Патриотическое воспитание**

Самоопределение (личностное, профессиональное, жизненное): сформированность российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлому и настоящему многонационального народа России через представления об исторической роли культур народов России, традиционных религий, духовно-нравственных ценностей в становлении российской государственности.

### **2. Гражданское воспитание**

Осознанность своей гражданской идентичности через знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества и знание основных норм морали, нравственных и духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении, расточительном потребительстве; сформированность понимания и принятия гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества с помощью воспитания способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию; воспитание веротерпимости, уважительного отношения к религиозным чувствам, взглядам людей или их отсутствию.

### **3. Ценности познавательной деятельности**

Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

*Смыслообразование:* сформированность ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию через развитие способностей к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию; воспитание веротерпимости, уважительного

отношения к религиозным чувствам, взглядам людей или их отсутствию.

#### **4. Духовно-нравственное воспитание**

Сформированность осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов родного края, России и народов мира; освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; сформированности нравственной рефлексии и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; осознание значения семьи в жизни человека и общества; принятие ценности семейной жизни; уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи через знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России; готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении, расточительном потреблении.

#### **Метапредметные результаты**

Метапредметные результаты освоения курса включают освоение обучающимися межпредметных понятий (используются в нескольких предметных областях) и универсальные учебные действия (познавательные, коммуникативные, регулятивные); способность их использовать в учебной, познавательной и социальной практике; готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогом и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории; овладение навыками работы с информацией: восприятие и создание информационных текстов в различных форматах, в том числе цифровых, с учётом назначения информации и её аудитории.

#### **1. Познавательные универсальные учебные действия**

Познавательные универсальные учебные действия включают:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы (логические УУД);
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач (знаковосимволические / моделирование);



- смысловое чтение;
- развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем.

## **2. Коммуникативные универсальные учебные действия**

Коммуникативные универсальные учебные действия включают:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение (учебное сотрудничество);
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью (коммуникация);
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (ИКТ-компетентность).

## **3. Регулятивные универсальные учебные действия**

Регулятивные универсальные учебные действия включают:

- умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности (целеполагание);
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач (планирование);
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией (контроль и коррекция);
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения (оценка);
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной (познавательная рефлексия, саморегуляция) деятельности.

## **Предметные результаты**

Предметные результаты освоения курса включают освоение научных знаний, умений и способов действий, специфических для соответствующей предметной области; предпосылки научного типа мышления; виды деятельности по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных ситуациях, в том числе при создании проектов.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

### Тематический блок 1. «Что такое культура общества»

Культура как форма социального взаимодействия. Связь между миром материальной культуры и социальной структурой общества. Расстояние и образ жизни людей. Человек и вера

### Тематический блок 2. Нравственные ценности российской культуры.

Гражданин и государство. Кого называют патриотом. Героические страницы истории нашей страны. Нравственные ценности личности. Территория России. Народы, живущие в ней. Проблемы культурного взаимодействия в обществе с многообразием культур. Сохранение и поддержка принципов толерантности и уважения ко всем культурам народов России.

### Тематический блок 3. Семья- создатель и хранитель духовнонравственных ценностей..

Семья-ячейка общества Семейные ценности . Многообразие культурных укладов как результат исторического развития народов России.

### Тематический блок 4. Роль образования в развитии культуры общества

. Общество и образование. Страницы истории развития образования. Религия и образование.

### Тематический блок 5. Художественная культура народов России.

Области художественной культуры. Декоративно-прикладное искусство народов России. Выдающиеся деятели культуры народов России. Художественная культура, рожденная религией. Художественная культура традиционных религий России.

### Тематический блок 6. Как сохранить культуру общества..

Кого называют образованным человек.

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 класс

			План	Факт
1	Зачем изучать курс «Основы духовно нравственной культуры народов России?»	1	<a href="http://scool-collection.edu.ru">http://scool-collection.edu.ru</a>	
2	Наш дом — Россия	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/3/">https://resh.edu.ru/subject/3/</a>	
3	Язык и история	1	<a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>	
4	Русский язык — язык общения и язык возможностей	1	<a href="http://scool-collection.edu.ru">http://scool-collection.edu.ru</a>	
5	Истоки родной культуры	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/3/">https://resh.edu.ru/subject/3/</a>	
6	Материальная культура	1	<a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>	
7	Духовная	1	<a href="http://scool-">http://scool-</a>	

	культура		collection.edu.ru		
--	----------	--	-------------------	--	--

8	Культура и религия	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/3/">https://resh.edu.ru/subject/3/</a>		
9	Культура и образование	1	<a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>		
10	Многообразие культур России (практическое занятие)	1	<a href="http://scool-collection.edu.ru">http://scool-collection.edu.ru</a>		
11	Семья – хранитель духовных ценностей	1	<a href="http://scool-collection.edu.ru">http://scool-collection.edu.ru</a>		
12	Родина начинается с семьи	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/3/">https://resh.edu.ru/subject/3/</a>		
13	Традиции семейного воспитания в России	1	<a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>		
14	Образ семьи в культуре народов России	1	<a href="http://scool-collection.edu.ru">http://scool-collection.edu.ru</a>		
15	Труд в истории семьи	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/3/">https://resh.edu.ru/subject/3/</a>		
16	Семья в современном мире (практическое занятие)	1	<a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>		
17	Личность общество - культура	1	<a href="http://scool-collection.edu.ru">http://scool-collection.edu.ru</a>		
18	Духовный мир человека. Человек	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/3/">https://resh.edu.ru/subject/3/</a>		

19	Личность и духовно нравственные ценности.	1	<a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>		
----	---	---	---	--	--

20	Историческая память как духовно нравственная ценность	1	<a href="http://scool-collection.edu.ru">http://scool-collection.edu.ru</a>		
21	Литература как язык культуры	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/3/">https://resh.edu.ru/subject/3/</a>		
22	Взаимовлияние культур	1	<a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>		
23	Духовно нравственные ценности российского народа	1	<a href="http://scool-collection.edu.ru">http://scool-collection.edu.ru</a>		
24	Регионы России: культурное многообразие	1	<a href="http://scool-collection.edu.ru">http://scool-collection.edu.ru</a>		
25	Праздники в культуре народов России	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/3/">https://resh.edu.ru/subject/3/</a>		
26	Памятники архитектуры в культуре народов России	1	<a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>		

27	Музыкальная культура народов России	1	<a href="http://scool-collection.edu.ru">http://scool-collection.edu.ru</a>		
28	Изобразительное искусство народов России	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/3/">https://resh.edu.ru/subject/3/</a>		
29	Фольклор и литература народов России	1	<a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>		
30	Бытовые традиции народов России: пища, одежда, дом (практическое)	1	<a href="http://scool-collection.edu.ru">http://scool-collection.edu.ru</a>		

	занятие)				
31	Культурная карта России (практическое занятие)	1	<a href="http://scool-collection.edu.ru">http://scool-collection.edu.ru</a>		
32	Единство страны – залог будущего России	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/3/">https://resh.edu.ru/subject/3/</a>		
33-34	Повторение по курсу	1			

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

Виноградова Н.Ф. Основы духовно-нравственной культуры народов России: 5 класс:

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

1. Основы духовно-нравственной культуры народов России: 5 класс: методические рекомендации/

Н.Ф. Виноградова. – М.: Вентана-Граф, 2019

2. Тишкова В.А., Шапошникова Т.Д. «Книга для учителя». Москва, «Просвещение», 2010.

3. Религии мира: история, культура, вероучение: учебное пособие / под общ. ред. А.О. Чубарьяна и Г.М. Бонгард-Левина. - М.: ОЛМА Медиагруп, 2016. - 398с.: ил.

4. Токарев С. А. Религии в истории народов мира / С. А. Токарев. - изд. 5-е, испр. и доп. - М. : Республика, 2005. - 542 с.: ил.- (Библиотека: религия, культура, наука).

5. Адамова А.Г. Духовность как ценностная основа личности // Совершенствование учебно-воспитательного процесса в образовательном учреждении: Сб. науч. тр. Ч.2. – М., 2017.

6. Метлик И.В. Религия и образование в светской школе. – М., 2014.

### **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

1. <http://scool-collection.edu.ru> - Единая коллекция Цифровых образовательных ресурсов

2. <https://resh.edu.ru/special-course/> - Российская электронная школа

3. <https://uchi.ru/> - Учи.ру — отечественная онлайн-платформа

### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Мультимедийный проектор, интерактивная доска, персональный компьютер  
Электронные пособия

### **ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

Рабочая тетрадь