

Правительство Ленинградской области  
Комитет общего и профессионального образования Ленинградской области  
Государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования Ленинградской области  
«Гатчинский государственный университет»



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**  
**«ЯЗЫКИ И КУЛЬТУРЫ СТРАН ЗАПАДА»**

Направление подготовки:  
**44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)**  
(уровень бакалавриата)

Направленность (профиль) образовательной программы  
«Иностранные языки и история культуры»

Формы обучения  
очная

Гатчина  
2025

Рабочая программа по дисциплине «Языки и культуры стран ЗАПАДА» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (далее ФГОС ВО) по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), направленность (профиль) образовательной программы «Иностранные языки и история культуры»

Уровень: бакалавриат

Организация-разработчик: ГАОУ ВО ЛО «Гатчинский государственный университет»

Разработчик: заведующий кафедрой иностранных языков, кандидат филологических наук, доктор культурологии, доцент Зыкин А.В.

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры иностранных языков «17» октября 2025 г. Протокол №2.

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель ОП  / Зыкин А.В.

# СОДЕРЖАНИЕ

	с.
1. Пояснительная записка (цели и задачи) освоения дисциплины (модуля) ....	4
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....	4
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы .....	5
4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.....	6
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий .....	7
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) .....	9
7. Фонд оценочных и методических материалов для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине .....	9
8. Перечень основной, дополнительной учебной литературы, ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля).....	10
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) .....	11
10. Особенности освоения дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья .....	14
11. Перечень информационных технологий, профессиональных баз данных, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.....	14
12. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю) .....	15

## 1. Пояснительная записка (цели и задачи) освоения дисциплины (модуля)

Курс «Языки и культуры стран Запада» занимает важное место при подготовке бакалавров по направлению 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).

**Цель дисциплины** «Языки и культуры стран Запада» — формирование у студентов системных знаний о языках, культурных традициях и цивилизационных особенностях западных стран, а также развитие навыков межкультурной коммуникации и критического анализа явлений западной культуры.

### **Задачи дисциплины**

- Изучить основные этапы развития языков и культур стран Запада, их взаимодействие и взаимовлияние.
- Ознакомить с ключевыми культурными, философскими и религиозными традициями, оказавшими влияние на формирование западной цивилизации.
- Развить умение анализировать языковые и культурные явления, понимать их роль в современном мире и международных отношениях.
- Сформировать навыки работы с аутентичными источниками на западных языках и самостоятельного поиска информации о странах Запада.

## 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Дисциплина «Языки и культуры стран Востока» участвует в формировании следующей компетенции (следующих компетенций):

Компетенции	Индикаторы
ПК-2 Способен использовать в профессиональной деятельности знания основных положений и концепций в области языкознания, лингвокультурологических теорий, истории и литературы изучаемых языков и культур, а также смежных социолингвокультурологических дисциплин	ПК-2.1 Знает особенности социальных и лингвокультурологических контекстов стран изучаемых языков
	ПК-2.2 Умеет толковать различные аллюзии, цитаты, образы при изучении интертекстуальных и гипертекстуальных связей
	ПК-2.3 Владеет навыками передачи общего содержания исходного текста на переводящем языке с учетом мировоззрения адресата перевода (религиозный, этнический и т.д. дискурсы)
ПК-3 Способен применять систему лингвистических знаний об основных фонетических, лексических, грамматических,	ПК-3.1 Знает систему лингвистических знаний об основных фонетических, лексических, грамматических, словообразовательных явлениях, орфографии и пунктуации, закономерности развития и функционирования изучаемых иностранных языков и

словообразовательных явлениях, орфографии и пунктуации, о закономерностях развития и функционирования изучаемых иностранных языков и культур, их функциональных разновидностях	культур, их функциональных разновидностях
	ПК-3.2 Умеет применять систему лингвистических знаний об основных фонетических, лексических, грамматических, словообразовательных явлениях, орфографии и пунктуации, закономерностях функционирования и развития изучаемых иностранных языков и культур, их функциональных разновидностях
	ПК-3.3 Владеет системой лингвистических знаний об основных фонетических, лексических, грамматических, словообразовательных явлениях, орфографии и пунктуации, закономерностях функционирования изучаемых иностранных языков и культур, их функциональных разновидностях

### 3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

«Филологический анализ текста» является дисциплиной части, формируемой участниками образовательных отношений, для подготовки студентов по направлению 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).

Шифр компетенции	Предшествующие дисциплины (модули), практики учебного плана, в которых осваивается компетенция	Дисциплины (модули), практики учебного плана, в которых компетенция осваивается параллельно с изучаемой дисциплиной	Последующие дисциплины (модули), практики учебного плана, в которых осваивается компетенция
ПК-2	Введение в языкознание, История германских языков, Лингвокультурология и межкультурная коммуникация, Перевод и переводоведение, Литература стран изучаемого языка, Языки и культуры стран Запада	Практический курс первого иностранного языка, Практический курс второго иностранного языка, Практический курс третьего иностранного языка	Педагогическая практика, Преддипломная практика, Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, Выполнение и защита выпускной квалификационной работы
ПК-3	Введение в языкознание, Латинский язык и античная культура, Практическая фонетика, История германских языков, Теоретическая фонетика, Лексикология, Практическая грамматика, Перевод и	Стилистика, Практический курс первого иностранного языка, Практический курс второго иностранного языка, Практический курс третьего иностранного языка	Педагогическая практика, Преддипломная практика, Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, Выполнение и защита выпускной квалификационной работы

	переводоведение, Теоретическая грамматика, Языки и культуры стран Запада		
--	---	--	--

**4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Общая трудоемкость освоения учебной дисциплины «Языки и культуры стран Востока» составляет 3 зачетные единицы или 180 академических часов.

Семестр		7 семестр	Всего, ак. часов
Общая трудоемкость (всего ак. часов / з.ед)		108 / 3	108 / 3
Контактная работа	Лекции	16	16
	Практические занятия	16	16
Самостоятельная работа		49	49
Вид промежуточной аттестации	экзамен	2,3/24,7	27

**5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий**

№	Наименование раздела дисциплины (тема)	Трудоемкость				СРС	Содержание
		Всего	Контактная работа <sup>1</sup>				
			Л	ПЗ	ЛЗ		
7 семестр							
1.	Влияние латинского языка на формирование современных западноевропейских языков и культур.	20	4	4		12	Рассматривается, как латынь стала основой для романских языков, а также её роль в развитии науки, права и образования в странах Запада.
2.	Английский язык как глобальный феномен: культурные и социальные последствия.	20	4	4		12	Анализируется распространение английского языка, его влияние на национальные идентичности, массовую культуру и международные коммуникации.
3.	Английский язык как глобальный феномен: культурные и социальные последствия.	20	4	4		12	Исследование роли французского языка и культуры в формировании имиджа Франции, а также их значение для международной политики и искусства.
4.	Английский язык как глобальный феномен: культурные и	21	4	4		13	Рассматриваются вопросы взаимодействия языков и культур, интеграции мигрантов, сохранения культурного разнообразия и связанные с этим вызовы.

<sup>1</sup> Л. – лекция. ПЗ – практическое занятие. ЛЗ – лабораторное занятие. СРС – самостоятельная работа студента

	социальные последствия.						
Экзамен		27	2,3			24,7	
Итого		108	16	16		49	



## **6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)**

<b>№</b>	<b>Виды самостоятельной работы</b>	<b>Трудоемкость, ак. часы</b>	<b>Форма контроля</b>
1.	Проработка теоретического материала по конспектам лекций, рекомендованной литературе, дополнительным источникам информации	16	Консультация преподавателя, устное собеседование
2.	Подготовка к практическим занятиям: поиск необходимой информации, обработка информации, написание доклада, подготовка к выступлению (дискуссии)	16	Выступление с докладом, презентация, ответы на дискуссионные вопросы
3.	Подготовка к текущему контролю (тестирование и/или написание реферата)	17	Тесты, рефераты
4.	Подготовка к промежуточной аттестации (вопросы к зачету / экзамену, итоговый тест)	24,7	Устное собеседование, тестирование

Для самостоятельной работы по дисциплине (модулю) обучающиеся используют следующее учебно-методическое обеспечение:

1. «Практикум по западноевропейским языкам: грамматика, лексика, перевод» Пособие включает систематизированные материалы по грамматике и лексике основных языков Западной Европы (английский, французский, немецкий), упражнения для самостоятельной работы, тексты для перевода и анализа, а также ключи для самопроверки.

2. «Культурное наследие Запада: от античности до современности» Книга содержит краткие очерки по истории, литературе, искусству и философии стран Запада, вопросы для самоконтроля, темы для рефератов и эссе, а также списки рекомендуемой литературы и Интернет-ресурсов.

3. «Языковая картина мира и межкультурная коммуникация на Западе» Пособие ориентировано на анализ оригинальных текстов, пословиц, литературных фрагментов, с комментариями, заданиями на сопоставление культур, развитие навыков критического мышления и самостоятельной работы с источниками.

## **7. Фонд оценочных и методических материалов для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

### **Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации (экзамена / зачета)**

#### **Вопросы к экзамену**

1. Каковы основные этапы развития западноевропейских языков?
2. Назовите ключевые языковые семьи Западной Европы и их представителей.
3. В чём заключается понятие «культурная идентичность» в странах Запада? Приведите примеры.
4. Как античное наследие (Греция и Рим) повлияло на культуру Западной Европы?
5. Охарактеризуйте влияние латинского языка на формирование современных западноевропейских языков.
6. Каковы основные особенности грамматического строя английского языка?
7. Сравните грамматические особенности французского и немецкого языков.
8. Назовите основные культурные и философские течения эпохи Возрождения.
9. Какое значение для западной цивилизации имела эпоха Просвещения?
10. Каковы особенности межкультурной коммуникации в странах Запада?
11. Приведите примеры культурных различий, влияющих на общение в западных странах.
12. Какова роль английского языка как языка международного общения в современном мире?
13. Охарактеризуйте основные этапы развития французской литературы.
14. Каковы особенности немецкой классической философии?
15. Назовите крупнейших представителей английской литературы XIX века.
16. Каковы основные черты американской культуры XX века?
17. Сравните традиции и обычаи Великобритании и США.
18. Каковы особенности испанской и итальянской культур?
19. Каковы основные религиозные традиции Западной Европы?
20. Какова роль католической церкви в формировании западной культуры?
21. Охарактеризуйте влияние скандинавской мифологии на культуру Северной Европы.
22. Каковы особенности языковой политики в странах Запада?
23. Назовите основные этапы развития западноевропейского искусства.
24. Каковы особенности архитектуры готики и ренессанса?
25. Как западная культура представлена в современном кинематографе?
26. Каковы основные тенденции развития массовой культуры на Западе?
27. Какова роль университетов в формировании западной интеллектуальной традиции?
28. Охарактеризуйте влияние колониализма на языки и культуры стран Запада.
29. Каковы особенности современной языковой ситуации в Канаде и Швейцарии?
30. Сравните две пословицы или поговорки из разных западных культур, объясните их значение и культурный контекст.

## **8. Перечень основной, дополнительной учебной литературы, ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

### **а) основная литература:**

1. «Западная литература: история и современность». Обзор развития западной литературы, её связи с языками и культурой Европы, влияния античного и христианского наследия на формирование западной цивилизации.

2. «Языки Европы: структура, история, современное состояние». Учебник, посвящённый основным европейским языкам, их классификации, историческому развитию и современному положению в странах Запада.

**б) дополнительная литература:**

1. «Культурология Запада: традиции и современность». Сборник статей и очерков о культурных традициях, искусстве, философии и религии стран Западной Европы и Северной Америки..

2. «Межкультурная коммуникация в странах Запада». Практическое пособие по особенностям общения, деловой этики и культурным различиям в западных странах.

**в) ресурсы сети «Интернет»:**

1. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн». Режим доступа: <https://biblioclub.ru/>

3. Научная электронная библиотека «eLIBRARY.RU». Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/>

4. Компьютерная справочно-правовая система «КонсультантПлюс». Режим доступа: <http://www.consultant.ru/>

5. Электронно-библиотечная система «Юрайт». Режим доступа: <https://biblio-online.ru/>

## **9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)**

Самостоятельная подготовка обучающихся проводится для углубления и закрепления знаний, полученных на лекциях и других видах занятий, для выработки навыков самостоятельного применения новых, дополнительных знаний и подготовки к предстоящим учебным занятиям, зачету / экзамену.

Важным условием успешного изучения дисциплины является посещение лекций. Под посещением подразумевается не форма пассивного присутствия, а активная работа по изучению нового материала. Подготовка к лекционным занятиям включает в себя анализ предлагаемых для изучения вопросов, изучение нормативных источников и учебной и научной литературы по рассматриваемым вопросам лекции. В процессе лекции обучающийся может задавать уточняющие вопросы, осуществить взаимосвязь нового материала с уже изученным, подготовить базу для эффективного использования полученных знаний, облегчить подготовку к практическому занятию. Эффективным способом фиксации лекционного материала является конспектирование, представляющее собой не только фиксацию важнейших моментов лекции, но и указание примеров для понимания того или иного теоретического материала.

При подготовке к практическому занятию необходимо использовать конспектированные материалы лекций, учебную и научную литературу. Подготовка ответов по выносимым на обсуждение вопросам практического занятия включает в себя не только прочтение материала, но и его анализ и критическую оценку. Обучающемуся следует выявить малоизученные

аспекты рассматриваемых вопросов, проявить инициативу при подготовке к практическому занятию.

При подготовке к практическим занятиям и зачету/экзамену рекомендуется систематизировать знания, изображая их в табличном, графическом или схематичном виде. Это позволит установить взаимосвязь изучаемых явлений, упростит задачу запоминания материала, облегчит процесс практического применения полученных знаний.

Задачей практических занятий является выработка умения использовать теоретические знания, проявить наличие практических навыков. При подготовке к практическому занятию следует заблаговременно обеспечить наличие необходимо для данного занятия материала, самостоятельно повторить ранее изученные темы.

Для успешного освоения дисциплины важным является умение работать с терминами и их определениями. Для работы с терминологией эффективным является использование как учебной и научной литературы, так и юридических и философских словарей.

Работа с терминами может осуществляться как в форме составления собственных тематических словариков для удобства и скорости поиска необходимого термина. С этой целью необходимо каждый новый встречающийся термин записывать и во время подготовки к семинарским и практическим занятиям указывать соответствующее определение. В случае возникновения сложности выбора определения из имеющегося объема в рамках научного знания необходимо задавать вопросы преподавателю в рамках лекционных и практических занятий.

Интерактивные формы проведения занятий по дисциплине «*Филологический анализ текста*» включают в себя следующие виды занятий:

- интерактивные лекции, предполагают использование метода проблемного изложения. При таком подходе лекция становится похожей на диалог, преподавание имитирует исследовательский процесс (выдвигаются первоначально несколько ключевых постулатов по теме лекции, изложение выстраивается по принципу самостоятельного анализа и обобщения студентами учебного материала). Эта методика позволяет заинтересовать студента, вовлечь его в процесс обучения. Противоречия научного познания раскрываются посредством постановки проблемы. Учебная проблема и проблемная ситуация являются основными структурными компонентами проблемного обучения. Перед началом изучения определенной темы курса ставится перед студентами проблемный вопрос или дается проблемное задание. Стимулируя разрешение проблемы, преподаватель снимает противоречия между имеющимся ее пониманием и требуемыми от студента знаниями. Эффективность такого метода в том, что отдельные проблемы могут подниматься самими студентами. Главный успех данного метода в том, что преподаватель добивается от аудитории «самостоятельного решения» поставленной проблемы. Организация проблемного обучения представляется достаточно сложной, требует значительной подготовки лектора. Однако на

начальном этапе использования этого метода его можно внедрять в структуру готовых, ранее разработанных лекций, практических занятий как дополнение.

- групповые дискуссии, применяются для обеспечения навыков командной работы и межличностной коммуникации и представляют собой оценочное средство, позволяющее включить обучающихся в процесс обсуждения представленной темы, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения. Кроме того, в ходе занятий проводятся круглые столы по заданным тематикам.

- анализ ситуаций (кейс-метод) — техника обучения, использующая описание реальных ситуаций. Обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. В основе метода конкретных ситуаций лежит описание конкретной профессиональной деятельности или эмоционально-поведенческих аспектов взаимодействия людей. При изучении конкретной ситуации, и анализе конкретного примера студент должен вжиться в конкретные обстоятельства, понять ситуацию, оценить обстановку, определить, есть ли в ней проблема и в чем ее суть. Определить свою роль в решении проблемы и выработать целесообразную линию поведения.

Оценочные и методические материалы по дисциплине *«Филологический анализ текста»* представлены в ФОММ.

При подготовке к промежуточному или итоговому тестированию необходимо изучить теоретический и практический материал. Тестовые задания (с перечнем возможных вариантов ответов, среди которых хотя бы один ответ является неверным) обеспечивают структурность мышления, вынужденного выбрать из предложенных вариантов ответ все правильные варианты. Тестовые задания на установления соответствия подразумевают необходимость проявления не только знания учебного материала, но и умения применять правила формальной логики. Тестовые задания на упорядочение направлены на установление логической последовательности рассматриваемых явлений (времени существования явлений, расположения структурных элементов правовых документов и т.п.).

Эффективным способом для подготовки к тестированию является работа обучающегося по решению тестовых заданий, предоставленных для самостоятельной работы. Также при подготовке к такой форме контроля знаний, как решение тестовых заданий, следует самостоятельно попытаться проработать рассматриваемые в дисциплине вопросы в форме составления тестовых заданий.

При подготовке к зачету/экзамену следует иметь в виду, что он является итоговой формой контроля по изучению данной учебной дисциплины. Зачет/экзамен подразумевает максимальную концентрацию знаний и умений, предполагающих полное изучение материала дисциплины.

Зачет/экзамен проводится в форме устного собеседования, выполнения письменного задания, теста.

Решение преподавателя об итоговой оценке принимается по результатам устного ответа, в зависимости от шкалы оценки.

В качестве источника дополнительных материалов рекомендуется пользоваться информацией открытого доступа сети Internet (данными информационно-правовых и образовательных порталов, официальных сайтов министерств, ведомств, отдельных организаций, данными государственной статистики, результатами экспертно-аналитических обзоров). Кроме того, можно воспользоваться возможностями справочно-правовых систем, базы которых содержат не только текст нормативных актов, но и научные статьи по различным вопросам (например, СПС «Консультант Плюс»). Рекомендуется также использовать электронно-библиотечные системы.

## **10. Особенности освоения дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Обучение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины *«Филологический анализ текста»* инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья Университет обеспечивает:

- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению: размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий; присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь; выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);
- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху: надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;
- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата: возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения, а также пребывание в указанных помещениях. Обучающиеся из числа инвалидов и лиц с ОВЗ обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья. Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

## **11. Перечень информационных технологий, профессиональных баз данных, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

1. Операционная система (Microsoft Windows *Проприетарная*);
2. Пакет офисных программ Microsoft Office (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access, MS Publisher и др. *Проприетарная*);
3. Программное обеспечение для просмотра электронных документов в стандарте PDF (Foxit Reader *GNU Lesser General Public License*);
4. Web-браузер (Mozilla Firefox *GNU Lesser General Public License*);
5. Автоматизированная информационная библиотечная система Marc21SQL;
6. Справочно-правовая система «Консультант Плюс»
7. Реферативная и справочная база данных рецензируемой литературы Scopus - <https://www.scopus.com>
8. Политематическая реферативно-библиографическая и наукометрическая (библиометрическая) база данных Web of Science - <https://apps.webofknowledge.com>
9. Научная электронная библиотека - [www.elibrary.ru](http://www.elibrary.ru)
10. База данных «Библиотека управления» - Корпоративный менеджмент - <https://www.cfin.ru/rubricator.shtml>

## **12. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

<b>Наименование</b>
<b>Специализированные аудитории:</b>
Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации / компьютерный класс / помещение для самостоятельной работы*
<b>Технические средства обучения:</b>
компьютеры с программным обеспечением, указанным в п.11
<b>Специализированные аудитории:</b>
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации*
<b>Технические средства обучения:</b>
экран настенный
мультимедийный проектор
компьютер с программным обеспечением, указанным в п.11

\* Аудитории конкретизируются в справке МТО