**Аналитическая справка о деятельности учителя**

**за 2023 - 2024, 2024 - 2025 учебные года**

**для выдвижения на конкурс**

**«Лучший учитель школьного образовательного округа - 2025»**

|  |  |
| --- | --- |
| **ФИО** | **Дуганова Евгения Владимировна** |
| **Должность** | **Учитель иностранного языка** |
| **Место работы** | **МБОУ «ОСОШ № 1»** |
| **Показатели** | **Достижения педагога (прописать конкретно)** | **Самооценка педагога в баллах**  | **Оценка жюри в баллах** |
| 1. | Сведения об образовании | Высшее.**Основание:** копии дипломов. | **1**  | **1** |
| 2. | Сведения о повышении квалификации | Высшая квалификационная категория по должности «учитель» - 24.03.2023г.«педагог-методист» по должности «учитель» - 23.01.2024г.**Основание**: копии аттестационного листа, распоряжение Министерства образования Архангельской области. | **2**  | **2** |
| 3. | Педагогический стаж работы | Стаж работы в сфере образования:- более 10 лет(29 лет).**Основание**: Справка МБОУ «ОСОШ № 1» № 233 от 15.05.2025г. | **2**  | **2** |
| 4. | Сведения о курсовой подготовке | 1. «Государственная итоговая аттестация по иностранному языку», 15-01.2024-19.01.2024, АО ИОО, 40 часов, очно. Удостоверение № 293103280055 от 19.01.2024.2. «Проектная и исследовательская деятельность на уроках иностранного языка в соответствии с ФГОС», 07.12.2024-14.12.2024, ООО «Высшая школа делового администрирования» г.Екатеринбург, 72 часа. Удостоверение КПК 4379745473.3. Курс «Функциональная грамотность: развиваем в средней и старшей школе», 09.12.2024, ЯндексУчебник, 16 часов.4. «Современная цифровая образовательная среда в условиях реализации ФГОС», ООО «Образовательный центр «ИТ-перемена», 72 часа. Удостоверение № IT 451151935 от 22.04.2025.**Основание:** копии удостоверений. | **4**  | **4** |
| 5. | Результаты успеваемости, качества знаний по предметам | За 2023 -2024 уч. гг:-успеваемость – 100%,- качество – 65%.За 2024-2025 уч. гг:-успеваемость – 100%,- качество – 67%.**Основание:** справка МБОУ «ОСОШ № 1» № 240 от 12.05.2025г. | **2**  | **2** |
| 6. | Результаты участия в олимпиадах различного уровня | Муниципальный уровень:1. Форманчук Анна, 6 класс. **Победитель** муниципального этапа ВсОШ 2023г. (Приказ УО от 26.12.2023г. № 660).2. Гурковская Светлана, 11 класс. **Призер** муниципального этапа ВсОШ 2023г. (Приказ УО от 07.12.2023г. № 624).ВсОШ 2024г.:3. Богачев Никита, 8 класс. **Призер** муниципального этапа ВсОШ 2024г (Приказ УО от 04.12.2024г. № 556. + Копия диплома Серия 29 ПР МЭ 254 от 13.11.2024г.).Федеральный уровень: Максим Ли, 9 класс. **Участник** Многопрофильной международной олимпиады «Будущее Арктики» по иностранному языку. Организатор олимпиады – САФУ. **Многопрофильная международная олимпиада «Будущее Арктики» входит в перечень олимпиад, интеллектуальных и творческих конкурсов, утверждённый пунктом 814** приказа № 298 от 31.05.2021**Министерства Просвещения Российской Федерации. (**Копия сертификата БА24/25-1142 и копия выписки из протокола от 06.12.2024г. № 7 на официальном сайте олимпиады по ссылке:<https://narfu.ru/schoolarius/olimpiady/detail.php?ID=392303> **Основание:** копии приказов Управления образования об итогах муниципального этапа ВсОШ; копии диплома и сертификата).  | **12** | **12** |
| 7. | Результаты участия в конференциях различного уровня | Не представлен участником. | **0** | 0 |
| 8. | Классное руководство | В 2023 - 2024, 2024 - 2025 учебных годах является классным руководителем 8В и 9В классов соответственно.**Основание:** справка МБОУ «ОСОШ № 1» № 239 от 12.05.2025г. | **2**  | **2** |
| 9. | Результаты участия в конкурсах «Учитель года», «Воспитать человека» | Региональный этап:-**Участник** областного конкурса «Учитель года-2024» (Сертификат АО ИОО от 26.02.2023 - 01.03.2024г.).**Основание**: копия сертификата.  | **3** | **3** |
| 10. | Результаты участия в других конкурсах профессионального мастерства (в том числе творческие) различного уровня | Муниципальный уровень: -Заочный конкурс методических материалов «Современный урок-2024». **Участник.** (Сертификат УО, приказ УО № 178 от 25.04.2024г.).Региональный уровень: 1.Региональный заочный конкурс профессионального мастерства «Быть учителем – призванье. **Участник.** (Сертификат АО ИОО от 27.10.2023г.).2.Конкурс на присуждение премии Архангельской области «Призвание - учить и воспитывать» педагогическим работникам, Министерство образования Архангельской области и АО ИОО, 01.04.2024-30.06.2024г. **Участник.** (Списки участников по ссылке: на сайте Министерства образования <https://www.arkh-edu.ru/pnpo/detail.php?ID=1849112> и на сайте АО ИОО<https://events.onedu.ru/competition/detail/?ID=298490> 3.Региональный заочный конкурс профессионального мастерства «Быть учителем - призванье». **Победитель.** (Диплом АО ИОО от 28.10.2024г.). 4.Региональный заочный конкурс методических разработок по организации проектной деятельности «Creativity, Efficiency and Interactions». **Участник.** (Сертификат АО ИОО, ноябрь 2024г.)5.Заочный методический конкурс «Современный урок-2025» с участием педагогов межмуниципального методического округа. **Призер.** (Диплом УО, приказ УО № 187 от 29.04.2025г.).Федеральный уровень: 1.Конкурс на присуждение премий лучшим учителям образовательных организаций (федеральный уровень). **Участник.** (Диплом Министерства образования Архангельской области и АО ИОО от 30.04.2024г.)2.Всероссийская метапредметная олимпиада для учителей «Команда большой страны». **Участник.** (Сертификат Министерства просвещения РФ, октябрь 2023г.).3.Конкурс на присуждение премий лучшим учителям образовательных организаций (федеральный уровень), Министерство образования Архангельской области и АО ИОО, 16.04.2025 г. **Участник.** (Списки участников по ссылке: на сайте Министерства образования Архангельской области <https://www.arkh-edu.ru/pnpo/list.php?SECTION_ID=15464>**Основание:** копии сертификатов и дипломов; списки участников. | **13**  | **13** |
| 11. | Результаты участия обучающихся в творческих конкурсах различного уровня | Муниципальный уровень: 1. Открытый районный заочный конкурс на иностранном языке «Визитка» для обучающихся с ОВЗ: Нестерова Кристина, 8 класс. **Призер**, 2 место. (Протокол от 25.12.2023г.).2. Открытый районный заочный конкурс на иностранном языке «Визитка» для обучающихся с ОВЗ: Гуляев Илья, 8класс. **Призер**, 2 место. (Протокол от 25.12.2023г.).3. Районный заочный конкурс социальной рекламы «Учителю посвящается!»: Творческий коллектив 8 класса. **Призер**, 3 место (Диплом III степени СП «УДЮЦ» МБОУ «ОСОШ №2» от 22.11.2023г.).4. Муниципальный заочный конкурс на иностранном языке «Семейное древо» для детей с ОВЗ: Нестерова Кристина, 9 класс. **Призер**, 2 место (Диплом МБОУ «ОСОШ № 1» от 25.12.2024г.).5. Районный очный фонетический конкурс на английском языке «Лучший иностранный диктор»: Богачев Никита, 7 класс. **Победитель**, 1 место (Диплом, приказ МБОУ «ОСОШ № 1» № 257 от 29.01.2024г.).6. Муниципальная очная игра по английскому языку «English is Fun» для обучающихся 5-6 классов: Команда «First». **Призер**, 2 место (Диплом МБОУ «ОСОШ № 1» от 18.01.2025г.).7. Муниципальный очный фонетический конкурс на английском языке «Лучший иностранный диктор» среди 8 классов: Богачев Никита, 8 класс. **Победитель**, 1 место (Диплом МБОУ «ОСОШ № 1» от 18.01.2025г.).8. Муниципальный очный фонетический конкурс на английском языке «Лучший иностранный диктор»: Рудная Арина, 7 класс. **Призер**, 3 место. (Диплом МБОУ «ОСОШ № 1» от 18.01.2025г.).9. Окружная очная командная игра «Английская мозгобойня» для обучающихся 7-8 классов: Команда «Pretty Girls», 7Б класс. **Победитель**, 1 место. (Диплом МБОУ «ОСОШ № 1» от 11 марта 2025г.).10. Окружная очная командная игра «Английская мозгобойня» для обучающихся 7-8 классов: Команда «Roman and the Girls», 7В класс. **Призер**, 3 место. (Диплом МБОУ «ОСОШ № 1» от 11 марта 2025г.).11. Муниципальный очный фестиваль английского языка «Hello, Talents!» для обучающихся 1-11 классов: Чертова Светлана, 6Б класс. **Призер**, 3 место (Диплом МБОУ «ОСОШ № 1» от 10.04.2025г.).Региональный уровень: 1. Межрайонная интеллектуальная игра по английскому языку «WWW»: Команда «Lady Granta». **Призер**, III место (Диплом УО от 23.09.2023г.).2. Межрайонная интеллектуальная игра по английскому языку «WWW»: Команда «Natus Vincere». **Призер**, III место. (Диплом УО от 21.09.2024г.).3. Межрайонная интеллектуальная игра по английскому языку «WWW»: Команда «USA». **Призер**, II место. (Диплом УО от 21.09.2024г.).4. Конкурс творческих работ на иностранных языках в номинации «Рассказ»: Бовыкина Анастасия, 9 класс. **Призер** (Диплом САФУ от 01.04.2024-20.04.2024г. + Благодарность учителю).5. Региональный заочный конкурс видео-материалов обучающихся «Jobs of the Future»: Гурковская Светлана, 11 класс. **Победитель**, 1 место (Диплом I степени АО ИОО от 01.03.2024-01.04.2024г.) 6. Региональный заочный конкурс видео-материалов обучающихся «Jobs of the Future»: Бовыкина Анастасия, 9 класс. **Призер**, 2 место. (Диплом II степени АО ИОО от 01.03.2024-01.04.2024г.) 7. Региональный заочный конкурс видео-материалов обучающихся «Jobs of the Future»: Творческий коллектив 11 класса: Бирюкова Алина, Истомина Елена, Шерягина Арина, Борисов Кирилл. **Призеры**, 3 место. (Диплом III степени АО ИОО от 01.03.2024-01.04.2024г.) Федеральный уровень: 1.Международный фонетический конкурс для школьников «Путешествие в страну звуков-2024»: Бовыкина Анастасия, 9 класс. **Участник**. (Сертификат САФУ, апрель 2024г. + Благодарность учителю).2. Международный фонетический конкурс для школьников «Путешествие в страну звуков-2024»: Рыжков Роман, 9 класс. **Участник**. (Сертификат САФУ, апрель 2024г. + Благодарность учителю).**Основание:** копии протоколов; копии дипломов и сертификатов, благодарностей. | **28**  | **28** |
| 12. | Сотрудничество с образовательными организациями ШОО, муниципального округа (руководство МО, РПС, ТГ, ПГ и др., член жюри конкурсов, работа в районных комиссиях по вопросам образования) | 1.Руководитель районного методического объединения учителей иностранного языка Устьянского муниципального округа (Приказ УО от 31.08.2023г. № 395). (Приказ УО от 30.08 2024г. № 347).2.Руководитель творческой группы учителей английского языка Октябрьского школьного округа «Эффективная подготовка творческих заданий ГИА» в 2023-2024 учебном году (Приказ МБОУ «ОСОШ № 1» от 20.09.2023г. № 626).3. Руководитель инновационной творческой группы учителей английского языка Октябрьского школьного округа «Межпредметные связи при обучении иностранному языку в общеобразовательной школе» в 2024-2025 учебном году (Приказ МБОУ «ОСОШ № 1» от 30.08.2024г. № 552).4. Работа в муниципальном методическом совете (Приказ УО от 30.08.2024г. № 348).5. Работа в методическом совете Октябрьского школьного округа (Приказ МБОУ «ОСОШ № 1» от 13.09.2024г. № 617). 6. Куратор окружного педагогического совета Октябрьского ШОО «Совершенствование образовательного пространства, обеспечивающего личную, социальную и познавательную успешность обучающихся» (Справка МБОУ «ОСОШ № 1» № 244, протокол № 2 от 03.11. 2023г.+ Лист регистрации секции № 2).7. Председатель секции «Гуманитарная» в составе жюри районной учебно-исследовательской конференции «Юность Устьи» (Приказ УО от 26.01.2024г. № 46).8. Председатель жюри муниципального этапа ВсОШ по английскому языку для 7-11 классов (Приложение 5 к приказ УО № 576 от 27.10.2023г. + Приложение 5 к приказ УО № 465 от 18.10.2024г.).9. Руководитель экспертной группы по аттестации педагогов: август-сентябрь 2024г. – Заостровцева М.В., МБОУ «ОСОШ № 2»; апрель 2025г. - Морозова Н.А., МБОУ «Средняя школа № 90 п.Кулой».**Основание:** копии приказов. | **5** | **5** |
| 13. | Участие в методической работе (член РПС, ОПС) | 1. Активное участие в работе муниципального методического совета: посещение всех заседаний и в каждом учебном году (2023 - 2024, 2024 – 2025) по 1 выступлению на муниципальном методическом совете:- выступление с презентацией опыта работы по теме «Школьное педагогическое сообщество как эффективная форма методической работы в школе» на заседании муниципального методического совета (Сертификат УО № 26 от 10.10.2023г.);-выступление по теме «От анализа к плану» на межмуниципальном методическом совете (Протокол УО № 3 от 23.12.2024г.). 2. Активное участие в работе окружной инновационной ТГ Октябрьского школьного округа «Метапредметный подход к образованию» в 2023-2024 учебном году (Справка № 274, приказ МБОУ «ОСОШ № 1» № 89 от 08.02.2024г.).3.Активное участие в работе окружной творческой группы учителей английского языка Октябрьского школьного округа «Эффективная подготовка творческих заданий ГИА по английскому языку» в 2023-2024 учебном году (Справка № 258, приказ МБОУ «ОСОШ № 1» № 66 от 29.01.2024г.).4. Активное участие в работе районного методического объединения учителей иностранного языка Устьянского муниципального округа в 2023-2024 и 2024-2025 уч.г.: -руководитель РМО (Приказы УО от 31.08.2023г. № 395 и 30.08 2024г. № 347);- организация и посещение всех заседаний РМО (Листы регистрации и планы 4х заседаний от 14.11.2023, 04.04.2024, 17.10.2024, 18.04.2025г.; Протоколы заседаний от 14.11.2023, 04.04.2024, 17.10.2024, 18.04.2025г.);- выступления из опыта работы (Сертификат УО № 32 от 17.10.2024г.);- открытый урок (Сертификат от УО № 349 от 18.04.2025г.);- организация и проведение всех мероприятий для обучающихся Устьянского округа.5. Активное участие в работе инновационной ТГ учителей английского языка Октябрьского школьного округа «Межпредметные связи при обучении иностранному языку в общеобразовательной школе» в 2024-2025 учебном году (Справка № 363, приказ МБОУ «ОСОШ № 1» № 125 от 18.02.2025г.).**Основание:** копии справок, протоколов, листов регистрации, планов заседаний. | **5** | **5** |
| 14. | Представление собственного опыта на мероприятиях различного уровня | Окружной уровень: 1. Открытый урок в 7б классе по теме «Выдающиеся люди Русского Севера: Степан Писахов» в рамках методического семинара инновационной ТГ учителей английского языка Октябрьского школьного округа (Сертификат № 396, приказ МБОУ «ОСОШ № 1» № 799 от 18.11.2024г.).2. Выступление из опыта работы по теме «Использование межпредметных связей для участия обучающихся в конкурсах различного уровня» в рамках методического семинара инновационной ТГ учителей английского языка Октябрьского школьного округа (Справка № 319, приказ МБОУ «ОСОШ № 1» № 799 от 18.11.2024г.).3. Мастер-класс по теме «Эффективные приемы подготовки обучающихся к ЕГЭ по английскому языку: развернутое письменное высказывание с элементами рассуждения на основе таблицы/диаграммы» в рамках методического семинара окружной ТГ учителей английского языка (Сертификат № 326, приказ МБОУ «ОСОШ № 1» № 66 от 29.01.2024г.).4. Выступление из опыта работы по теме «Формат ЕГЭ по английскому языку» в рамках методического семинара окружной ТГ учителей английского языка (Сертификат № 329, приказ МБОУ «ОСОШ № 1» № 66 от 29.01.2024г.).5. Представление опыта работы по теме «Образовательные технологии как средство достижения метапредметных результатов при изучении английского языка» на заседании окружной инновационной ТГ «Метапредметный подход к образованию» (Сертификат № 335, приказ МБОУ «ОСОШ № 1» № 89 от 08.02.2024г.).6. Выступление из опыта работы по теме «Формат ОГЭ по английскому языку» в рамках методического семинара окружной ТГ учителей английского языка (Сертификат № 300, приказ МБОУ «ОСОШ № 1» № 755 от 27.10.2023г.).7. Мастер-класс по теме «Эффективные приемы подготовки обучающихся к ОГЭ по английскому языку: монологическое высказывание» в рамках методического семинара окружной ТГ учителей английского языка (Сертификат № 305, приказ МБОУ «ОСОШ № 1» № 755 от 27.10.2023г.).Муниципальный уровень: 1. Выступление из опыта работы по теме «Продуктивное сотрудничество в повышении профессионального мастерства учителя» (Сертификат УО № 1 от 28.08.2024г.).2. Выступление из опыта работы по теме «Домашнее задание как один из факторов повышения качества обучения на современном уроке английского языка в условиях обновленных ФГОС» на заседании районного методического объединения учителей иностранного языка Устьянского муниципального округа (Сертификат УО № 32 от 17.10.2024г.).3. Презентация опыта работы по теме «Школьное педагогическое сообщество как эффективная форма методической работы в школе» на заседании муниципального методического совета (Сертификат УО № 26, протокол ММС № 2 от 10.10.2023г.).5. Презентация опыта работы по теме «Работа по программам наставничества «Педагог-педагог» и «Педагог-ученик» в 2022-2023уч.г. на предметной секции августовского совещания работников образования Устьянского муниципального округа (Сертификат УО № 1 от 28.08.2023г.).6. Открытый урок в 6В классе по теме «Healthy Food» в рамках заседания районного методического объединения учителей иностранного языка Устьянского муниципального района (Сертификат УО № 349 от 18.04.2025г.).Региональный уровень:1. Выступление с представлением собственного педагогического опыта по теме «Деятельность профессионального сообщества как механизм развития профессионального мастерства» в рамках межмуниципального единого методического дня «Профессиональный рост педагогов в условиях трансформации образования как стратегическое направление развития» (Справка АО ИОО от 15.05.2024г.).2. Выступление на круглом столе 18.01.2024г. с представлением собственного педагогического опыта по теме «Эффективные способы подготовки к итоговой аттестации по английскому языку» в рамках курсов повышения квалификации «Государственная итоговая аттестация по иностранному языку» (Справка АО ИОО от 18.01.2024г.).3. Выступление из опыта работа по теме «Роль педагогического сообщества в организации и проведении конкурсов и мероприятий для обучающихся: опыт, вызовы и перспективы» на межрайонной педагогической конференции (Приказ УО № 163 от 14.04.2025г).**Основание:** копии справок и сертификатов, приказа. | **41**  | **41** |
| 15. | Публикации в методических журналах | Муниципальный уровень:1.Публикация опыта по теме: «Роль педагогического сообщества в организации и проведении конкурс сов и мероприятий для обучающихся: опыт, вызовы и перспективы» (На сайте ИРЦ Устьянского муниципального округа:<https://infrescenter.ucoz.ru/index/2024_2025_uchebnyj_god/0-209> (Свидетельство о публикации № 598 (Приказ УО № 163 от 14.04.2025г).2. Публикация разработки урока английского языка в 7 классе по теме «Outstanding People of Our North: Stepan Pisakhov» (На сайте ИРЦ Устьянского муниципального округа: <https://infrescenter.ucoz.ru/index/bank_otkrytykh_urokov/0-130> (Свидетельство о публикации № 619, приказ № 187 от 29.04.2025г.) Региональный уровень:1.Технологическая карта урока английского языка по теме «The Place Where I live. Место, где я живу». Банк педагогической информации, АО ИОО, 06.02.2024г. Ссылка на размещение: <https://kbase.onedu.ru/browse/detail.php?DOC=293811> 2. Статья «Деятельность педагогического сообщества как механизм развитияпрофессионального мастерства педагогов» в сетевом информационно-методическом журнале АО ИОО «Северная Двина», № 6/ 2024г., стр. 17-22.Федеральный уровень: 1.Технологическая карта бинарного урока по ФГОС по предметам «Иностранный язык (Английский)» и «Технология» по теме «История названия одежды» во Всероссийском сетевом издании для педагогов и учащихся образовательных учреждений «Фонд 21 века» (Свидетельство о публикации Серия С № 497895 от 29 сентября 2023г.).**Основание:** копии свидетельств и сертификатов о публикациях, копия приказа, распечатка статьи журнала. | **15**  | **15** |
| 16. | Наличие авторской учебно-методической продукции, прошедшей экспертизу | Не представлен участником. | 0 |  |
| 17. | Наличие авторской учебно-методической продукции, имеющей внешнюю рецензию | Наличие авторской учебно-методической продукции (программа, методические разработки, методические пособия и рекомендации, учебно-методические пособия, конспекты, технологические карты уроков, размещенные в Банке открытых уроков и т.д.), имеющие **внешнюю рецензию** в 2023 - 2024, 2024 - 2025 учебных годах:Муниципальный уровень:- Методическая разработка «Формы и методы внеклассной работы по предмету через организацию предметной недели в форме Квеста» (была размещена на сайте ИРЦ), на которую имеется внешняя рецензия методиста МБОУ «Строевская СОШ» Пеньевской И.И. от 01.11.2023г.)Региональный уровень:-Сборник дидактических материалов по формированию читательской грамотности на уроках английского языка «Моя Родина - Россия. Russia is my Motherland.»/авт.-сост. Е.В.Дуганова. – п.Октябрьский: МБОУ «ОСОШ №1», 2024. – 40 с. Идея создания и обработка материалов этого сборника принадлежит Дугановой Е.В., которая является автором-составителем данного дидактического пособия, а также и одним из авторов материала в сборнике на стр.20-21 «The Arkhangelsk Region» и упражнений к нему. Сборник был представлен на МЭС (Повестка заседания МЭС и Протокол № 3 от 27.02.2024г.) и распространен среди учителей английского языка Устьянского муниципального округа в печатной и электронной формах.На сборник имеется независимый внешний отзыв рецензента – заместителя директора по учебно-воспитательной работе МОУ «Гимназия» г.Новодвинска, учителя иностранного языка высшей квалификационной категории Дятьлевой Марины Станиславовны от 06.02.2024г. (Справка МБОУ «ОСОШ № 1» от 15.02.2024г.).**Основание:** копии сборника и разработки, копии рецензий и справки, повестка заседания МЭС. | **5**  | **5** |
| 18. | Особые заслуги учителя | Особые заслуги учителя в 2023 - 2024, 2024 - 2025 учебных годах:- Была участником VII Съезда учителей сельских школ в очном формате 5-6 октября 2023г. г.Москва (Сертификат ФГАОУ ДПО «Академия Минпросвещения России»).- Имеет публикации в местных СМИ (2 статьи):Статья «Английский – это весело, полезно, интересно!», «Устьянский край», № 5 от 30.01.2025г., страница 12.Статья «Сельская школа как драйвер развития территории» «Устьянский край», № 42 от 19.10.2023г., страница 4.- Награждена Почетной грамотой Губернатора Архангельской области за многолетний добросовестный труд в системе образования Архангельской области и личный вклад в совершенствование учебно-воспитательного процесса (Распоряжение от 14.08.2024г.).- Является наставником молодого специалиста Истоминой Ю.Н. в 2023-2024, 2024-2025гг. (Приказы МБОУ «ОСОШ № 1» № 831б от 01.12.2024г. и № 579 от 02.09.2025г.) и была в оргкомитете для оказания помощи в подготовке к конкурсу «Воспитать человека 2024» (Приказ МБОУ «ОСОШ № 1» № 831б от 01.12.2024г.). **Основание:** копии благодарностей, грамот, дипломов, статьи.  | **5**  | **5** |
|  |  |  | **145** | **145** |