

**Методические рекомендации**

**«2024 год – Год семьи:**

**планирование и организация работы**

**в учреждениях дополнительного образования**

СОСТАВИТЕЛЬ: Цветкова Елена Владимировна,

заместитель директора по УВР

г. Елизово

2024г.

Оглавление

1. Вступление.................................................................................... 4
2. Праздники и даты......................................................................... 5-7
3. Названия выставок и мероприятий............................................ 7-9

1. Формы мероприятий................................................................... 9-10

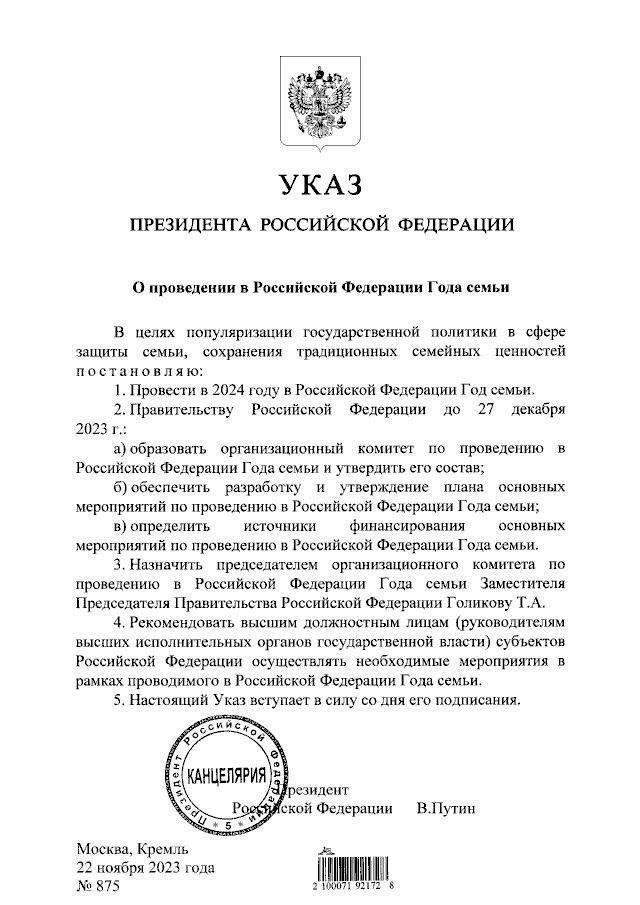
1. Сценарии мероприятий............................................................... 10-15
2. Презентации ................................................................................ 16
3. Требования к единому стилю оформления …………………….16

2024 год в России объявлен Годом семьи!

Президент РФ Владимир Путин подписал указ об объявлении следующего года в

России - Годом семьи. Документ опубликован на официальном портале правовой информации.

Решение принято для популяризации государственной политики в сфере защиты семьи и сохранения традиционных семейных ценностей.





«Семья – это основа основ. Именно дома в семейной обстановке во многом формируется личность и мировоззрение человека, его духовно-нравственные политические идеалы и ценности», – сказал глава государства.

В рамках основной темы 2024 года можно выделить несколько базовых направлений:

**Семейные** **традиции**.

Обсуждение истории семьи, семейных рецептов, праздников и традиций, создание семейного древа или исторического альбома, обмен семейными традициями и др.

**Семейный досуг.**

Игры, в которые семьи могут играть вместе, мастер-классы, конкурсы, совместное чтение и т.п .

**Семейное обучение**.

Совместное освоение новых навыков в рамках целевых направлений (финансовое планирование, компьютерная грамотность, обучение новому языку и др.). К примеру, скачайте готовую программу "Родитель - второй тренер".

**Здоровье** **семьи**.

Спортивные мероприятия, популяризация здорового образа жизни, психологические консультации и т.д.

**Планирование** **семьи**.

Просветительские мероприятия для детей, подростков и молодежи о семейных ценностях, устройстве семьи, психологические тренинги и т.п.

Перспективные форматы мероприятий в Год семьи 2024 - просветительские, обучающие, культурно-спортивные, соревновательные.

* **Практикумы, тренинги, семинары**. Подойдут такие важные темы, как "Осознанное родительство", "Психология совместной жизни", "Отцы и дети: как наладить общение",
* "Готовимся к рождению ребенка" и т.п.
* **Семейные дни**. Тематические дни, когда семьи могут посетить сразу несколько разных мероприятий, могут привлечь в учреждение много новых посетителей. В рамках таких дней можно сочетать разные форматы: от выставок, лекций и кинопоказов до конкурсов и концертов.
* **Онлайн-игры и конкурсы.** Чтобы вовлечь максимальную аудиторию, продумайте онлайн-активности, в которых смогут принимать участие целые семьи. Это могут быть квесты, викторины, творческие конкурсы, челленджи.
* **Театрализованные постановки** "семейных театров". Хороший вариант семейного досуга - когда члены семьи вместе создают некий творческих продукт: спектакль, этюд, сценку.
* **Образовательные программы**. Члены семьи могут совместно осваивать народные ремесла, получать полезные навыки (столярное дело, программирование, живопись и др.), изучать разные предметы (иностранные языки, литературу и т.п.).

**ПРАЗДНИКИ и ДАТЫ:**

Главный праздник - **Всероссийский день семьи, любви и верности – 8 июля.**

# Январь

19 января - День супруга

1. января - Всемирный день объятий
2. января – день дедушки

# Февраль

12 февраля - Международный день брачных агентств

15 февраля - Всемирный день православной молодежи

17 февраля - День спонтанного проявления доброты

23 февраля - День защитника Отечества

# Март

3 марта - День Бабушек (в первое воскресенье марта)

8 марта - Международный женский день 20 марта - Международный день счастья

25 марта - День добрых дел

# Апрель

10 апреля - День братьев и сестер

1. апреля - Международный день солидарности молодежи
2. апреля - День дочери

# Май

12 мая - День матери в мире (в 2-е воскресенье мая)

15 мая - Международный день семей

31 мая - День соседей (в последнюю пятницу мая)

# Июнь

1 июня - Всемирный день родителей

18 июня - Всемирный день гармонии

16 июня - День отца в мире (в 3-е воскресенье июня)

27 июня - День молодежи России

# Июль

8 июля - Всероссийский день семьи, любви и верности

26 июля - День дяди и тети

# Август

12 августа - Международный день молодежи

28 августа - День второй половинки

# Сентябрь

8 сентября - День посиделок на кухне

11 сентября - Праздник ласкового обращения

1. сентября - Всемирный день папы
2. сентября - День семейного общения

20 сентября - День устраивания спонтанных чаепитий

# Октябрь

1 октября - День пожилых людей

8 октября - День солнечных улыбок

14 октября - День домашнего кино

17 октября - День посиделок при свечах

1. октября - Международный день тёщи (в 4-е воскресенье октября)
2. октября - День бабушек и дедушек в России

# Ноябрь

5 ноября - День рассматривания старых фотографий

2 ноября - Всемирный день мужчин (в 1-ю субботу ноября)

13 ноября - Всемирный день доброты

19 ноября - Международный мужской день

22 ноября - День сыновей

24 ноября - День матери в России (в последнее воскресенье ноября)

Так же не стоит забывать о традиционных праздниках, которые принято встречать в кругу семьи:

Новый год - 31 декабря,

Рождество - 7 января православное и 25 декабря у католиков,

Старый Новый год – 14 января,

Масленница - плавающая дата, февраль-март,

Пасха - плавающая дата, празднуется в апреле-мае, Дни рождения членов семьи, Дни свадеб членов семьи.

* «Какие бывают семейные праздники» [Электронный ресурс]: дзен. – Режим доступа [https://dzen.ru/a/YwsmyORSbyDvlRiB (](https://dzen.ru/a/YwsmyORSbyDvlRiB)Дата обращения 25.11.2023)

**Примерное наименование мероприятий и интегрированных событий:**

* + Моя семья;
  + Счастье в дом;
  + Семья - это крепость;
  + Ценности семьи;
  + Любовь и семья;
  + Счастье, любовь, верность;
  + На крыльях счастья;
  + Это главное слово - семья;
  + Любовь в семье;
  + Самая счастливая семья;
  + Всего дороже - семья;
  + Любовь в семье;
  + Семейный оберег;
  + Счастливая семья;
  + Верность. Счастье. Любовь;
  + На крыльях счастья;
  + Семейный букетик;
  + Счастливые моменты;
  + Мир любви, мир семьи;
  + Любовь и верность: два крыла любви;
  + Любовь и верность – спутники семьи;
  + Любовью дорожить умейте;
  + Мелодия любви и верности;
  + Семья – источник любви и вдохновения;
  + Суперсемья;
  + Семья – любви великой царство;
  + Дом там, где твое сердце;
  + Вместе весело шагать;
  + Семья - океан позитива и любви;
  + Любимые сказки моей семьи;
  + Семейная династия;
  + Многодетная и счастливая семья;
  + Любовь, похожая на сон;
  + Семейная круговерть;
  + В семейном царстве;
  + Семья – наше достояние;
  + История любви;
  + Наши любимые книжки;
  + Вся семья вместе – и душа на месте;
  + Семейный портал;
  + Мы – семья и мы – друзья!
  + Семейная симфония;
  + Мир нашей семьи;
  + Любовь - огромная страна;
  + Счастливы вместе;
  + Семейный ковчег;
  + Любовь + Верность = Семья;
  + Счастливая семейка;
  + С семьей едины;
  + Верим и любим;
  + Жизнь в любви и верности;
  + Любовь - начало всего;
  + Однажды мы стали семьей;
  + Любимые и верные - это моя семья;
  + Семья - это любовь и верность;
  + В семье лад и по жизни рад;
  + Семья - самое важное в жизни;
  + Семь я;
  + Папа, мама, я - прекрасная семья;
  + Семейные посиделки;
  + Любимая семья;
  + Моя семья - моя крепость;
  + С верностью по жизни;
  + Семейные ценности;
  + Самая крепкая семья;
  + Половинка моя;
  + Сердечные привязанности;
  + Семейный очаг;
  + Любовь спасет мир;
  + Верные на всю жизнь;
  + Ценим, верим, любим;
  + Береги любовь;
  + Семейное счастье;
  + Наша семья - наше счастье;
  + Всю жизнь вместе;
  + Алые паруса;
  + Любовные истории,
  + Счастливы вместе;
  + Моя семья - моя опора в жизни;
  + Мы желаем счастья Вам.

Источник: [Электронный ресурс]: Большой вопрос.ру: сайт. – Режим доступа [- http://www.bolshoyvopros.ru/questions/3885628-kak-nazvatvystavku-risunkov-podelokknig-ko-dnju-semi-ljubvi-i-vernosti.html](http://www.bolshoyvopros.ru/questions/3885628-kak-nazvat-vystavku-risunkov-podelok-knig-ko-dnju-semi-ljubvi-i-vernosti.html)

**Формы мероприятий:**

* + Акция «Дарите ромашки любимым»;
  + Акция «Счастье мое – семья»;
  + Акция «День семьи, любви и верности»;
  + Беседа «Любовь сильнее всех преград»
  + Беседа-диалог «Всё начинается с семьи»;
  + Вечер «Семья — единство помыслов и дел»;
  + Выставка-акция «Любовью дорожить умейте…
  + Выставка-просмотр «Любовь. Семья. Верность»;
  + Игровая программа «Ромашек белый хоровод»,
  + Игровой калейдоскоп «Сундучок семейных сокровищ»;
  + Информационный час «Любви и веры образы»
  + Конкурс рисунков «Семья, любовь и верность»;
  + Конкурсная программа «Семья, согретая любовью, всегда надежна и крепка»
  + Конкурсно-игровая программа «Семья крепка, когда над ней крыша одна»
  + Концертная программа «Семья – моя Вселенная»
  + Концертно-развлекательная программа «Под сенью Петра и Февронии»
  + Литературный вечер «Семья – любви великое царство»
  + Литературно-музыкальная гостиная «Семья – любви великой царство»
  + Литературное обозрение «Сплотить семью поможет мудрость книг»;
  + Мастер-класс «Ромашки, ромашки-цветы полевые»
  + Познавательная программа «Семье всегда почет»
  + Посиделки «Всей семьей к нам приходите!»
  + Поэтическая мозаика «Давайте семейные ценности чтить»
  + Православный час «О Петре и Февронии»
  + Тематический час «Семья – сокровище души»
  + Фольклорные посиделки «Славная семейная русская трапеза»;
  + Фольклорный час «Иван Купала»
  + Час духовности «Под покровом Петра и Февронии»
  + Экспресс-опрос «Ваши семейные праздники»
  + Этнографический час «Любовь нам помогает жить»

**Мероприятия к Дню семьи, любви и верности (сценарии):**

* «Если есть семья, значит счастлив я» [Электронный ресурс]: Праздник, посвященный

Дню семьи// открытый урок: сайт. – Режим доступа <https://urok.1sept.ru/articles/603502> (Дата обращения 25.11.2023)

* «Все вместе» [Электронный ресурс]: Семейная игра по станциям// образовательная сеть: сайт. – Режим доступа

[https://znanio.ru/media/metodicheskayarazrabotka-semejnaya-igra-postantsiyamvse-vmeste-2622261](https://znanio.ru/media/metodicheskayarazrabotka-semejnaya-igra-po-stantsiyam-vse-vmeste-2622261) (Дата обращения 25.11.2023)

* «Всё начинается с семьи» [Электронный ресурс]: Сценарий фольклорного праздника // образовательная социальная сеть: сайт. – Режим доступа [https://nsportal.ru/kultura/teatralnoe- iskusstvo/library/2022/02/27/stsenariy-folklornogo-prazdnika-vsyonachinaetsya-s](https://nsportal.ru/kultura/teatralnoe-iskusstvo/library/2022/02/27/stsenariy-folklornogo-prazdnika-vsyo-nachinaetsya-s)  (Дата обращения 25.11.2023)

* "День семьи, любви и верности" [Электронный ресурс]: Сценарий праздника // Инфоурок : России: сайт. – Режим доступа [https://infourok.ru/scenariy-prazdnika-densemi-lyubvi-i-vernosti-1528112.html](https://infourok.ru/scenariy-prazdnika-den-semi-lyubvi-i-vernosti-1528112.html)

(Дата обращения 25.11.2023)

* «День семьи, любви и верности» [Электронный ресурс]: Сценарий мероприятия // Мультиурок: сайт. – Режим доступа https:// [https://multiurok.ru/files/stsienariiprazdnika-dien-siem-i-liubvi-i-vierno-1.html](https://multiurok.ru/files/stsienarii-prazdnika-dien-siem-i-liubvi-i-vierno-1.html)

(Дата обращения 25.11.2023)

* «Пусть в вашей семье светит солнце» [Электронный ресурс]: интерактивная игра // российский учебник: сайт. – Режим доступа [https://rosuchebnik.ru/material/interaktivnaya-igra-pust-v-vashey-seme-svetitsolntse-10470/](https://rosuchebnik.ru/material/interaktivnaya-igra-pust-v-vashey-seme-svetit-solntse--10470/) (Дата обращения 25.11.2023)
* «Ромашка - мой любимый цветок» [Электронный ресурс]: Сценарий познавательно - развлекательного мероприятия// учебно- методический кабинет: сайт. – Режим доступа [https://ped-kopilka.ru/blogs/elena-grigorevnapoljakova/konkursno-igrovajaprograma-s-prezentaciei-dlja-letnego-lagerjaromashka-moi-lyubimyi-cvetok.html](https://ped-kopilka.ru/blogs/elena-grigorevna-poljakova/konkursno-igrovaja-programa-s-prezentaciei-dlja-letnego-lagerja-romashka-moi-lyubimyi-cvetok.html) (Дата обращения 25.11.2023)
* «Семья – это то, что с тобою всегда!» [Электронный ресурс]: Сценарий праздничноигровой программы//– Режим доступа

[https://izobcbs.ucoz.ru/publ/kluby/sobesednik/scenarij\_ko\_dnju\_semi\_ljubvi\_i\_ vernosti/321-0-345](https://izobcbs.ucoz.ru/publ/kluby/sobesednik/scenarij_ko_dnju_semi_ljubvi_i_vernosti/32-1-0-345)  (Дата обращения 25.11.2023)

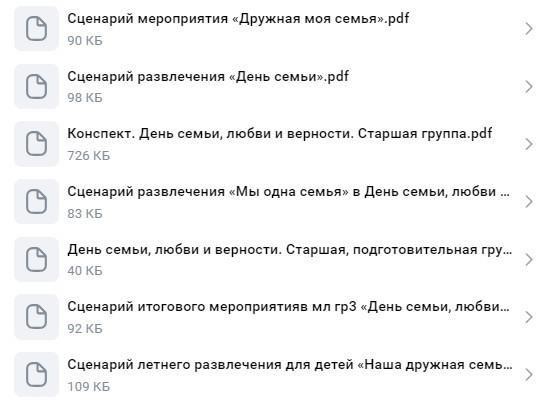
* «Семья – волшебный символ жизни» [Электронный ресурс]: Сценарий праздника// образовательная социальная сеть: сайт. – Режим доступа [https://nsportal.ru/nachalnayashkola/stsenarii-prazdnikov/2015/02/03/stsenariyprazdnika-den-semi-lyubvi-i-vernosti](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/stsenarii-prazdnikov/2015/02/03/stsenariy-prazdnika-den-semi-lyubvi-i-vernosti) (Дата обращения 25.11.2023)
* «Островок семейных сокровищ»[Электронный ресурс]: Мероприятие ко Дню семьи// образовательная социальная сеть: сайт. – Режим доступа [https://znanio.ru/media/meropriyatie-ko-dnyu-semi-ostrovok-semejnyhsokrovisch-2640085](https://znanio.ru/media/meropriyatie-ko-dnyu-semi-ostrovok-semejnyh-sokrovisch-2640085) (Дата обращения 25.11.2023) - «Семейная игра-конкурс» [Электронный ресурс]: Сценарий праздника// Мультиурок: сайт. – Режим доступа

[https://multiurok.ru/index.php/files/semeinaia-igra-konkurs-stsenarii-ko-dniusemi.html](https://multiurok.ru/index.php/files/semeinaia-igra-konkurs-stsenarii-ko-dniu-semi.html)

(Дата обращения 25.11.2023)

* «Вся семья вместе, так и душа на месте!» [Электронный ресурс]:

Познавательно-развлекательная программа// арт-талант: сайт– Режим доступа [https://www.art-talant.org/publikacii/26438-poznavatelynorazvlekatelynaya-programmavsya-semyya-vmeste-tak-i-dusha-na-meste (](https://www.art-talant.org/publikacii/26438-poznavatelyno-razvlekatelynaya-programma-vsya-semyya-vmeste-tak-i-dusha-na-meste)Дата обращения 25.11.2023)



Сценарии в формате Pdf по ссылке: <https://vk.com/wall-163432394_531563>

**Сценарий праздника Дня семьи, любви и верности**

**(День святых Петра и Февронии)**

Цель: проведения праздника День семью, любви и верности.

Задачи: - уточнить и обобщить знания о празднике; - воспитывать доброжелательные отношения друг к другу - воспитывать отношение к семейным ценностям, как общенациональной ценности, основе духовности и единства народа; - развивать интерес к истории своей семьи, семейным традициям; - познакомить с наиболее распространенными традициями русского народа;

Подготовительная работа: Чтение сказа о Петре и Февронии; просмотр мультфильма «Сказ о Петре и Февронии»

Оформление зала: белыми ромашками, детскими работами о семье.

**Ведущая**: Здравствуйте, дорогие гости нашего праздника! Мы рады приветствовать вас в этот тёплый летний день. – Дне семьи, любви и верности! Про день восьмое июля, знают очень немногие. А ведь это как раз есть наш, день «всех влюблённых», а если говорить точно, то этот день в православии считается днём памяти Святых Петра и Февронии.

(Слайд: Ромашковое поле и образ Петра и Февронии)

Что такое семья – знает каждый. Семья – это дом, семья – это мир, где дарят любовь и заботу.

1. **Ведущий**: День семьи сегодня в мире Сколько вас в семье – четыре? Пусть скорее станет десять, Больше шума, гама, песен. Пусть семья растёт, крепчает, Никогда не огорчает!
2. **Ведущий**: Семья обогреет, поможет, Даст дельный совет в трудный час. Поздравить семью свою тоже, Спешу я сегодня, сейчас!

(2 слайд: Петр и Феврония Муромские)

3 **Ведущий**: На Руси есть сказ о том, Как Феврония с Петром Были парою примерной: Дружной, любящей и верной. Много бед перенесли, Но расстаться не смогли. Верой, правдой брак держали, И друг друга уважали. Пролетела та пора, Нет Февронии, нет Петра. Но они пример семьи – Чистой, искренней любви!

1. **Ведущий**: Эти Святые покровительствуют именно любящим людям и крепким семьям. Кто же такие были Пётр и Феврония? Это мы сейчас узнаем из нашего рассказа о Петре и Февронии. Итак, поудобнее усаживаемся и начинаем … Сказ о Петре и Февронии Символично, что Всероссийский день семьи, любви и верности впервые отмечался в 2008 году, который был объявлен годом семьи. Идея праздника возникла несколько лет назад у жителей города Мурома, где покоятся мощи святых супругов Петра и Февронии, покровителей христианского брака. Святые

Петр и Феврония - идеал супружеской любви. "Повесть о Петре и Февронии Муромских" была любимым чтением русских людей от царей до простолюдинов. Жилбыл молодой князь Петр. И поразила его некая тяжёлая болезнь, от которой всё его тело покрылось язвами. Никакие лекари и снадобья не могли ему помочь. До князя дошёл слух о том, что некая премудрая дева Феврония, дочь простого бортника из села Ласково, славится искусством лечить травами.

1. **Ведущий**: Князя привезли к дивной лекарке, и она согласилась его исцелить, поставив необычное условие: «Если будет мне супругом, да будет вылечен». Пётр согласился взять Февронию в жены после того, как она его вылечит. Будучи исцелён, он не пожелал выполнить свое обещание. Как взять в жёны простую крестьянку? Вместо этого он послал Февронии богатые дары, но она не приняла их. Нарушивший своё слово князь Пётр снова заболел, и Феврония снова согласилась его исцелить с тем же условием: взять её в жёны. На сей раз, выздоровевший Пётр повёл Февронию под венец, несмотря на сословное различие. Муромская знать не пожелала принимать Февронию в качестве княгини и чинила благоверным супругам разные козни. Петра поставили перед выбором: либо он разводится с простолюдинкой Февронией и берёт себе другую, родовитую жену, либо ему придется отказаться от власти и покинуть Муром. Пётр выбрал верность супруге и отправляется вместе с любимой в изгнание. Но лишения благоверных не продлились долго: Петра снова позвали княжить, чтобы прекратить наступившую в Муроме смуту. До преклонных лет Пётр и Феврония правили Муромским княжеством и умерли в один день.

Песня «День семьи, любви и верности»

***1 конкурс «Разминка»***

1.Что является символом любви? (Сердце)

1. Какая птица приносит счастье? (Аист)
2. Какой цветок является символом семьи? (Ромашка)
3. В каких сказках говорится о любви? («Царевна – лягушка», «Сказка о царе Салтане...» и др.)
4. Произнесите дразнилку, которой обычно дразнят влюблённых. (Тили - тили тесто, жених и невеста...)
5. Какое животное упоминается в известной пословице: «Любовь – зла, полюбишь и…» (Козёл)
6. Какое слово состоит из 7Я? (Семья)
7. О какой семье говорят: «Семеро по лавкам»? (о большой)

9. Что в известной народной сказке пустил царевич, желая найти хорошую невесту? (Стрелу)

10. Как называют родителей мамы и папы? (Бабушка и дедушка)

1. ***конкурс «Собери ромашку»***

Ромашка – символ семьи. Её дарят любимым в знак верности и чистоты. Задание: кто быстрее соберет ромашку из разрезанных деталей.

1. ***конкурс: А теперь будем отгадывать загадки***.

Загадки: Кто не в шутку, а всерьёз Нас забить научит гвоздь? Кто научит смелым быть? С велика упав, не ныть, И коленку расцарапав, Не реветь? Конечно, …(папа)

Кто вас, дети, больше любит, Кто вас нежно так голубит И заботится о вас, Hе смыкая ночью глаз? (Мама)

Ароматное варенье, Пироги на угощенье, Вкусные оладушки У любимой ...(бабушки) Он трудился не от скуки, У него в мозолях руки, А теперь он стар и сед Мой родной, любимый ...(дед)

Я у мамы не один, У неё ещё есть сын, Рядом с ним я маловат, Для меня он — старший …(брат)

Вот ведь дело-то какое… Нас не семеро, а трое: Папа, Мамочка и я, Но все вместе мы — …(семья)

***4 Проводится игра «Самое ласковое слово»*** Дети передают по залу сердце и говорят ласковое слово.

Мы благодарим всех участников нашего праздника и желаем, чтобы, Любили тебя без особых причин. За то, что ты – внук. За то, что ты – сын. За то, что малыш. За то, что растёшь. За то, что на папу и маму похож. И эта любовь до конца твоих дней Останется тайной опорой твоей.

Ведущая: Друзья, так что же является символом нашего праздника, какой цветок? Опять июль – макушка лета туман над прудом по утрам И желтоглазая, в разливах света цветет ромашка по полям. Сквозь беды все, и все ненастья любовь к ромашке пронеси.

Гости: (ромашка)

Кого нужно обязательно поздравить в этот день?

Гости: (своих членов семьи)

Ведущая: Мы не стали разрушать красоту родного края. Сделали ромашки своими руками.

Исполняется песня «Это моя семья»

**Презентации к Дню семьи, любви и верности:**

* [https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2020/07/20/prezentatsiyak-zanyatiyuden-semi-lyubvi-i-vernosti](https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2020/07/20/prezentatsiya-k-zanyatiyu-den-semi-lyubvi-i-vernosti)
* [https://uchitelya.com/pedagogika/27927-prezentaciya-8-iyulya-den-semilyubvi-ivernosti.html](https://uchitelya.com/pedagogika/27927-prezentaciya-8-iyulya-den-semi-lyubvi-i-vernosti.html)
* [https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-den-semi-lyubvi-i-vernosti3761764.html](https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-den-semi-lyubvi-i-vernosti-3761764.html)
* <https://ppt-online.org/775059>[https://easyen.ru/load/scenarii\_prazdnikov/raznye/slajd\_shou\_den\_semi\_ljubvi\_ i\_vernosti/288-1-0-69914](https://easyen.ru/load/scenarii_prazdnikov/raznye/slajd_shou_den_semi_ljubvi_i_vernosti/288-1-0-69914)
* <https://pptcloud.ru/obshh/den-semi-lyubvi-i-vernosti>
* <https://урок.рф/presentation/15660.html>

**ТРЕБОВАНИЯ К ЕДИНОМУ СТИЛЮ ОФОРМЛЕНИЯ**

[https://vk.com/doc28600186\_675643211?hash=ql62wKq6Uk9o6BETWiSRJUQ0cdlObK Ko7JZ0Ij4RCpg&dl=j3lwKSwfSt2wZZNRDGJymWZdrFn0kZOtsxJXbBHQNMo](https://vk.com/doc28600186_675643211?hash=ql62wKq6Uk9o6BETWiSRJUQ0cdlObKKo7JZ0Ij4RCpg&dl=j3lwKSwfSt2wZZNRDGJymWZdrFn0kZOtsxJXbBHQNMo)

[https://vk.com/doc28600186\_675643210?hash=sZdtdtzL14fReEN0vrPyCNNuzpqd2aiwX 6AEWmyC88H&dl=3ZjqjfRXmdBobe8Ok2b2F14WOenmLZULuNe7PuFjz34](https://vk.com/doc28600186_675643210?hash=sZdtdtzL14fReEN0vrPyCNNuzpqd2aiwX6AEWmyC88H&dl=3ZjqjfRXmdBobe8Ok2b2F14WOenmLZULuNe7PuFjz34)

