Утверждаю

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.Ю.Исакина

 Приказ №36 от 02.03.2016г.

**Программа**

**оздоровительного лагеря**

 **с дневным пребыванием детей**

**«Радуга»**

**МБОУ-СОШ №1 р.п. Степное**

**Советского района Саратовской области**

**2016 год**

**1. Паспорт проекта**

**1. Программа составлена**: педагогическим коллективом учителей начальных классов.

**2. Название лагеря**: летний оздоровительный лагерь «Радуга».

**3. Тип лагеря:** лагерь дневного пребывания.

**4. Профиль лагеря**: комплексный.

**5. Модель лагеря:** разновозрастное объединение школьников.

**6. Кадровое обеспечение:** воспитатели, инструктор по физической культуре, медицинский работник, привлечённые специалисты (музейные работники, социальные педагоги, участковый инспектор, работники РДДиЮ, школьный и районные библиотекари).

**7. Продолжительность смены**: 21 день.

**8. Адрес, телефон:** р.п. Степное, ул. Школьная д.4., 5-14-83.

**9. Возраст участников**: 6,5 – 11 лет.

**10. Срок проведения смены**: с 1.06.15 по 25.06.15

**11. Количество детей, отрядов**: 55 человек,3 отряда

**2. Введение.**

Изменение ценностных ориентаций заметно в настоящее время во всех сферах жизнедеятельности общества. Решение ряда проблем в жизни страны во многом зависит от уровня сформированности гражданской позиции у порастающего поколения, потребности в духовно-нравственном совершенствовании, уважения к историко-культурному наследию своего народа и народов России. Духовность заключается в любящем отношении к другому человеку, в приоритетности интересов другого человека над собственными интересами, в утверждении своим отношением несравненной ценности другого.

Моральные качества, приобретенные человеком в детстве, по большей части, остаются в нем на всю жизнь.

Актуальность разработки программы обусловлена эффективностью создания в летний период педагогической воспитательной среды, способствующей укреплению здоровья детей как жизненно важной ценности и сознательного стремления к ведению здорового образа жизни, максимальным вниманием к развитию личности ребенка, раскрытию его способностей на основе удовлетворения интересов, потребностей (прежде всего духовных, интеллектуальных и двигательных).

Жизнь и работа в лагере — продолжение воспитательного процесса в школе. Однако она имеет и свои особенности: временность детского коллектива, насыщенность общения и интенсивность совместной деятельности, динамичность жизни отряда.

Социальный заказ определяет потребность создания в школе условий для организации занятости и отдыха детей из неблагополучных, малообеспеченных семей, детей, оставшихся без попечения родителей и детей «группы риска».

**3.Пояснительная записка.**

Ежегодно на базе МБОУ - СОШ№ 1 открывается оздоровительный лагерь с дневным пребыванием.

Программа предназначена для учащихся школы от 6,5 до 11 лет. Она имеет цель и задачи, в ней указаны принципы, на которые она опирается, описаны ожидаемые результаты.

Данная программа по своей направленности является комплексной, т.е. включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях оздоровительного лагеря.

По продолжительности программа является краткосрочной, т.е. реализуется в течение 1 лагерной смены.

Истина гласит, что только здоровый человек с хорошим самочувствием, психологической устойчивостью, высокой нравственностью способен активно жить, успешно преодолевая различные трудности и достигая успехов в любой деятельности. Поэтому родителей, педагогов волнуют вопросы воспитания здорового, физически крепкого ребенка и развития в нем творческих способностей.

Развитию творческого потенциала детей способствует включение в программу работы лагеря. Запланированы тематические дни, привлекаются специалисты других ведомств и организаций: работники РДК, участковый инспектор, социальный работник, библиотекари, медработник.

Понятие «здоровый образ жизни» необходимо закладывать ещё в детстве. Многие ищут спасение в медикаментах, недооценивая силу воздействия на организм и эффективность таких факторов, как двигательная активность, закаливание и др.

Многофункциональность программы дает основание для создания условий самореализации детей различного возраста и особенностей характера, помогает детям найти своё место в детском коллективе, развить свое творчество, укрепить здоровье.

Центром воспитательной работы лагеря является ребенок и его стремление к реализации. Пребывание здесь для каждого ребенка - время получения новых знаний, приобретения навыков и жизненного опыта. Это возможно благодаря продуманной организованной системе планирования лагерной смены.

 **Цель программы**;

Создание благоприятных условий для укрепления здоровья и организации досуга учащихся во время летних каникул, педагогической воспитательной среды, способствующей раскрытию и развитию интеллектуального, физического, творческого потенциала детей

**Задачи;**

1. Проведение работы с детьми, сочетающей развитие и воспитание ребят с оздоровительным отдыхом.

1. Развитие творческих способностей, коммуникативных навыков и совместной творческой деятельности.
2. Формирование нравственных качеств личности на основе общечеловеческих ценностей.
3. Формирование у ребят навыков общения и толерантности.
4. Привитие навыков здорового образа жизни.

**Программа летнего оздоровительного лагеря «Радуга » опирается на**

**следующие принципы:**

* 1. Принцип гуманизации отношений: построение всех отношений на основе уважения и доверия к человеку, на стремлении привести его к успеху. Через идею гуманного подхода к ребенку, родителям, сотрудникам лагеря необходимо психологическое переосмысление всех основных компонентов педагогического процесса.
	2. Принцип сотрудничества: результатом деятельности воспитательного характера является сотрудничество ребенка и взрослого, которое позволяет воспитаннику лагеря почувствовать себя творческой личностью.
	3. Принцип демократичности: участие всех детей и подростков в программе развития творческих способностей.
	4. Принцип дифференциации воспитания: дифференциация в рамках летнего оздоровительного лагеря предполагает:
* отбор содержания, форм и методов воспитания в соотношении с индивидуально-психологическими особенностями детей;
* создание возможности переключения с одного вида деятельности на другой в рамках смены (дня);
* взаимосвязь всех мероприятий в рамках тематики дня;
* активное участие детей во всех видах деятельности.
	1. Принцип творческой индивидуальности: творческая индивидуальность - это характеристика личности, которая в самой полной мере реализует, развивает свой творческий потенциал
	2. **Содержание деятельности.**

Для физического, интеллектуального, психологического и творческого развития каждого ребёнка в лагере проводятся следующие мероприятия:

* комплекс спортивных мероприятий: первенство лагеря по футболу, пионерболу, лапте, шахматам и шашкам, «Весёлые старты»;
* интеллектуальные игры: «Брейн-ринг», викторины, творческие конкурсы, КВН, «Мисс лагеря» и др.;
* коллективные творческие дела, тематические дни: день экологии, день валеолога, день художника, день мастеров, день игры, день театра, день спорта, день памяти, день книги и др.;
* ежедневные минутки здоровья, пропаганда здорового образа жизни;
* профилактические беседы, викторины, конкурсы (противопожарная безопасность, предупреждение ДТП, поведение при террористических актах).

**6. Ожидаемые результаты работы лагеря:**

* укрепление здоровья детей;
* развитие у школьников любви к своему поселку, городу, к родной природе;
* расширение социального опыта;
* формирование коммуникативных умений, основы правильного поведения, общения, культуры, досуга;
* вырабатывание навыков ручного и общественно-полезного труда;
* формирование осознанного отношения к себе, как к части окружающего мира.

1. **План работы.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дата  | Мероприятия в лагере | Ответственные  |
| 1 день | **Встреча детей. Формирование отрядов.** **1.** Инструктаж по технике безопасности для воспитанников лагеря: ***«Безопасный путь в лагерь» - поведение на дороге.***2. Игра «Расскажи мне о себе». Подвижные игры на свежем воздухе. | Начальник лагеря, воспитатели, вожатые |
| 2день | **День безопасности дорожного движения**. 1. Викторина «Правила дорожные знать каждому положено». ***2. Поход по экологической тропе. (нижняя часть поселка, к реке)*** 3. Игры на свежем воздухе. | Начальник лагеря, воспитатели, вожатые |
| 3 день | **День шахмат. Шахматный турнир.****1.** Минутка здоровья «Друзья Мойдодыра и наше здоровье».***2.Беседа «Берегите поле, луг от пожара!»***3. Игры на свежем воздухе. | Начальник лагеря, воспитателимедицинская сестра |
| 4 день | **День игры**. 1.Разучиваем новые игры.2.Минутка здоровья «Солнечный ожог». «Первая помощь при ожоге».3.Спортивные игры. | Воспитатели, вожатыемедицинская сестра |
| 5 день | **День театра.** ***1.«Наши любимые сказки» (Инсценирование сказок)***2. Игры на свежем воздухе. | Начальник лагеря, воспитатели, вожатые |
| 6 день |  **День независимости.**1.Беседа «Гимн. Герб. Флаг» . Символика Советского муниципального района. **2.*Конкурс рисунков «Мой поселок родной».***3.Минутки здоровья «Правильное питание».4.Игры на свежем воздухе. | Начальник лагеря, воспитатели, вожатые, работник библиотеки |
| 7 день |  **День туриста.** ***1.Туристический слёт лагеря. Путешествие по экотропе.******2. Минутки здоровья «Зелёная аптека»******( лечебные травы нашей местности)***3.Соревнования между отрядами ( сообщения о лекарственных травах)4. Беседа о противопожарной безопасности  | Воспитатели, вожатые, инструктор по физической культуре, начальник лагеря |
| 8 день | **День мастеров.** ***1.Посещение выставки местных умельцев в центральной библиотеке.*** 2.Изготовление поделок.3.Минутки здоровья «Как снять усталость с ног»4.Игры на свежем воздухе  | Воспитатели, руководители кружков, вожатые, работники библиотекимедицинская сестра |
| 9 день | **День поселка.** ***1.Заочное путешествие по родному краю «История нашего поселка».*** **2.Б**еседа по противопожарной тематике3.Минутки здоровья «Твой режим дня» | Воспитатели, вожатые, работники библиотекимедицинская сестра |
| 10 день | **День художника**. 1.***Беседа о художниках нашего поселка.*** Знакомство с художниками поселка.2.Просмотр фильма об искусстве3.Конкурс рисунка на асфальте «Наш лагерь и мы». 4.Минутки здоровья «Гигиена тела»5.Игры на свежем воздухе | Воспитатели,Вожатые, начальник лагерямедицинская сестра |
| 11 день | **День валеолога**. 1.Беседа лекторской группы «Вредные привычки». 2.Профилактика табакокурения, наркомании. 3.Оздоровительные процедуры.4. Игры на свежем воздухе. | Воспитатели Вожатыемедицинская сестра |
| 12 день | **День книги** ***1.Знакомство с поэтами и писателями поселка.*****2.«**Путешествие по страницам любимых книг» (КВН по сказкам) 3.Минутки здоровья «Путешествие в страну витаминию».4. Игры на свежем воздухе | Воспитатели, вожатые, библиотекарь медицинская сестра |
| 13 день | **День спорта**. ***1.Знакомство со спортсменами поселка, города.***2.Соревнования между отрядами. 3.Минутки здоровья «Осанка – основа красивой походки». | Воспитатели, инструктор по физической культуремедицинская сестра |
| 14 день | **День Памяти.** ***1.Встреча с ветеранами Великой Отечественной войны.*****2.Возложение цветов к памятнику в парке.**3.Игры на свежем воздухе | Воспитатели, вожатыеРаботники школьного музея |
| 15 день | **День труда.** ***1.Встреча со знаменитыми тружениками поселка*.**2.Уборка территории лагеря.3.Минутки здоровья «Берегите зрение»4.Беседа о правилах дорожного движения | Воспитатели, вожатые, работники школьного музея |
| 16 день | **День загадок и фантазий.**1.Конкурс рассказчиков 2.Минутки здоровья «Закаливание»3.Беседа «Внимание! Террор!»4.Игры на свежем воздухе | Воспитателивожатые |
| 17 день | **День талантов лагеря.** **1.«Защита имени отряда» (конкурсная программа)**2.Минутки здоровья «Как ухаживать за кожей лица и рук».3.Игры на свежем воздухе | Воспитатели, вожатыемедицинская сестра |
| 18 день | **День танца.** ***1.Встреча с хореографами поселка.* 2.**Разучивание танцев. (Конкурсная программа)3.Инструктаж «Поведение на каникулах»4.Игры на свежем воздухе. | Начальник лагеря, воспитатели, вожатые |
| 19 день | **День любимой игрушки.*****1.Конкурс «Я шью сама». Встреча с умельцами поселка.******2. Конкурс «Сделай своими руками»***3.Повторение правил безопасного поведения на дорогах.4.Игры на свежем воздухе. | Начальник лагеря, воспитатели, вожатые |
| 20 день | **День физкультуры и спорта.**1.«Весёлые старты»2.**Спортивное ориентирование на местности.** | Начальник лагеря, воспитатели, вожатыеИнструктор по физической культуре |
| 21 день | **Закрытие лагерной смены.** **1. Открытое мероприятие « Вот оно какое наше лето!»** Подведение итогов работы лагеря. Награждение активистов.2.«Танцевальный марафон».3.Игры на свежем воздухе. | Начальник лагеря,воспитатели, вожатые |

1. **Механизм реализации:**

Подготовительный этап:

* проведение совещаний при директоре и заместителе директора

по воспитательной работе по подготовке школы к летнему сезону;

* участие в семинарах по организации летнего отдыха для

начальников лагерей, организованных отделом образования;

* проведение родительских собраний на тему «Летняя занятость

детей»;

* проведение инструктажей с воспитателями по ТБ и охране

здоровья детей;

* издание приказов по школе о проведении летней кампании;
* разработка программы деятельности пришкольного летнего

оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей и подростков;

* подготовка методического материала для работников лагеря;
* отбор кадров для работы в пришкольном летнем

оздоровительном лагере;

* составление необходимой документации для деятельности

лагеря (план-сетка, положение, должностные обязанности, инструкции и т.д.)

Организационный этап:

встреча детей;

проведение диагностики по выявлению лидерских,

организаторских и творческих способностей и интересов;

запуск программы;

формирование органов самоуправления;

знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря;

оформление.

Основной этап:

-реализация основной идеи смены;

-вовлечение детей и подростков в различные виды

-коллективно-творческих дел

Заключительный этап:

-подведение итогов смены;

-выработка перспектив деятельности организации;

-анализ предложений детьми, родителями, педагогами,

-внесенными по деятельности летнего оздоровительного лагеря в будущем.

**8. Кадровое обеспечение**:

Оздоровление и развитие детей в значительной степени зависит от знаний, умений и подготовленности к работе тех взрослых, которые организуют жизнедеятельность лагеря.

В реализации программы участвуют опытные педагоги образовательного учреждения, работники РДДиЮ, участковый инспектор, библиотекари ЦБС, медработник, инструктор по физической культуре.

Материально-техническое обеспечение:

Методическая литература, компьютерный класс, канцелярские принадлежности, музыкальный центр, домашний кинотеатр, караоке, игровая площадка, спортивный зал, спортивный инвентарь (сетки, обручи, канат, маты), настольные игры (шашки, шахматы, конструкторы, головоломки и др.)

**План работы медицинского работника**

Цель: соблюдение гигиенических условий пребывания, отдыха, питания, оздоровления и медицинского обслуживания детей.

Мероприятия:

Проведение антропометрии на начало и конец смены.

Ежедневный контроль за санитарным состоянием игровых комнат и участка.

Осмотр детей.

Постоянный контроль за здоровьем детей в лагере.

Контроль за организацией питания и качеством приготовления пищи.

Проведение витаминизации третьих блюд.Санитарно-просветительская работа (беседы, акции, конкурсы - до 30 минут)

**План работы инструктора по физической культуре**

Цель: формирование здорового образа жизни и содействие всестороннему развитию личности детей.

Задачи:

* развитие физических качеств и укрепление здоровья детей через

занятия физической культурой и спортом

* развитие интереса к организационно-спортивной деятельности
* создание благоприятных условий для оздоровления детей,

восстановление их физического потенциала.

Мероприятия:

1. Ежедневное проведение зарядки.
2. Проведение спортивных игр, соревнований, праздников, эстафет.
3. Беседы.

**Кадровое обеспечение**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И.О. | Образование | Стаж работы | Квалификация | Дата последнего прохождения курсов повышения квалификации по работе с детьми в ЛОЛ |
| 1 | Рудомётова Л.В. | высшее | 30 | высшая |  |
| 2 | Вартапетова О.А. | высшее | 18 | 1 категория |  |
| 3 | Карманова Е.В. | средне-специальное | 26 | высшая |  |
| 4 | Ибрагимова А.К. | высшее | 15 | 1 категория |  |
| 5 | Буздалина Н.А. | высшее | 30 | 1 категория |  |
| 6 | Волкова С.Н. | средне-специальное | 32 | высшая |  |
| 7 | Жуликова М.А. | высшее | 7 | 1 категория |  |

**9. Аналитическая справка**

Жизнь и работа в лагере — продолжение воспитательного процесса в школе. Однако она имеет и свои особенности: временность детского коллектива, насыщенность общения и интенсивность совместной деятельности, динамичность жизни отряда.

Именно этим и обусловлена необходимость создания комплексной воспитательной программы ЛОЛ, которая включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях оздоровительного лагеря.

Воспитательная программа в летнего оздоровительного лагеря «Радуга» при МБОУ-СОШ №1 составлена на методическом объединении учителей начальных классов с учетом рекомендаций методического кабинета районного управления образования, в соответствии со школьной программой «В будущее вместе» и утвержденная директором школы.

Программа предназначена для учащихся школы от 6,5 до 11 лет. Она имеет цель и задачи, в ней указаны принципы, на которые она опирается, описаны ожидаемые результаты.

Цель воспитательной программы в летнем оздоровительном лагере «Радуга»: создание благоприятных условий для укрепления здоровья и организации досуга учащихся во время летних каникул, педагогической воспитательной среды, способствующей раскрытию и развитию интеллектуального, физического, творческого потенциала детей.

Для реализации цели решались следующие задачи:

1. Проведение работы с детьми, сочетающей развитие и воспитание ребят с оздоровительным отдыхом.
2. Развитие творческих способностей, коммуникативных навыков и совместной творческой деятельности.
3. Формирование нравственных качеств личности на основе общечеловеческих ценностей.
4. Формирование у ребят навыков общения и толерантности.
5. Привитие навыков здорового образа жизни.

Мир ребёнка полон фантазий, чудес и сказок. Весь необъятный внешний мир оживает в восприятии ребёнка. Кроме того, большую часть информации о ценностях, культуре и традициях общества, в котором он живёт, ребёнок получает из сказок. Сказка приобщает его к нашему миру, нашей системе ценностей в наиболее доступной для него форме. Она позволяет понять и усвоить законы жизни наиболее доступным для ребёнка путём. Поэтому именно сказка проходит «красной нитью» через воспитательную программу ЛОЛ в нашей школе.

Реализация программы проходит с помощью коммуникативных, творческих, развивающих и подвижных игр; организации коллективных творческих дел, выполнению заданий по рефлексии лагерных дел, физических коррекционных упражнений и по закаливанию организма.

Особое внимание уделяется досуговой занятости детей, воспитатели построили свою работу так, чтобы досуг и отдых детей были интересными, содержательными, разнообразными. Все мероприятия, которые организовываются и проводятся в ЛОЛ «Радуга», насыщены полезной и интересной информацией. Ежедневно проводится утренняя линейка, зарядка, мероприятия по оздоровлению детей, инструктажи по технике безопасности на водоемах, при проведении прогулок и экскурсий, при проведении массовых мероприятий, по правилам дорожного движения.

Воспитательная программа работает в нашей школе несколько лет. Хочется отметить мероприятия, которые пользуются наибольшей популярностью у ребят.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Мероприятия, проводимые в ЛОЛ «Радуга»*** | ***Ответственные*** |
| 1 | Формирование отрядов, знакомство с воспитателями. | Воспитатели вожатые |
| 2 | Открытие лагерной смены «Космическое путешествие на планету Большой бисквит» | Воспитатели Вожатые |
| 3 | Беседы по правилам личной гигиены. | Воспитателимедсестра |
| 4 | Беседа «Правила поведения на водоемах в летний период» | Воспитатели |
| 5 | Беседа по ПДД | Воспитатели |
| 6 | Викторина по ОЗОЖ « В гостях у королевы Здоровья» | Воспитатели Медицинская сестра |
| 7 | Соревнования «Юный пожарный» | Воспитатели Вожатые |
| 8 | Беседа «Вода наш друг и враг» | Воспитатели |
| 9 | Конкурс рисунков и плакатов поПДД. | Воспитатели Вожатые |
| 10 | Конкурс чтецов, посвященный дню рождения А.С.Пушкина. | Воспитатели Библиотекарь |
| 11 | Брейн - ринг «Наши любимые сказки» | Воспитатели Вожатые |
| 12 | Спортивные состязания «Юмор в спорте важен - не спорьте». | Воспитатели Вожатые |
| 13 | Спортивный праздник скакалки. | Воспитатели Вожатые |
| 14 | Игровая развлекательная программа «Шар - шоу». | Воспитатели Вожатые |
| 15 | Игровая программа «Здравствуй лето». | Воспитатели Вожатые |
| 16 | Конкурсная развлекательная программа «Водные развлечения». | Воспитатели Вожатые |
| 17 | Конкурс театральных инсценировок «Сим-сим, откройся!» | Воспитатели Вожатые |
| 18 | Трудовой десант. | Воспитатели |
| 19 | Игротека «Веселая карусель». | Воспитатели Вожатые |
| 20 | Конкурс поделок из природного материала. | Воспитатели Вожатые |
| 21 | «День памяти и скорби»  | Воспитатели БиблиотекарьГуляков Ю.Г. |
| 22 | Игра «Угадай, кто я». | Воспитатели Вожатые |
| 23 | Конкурс рисунков на асфальте. | Воспитатели Вожатые |
| 24 | Конкурс караоке. | Воспитатели Вожатые |
| 25 | Беседа «Оказание первой медицинской помощи при тепловомударе». | Воспитатели Медицинская сестра |
| 26 | Экскурсия «Мы друзья природы» | Воспитатели Медицинская сестра |
| 27 | Закрытие лагерной смены «Путешествие по станциям лета».Дискотека. | Воспитатели Вожатые |
| 28 | Беседа «первая помощь при ушибах» | Воспитатели Медицинская сестра |
| 29 | Конкурсная программа «В гости к Нептуну» | Воспитатели Вожатые |
| 30 | Конкурс «О чём шумит берёзка» | Воспитатели Вожатые |
| 31 | Конкурс «Алло! Мы ищем таланты!" | Воспитатели Вожатые |

Коллектив летнего оздоровительного лагеря «Радуга» тесно сотрудничает с детской библиотекой, Домом кино, РДТиЮ, ДСШ. Благодаря работникам данных учреждений ребята являются участниками различных мероприятий, которые проводят этими творческие коллективы.

По окончании смены обязательно проводится мониторинг здоровья, анкетирование, результаты показывают, насколько пребывание в ЛОЛ «Радуга» всегда для ребят полезно и интересно.

**10. Литература.**

**-**[**http://www.google.ru/imgres?q=%**](http://www.google.ru/imgres?q=%25)

**-**[**http://www.poslovitsi.ru/data.php**](http://www.poslovitsi.ru/data.php)**?**

**-**[**http://ru.wikipedia.org/wiki/**](http://ru.wikipedia.org/wiki/)

**-**[**http://www.google.ru/search**](http://www.google.ru/search)**?**

**-**[**http://dzink.ru/download/YTo0OntzOjM6InVybCI7czo5MDoiaHR0cDovL2Rvd25sb2FkLmR6aW5rLnJ1LzE4MTUvMjMyMzgzODU**](http://dzink.ru/download/YTo0OntzOjM6InVybCI7czo5MDoiaHR0cDovL2Rvd25sb2FkLmR6aW5rLnJ1LzE4MTUvMjMyMzgzODU)[**vMi9hOWY3NmYxMzc3MGMvZHppbmsucnUtZml6a3VsdHVyYV93aXRjaF9kb2N0b3IubXAzIjtzOjY6ImFydGlzdCI7czoyMjoi0YT**](http://dzink.ru/download/YTo0OntzOjM6InVybCI7czo5MDoiaHR0cDovL2Rvd25sb2FkLmR6aW5rLnJ1LzE4MTUvMjMyMzgzODUvMi9hOWY3NmYxMzc3MGMvZHppbmsucnUtZml6a3VsdHVyYV93aXRjaF9kb2N0b3IubXAzIjtzOjY6ImFydGlzdCI7czoyMjoi0YT)

**-**[**http://smiles.33b.ru/smile.bereich0\_128\_60.html**](http://smiles.33b.ru/smile.bereich0_128_60.html)