

Муниципальное бюджетное вечернее (сменное) общеобразовательное учреждение –
Центр образования «Творчество»

УТВЕРЖДЕНА

Решением Педагогического совета
Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа туристско-краеведческой направленности
кружка «Уральские бродяги»

Возраст обучающихся 13-17 лет
срок реализации: 2 года
уровень базовый

Автор-составитель программы:
Корепанов Владимир Юрьевич
педагог дополнительного образования



Приказ № 85 от 30.08.2023 г.

Екатеринбург 2023

Пояснительная записка

Программа составлена в соответствии с требованиями следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в действующей редакции.
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и Организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СанПиН 2.4.4.3172-14 (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- Письмо Минобрнауки России Методические рекомендации по проектированию общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) от 18 ноября 2015 г. № 09-3242.
- Устава МБВСОУ ЦО «Творчество»

В соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р (далее – Концепция) на современном этапе содержание программы ориентировано на:

- создание необходимых условий для личностного развития учащихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения;
- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом, научно-техническим творчеством;
- формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданского, патриотического, трудового воспитания учащихся;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;

Направленность (профиль) программы - туристско-краеведческая.

Актуальность программы обусловлена положениями сформулированными в Концепции воспитания тем, воспитание молодого поколения в духе патриотизма — это первоочередная задача современного образования. К числу наиболее актуальных проблем нашего общества относится растущее число малолетних преступников, наркоманов, ранняя алкоголизация населения. Здоровье детей и подростков с каждым годом ухудшается. Современный школьник стал меньше ростом, хуже видеть, сутулиться, а также страдать нервно-психическими расстройствами и т.д. Поздно бить тревогу и заниматься исследованиями, необходимо предпринимать энергичные меры для изменения сложившегося положения. Одним из реальных, давно опробованных путей, не требующих крупных вложений средств, является пешеходный туризм.

Пешеходный туризм – самый массовый и доступный вид туризма. На плановые и самодеятельные маршруты по стране ежегодно выходят миллионы людей. Самодеятельный туристический поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, что ставит его в ряд наиболее эффективных методов комплексного воспитания подрастающего поколения. По мере развития дополнительного образования, придания ему все более важного значения в системе образования возникает необходимость углубления, расширения и усовершенствования известных программ. Так программу туристского объединения стало целесообразнее разграничить по видам туризма.

Важнейшей целью объединения является физическое воспитание детей, привитие любви к труду и умения трудиться, приобретение ребятами необходимых военно-прикладных навыков.

Дать ребятам возможность освоить премудрости пешеходного туризма, значит дать путевку в большой туризм, на всю жизнь привить им страсть к путешествиям, к познанию, к самосовершенствованию.

Необходимо активизировать познавательную деятельность молодежи, оздоровить молодое поколение как морально, так и физически. Это важнейшие задачи современного образования. Занятия туризмом позволяет реализовать все эти задачи в полном объеме через путешествия, знакомящие с культурой, историей, природой родной страны. В процессе занятий туризмом происходит и познание, и повышение культурного уровня, и общение, и дружба, и укрепление здоровья учащихся, и немало важно - любовь к своей малой родине, природе и истории.

Правительство Российской Федерации считает одной из важнейших задач оздоровление нации. Наша задача - как можно быстрее отвлечь подростков и молодёжь от зависимостей: наркомании, курения, алкоголизма. Для этого необходимо привлечь учащихся к занятиям физической культурой и спортом, туризмом.

Данная программа предлагает разнообразные виды деятельности учащихся: дети обучаются туристским навыкам, правилам поведения в вынужденной автономии, оказанию первой медицинской помощи, знакомятся с историей своего края.

В основе программы предусмотрены горные, пешие, лыжные, водные походы по культурно-историческим местам, природным геологическим памятникам т.е. программа носит практико-ориентированный характер.

Новизна программы заключается в организации разновозрастных групп, в которые входят дети и их родители. Занятия проходят по выходным дням, и впервые реализуется в образовательном учреждении.

Педагогическая целесообразность программы в том, что выполнение задач занятий, развитие физической и технической подготовленности, соблюдение постоянного режима способствует воспитанию волевых качеств обучающихся. В процессе волевых проявлений формируются инициативность и самостоятельность, решительность и смелость, выдержка и самообладание. Все эти качества взаимосвязаны, но главным, ведущим является целеустремленность, которая в значительной мере определяет уровень воспитания и проявления других качеств.

Практическая значимость: заключается в развитии физических качеств обучающихся, получение знаний и навыков действий в экстремальных ситуациях, формирования ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Особенности организации образовательного процесса.

Так как программа носит практико-ориентированный характер обучение происходит в процессе похода, от простого к сложному. Другой особенностью организации образовательного процесса является разновозрастная группа.

Заниматься в группе может каждый обучающийся, не имеющий противопоказаний, прошедший медицинский осмотр и допущенный врачом к походам.

Оптимальное количество обучающихся в составе объединения:

первого года обучения – 12-15 человек;

второго года обучения – 12 человек.

Ни в коем случае не следует отказывать в приеме в объединение, тем ребятам, которые в школе и дома не отличаются образцовой дисциплиной и послушанием. Хорошо известно, что труд и туризм, как никакое другое увлекательное для ребят дело, способны радикально ломать, перестраивать характеры.

Программа составлена в соответствии с типовым положением об учреждении дополнительного образования детей, санитарно-эпидемиологическими требованиями к учреждениям дополнительного образования детей, на основании программы комплексной туристско-краеведческой подготовки (авторы: А. Евтушенко, И. Стороженко.; М.: «Народное образование», 2002г).

Программа обучения рассчитана на детей от 13 до 17 лет.

В объединение принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний.

По возможности занятия проводятся на свежем воздухе, при плохой погоде в помещении.

Формы подведения итогов реализации программы: зачетные походы, соревнования, олимпиады, конкурсы.

Цель

Формирование у детей устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании свободного времени для расширения своего кругозора, гармоничного взаимодействия с природной

средой, безопасное поведение в современном мире, воспитание любви к родному краю.

Задачи

Обучающие:

- расширение и углубление знаний учащихся, дополняющих школьную программу по окружающему миру, ОБЖ, физической подготовке;
- приобретение специальных знаний по доврачебной медицинской помощи;
- ознакомление с элементарными правилами поведения и выживания в экстремальных условиях;
- развитие основных качеств и способностей, способствующих укреплению здоровья, расширение функциональных возможностей организма.

Развивающие:

- развить мотивацию у учащихся к здоровому образу жизни;
- способствовать развитию у детей логического мышления, наблюдательности, внимания, воображения, фантазии, творческой инициативы.

Воспитывающие

- воспитание у детей сознание того, что человек – часть природы и общества;
- знакомство с территорией, природой родного края, его экологией;
- воспитать у учащихся сознательное и ответственное отношение к своему здоровью;
- приобщить учащихся к нормам социальной жизнедеятельности через создание ситуации успеха;
- содействовать сближению поколений;
- умение вступать в речевое общение, участвовать в диалоге;

- владение умениями совместной деятельности.

Принципы

Принципы построения дополнительной образовательной программы:

- доступность и последовательность обучения;
- учет индивидуальных особенностей обучающихся;
- связь теории и практики в занятиях;
- научность – обучение на основе передового педагогического и научного опыта;
- сочетание коллективных и индивидуальных способов обучения и воспитания.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

К концу первого года обучения обучающиеся должны знать:

- устройство бивака;
- топографические знаки и знаки спортивного ориентирования;
- основные обязанности участников похода;
- состав медицинской аптечки;
- гигиенические требования в походе, питьевой режим, правила обеззараживания воды;
- список личного и группового снаряжения;
- строение компаса.

уметь:

- оборудовать бивак;
- ориентироваться на местности с помощью карты, по легенде, по выбору;
- преодолевать подъемы, спуски;
- выполнять основные обязанности участников похода;
- готовить пищу в походных условиях;
- оказать первую доврачебную помощь при ранении, потертости,

ВЫВИХАХ;

- вычерчивать топографическую карту по тексту топографического диктанта.
- вычерчивать простейшую схему местности относительно сторон света
- готовить туристское снаряжение к походу;
- вязать туристские узлы: встречный, прямой, проводник, проводник восьмеркой.

Во время учебно-тренировочных походов необходимо отработать:

- движение колонной, правила и режим пешего и лыжного движения;
- выполнение общественных поручений в группе по организационному и хозяйственному самообеспечению;
- преодоление различных естественных препятствий (подъемы, спуски по залесенным, травянистым, песчаным, каменистым склонам, движение через густой подлесок, по заболоченной местности, переправы по бревнам, кладям, камням, броды);
- Страховка, самостраховка;
- Развертывание и свертывание бивака;
- Использование карты и компас;
- сличение карты с местностью, ведение группы по заданному азимуту.

Теоретические знания проверяются систематически в виде бесед, тестов, опрос; во время учебного процесса, для чего выделяется 5-10 минут в начале или конце занятия,

Практические знания и навыки проверяются во время прогулок, занятий на местности, на соревнованиях, слётах, в походах.

Техническое оснащение занятий

Занятия проводятся на местности, в учебных классах, в спортивном зале в зависимости от погодных условий.

Для занятий необходимы:

- Компаса

- Верёвки основные и вспомогательные
- Репшнуры
- Карабины
- Страховочные системы
- Каски
- Ледорубы
- Спусковые устройства Медицинская аптечка
- Топографические карты и схемы
- Карты спортивного ориентирования
- Компостеры
- Палатки
- Бивачное оборудование

Тематическое планирование

№ п/п	Название темы	1 год		2 год		Итого 1/2 год
		теор ия	практ ика	теор ия	прак тика	
1	Вводное занятие. Инструкция по ТБ на занятиях группового туризма.	2	0	2	0	2
2	Краеведческая подготовка	4	8	4	10	12/14
3	Ориентирование на местности. Спортивное ориентирование	7	10	4	20	17/24
4	Преодоление препятствий на местности	2	38	2	36	40/38
5	Топографическая подготовка	10	28	10	14	38/24
6	Устройство и оборудование бивака	2	6	2	7	8/9
7	Физическая подготовка	5	40	8	32	45/40
8	Первая доврачебная помощь в походе	10	11	4	7	21/11
9	Действия человека в экстремальных ситуациях	12	8	3	13	20/16
10	Питание в туристическом походе	2	3	2	8	5/10
11	Туристская игротека, гигиена туриста, положение о значке «Юный турист»	3	10	6	10	13/16
12	Отчёт о туристском походе	2	3	4	4	5/8
13	Специальная подготовка к походу	5	1	10	2	6/12
14	Туристское снаряжение	5	6	3	6	11/9
15	Учебные походы	-	24	-	34	24/34
16	Туристские соревнования	-	10	-	10	10/10
17	Специальная тур. подготовка	-	28	-	28	38/38
	Итого часов:	71	234	64	241	305/305

Методические материалы

Реализация программы обеспечена следующими методическими материалами:

1. Дидактические игры; «Связка», «Memory».
2. Конструкты занятий по темам: опасности в походе, личное и общественное снаряжение, костровое хозяйство, типы и виды костров, питание в походе, первая медицинская помощь.
3. Методические рекомендации;

4. Планы-конспекты каждого занятия;

Для организации образовательного процесса используется богатый методический материал, наработанный за 2000-2018 годы работы туристско-краеведческим объединением, постоянно пополняемая и обновляемая нормативно-правовая база; библиотека методической литературы в печатном и электронном вариантах; папки методических материалов по темам ориентирование на местности, первая медицинская помощь, организация бивуака, костер и его виды, и т.д.; набор мультимедийных презентационных разработок и пособий по различным темам водный туризм, методические сборники: Смирнова Л.Л. Дидактические материалы (электронное пособие) "Готовимся к турслету", Жигарев О.Л. Учебно-методический комплекс "Безопасный отдых и туризм", и литература по данному направлению; карты микрорайонов города и окрестностей Екатеринбурга, карта Южного Урала, нормативные документы по спортивному ориентированию, спортивному туризму (правила соревнований, разрядные квалификационные требования); тестовые задания и упражнения по всем разделам программ; раздаточный материал.

Перечень методов и методических технологий

Методы обучения: словесный, наглядный, практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, игровой,

методы воспитания - убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация;

Формы организации образовательного процесса:

индивидуальная,

индивидуально-групповая и групповая;

Формы организации учебного занятия

– коллективно-творческие дела, деловая игра, ролевая игра, акция, беседа, встреча с интересными людьми, диспут, защита проектов, игра, конкурс, «мозговой штурм», наблюдение, праздник, презентация, поход, соревнование;

Педагогические технологии

- технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология проектной деятельности, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности,

Алгоритм учебного занятия - беседа, дискуссия, практическая деятельность с демонстрацией практических приемов деятельности, защита творческих заданий;

Дидактические материалы

- раздаточные материалы, задания, упражнения.

Психологическое обеспечение программы включает в себя следующие компоненты:

Создание комфортной, доброжелательной атмосферы на занятиях;

Проведение психологического тестирования с целью выявления направленности личности;

Побуждение творческого воображения учащихся к практической и творческой деятельности;

Применение индивидуальных групповых и массовых форм обучения.

Использование методики «погружения» подростков в проблему (образовательный процесс, туристско-краеведческие мероприятия или организация быта в полевых условиях), для разрешения которой необходимо коллективно-командное (самодетельное) решение комплекса задач за сравнительно ограниченный временной отрезок с полной концентрацией средств и сил для достижения поставленных целей.

Программа предусматривает проведение индивидуальных занятий и консультаций с участниками объединения по их функциональным специальностям. Она основана на сочетании в каждом занятии, по каждой теме теоретических и практических форм работы таким образом, чтобы они дополняли и обогащали друг друга. При обучении необходимо использовать наглядные материалы: ТСО (в том числе - слайд-фильмы, электронные компьютерные презентации, видеофильмы), таблицы, графики, карты и схемы, плакаты, макеты, туристское снаряжение и оборудование.

Список литературы

Для обучающихся

1. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М.: Профиздат.
2. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТур, 1997.
3. Куприн А.М. Занимательная картография. - М., Просвещение, 1989.
4. Матюцкий С.П. Туристу о растениях. - М., Профиздат, 1988.
5. Поспелов Е.М. Туристу о географических названиях. - М., Профиздат, 1988.
6. Фесенко Б.И. Книга молодого ориентировщика. - М.: ЦДЮТур, 1997.
7. Штюрмер Ю.А. Краткий справочник туриста. - М., ФиС, 1985.
8. Энциклопедия туриста. - М.. 2002г.

Для родителей:

1. Болотова М.И. Организация семейного досуга в образовательной среде учреждения дополнительного образования детей. - М.: Компания Спутник - 2005.
2. Бочарова Н.И. В поход всей семьёй// Ребёнок в детском саду. - 2007. -№3.
3. Бочарова Н.И. Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста: Пособие для родителей и воспитателей.-2-е изд., М.: АРКТИ,2003.
4. Гаранин Н.И. Менеджмент туранимации в туркомплексах // Актуальные проблемы туризма'99. - М., 1999.

5. Киселева Т.Г. Социально-культурная деятельность. - М.:, 2004.
6. Киселева Т.Г. ,Красильников Ю.Д. Основы социально-культурной деятельности: Учебное пособие.- М.: Изд-во МГУК,2000г.
7. Курило Л.В. Теория и практика туристской анимации в 2 т: Т.1. Теоретические основы туристской анимации. - М.: Советский спорт, 2006.
8. Осокина Т.И. Игры и развлечения детей на воздухе / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева Л.С. Фурмина.- 2-е изд., перераб. - М.: Чистые пруды.- 2007.
9. Рунова М.А. Активный отдых - физкультурные праздники и досуги: ст. дош. возраст. // Дош. воспитание.- 2001.- №2.
- 10.Трубачева Н.В. Курортная анимация. // Курортные ведомости. - 2005.

Для педагога:

1. Александрова Л. И. Технологии физкультурно-спортивной деятельности: спортивное ориентирование: учеб. Пособие. Красноярск: ИПК СФУ, 2008.
2. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. - М., ЦДЮТур России, 2006.
3. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. - М.: Физкультура и спорт, 1983.
4. Багаутдинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность в начальной школе. - М., ЦДЮТур России, 2007.
5. Болотов С.Б., Прохорова Е.А., «Спортивное ориентирование», (выпуск). М., ЦДЮТ и К МО РФ, 2002.
6. Волков В.Н. Восстановительные процессы в спорте.- М.: Физкультура и спорт, 1977.
7. Воронов Ю.С., Николин М.В., Малахова Г.Ю. Методика обучения юных ориентировщиков технико-тактическим действиям и навыкам: Учебное пособие.- Смоленск, 1998.
8. Елаховский С.Б. Спортивное ориентирование на лыжах. — М.: Физкультура и спорт, 1981.
9. Иванов Е.И. Судейство соревнований по спортивному ориентированию. - М.: Физкультура и спорт, 1978.
- 10.Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика.- М.: Физкультура и спорт, 1985.
- 11.Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М.: Профиздат.
- 12.Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.:ЦДЮТур, 1997.
- 13.Лосев А.С. Тренировка ориентировщиков - разрядников.- М.: Физкультура и спорт, 1984.

- 14.Лукоянов П.И. Зимние спортивные походы. - М., ФиС, 1988.
- 15.Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Лето, дети и туризм. - М., ЦДЮТур России, 1997.
- 16.Рыжавский Г.Я. Биваки. - М., ЦДЮТур России, 1996.
- 17.Огородников Б.И. С картой и компасом по ступням ГТО. - М.: Физкультура и спорт, 1989.
- 18.Огородников Б.И., Моисеенков А.Л., Приймак Е.С. Сборник задач и упражнений по спортивному ориентированию.- М.: Физкультура и спорт, 1980.
- 19.Тыкул В.И. Спортивное ориентирование: Пособие для руководителей кружков внешкольных учреждений. - М.: Просвещение, 1990.
- 20.Фесенко Б.И. Книга молодого ориентировщика. - М.: ЦДЮТур, 1997.
- 21.Шибяев А.С. Переправа. - М., ЦДЮТур России, 1996.
- 22.Сборник официальных документов по детско-юношескому туризму, краеведению и летнему отдыху детей. - М., ЦДЮТур России, 1995.

Карта оценки результативности физической подготовки обучающихся после первого года обучения по программе туристического кружка

Цель: проверка физической подготовки.

Ход проведения: проводится в виде сдачи нормативов. Проводится в конце года.

Фамилия, имя учащегося: _____.

Год обучения по программе: год;

Лист сдачи нормативов.

Вид упражнения	Норма раз		Результат
	мальчики	девочки	
Отжимания	25	15	
Подтягивания	10	3	
Пресс	30	20	

Карта оценки результативности усвоения блока тем по «первой медицинской помощи» в рамках программы туристического кружка.

Цель: проверка результативности освоения образовательной программы.

Ход проведения: проводится в виде проведения зачета, который включает теоретическую и практическую часть. Проводится в конце блока тем как итоговая диагностика.

Фамилия, имя учащегося: _____.

Год обучения по программе: год;

Лист оценивания.

Для получения зачета обучающемуся необходимо продемонстрировать знания в теоретической и практической областях доврачебной помощи.

Критерий оценки:	Результат (+/-):
- имеются теоретические знания о видах травм, термине и средствах аптечки, применяемых при данной травме;	
- владеет знаниями по практическому применению навыков (наложение давящей повязки, шины, компрессов и т.д.);	
- применяет практические навыки правильно, без ошибок;	
- называет основные требования к безопасности при оказании помощи;	
- приводит примеры, знает возможные ошибки, видит ошибки при применении практических навыков другими обучающимися;	

Оценка «зачет» ставится при наличии знаний по 4 из 5 пунктов таблицы.

**Карта оценки образовательных результатов обучающегося, осваивающего дополнительную
общеразвивающую образовательную программу**

ТЕМА: ТОПОГРАФИЯ И ОРИЕНТИРОВАНИЕ

(дневник пед наблюдения по темам)

Фамилия, имя учащегося _____

Год обучения по программе _____ год освоения _____

Параметры результативности реализации программ	Характеристика низкого уровня результативности	Оценка уровня результативности			Характеристика высокого уровня результативности
		Ниже среднего	Средний	Повышенный	
		1	2	3	
Опыт освоения теоретической информации (объём, прочность, глубина) Топографическая карта; Условные знаки; Азимут; Компас; Ориентирование по местным признакам.	Информация не освоена				Информация освоена полностью в соответствии с задачами программы
Опыт практической деятельности (степень освоения способов деятельности: умения и навыки) Определение масштаба; Движение по азимуту; Измерение расстояния по карте; Определение сторон горизонта по местным предметам. Определение выхода в случае потери ориентировки.	Способы деятельности не освоены				Способы деятельности освоены полностью в соответствии с задачами программы
Опыт эмоционально-ценностных отношений (вклад в формирование личностных качеств учащегося)	Отсутствует позитивный опыт эмоционально-ценностных отношений (проявление элементов агрессии, защитных реакций, негативное, неадекватное поведение)				Приобретён полноценный, разнообразный, адекватный содержанию программы опыт эмоционально-ценностных отношений, способствующий развитию личностных качеств учащегося
Опыт творчества	Освоены элементы репродуктивной, имитационной деятельности				Приобретён опыт самостоятельной творческой деятельности (оригинальность, индивидуальность, качественная завершенность результата)
Опыт общения	Общение отсутствовало (ребёнок закрыт для общения)				Приобретён опыт взаимодействия и сотрудничества в системах «педагог-учащийся» и «учащийся-учащийся». Доминируют субъект-субъектные отношения
Осознание ребёнком актуальных достижений. Фиксированный успех и вера ребёнка в свои силы (позитивная «Я - концепция»)	Рефлексия отсутствует				Актуальные достижения ребёнком осознаны и сформулированы
Мотивация и осознание перспективы	Мотивация и осознание перспективы отсутствуют				Стремление ребёнка к дальнейшему совершенствованию в данной области (у ребёнка активизированы познавательные интересы и потребности)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426818

Владелец Корепанова Людмила Витальевна

Действителен с 11.10.2023 по 10.10.2024