# ГБПОУ «Лабинский медицинский колледж» министерства здравоохранения Краснодарского края

Рассмотрено	на	заседании	ЦК
председатель	Ц	К	

\_\_Плазун Т.И.

OT « &9 » 11

«Согласовано» зам.директора поУР

Жукова Т.А. от «29» // 20<sup>22</sup>т.

# РАЗРАБОТКА ВНЕКЛАССНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «МОЙ МИР.NET»

Методическая разработка открытого классного часа

Преподаватель Киселева Л.В.

# СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
основные сведения о мероприятии	3
СЦЕНАРИЙ «МОЙ_МИР.NET»	4
вывод	15
ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА	15

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В наши дни дети заходят в интернет, едва научившись ходить, а страницу в социальной сети создают раньше, чем идут в школу.

Внеклассное мероприятие направлено на формирование у обучающихся правильного отношения к пребыванию в интернете.

Содержание внеклассного мероприятия позволяет обучающимся обобщить основные аспекты пребывания в интернете, заставляет задуматься над целью и временем пребывания в нем.

В ходе мероприятия используются монтаж текста, сценка, частушки, фронтальный опрос.

Данная методическая разработка может быть использована классными руководителями и преподавателями колледжей, осуществляющих подготовку специалистов начального и среднего образования.

# ОСНОВНЫЕ СВЕДЕНИЯ О МЕРОПРИЯТИИ

Образовательные: - углубить и расширить знания студентов по пребыванию в интернете.

**Развивающие**: - развивать духовно-интеллектуальный потенциал студентов, способствовать развитию познавательной деятельности студентов, осознанию качественного использования интернет.

**Воспитательные**: - способствовать воспитанию правильного отношения к информации, размещаемой в интернет; значимости интернета в нашей жизни; адекватного отношения к нему.

Продолжительность: 90 минут

Место проведения: актовый зал.

# СЦЕНАРИЙ «МОЙ\_МИР.NET»

Звучит музыка

( взади выстроены 6 человек с белой лентой в руках на сцене, опустив головы.

Ведущий выходит в центр зала)

**Ведущий 1:** Сегодня мы не рассматриваем такие темы как алкоголь, наркомания и табакокурение, потому что сейчас появился более актуальный вопрос, который также мешает здоровому образу жизни.

(поднимают головы)

Ведущий 1: У нас нет имён, вместо них Ники.

У нас нет возраста и пола.

Ведущий 2.Голоса тоже нет

Ведущий 3. Эмоций тоже нет

их заменили десятки банальных смайлов смайлы.

Ведущий 1: Вместо лиц аватары.

Ведущий 3: Мы не читаем книги а, просматриваем текстовые файлы.

**Ведущий 2:** мы не цитируем любимых поэтов ,а вставляем результаты поисковых систем

**Ведущий 1:** Походы на концерт заменил искусственный звук с урезанными частотами

**Ведущий 2:** Вместо фотографий матрицы 32 – битных точек.

Ведущий 3.Вместо встреч -сходки

**Ведущий 1**.Вместо поцелуев - чмоки

**Ведущий 3**.Вместо любви в сердце-запись ,где-то в истории

Ведущий 2. А на самом деле

**Хором:** Страшно!

Ведущий 1.Я отправляюсь в мир другой,

Туда, где солнце ярче светит,

Где плещет ласковый прибой,

Где на любой вопрос ответят...

Я отправляюсь в Интернет,

Увидеть я весь мир готова

На фотографиях друзей, Внутри какого-то альбома.

Природы глупую ошибку.

Ведущий 2. Скачаю книгу о любви, Узнаю, что это такое. Я знаю лишь любовь в сети, И ничего, увы, иного. Я так хочу найти друзей, Поэтому засяду в чатах, Создам себе красивый ник, Приму участие в дебатах. И пусть мне не семнадцать лет, И пусть я вовсе не блондинка. Зато хоть здесь исправлю я

**Ведущий 3.** Учеба? Колледж? — Наплевать, Спишу я с сайта сочиненье. Конечно, мне поставят пять!.. И никакого сожаленья.

**Ведущий 1.** В сети ищу свой идеал, Такого парня нет на свете! Поэтому реал — пустяк, Любовь лишь только в Интернете.

Я не иду с подругой в парк, И не хожу по магазинам. Заказ я сделаю и так, Не отвлекаясь на витрины.

**Ведущий 3.** Гитары, песни... — А зачем? Скачаю все, что пожелаю. Формат удобный МП3 — Все остальное презираю.

Какая глупость этот свет, Мне нужен лишь в сети покой... Не нужен на вопрос ответ: Я отправляюсь в мир другой.

СЦЕНКА 1

### Ведущий 1

Вашему вниманию предлагается **сценка** «**Как бабку дед учил ИНТЕРНЕТ**», которая является творческим ответом на поставленный вопрос.

Участники сценки:

Баба Дуся

Дед

### Реквизиты:

**Костюмы** – бабка в платочке и фартуке с полотенцем в руках; дед в клетчатой рубашке на выпуск, фуражке.

Компьютер – монитор, блок, клавиатура, мышь

#### Текст сценки:

Бабка, мыть кончай посуду, обучать тебя я буду. Чтобы ты на склоне лет знала всё про ИНТЕРНЕТ. Нынче правнучек Серёжка подучил меня немножко. И теперь я сам знаток. И могу вести урок.

Вот сюды садись, на лавку. Руки вытри-то об тряпку! Понимать сама должна - деликатность тут нужна. Всё? Готова? Для начала, чтобы суть ты понимала И повысить интерес, проведу с тобой ликбез.

Энтот ящик на окошке - не коробка для картошки.

Он, холера тебе в бок, в ЭВМе главный блок.

На боку у той коробки есть и лампочки, и кнопки.

Но не вздумай никогда тыкать пальцами туда.

Чтоб включить машину эту и гулять по ИНТЕРНЕТУ, Среди ночи или дня вызывай скорей меня. Видишь энту штуку, дура? Имя ей - клавиатура,

Ну, красавица, изволь, набери-ка свой пароль. Что «не знаю»? Что «боюся»? Тычь по буквам «баба Дуся».

Всё? Закончила труды? Жми на «Энтер», вот сюды.

Ты по клавишам, старуха, осторожней пальцем тюкай.

Поломаешь что-нибудь - и тады не обессудь.

Так что сбавь немного прыть перед тем, как текст вводить.

На экран гляди в упор, энто, бабка, монитор. Зря губищи раскатала, позабудь про сериалы. Он не телик и кино не покажет все равно.

На экран за битом бит информация бегит.

Ох, нутром я чую, баба, завизжишь ты щас не слабо.

То, на что ты так глядишь, есть канпьютерная мышь.

Эй, не надо кликать кошку. Попужал тебя немножко.

И кончай дурацкий вой, мыш-то энтот не живой И не мёртвый. Ты не бойся, с печки слезь и успокойся. Мыш искусственный у нас. Видишь - сделан из пластмасс.

Им подвигай влево-вправо, посмотри на монитор.

Видишь маленький курсор?

Вот он здесь, в углу экрана, и при энтом постоянно

Повторяет, не спеша, все движения мыша.

У мыша вот тут, на попке, расположены две кнопки.

Ставь на энтот вот значок, левой кнопкой дай щелчок. Что ты дремлешь, старушонка?! Час учу, а всё без толка. Для тебя, поди, давно «право», «лево» - всё одно. Специально тем старухам, у кого беда со слухом, Повторю, я опять, кнопку слева надо жать!

Вот теперь не промахнулась. Вишь, окошко распахнулось.

Энто значит, ты, мой свет, влезла прямо в Интернет.

Сколько ссылок на странице! Аж в глазах слегка двоится.

Про погоду, про футбол, про политику, приколы.

Тут про новые товары, там про цены на доллары. Наведёшь на ссылку мышь - попадёшь, куда хотишь. Всё, старуха, стряпай ужин. Интернет табе не нужен. На сегодня окончен бал. Там, на кухне, суп сбежал. Я ж, пока кипит картошка, поработаю немножко. Мне потребно тут, в сети кой-куды ещё зайти...

С монитора слетают страницы с В.Брежневой, П.Гагариной, А. Джолли.

**Ведущий 1**: Ответьте на вопросы (приз за ответ)

В это время Ведущий 2 раздает призы за правильные ответы

# Ведущий 1

# 1. Кто и когда изобрел ИНТЕРНЕТ?

Ну, это как считать, поскольку создан он был не на пустом месте. 1 января 1983 года сеть ARPANET запустила в работу модернизированные сетевое оборудование и программное обеспечение, которые позволили ей взаимодействовать с другими сетями, что и позволило называть её «Interconnected Networks» (объединённые сети) или коротко — Интернет.

### Ведущий 2

# 2. «Сколько лет Всемирной паутине?»

В 1989 году английским физиком Тим Бернес-Ли, сотрудником женевской Европейской лаборатории CERN, была решена задача обработки и предоставления результатов научных исследований в режиме реального времени. Осенью 1990 года сотрудники CERN получили в пользование первые «веб-сервер» и «веб-браузер». Удобство европейского проекта «WWW» — «World Wide Web» (Всемирная паутина) было настолько очевидно, что уже летом 1991 года его на вооружение принял американский проект «Internet», и сегодня каждый из нас имеет дело с Всемирной паутиной практически ежедневно.

### Ведущий 1

### 3. Кто владеет Интернетом?»

А никто. Именно благодаря отсутствию единого руководства, а также благодаря открытости технических стандартов Интернет в 1990-е объединил в себе большинство существовавших тогда сетей, хотя какие-то сети по-прежнему остались обособленными. Интернет — это не единое целое.

У Интернета нет центра. Им никто не владеет. И полный каталог его сетевых ресурсов неизвестен.

## Ведущий 2

### 4. Существует ли организация занимающаяся развитием ИРТЕРНЕТА?»

В 1982 году была создана международная профессиональная некоммерческая организация, официально владеющая правами на все информационные документы Интернета, содержащими технические спецификации и Стандарты, применяемые в Сети. Её задача — заниматься развитием Интернета и обеспечением его доступности. Называется она ISOC (Общество Интернета), в неё входят более 20 тысяч индивидуальных членов и более 100 организаций из 180 стран мира.

### Ведущий 1

### 5. Сколько информации вмещает средний сайт новостей?

Средний новостной сайт вмещает в себя столько информации, сколько способен был выучить человек, который жил в 18 веке?!! Учеными из Университета Южной Калифорнии было доказано, что люди жившие, примерно, 100 лет назад, за всю свою жизнь способны были прочитать не более 50 книг. А вот, к примеру, человек нашего времени способен без труда освоить количество информации, которое содержится в более чем 600 000 книгах.

### Ведущий 2

# 6. Можно ли ИНТЕРНЕТ перезагрузить полностью? И в каких случаях это делается?

Да, ИНТЕРНЕТ можно полностью перезагрузить. Сделать это можно на военной базе в США, где семеро отобранных людей, могут активировать специальные ключи, хранителями которых они являются. Сделано это на случай массированной хакерской атаки.

### Ведущий 1

### 7. Где на планете самое высокое распространение доступа в ИНТЕРНЕТ?

Самое высокое распространение доступа в интернет - на Бермудских островах. Всего в этом рейтинге 64 страны - в других государствах интернета практически нет. Для сравнения: США - страна, в которой интернет появился, занимает в этом рейтинге 6-е место, Сингапур — 7-ое, Япония — 25-ое, Россия — 55-ое место. Борьбу за первое место уже несколько лет ведут скандинавские страны - они подключают к интернету удаленные хутора и бесплатно раздают компьютеры.

### Ведущий 3

### Стиховторение:

А в интернете, правда, что-то есть, Раз многие там, в сущности, живут! Страна безделья, расслабухи здесь... Ты снова - тут и я, конечно, тут! Нам надо спать, но чуточку еще! Еще, хотя бы, несколько минут... Но час прошел, уже другой пошел. А ты — всё тут! И я, конечно, тут! Не уходи надолго в интернет - Там можно потеряться незаметно. Там к прежней жизни возвращенья нет... За это не люблю я ИНТЕРНЕТ.

**Ведущий 1:** (проходит по краю сцены)Я существую по — настоящему, я мыслю и свободна от стереотипов. А вы? (обращение в зал).Мой мир безграничен, ( вырывает из рук ленту по очереди) в нём нет лозунгов, навязанных вам из сети.

Освободитесь от этого, отвернитесь от виртуального мира.

1.Да нам и так хорошо

Ведущий 1: Да, интернет забрал у вас всё

Ведущий 1.Довольно странен этот мир

Ведущий 2.Где мы за гуглами скрываясь

**Ведущий** 3.Кого-то чтим

Кому-то лжём

*Ведущий 1*.Кому-то душу раскрываем

Ведущий 3. Бродя по четным городам мы жмём на кнопки телефона

Ведущий 1.И мы быть может никогда не встретим тех с кем так знакомы

Ведущий 2. Довольно странную любовь рождает этот мир иллюзий

Ведущий 3.Кто здесь она

**Ведущий 1**.А кто здесь он

Хором: Кто это буквы или люди

# **Ведущий 1**: Ответьте на вопросы (приз за ответ) В это время **Ведущий 2** раздает призы за правильные ответы

### Ведущий 1

1. Отступ первой строки абзаца? (Красная строка)

### Ведущий 2

2. О какой компьютерной программе идёт речь в песне?

Он мне дорог с давних лет

И его милее нет -

Этих окон негасимый цвет. (OC Windows)

### Ведущий1

3. Не зверушка, не летаешь, а по коврику скользишь и курсором управляешь. Ты — ...(Компьютерная мышь).

### Ведущий 2

4. Когда появился манипулятор «мышь», то для него в русском языке некоторое время использовалось название по имени персонажа известной русской сказки. Назовите имя этого персонажа. (Колобок)

### Ведущий 1

5. Какая связь между городом в Великобритании, винтовкой, созданной легендарным американским конструктором Джоном Браунингом в 1895 году и одним из элементов компьютера? (Винчестер)

### Ведущий 2

6. А теперь, друзья, загадка!

Что такое: рукоятка,

Кнопки две, курок и хвостик?

Ну конечно, это....(Джойстик)

### Ведущий 1

7. Чему в компьютере можно посвятить слова: «А всё-таки она вертится!» (Диску)

# Ведущий 2

8. С помощью такого устройства

Откопировать книгу можно.

Тексты, картинки любые

Станут с ним цифровыми. (Сканер)

### Ведущий 1

9. Указатель места ввода символа на экране? (Курсор)

### Ведущий 2

10. Сохраняет все секреты «ящик» справа, возле ног, и слегка шумит при этом. Что за «зверь?». (Системный блок).

### Ведущий 1

11. Назовите одним словом: «Мозг компьютера». (Процессор)

### Ведущий 2

12. Устройство для вывода с компьютера текста и изображения на бумагу(Принтер)

Ведущий 1

13. Клавиши, служащие для удаления символов. (Delete; Backspace)

Ведущий 2

14. Назовите предка клавиатуры. (Печатная машинка)

Ведущий 1

15. Если что-то отключить,

То компьютер замолчит,

Тугоухий, как медведь -

Ничего не сможет спеть. (Колонки)

Ведущий 2

16. О какой программе можно сказать: "Возмутитель спокойствия"?

(Компьютерный вирус)

Ведущий 1

17. Приложение Windows или профессия работника железнодорожного транспорта. (Проводник)

Ведущий 2

18. На столе он перед нами, на него направлен взор, подчиняется программе, носит имя...(Монитор).

Ведущий 1

19. Вставишь диск в него, и вот —

Заработал... (Дисковод)

Ведущий 2

20. Сетевая паутина оплела весь белый свет,

Не пройти детишкам мимо.

Что же это? (Интернет).

**Ведущий 1:** Молодцы. Вы очень хорошо знаете устройство компьютера, принципы его работы.

Ведущий 1: А теперь давайте взвесим все за и против!

(в центре, руки в виде весов, остальные построились в 2 шеренги)

**Ведущий 1:** Если Интернет существует, значит, это кому-нибудь нужно. (нажимает на весы)

**Ведущий 2:** Да Особенно тем, кто зарабатывает обманом доверчивых пользователей.

**Ведущий 3:** Несомненно, что через Интернет мы получаем новые данные, расширяем кругозор.

**Ведущий 1:** Но вместе с этой информацией мы приобретаем ложную, не все что сливается в интернет правда, мы теряем грамотность навязанным стилем общения

**Ведущий 3:** Зато всегда есть возможность общаться с разными людьми со всего мира.

**Ведущий 1:** А ты не думаешь, что эта анонимность может тебя жестоко обмануть, за аватаром может скрываться кто – угодно.

Ведущий 2: А скайп? В веб-камере нет никаких проблем

**Ведущий 3:** Между прочим люди теряют живое общение и остаются одинокими

**Ведущий 1:** А как же бесплатные развлечения возможность скачивать музыку, фильмы, игры?

Ведущий 3.Онлайн игр незаметно стала нашей жизнью

Развращения сознания стало нормой

**Ведущий** 1.Есть возможность брать и передавать информацию не выходя из дома

**Ведущий** 2.Мы теряем счет времени не замечая родных и близких и почти всю жизнь тратим в сети

**Ведущий 1:** Как жить?

Хором: Выбор за вами!

**Ведущий** 1.По данным независимых опросов существует четыре признака интернет зависимости

**Ведущий** 2.Первый признак — навязчивое желание проверить емейл, почту в социальной сети

Признак второй-постоянное ожидание следующего выхода в интернет

**Ведущий** 3.Третий признак- жалобы от окружающих что ты слишком много времени тратишь на интернет

**Ведущий 1**. Признак четвертый - жалобы от окружающих что ты слишком много денег тратишь на интернет

### ЧАСТУШКИ:

1. Эту мышку даже мама

Может смело в руки брать.

У нее на спинке кнопки,

Чтоб программы выбирать.

2. Раньше шкаф от толстых книжек

Рассыпался и трещал,

А теперь все эти книжки

Я на диск один «ужал».

3. От сестренки своей Оли

Все секреты «запаролил».

Пусть попробует теперь

Вскрыть в мои икс-файлы дверь!

4. Диск испортился, ну что ж,

Вот топор, стамеска, нож.

Heт, подайте им Disk Doctor,

Ох, уж эта молодежь!

- **5.** Что за чудо-агрегат Может делать все подряд Петь, играть, читать, считать, Самым лучшим другом стать?
- 6. На столе стоит сундук В сундуке окошко, Можно видеть чудеса, Если знать немножко.
- 7. Как смогли вести беседу Два часа после обеда Три подружки, из Норильска, Озерков и Сан-Франциско?
- **8.** Чудо-юдо чемодан Лампа, кнопка да карман. Он окутан проводами Словно город Амстердам.
- 9. Это что за вертолет Не отправится в полет? Его дело не летать, А считать, считать...
- 10. Мы пропели вам частушки Хорошо ли, плохо ли, А теперь мы вас попросим, Чтобы вы похлопали.

**Ведущий 2:** Нельзя не вспомнить о культуре общения в ИНТЕРНЕТ, которая, к большому сожалению, остается на низком уровне. В сети нередко можно наблюдать грубость, речевую агрессию, нетерпимость к чужим мнениям, не цензурную лексику. Хотя Интернет — специфическая среда для общения, в ней существуют определенные правила вежливости, которые получили название «Сетевой этикет» или «Интерэтика». Познакомьтесь с этими правилами:

# Правила общения в Сети.

- 1. Всегда помните, что Вы общаетесь с человеком.
- 2. Придерживайтесь тех же стандартов поведения, что и в реальной жизни.

# Ведущий 1

- 3. Помните, где Вы находитесь в киберпространстве.
- 4. Уважайте время и возможности других.
- 5. Сохраняйте свое лицо.
- 6. Помогайте другим там, где Вы это можете делать.

### Ведущий 2

- 7. Не ввязывайтесь в конфликты и не допускайте их.
- 8. Уважайте право на частную переписку.
- 9. Не злоупотребляйте своими возможностями.
- 10. Учитесь прощать другим их ошибки.

### Стихотворение:

### Ведущий 1

Виртуальная сказка С виртуальным концом. Все волшебно и ярко, Но с закрытым лицом. Ничего не понятно Где тут правда и ложь. И пытаться не надо Все равно не поймешь. Пусть в реале толпятся Миллионы людей, Здесь спокойно и тихо Нет реальных страстей.

## Ведущий 2

Сетевое пространство Королевство зеркал. Паутина не пустит, Кто зашел — тот пропал. В этой сказке живешь По законам другим. И никто не заставит Быть собою самим. Уплывает реальность, Как песок из-под ног. Отпустил тормоза - И никто не помог.

# Ведущий 3

- Дорогие ребята! Желаем, чтобы для вас ИНТНРНЕТ был только безопасным, всегда был вашим другом и помощником и ни в коем случае не стал вашим врагом. Не забывайте, что главное состоит в разумности и целесообразности использования ИНТЕРНЕТА, тогда и польза для вас будет максимальной. Помните, что истина жизни заключается в том, что ваша жизнь идет там, где вы находитесь в данный момент...

**Ведущий 1:** Ребята, посмотрите какая сегодня отличная погода Может пойдем погуляем.

1.Сейчас, подожди, допишу сообщение

**Ведущий 3:** Вы всё в своём интернете сидите. Ну, сколько можно? Пошли уже

- 1. Может и правда сходим
- 2.Нет

**Ведущий 1:** Ах, так .Я знаю как вам помочь (ведущая выключает свет, звучит музыка)

- 1. Как страшно жить в кромешной тьме
- 2.Свой путь ты правильный найди. Чтобы всегда тебе и мне
- 3.Был свет надежды впереди
- 4.И интернет твой помощник –не будь его рабом

**Ведущий** 7: Именно поэтому, именно сегодня, в этот час мы собрались сказать «нет!» любой зависимости, любой слабости. Сказать «да!» здоровой, полноценной жизни, наполненной яркими событиями.

- **1.** Семья это то, чем я живу! Здоровая, крепкая, надежная опора в этой жизни! Если бы я не вела здоровый образ жизни, то у меня бы не было ее! (выходит вперед)
- **2.** Любовь это высшее счастье, и познать его в полной мере можно только будучи здоровым человеком! Люби! (выходит вперед)
- **3.** Спорт-это то, чем я живу! Я радуюсь жизни! Не заменяя реальность дешевыми подделками счастья сигаретами и выпивкой, интернетом. (выходит вперед)
- **4.** Спорт дает мне и тебе эту возможность! Не упусти ее! Займись спортом! (выходит вперед)
- **5.** Сегодня я получила хорошие оценки на занятиях! И я не собираюсь совмещать жизнь и вредные привычки, потому что планирую стать успешным человеком в будущем! Развивайся! (выходит вперед)
- **6.** Улыбайтесь незнакомым людям, научитесь говорить «нет», ищите баланс между контролем над своей жизнью и умением действовать спонтанно, найди себе увлечение по интересам, развивайся и помогай развиваться другим! (выходит вперед)
  - 1. Пора определить свою жизненную позицию и жить достойно!

Ведущая: Настоящая жизнь!. Реальная жизнь только начинается

Хором: ведь вся наша жизнь в наших руках

Станет интернет другом вам или врагом — зависит от вас и только от вас. Самое главное, что теперь вы знаете все об интернете. Решать вам!

На память хотелось бы подарить вам небольшие памятки с правилами по безопасному использованию Интернет-ресурсов. И помните, что Интернет может быть как нашим другом, так и врагом. Как отличным помощником в учебе и общении, так и опасным виртуальным средством. Станет Интернет другом вам или врагом - зависит только от вас.

### ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

- 1. <a href="https://multiurok.ru/files/klassnyi-chas-chem-polezen-i-chem-opasen-internet.html">https://multiurok.ru/files/klassnyi-chas-chem-polezen-i-chem-opasen-internet.html</a>
- 2. <a href="https://nsportal.ru/shkola/klassnoe-rukovodstvo/library/2017/02/11/klassnyy-chas-internet-v-moey-zhizni">https://nsportal.ru/shkola/klassnoe-rukovodstvo/library/2017/02/11/klassnyy-chas-internet-v-moey-zhizni</a>
- 3. <a href="https://infourok.ru/klassniy-chas-vred-i-polza-interneta-3282194.html">https://infourok.ru/klassniy-chas-vred-i-polza-interneta-3282194.html</a>
- 4. <a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/241764-klassnyj-chas-internet-za-i-protiv">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/241764-klassnyj-chas-internet-za-i-protiv</a>
- 5. <a href="https://www.lurok.ru/categories/21/articles/50407">https://www.lurok.ru/categories/21/articles/50407</a>