

ПРЕДСТАВЛЕНИЕ СОБСТВЕННОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОПЫТА
Мещеряковой Юлии Николаевны,
педагога-психолога
Государственного казенного учреждения социального обслуживания
Республики Мордовия «Республиканский социальный приют
для детей и подростков
«Надежда»

Я представляю опыт своей работы по теме «Развитие правовой и моральной ответственности подростков». Цель моей работы: помощь в успешной адаптации, реабилитации и социализации воспитанников социального приюта. Психолого – педагогическая адаптация и реабилитация проходит успешно, когда работа педагога-психолога проводится системно. Учитывая контингент детей в социальном приюте «Надежда», большое внимание уделяю развитию правовой и моральной ответственности подростков. Составила дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу социально-гуманитарной направленности «Моя ответственность!»

Программа предназначена для расширения осведомленности несовершеннолетних в области уголовного и административного права, увеличение знаний о влиянии вредных привычек (алкоголя, табака, наркотиков) на здоровье человека, умение конструктивным способом решать конфликтные ситуации – все это составляет основу правовой и моральной ответственности.

Работа по программе дала позитивные результаты. Диагностика на заключительном этапе доказала успешность выбранного направления и методов работы для решения обозначенной проблемы.

Системно осуществляю целенаправленную, регулярную и взаимосвязанную между собой общими целями и задачами психолого-педагогическую деятельность по направлениям: психодиагностика, психокоррекция, психопросвещение, психоконсультирование, психопрофилактика, учитывая возрастные особенности несовершеннолетних, осуществляя индивидуальный и дифференцированный подход.

Одним из важных направлений педагога-психолога является консультативная, профилактическая и просветительская работа.

Системно проводится психологическая работа в рамках «Родительской школы» и «Социальной приемной» с несовершеннолетними, родителями или лицами, их замещающими, родственниками на различные темы:

«Единство требований и запретов»,

«Горе. Как пережить процесс горевания»,

«Точка соприкосновения»,

«Пойми меня. Искусство прощать. Нравственные основы применения наказания»,

«Ошибки воспитания»,

«Общаться с ребенком как?»»,

«Бумеранг родительского гнева»,

«Какие фразы остаются в сознании на долгую жизнь».

Занятия «Реконструкция детско-родительских отношений» и др.

В рамках «Родительской школы» проводила работу с кандидатами в опекуны, опекунами:

-консультирование кандидатов в опекуны, опекунов;

- беседы: «Стадии адаптации ребенка в опекунской семье»,

«Первые дни ребенка в новой семье»,

«Правила общения с детьми в опекунской семье»,

«Способы преодоления трудностей адаптации ребенка в опекунской семье»,

«Индивидуально-психологических особенностях ребенка»,

«Чтобы облегчить процесс адаптации приемных детей в опекунской семье»,

«Единство требований и запретов»,

«Общение между детьми в семье»,

«Общение между кровными и приемными детьми в семье»,

«Совместное воспитание кровных и приемных детей» и др.;

- Диагностика кандидатов в опекуны: «Тест для диагностики сплоченности и гибкости семейной системы», «Стиль общения и воспитания», «Принятие ребенка» и др.;

Занятия и тренинги: «Первичный контакт с ребенком», «Моя новая семья», «Совместный досуг», «Узнаем друг друга ближе» и др.

Выработана четкая система взаимодействия с родителями, опекунами, кандидатами в опекуны по различным вопросам воспитания, развития ребенка и др.

Проводится работа по пропаганде психолого – педагогических знаний, путем лекций, выступлений. Просветительская работа среди работников приюта проводится в форме "круглого стола", психологических всеобучах, где в доступной и занимательной форме знакомя с современными научными понятиями, проблемами и фактами.

Транслирование опыта практических результатов своей профессиональной деятельности в педагогических коллективах: в ГБУ ДПО РМ «Центр непрерывного повышения профессионального мастерства педагогических работников – «Педагог 13.ру» Практико-ориентированный семинар «Дополнительное образование: ориентация на традиционные российские ценности» (очно) на тему: Развитие правовой и моральной ответственности несовершеннолетних подростков»; на педагогическом (специальном совете) «Социальные практики помощи детям и семьям с детьми, находящимся в трудной жизненной ситуации» - «Ответственность» и др.

Выступала на научно-практических конференциях, педагогических чтениях, семинарах, методических объединениях педагогов по распространению своего инновационного педагогического опыта «Развитие познавательной сферы дошкольников через мультипликационные сюжеты» (включение в занятия мультипликационные сюжеты), «Как помочь детям пережить развод родителей. Взаимодействие психолога с детьми и консультирование родителей», «Детская психо-травма. ПТСР. Диагностика. Преодоление», «Профилактика правонарушений», «Подготовка ребенка к новой семье», «Аспекты

психологической помощи в преодолении адаптационного периода в опекунской семье. Консультирование приемных родителей», «Квадробинг. Социально-психологические аспекты».

В течение 2022-2025гг. принимала участие в судебных заседаниях с участием несовершеннолетних, оказывала психологическую помощь.

В течение 2022-2025г. сотрудничала со следственным отделом по расследованию преступлений на территории Пролетарского района СУ УМВД России по г.о. Саранск за оказание содействия в качестве педагога - психолога, при производстве следственных действий с участием несовершеннолетних подозреваемых и свидетелей по уголовным делам различной категории сложности, оказывала психологическую помощь несовершеннолетним подозреваемым при проведении допросов, обеспечивала связь между участниками допроса.

Наличие странички на образовательном портале <https://www.maam.ru/users/3590619>.

Являюсь членом Социального медико-психолого-педагогического консилиума, где вношу свои рекомендации в индивидуальные программы предоставления социальных услуг.

Систематическое проведение информационно-разъяснительных бесед о работе детского телефона доверия с учащимися и педагогическими коллективами общеобразовательных учреждений городского округа Саранск.

Веду работу с обратившимися судебными приставами по вопросу диагностики несовершеннолетних, написания заключения, сопровождения при передаче несовершеннолетних, по решению суда и др.

Внедряю в систему реабилитации инновационные формы и методы своей работы, которые позволяют эффективно решать многие проблемы детей.

Совместно с воспитанниками учреждения участвую в конкурсах (республиканского, муниципального и российского уровнях), где занимаем призовые места.

Обучающиеся полностью включены в совместную деятельность с педагогом-психологом, являются инициаторами, участниками различных мероприятий.

Хорошо владею информационными технологиями и активно применяю их в своей работе (пользуюсь дистанционным ресурсном порталом, размещаю статьи на сайте учреждения, в педагогических сообществах, знакомлюсь с новыми разработками, участвую в онлайн-конференциях).

Наличие грамот:

- Почетная грамота «Союза женщин Мордовии» за многолетний добросовестный труд, успехи в профессиональной деятельности, большой вклад в развитие системы социальной защиты населения, 2024г.;

- Почетная грамота Министерства социальной защиты, труда и занятости населения Республики Мордовия за многолетний добросовестный труд в системе социальной защиты, труда и занятости населения Республики Мордовия, 2025г.

Самым важным условиям работы в приюте считаю: любовь к детям, искреннее стремлением развить ребенка, помочь ему в трудные минуты его постепенного взросления, принять, ценить и беречь загадку его неповторимой индивидуальности, постоянно повышать свою профессиональную компетентность, с постоянным стремлением к познанию, развитию себя и других.

**ПРЕДСТАВЛЕНИЕ СОБСТВЕННОГО ИННОВАЦИОННОГО
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОПЫТА
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«МОЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ»**

Актуальность опыта

Одной из стратегических целей государственной политики Российской Федерации является «воспитание социально ответственной личности».

В соответствии с требованиями федеральных государственных стандартов нового поколения формирование культуры здорового и безопасного образа жизни детей и подростков является неотъемлемой составной частью в системе социальных ценностей российского общества.

Правовое воспитание является одним из важных условий формирования правовой культуры и законопослушного поведения человека в обществе - это целенаправленная система мер, формирующая установки гражданственности, уважения и соблюдения права, решение конфликтов конструктивным способом.

Современному подростку необходим правовой опыт, модель поведения в различных ситуациях, целенаправленно приобретаемый под влиянием системной работы. Знания правовых и моральных основ позволит им адаптироваться к требованиям социума.

Проведение занятий по программе реализуют потребности подростков в знаниях правовой культуры, в поиске ответов на вопросы и нахождении ресурсов. Подростку бывает сложно проследить причинно-следственную связь между поступком и последствиями. Приобретаемый опыт общения на практических занятиях послужит основанием для усвоения разных по конструктивности способов решения конфликтных ситуаций, развитию коммуникативных навыков, умения самокритично оценить свое поведение.

Таким образом, комплексная работа составляет основу для его социальной адаптации в обществе.

Идея повышения личной и социальной ответственности подростков является чрезвычайно важной. Актуальность заключается в неразрывной связи знаний правовых норм несовершеннолетними и их моральной ориентации. Личностная ответственность рассматривается как специфическое положение, необходимость и обязанность, черта личности, сущностная характеристика человека, нравственная основа. Ответственность входит в число наиболее важных параметров личностного развития человека.

Ответственность - это способность исполнять свои обязательства и следовать принятым в обществе правилам, а также осознавать последствия своих действий, своего поведения.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Моя ответственность» предназначена для расширения осведомленности несовершеннолетних в области уголовного и административного права, увеличение знаний о влиянии вредных привычек (алкоголя, табака, наркотиков) на здоровье человека, умение конструктивным способом решать конфликтные ситуации – все это составляет основу правовой и моральной ответственности.

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы обеспечивает удовлетворение одной из важнейших потребностях каждого подростка – быть здоровой, социально-ответственной личностью (сформированность гражданской ответственности и правового сознания подрастающего поколения).

Педагогическая целесообразность данной программы.

В приют поступают несовершеннолетние из социально-неблагополучных семей, находящихся в социально опасном положении или в трудной жизненной ситуации. Где один или оба родителя безработные, в большинстве случаев, ведут асоциальный образ жизни, имеют алкогольную зависимость, нарушают

закон, не справляются с основными обязанностями по воспитанию, обучению и содержанию детей. Подростки, не имея другого социального опыта, повторяют образ жизни своих родителей, совершая правонарушения, считая это нормой, относятся к группе «риска». Постоянно имея перед глазами такие «образцы» дети впитывают их как данность, как нечто совершенно естественное.

Именно в переходном возрасте возникает потребность в новых ощущениях, интересном, рискованном поведении. Подростки испытывают противоречивые переживания, связанные с восприятием себя, и отношением к ним социального окружения. В большинстве случаев все это приводит подростка к поиску социальных групп, в которых появляется возможность удовлетворения их потребности в самоутверждении. Чаще всего эти социальные группы деструктивно действуют на поведение и развитие несовершеннолетних. Опыт постоянно подпитывается средствами массовой информации, телевидением, интернетом, которые, оказывая не только положительное, но и отрицательное воздействие на формирование личности подростка. Это способствует закреплению таких стереотипов поведения в их собственных привычках и образе жизни, противостоять которой, морализаторскими средствами невозможно. И всё это, заставляет задуматься, ведь от того, чем занимается подросток, зависит дальнейшее формирование его личностных качеств, потребностей, ценностных ориентаций, мировоззренческих установок, а в целом, предопределяет его положение в обществе.

Работа на занятиях позволит увидеть подростку свои стороны, будет способствовать формированию представлений о своей жизни, как о результате собственных поступков (действий), решений. Методы проведения занятий активизируют внутренние ресурсы подростка, включая его в модели жизненных ситуаций.

Разнообразные способы работы позволят каждому подростку максимально реализовать потенциальные возможности, увидеть значимость правовой и моральной ответственности.

В связи с этим, возникла необходимость в создании дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы социально-гуманитарной направленности «Моя ответственность»

Название программы выбрано не случайно. Именно развитие ответственности за свое поведение, за антиобщественные деяния, предусмотренные уголовным и административным правом (овладение адекватным представлением о последствиях совершения правонарушений); ответственного отношения к вопросам своего здоровья, умение оценивать опасные ситуации, знать последствия вредных привычек, умение противостоять нежелательному влиянию среды; умение конструктивным способом решать конфликтные ситуации - все это является показателем развития социально ответственной личности.

Практическая значимость.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа включает в себя разнообразные формы: информационно-обучающие встречи, встречи с интересными людьми, беседы совместно с сотрудниками ПДН, ОДН ОП, сотрудниками следственного отдела следственного комитета, приглашение спортсменов, врача-нарколога, видео-дискуссии, практические занятия по решению проблемных ситуаций, тренинги совместно с медиатором, квест совместно со студентами волонтерами, участие в акциях и конкурсах, викторины, мероприятие «Сказочный суд», экскурсии в ЦВИМП, Центр здоровья и др. Разнообразные способы работы позволят каждому обучающемуся максимально реализовать потенциальные возможности, увидеть значимость правовой и моральной ответственности.

Работа на занятиях позволит увидеть обучающему свои стороны, будет способствовать формированию представлений о своей жизни, как о результате собственных поступков (действий), решений. Формы проведения занятий активизируют внутренние ресурсы обучающегося, включая его в модели жизненных ситуаций.

Активное применение ситуаций правовой ориентации на занятиях реализуют потребности обучающихся в знаниях правовой культуры, в поиске ответов на вопросы, практические упражнения помогут определить конструктивные способы в решении конфликтных ситуаций, развитие коммуникативных навыков, умения самокритично оценить свое поведение и поведение других. Видео-дискуссия и беседы, способствуют развитию самосознания, повышению ответственности за свое здоровье. Эти знания и навыки необходимы обучающимся в формировании развития и ответственности.

Новизна программы определяется тем, что в ней реализован подход к организации развивающей деятельности с использованием информационно - коммуникативных технологий, различных способов для развития и самореализации обучающихся. Разнообразные формы работы дают наибольший воспитательный и образовательный эффект. Во-первых, преподнесение информации с помощью разнообразных форм усиливает интерес, желание обучающихся узнавать что-то новое. Во-вторых, когда происходит преподнесение информации, через авторитетных третьих лиц (просмотр видео, встреча со спортсменом, врачом-наркологом и др.), обучающиеся начинают прислушиваться к их мнению, начинают осознавать значимость здоровья, своего поведения. В-третьих, с помощью дискуссии, практических упражнений развиваются навыки общения. В-четвертых, с помощью проигрывания ситуаций, обучающиеся начинают анализировать, рассуждать, что способствует развитию. Личностное развитие мотивирует не только правомерное поведение в настоящем, но и стремление к проецированию данного поведения в будущем. Это целенаправленная система мер, формирующая установки ответственности за свое здоровье, уважения и соблюдения права, решения споров цивилизованным способом.

Программа учитывает нормативно - правовые документы: Уголовный Кодекс РФ, Административный Кодекс РФ.

Цель программы:

формирование правовой и моральной ответственности у обучающихся.

Задачи подчинены общей цели, но при этом ориентированы на развитие различных сторон личности обучающегося.

Обучающие:

- формировать представления о правовой (уголовной и административной) ответственности несовершеннолетних;
- дать представление о понятиях: ответственность (юридическая, моральная);
- формировать представления о видах нарушений закона (проступок, правонарушение, преступление) и умение их различать;
- создать целостное представление о личной ответственности за антиобщественные деяния;
- познакомить с различными видами и способами поведения в конфликтных ситуациях;
- обогащать опыт обучающихся по разрешению конфликтных ситуаций конструктивным способом;
- углубить знания о влиянии вредных привычек (табакокурения, употребление алкоголя, наркотиков) на здоровье человека;
- обучить способам противостояния нежелательному влиянию среды (умение говорить «нет» в ситуации нравственного выбора).

Воспитательные:

- воспитывать у обучающихся чувство ответственности за свои поступки (воспитание правовой культуры);
- воспитывать чувство ответственности за свое здоровье и здоровье других;
- воспитывать толерантность, эмпатию, внимательное отношение друг к другу.

Развивающие:

- развивать умение анализировать последствия правонарушений;

- развивать умения анализировать конфликтные ситуации и конструктивно реагировать (умение применять конструктивные способы);
- развивать навыки общения (умение понимать собеседника по общению, учитывать его интересы и потребности);
- развивать рефлексию – способность критически оценивать свои поступки и поступки окружающих в соответствие с нормами морали и права;
- развивать личностные ресурсы.

Отличительной особенностью данной программы является то, что дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Моя ответственность» комплексно решает задачи направленные на развитие (правовой и моральной) ответственности.

Несомненно, достоинством данной дополнительной общеобразовательной программы является то, что в ней используются различные формы, для усиления интереса к обучению и развитию. А разнообразные способы работы, позволяют каждому обучающемуся, максимально реализовать потенциальные возможности.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-педагогической направленности «Моя ответственность» составлена на основе изучения, анализа литературы таких авторов, как: Г.П. Давыдова, А.Ф. Никитина, В.М. Обухова, А.М. Кухта, Е.И. Замылина, Д.Ш. Ситдикова и др.

Вид программы: модифицированная.

Особенности возрастной группы, которым адресована программа.

Возраст несовершеннолетних, участвующих в реализации данной программы: 13-17 лет.

Подростковый возраст характеризуется своей сложностью и противоречивостью, в силу своих индивидуально-психологических и личностных особенностей, они испытывают коммуникативные, личностные трудности.

Подростковый возраст – это период взросления индивида. Картина мира подростка неполна, а опыт скуден, он не может в полной мере осознать глубину слова «Ответственность». Ему бывает сложно проследить причинно-следственную связь между поступком и последствиями. Приобретаемый подростком опыт общения служит основанием для усвоения разных по конструктивности способов решения конфликтных ситуаций.

Именно в переходном возрасте возникает потребность в новых ощущениях, интересном, рискованном поведении. Подростки испытывают противоречивые переживания, связанные с восприятием себя, и отношением к ним социального окружения. В этом возрасте углубляются, расширяются знания о процессах, происходящих в различных сферах общества, о правах людей, определяется гражданская позиция человека. Задача этого этапа состоит в том, чтобы в процессе реализации программы обучающиеся совершенствовали умение решать конфликтные ситуации конструктивным способом, имели представления о правовой (уголовной и административной) ответственности несовершеннолетних, о последствиях вредных привычек.

Вид подростковой группы – профильная, ее состав – переменный. Набор детей в программу – свободный, по их собственному желанию.

Обучение проводится на групповых занятиях (наполняемость группы до 6-8 человек), одновременно девочки и мальчики.

Условия набора в группы:

Группы формируются в соответствии с письменными заявлениями родителей (законных представителей) подростков. Для подростков старше 15 лет зачисление в группу возможно по письменному заявлению самого подростка.

Оптимальное количество учащихся в группе – от 6 до 8 человек.

Режим деятельности

Общее количество часов – 20 академических часов.

Продолжительность занятия – 45 мин. (1 академический час).

Периодичность занятий – 1-2 раза в месяц.

В ходе реализации рабочей программы возможно проведение занятий с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Форма организации детей: как групповая, так и индивидуальная.

Сроки реализации программы: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Моя ответственность» реализуется в течение 1 года.

Методико-дидактическое обеспечение

Диагностика проводится по следующим методикам:

- «Тест на знание несовершеннолетними правовых основ».
- «Опросник стилей поведения в конфликтной ситуации» К. Томаса.
- Анкета «Общая осведомленность о вредных привычках».

Диагностическое исследование

Контроль знаний, умений и навыков обучающихся осуществляется в несколько этапов. Предусмотрены следующие виды контроля результатов реализации программы:

- входной контроль (февраль), форма контроля – опросник, тест, анкета;
- текущий контроль (проводится на каждом занятии, в ходе наблюдения на занятии) - рефлексия;
- промежуточная аттестация (июнь), форма контроля – опросник, тест, анкета;
- итоговая аттестация (декабрь), форма контроля – опросник, тест, анкета;
- викторина «Ответственность-это важно!»

Результативность опыта (конкретные результаты педагогической деятельности):

Работа по данной проблеме дает определенные позитивные результаты:

✓ обучающиеся освоили представления о правовой (уголовной и административной) ответственности несовершеннолетних, о личной ответственности за антиобщественные деяния, предусмотренные уголовным и

административным правом (овладели адекватным представлением о последствиях совершения правонарушений);

✓ усвоили представления о понятии «ответственность» (юридическая, моральная);

✓ освоили правила и нормы поведения в обществе;

✓ овладели знаниями о видах правовой ответственности несовершеннолетних;

✓ получили знания о способах противостояния нежелательному влиянию среды;

✓ научились анализировать правонарушения и последствия, различать виды правонарушений, видеть разницу между преступлением и проступком, правонарушением;

✓ получили знания о влиянии вредных привычек (табакокурение, употребление алкоголя, наркотиков) на здоровье человека, научились оценивать опасные ситуации;

✓ овладели знаниями о видах и способах поведения в конфликтных ситуациях (сформировались представления о конструктивных способах решения конфликтных ситуаций);

✓ научились оценивать собственное эмоциональное состояние для принятия верных решений;

✓ усвоили способы саморегуляции состояния;

✓ улучшились навыков общения: обучающиеся стараются понять партнера по общению, учитывать его интересы и потребности, соблюдать тактичность, внимательно относиться друг к другу, воспринимать собеседника таким, какой он есть независимо от расовой, национальной и религиозной принадлежности.

✓ научились критически оценивать свои и поступки окружающих в соответствии с нормами морали и права;

✓ научились анализировать конфликтные ситуации;

✓ расширилось целостное представление о личной ответственности за антиобщественные деяния и др.

Список литературы

1. Борщевицкая Л. Психологический час “Как научиться жить без драки” // Школьный психолог, 2020, №10.
2. Васильев Н.Н. Преодоление конфликта. Практикум. — Вологда, Изд.-произв. центр “Легия”, 2020. М., 2019. – 89с.
3. Гусева Н.А. «Тренинг предупреждения вредных привычек у детей».
4. Ильгамова Н.С. Что такое конфликт? Занятие для подростков // Школьный психолог. — 2020. — № 13.
5. Касаткин В.Н., Паршутин И.А. и др. Здоровье: Предупреждение употребления алкоголя и наркотиков в школе. М., 2020. – 127с.
6. Касаткин В.Н., Паршутин И.А. и др. Здоровье: Предупреждение употребления алкоголя и наркотиков. М., 2019. – 216с.
7. Касаткин В.Н., Паршутин И.А. и др. Здоровье: Программа профилактики курения в школе. М., 2019. – 311с.
8. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. - Ярославль, 2007.
9. Макеева А.Г. Не допустить беды: Пед. профилактика наркотизма школьников: Пособие для учителя: В помощь образоват. учреждению: “Профилактика злоупотребления психоактивными веществами”. – М.: Просвещение, 2020. - 115с
10. Макеева А.Г. Не допустить беды: Помогая другим, помогаю себе: Пособие для работы с учащимися 8 кл.: В помощь образоват. учреждению: “Профилактика злоупотребления психоактивными веществами”. – М.: Просвещение, 2019. – 222с.
11. Мещерякова А.В. Мещерякова С.Н. О формировании пускового механизма правового поведения личности // Философия права. – 2015 – № 1(68). – С. 81–85.

12. Осипова Е. Конфликты и методы их преодоления: социально-психологический тренинг /Е.Осипова, Е.Чуменко. — М.: Чистые пруды, 2019. (Библиотечка “Первого сентября”, серия “Школьный психолог”. Вып. 5 (17)).

13. Петрова Э. «Профилактика вредных привычек у подростков»//Беспризорник. – 2015 – № 4(46). – С. 23–31.

14. «Преступление и наказание»//Беспризорник 1-2011,с.64-67. 2-2009, с.45-51

15. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними. Сб. программ под ред. Л.М. Шипицыной. «Образование - культура». М., 2020. – 233с.

Электронный ресурс

16. Административный кодекс РФ. 2023г. <https://koap-kod.ru>

17. Уголовный кодекс РФ. 2023г. <https://vladrieltor/ru/ugolovnykodeks>

18. Официальный сайт «Здоровая Россия» <https://www.takzdorovo.ru>