Рабочая программа курса
внеурочной деятельности «Орлята России»
для 1-4 классов на 2026-2027
учебный год является частью ООП НОО МБОУ СОШ №195,
разработана учителями начальных классов О.В.Кандело, А.В.Ковган
Рассмотрено на заседании педагогического совета
Протокол №01 от 31.08.2026г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности **«Орлята России»** разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования»;
- Указом Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Указом Президента Российской Федерации от 08.05.2024 № 314 «Об утверждении Основ государственной политики Российской Федерации в области исторического просвещения»;
- Методическими рекомендациями по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленными письмом Минпросвещения от 15.04.2022 № СК-295/06;
- Программой развития социальной активности обучающихся начальных классов «Орлята России» (под редакцией А.В. Джеуса; автор-составитель А.В. Спирина и др., 2023);
- Положением о программе развития социальной активности учащихся начальных классов «Орлята России».

Программа «Орлята России» является первой ступенью Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодёжи «Движение Первых».

Актуальность программы продиктована общим контекстом изменений в образовательной политике, связанных с усилением роли воспитания в образовательных организациях (поправки в ФЗ № 273 «Об образовании в Российской Федерации»). «Активное участие в социально-значимой деятельности» артикулируется как в текстах ФГОС начального общего образования, так и в Федеральной рабочей программе воспитания.

Цель курса — формирование у ребёнка младшего школьного возраста социально-ценностных знаний, отношений и опыта позитивного преобразования социального мира на основе российских базовых национальных ценностей, воспитание культуры общения, любви к своему Отечеству, его истории, культуре и природе, развитие самостоятельности и ответственности.

Задачи курса:

1.Воспитывать любовь и уважение к своей семье, своему народу, малой Родине, общности граждан нашей страны, России.

2.Воспитывать уважение к духовно-нравственной культуре своей семьи, своего народа, семейным ценностям.

3.Формировать лидерские качества и умение работать в команде.

4.Развивать творческие способности и эстетический вкус.

5.Воспитывать ценностное отношение к здоровому образу жизни, прививать интерес к физической культуре.

6.Воспитывать уважение к труду, людям труда. Формировать значимость и потребность в безвозмездной деятельности ради других людей.

7.Содействовать воспитанию экологической культуры и ответственного отношения к окружающему миру.

8.Формировать ценностное отношение к знаниям через интеллектуальную, поисковую и исследовательскую деятельность.

Место курса в учебном плане

На изучение учебного курса «Орлята России» отводится по **1 часу в неделю** в 1–4 классах начальной школы. Программа рассчитана на 4 года:

1 класс — 33 учебные недели, **33 часа** в год;

2 класс — 34 учебные недели, **34 часа** в год;

3 класс — 34 учебные недели, **34 часа** в год;

4 класс — 34 учебные недели, **34 часа** в год.

Общий объём за четыре года обучения составляет **135 часов**.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Направления воспитания	**Целевые ориентиры**
Гражданское Патриотическое	Знающий и любящий свою малую родину, свой край. Имеющий представление о своей стране, Родине — России, её территории, расположении. Сознающий принадлежность к своему народу, проявляющий уважение к своему и другим народам. Понимающий значение гражданских символов (государственная символика России, своего региона), праздников, мест почитания героев и защитников Отечества, проявляющий к ним уважение.
Духовно-нравственное	Сознающий ценность каждой человеческой жизни, признающий индивидуальность и достоинство каждого человека. Доброжелательный, проявляющий сопереживание, готовность оказывать помощь. Знающий и уважающий традиции и ценности своей семьи, российские традиционные семейные ценности.
Эстетическое	Проявляющий уважение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, творчеству своего народа. Проявляющий стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности.
Физическое	Соблюдающий основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни. Ориентированный на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом. Бережно относящийся к физическому здоровью и душевному состоянию своему и других людей.
Трудовое	Сознающий ценность честного труда в жизни человека, семьи, народа, общества и государства. Проявляющий уважение к труду, людям труда, бережное отношение к результатам труда.
Экологическое	Понимающий ценность природы, окружающей среды,

Направления воспитания	Целевые ориентиры
	зависимость жизни людей от природы. Проявляющий любовь к природе, бережное отношение, неприятие действий, приносящих вред природе.
Познавательное	Выражающий познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании. Обладающий первоначальными навыками исследовательской деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В основу курса внеурочной деятельности положен системно-деятельностный подход, позволяющий за период освоения ребёнком образовательных треков осуществить качественный переход от «социальной активности» к «социальной позиции» и «гражданской идентичности».

Программа состоит из **семи треков**:

1.**«Орлёнок — Лидер»** (ценности: дружба, команда) — формирование лидерских качеств, умения работать в команде.

2.**«Орлёнок — Эрудит»** (ценности: познание) — развитие познавательных интересов, любознательности, интеллектуальных способностей.

3.**«Орлёнок — Мастер»** (ценности: познание, творчество) — знакомство с разными профессиями, развитие творческих способностей.

4.**«Орлёнок — Доброволец»** (ценности: милосердие, доброта, забота) — формирование основ волонтёрской деятельности, воспитание доброты и отзывчивости.

5.**«Орлёнок — Спортсмен»** (ценности: здоровый образ жизни) — формирование ценностного отношения к здоровью, развитие физической активности.

6.**«Орлёнок — Эколог»** (ценности: природа, Родина) — воспитание экологической культуры, бережного отношения к природе.

7.**«Орлёнок — Хранитель исторической памяти»** (ценности: семья, Родина) — осмысление личностного отношения к семье, Родине, сохранение исторической памяти.

Последовательность треков различается для 1 класса и для 2–4 классов. В 1 классе предусмотрен более длительный подготовительный этап, посвящённый адаптации первоклассников и знакомству с программой.

Каждый трек завершается коллективным творческим делом (КТД).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Личностные результаты

Гражданско-патриотическое воспитание:

- осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;
- сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;
- уважение к своему и другим народам; первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и обязанности гражданина, качествах патриота своей страны.

Духовно-нравственное воспитание:

- признание индивидуальности каждого человека;
- проявление сопереживания, уважения и доброжелательности;
- неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям;
- выполнение нравственно-этических норм поведения и правил межличностных отношений.

Эстетическое воспитание:

- уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;
- стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности.

Физическое воспитание, культура здоровья и эмоционального благополучия:

- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);
- бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

Трудовое воспитание:

- осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, интерес к различным профессиям.

Экологическое воспитание:

- бережное отношение к природе;
- неприятие действий, приносящих ей вред.

Ценности научного познания:

- первоначальные представления о научной картине мира;
- познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

Метапредметные результаты

Познавательные УУД:

- способность к демонстрации своих знаний и умений из личного жизненного опыта;
- умение обобщать и систематизировать, осуществлять сравнение, сопоставление, классификацию изученных фактов (под руководством педагога);
- умение ориентироваться в мире книг и искать необходимую информацию (под руководством педагога).

Коммуникативные УУД:

- умение проявлять инициативность, активность, самостоятельность;
- умение проявлять готовность выступить в роли организатора, инициатора, руководителя, исполнителя;
- участие в совместной деятельности, умение согласовывать мнения в ходе поиска ответа;
- умение высказывать свою точку зрения, договариваться с одноклассниками, работая в группе;
- умение работать в группе, общаться со сверстниками на принципах взаимоуважения и помощи.

Регулятивные УУД:

- умение оценивать свои поступки и действия, свои возможности;

- умение планировать этапы предстоящей работы, определять последовательность действий, объективно оценивать их;
- умение принимать и сохранять поставленную задачу, осуществлять поиск средств её достижения.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс (33 часа, 1 час в неделю)

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Подготовительный этап к участию в Программе	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
2	Орлёнок — Эрудит	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
3	Орлёнок — Доброволец	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
4	Орлёнок — Мастер	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
5	Орлёнок — Спортсмен	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
6	Орлёнок — Хранитель исторической памяти	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
7	Орлёнок — Эколог	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
8	Орлёнок — Лидер	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
9	Подведение итогов	1 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
	Итого:	**33 ч**	

Календарно-тематическое планирование (1 класс)

№	Тема	Кол-во часов	Дата
Подготовительный этап к участию в Программе — 4 ч			
1	Игровая программа «Играй, узнавай, найди друзей в классе»	1	
2	«Мы будем друзьями в классе»	1	
3	«Правила настоящих друзей»	1	
4	Вводный Орлятский урок	1	
«Орлёнок — Эрудит» — 4 ч			

№	Тема	Кол-во часов	Дата
5	«Кто такой эрудит?»	1	
6	«Всезнайка»	1	
7	«Встреча с интересным эрудитом — книгой»	1	
8	«Подведём итоги»	1	
«Орлёнок — Доброволец» — 4 ч			
9	«От слова к делу»	1	
10	«Спешить на помощь безвозмездно»	1	
11	«Доброволец — это доброе сердце»	1	
12	«Подведём итоги»	1	
«Орлёнок — Мастер» — 4 ч			
13	«Мастер — это...»	1	
14	«Мастерская Деда Мороза»	1	
15	«Класс мастеров»	1	
16	«Классная ёлка»	1	
«Орлёнок — Спортсмен» — 4 ч			
17	«Утро мы начнём с зарядки»	1	
18	«Сто затей для всех друзей»	1	
19	«Весёлые старты»	1	
20	«Азбука здоровья»	1	
«Орлёнок — Хранитель исторической памяти» — 4 ч			
21	«Орлёнок — Хранитель исторической памяти»	1	
22	«История школы — моя история»	1	
23	«Поход в музей»	1	

№	Тема	Кол-во часов	Дата
24	«Историческое чаепитие»	1	
«Орлёнок — Эколог» — 4 ч			
25	«ЭКОЛОГиЯ»	1	
26	«В гости к природе»	1	
27	«Мы друзья природе»	1	
28	«Орлята — экологи»	1	
«Орлёнок — Лидер» — 4 ч			
29	«Лидер — это...»	1	
30	«Я хочу быть лидером!»	1	
31	«С командой действую!»	1	
32	«Мы дружный класс»	1	
Подведение итогов — 1 ч			
33	Подведение итогов участия в Программе в текущем учебном году	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ	**33**		

2 класс (34 часа, 1 час в неделю)

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Старт программы	2 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
2	Орлёнок — Лидер	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
3	Орлёнок — Эрудит	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
4	Орлёнок — Мастер	6 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
5	Орлёнок — Доброволец	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
6	Орлёнок — Спортсмен	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
7	Орлёнок — Эколог	5 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
8	Орлёнок — Хранитель исторической памяти	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
9	Подведение итогов	1 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
	Итого:	**34 ч**	

Календарно-тематическое планирование (2 класс)

№	Тема	Кол-во часов	Дата
Старт программы — 2 ч			
1	Вводный «Орлятский урок»	1	
2	«Мы — команда!»	1	
«Орлёнок — Лидер» — 4 ч			
3	Лидер — это...	1	
4	С командой действовать готов	1	
5	Встреча с тем, кто умеет вести за собой	1	
6	«Мы дружный класс!»	1	
«Орлёнок — Эрудит» — 4 ч			
7	Кто такой эрудит?	1	
8	Развиваемся, играя!	1	
9	Могу быть изобретателем	1	
10	Встреча с эрудитом. Итоги трека	1	
«Орлёнок — Мастер» — 6 ч			
11	Мастер — это...	1	
12	От идеи — к делу!	1	
13	КТД «Классный театр»	1	
14	Мастер — это звучит гордо!	1	
15	Игра по итогам треков (промежуточная)	1	
16	Игра по итогам треков (промежуточная)	1	
«Орлёнок — Доброволец» — 4 ч			

№	Тема	Кол-во часов	Дата
17	От слова к делу	1	
18	КТД «Создай хорошее настроение»	1	
19	КТД «Братья наши меньшие»	1	
20	«Портрет добровольца»	1	
«Орлёнок — Спортсмен» — 4 ч			
21	Утро начинай с зарядки	1	
22	О спорт, ты — мир!	1	
23	Спортивная игра «У рекордов наши имена»	1	
24	«Азбука здоровья»	1	
«Орлёнок — Эколог» — 5 ч			
25	ЭКОЛОГиЯ. Каким должен быть настоящий эколог?	1	
26	«Мой след на планете»	1	
27	Восхищаемся красивым миром	1	
28	«Шагая в будущее — помни о планете»	1	
29	Итоговое занятие трека	1	
«Орлёнок — Хранитель исторической памяти» — 4 ч			
30	Орлёнок — Хранитель исторической памяти	1	
31	Хранитель семейных традиций	1	
32	Историческое чаепитие	1	
33	Расскажи мне о России	1	
Подведение итогов — 1 ч			
34	Подведение итогов участия в Программе	1	

№	Тема	Кол-во часов	Дата
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ	**34**		

3 класс (34 часа, 1 час в неделю)

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Старт программы	2 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
2	Орлёнок — Лидер	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
3	Орлёнок — Эрудит	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
4	Орлёнок — Мастер	6 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
5	Орлёнок — Доброволец	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
6	Орлёнок — Спортсмен	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
7	Орлёнок — Эколог	5 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
8	Орлёнок — Хранитель исторической памяти	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
9	Подведение итогов	1 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
	Итого:	**34 ч**	

Календарно-тематическое планирование (3 класс)

№	Тема	Кол-во часов	Дата
Старт программы — 2 ч			
1	Вводный «Орлятский урок»	1	
2	«Мы — команда!»	1	
«Орлёнок — Лидер» — 4 ч			
3	Лидер — это... Я могу быть лидером	1	
4	«В команде рождается лидер»	1	
5	КТД «Вместе мы сможем всё»	1	
6	«Мы дружный класс!»	1	
«Орлёнок — Эрудит» — 4 ч			
7	Кто такой эрудит? Я — эрудит,	1	

№	Тема	Кол-во часов	Дата
	а это значит...		
8	«Игра — это полезно и интересно»	1	
9	«Твори! Выдумывай! Пробуй!»	1	
10	Встреча с эрудитом «Хотим всё знать!»	1	
«Орлёнок — Мастер» — 6 ч			
11	Мастер — это... «Россия мастеровая»	1	
12	«В гости к мастерам»	1	
13	«Мастер — это звучит гордо!»	1	
14	«Путь в мастерство» — подводим итоги	1	
15	Игра по итогам трёх треков (промежуточная)	1	
16	Игра по итогам трёх треков (промежуточная)	1	
«Орлёнок — Доброволец» — 4 ч			
17	От слова к делу. «Спешить на помощь безвозмездно!»	1	
18	КТД «Подари улыбку миру!»	1	
19	«Доброволец — это доброе сердце»	1	
20	«Портрет добровольца»	1	
«Орлёнок — Спортсмен» — 4 ч			
21	«Движение — жизнь!» «Основы ЗОЖ»	1	
22	«Сто затей для всех друзей»	1	
23	Спортивная игра «Книга рекордов»	1	

№	Тема	Кол-во часов	Дата
24	«Встреча-подарок»	1	
«Орлёнок — Эколог» — 5 ч			
25	ЭКОЛОГиЯ. «Страна экологии»	1	
26	КТД «Знаю, умею, действую»	1	
27	Игра по станциям «Путешествие в природу»	1	
28	«Шагая в будущее — помни о планете»	1	
29	Итоговое занятие трека	1	
«Орлёнок — Хранитель исторической памяти» — 4 ч			
30	«Орлёнок — Хранитель исторической памяти»	1	
31	«Традиции моей страны»	1	
32	«Знать, чтобы хранить»	1	
33	КТД «История становится ближе»	1	
Подведение итогов — 1 ч			
34	Подведение итогов участия в Программе	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ	**34**		

4 класс (34 часа, 1 час в неделю)

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Старт программы	2 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
2	Орлёнок — Лидер	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
3	Орлёнок — Эрудит	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
4	Орлёнок — Мастер	6 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
5	Орлёнок — Доброволец	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
6	Орлёнок — Спортсмен	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
7	Орлёнок — Эколог	5 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
8	Орлёнок — Хранитель исторической памяти	4 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
9	Подведение итогов	1 ч	https://orlyatarussia.ru/library/29
	Итого:	**34 ч**	

Календарно-тематическое планирование (4 класс)

№	Тема	Кол-во часов	Дата
Старт программы — 2 ч			
1	Вводный «Орлятский урок»	1	
2	«Мы — команда!»	1	
«Орлёнок — Лидер» — 4 ч			
3	Лидер — это... Я могу быть лидером	1	
4	«В команде рождается лидер»	1	
5	КТД «Вместе мы сможем всё»	1	
6	«Мы дружный класс!»	1	
«Орлёнок — Эрудит» — 4 ч			
7	Кто такой эрудит? Я — эрудит, а это значит...	1	
8	«Игра — это полезно и интересно»	1	
9	«Твори! Выдумывай! Пробуй!»	1	
10	Встреча с эрудитом «Хотим всё знать!»	1	
«Орлёнок — Мастер» — 6 ч			
11	Мастер — это... «Россия мастеровая»	1	
12	«В гости к мастерам»	1	
13	«Мастер — это звучит гордо!»	1	
14	«Путь в мастерство» — подводим итоги	1	
15	Игра по итогам трёх треков	1	

№	Тема	Кол-во часов	Дата
	(промежуточная)		
16	Игра по итогам трёх треков (промежуточная)	1	
«Орлёнок — Доброволец» — 4 ч			
17	От слова к делу. «Спешить на помощь безвозмездно!»	1	
18	КТД «Подари улыбку миру!»	1	
19	«Доброволец — это доброе сердце»	1	
20	«Портрет добровольца»	1	
«Орлёнок — Спортсмен» — 4 ч			
21	«Движение — жизнь!» «Основы ЗОЖ»	1	
22	«Сто затей для всех друзей»	1	
23	Спортивная игра «Книга рекордов»	1	
24	«Встреча-подарок»	1	
«Орлёнок — Эколог» — 5 ч			
25	ЭКОЛОГиЯ. «Страна экологии»	1	
26	КТД «Знаю, умею, действую»	1	
27	Игра по станциям «Путешествие в природу»	1	
28	«Шагая в будущее — помни о планете»	1	
29	Итоговое занятие трека	1	
«Орлёнок — Хранитель исторической памяти» — 4 ч			
30	«Орлёнок — Хранитель исторической памяти»	1	
31	«Традиции моей страны»	1	
32	«Знать, чтобы хранить»	1	
33	«Я — хранитель, мы — хранители»	1	
Подведение итогов — 1 ч			
34	Подведение итогов участия в	1	

№	Тема	Кол-во часов	Дата
	Программе		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ	**34**		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Материалы для педагога

1. Методические рекомендации по проведению официальной церемонии посвящения в Орлята России — https://orlyatarussia.ru/library/metodicheskie-rekomendatsii-po-provedeniyu-ofitsialnoy-tseremonii-posvyashcheniya-v-orlyata-rossii/
2. Подготовительный этап к участию в программе. 1 класс (технологические карты игровых занятий) — https://orlyatarussia.ru/library/podgotovitelnyy-etap-k-uchastiyu-v-programme-1-klass-tekhnologicheskie-karty-igrovykh-zanyatiy/
3. Учебно-методический комплект для 1 класса — https://orlyatarussia.ru/library/uchebno-metodicheskiy-komplekt-1-klassa/
4. Учебно-методический комплект для 2 класса — https://orlyatarussia.ru/library/test/
5. Учебно-методический комплект для 3 класса — https://orlyatarussia.ru/library/test2/
6. Построение курса внеурочной деятельности 4 класса — https://orlyatarussia.ru/library/postroenie-kursa-vneurochnoy-deyatelnosti-4-klassa-/
7. Промежуточная игра «Код дружбы» для 2, 3, 4 классов — https://orlyatarussia.ru/library/promezhutochnaya-igra-kod-druzhby-dlya-2-3-4-klassov/

Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети Интернет

1. Сайт «Орлята России» — https://orlyatarussia.ru/
2. Электронная библиотека сайта «Орлята России» — https://orlyatarussia.ru/library/?libraryRole=Учитель
3. Группа ВКонтакте — https://vk.com/orlyata_rus