

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА СТ-ЦЫ ТЕМИРГОВЕВСКОЙ

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «31» мая 2023 г.  
Протокол № 6



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ГОРНИЦА»  
(традиционная культура кубанского казачества)**

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 1 год: 72 часа

Возрастная категория: от 10 до 13 лет

Состав группы: до 15 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер Программы в Навигаторе:

Автор-составитель:  
Раздорожная Оксана  
Владимировна  
педагог дополнительного  
образования

ст. Темиргоевская, 2023 г.

## **Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»**

Программа составлена на основе учебного пособия В.И. Чурсиной «Народная культура славян Кубани (конец XVIII-начало XIXв)», рекомендовано Департаментом образования Краснодарского края для преподавания в казачьих школах и классах казачьей направленности и на основе идей авторской программы М.В.Мирук, Е.Н.Еременко, О.В.Чуп «История и культура кубанского казачества», издательство «Традиция».

Программа создана с учетом рекомендаций следующих нормативных документов:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р,
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 г. // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р,
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 7.12.2018 г.
- Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ Рыбалевой И.А., канд.пед.наук, руководителя Регионального модельного центра дополнительного образования Краснодарского края от 2020 г.

**Новизна** данной программы заключается в том, что воспитание патриотизма осуществляется через изучение исторического и культурного наследия кубанского казачества, воспитание гордости за героическое прошлое, привитие интереса к традициям и обрядам, развитие чувства коллективного творчества через практические занятия прикладным творчеством.

**Актуальность** программы определяется ее содержанием, которое направлено на изучение исторического и культурного наследия кубанского казачества в истории России. Казаки всегда играли важную роль в

становлении нашей государственности. Государство заинтересовано в реализации потенциала казачества, в решении задач, которые традиционно решались государством вместе с казачеством: в укреплении нашей страны в целом, в воспитании молодежи, укреплении военно-патриотических традиций. Без знаний основ народной жизни, жизни казачьего населения нельзя воспитать патриота и гражданина России. Это делает данную программу актуальной в современных условиях.

**Педагогическая целесообразность** данной программы заключается в том, что позволяет учащимся получить глубокие знания в области истории культуры кубанского казачества, его традиций.

**Отличительные особенности** в том, что он, имея ярко выраженный интегративный характер, не только объединяет исторические, культурологические знания, но и через исследовательскую, практическую деятельность даёт возможность учащемуся целостного и системного представления как об основах истории и культуры кубанского казачества, так и о своём роде, своей семье, представляя возможность приобщения к укладу жизни кубанских казаков.

**Адресат программы:** учащиеся среднего школьного возраста от 10-13 лет. В группу принимаются все желающие без специального отбора по степени предварительной подготовки и половой принадлежности. Состав групп - одновозрастной по 12-15 человек с различной степенью сформированности интересов и мотивации к данной предметной области.

**Уровень программы, объем и сроки реализации** дополнительной общеобразовательной программы-ознакомительный: объем программы-72 часа; срок освоения программы- 9 месяцев, 36 недель.

**Форма обучения** - очная.

**Режим занятий** - 2 часа в неделю: 2 занятия по 1 часу.

## **Особенности организации образовательного процесса:**

состав группы постоянный;

занятия групповые;

**Цель программы:** формирование образовательного пространства, воздействующего на развитие личности учащегося на основе изучения истории и традиций кубанского казачества.

## **Задачи программы:**

### **Предметные:**

- сформировать у учащихся интерес к изучению истории кубанского казачества и жизнедеятельности современного Кубанского казачьего войска;
- сформировать представление о казачестве;
- исследовать этапы исторического развития Кубани, своего района, своей станицы.
- познакомить учащихся с кубанским ремеслом – лепкой из глины и техникой раскрашивания готовых изделий;
- познакомить учащихся с многообразием традиционных кубанских кукол-оберегов и технике их изготовления;
- научить базовым навыкам вышивания крестом.

### **Личностные:**

- воспитать любовь к малой родине, бережное отношение к природе, к памятникам, к традициям казаков;
- сформировать у учащихся желание не просто называться казачатами, а считать себя частью казачьего народа;
- воспитать у учащихся задатки «казачьего лидера», для дальнейшей деятельности в казачьих обществах .

### **Метапредметные:**

- развить способность понимать историческую обусловленность явлений и процессов, происходящих в нашем регионе;

- владеть умениями и навыками поиска исторической информации по истории края, станицы, хутора - развитие творческих способностей учащихся.

### Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	Практика	
1.	Вводный.	2	2		Вводное тестирование
2.	Традиционная культура кубанского казачества.	25	25		тестирование
3.	Кубанское казачество: устройство общества	15	15		тестирование
4.	Кубанские ремесла.	28		28	выставка
5.	Итоговые.	2	2		Итоговое тестирование
	Итого:	72	44	28	

### Содержание учебного плана

#### Раздел1. Вводный.

*Теория:* Вводное занятие. План работы объединения на новый учебный год. Знакомство с правилами поведения в объединении.

«Наши корни»- экскурсия в музей КДЦ.

## **Раздел 2. Традиционная культура кубанского казачества.**

*Теория:* Традиционная культура кубанских казаков. Православная вера казаков. Казачьи заповеди. Казачья доблесть. Поминовения казаков. Православие в жизни казаков. Правила поведения в храме. Посещение храма. Женщина-казачка. Отношение к женщине Рождение казака. Старики в казачьей общине. Родители и дети: взаимоотношения в семье. Казачьи традиции в воспитании детей. Свадебные обычаи казаков. Поведенческие нормы и этикет казаков. Оружие казака. Казачий конь. Взаимопомощь у казаков. Слово казака. Казак и гости. Язык. Разговорная речь. Казачья пища. Фольклор кубанского казачества. Казак в быту.. Традиционный мужской костюм. Традиционный женский костюм.

## **Раздел 3. Кубанское казачество: устройство общества**

*Теория:* Кубанское войско. Община казаков. Казачий курень. Казачий курень. Экскурсия в музей. Казачий курень. Лепка предметов быта. Казачий курень. Лепка предметов быта. Станица. Казачий круг. Казачий круг. Порядок проведения казачьего круга. Казачий сход. Порядок проведения казачьего схода. Выборы перевыборы атамана. Приведение атамана к присяге. Казачьи символы и знаки. Казачьи символы и знаки.

*Практика:* Лепка предметов быта.

## **Раздел 4. Кубанские ремесла.**

*Практика:* Ремесла Кубани. Занимательные факты. Экскурсия в страну казачьих ремесел. КДЦ. Вышивка. Орнаменты Кубанской вышивки. Вышивка закладки геометрическим орнаментом. Вышивка закладки

геометрическим орнаментом. Вышивка платочка цветочным орнаментом. Вышивка платочка цветочным орнаментом. Вышивка платочка цветочным орнаментом. Значение куклы в жизни кубанских казаков. Кукла « День и ночь». Кукла «Желанница». Кукла « Крупеничка». Кукла « Пеленашка». Кукла « Берегиня». Гончарное ремесло на Кубани Глиняная игрушки «Казак». Лепка. Глиняная игрушки «Казак». Лепка. Глиняная игрушки «Казак». Роспись. Глиняная игрушки «Казачка». Лепка. Глиняная игрушки «Казачка». Лепка. Глиняная игрушки «Казачка». Роспись. Глиняная игрушки «Петушок». Лепка. Глиняная игрушки «Петушок». Лепка. Глиняная игрушки «Петушок». Роспись. Глиняная игрушки «Коник». Лепка. Глиняная игрушки «Коник». Лепка. Глиняная игрушки «Коник». Роспись.

## **Раздел 5.Итоговые занятия.**

Выставка работ. Интерактивная игра «А у нас на Кубани....»

### **Планируемые результаты**

#### **Предметные:**

В результате обучения обучающиеся будут знать:

- историю происхождения и становления кубанского казачества;
- культуру; традиции, язык кубанского казачества;
- уметь использовать исторические и краеведческие знания в социальной деятельности;
- уклад жизни, особенности числового состава и распределения обязанностей традиционной казачьей семьи;
- памятные события и даты, связанные с историческими событиями в истории казачества;
- основы духовной жизни казаков;

- применять полученные знания на практике
- структуру и направления деятельности современного

Кубанского казачьего войска

- научиться лепить фигурки из глины и раскрашивать;
- научиться изготавливать куклы-обереги;
- овладеют базовой техникой вышивки крестом.

### **Личностные:**

- научиться бережному отношению к традициям кубанского казачества;
- сформируют четкое понятие о своей значимости как части казачьего народа;
- у учащихся разовьются задатки «казачьего лидера», для дальнейшей деятельности в казачьих обществах.

### **Метапредметные:**

- разовьётся способность понимать историческую обусловленность явлений и процессов, происходящих в нашем регионе;
- овладеют умениями и навыками поиска исторической информации по истории края, станицы, хутора - развитие творческих способностей учащихся.

### **Раздел №2. « Комплекс организационно - педагогических условий, включающий формы аттестации».**

Календарный учебный график программы: дата начала занятий -1 сентября, окончание занятий -31 мая. Количество учебных недель освоения программы- 36 недель. Сроки контрольных процедур: сентябрь, декабрь, май.



### Календарный учебный график программы:

п/п	дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Формы контроля
<b>1.</b>	<b>Вводный.</b>		<b>2</b>			
1.1		Вводное занятие. План работы объединения на новый учебный год. Знакомство с правилами поведения в объединении.	1	беседа	СОШ №9	опрос
1.2		«Наши корни»- экскурсия в музей КДЦ	1	беседа	КДЦ	наблюдение
<b>2.</b>	<b>Традиционная культура кубанского казачества.</b>		<b>25</b>			
2.1		Традиционная культура кубанских казаков. Православная вера казаков.	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.2		Казачьи заповеди.	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.3		Казачья доблесть.	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.4		Поминовения казаков.	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.5		Православие в жизни казаков	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.6		Правила поведения в храме. Посещение храма.	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.7		Женщина-казачка.	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.8		Отношение к женщине	1	беседа	СОШ №9	опрос

2.9		Рождение казака	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.10		Старики в казачьей общине.	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.11		Родители и дети: взаимоотношения в семье.	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.12		Казачьи традиции в воспитании детей	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.13		Свадебные обычаи казаков.	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.14		Поведенческие нормы и этикет казаков.	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.15		Оружие казака.	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.16		Казачий конь.	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.17		Взаимопомощь у казаков.	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.18		Слово казака.	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.19		Казак и гости.	1	беседа	СОШ №9	опрос
2.20		Казак в быту..	1	беседа	СОШ №9	опрос
20.21		Традиционный мужской костюм	1	беседа	СОШ №9	опрос

20.22		Традиционный женский костюм	1	беседа	СОШ №9	опрос
20.23		Язык. Разговорная речь	1	беседа	СОШ №9	опрос
20.24		Казачья пища	1	беседа	СОШ №9	опрос
20.25		Фольклор кубанского казачества	1	беседа	СОШ №9	опрос
<b>3.</b>	<b>Кубанское казачество: устройство общества</b>		<b>15</b>			
3.1		Кубанское войско.	1	беседа	СОШ №9	опрос
3.2		Община казаков.	1	беседа	СОШ №9	опрос
3.3		Казачий курень.	1	беседа	СОШ №9	опрос
3.4		Казачий курень. Экскурсия в музей.	1	беседа	СОШ №9	опрос
3.5		Казачий курень. Лепка предметов быта.	1	беседа	СОШ №9	опрос
3.6		Казачий курень. Лепка предметов быта.	1	беседа	СОШ №9	опрос
3.7		Станица. Казачий круг.	1	беседа	СОШ №9	опрос
3.8		Казачий круг.	1	беседа	СОШ №9	опрос

3.9		Порядок проведения казачьего круга	1	беседа	СОШ №9	опрос
3.10		Казачий сход.	1	беседа	СОШ №9	опрос
3.11		Порядок проведения казачьего схода	1	беседа	СОШ №9	опрос
3.12		Выборы пере выборы атамана	1	беседа	СОШ №9	опрос
3.13		Приведение атамана к присяге.	1	беседа	СОШ №9	опрос
3.14		Казачьи символы и знаки.	1	беседа	СОШ №9	опрос
3.15		Казачьи символы и знаки.	1	беседа	СОШ №9	опрос
<b>4.</b>	<b>Кубанские ремесла.</b>		<b>28</b>			
4.1		Ремесла Кубани. Занимательные факты.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.2		Экскурсия в страну казачьих ремесел. КДЦ	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.3		Вышивка. Орнаменты Кубанской вышивки.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.5		Вышивка закладки геометрическим орнаментом.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.6		Вышивка закладки геометрическим орнаментом.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение

4.7		Вышивка закладки геометрическим орнаментом.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.8		Вышивка закладки геометрическим орнаментом.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.9		Вышивка закладки геометрическим орнаментом.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.10		Значение куклы в жизни кубанских казаков.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.11		Кукла « День и ночь»	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.12		Кукла «Желанница».	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.13		Кукла « Крупеничка».	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.14		Кукла « Пеленашка».	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.15		Кукла « Берегиня».	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.16		Гончарное ремесло на Кубани	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.17		Глиняная игрушки «Казак». Лепка.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.18		Глиняная игрушки «Казак». Лепка.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.19		Глиняная игрушки «Казак». Роспись	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение

4.20		Глиняная игрушки «Казачка». Лепка.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.21		Глиняная игрушки «Казачка». Лепка.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.22		Глиняная игрушки «Казачка». Роспись	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.23		Глиняная игрушки «Петушок». Лепка.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.24		Глиняная игрушки «Петушок». Лепка.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.25		Глиняная игрушки «Петушок». Роспись.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.26		Глиняная игрушки «Коник». Лепка.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.27		Глиняная игрушки «Коник». Лепка.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
4.28		Глиняная игрушки «Коник». Роспись.	1	практическое	СОШ №9	Пед. наблюдение
<b>5.</b>	<b>Итоговые.</b>		<b>2</b>			
5.1		Выставка работ.	1	выставка	СОШ №9	Пед. наблюдение
5.2		Интерактивная игра «А у нас на Кубани....»	1	игра	СОШ №9	Пед. наблюдение
	<b>Итого</b>		<b>72</b>			

## **Условия реализации программы.**

Занятия проводятся на базе центра детского творчества в учебном кабинете, оснащенном необходимым количеством столов и стульев для учащихся и педагога, классной доской, шкафами и стеллажами для хранения дидактических пособий и учебных материалов: бумаги, картона, ниток, фурнитуры, клея, красок, глины, проволоки.

**Кадровое обеспечение программы:** педагог, соответствующий профстандарту.

**Формы аттестации по данной дополнительной программе:** вводное тестирование, педагогическое наблюдение, опрос, самостоятельная работа, выставка, коллективный анализ работ, самоанализ, диагностика.

Учащимся, успешно освоившим дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдаются грамоты, которые самостоятельно разрабатывает и утверждает образовательная организация.

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** грамота, диплом, готовая работа, журнал посещаемости, перечень готовых работ, отзыв учащихся и родителей.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** выставка, готовое изделие, участие в конкурсах, итоговый отчет, диагностические карты.

**Оценочные материалы:** Вопросы для наблюдения за учащимися в процессе творчества, информационная карта результатов участия учащихся в конкурсах, фестивалях и соревнованиях разного уровня, диагностические карты освоения учащимися образовательной программы.

## **Методические материалы:**

Методы обучения: словесный метод, наглядный, практический, объяснительно- иллюстративный, репродуктивный, игровой, дискуссионный и воспитательные методы в форме убеждения, поощрения, мотивации.

Технологии обучения: групповое обучение, модульное обучение, дифференцированное , развивающее, коллективная творческая деятельность, здоровьесберегающие.

**Формы организации учебного процесса:** беседа, выставка, игра, праздник, практическое занятие, презентация, творческая мастерская, экскурсия.

**Дидактические материалы:** раздаточный материал, технологические карты, образцы изделий.

## **Алгоритм учебного занятия:**

- организационный этап,
- проверочный этап,
- подготовительный этап,
- этап актуализации имеющихся у учащихся знаний,
- этап работы по новому материалу,
- этап первичного закрепления полученных знаний, умений и навыков,
- этап повторения изученного материала,
- этап обобщения пройденного материала,
- этап закрепления новых знаний, умений и навыков,
- физкультминутка или этап релаксации,
- контрольный этап,
- итоговый этап,
- этап рефлексии,
- информационный этап.



### **Список литературы, рекомендуемый для педагогов**

1. Александров С.Г. Физическое воспитание детей и молодежи кубанского казачества (сер. XIX - нач. XX вв.). Историко- этнографический очерк. Краснодар, 2000;
2. Бондарь В.В. Войсковой город Екатеринодар. Краснодар, 2000;
3. Бондарь В. Город Екатеринодар в пространстве и времени. Краснодар, 2006;
4. Горожанина М.Ю. Просветитель Черномории Кирилл Российский. Краснодар, 2005;
5. Малукало А.Н. Кубанское казачье войско в 1860 - 1914 гг. Краснодар, 2003;
6. Соловьев В.А. Подвиг сотника Гречишкина. Краснодар, 1996;

### **Список литературы, рекомендуемый для детей**

1. Басханов А.К., Басханов М.К., Егоров Н.Д. Линейцы. Очерки по истории станицы Лабинской и Лабинского отдела Кубанской области. Краснодар, 2001г
2. Денисов Н.Г., Лях В.И. Художественная культура Кубани. Краснодар, 2000;
3. Кирюшин С.Ю., Фролов Б.Е. Гребная флотилия Черноморского казачьего войска. Краснодар, 2000

### **Условия реализации программы.**

Занятия проводятся на базе центра детского творчества в учебном кабинете, оснащенном необходимым количеством столов и стульев для учащихся и педагога, классной доской, шкафами и стеллажами для хранения дидактических пособий и учебных материалов: бумаги, картона, ниток, фурнитуры, клея, красок, клея, проволоки.

**Кадровое обеспечение программы:** педагог, соответствующий профстандарту.

**Формы аттестации по данной дополнительной программе:** вводное тестирование, педагогическое наблюдение, опрос, самостоятельная работа, выставка, коллективный анализ работ, самоанализ, диагностика.

Учащимся, успешно освоившим дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдаются грамоты, которые самостоятельно разрабатывает и утверждает образовательная организация.

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** грамота, диплом, готовая работа, журнал посещаемости, перечень готовых работ, отзыв учащихся и родителей.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** выставка, готовое изделие, участие в конкурсах, итоговый отчет, диагностические карты.

**Оценочные материалы:** Вопросы для наблюдения за учащимися в процессе творчества, информационная карта результатов участия учащихся в конкурсах, фестивалях и соревнованиях разного уровня, диагностические карты освоения учащимися образовательной программы.

**Методические материалы:**

Методы обучения: словесный метод, наглядный, практический, объяснительно- иллюстративный, репродуктивный, игровой, дискуссионный и воспитательные методы в форме убеждения, поощрения, мотивации.

Технологии обучения: групповое обучение, модульное обучение, дифференцированное , развивающее, коллективная творческая деятельность, здоровьесберегающие.

**Формы организации учебного процесса:** беседа, выставка, игра, праздник, практическое занятие, презентация, творческая мастерская, экскурсия.

**Дидактические материалы:** раздаточный материал, технологические карты, образцы изделий.

#### **Алгоритм учебного занятия:**

- организационный этап,
- проверочный этап,
- подготовительный этап,
- этап актуализации имеющихся у учащихся знаний,
- этап работы по новому материалу,
- этап первичного закрепления полученных знаний, умений и навыков,
- этап повторения изученного материала,
- этап обобщения пройденного материала,
- этап закрепления новых знаний, умений и навыков,
- физкультминутка или этап релаксации,
- контрольный этап,
- итоговый этап,
- этап рефлексии,
- информационный этап.

## **Список литературы для педагогов**

1. Лутцева Е.А. Технология. Ступеньки к мастерству. - М.: Вентана-Граф, 2002
2. Матяш Н.В., Симоненко В.Д. Проектная деятельность младших школьников. - М: Вентана-Граф, 2002

## **Список литературы для учащихся**

1. Богатеева З.А. Чудесные поделки. - М.: Просвещение, 2002
2. Гарин.Б.Г. Конструирование из бумаги. - М.: Просвещение, 2001
3. Грушина Л.В. Игрушки в интерьере. - М: Карапуз, 2009
8. Итина Л.С. Геометрические игры. - М.: Карапуз, 2008
9. Игрушки из бумаги. - С-Пб.: Кристалл, 1997 Ю.Кискальт И. Соленое тесто. - М.: Аст-Пресс, 20026. Жакова О., Данкевич Е. Нужное ненужное. - М.: Росмэн, 2008

## **Интернет ресурсы:**

<https://www.youtube.com/watch?v=PA9sIAWOLB0>

[https://www.youtube.com/watch?v=xf7gop5\\_MNw](https://www.youtube.com/watch?v=xf7gop5_MNw)

<https://www.youtube.com/watch?v=yy6T9r2MJM8>

<https://www.youtube.com/watch?v=2aKy4Shetw8>

[https://www.youtube.com/watch?v=Oo\\_P\\_qvsUVc](https://www.youtube.com/watch?v=Oo_P_qvsUVc)

<https://www.youtube.com/watch?v=PWDdqR1yqls>

<https://www.youtube.com/watch?v=wKStTAai9cY>

<https://www.youtube.com/watch?v=3b8A6hpsO98>

<https://www.youtube.com/watch?v=XvFJ1HC-bq8>

[https://www.youtube.com/watch?v=XOs\\_4jqjbeo](https://www.youtube.com/watch?v=XOs_4jqjbeo)