КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО

ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ПРИРОДЫ

СПОРТ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ

ТРУД, ПРОФЕССИЯ И СВОЕ ДЕЛО

ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ

МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

Календарь Первых

АПРЕЛЬ 2025



ВАШ КАЛЕНДАРЬ ПЕРВЫХ

РАЗВИВАЙТЕСЬ С ДВИЖЕНИЕМ ПЕРВЫХ!

ХОТИТЕ СТАТЬ НАСТОЯЩИМИ ИССЛЕДОВАТЕЛЯМИ, СОЗДАТЕЛЯМИ СВОИХ ПРОЕКТОВ И БЫТЬ ВО ВСЕМ ПЕРВЫМИ? ВСЕ ЭТО ВОЗМОЖНО С КАЛЕНДАРЕМ ПЕРВЫХ !

Каждую неделю – новые интересные задания:

- *Для всех возрастов*
- *На разные темы*

Что вы получите:

- *Новые навыки, которые точно пригодятся в жизни*
- *Возможность делать что-то классное с друзьями или самим*
- *Море удовольствия и гордость за свои достижения*

Уже 10 миллионов ребят пробуют и учатся вместе с Календарем Первых.

Присоединяйтесь к Движению Первых – станьте частью чего-то большого и важного!



Календарь Первых

АПРЕЛЬ 2025



ВСЕРОССИЙСКИЕ АКЦИИ

ВСЕРОССИЙСКАЯ АКЦИЯ «УКРЕПЛЯЙ ЗДОРОВЬЕ», ПОСВЯЩЕННАЯ ВСЕМИРНОМУ ДНЮ ЗДОРОВЬЯ

7 АПРЕЛЯ

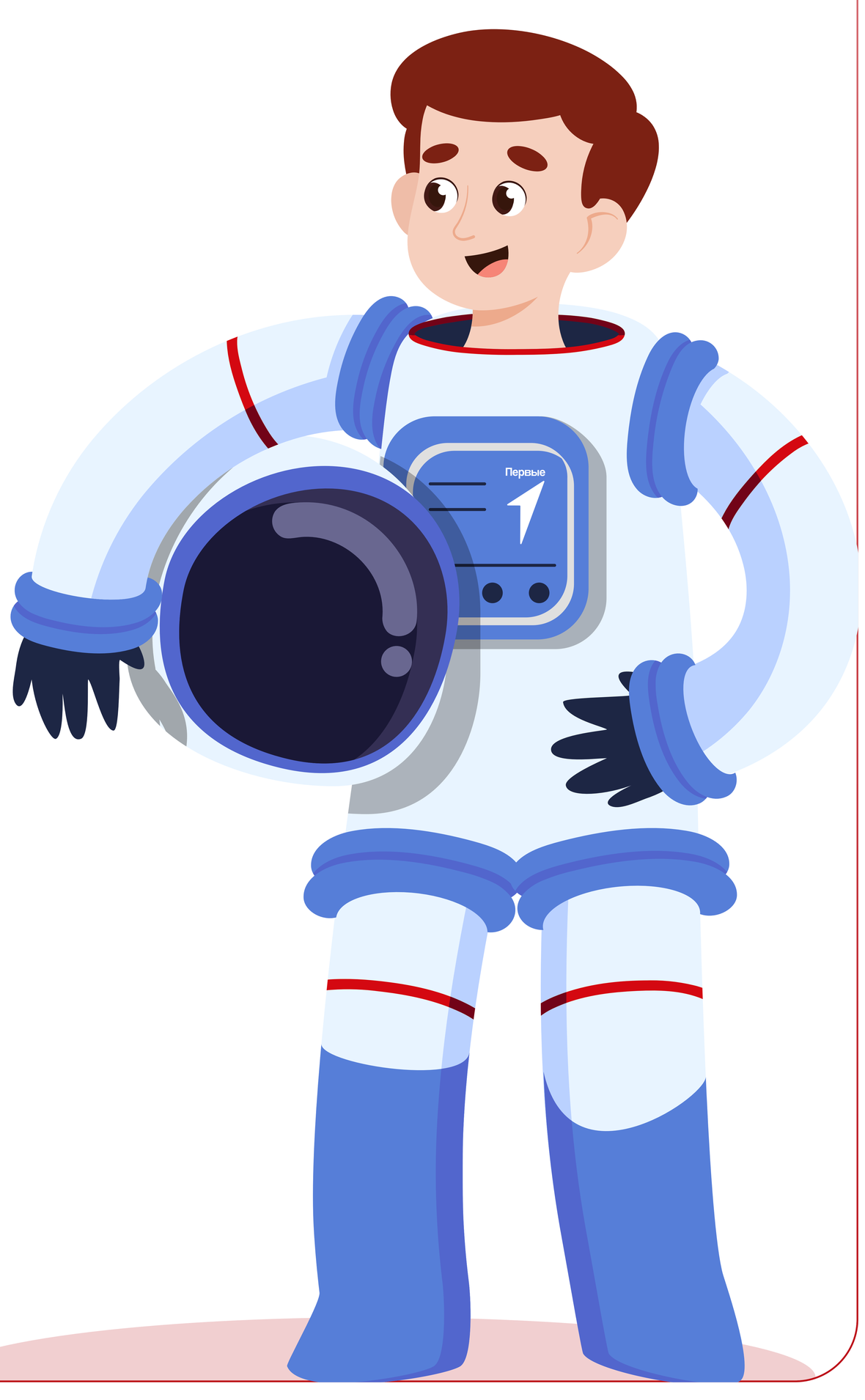
ВСЕРОССИЙСКАЯ АКЦИЯ «ПУТЬ В КОСМОС», ПОСВЯЩЕННАЯ ДНЮ КОСМОНАВТИКИ

12 АПРЕЛЯ

ВСЕРОССИЙСКАЯ АКЦИЯ «ПОКОЛЕНИЯ ПОМНЯТ», ПОСВЯЩЕННАЯ ДНЮ ПАМЯТИ О ГЕНОЦИДЕ СОВЕТСКОГО НАРОДА

19 АПРЕЛЯ

Узнайте, как провести акции в вашем первичном отделении, отсканировав QR-код



Календарь Первых

АПРЕЛЬ 2025



АКАДЕМИЯ ПЕРВЫХ

Узнайте, что объединяет всех участников Движения Первых – присоединяйтесь к развивающему курсу «Первые. Ценности и культура сообщества Движения Первых»!

Станьте лидерами – начните обучение на развивающем курсе «Первые. Лидерство»!

Узнайте, как собрать команду и достигать поставленных целей – пройдите развивающий курс «Первые. Управление командой»!

ДЛЯ СТУДЕНТОВ СПО И ВУЗОВ, НАСТАВНИКОВ И РОДИТЕЛЕЙ

Узнайте, как устроено наставничество в Движении Первых – курс «Первые. Наставничество» для вас!

Создавайте уникальные и неповторимые игры вместе с нами на развивающем курсе «Первые. Современные игровые механики»!

ИГРЫ

Скачивайте игры Первых и проводите время вместе с пользой!

Игра «Первые. Флаги»:

Игра «Первые. Шаг в профессию»:

ЛАГЕРНЫЕ СМЕНЫ

Участвуете в конкурсном отборе на тематическую смену «Открывай страну!» в ВДЦ «Океан».
Дата подачи заявки с 4 апреля по 5 мая!

ПРОЕКТНАЯ ШКОЛА

Проходите онлайн-уроки Проектной школы и создавайте лучшие проекты для своего первичного отделения!

1-4 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. КНИЖНЫЙ КЛУБ

Первые

КНИГА МЕСЯЦА

«Волшебник Изумрудного города», Александр Волков

Увлекательная сказка о приключениях девочки Элли и ее друзей, которые отправляются в волшебную страну, чтобы исполнить свои заветные желания и найти дорогу домой.

НЕДЕЛЯ 1

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ДЕТСКОЙ КНИГИ

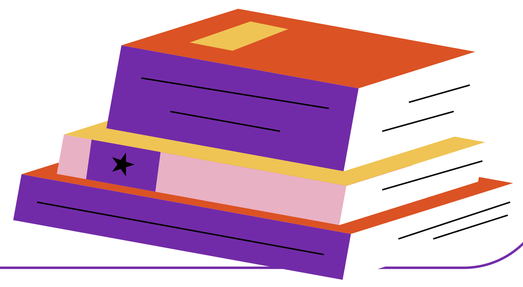
Ежегодно отмечается в один и тот же день – 2 апреля.

Это праздник всех читающих ребят, писателей, издателей и библиотекарей.

Попросите помощи старших в организации выставки ваших любимых книг.

Каждый участник книжной выставки готовит творческую презентацию о книге. Пригласите младших и старших друзей в качестве участников, зрителей или помощников.

Уверены, вы откроете для себя много интересных книг!



НЕДЕЛЯ 2

ВОЛШЕБНАЯ КАРТА

Вы уже начали читать книгу месяца? Тогда предлагаем вам создать карту Изумрудного города и его окрестностей!

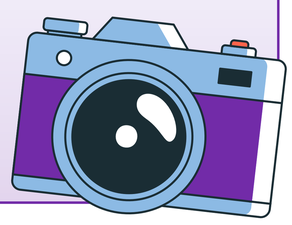
Нарисуйте дорогу из желтого кирпича, замок Гудвина, лес, где живут Мигуны, и другие места, которые вам запомнились. Добавьте фигурки главных героев из бумаги и разыграйте новые приключения для Элли и ее друзей!

Такую же карту передвижений героев можно создать и по другим вашим любимым произведениям!



Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#КНИЖНЫЙКЛУБПЕРВЫХ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



ЛИТЕРАТУРНЫЙ МАРАФОН

Подписывайтесь на Телеграм-канал и группу ВКонтакте «Движение Первых. Творчество» и следите за новостями о начале регистрации во Всероссийском проекте «Литературный Марафон».

НЕДЕЛЯ 3

КОМИКС

Как легко запоминать героев и сюжет книги? Зарисовывайте комикс во время прочтения каждой главы и добавляйте самые важные для запоминания реплики героев.

Попробуйте нарисовать комикс по мотивам книги, которую читаете сейчас!

НЕДЕЛЯ 4

КОСТЮМИРОВАННАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ

В конце месяца предлагаем провести встречу, где каждый участник кратко презентует любимую книгу и расскажет о сюжете. Для этого презентующему необходимо перевоплотиться в любимого персонажа:

- создайте костюмы;
- войдите в роль вашего персонажа;
- разыграйте отрывок из книги перед аудиторией или просто раздавайте разработанные вами материалы о книге!

Организуйте тематическую фотосессию и веселитесь!

5-8 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. КНИЖНЫЙ КЛУБ

Первые

КНИГА МЕСЯЦА

«Великое противостояние», Лев Кассиль

В повести рассказывается о судьбе школьницы Симы Крупицыной: она играет партизанку в фильме о войне 1812 года, а в 1941 году спасает юного пионера из оккупированной деревни.

НЕДЕЛЯ 1

ЛЕТОПИСЬ ПЕРВИЧНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

Вместе с командой создайте летопись первичного отделения, в которой вы будете рассказывать о его истории. Придумайте наполнени вашей летописи вместе с ребятами.

Подсказка:
в летопись могут войти рассказы о школьной жизни, ваших взлетах и падениях, ярких и смешных историях и даже ваши мечты!

Перечитывайте вместе спустя время и вспоминайте яркие моменты жизни!

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#КНИЖНЫЙКЛУБПЕРВЫХ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



ЛИТЕРАТУРНЫЙ МАРАФОН

Подписывайтесь на Телеграм-канал и группу ВКонтакте «Движение Первых. Творчество» и следите за новостями о начале регистрации во Всероссийском проекте «Литературный Марафон».

НЕДЕЛЯ 2

ЛЕГКОЕ ЗАПОМИНАНИЕ

Чтобы легко запоминать сюжет книги во время чтения, можно использовать метод «Цепочка событий».
Вот как это работает:

1. Разделите книгу на части (например, по главам или ключевым моментам).
2. После каждой части кратко опишите или нарисуйте самое важное событие, которое произошло.
3. Соедините эти события в цепочку, как будто это «ниточка», которая ведет вас через всю книгу.

Попробуйте применить этот метод для запоминания сюжета книги месяца.

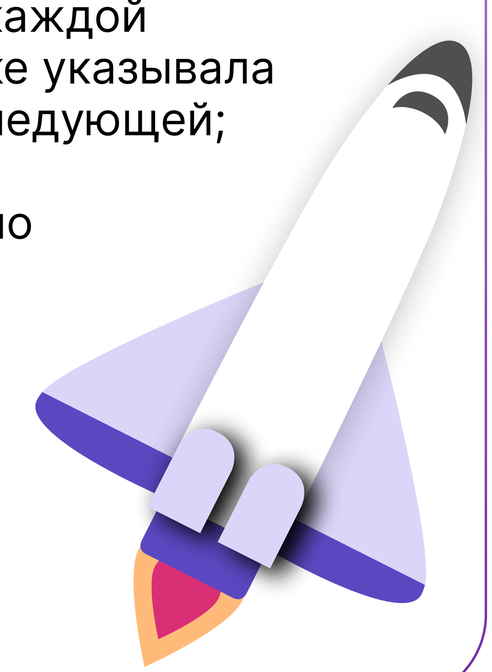
НЕДЕЛЯ 3

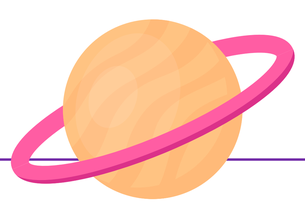
КОСМИЧЕСКИЙ КВЕСТ

Разработайте литературный квест для друзей всех возрастов для предстоящей встречи книжного клуба по мотивам книги месяца.

Для этого:

- создайте карточки с заданиями, связанными с сюжетом книги: с простыми вопросами, головоломками и ребусами;
- важно, чтобы разгадка в каждой предшествующей карточке указывала на местонахождение последующей;
- последнее задание должно приводить игроков к финальному месту, где можно спрятать поздравление, дипломы, грамоты или даже подарки.





НЕДЕЛЯ 4

ВСТРЕЧА КНИЖНОГО КЛУБА

В этом месяце мы предлагаем вам провести встречу клуба по мотивам книги месяца в необычном формате:

- ведущий рассказывает о выдающихся фактах жизни Льва Кассиля;
- организаторы проводят «Космический квест» для всех участников.

В завершение встречи все участники могут написать «письмо в будущее» – письмо самому себе о целях на будущее.

9-11 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. КНИЖНЫЙ КЛУБ

Первые

КНИГА МЕСЯЦА

«Двенадцать стульев», Илья Ильф и Евгений Петров

Остроумный и сатирический роман о приключениях авантюриста Остапа Бендера и его напарника. Они отправляются на поиски сокровищ, спрятанных в одном из двенадцати стульев, а на пути сталкиваются с абсурдными ситуациями и яркими персонажами советской эпохи.

НЕДЕЛЯ 1

РЕКЛАМНЫЙ РОЛИК

Подумай, как заинтересовать друзей и близких книгой, которая тебе нравится.

Подсказка:
вы можете снять короткий рекламный ролик к любимой книге так, чтобы каждому захотелось ее прочитать.



Поделитесь роликом в социальных сетях и наблюдайте, сколько людей вдохновятся на прочтение книги!

НЕДЕЛЯ 2

СКОРОЧТЕЦ

Что делать, когда интересных книг много, хочется прочитать все, а времени нет? Верно, освоить технику чтения!

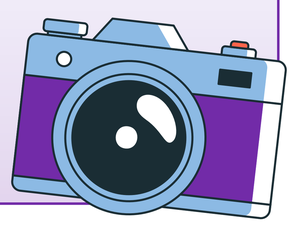
Один из приемов скорочтения – это «Таймер и постепенное ускорение»: читайте текст на время, стараясь с каждой попыткой уложиться в меньший промежуток. Это развивает концентрацию и скорость.



Тренируйтесь ежедневно с книгой месяца и отмечайте свой прогресс!

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#КНИЖНЫЙКЛУБПЕРВЫХ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



ЛИТЕРАТУРНЫЙ МАРАФОН

Подписывайтесь на Телеграм-канал и группу ВКонтакте «Движение Первых. Творчество» и следите за новостями о начале регистрации во Всероссийском проекте «Литературный Марафон».

НЕДЕЛЯ 3-4

ВСТРЕЧА КНИЖНОГО КЛУБА

Подготовьтесь и проведите встречу книжного клуба по мотивам романа «Двенадцать стульев».

1. Начните встречу с «охоты за стульями»: спрячьте в помещении 12 предметов (или карточек с подсказками), связанных с сюжетом книги, и предложите участникам найти их, как Остап Бендер и Киса Воробьянинов искали стулья.

2. Организуйте «аукцион идей»: пусть каждый участник предложит свою самую невероятную аферу или бизнес-план, вдохновляясь авантюрами Бендера, а остальные «купят» идею за аплодисменты или шутки.

3. Завершите встречу «чаепитием у мадам Петуховой»: накройте стол с угощениями, обсуждая самые смешные и запоминающиеся моменты книги.



СПО И ВУЗЫ

АПРЕЛЬ 2025

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. КНИЖНЫЙ КЛУБ

Первые

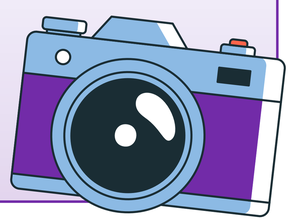
КНИГА МЕСЯЦА

«Мастер и Маргарита», Михаил Булгаков

Мистический роман о любви, искусстве и вечном противостоянии добра и зла, где переплетаются истории о визите дьявола в Москву, трагедии Мастера и его возлюбленной Маргариты и библейские события, связанные с Понтием Пилатом.

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

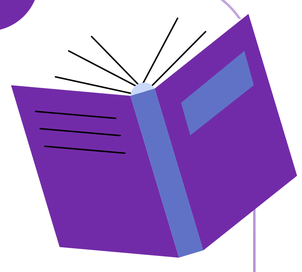
#КНИЖНЫЙКЛУБПЕРВЫХ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



ЛИТЕРАТУРНЫЙ МАРАФОН

Подписывайтесь на Телеграм-канал и группу ВКонтакте «Движение Первых. Творчество» и следите за новостями о начале регистрации во Всероссийском проекте «Литературный Марафон».

НЕДЕЛЯ 1-2



ЧЕМПИОНАТ ПО ЧТЕНИЮ ВСЛУХ

Культура народа рождается из культуры речи. Чтение литературы вслух – это один из способов культурного просвещения, развития уверенности в себе и ораторских навыков.

Предлагаем вам начать месяц с подготовки и проведения чемпионата по чтению вслух для школьников.

На чемпионате участники без подготовки читают отрывки из современной и классической литературы, прозу и поэзию вслух.

Оценивают выступления (технику и артистизм чтения) педагоги, представители библиотечного сообщества, преподаватели сценической речи, писатели, журналисты и актеры.

НЕДЕЛЯ 3-4

ЛИТЕРАТУРНЫЙ ТУРИЗМ

– это вид культурного туризма, связанный с жизнью писателей, героями книг или сюжетами произведений, позволяющий погрузиться в мир литературы и почувствовать себя частью любимых историй.

Предлагаем вам разработать маршрут и пройти по нему. Он может включать в себя следующие локации:

1. **Места, связанные с жизнью писателей:**
   - дома, где родились, жили или творили авторы;
   - музеи, посвященные их жизни и творчеству.

2. **Локации из книг:**
   - города, улицы, здания, описанные в произведениях;
   - природные объекты, которые вдохновляли авторов.

3. **Литературные памятники и арт-объекты.**

4. **Книжные магазины и библиотеки.**

5. **Фестивали и события:**
   - литературные фестивали, чтения, встречи с авторами;
   - театральные постановки или кинопоказы по мотивам произведений.

6. **Тематические кафе и рестораны.**

7. **Интерактивные элементы:**
   - квесты или экскурсии с гидами, которые рассказывают о книгах и их создателях;
   - возможность поучаствовать в мастер-классах или литературных играх.

8. **Сувениры и книги:**
   - магазины с тематическими сувенирами, открытками, репродукциями;
   - возможность купить книги, связанные с маршрутом.

Литературный маршрут – это не просто прогулка, а погружение в мир слов, историй и эмоций, которые оживают в реальных местах!

1-4 КЛАССЫ

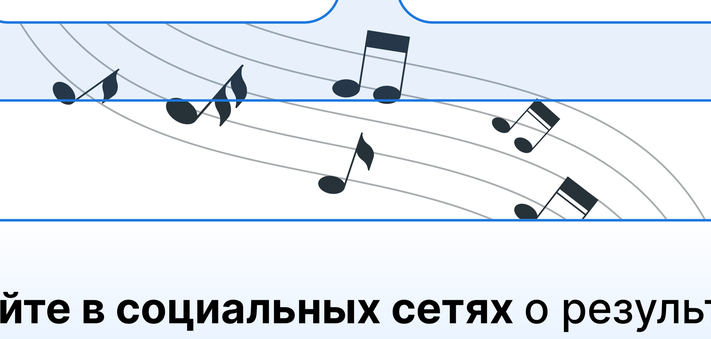
АПРЕЛЬ 2025

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ЗВУЧИ

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Слово «клавиша» произошло от латинского «клавес», что переводится как «ключ». Клавиши на органе действуют как ключи, открывая доступ воздуха в органные трубы.



Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ЗВУЧИКАКПЕРВЫЕ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



Подписывайтесь на сообщество Платформа «Звучи» в VK, чтобы не пропустить новый набор во Всероссийский сводный хор Первых!

НЕДЕЛЯ 1

ПЛЕЙЛИСТ ПЕРВЫХ

Не секрет, что музыка влияет на наше настроение и самочувствие. Найдите 3 музыкальные композиции, которые вызывают у вас радость, смех и улыбку.

Предложите своим друзьям составить веселый плейлист, чтобы песни всегда были под рукой для поднятия настроения.

Делитесь плейлистом с друзьями в социальных сетях!



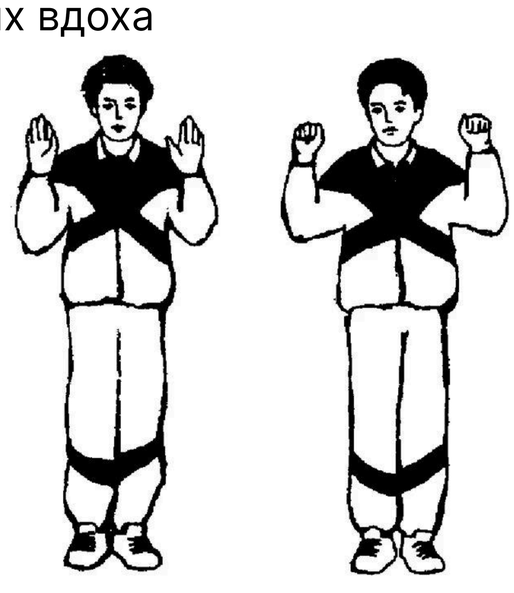
НЕДЕЛЯ 2

РАЗМИНКА ДЛЯ МУЗЫКАНТА

Вы начинающий певец или просто хотите научиться петь? Вам нужно сделать первый шаг – научиться правильно дышать.

Даже если вы не хотите петь, правильное дыхание поможет вам успокоиться в тревожной ситуации. Попробуем тренировать дыхание с помощью следующего упражнения.

Упражнение «Ладошки»
Исходное положение: стоя, встать прямо, руки согнуты в локтях (локтями вниз), а ладошки вперед. Стоя в этом положении, делайте короткие, ритмичные, шумные вдохи через нос, при этом сжимая ладони в кулачки. Без паузы сделать 4 ритмичных резких вдоха через нос. Потом руки опустить и отдохнуть 4–5 секунд. Затем сделать еще 4 шумных, коротких вдоха и опять пауза.



НЕДЕЛЯ 3

ГЛАВНЫЕ ПЕСНИ

Переходите по QR-коду и выучите одну из песен вместе с друзьями.



НЕДЕЛЯ 4

ХОР – ЭТО МЫ!

Исполните песню, которую выучили на прошлой неделе, хором на перемене.

Делитесь видео с собственным исполнением песен на страницах в социальных сетях с указанием верных хештегов!

5-8 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ЗВУЧИ

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Знаменитый скрипач Николо Паганини стал виртуозом только после того, как в совершенстве овладел гитарой. Специалисты утверждают, что многие гитарные приемы он использовал при игре на скрипке.

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ЗВУЧИКАКПЕРВЫЕ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



Подписывайтесь на сообщество Платформа «Звучи» в VK, чтобы не пропустить дополнительный набор в Детский симфонический оркестр Первых.

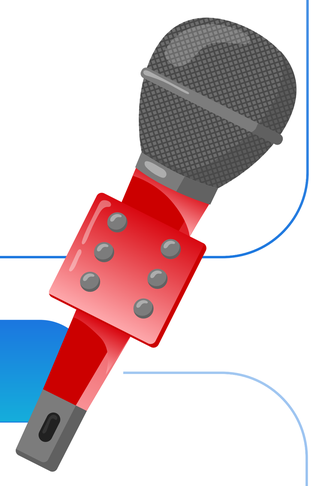
НЕДЕЛЯ 1

ПЛЕЙЛИСТ ПЕРВЫХ

Не секрет, что музыка влияет на наше настроение и самочувствие. Найдите 3 музыкальные композиции, которые вызывают у вас радость, смех и улыбку.

Предложите своим друзьям составить веселый плейлист, чтобы песни всегда были под рукой для поднятия настроения.

Делитесь плейлистом с друзьями в социальных сетях!



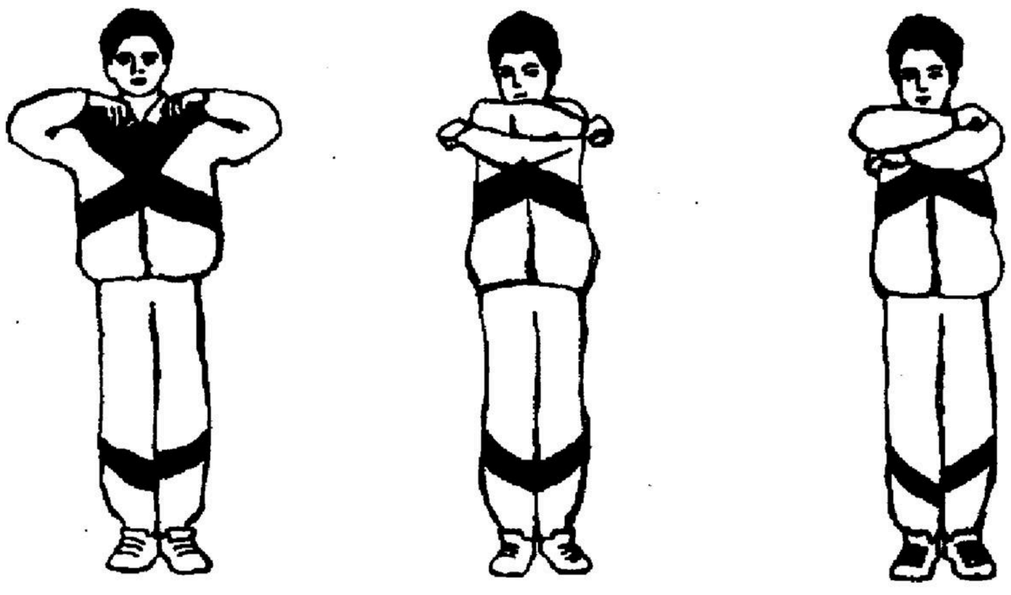
НЕДЕЛЯ 2

РАЗМИНКА ДЛЯ МУЗЫКАНТА

Вы начинающий певец или просто хотите научиться петь? Вам нужно сделать первый шаг – научиться правильно дышать.

Тренируем дыхание с помощью следующего упражнения:

«Обними плечи»
Исходное положение: стоя, руки согнуты и подняты до уровня плеч. Резко обнимаем себя за плечи, при объятии – вдох, при расслаблении – выдох. Руки во время «объятия» должны быть параллельно друг к другу, очень широко в стороны разводить не стоит. Выполните 12 «объятий».



НЕДЕЛЯ 3

ВНИМАНИЕ, ЗВУЧАТ ПРОФЕССИОНАЛЫ

Послушайте симфоническую сказку «Петя и волк» Сергея Прокофьева. Каждый персонаж представлен определенным инструментом и отдельным мотивом:

- Петя – смычковые струнные инструменты (преимущественно скрипки), до мажор, свободная и открытая мелодия в духе пионерского марша.
- Птичка – флейта в высоком регистре, соль мажор, виртуозные пассажи.
- Утка – гобой, ми-бемоль мажор/ля-бемоль мажор, «крякающая» мелодия в нижнем регистре.
- Кошка – кларнет, соль мажор, тема изображает грацию и мягкую поступь кошки.
- Дедушка – фагот, тема в си миноре, пунктирный ритм в нижнем и среднем регистре, имитирующий ворчание.
- Волк – три валторны, тема в соль миноре.
- Охотники – литавры и большой барабан (изображение выстрелов), духовые инструменты.

НЕДЕЛЯ 4

ГЛАВНЫЕ ПЕСНИ

Переходите по QR-коду и выучите одну из песен вместе с друзьями

Исполните песню хором на перемене.

Делитесь видео с собственным исполнением песен на страницах в социальных сетях с указанием верных хештегов!

9-11 КЛАССЫ

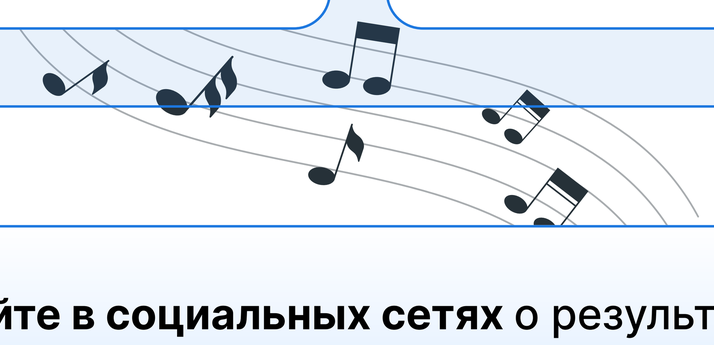
АПРЕЛЬ 2025

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ЗВУЧИ

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Сергей Васильевич Рахманинов – потомственный русский дворянин, гениальный пианист и композитор. У него были настолько большие руки и длинные пальцы, что при игре на рояле одной рукой он мог охватить до 12 белых клавиш. Для исполнения произведений Рахманинова от музыкантов требуется огромное терпение и техническое мастерство.



НЕДЕЛЯ 1

ПЛЕЙЛИСТ ПЕРВЫХ

Весна – это период обновления! А еще весна всегда вдохновляла композиторов разных стран и эпох.

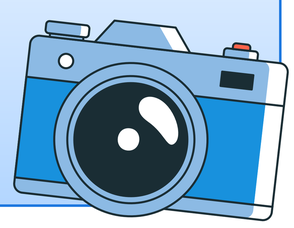
Обновите свой плейлист композициями о весне. Предложите друзьям составить аналогичные плейлисты. Сколько композиций у вас получилось?

Делитесь плейлистами на страницах в социальных сетях с указанием верных хештегов!



Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ЗВУЧИКАКПЕРВЫЕ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



Подписывайтесь на сообщество Платформа «Звучи» в VK, чтобы не пропустить дополнительный набор в Детский симфонический оркестр Первых.



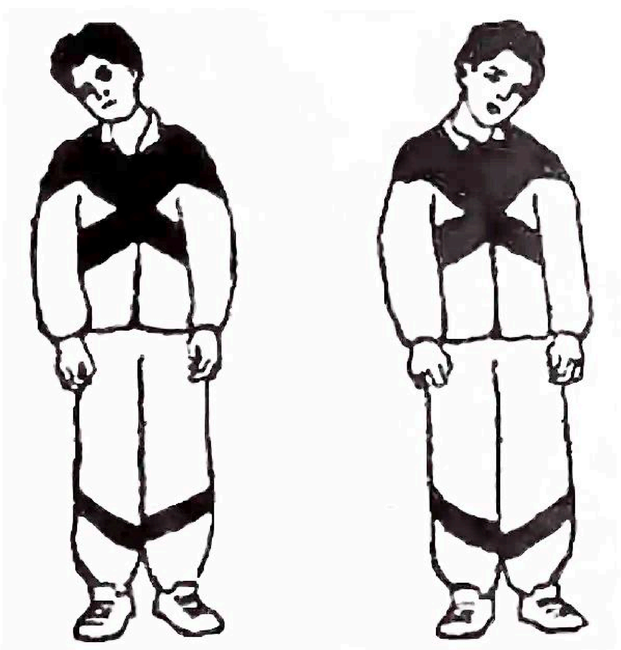
НЕДЕЛЯ 2

РАЗМИНКА ДЛЯ МУЗЫКАНТА

Вы начинающий певец или просто хотите научиться петь? Вам нужно сделать первый шаг – научиться правильно дышать.

Тренируем дыхание с помощью следующего упражнения:

«Ушки»
Исходное положение: стоя, ноги уже плеч, взгляд направлен вперед. Слегка наклоните голову вправо, ухо к правому плечу – вдох через нос. Выдох – в стандартном положении головы. Повторите такое же движение влево. Выполните 12 вдохов вместе с движениями. Выдыхая, не открывайте рот широко.



НЕДЕЛЯ 3

ХОТИТЕ СОЧИНЯТЬ СВОИ СОБСТВЕННЫЕ ПЕСНИ, НО НЕ ЗНАЕТЕ, С ЧЕГО НАЧАТЬ?

Переходите по QR-коду на страницу информационно -просветительского курса «Музыка+» от платформы «Звучи».

НЕДЕЛЯ 4

МУЗПРОСВЕТ

Проведите викторину на знание музыкальных инструментов среди младших ребят-участников вашего первичного отделения.

Договоритесь о проведении викторины и приглашении ребят, подготовьте задания на проверку знаний и творческие задания.

Подсказка: вы можете использовать искусственный интеллект.

СПО И ВУЗЫ

АПРЕЛЬ 2025

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ЗВУЧИ

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Музыка и основа текста гимна РФ были позаимствованы из гимна СССР, мелодию к которому написал Александр Александров на стихи Сергея Михалкова.

Это вдохновенное, эмоциональное произведение стало символом стойкости советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.

НЕДЕЛЯ 1

ПЛЕЙЛИСТ ПЕРВЫХ

Весна – это период обновления! А еще весна всегда вдохновляла композиторов разных стран и эпох.

Обновите свой плейлист композициями о весне. Предложите друзьям составить аналогичные плейлисты. Сколько композиций у вас получилось?

Делитесь плейлистами на страницах в социальных сетях с указанием верных хештегов!

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ЗВУЧИКАКПЕРВЫЕ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



Подписывайтесь на сообщество Платформа «Звучи» в VK, чтобы не пропустить дополнительный набор в Детский симфонический оркестр Первых.

НЕДЕЛЯ 2-4

ХОТИТЕ СОЧИНЯТЬ СВОИ СОБСТВЕННЫЕ ПЕСНИ, НО НЕ ЗНАЕТЕ, С ЧЕГО НАЧАТЬ?

Переходите по QR-коду
на страницу информационно
-просветительского курса
«Музыка+» от платформы «Звучи»:



1-4 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

19 апреля – День цирка
Ежегодно этот праздник отмечается в третью субботу апреля, начиная с 2010 года. Знаете ли вы, что самое опасное животное для дрессировки – медведь.
По нему не видно недовольства, отчего он может напасть совершенно внезапно.

НЕДЕЛЯ 1

ЭМОЦИИ АРТИСТА

Настоящий артист, будь он цирковым, эстрадным или драматическим актером, обязательно должен много работать над своей выразительностью и эмоциями.

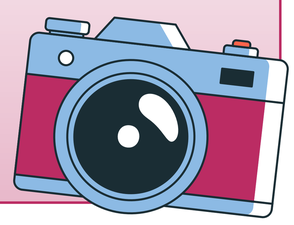
Подробнее об эмоциях и выразительности расскажет российская актриса театра и кино, телеведущая, народная артистка Российской Федерации и просто харизматичная Мария Аронова.

Переходите по QR-коду и осваивайте основы актерского мастерства!



Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ШКОЛЬНАЯКЛАССИКА
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



Подайте коллективную заявку от своего первичного отделения на участие в проекте «Театральная мастерская» и выполняйте вместе творческую работу к Международному дню цирка!

НЕДЕЛЯ 2

ОДЕНЬТЕ ЦИРКОВОГО АКТЕРА

Цирковое искусство – один из самых зрелищных видов творчества.

Попробуйте создать эскиз костюма цирковых артистов: переходите по QR-коду, скачайте предложенный шаблон, дорисуйте и раскрасьте силуэты детей и взрослых.

НЕДЕЛЯ 3

РЕПРИЗА

Один из самых известных российских цирковых артистов, чье имя сейчас носит Московский цирк на Цветном бульваре, – Юрий Никулин. Этот великий актер и «клоун с добрыми глазами» отдал цирку более 30 лет своей жизни.

Объединившись с ребятами, интересующимися театральным искусством, попробуйте повторить одну из его реприз. Например, репризу «Лошадки». Поработайте над актерским воображением и памятью физического действия: «оседлайте» воображаемую лошадь, попоите ее, двигайтесь плавно и грациозно.
С репризой можно познакомиться, перейдя по QR-коду:

НЕДЕЛЯ 4

ИЛЛЮЗИОНИСТЫ И ФОКУСНИКИ

Умеете ли вы делать фокусы и показывать иллюзии?
Иллюзионист – это артист, создающий видимость необъяснимых явлений с помощью ловкости рук и специальных устройств.

Поэкспериментируйте с новыми фокусами, которые можно найти по QR-коду:





Устройте день фокусников накануне Международного дня цирка (19 апреля) и удивляйте друзей, не раскрывая секретов!

5-8 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Круглая форма циркового манежа была придумана ради лошадей. Ведь для конных наездников, жонглирующих или выполняющих акробатические номера, нужно, чтобы лошадь шла ровным ходом, а добиться этого можно только при такой форме арены.

НЕДЕЛЯ 1

ЭМОЦИИ АРТИСТА

Настоящий артист, будь он цирковым, эстрадным или драматическим актером, обязательно должен много работать над своей выразительностью и эмоциями.

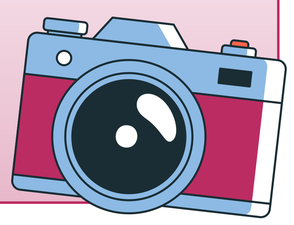
Подробнее об эмоциях и выразительности расскажет российская актриса театра и кино, телеведущая, народная артистка Российской Федерации и просто харизматичная Мария Аронова.

Переходите по QR-коду и осваивайте основы актерского мастерства!



Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ШКОЛЬНАЯКЛАССИКА
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



Подайте коллективную заявку от своего первичного отделения на участие в проекте «Театральная мастерская» и выполняйте вместе творческую работу к Международному дню цирка!

НЕДЕЛЯ 2

МАСТЕРСТВО ПОЛЕТА

Удивите своих друзей и одноклассников навыками жонглирования! Также навык жонглирования развивает концентрацию и улучшает мыслительные функции.

- Выберите предметы для жонглирования. Лучше всего подойдут теннисные мячики.
- Найдите место для тренировки.
- Научитесь ловить мяч. Нужно потренироваться перебрасывать мяч из доминирующей руки в недоминирующую и наоборот.
- Начните с работы с одним мячом. Нужно стараться подбрасывать мяч ровно вверх.
- Пробуйте жонглирование двумя мячами. Нужно взять по мячу в каждую руку и подбросить один из них вверх чуть по диагонали.
- Учитесь жонглированию тремя мячами. Нужно взять в ведущую руку два мяча, а в другую руку – один. Ведущей рукой бросить мячик, а когда он будет на самой высокой точке, совершить обмен второй рукой, чтобы из нее мячик прошел под первым. Когда второй мяч окажется наивысшим, бросить оставшийся мячик в ведущей руке. Затем попробовать выполнить это упражнение с противоположной руки.

Здорово получается!

НЕДЕЛЯ 3

РЕПРИЗА

Один из самых известных российских цирковых артистов, чье имя сейчас носит Московский цирк на Цветном бульваре, – Юрий Никулин. Этот великий актер и «клоун с добрыми глазами» отдал цирку более 30 лет своей жизни.

Объединившись с ребятами, интересующимися театральным искусством, попробуйте повторить одну из его реприз. Например, репризу «Лошадки». Поработайте над актерским воображением и памятью физического действия: «оседлайте» воображаемую лошадь, попоите ее, двигайтесь плавно и грациозно.
С репризой можно познакомиться, пройдя по QR-коду:

НЕДЕЛЯ 4

ИЛЛЮЗИОНИСТЫ И ФОКУСНИКИ

Умеете ли вы делать фокусы и показывать иллюзии?

Изначально иллюзии использовались шаманами для внушения, а позже стали развлечением. Вместе с младшими и старшими ребятами устройте день фокусников накануне Международного дня цирка и удивляйте друзей!

Пройдите по QR-коду и изучайте технику демонстрации фокусов!

9-11 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Манеж в цирке всегда одного и того же диаметра, независимо от количества мест и размера здания. Причем такие стандарты существуют во всем мире. Диаметр манежа – 13 метров.

НЕДЕЛЯ 1

ЭМОЦИИ АРТИСТА

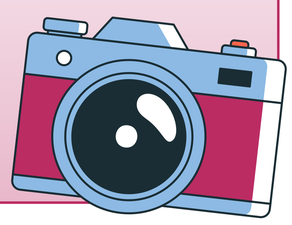
Настоящий артист, будь он цирковым, эстрадным или драматическим актером, обязательно должен много работать над своей выразительностью и эмоциями.

Подробнее об эмоциях и выразительности расскажет российская актриса театра и кино, телеведущая, народная артистка Российской Федерации и просто харизматичная Мария Аронова.

Переходите по QR-коду и осваивайте основы актерского мастерства!

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ШКОЛЬНАЯКЛАССИКА
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



Подайте коллективную заявку от своего первичного отделения на участие в проекте «Театральная мастерская» и выполняйте вместе творческую работу к Международному дню цирка!

НЕДЕЛЯ 2

ТРЕНИРУЕМ АРТИКУЛЯЦИЮ

Чтобы выглядеть на публичных выступлениях профессионально и уверенно, устройте себе вызов: в течение апреля каждый день читайте по пять раз одну-две скороговорки из предложенных.

Старайтесь «утрировать» произношение, то есть намеренно очень четко выговаривать каждый звук, специально усиливая его звучание, будто делая акцент на каждой букве.

Сканируйте QR-код и скачивайте список скороговорок.



НЕДЕЛЯ 3-4

ИЛЛЮЗИОНИСТЫ

Развить творческие навыки и умение работать в команде можно изучив основы циркового искусства и фокусов.

Примеры тем исследования:
- история циркового искусства;
- разнообразие цирковых номеров (акробатика, жонглирование, эквилибристика и т. д.);
- известные цирковые артисты и их достижения;
- основы иллюзий и фокусов: как это работает?

Посмотрев видео-уроки, как показывать фокусы, разучите понравившиеся и удивите младших ребят.

Поэкспериментируйте с фокусами, которые можно найти по QR-коду:



Организуйте урок демонстрации и разоблачения фокусов. Почувствуйте себя великим иллюзионистами!

СПО И ВУЗЫ

АПРЕЛЬ 2025

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Ведущий цирковой программы называется шпрехшталмейстер. Он объявляет номера программы, участвует в клоунских постановках, следит за соблюдением правил безопасности.

НЕДЕЛЯ 1

ЭМОЦИИ АРТИСТА

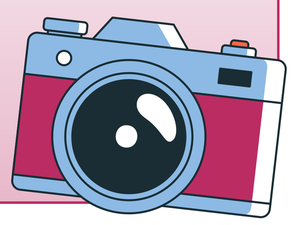
Настоящий артист, будь он цирковым, эстрадным или драматическим актером, обязательно должен много работать над своей выразительностью и эмоциями.

Подробнее об эмоциях и выразительности расскажет российская актриса театра и кино, телеведущая, народная артистка Российской Федерации и просто харизматичная Мария Аронова.

Переходите по QR-коду и осваивайте основы актерского мастерства!

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ШКОЛЬНАЯКЛАССИКА
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



Подайте коллективную заявку от своего первичного отделения на участие в проекте «Театральная мастерская» и выполняйте вместе творческую работу к Международному дню цирка!

НЕДЕЛЯ 2

ТРЕНИРУЕМ АРТИКУЛЯЦИЮ

Чтобы выглядеть на публичных выступлениях профессионально и уверенно, устройте себе вызов: в течение апреля каждый день читайте по пять раз одну-две скороговорки из предложенных.

Старайтесь «утрировать» произношение, то есть намеренно очень четко выговаривать каждый звук, специально усиливая его звучание, будто делая акцент на каждой букве.

Сканируйте QR-код и скачивайте список скороговорок.



НЕДЕЛЯ 3-4

ЛЕГЕНДА ЦИРКА

Юрий Никулин – один из самых известных российских цирковых артистов, чье имя носит Московский цирк на Цветном бульваре.

Он не только блистал в кино, но и 30 лет посвятил цирку, став «клоуном с добрыми глазами». До творческой карьеры Юрий прошел две войны, включая Великую Отечественную, где даже на фронте занимался творчеством. В 1944 году он организовал концерт для солдат, который прошел с успехом, несмотря на его скромное мнение об этом.

Узнайте больше о биографии Никулина и обсудите с друзьями самые яркие моменты его жизни!



1-4 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

ЭКОЛОГИЯ. ЮННАТЫ ПЕРВЫХ

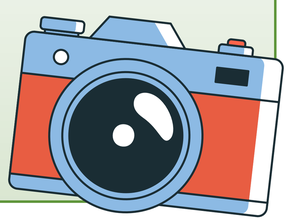
Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Мурмурация – это явление скоординированного полета огромных стай птиц, образующих динамические объемные фигуры.

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ЮННАТЫПЕРВЫХ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



НЕДЕЛЯ 1

ПРИРОДНЫЕ НАБЛЮДЕНИЯ

Приходит весна, а вместе с ней меняются и погодные условия!

В этом месяце давайте понаблюдаем за погодой и зафиксируем наблюдения в рабочем листе. Переходите по QR-коду, скачивайте и распечатывайте рабочий лист!



Вклеивайте рабочий лист в ваши дневники юннатов! Сколько солнечных дней в этом месяце вы насчитаете?

Подавайте заявку на Всероссийский проект «Юннаты Первых».

Станьте частью большого экологического сообщества, историю которого пишете вы!

НЕДЕЛЯ 2

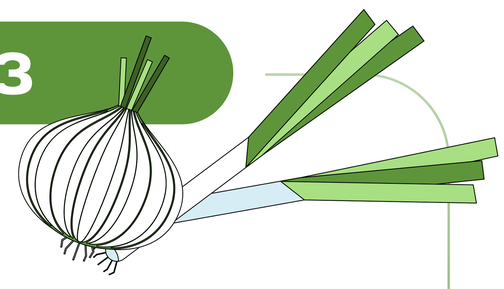


ПОЧЕМУ ИСЧЕЗАЮТ ПОДСНЕЖНИКИ?

Некоторые виды подснежников занесены в Красную книгу России и региональные Красные книги. Что стало причиной исчезновения? Предлагаем изучить проблему и привлечь к ней внимание, сделав подснежник из бумаги.

1. Возьмите бумагу и вырежьте по трафарету подснежник. Трафарет можно скачать, пройдя по QR-коду.
2. Сомните трафарет цветка, чтобы бумага стала объемной.
3. Придумайте фон для вашего подснежника. Им может стать узнаваемая локация вашего региона.
4. Приклейте на бумажный фон готовый цветок и его стебель. Подпишите интересный факт, который вы узнали о подснежниках.

НЕДЕЛЯ 3



ЛУКОВЫЕ ГОНКИ

Устройте луковые гонки. Принесите в класс лук и поставьте его в банку с водой или в банку с землей (корнями вниз). Наблюдайте как растет лук, и делайте заметки.

Через пару недель подведите итог, у кого лук вырос выше всех. **Подумайте, какие условия повлияли на рост лука, поделитесь своими выводами с ребятами.**

НЕДЕЛЯ 4

ПРИВЕДИТЕ СТРАНУ В ПОРЯДОК!

С 21 по 27 апреля 2025 года пройдет Всероссийская неделя субботников «Мы за чистоту!».

В эти дни все участники Движения Первых объединяются с наставниками, учителями и родителями, чтобы благоустроить территорию своих родных и исторических мест.

Объединяйтесь и вы, чтобы принять участие в самом масштабном субботнике нашей страны!

5-8 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

ЭКОЛОГИЯ. ЮННАТЫ ПЕРВЫХ

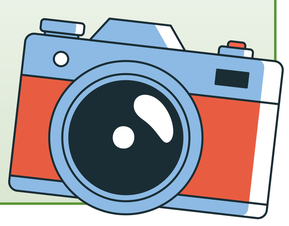
Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Микропластик окружает человека всюду.
Микропластик – это маленькие частицы пластика менее 5 мм, которые возникают при распаде посуды и других пластиковых предметов. Цветные вкрапления в зубной пасте и стиральном порошке – это микропластик.

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ЮННАТЫПЕРВЫХ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



Подавайте заявку на Всероссийский проект «Юннаты Первых».

Станьте частью большого экологического сообщества, историю которого пишете вы!

НЕДЕЛЯ 1

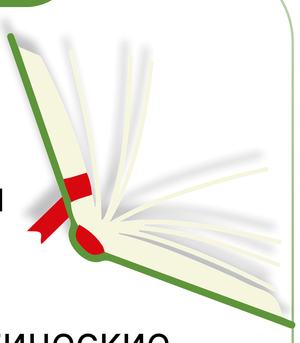
ПРИРОДНЫЕ НАБЛЮДЕНИЯ

Приходит весна, а вместе с ней меняются и погодные условия! Давайте понаблюдаем за погодой, а точнее за облаками, и зафиксируем наблюдения в дневнике юнната. Скачайте трафарет инструмента, который называется «ловец облаков». Для этого отсканируйте QR-код:

1. Отметьте дату, время и место наблюдения за облаками.
2. Определите облачность. Облачность и типы облаков определяют визуально с открытого места с хорошим обзором с помощью ловца облаков. Безоблачное небо – 0 баллов, небо полностью покрыто облаками – 10 баллов.
3. В дневнике юнната укажите сведения об изменениях погоды в разное время суток.

НЕДЕЛЯ 2

ДНЕВНИК ЮННАТА



Пришло время заполнять собственный экологический дневник!

Выпишите в дневник юнната все экологические понятия, которые вам знакомы. Отправляйтесь на улицу и постарайтесь зафиксировать, где вы можете встретить то или иное явление.

Например: загрязнение окружающей среды – рядом с мусорными контейнерами, в пикниковой зоне в парке и т. д.

Составьте карту экологических понятий с результатами своих наблюдений.

НЕДЕЛЯ 3

ПОЧЕМУ ИСЧЕЗАЮТ ПОДСНЕЖНИКИ?

В апреле появляются подснежники. Они красивы, люди собирают их для украшения дома. Однако, собирать их нельзя – они занесены в Красную книгу и находятся на грани исчезновения.

Предложите людям альтернативу – украшать дом искусственными цветами или выращивать садовые первоцветы, которые не вредят природе. Расскажите о своих предложениях в социальных сетях.

Подсказка: для повышения разнообразия растений дома можно устраивать обмен черенками с друзьями.

НЕДЕЛЯ 4

ПРИВЕДИТЕ СТРАНУ В ПОРЯДОК!

С 21 по 27 апреля 2025 года пройдет Всероссийская неделя субботников «Мы за чистоту!».

В эти дни все участники Движения Первых объединяются с наставниками, учителями и родителями, чтобы благоустроить территорию своих родных и исторических мест.

Объединяйтесь и вы, чтобы принять участие в самом масштабном субботнике нашей страны!

9-11 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

ЭКОЛОГИЯ. ЮННАТЫ ПЕРВЫХ

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Избыточное производство пищевых продуктов – угроза экологии. В среднем каждый житель страны выбрасывает 80 кг пищи в год. Помимо очевидных финансовых убытков, выкинутая еда оборачивается лишней тратой воды и энергии, вредом от отходов и повышенным использованием ресурсов леса и почвы.

НЕДЕЛЯ 1

ПРИРОДНЫЕ НАБЛЮДЕНИЯ

Приходит весна, а вместе с ней меняются и погодные условия! Давайте понаблюдаем за погодой, а точнее за облаками, и зафиксируем наблюдения в дневнике юнната.

Подготовьте следующие приборы, которые могут пригодиться: термометр, барометр, флажок и компас, ловец облаков.

1. Отметьте дату и место проведения наблюдений.
2. Определите атмосферное давление с помощью барометра.
3. Определите направление ветра. Для этого встаньте с той стороны горизонта, откуда дует ветер, в течение двух минут держите флажок и определите среднее направление по компасу.
4. Определите облачность. Облачность и типы облаков определяют визуально с открытого места с хорошим обзором с помощью ловца облаков.
   Безоблачное небо – 0 баллов, небо полностью покрыто облаками – 10 баллов.

Скачать ловец можно, пройдя по QR-коду:

5. Определите атмосферные явления (осадки, дымка, туман, роса, мгла, электрические и звуковые явления). Они определяются визуально.

НЕДЕЛЯ 4

ПРИВЕДИТЕ СТРАНУ В ПОРЯДОК!

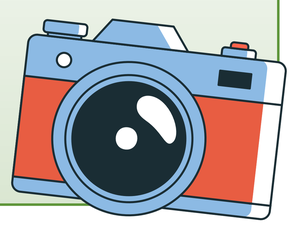
С 21 по 27 апреля 2025 года пройдет Всероссийская неделя субботников «Мы за чистоту!».

В эти дни все участники Движения Первых объединяются с наставниками, учителями и родителями, чтобы благоустроить территорию своих родных и исторических мест.

Объединяйтесь и вы, чтобы принять участие в самом масштабном субботнике нашей страны!

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ЮННАТЫПЕРВЫХ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



НЕДЕЛЯ 2

ЭКО-ПРОФЕССИИ

В мире существует множество профессий, связанных с заботой об окружающей среде: врач-ветеринар, специалист по экологическому проектированию, инженер-биолог и другие.

Предположите, какие профессии могут возникнуть в будущем.
Подсказка: познакомьтесь с существующими профессиям, перейдя по QR-коду.

Выберите одну из профессий и расскажите, как бы вы могли изменить мир, если бы владели ею. Пригодится ли человек с новыми прикладными навыками в работе первичного отделения? **Расскажите свою историю в социальных сетях с указанием правильных хештегов.**

НЕДЕЛЯ 3

ПОЧЕМУ ИСЧЕЗАЮТ ПОДСНЕЖНИКИ?

В апреле появляются подснежники. Они красивы, люди собирают их для украшения дома. Однако, собирать их нельзя – они занесены в Красную книгу и находятся на грани исчезновения.

Предложите оригинальное решение по сохранению этого редкого вида растений.

1. Узнайте, где неподалеку от вас могут расти подснежники.
2. Обсудите с друзьями, какое решение можно предложить для того, чтобы люди не срывали и не вытаптывали подснежники.
3. Подготовьте информационный плакат для младших ребят и разместите на стенде первичного отделения с информацией по теме и предложением решения проблемы.

1-4 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

СПОРТ И ЗОЖ

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Ваш мозг вырабатывает столько электричества, что его хватило бы, чтобы зажечь маленькую лампочку мощностью в 20 Ватт! Для освещения одной комнаты потребуется 3 человека.

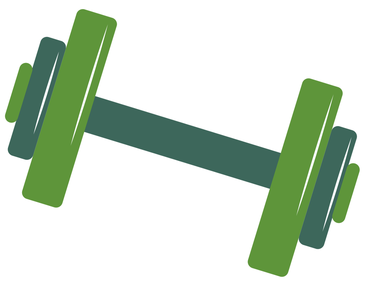
НЕДЕЛЯ 1

БОДРАЯ ЗАРЯДКА

В апреле каждое утро начинаем с небольшой 5-минутной зарядки.

Придумайте веселые упражнения в стиле животных:

- в лесу;
- в море;
- дома;
- в зоопарке.



Проводите выдуманную зарядку на перемене каждый день, чтобы размяться!

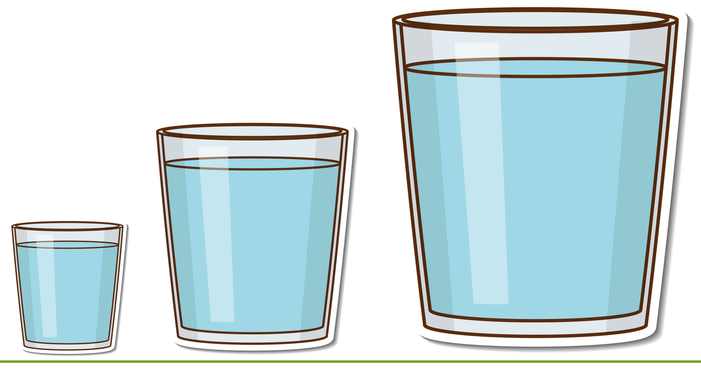
НЕДЕЛЯ 2

ТЕЛО ЧЕЛОВЕКА СОСТОИТ НА 70% ИЗ ВОДЫ

На этой неделе учимся поддерживать водный баланс. Для того, чтобы наше тело правильно функционировало, необходимо употреблять достаточный объем чистой воды в день.

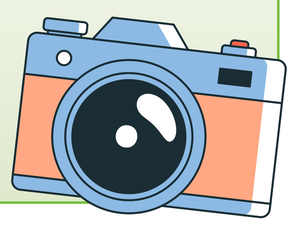
Рекомендуется выпивать 30–35 мл воды на 1 кг веса тела в день.

Заведите себе план по употреблению воды и отмечайте каждый раз, как выпьете стаканчик чистой воды.



Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ВЫЗОВПЕРВЫХ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



НЕДЕЛЯ 3-4

ЛЕСЕНКА С ПРИСЕДАНИЯМИ

В последние недели предлагаем вам сосредоточиться на развитии выносливости! Примите спортивный вызов и выполняйте упражнения вместе.

- Соберитесь в группу из 10 человек.
- Начните с разминки перед выполнением упражнений.
- Затем выстройтесь в линию или круг.
- Первый участник выполняет одно приседание и возвращается в исходное положение. Каждый следующий участник добавляет по одному приседанию (1, 2, 3 и так далее).

После достижения максимального числа количество приседаний уменьшается в обратном порядке.

Для усложнения задания можно добавить хлопки, прыжки или организовать соревнование между командами.



5-8 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

СПОРТ И ЗОЖ

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Во время занятий спортом в организме человека вырабатываются эндорфины – гормоны счастья.

НЕДЕЛЯ 1

НЕДЕЛЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

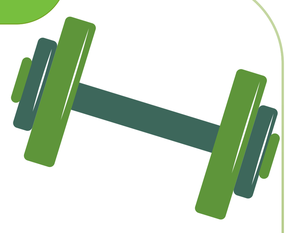
На этой неделе мы начнем вырабатывать полезные привычки.

Пробуйте просыпаться каждый день в одно и то же время. Для этого необходимо соблюдать режим сна: спите не менее 8 часов, чтобы ваш организм смог полностью восстановиться за ночь. **Важно не забывать про режим и на выходных!**



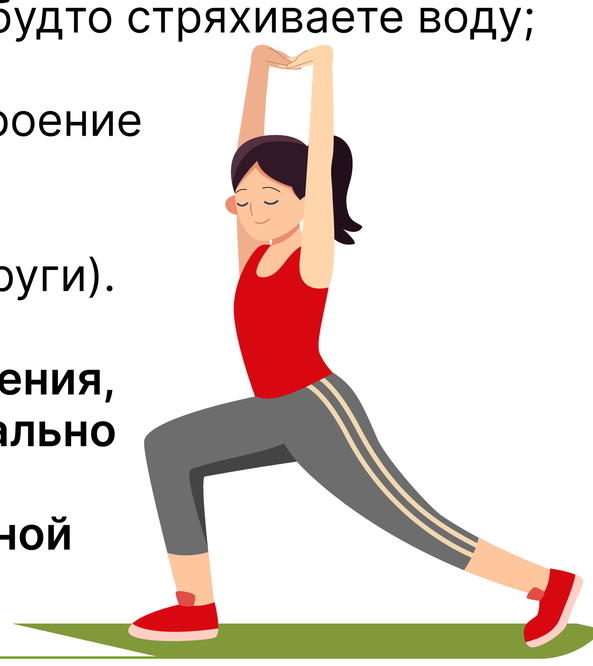
НЕДЕЛЯ 4

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ РАЗРЯДКА



Мы переживаем, и организм накапливает стресс. Предлагаем вам разрядиться и выполнить упражнения для эмоционального отдыха:

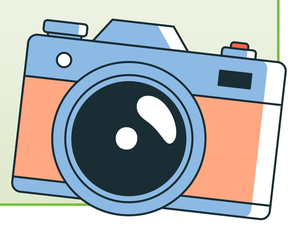
- устройте танцевальную пятиминутку под энергичную музыку;
- поиграйте в «Сброс напряжения»: потрясите руками и ногами, как будто стряхиваете воду;
- нарисуйте эмоции: изобразите свое настроение (например, «гнев» – красные мазки, «радость» – желтые круги).



Выполняя эти упражнения, вы сможете эмоционально перезагрузиться, особенно после сложной контрольной!

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ВЫЗОВПЕРВЫХ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



НЕДЕЛЯ 2-3

БУДЬТЕ ПРИМЕРОМ



В эти две недели вы разработаете планер полезных привычек для младших ребят.

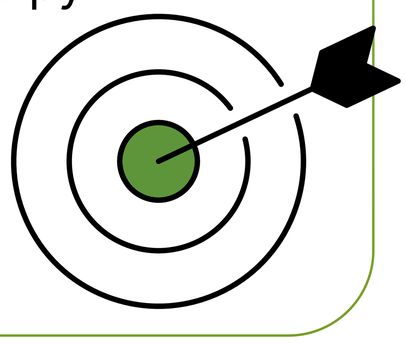
1. **Выберите привычки:** 3–5 простых действий (чистка зубов, зарядка, чтение 10 минут, уборка игрушек).

2. **Создайте дизайн:**
- нарисуйте таблицу на листе А4: дни недели (строки)/привычки (столбцы);
- используйте яркие цвета, картинки вместо текста (например, зубная щетка для утреннего ритуала);
- добавьте место для наклеек/стикеров (звездочки, смайлики) за выполнение.

3. **Разработайте систему поощрений:**
- внесение результатов в турнирную таблицу по первичному отделению;
- создайте «достижения»: «Чемпион чистоты», «Спортсмен дня».

4. **Вовлеките ребят:**
- с помощью старших распечатайте планер и раздайте по экземпляру каждому.

Выберите себе несколько подопечных и отслеживайте их прогресс!



9-11 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

СПОРТ И ЗОЖ

Первые

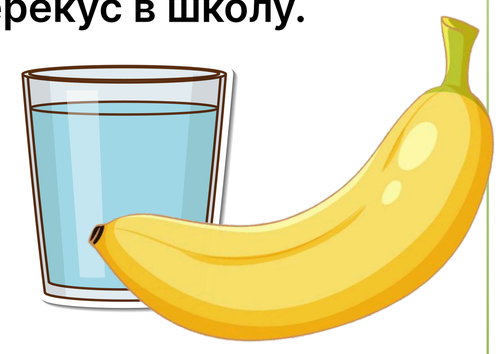
ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Всего 30 минут ежедневных физических упражнений могут улучшить память, концентрацию и настроение благодаря выработке эндорфинов и улучшению кровообращения в мозге.

НЕДЕЛЯ 1

ВИТАМИНЫЙ КОКТЕЙЛЬ

Приготовьте себе полезный перекус в школу.



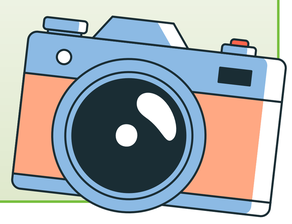
Ингредиенты:
- 1 пакетик овсяных отрубей;
- 1 стакан любых ягод;
- 1 банан;
- 100 г творога;
- 1 стакан молока;
- 2 ст. л. ванильного мороженого.

(Если у вас есть аллергия на какой-либо продукт, его можно заменить на любой другой по вашему вкусу).

Способ приготовления:
Порежьте банан кубиками, поместите его вместе с ягодами в чашу миксера, добавьте остальные ингредиенты и взбейте в воздушное пюре блендером. Налейте смузи в переносной стакан и наслаждайтесь вкусным перекусом!

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ВЫЗОВПЕРВЫХ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



НЕДЕЛЯ 2

РАЗГОВОРЫ О ПОЛЕЗНОМ

Лучший способ отточить мастерство – научить других. Проведите тематическую беседу с младшими ребятами на тему здорового образа жизни.

Расскажите интересные факты о том, как работает наше тело, и обсудите, какие полезные привычки можно вводить каждый день, чтобы здоровье было в порядке!

НЕДЕЛЯ 3

ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ

На этой неделе внедряем полезные привычки.

1. Исключите просмотр телевизора за 1,5 часа до сна, так как синий свет экранов подавляет выработку мелатонина, а эмоциональное возбуждение от контента мешает расслаблению.
2. Проветрите комнату перед сном, чтобы насытить воздух кислородом и создать прохладную температуру (18–22 °C), способствующую быстрому засыпанию.
3. Задерните шторы, чтобы блокировать свет, который нарушает выработку мелатонина и мешает глубокому сну.

Теперь, когда вы узнали о полезных привычках перед сном, попробуйте создать свой собственный «Сонный ритуал». Напишите 3–5 шагов, которые вы будете выполнять каждый вечер перед сном, чтобы помочь себе лучше отдыхать.

Поделитесь с друзьями идеями!

НЕДЕЛЯ 4

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ РАЗРЯДКА

Мы переживаем, и организм накапливает стресс. Предлагаем вам разрядиться и выполнить упражнения для эмоционального отдыха:

1. Прогрессивная мышечная релаксация: напрягайте и расслабляйте мышцы попеременно, начиная с пальцев ног и заканчивая головой. Это помогает снять физическое напряжение.
2. Крик или смех: посмотрите смешное видео или почитайте анекдоты, чтобы поднять настроение.
3. Прогулка на природе: прогуляйтесь по парку или лесу, сосредоточьтесь на звуках природы и свежем воздухе.
4. Арт-терапия: создайте коллаж из журналов или фотографий, который отражает ваши эмоции и мечты.

СПО И ВУЗЫ

АПРЕЛЬ 2025

СПОРТ И ЗОЖ

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В среднем мозг тратит около 20% от общего количества калорий, потребляемых организмом за день. Это примерно 250–400 калорий для взрослого человека с нормальным весом (при суточной норме 2 000-2 500 калорий).

НЕДЕЛЯ 1



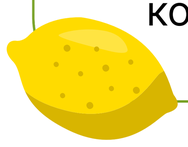
ВИТАМИННЫЙ КОКТЕЙЛЬ

Смузи – это коктейль из свежих овощей и фруктов, перемолотых в блендере в собственном соку. Благодаря высокой концентрации витаминов и клетчатки, содержащихся в продуктах, их комбинация в виде коктейля бодрит и снижает чувство голода.

Вот интересные сочетания для смузи:

1. Шпинат + яблоко + банан + киви + вода.
2. Морковь + апельсин + имбирь + вода или апельсиновый сок.
3. Клубника + черника + малина + свекла + йогурт (можно использовать замороженные ягоды).
4. Огурец + сельдерей + яблоко + лимон + петрушка + вода.
5. Хурма + апельсин + банан + 1 щепотка молотой корицы.







НЕДЕЛЯ 2

ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ

На этой неделе внедряем полезные привычки:

1. Пейте 1,5–2 литра чистой воды в день. Даже легкое обезвоживание (1-2% от массы тела) может ухудшить концентрацию, память и настроение, так как мозг на 75% состоит из воды.

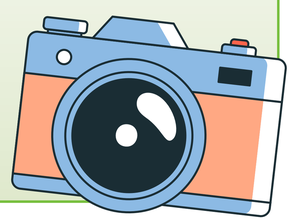
2. Ложитесь и вставайте в одно и то же время каждый день, даже в выходные, чтобы синхронизировать циркадные ритмы и улучшить качество сна.

3. Наладьте питание. Ваш рацион настраивается в зависимости от физической активности. Здоровьем всего тела управляет кишечник, поэтому важно соблюдать баланс белков, жиров и углеводов.



Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ВЫЗОВПЕРВЫХ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



НЕДЕЛЯ 3-4

ЗОЖ В ДНК

Здоровый образ жизни – это то, что нужно каждому, чтобы предупредить возникновение болезней, чувствовать себя бодрее и раскрыть потенциал вашего тела.

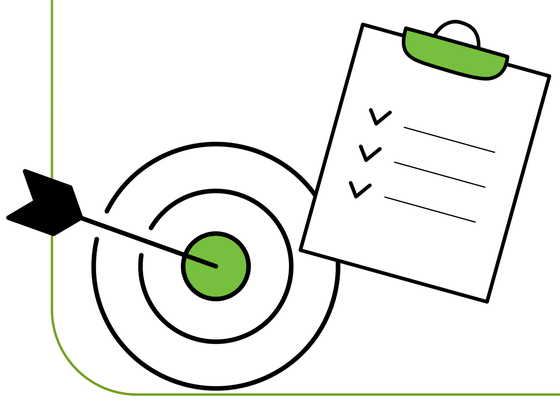
Придумайте способ, как приобщить к здоровому образу жизни ребят в вашем учебном заведении.
Вот несколько идей:

1. Организуйте еженедельный лекторий по определенным тематикам.

2. Сделайте практику полезных привычек удобной: договоритесь об установке торгового автомата с полезной готовой пищей, организуйте местный спортзал и капсулу для отдыха.

3. Создайте лиги по разным видам спорта и поощряйте их регулярные тренировки.

Не забудьте, что лучшая мотивация – это личный пример!





1-4 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

ТРУД, ПРОФЕССИЯ И СВОЕ ДЕЛО

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Профессии будущего – это профессии на стыке нескольких дисциплин, которые появятся через 15-20 лет. Они дополнят или заменят уже существующие.

Вот несколько примеров профессий будущего:
1. Кибербезопасный психолог.
2. Специалист по адаптивному обучению.
3. Специалист по робототехнике в медицине.

НЕДЕЛЯ 1

КТО Я? УГАДАЙ ПРОФЕССИЮ

В перерыве между занятиями или во время прогулки предлагаем вам поиграть в забавную игру.

Вам потребуются стикеры и фломастеры.

Прикрепите друг другу на спины стикеры с названиями существующих профессий. **Задача каждого игрока** – отгадать профессию, которая у него на спине. Выигрывает тот, кто отгадает свою профессию первым!

НЕДЕЛЯ 4

КНИГА ПРОФЕССИЙ БУДУЩЕГО

Вместе с друзьями создайте книгу профессий будущего!

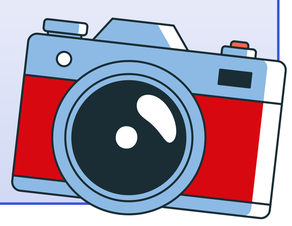
Предложите каждому из ребят создать страницу для общей книги, на которой нужно нарисовать и описать профессию будущего.

Нужно объяснить, что это за профессия, что нужно для ее освоения и какие функции будет выполнять практикующий специалист.

Сохраните книгу и загляните в нее через 7-10 лет!

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ПЕРВЫЕВПРОФЕССИИ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



НЕДЕЛЯ 2-3

А МОЙ ПАПА – ИНЖЕНЕР! А МОЯ МАМА РАБОТАЕТ В ДВИЖЕНИИ ПЕРВЫХ!

Предложите учителю в течение месяца организовать встречи с родителями, чтобы они рассказали о своих профессиях. Ведь наши мамы и папы – самые классные профессионалы в своем деле!



Не забудьте сделать памятные фотографии, чтобы потом организовать выставку профессий в классе!

5-8 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

ТРУД, ПРОФЕССИЯ И СВОЕ ДЕЛО

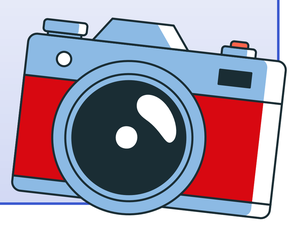
Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Среднестатистический человек почти половину своей жизни проводит на работе.

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ПЕРВЫЕВПРОФЕССИИ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



НЕДЕЛЯ 1-2

ТИШЕ ЕДЕШЬ – ДАЛЬШЕ БУДЕШЬ

Транспорт будущего – как бы он выглядел? Создайте макет такого транспортного средства и организуйте небольшую выставку в своей школе!

Для создания макета вы можете использовать любые материалы. Предложите своему учителю мастерить макеты на уроке труда.

Организуйте выставку и продемонстрируйте свои разработки всему первичному отделению!

НЕДЕЛЯ 3

ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОФЕССИЙ

Выберите профессию, которая вас интересует, и проведите исследование: изучите необходимые навыки, образование, среднюю зарплату, перспективы развития.

Свое исследование представьте в виде презентации или инфографики и презентуйте ребятам в первичном отделении!

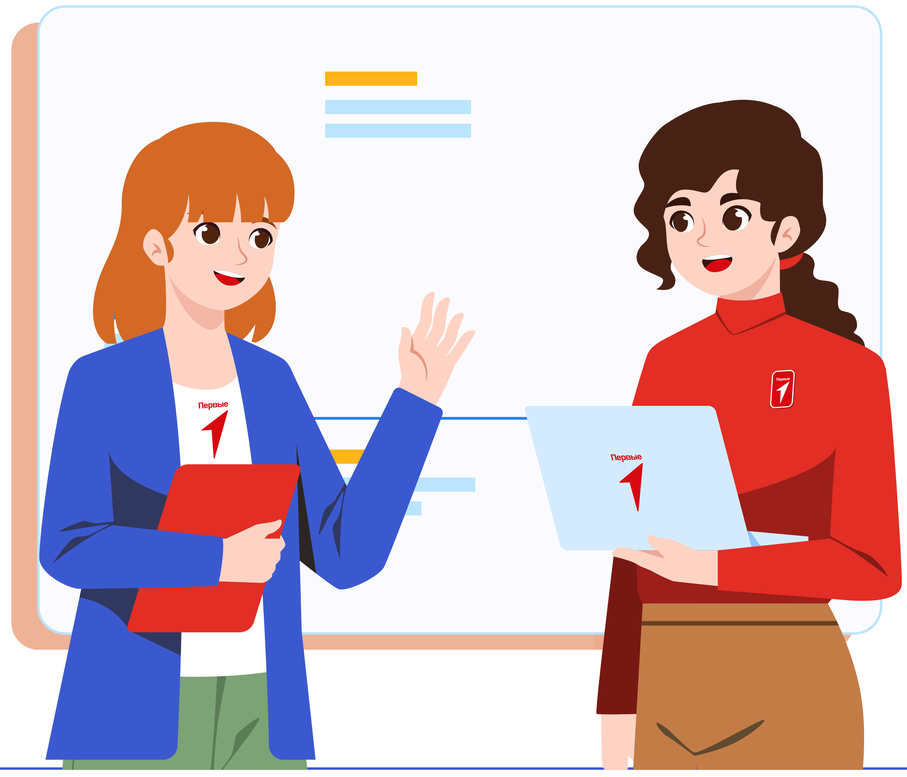


НЕДЕЛЯ 4

КАРТА ПРОФЕССИЙ РЕГИОНА

Вместе с друзьями создайте карту региона с отмеченными на ней профессиями, характерными для разных городов и типов местности. Выясните, какие профессии востребованы на рынке труда региона и выделите их.

Разместите карту в холле, чтобы все могли с ней ознакомиться!



9-11 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

ТРУД, ПРОФЕССИЯ И СВОЕ ДЕЛО

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В современном мире насчитывается более 40 000 зарегистрированных профессий. При этом, чем быстрее развивается цивилизация, тем быстрее возникают новые профессии.

НЕДЕЛЯ 1

КТО ТАКОЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ?

Придумайте, как творчески можно ответить на этот вопрос.

Пройдите онлайн-курс от Движения первых и Деловой среды и получите сертификат! Доступ к онлайн-курсу открыт для вас по QR-коду:

После прохождения курса сделайте вывод: подходит ли вам предпринимательство как вид занятости в будущем.

НЕДЕЛЯ 2

КРУГОВОРОТ ПРОФЕССИЙ

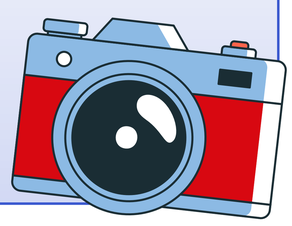
Выбор профессии – дело непростое. Было бы здорово «попробовать» все профессии, чтобы не ошибиться с выбором учебного заведения для их освоения!

Придумайте, как познакомить ребят в вашем первичном отделении с различными профессиями.

Обменяйтесь сведениями и проанализируйте, какая из них вам подходит.

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ПЕРВЫЕВПРОФЕССИИ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



НЕДЕЛЯ 3-4

КВЕСТ «ВСЕ ПРОФЕССИИ ВАЖНЫ»

Помогите младшим ребятам найти свое призвание уже сейчас и организуйте для них профориентационный квест!

• Составьте маршрутный лист квеста, сценарий его проведения. Выберите ведущих.

• Задания могут включать вопросы на знание классических профессий, экономической географии и другие.

Подсказка: для разработки заданий и написания сценария можно использовать искусственный интеллект.



СПО И ВУЗЫ

АПРЕЛЬ 2025

ТРУД, ПРОФЕССИЯ И СВОЕ ДЕЛО

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Среднестатистический человек почти половину своей жизни проводит на работе, поэтому выбирайте работу по зову сердца!

НЕДЕЛЯ 1-2

ПОКАЖИТЕ ПРОФЕССИЮ!

Подготовьте инсталляцию по профилю вашего обучения.

Отразите в ней вашу будущую профессию, ее особенности и необходимые навыки.

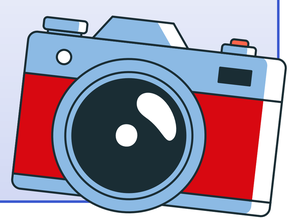
Подготовьте выставку с презентациями своих инсталляций и пригласите школьников на вашу выставку!

Подсказка: добавьте мастер-классы и лекторий для самых любознательных.



Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ПЕРВЫЕВПРОФЕССИИ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



НЕДЕЛЯ 3-4

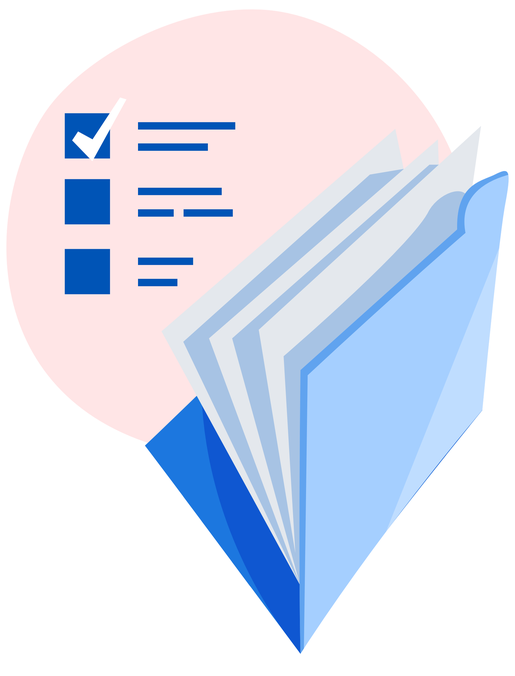
КВЕСТ «ВСЕ ПРОФЕССИИ ВАЖНЫ»

Помогите младшим ребятам найти свое призвание уже сейчас и организуйте для них профориентационный квест!

• Составьте маршрутный лист квеста, сценарий его проведения. Выберите ведущих.

• Задания могут включать вопросы на знание классических профессий, экономической географии и другие.

Подсказка: для разработки заданий и написания сценария можно использовать искусственный интеллект.



1-4 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Нос человека может запомнить более 50 000 разных запахов, а некоторые из них могут вызывать яркие воспоминания, например о любимых праздниках или каникулах.

НЕДЕЛЯ 1

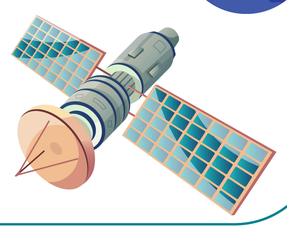
СОЛНЕЧНАЯ СИСТЕМА

Встречаем День космонавтики (12 апреля) с интересными идеями!

Создайте макеты солнечной системы, ракеты или космодрома.

Узнайте, как используя технику папье-маше, цветные бумажки, картон или пластилин, пустые пластиковые бутылки, картонные коробки и другие материалы, создать космические объекты.





Устройте выставку!

НЕДЕЛЯ 2

ЦВЕТНАЯ КАПЛЯ

Предлагаем вам провести опыт, чтобы проверить, смешивается ли вода с растительным маслом.

Для этого вам понадобится:

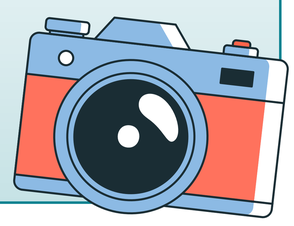
- стакан с водой,
- растительное масло,
- пищевой краситель.



Налейте воду в стакан, добавьте несколько капель пищевого красителя. Затем аккуратно добавьте немного растительного масла. Вы заметите, что масло останется сверху и не опустится на дно. **Это происходит потому, что вода и масло не могут смешиваться – они имеют разные плотности.**

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ПЕРВЫЕВНАУКЕ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



НЕДЕЛЯ 3

НЕВИДИМЫЕ ЧЕРНИЛА

Вместе со взрослыми проведите эксперимент с невидимыми чернилами!



Для этого вам понадобится:

- лимонный сок или уксус,
- ватная палочка,
- бумага,
- утюг.

Обмакните ватную палочку в лимонный сок или уксус, напишите ей что-нибудь на листе бумаги. Дайте надписи высохнуть. Чтобы увидеть написанное, прогладьте бумагу утюгом.

При нагревании сок становится видимым, так как химический состав лимонного сока (или уксуса) изменяется под воздействием тепла.

НЕДЕЛЯ 4

ИЗГОТОВЛЕНИЕ БУМАГИ

На этой неделе создаем бумагу своими руками!

- Организуйте сбор ненужной бумаги и макулатуры.
- Изучите способы изготовления бумаги в домашних условиях и проведите эксперимент по изготовлению бумаги в классе.

Как только бумага будет готова, распределите ее между одноклассниками и используйте для рисования. **Ну что, готовы к открытию собственного бумажного завода?**

5-8 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ

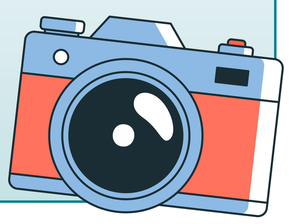
Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В пустыне Атакама (Чили), одном из самых засушливых мест на Земле, местные жители собирают воду прямо из тумана, используя специальные сети, натянутые между столбами. Туман оседает на них каплями, и так можно получать до 10 литров воды в день с одного квадратного метра!

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ПЕРВЫЕВНАУКЕ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ

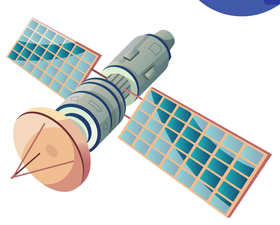


НЕДЕЛЯ 1

СОЛНЕЧНАЯ СИСТЕМА

Встречаем День космонавтики (12 апреля) с интересными идеями!





Создайте макеты солнечной системы, ракеты или космодрома.

Узнайте, как используя технику папье-маше, цветные бумажки, картон или пластилин, пустые пластиковые бутылки, картонные коробки и другие материалы, создать космические объекты.

Устройте выставку!

НЕДЕЛЯ 2

«НАУЧНЫЙ КВЕСТ: РАСКРЫВАЕМ ТАЙНЫ МИРА ВОКРУГ НАС»

Предлагаем вам организовать научный квест для друзей, младших ребят и родителей, чтобы узнать больше интересного о мире.

Придумайте вопросы, связанные с окружающей средой («Почему небо голубое?», «Как работает эхо?», «Как деревья дышат?» и т. д.).

Разделитесь на небольшие команды (по 3-5 человек). Каждая команда получает карточку с вопросом от другой команды и находит ответ на этот вопрос, используя свои знания и воображение.

НЕДЕЛЯ 3

ИЗГОТОВЛЕНИЕ БУМАГИ

На этой неделе создаем бумагу своими руками!

- Организуйте сбор ненужной бумаги и макулатуры.
- Изучите способы изготовления бумаги в домашних условиях и проведите эксперимент по изготовлению бумаги в классе.

Как только бумага будет готова, распределите ее между одноклассниками и используйте для рисования. **Ну что, готовы к открытию собственного бумажного завода?**

НЕДЕЛЯ 4

ВУЛКАН ИЗ СОДЫ И УКСУСА

На этой неделе объединитесь со старшими для проведения совместного химического эксперимента. ПРОВОДИТЕ ОПЫТ ТОЛЬКО СО СТАРШИМИ!



Для этого вам понадобится:

- пищевая сода,
- уксус,
- маленькая бутылка или чаша.

Поместите немного соды в бутылку или чашу и аккуратно добавьте уксус. Вы увидите, как начинается бурная реакция и из сосуда начинает «выливаться» пена! Понаблюдайте за этим эффектом. **Спросите у старших, почему так происходит.**

9-11 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

НАУКА
И ТЕХНОЛОГИИ

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В 2017 году в Швейцарии попробовали укрывать ледники специальными одеялами, чтобы замедлить их таяние. Одеяла сделаны из специального белого материала, который отражает солнечные лучи. Благодаря этому некоторые ледники тают на 60% медленнее!

НЕДЕЛЯ 1-2

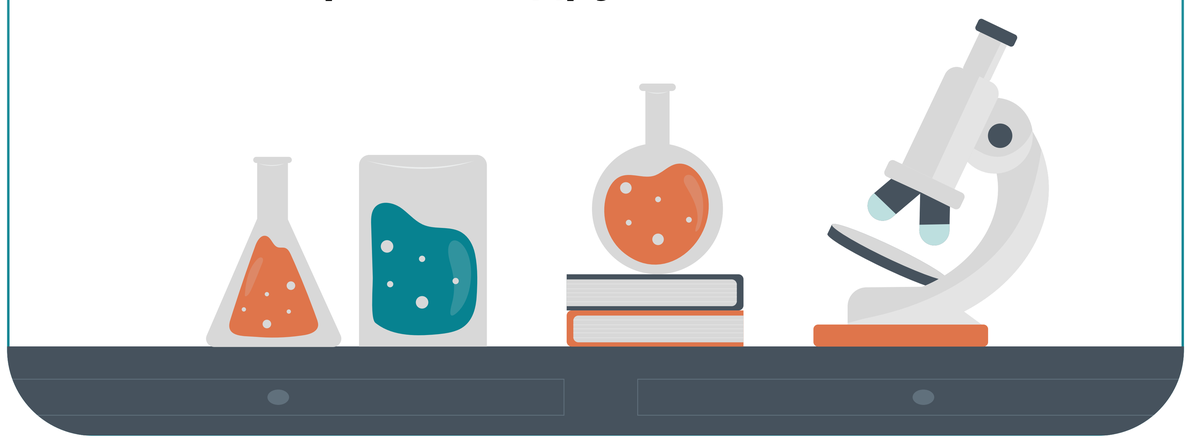
ПОРА СОЗДАТЬ НАУЧНЫЙ КЛУБ!

Хотите стать лидером и создать что-то уникальное? Откройте научный клуб в первичном отделении! Соберите команду, исследуйте интересные темы и вдохновляйте других.

- Выберите идею: астрономия, экология, технологии – что вам ближе?
- Найдите единомышленников: объедините ребят с похожими интересами.
- Составьте план: определите темы для встреч или проектов.
- Привлекайте участников: расскажите о клубе через объявления или презентации.
- Проведите первую встречу: познакомьте всех с целями и устройте первое обсуждение.

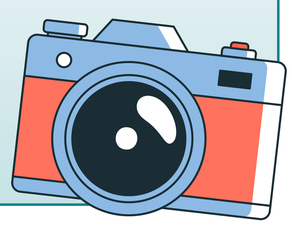
Зачем это нужно?
- реализуйте свои идеи и научитесь организовывать проекты.
- получите опыт работы в команде и развивайте лидерские качества.
- вдохновляйте других заниматься наукой и творчеством.

Не знаете, с чего начать? Используйте задания Календаря Первых! Все в ваших руках! Создайте клуб, где рождаются новые открытия и дружба.



Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ПЕРВЫЕВНАУКЕ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



НЕДЕЛЯ 3

НАУЧНЫЙ ДЕТЕКТИВ: РАЗГАДАЙТЕ ЗАГАДКИ МИРА

Предлагаем вам организовать для своих сверстников и младших ребят научную викторину, чтобы рассказать больше интересного о явлениях природы, технологиях и истории науки. Каждая загадка требует анализа, логики и поиска ответов в доступных источниках (книги, интернет, советы учителя).

Придумайте загадки для квеста (например, «Почему ночью звезды мерцают?», «Как древние мореплаватели ориентировались по звездам?», «Почему Wi-Fi сигнал хуже проходит через стены из бетона?», «Как образуются каменные «грибы» в пустыне?» и т. д.)

Разделите участников на небольшие команды (по 3–5 человек). Каждая команда получает карточку с вопросом и находит ответ, используя свои знания и воображение. **Побеждает команда, набравшая наибольшее количество правильных ответов!**

НЕДЕЛЯ 4

ВУЛКАН ИЗ СОДЫ И УКСУСА

На этой неделе проведите совместный эксперимент с младшими ребятами! Изучите, что происходит в ходе реакции, и объясните младшим ребятам.

Важно! Соблюдайте технику безопасности и научите ребят следовать ей.



СПО И ВУЗЫ

АПРЕЛЬ 2025

НАУКА
И ТЕХНОЛОГИИ

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Всемирный день Земли (22 апреля) помогает повысить осведомленность о глобальных проблемах здоровья и экологии, призывая людей к действиям для повышения качества жизни и улучшения окружающей среды.

НЕДЕЛЯ 1-4

НАУЧНЫЙ ЛЕКТОРИЙ

Предлагаем вам организовать и провести интерактивный научный лекторий для школьников, сделав его познавательным и увлекательным!

1. **Выберите тему.**
   Определите интересную и доступную тему из области науки. Например: «Как работает электричество?», «Тайны космоса», «Мир микробов».Убедитесь, что она соответствует возрасту аудитории.

2. **Сформируйте команду.**
   Распределите роли: лекторы, организаторы, ответственные за интерактивные элементы и техническую поддержку.

3. **Разработайте сценарий.**
   • Подготовьте структуру лекции (введение, основная часть, вывод).
   • Продумайте интерактивные элементы (опыты, игры, викторины).
   • Создайте наглядные материалы (презентацию, плакаты, карточки).

4. **Согласуйте площадки и даты.**
   • Найдите место в учебном заведении (аудитория, актовый зал, лаборатория).
   • Согласуйте дату и время мероприятия.

5. **Пригласите аудиторию.**
   • Свяжитесь с руководством школ или родителями.
   • Разместите объявления (постеры, публикации в соцсетях).

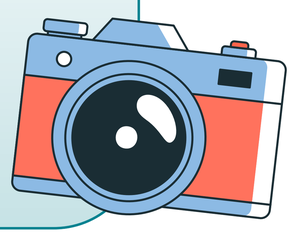
6. **Подготовьте материалы и потренируйтесь.**
   • Проведите тестовые запуски опытов и викторин.
   • Отрепетируйте выступление, чтобы оно было понятным и динамичным.

7. **Откройте свой лекторий.**
   • Вовлекайте участников в процесс, задавайте вопросы.
   • Объясняйте сложные вещи простым языком.
   • Следите за таймингом и интересом аудитории.

8. **Соберите обратную связь.**
   • Побеседуйте с детьми и узнайте, что им понравилось.
   • Соберите отзывы и обсудите, что можно улучшить.
   • Сделайте фото- или видеоотчет.

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ПЕРВЫЕВНАУКЕ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



Примеры тем для лектория:

Анатомия и физиология
1. «Как работает мозг: от нейронов к суперспособностям»
2. «Сердце: мотор жизни» – как работает сердце и почему оно так важно для организма.
3. «Кости и мышцы: секреты движения» – как устроена опорно-двигательная система и что делает нас сильными.
4. «Пищеварение: путешествие еды по организму» – что происходит с пищей после того, как мы ее съели.

IT и технологии
1. «Искусственный интеллект: как машины учатся думать» – основы AI и его применение в современном мире.
2. «Кодирование: язык будущего» – как программирование меняет мир и с чего начать.
3. «Кибербезопасность: как защитить себя в цифровом мире» – основы защиты данных и приватности в интернете.
4. «Роботы вокруг нас: от заводов до дома» – как роботы помогают людям и что они умеют.

Химия
1. «Химия вкуса: почему еда бывает вкусной» – как химические процессы создают вкусы и ароматы.
2. «Элементы жизни: от кислорода до ДНК» – роль химических элементов в организме и природе.
3. «Химические реакции: от взрывов до лекарств» – как химия меняет мир и помогает людям.
4. «Пластик: друг или враг?» – история, польза и проблемы пластика современном мире.

Экология
1. «Изменение климата: что можем сделать мы?» – как глобальное потепление влияет на планету и как с этим бороться.
2. «Экосистемы: баланс жизни» – как все в природе связано и почему это важно.
3. «Мусор: вторая жизнь вещей» – переработка и способы уменьшения отходов.
4. «Энергия будущего: солнце, ветер и вода» – альтернативные источники энергии и их роль в спасении планеты.

Медицина
1. «Вакцины: как они спасают мир» – история вакцин и их роль в борьбе с болезнями.
2. «Генетика: код жизни» – как ДНК определяет нашу уникальность и здоровье.

Психология
1. «Мозг и эмоции: почему мы чувствуем то, что чувствуем» – как эмоции влияют на наше поведение и решения.
2. «Стресс: как с ним справляться» – практические советы по управлению стрессом и эмоциями.

1-11 КЛАССЫ, СПО, ВУЗЫ

АПРЕЛЬ 2025

ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ. ПОХОДЫ ПЕРВЫХ

Первые

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ «ПОХОДЫ ПЕРВЫХ – БОЛЬШЕ, ЧЕМ ПУТЕШЕСТВИЕ»

– это проект для взрослых, которые идут нога в ногу с детьми и вместе формируют культуру путешествий по нашей стране: с семьей, с друзьями, с одноклассниками или товарищами по секции, команде, клубу.

НЕДЕЛЯ 1

ЧТО ТАКОЕ ПОХОД?

Поход – это всегда приключение!

Устройте в своем первичном отделении кинотеатр (можно даже под открытым небом!) и посмотрите вместе короткометражный фильм «Первый поход» с Алексеем Чадовым.



Сканируйте QR-код, проходите по ссылке и наслаждайтесь!

НЕДЕЛЯ 2

КОДЕКС ТУРИСТА

В походах важно соблюдать правила, чтобы обеспечить безопасность всех участников

В 2023 году победителями Всероссийского конкурса «10 шагов к турслету» были разработаны правила и принципы турпоходов Первых. Они собраны в Кодексе туриста Движения Первых.

Познакомьтесь с карточками, обсудите их в своем первичном отделении.

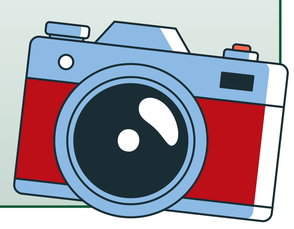
Вы можете дополнить Кодекс своими правилами и разместить его на видном месте.

Сканируйте QR-код, чтобы изучить карточки!



Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#ПОХОДЫПЕРВЫХ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



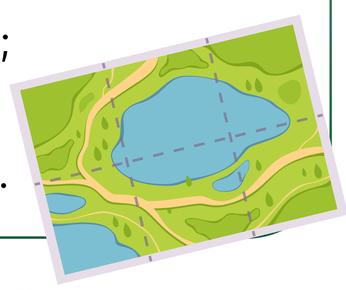
НЕДЕЛЯ 3

ГОТОВИМ МАРШРУТ

Поход – это не обязательно длинный маршрут, тяжелый рюкзак и ночевка в палатке. Поход может быть и однодневной туристской прогулкой.

Подберите варианты готовых маршрутов вблизи вашего места проживания или разработайте маршрут для весенней туристской прогулки с объединением самостоятельно.

Обязательно предусмотрите, чтобы на маршруте были достопримечательные объекты: природные или культурно-исторические; уточните, есть ли какие-то особые требования для их посещения (входные билеты или разрешения и т. п.).



НЕДЕЛЯ 4

РАЗЫСКИВАЕМ НАСТАВНИКА!

Успех любого похода зависит от его подготовки! Найдите опытных походных наставников, которые помогут подготовиться к первому походу.

Возможно, у вас на примете знакомый школьный или студенческий турклуб? Или вы знаете взрослых из школы, которые смогут проконсультировать по плану подготовки похода? А может, кто-то из родителей с радостью поделится с вами туристскими премудростями?

Следующие задания ищите в следующем месяце!



1-4 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Медиапродукты – это часть современного информационного общества: фильмы, влоги, публикации и многое другое. Однако многие из них засоряют пространство и несут деструктивный посыл. Поэтому важно наполнять их не только стильным оформлением, но и ценными идеями. Готовы транслировать свои идеи миру? Тогда давайте создавать крутые медиапродукты вместе!

НЕДЕЛЯ 1

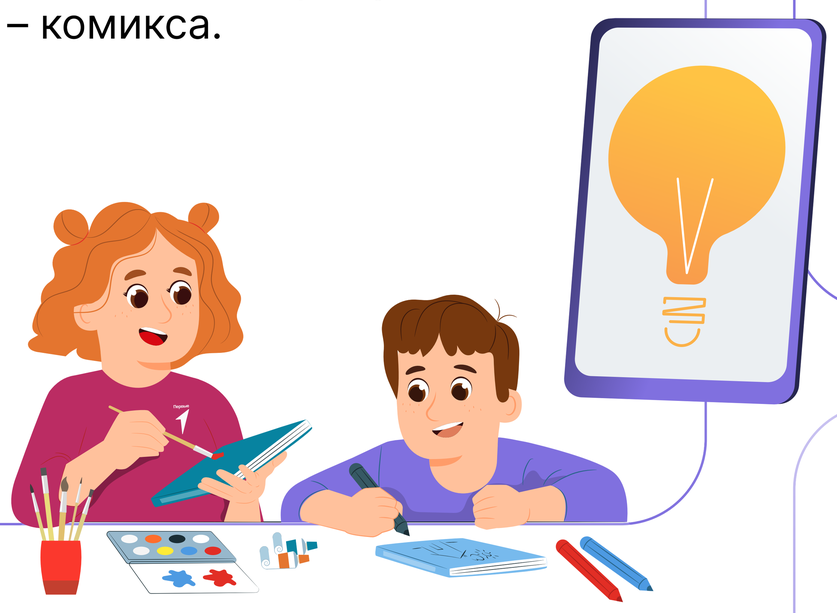
ИДЕЯ!

Всероссийский проект «МедиаПритяжение» дает юным медийщикам шанс попробовать себя в медиапроизводстве.

Попробуйте себя в роли художника комикса!

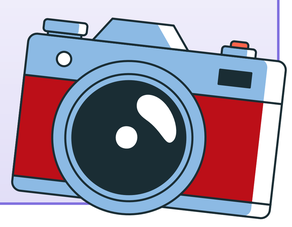
На этой неделе предлагаем вам придумать идею будущего продукта – комикса.

Выберите любимую сказку и придумайте ее продолжение: какие приключения ждут героев и как изменится их судьба?



Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#МЕДИАПРИТЯЖЕНИЕ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



Сканируйте QR-код и подавайте заявку на участие во Всероссийском проекте «МедиаПритяжение»

НЕДЕЛЯ 2

РАСКАДРОВКА

Идею классного медиапродукта вы уже придумали, осталось ее реализовать.

Создайте раскадровку для своего будущего комикса: продумайте сюжетную линию, выделите основные моменты, которые необходимо будет отрисовать, а также придумайте диалоги главных героев.

Обязательно привлекайте друзей к этой работе – вместе вам будет проще расписать идею, ну и, конечно же, вместе веселее!



НЕДЕЛЯ 3

ОЛИЦЕТВОРЯЕМ ГЕРОЕВ

Круто, медиапродукт практически уже готов!

Теперь доставайте цветные карандаши, фломастеры, краски и бумажные листы и визуализируйте ваш сценарий в нескольких взаимосвязанных картинках, которые расположены в сюжетной последовательности.

Здесь важна не только яркость картинки, но и смысл, который она несет!

НЕДЕЛЯ 4

АПЛОДИСМЕНТЫ!

Ура, ваш медиапродукт готов!
Пора рассказать о нем.

Соберитесь с другими ребятами, работавшими над комиксами, пригласите одноклассников, друзей и знакомых и проведите презентацию своего комикса.

Вместе со взрослыми соберите все комиксы в один альбом и делитесь им в социальных сетях!

5-8 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Медиапродукты – это часть современного информационного общества: фильмы, влоги, публикации и многое другое. Однако многие из них засоряют пространство и несут деструктивный посыл. Поэтому важно наполнять их не только стильным оформлением, но и ценными идеями. Готовы транслировать свои идеи миру? Тогда давайте создавать крутые медиапродукты вместе!

НЕДЕЛЯ 1

ИДЕЯ!

Всероссийский проект «МедиаПритяжение» дает юным медийщикам шанс попробовать себя в медиапроизводстве.

Информация – это критически значимый ресурс, поэтому профессии сферы медиа могут вашей точкой роста создания медиапродукта! Короткие видеоролики стали самым популярным средством передачи информации.

Предлагаем вам придумать свой влог: выберите любимое направление или тему, в которой вы хорошо разбираетесь или которую хотели бы изучить.

Придумайте, как интересно донести информацию об этом аудитории через вертикальное видео до 1 минуты.



НЕДЕЛЯ 2

РАСКАДРОВКА

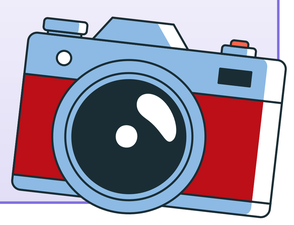
Идея есть, осталось ее реализовать!

Создайте раскадровку для своего будущего вертикального видео: продумайте сюжетную линию, выделите основные моменты, которые необходимо отразить в видео, а также составьте текст своего выступления.

Привлекайте друзей к этой работе: спросите их, какие видеоролики им нравятся больше всего и на что они обращают внимание.

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#МЕДИАПРИТЯЖЕНИЕ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



Сканируйте QR-код и подавайте заявку на участие во Всероссийском проекте «МедиаПритяжение»

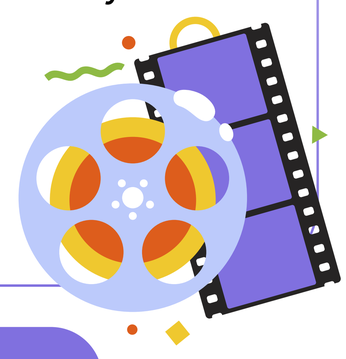
НЕДЕЛЯ 3

СВЕТ, КАМЕРА, МОТОР!

Круто, медиапродукт практически уже готов!

Снимите подводку, запишите закадровый голос, не забудьте снять себя, смонтируйте итоговую версию.

Здесь важен не только яркий монтаж, но и смысл, который несет ролик.



НЕДЕЛЯ 4

ПОКАЗ

Ура, ваш медиапродукт готов!
Пора рассказать о нем.

Соберитесь с другими ребятами, работавшими над влогами, пригласите одноклассников, друзей и знакомых и проведите презентацию своего влога.

Всей компанией снимите общий вертикальный видеоклип и делитесь им в социальных сетях!

9-11 КЛАССЫ

АПРЕЛЬ 2025

МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Медиапродукты – это часть современного информационного общества: фильмы, влоги, публикации и многое другое. Однако многие из них засоряют пространство и несут деструктивный посыл. Поэтому важно наполнять их не только стильным оформлением, но и ценными идеями. Готовы транслировать свои идеи миру? Тогда давайте создавать крутые медиапродукты вместе!

НЕДЕЛЯ 1

ИДЕЯ!

Всероссийский проект «МедиаПритяжение» дает юным медийщикам шанс попробовать себя в медиапроизводстве.

Информация – это критически значимый ресурс, поэтому профессии сферы медиа могут вашей точкой роста. создания медиапродукта!



Видео – это самое массовое средство передачи информации.

Предлагаем вам придумать и записать свою социальную рекламу: выберите социально важную тему, соберите команду из друзей и снимите горизонтальное видео до 3 минут.

НЕДЕЛЯ 2

РАСКАДРОВКА

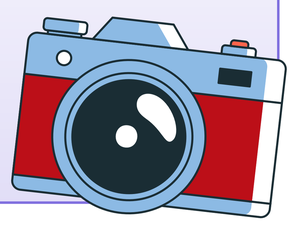
Идея есть, осталось ее реализовать!

Придумайте раскадровку для своей будущей социальной рекламы: продумайте сюжетную линию, выделите основные моменты, которые необходимо отразить в видео, придумайте локации для съемок, а также напишите текст для главных героев.

Привлекайте друзей: спросите их, какие видеоролики им нравятся больше всего и на что они обращают внимание.

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#МЕДИАПРИТЯЖЕНИЕ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ



Сканируйте QR-код и подавайте заявку на участие во Всероссийском проекте «МедиаПритяжение»

НЕДЕЛЯ 3

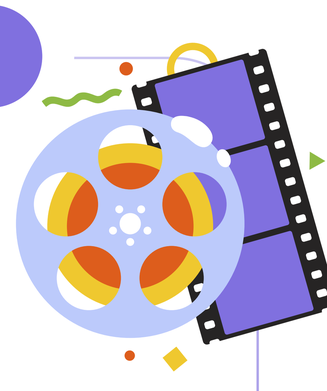
СВЕТ, КАМЕРА, МОТОР!

Круто, медиапродукт практически уже готов!

Приступаем к записи: запишите на телефон или камеру игру актеров, снимите подводку в разных локациях.
Не забудьте загрузить все это в приложение для монтажа и «склеить» итоговую версию.

Здесь важен не только яркий монтаж, но и смысл, который несет ролик.

НЕДЕЛЯ 4



ПОКАЗ

Ура, ваш медиапродукт готов!
Пора рассказать о нем.

Соберитесь с другими ребятами, работавшими над роликами, пригласите одноклассников, друзей и знакомых и проведите показ своего социального ролика.

Не забудьте обсудить впечатления и опубликовать ваши работы в социальных сетях!

СПО И ВУЗЫ

АПРЕЛЬ 2025

МЕДИА
И КОММУНИКАЦИИ

Первые

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Медиапродукты – это часть современного информационного общества: фильмы, влоги, публикации и многое другое. Однако многие из них засоряют пространство и несут деструктивный посыл. Поэтому важно наполнять их не только стильным оформлением, но и ценными идеями. Готовы транслировать свои идеи миру? Тогда давайте создавать крутые медиапродукты вместе!

НЕДЕЛЯ 1-4

МЕДИА ПО-КРУПНОМУ

Каждый из вас знает про медиапродукты. Это часть современного информационного общества – каждый день мы сталкиваемся с ними: публикации в сети, фильмы, влоги, журналы и еще десятки разных форматов.



В информационном пространстве множество медиапродуктов, которые засоряют пространство и даже несут деструктивный посыл. Поэтому очень важно закладывать в медиапродукт не только крутое и современное сопровождение, но и наполнять его идеями и ценностями.
Вы готовы транслировать свои идеи миру? Тогда давайте вместе создавать классные медиапродукты!

Итак, предлагаем вам создать образовательные или развлекательные медиапродукты (видео, подкасты, комиксы, посты в соцсетях) для школьников на актуальные темы (наука, экология, история, искусство и т. д.).

Рассказывайте в социальных сетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами:

#МЕДИАПРИТЯЖЕНИЕ
#КАЛЕНДАРЬПЕРВЫХ

Сканируйте QR-код и подавайте заявку на участие во Всероссийском проекте «МедиаПритяжение»

- Сформируйте команду: объединитесь в группы по интересам (видеографы, дизайнеры, копирайтеры).

- Разработайте идею и план: каждая команда выбирает тему и формат (например, научный лайфхак, исторический факт в стиле TikTok, комикс о защите природы).

- Создайте продукт: команды снимают видео, записывают подкасты или рисуют комиксы, используя доступные в сети Интернет инструменты (телефоны, программы для монтажа, графические редакторы).

- Продвигайте продукт: запустите рекламную кампанию, договоритесь с партнерами о продвижении вашего медиапродукта, проведите открывающую презентацию целевой аудитории и отпразднуйте успех!

Возможно, именно ваш медиапродукт станет лидером в России в определенной нише!