

КАЛЕНДАРЬ ПЕРВЫХ

Первые



ПАТРИОТИЗМ И ИСТОРИЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ

ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

ВОЛОНТЕРСТВО И ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО

СООБЩЕСТВО «РОДНЫЕ – ЛЮБИМЫЕ»

МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

СПОРТ

ТРУД, ПРОФЕССИЯ И СВОЕ ДЕЛО

НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ

ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ

ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ПРИРОДЫ

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ



СЕНТЯБРЬ
2025

КАЛЕНДАРЬ ПЕРВЫХ

Первые



ПАТРИОТИЗМ И ИСТОРИЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ

ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

ВОЛОНТЕРСТВО И ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО

СООБЩЕСТВО «РОДНЫЕ – ЛЮБИМЫЕ»

МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

СПОРТ

ТРУД, ПРОФЕССИЯ И СВОЕ ДЕЛО

НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ

ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ

ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ПРИРОДЫ

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

СЕНТЯБРЬ
2025



РАЗВИВАЙТЕСЬ С ДВИЖЕНИЕМ ПЕРВЫХ!

Хотите стать настоящими исследователями, создателями своих проектов и быть во всем первыми? Все это возможно с Календарем Первых!

Каждый месяц – 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 самостоятельно
- Море удовольствия и гордость за свои достижения

Станьте частью чего-то большого и важного вместе с Движением Первых!

Всероссийские акции Движения Первых

Всероссийские акции в формате Дней единых действий – это флешмобы и активности, посвященные всероссийским и международным праздникам, объединяющие людей по всей стране в совместную социально полезную деятельность!



Как провести Всероссийские акции в сентябре, вы можете узнать на сайте акции.будьвдвижении.рф, перейдя по QR-коду.

Ищите в Календаре Первых задания от партнеров Движения Первых – они маркированы логотипами.



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

Мы надеемся, что вы отлично провели летние каникулы, смогли по-настоящему отдохнуть и конечно же, выполняли увлекательные задания из Календаря Первых. А осень, как известно, – это начало чего-то нового: новый учебный год, новые сезоны любимых сериалов, новые знания!

Поэтому предлагаем вам собрать свою МедиаКоманду и сдать МедиаЗачет от МедиаПритяжения!

Регистрируйтесь на МедиаЗачет, выполняйте как можно больше заданий, собирайте реакции и просмотры и выигрывайте ценные призы для вашего МедиаЦентра!

Скорее переходите в наши соцсети и ждите информацию о начале регистрации на МедиаЗачет!



1 НАРИСУЙ ЗВУК ★★☆☆

Знали ли вы, что звуки можно увидеть?

Например, если включить колонку с музыкой, положить на нее лист бумаги с мукой или крупой, вы увидите, как она «танцует» в такт музыке.

Предлагаем вам изобразить звуки, которые вас окружают: как шумит ветер, поют птицы, звучит школьный звонок. Используйте цветные карандаши, фломастеры или краски, чтобы передать эти звуки на бумаге.

Разместите ваши работы и составьте из них общую «звуковую карту» вашего первичного отделения. Поделитесь фото вашей звуковой карты в сообществе первичного отделения.

3 ФОТОАЗБУКА ★★☆☆

Создайте собственную азбуку с помощью фотографий.

Найдите и сфотографируйте объекты, которые начинаются на каждую букву алфавита (например, «А» – арбуз, «Б» – бабочка). Попросите взрослых распечатать фотографии и составьте из них яркий алфавит.

Сфотографируйте вашу готовую работу и попросите старших опубликовать на странице вашего первичного отделения ВКонтакте – возможно, это поможет другим взрослым найти способ обучать малышей алфавиту!

ЧТО ТАКОЕ «ИНФОПОВОД»?

Инфоповод – интересное событие, новость или информация, которые используют для привлечения внимания людей, например, 1 сентября – отличный момент для того, чтобы продвигать темы связанные с знаниями, обучением и началом чего-то нового и так далее.

В качестве инфоповодов предлагаем вам Дни Единых действий (Всероссийские акции) Движения Первых, которые объединяют Первых по всей стране в важные для этого даты! Дни Единых действий на сентябрь вы можете найти на третьей странице Календаря Первых.

2 СПАСИБО СВОИМИ РУКАМИ ★★☆☆

Ненадолго станьте журналистом и с согласия взрослых проникайте в различные уголки вашей школы или первичного отделения, чтобы запечатлеть (сфотографировать) сотрудников различных профессий за работой. Попросите взрослых помочь распечатать фотографии и создайте открытки-коллажи с благодарностями для этих сотрудников (учителей, охраны, поваров). Мелочь, а людям будет приятно, что их повседневный труд ценят!

Сфотографируйте процесс создания и готовые открытки. Передайте открытки адресатам, а фотографии опубликуйте в сообществе первичного отделения ВКонтакте – вдохновляйте других на простые добрые дела.



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

4 КАРТА ДРУЖБЫ



30 сентября в России отмечается памятная дата – День воссоединения Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области и Херсонской области с Российской Федерацией.

Нарисуйте или оформите инфокарточки про исторические регионы, расскажите, чем они славятся, изучите их символику. Можете добавить по 3 интересных факта о каждом регионе (природе, промышленности, исторических личностях и так далее).

Опубликуйте свои работы в сообществе первичного отделения ВКонтакте и не забудьте поставить хештеги, указанные в конце этого листа.

5 ВИДЕО ОТКРЫТКА КО ДНЮ ВОСПИТАТЕЛЯ



27 сентября отмечается День воспитателя.

Каждый из вас посещал детский сад и помнит своего воспитателя – строгого или доброго, но всегда заботливого и вложившего в вас все лучшее!

Вместе с друзьями и с помощью взрослого создайте видеопоздравление для ваших воспитателей или учителей начальных классов.

Пусть каждый участник скажет одно предложение-поздравление или слова благодарности. Снимите это на видео и смонтируйте один общий ролик. Добавьте веселую музыку и титры.

Опубликуйте вашу «живую открытку» на странице первичного отделения в соцсетях и напомните другим о замечательном празднике!

6 КАРТОННОЕ ТВ



Выступать на телевидении в утреннем шоу, которое, возможно, смотрят взрослые у вас дома, не так-то просто: нужно обладать обширным словарным запасом, хорошей дикцией иногда даже запасом шуток, чтобы обыграть неловкие моменты и развлечь телеаудиторию.

Предлагаем вам веселый способ научиться быть не только зрителем, но и создателем новостей и попробовать себя в роли телеведущего.

- Попросите взрослых помочь вам сделать из большой коробки «телевизор» – обрежьте переднюю часть, украсьте кнопками, логотипом, названием канала.
- Назовите свой канал: например, «Детское ТВ», «Новости от Кати» или «Погода в Стране Смешариков».
- Каждый из вас по очереди становится ведущим: один рассказывает новости, другой – прогноз погоды, третий – рекламирует свое изобретение.
- Можно использовать бумажные микрофоны, шапочки-значки и таблички с названием рубрики.
- После каждого «эфира» команда аплодирует и говорит, что понравилось.

Так вы научитесь выступать перед публикой, придумывать сценарии и работать в команде.



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

Мы надеемся, что вы отлично провели летние каникулы, смогли по-настоящему отдохнуть и конечно же, выполняли увлекательные задания из Календаря Первых. А осень, как известно, – это начало чего-то нового: новый учебный год, новые знания, новые сезоны любимых сериалов!

Поэтому предлагаем вам собрать свою МедиаКоманду и сдать МедиаЗачет от МедиаПритяжения!

Регистрируйтесь на МедиаЗачет, выполняйте как можно больше заданий, собирайте реакции и просмотры и выигрывайте ценные призы для вашего МедиаЦентра!

Скорее переходите в наши соцсети и ждите информацию о начале регистрации на МедиаЗачет!



1 УПРАЖНЕНИЕ «5 СЛОВ»



В мире, где информации слишком много, умение говорить кратко и ясно – важный навык: в школе, в соцсетях, на будущей работе.

На перемене или в перерыве между занятиями вместе с друзьями попробуйте рассказать историю, вдохновляющую мысль или идею, используя всего 5 слов – например: «Падаю. Встаю. Пробую. Снова падаю. Побеждаю».

Цель – выразить максимум смысла, эмоции и сюжета в минимум слов.

Выполняя это упражнение вы научитесь фокусироваться на главном, создавать сильные слоганы и говорить так, чтобы вас запомнили.

Повторяйте упражнение с разными темами – и станете увереннее в публичных выступлениях и медиа.



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Телевизор появился раньше Интернета: первый сигнал телевидения передали в 1927 году, а интернет придумали только в 1969.

2 ОСЕННИЙ ТАЙМЛАПС



В течение всего сентября каждый день фотографируйте один и тот же пейзаж (пример, школьный двор, городской сквер, любимый парк), чтобы потом создать из этих снимков потрясающее видео, показывающее, как природа готовится к зиме.

Правила съемки: фотографируйте в одно и то же время дня, снимайте с одной и той же точки, старайтесь поймать похожий свет.

В конце месяца смонтируйте из получившихся фотографий видео-таймлапс, настройте скорость смены кадров, по желанию добавьте музыку. И не забывайте поделиться вашей работой в сообществе первичного отделения ВКонтакте.

3 КОМПОЗИЦИЯ КАДРА



Изучите основы композиции и научитесь создавать выразительные кадры, которые привлекают и удерживают внимание зрителя.

Посмотрите видеоурок «Композиция кадра» от МедиаПритяжения с экспертом Дарией Сагеевой (режиссер и сценарист фильма «Чебурашка. История Новогоднего чуда» (2023) и цикла занятий «Разговоры о важном», фотохудожница).

Переходите по QR-коду и станьте профи!



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

4 ПРОМЫШЛЕННЫЙ КОМПАС ПЕРВЫХ



В 2024 году команда ребят из Московской области и Нижнего Новгорода создала проект «ПромКод» в Акселераторе «Высота» Движения Первых – первое бренд-медиа о промышленности России, чтобы каждый гражданин России мог гордиться тем, что производится в стране, и выбирал завод в качестве потенциального места работы.

Команда «ПромКода» запускает классную акцию, которая поможет вам глубже погрузиться в промышленный мир вашего региона и проявить себя.

- 1. Сделайте репост:** один из участников команды должен сделать репост понравившейся записи у себя на странице.
- 2. Создайте классное видео, где вы расскажете о промышленном туризме в вашем родном регионе.** Возможно, какой-то эпизод для вас может снять ваши родители.
- 3. Выложите видео на личной странице или странице первичного отделения ВКонтакте с хештегом #ПромКод и напишите пост:** как проходит рабочий день на заводе? Захотелось ли вам узнать больше о специальностях, которые вы увидели на заводе? О каких возможностях для рабочей молодежи вы знаете или хотели бы узнать?



Не забудьте отметить страницу «ПромКода» в своей публикации (по QR-коду)!

Что ждет самых активных и креативных?

1. Репост видео работы в сообществе «ПромКода».
2. Возможность посетить мотивационную онлайн-встречу, где ребята из «ПромКода» поделятся секретами проектной деятельности, расскажут о самых интересных аспектах промышленности или проведут профориентационную сессию специально для вас.

5 МЕДИАРАССЛЕДОВАНИЕ: ИСТОРИЯ МОЕГО ГОРОДА



Проведите настоящее журналистское расследование об истории места, где вы живете и учитесь: узнайте малоизвестные факты о вашем районе, истории здания школы или Дворца культуры или о судьбе известного выпускника.

- 1. Соберите команду журналистов, фотографов и монтажеров из числа ваших друзей.**
- 2. Поработайте с архивами, городскими библиотеками, побеседуйте с местными жителями или экспертами.**
- 3. Создайте мультимедийный лонгрид** (статью с фото, видео, инфографикой) для публикации в сообществе ВКонтакте вашего первичного отделения или снимите короткий документальный фильм.
- 4. Организуйте публичную презентацию** вашего расследования для ребят в первичном отделении, родителей, наставников, педагогов. Это отличный повод для гордости и вклада в сохранение истории вашего города!

6 ПЕРВЫЙ ПОДКАСТ



Создайте первый выпуск подкаста вашего первичного отделения на тему, которая действительно волнует вас и ваших сверстников (например, «Школьные мифы и легенды», «Как найти хобби по душе?», «Экология начинается с малого»).

- 1. Объединитесь в команду:** ведущий, звукорежиссер, сценарист.
- 2. Напишите краткий сценарий и список вопросов для обсуждения.**
- 3. Запишите звук с помощью смартфонов** (главное – выбрать тихое помещение).
- 4. Смонтируйте выпуск в бесплатном аудиоредакторе или мобильном приложении.**
- 5. Опубликуйте подкаст на любой удобной платформе** (ВКонтакте, Яндекс Музыка) и поделитесь ссылкой в соцсетях первичного отделения.

Ваши подкасты могут стать вдохновением для других ребят присоединиться к вашей медиакоманде и начать учиться работать с информацией как важным инструментом 21 века.



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

Мы надеемся, что вы отлично провели летние каникулы, смогли по-настоящему отдохнуть и конечно же, выполняли увлекательные задания из Календаря Первых. А осень, как известно, – это начало чего-то нового: новый учебный год, новые сезоны любимых сериалов, новые знания!

Поэтому предлагаем вам собрать свою МедиаКоманду и сдать МедиаЗачет от МедиаПритяжения!

Регистрируйтесь на МедиаЗачет, выполняйте как можно больше заданий, собирайте реакции и просмотры и выигрывайте ценные призы для вашего МедиаЦентра!

Скорее переходите в наши соцсети и ждите информацию о начале регистрации на МедиаЗачет!



1 КАК ЗВУЧИТ ДЕНЬ ЗНАНИЙ ★★☆☆

Создайте короткое вертикальное видео, которое станет воспоминанием-открыткой с 1 сентября и соберет звуки, которые слышны именно в вашем первичном отделении.

Что нужно сделать:

1. Записать короткие видео отрывки различных звуков 1 сентября (смех одноклассников, звонок, речь учителя, гимн школы и так далее).
2. Соединить их воедино в вертикальный ВК-клип длительностью до 1 минуты.
3. Опубликовать этот клип в сообществе вашего первичного отделения или учебного учреждения ВКонтакте.

Такой необычный трек точно «залетит» в алгоритмы ВКонтакте!

2 МАШИНА ВРЕМЕНИ – ПОВТОРИ ФОТО ★★☆☆

Создайте воспоминание о своем 1 сентября вместе со своей семьей!

Для начала найдите фотографии родителей, бабушек или дедушек, старшей сестры или брата с их 1 сентября. А теперь попробуйте повторить такое же фото. Также вы можете найти фото с вами, когда вы впервые пошли в школу или уже были в младших классах.

Попросите членов семьи рассказать воспоминания об их 1 сентября, как это было, какие чувства и эмоции они испытывали.

Такие фото вызывают умиление и волну ностальгических воспоминаний! Делитесь ими на личной странице или странице первичного отделения ВКонтакте с историями, и не забывайте хештеги! По ним же вы сможете найти фото других участников флешмоба.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Газета «Аргументы и факты» вошла в Книгу рекордов Гиннеса в 1990 году – ее общий тираж составил более 33 миллионов экземпляров, с аудиторией более 100 миллионов читателей. Это один из крупнейших тиражей в истории человечества.

3 ОБО МНЕ ЗА 1 МИНУТУ ★★☆☆

Научиться уверенно держать внимание аудитории можно, только тренируясь. **Предложите каждому участнику вашей медиакоманды или просто друзьям подготовить короткое выступление на 1 минуту на любую тему: хобби, вдохновляющая история, интересный факт.**

Как это сделать:

1. Выберите тему – близкую и понятную.
2. Сформулируйте 1-2 главные мысли.
3. Упражняйтесь говорить четко, с интонацией.
4. Запишите себя на видео или выступите перед друзьями.
5. Попросите обратную связь: что понравилось, что можно улучшить?

Готовую видеовизитку можно использовать для участия в различных конкурсах и проектах Движения Первых – ваш профессионализм точно оценят эксперты!

А поможет вам потренировать навык самопрезентации полезный буклет. Переходите по QR-коду и скачивайте!



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

4 СОЗДАЕМ КРЕАТИВНУЮ СТРАНИЦУ
ПЕРВИЧНОГО ОТДЕЛЕНИЯ ВКОНТАКТЕ

Для медийщика создавать яркий, понятный и привлекательный контент – важный навык. Привлекательная и красиво оформленная страница в соцсети помогает рассказать о деятельности вашей первички, вдохновить других и стать заметными.

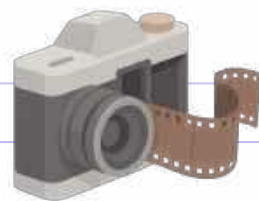
Что вам предстоит сделать:

- Соберитесь в команду: назначьте ответственных – за тексты, фото, дизайн, публикации.
- Решите, каким вы хотите видеть стиль страницы: серьезный, дружелюбный, дерзкий или креативный.
- Продумайте разделы: новости, фотоотчеты, цитаты, челленджи, интервью с участниками.
- Создайте шаблоны для постов – в едином стиле (цвета, шрифты, логотип). Используйте различные сервисы для работы с графикой, чтобы делать красивые обложки и сторис.
- Регулярно публикуйте – хотя бы 2-3 раза в неделю: рассказывайте о ваших событиях, людях, идеях.
- Добавляйте хештеги, опросы, призывы к действию – чтобы аудитория «включалась».

Обсуждайте вместе, что работает, а что – нет, и улучшайте страницу.

Так вы не просто сделаете красивый профиль – вы научитесь работать в команде, видеть аудиторию и говорить с ней на одном языке.

А заодно – выигрывать в Конкурсе первичных отделений!



5 ФЕЙКИ



Вы когда-нибудь замечали, что не все, что написано в газетах или показано по телевизору, правда? Иногда заголовки вводят в заблуждение, реклама нас обманывает, а старые фотографии могут быть подделкой. Именно поэтому важно научиться видеть скрытый смысл, находить ложь и отличать правду от вымысла.

Это задание – ваш тренажер для разума! Оно поможет вам подготовиться к написанию собственной статьи, развить аналитическое мышление и научиться проверять информацию. Работайте в паре, группой или всей командой – вместе веселее и интереснее!

1. Заголовок-ловушка

Найдите в газете или журнале такой заголовок, который вводит читателя в заблуждение – он звучит ярко, но не соответствует содержанию статьи.

Придумайте честный заголовок, который точно передает суть.

2. Реклама-обман

Посмотрите внимательно на рекламные объявления в местной газете. Найдите такое, которое использует манипулятивные приемы: преувеличения, эмоциональные слова, обещания «все за один рубль» и так далее.

Подумайте, как эта реклама может обмануть читателя.

3. Легенда населенного пункта

Выберите одну из легенд или историй, которые рассказывают в вашем населенном пункте. Поговорите с людьми старшего поколения – бабушками, дедушками, соседями. Узнайте их мнение: они помнят это сами или слышали от других?

Сравните разные версии и решите: есть ли здесь зерно правды?

4. История в газетах

Возьмите одно и то же событие, описанное в разных газетах (например, школьный конкурс, спортивные соревнования или погода).

Сравните, как о нем пишут разные издания: какие слова используют, что подчеркивают, чего не упоминают. Подумайте, почему так происходит.

5. Фото-монтаж

Пролистайте старые номера газет или журналов. Найдите фотографии, которые могли быть подправлены или составлены из нескольких частей.

Подумайте: зачем это было сделано? Как это влияет на восприятие?

Где выполнять:

Большинство заданий можно выполнить в библиотеке вашего учебного заведения или населенного пункта, где много печатных материалов, а также найти материалы в интернете.

Почему это важно?

Мир вокруг нас полон информации. Но не вся она правдива. Научившись анализировать тексты, картинки и истории, вы сможете не попадаться на удочку манипуляций, самостоятельно находить правду, писать свои статьи честно и убедительно.

Совет:

Не бойтесь задавать вопросы, сомневаться и проверять! Чем больше вы будете практиковаться, тем лучше будете понимать, что реально, а что – игра слов и образов.



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

6 СОЦИАЛЬНЫЕ РОЛИКИ ★★★

Социальные ролики – это мощный инструмент влияния: они поднимают важные темы, меняют взгляды и вдохновляют на перемены.

Работа над роликом развивает медиаграмотность, командное взаимодействие, креативность и умение говорить о сложном понятно.

В этом месяце предлагаем вам объединиться в команду и создать социальную рекламу для вашего района. Ее можно будет разместить на плакатах по району и замерить социальные эффекты.

- 1. Выберите одну из актуальных тем** – буллинг, кибербезопасность, осознанное потребление или ценность командной работы.
- 2. Напишите короткий сценарий (до 1,5 минут) и создайте раскадровку** – схему каждого кадра.
- 3. Распределите роли:** кто будет режиссером, оператором, актерами, звукорежиссером и монтажником.
- 4. Снимите ролик на смартфон** – используйте естественное освещение, четкий звук и простые, но выразительные образы.
- 5. На этапе монтажа добавьте тексты, музыку, переходы в специальных приложениях.**
- 6. Дополнительно создайте визуальный постер-дублер:** переложите ту проблему, которую вы подсвечиваете в ролике, на бумагу.
- 7. Продемонстрируйте ролик в вашей образовательной организации** – выведите на экраны, развесьте плакаты. Не забудьте оставить QR-коды на форму обратной связи – это важно, чтобы вы могли понять, насколько ваша реклама тронула аудиторию или мотивировала пересмотреть свои взгляды на проблему.
- 8. Это задание – ваша тренировка и шанс быть услышанными, увидеть силу своего голоса и сделать мир вокруг чуть лучше.**



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В России фотография помогла науке.

В конце XIX века российские врачи начали использовать фото для фиксации симптомов болезней, что стало прорывом в медицине – раньше опирались только на рисунки.

Мы надеемся, что вы отлично провели летние каникулы, смогли по-настоящему отдохнуть и конечно же, выполняли увлекательные задания из Календаря Первых. А осень, как известно, – это начало чего-то нового: новый учебный год, новые знания, новые сезоны любимых сериалов!

Поэтому предлагаем вам собрать свою МедиаКоманду и сдать МедиаЗачет от МедиаПритяжения!

Регистрируйтесь на МедиаЗачет, выполняйте как можно больше заданий, собирайте реакции и просмотры и выигрывайте ценные призы для вашего МедиаЦентра!

Скорее переходите в наши соцсети и ждите информацию о начале регистрации на МедиаЗачет!



1 КОМПОЗИЦИЯ КАДРА ★★☆☆

Изучите основы композиции и научитесь создавать выразительные кадры, которые привлекают и удерживают внимание зрителя.

Посмотрите видеоурок «Композиция кадра» от МедиаПритяжения с экспертом Дарией Сагеевой (режиссер и сценарист фильма «Чебурашка. История Новогоднего чуда» (2023) и цикла занятий «Разговоры о важном», фотохудожница). Переходите по QR-коду и становитесь профи!



2 ЦВЕТОВАЯ ПАЛИТРА И НАСТРОЕНИЕ СНИМКА ★★☆☆

В уроке «Цветовая палитра и настроение снимка» вы научитесь основным принципам теории цвета, влиянию цвета на восприятие и методикам использования цветовой палитры в фото- и видеотворчестве.

Скорее переходите по QR-коду и получайте новые знания из мира медиа от проекта «МедиаПритяжение»!



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

3 ПРОМЫШЛЕННЫЙ КОМПАС ПЕРВЫХ ★★☆☆

В 2024 году команда ребят из Московской области и Нижнего Новгорода создала проект «ПромКод» в Акселераторе «Высота» Движения Первых – первое бренд-медиа о промышленности России, чтобы каждый гражданин России мог гордиться тем, что производится в стране и выбирал завод в качестве потенциального места работы.

Команда «ПромКода» запускает классную акцию, которая поможет вам глубже погрузиться в промышленный мир вашего региона и проявить себя.



- 1. Подпишитесь на «ПромКод» ВКонтакте**, перейдя по QR-коду, и пригласите ребят в первичном отделении подписаться на сообщество.
- 2. Сделайте репост:** один из участников команды должен сделать репост понравившейся записи у себя на странице.
- 3. Создайте классное видео, где вы расскажете о промышленном туризме в вашем родном регионе.** Возможно, какой-то эпизод для вас могут снять ваши родители, бабушки и дедушки.
- 4. Выложите видео на личной странице или странице первичного отделения ВКонтакте с хештегом #ПромКод и напишите пост:** как проходит рабочий день на заводе? Захотелось ли вам узнать больше о специальностях, которые вы увидели на заводе? О каких возможностях для рабочей молодежи вы знаете или хотели бы узнать?**Не забудьте отметить страницу «ПромКода» в своей публикации (по QR-коду)!**



Что ждет самых активных и креативных?

1. Репост видео работы в сообществе «ПромКода».
2. Возможность посетить мотивационную онлайн-встречу, где ребята из «ПромКода» поделятся секретами проектной деятельности, расскажут о самых интересных аспектах промышленности или проведут профориентационную сессию специально для вас.



4 СОРЕВНОВАНИЕ НАОБОРОТ ★★☆☆

Спортивное комментирование – это не просто рассказ о происходящем, а мастерство держать внимание, чувствовать ритм и создавать эмоции.

В этом месяце предлагаем вам прочувствовать силу слова комментатора и организовать «чемпионат наоборот»: комментатор с чувством рассказывает все, что по его мнению происходит на поле, ринге или в целом, в кадре, а игроки выполняют действия, которые озвучивает комментатор.

Такое задание подходит для спортивных фестивалей или даже сессий командообразования.

- 1. Выберите вид «спорта»:** например, «соревнование по сбору карандашей» или «битва за бутерброд».
- 2. Разделитесь на команды:** одни – «спортсмены» (действуют, как в замедленной съемке), другие – «комментаторы» (озвучивают происходящее в стиле настоящего матча).
- 3. Комментаторы должны придумать имена участникам, напряжение, повороты сюжета, как если бы это был настоящий эфир.**
- 4. Используйте телефон или камеру для записи** – можно включить фоновую музыку, табло, эффекты.
- 5. Проведите 2-3 раунда, затем посмотрите записи и обсудите: кто был самым азартным, чья трансляция была живее.**

Это весело, креативно и полезно для тех, кто хочет развиваться в медиа, педагогике или публичных профессиях.



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

5 ФОТОЭКСПЕДИЦИЯ ★★☆☆

Сергей Левицкий – один из первых русских фотографов, сделавший уникальные снимки, включая Гоголя и царской семьи Романовых, а также внесший вклад в развитие фотоаппаратуры. В Петербурге он открыл мастерскую, создавал коллажи, ретушировал негативы и в 1847 году разработал камеру с мехами – прорыв в фотографической технике.

Предлагаем вам с командой попробовать себя в роли фотожурналистов. **Ваша задача – научиться видеть повествование в деталях, передавать эмоции и атмосферу через визуальный язык.**

Задания для фотоэкспедиций:

- 1. Фотоохота по теме:** сделайте серию снимков на одну из тем: городская природа (насекомые, птицы, растения), архитектура (необычные ракурсы, текстуры, силуэты), люди (друзья, коллеги, прохожие).
- 2. Кадр-загадка:** сфотографируйте объект так, чтобы он был неузнаваемым – только по тени, текстуре или фрагменту (например, край кроссовка, узор на асфальте).
- 3. Портрет с историей:** сделайте портрет участника команды или знакомого и запишите его короткое интервью: о мечте, увлечении, важном жизненном выборе.
- 4. Фоторепортаж события:** запечатлите одно из мероприятий первичного отделения – встречу, волонтерскую акцию, мастер-класс – так, чтобы через кадры чувствовалась энергия и настроение.
- 5. Фотоэксперимент с одним объектом:** снимите один и тот же предмет в разных условиях: в ярком свете и в тени, крупным планом и с дистанции, в движении и в покое.

Работайте в командах по 3-4 человека, распределив роли: фотограф, режиссер кадра, интервьюер, редактор. По итогам недели фотосъемок проведите внутреннее голосование за самый сильный визуальный рассказ. Победители получают звание «Мастер визуального сторителлинга». Обязательно опубликуйте лучшие работы в сообществе – расскажите, как рождается фотоистория изнутри.

6 РЕКЛАМА ДЛЯ ПЕРВИЧНОГО ОТДЕЛЕНИЯ ★★★

Чтобы привлечь новых участников в проект или команду, нужно говорить с ними на одном языке – понимать их интересы, привычки и пространство, где они привыкли коммуницировать.

В этом месяце предлагаем вам разработать медиарекламу по привлечению новых участников (или наставников) в ваше первичное отделение.

- 1. Объединитесь в команду и проведите опрос первокурсников:** узнайте, что им интересно, какие соцсети они используют, какую информацию ищут.
- 2. На основе данных определите главный посыл кампании:** дружба, развитие, событийность, патриотизм – что ближе аудитории.
- 3. Придумайте название и слоган кампании** – короткий, запоминающийся, отражающий дух вашего первичного отделения.
- 4. Разработайте макеты постов:** оформите в едином стиле, с фото, ярким текстом и призывом к действию.
- 5. Создайте концепцию для серии сторис** – с опросами, тестами, «день из жизни» участника, интервью.
- 6. Подготовьте сценарий короткого промо-видео (30-60 секунд),** где покажете, что делаете, кто вы и почему вступить – весело, полезно, важно.
- 7. Презентуйте свою концепцию куратору или совету первичного отделения** – защитите идеи, ответьте на вопросы.

По итогам выберите лучшие элементы и начните реализацию: публикуйте контент, запускайте ВК-истории, покажите видео на встрече.

Так вы не просто привлечете новичков – вы научитесь строить коммуникацию, которая работает.



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



ВОЛОНТЕРСТВО И ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО

1 СЕКРЕТНЫЙ ПОМОЩНИК ★★☆☆

Добрые дела делаются от души!

Сделайте доброе дело так, чтобы никто сразу не узнал (например, уберите игрушки или книги, полейте цветы, вынесите мусор). Раскрыть тайну можно только после выполнения задания.

Как тот, с кем вы поделились своим секретом, отреагировал?

#ДоброПервых



3 ЭКСТРЕННАЯ ПОМОЩЬ ★★☆☆

Помогите окружающим узнать, как обезопасить себя в чрезвычайных ситуациях – **нарисуйте плакат с номерами экстренных служб (112, 101, 102, 103), и разместите в своем классе или в пространстве первичного отделения Движения Первых.**

Дополнительно: можете попросить вашего куратора или медиагруппу первичного отделения разместить информацию в посте на странице в ВК.

#ПервыеПомогают

5 ПОДАРИТЕ БЕЗОПАСНОСТЬ ★★☆☆

Добровольчество и волонтерство – это возможность помочь людям добрыми делами.

Знать о правилах безопасности – это важно.

Вместе с друзьями и старшими **создайте «Квест по безопасности» о правилах безопасного поведения в городской среде.**

Ваша задача – создать маршрут с различными станциями, препятствиями и каверзными ситуациями, где участники не только будут преодолевать их, но и смогут на практике получить навыки безопасного поведения. Дополнительно узнать о правилах дорожного движения можно, отсканировав QR-код.



#ЛизаАлерт

Задание от ЛизаАлерт

6 МЕШОК ДОБРЫХ ДЕЛ ★★☆☆

Делать добрые дела – это приятно, особенно в игре!

В этом месяце предлагаем вам с друзьями собрать банк добрых дел: каждый участник пишет на отдельной карточке дело, выполнив которое можно помочь человеку, животному или всем вместе.

Все карточки складываются в мешочек.

Мешочек встряхивается для перемешивания карточек.

Каждый участник берет по 1, 2 или 3 карточки в зависимости от того, сколько добрых дел он или она могут выполнить.

В течение месяца все выполняют свои задания и вписывают выполненное дело на плакат (его можно разместить в классе или в пространстве первичного отделения Движения Первых. Главное – на виду у других людей). Можно приносить и клеивать фото того, как вы выполняете задание – так веселее!

В конце месяца проверьте, все ли задания, которые были извлечены из мешочка «вернулись» на плакат?

Соберитесь вместе и поделитесь друг с другом:

- Было ли это легко или сложно?
- Изменилось ли ваше настроение после выполнения?
- Что бы вы добавили в мешочек в следующий раз?

#ДоброПервых

2 ДОБРОЕ ПИСЬМО ★★☆☆

Вместе с ребятами из первичного отделения **напишите одно большое письмо с рисунками и пожеланиями для людей тех профессий, которые помогают людям:** врачам, учителям или пожарным или даже шахтерам. Отправьте это письмо адресату – оно точно поднимет ему настроение, а вашей копилке окажется одно общее доброе дело!

#ДоброПервых

4 ЛЮБИМЫЕ ИГРУШКИ В ДОБРЫЕ РУКИ ★★☆☆

Вы стали старше, интересы изменились, а значит, можно провести уборку своего пространства и освободить его для новых вещей.

Возможно, у вас есть игрушки или настольные игры, которые уже не нужны?

Вместе с ребятами и наставниками из первичного отделения соберите ненужные игрушки и игры и выберите вариант, куда отправите вашу посылку.

Поставьте галочки рядом с возможными вариантами:

- Развивающие игрушки и игры могут понадобиться благотворительным фондам и центрам социальной защиты (уточняйте потребности в самой организации);
- Игрушки в хорошем состоянии можно подарить друзьям с детьми;
- Игрушки и игры можно предложить в чате дома или подъезда;
- Игрушки и игры можно передать в творческие мастерские для мастер-классов и создания арт-объектов (например, мелкие игрушки – яйца и игрушки от киндера, другие мелкие фигурки, паззлы, лего-детали). Можно найти шеринг-группу, где игрушки включены в программу обмена.

Сообщества по обмену – это чаты, группы и сайты, где люди обмениваются разными вещами: от комнатных растений до продуктов питания. Они существуют ВКонтакте или Телеграм (например, «Делись детским / бебишеринг» в Петербурге).

Помните, если игру/игрушку покупали не вы (а, например, родители) – объясните, что вы хотите ее отдать на полезное дело.

Узнать больше про вторую жизнь вещей и найти «Чек-лист по передаче игрушки на благотворительные цели» можно на сайте «Включайся в заботу» и в Телеграм-боте «Все к лучшему», отсканировав QR-коды:



«Делись Детским (Бебишеринг)»



«Включайся в заботу»



Телеграм-бот «Все к лучшему»

#Пятерочка

Задание от Пятерочка с заботой



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами, указанными в каждом задании, а также не забывайте указывать:

#КалендарьПервых



ВОЛОНТЕРСТВО И ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО

1 РАССКАЖИТЕ О ГЛАВНОМ ★★☆☆

Помогать можно и словом!

Выберите 3 простые бытовые ситуации (например, порез, ожог кипятком, носовое кровотечение).

Изучите алгоритмы оказания первой помощи в данных ситуациях на основе инструкций из официальных проверенных источников (можно спросить медсестру в школе).

Снимите ВК-клип, в котором расскажете о действиях в данных ситуациях с использованием подручных средств (платок, бутылка чистой воды для промывания).

Попросите друзей и знакомых распространить клип – так вы поможете многим избежать нежелательных последствий травм.

#ПервыеПомогают

2 ПОЗНАКОМЬТЕСЬ С АПТЕЧКОЙ ★★☆☆

Порой нам назначают специальные лекарства и мази в связи с различными травмами и заболеваниями. Их мы принимаем строго по назначению врача. Но для обеспечения базовой гигиены мы должны иметь первичный набор в домашней аптечке, чтобы оказать первую помощь себе и близким. Что может быть в наборе? Йод, перекись водорода, бинт. А что еще?

Узнайте у школьной медсестры или просмотрите видео, и узнайте, что должно быть у каждого в домашней или классной аптечке.

Поделитесь с друзьями и узнайте, что вы не учли. Сообщите родителям или другим значимым для вас взрослым, что необходимо приобрести.

Так, вы помогаете держать ситуацию под контролем!

#ПервыеПомогают

3 ДВОР ДОБРА ★★★★★

Создание добрососедской атмосферы – это тоже помощь! **В этом месяце предлагаем вам создать уютную осеннюю площадку для совместного досуга с соседями прямо во дворе или другом закрытом общем пространстве.**

1. Объединитесь с друзьями и взрослыми и спланируйте осенний фестиваль: распишите план активностей, привлечите необходимые ресурсы и волонтеров из числа своих знакомых.
2. Проведите информационную кампанию среди жителей своего микрорайона или двора.
3. Проведите событие. Не забудьте познакомить участников друг с другом и сделать множество ярких фотографий!
4. Расскажите о своем теплом событии на странице первичного отделения ВКонтакте, чтобы вдохновить других на создание такого же фестиваля.

#ДоброПервых

4 УБЕРИ ПРОСТРАНСТВО НА СВОЕЙ ПЛАНЕТЕ ★★☆☆

Когда вы убираете мусор, оставленный на улице не вами, во дворе дома или школы, вы заботитесь о здоровье, безопасности и комфорте себя и других. Чистый двор – это пространство для игр, отдыха и радости, а не свалка.

В этом месяце предлагаем вам вместе с ребятами организовать уборку вашего пространства!

1. Выберите место для уборки: детская площадка, парк, сквер или двор рядом с домом.
2. В безопасной обуви и перчатках (можно использовать хозяйственные) соберите мусор – пластик, бумагу, окурки и другие отходы.
3. Используйте пакет или мешок для мусора, по окончании аккуратно выбросьте его в контейнер.
4. Сделайте фотографию до уборки и фотографию после. Опубликуйте пост в соцсетях.

Чистое место – безопасно, уютно и красиво. Присоединяйтесь!»

#ДоброПервых



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами, указанными в каждом задании, а также не забывайте указывать:

#КалендарьПервых



ВОЛОНТЕРСТВО И ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО

5 ДОБРАЯ СРЕДА ★★☆☆

Приходилось ли вам общаться в коллективе, учебном заведении или общественном месте с людьми с ограниченными возможностями здоровья, инвалидностью?

Люди с инвалидностью часто сталкиваются с негативной реакцией окружающих. Встретившись с чем-то неизвестным (например, с нестандартной моделью поведения или общения), люди не знают, как правильно себя вести, и это может выражаться в неверной реакции. Напомните себе и расскажите друзьям, как стоит общаться и реагировать на различные особенности людей.

Вот несколько основных правил при взаимодействии с человеком с ограниченными возможностями здоровья, с инвалидностью:

1. Обращайтесь при разговоре напрямую к человеку, а не к родителям или сопровождающему. У человека есть право голоса.
2. Помните о личных границах. Перед началом разговора убедитесь, что человек хочет общаться. А если хочется что-то спросить или дать совет, уточните сперва, уместно ли это.
3. Предлагайте помощь вежливо, а не навязывайте и не начинайте помогать. Дождитесь, пока ее примут, а затем уточните, как именно нужно помочь.
4. Если человек испытывает трудности в общении – слушайте его внимательно, будьте терпеливы, не поправляйте, не перебивайте и не договаривайте за него. Если вы не поняли, что сказал человек – не стесняйтесь переспросить.
5. Инвалидная коляска – часть тела человека. Прежде чем ее трогать, перемещать, спросите разрешения.
6. При общении с человеком с нарушением слуха не повышайте голос и не используйте жесты, если не говорите на русском жестовом языке. Если в этом есть необходимость – используйте вспомогательные технические средства для коммуникации.
7. При встрече с человеком с нарушениями зрения нужно представиться всем присутствующим. В групповой беседе не забывайте пояснять, к кому в данный момент обращаются.
8. Доверяйте. Предоставляйте больше свободы и самостоятельности.

Узнать, как еще можно помогать людям с инвалидностью, можно на сайте «Включайся в заботу» или в Телеграм-боте «Все к лучшему».

#Пятерочка

Задание от **5** Пятерочка с заботой



«Включайся
в заботу»



Телеграм-бот
«Все к лучшему»



6 ВТОРАЯ ЖИЗНЬ ВЕЩЕЙ: НЕНУЖНАЯ ОДЕЖДА ★★☆☆

Начало учебного года – хороший повод обновить гардероб и освободить место под новые вещи в шкафу. Посмотрите: какие вещи вам больше не нужны (стали малы, не нравятся)? Если вещь покупали не вы (а, например, родители) – объясните, что вы хотите ее отдать на полезное дело.

Вещи в хорошем состоянии передайте тем, кто в них нуждается:

- спросите друзей, не нужна ли кому-то помощь в виде конкретных предметов гардероба;
- поищите сообщества «отдам даром»;
- поищите благотворительные проекты в вашем городе. Например, приют или кризисный центр для женщин, организации помощи бездомным людям, центр гуманитарной помощи (часто бывают при церкви), благотворительный магазин;
- посмотрите сайты или соцсети местных благотворительных организаций: иногда они проводят акции по сбору конкретных предметов гардероба для своих подопечных (например, в сентябре это акции «Собери ребенка в школу»);
- в Петербурге, Москве и других крупных городах можно отдать проектам по сбору, сортировке и распределению вещей: «Спасибо!», «Второе дыхание», «SVALKА».

Узнать больше про вторую жизнь вещей можно на сайте «Включайся в заботу» и в Телеграм-боте «Все к лучшему».

#Пятерочка

Задание от **5** Пятерочка с заботой



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами, указанными в каждом задании, а также не забывайте указывать:

#КалендарьПервых



ВОЛОНТЕРСТВО И ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО

1 ЧАС ВНИМАНИЯ ★★☆☆

Пожилые люди зачастую одиноки, так как не имеют возможности свободно организовывать свой досуг.

Порадуйте своего пожилого родственника или найдите того, кто нуждается в вашем внимании – позвоните ему или ей, поговорите с ним и спросите, как он или она себя чувствует. Иногда общение важнее подарков!

#ДоброПервых

2 БЕЗОПАСНЫЕ ЗАПРЕТЫ ★★☆☆

Найти информацию в достоверных источниках и на личной странице ВКонтакте **расскажите о 5 действиях, которые категорически делать нельзя, если видите человека без сознания** (например, не трясать, не давать воду, не оставлять одного и т.д.). Обоснуйте запрет.

Возможно, проинформировав людей об этом, вы сможете спасти чью-то жизнь!

#ПервыеПомогают

3 БЫСТРЫЙ ОПРОС ★★☆☆

Знать про помощь при травмах нужно каждому!

Узнайте, насколько ваши друзья и знакомые осведомлены о мерах первой помощи, чтобы понять, про что жизненно необходимо им рассказать.

Создайте опрос на личной странице ВКонтакте и поместите туда 5-7 вопросов по бытовым травмам типа «При ожоге нужно мазать маслом? Да / Нет» и попросите друзей и знакомых пройти его.

Получите результаты опроса и расскажите в следующем посте, как стоит действовать при той или иной травме. Например, «Нужно подержать место ожога под прохладной проточной водой: вода снимает отечность и болевой синдром».

#ПервыеПомогают

4 ОПОРА ДЛЯ МЛАДШИХ ★★☆☆

Наставничество – это ваш способ помогать. Первичное отделение из Омской области села Усть-Ишим по инициативе участницы уже реализует проект «Школьный навигатор: Репетиторы Первых».

Предлагаем вам включиться и помочь ученикам школ (1-7 класс) подготовить домашнее задание по любому предмету – математике, русскому языку, английскому или природоведению.

1. Найдите «подопечного» – это может быть младший брат, сестра, сосед, друг семьи или ученик из школьного клуба.
2. Договоритесь о времени и формате помощи: очно или онлайн (например, 30-60 минут).
3. Подготовьтесь: посмотрите программу младших классов, чтобы лучше понимать материал.
4. Помогите с выполнением домашнего задания: объясните сложные моменты, проверьте ответы, подбодрите.
5. Используйте простой, дружелюбный язык – не просто диктуйте, а объясняйте и задавайте вопросы.
6. По окончании попросите обратную связь:
 - Что было понятно?
 - Что вызвало трудности?
 - Что особенно понравилось?

Расскажите о своем добром деле на личной странице или странице первичного отделения в соцсетях и вдохновляйте других!

#ДоброПервых

5 ОСНОВЫ ВОЛОНТЕРСТВА ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ ★★☆☆

Хотите стать частью большого доброго дела, но не знаете, с чего начать?

Предлагаем вам пройти онлайн-курс «Навыки волонтерской деятельности для участников Движения Первых». Этот курс поможет вам разобраться в основах волонтерской деятельности, узнать о правах и обязанностях добровольцев, а также вдохновиться реальными историями тех, кто уже делает мир лучше.

Что требуется сделать:

- перейдите по QR-коду;
- зарегистрируйтесь на платформе (если у вас еще нет аккаунта);
- пройдите все модули курса, выполните предложенные задания и тесты;
- после завершения курса получите сертификат и поделитесь им на личной странице в соцсетях



Совет:

Обсудите с друзьями или наставниками, какие идеи из курса вам особенно понравились и как вы можете применить их в своем городе или школе. Вместе можно придумать свой первый волонтерский проект!

#ДоброПервых

6 ЦИФРОВОЙ ЛИКБЕЗ ★★★

В этом месяце предлагаем вам объединиться и помочь нуждающимся пожилым людям освоить базовые компьютерные или телефонные программы.

1. Выберите аудиторию: бабушка, дедушка, пожилой сосед или небольшая группа пенсионеров. О том, кто может нуждаться в особом внимании, можно узнать в ближайшей социальной службе.
2. Составьте программу из 3-5 простых тем, например:
 - как включить и разблокировать смартфон;
 - как звонить и писать в мессенджерах и соцсетях;
 - как принимать видеозвонки;
 - как искать информацию;
 - как не попасться на уловки мошенников.
3. Распределите адресатов, договоритесь о времени визита и проведите занятия. Говорите просто, терпеливо, с примерами из жизни. Используйте наглядные материалы: распечатайте инструкции, сделайте памятки.
5. По окончании попросите обратную связь:
 - Что было полезно?
 - Что осталось непонятным?
 - Что бы они хотели узнать дальше?

Расскажите на личной странице или странице первичного отделения о своих достижениях и вдохновляйте других на простые, но значимые дела!

#ДоброПервых



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами, указанными в каждом задании, а также не забывайте указывать:

#КалендарьПервых



ВОЛОНТЕРСТВО И ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО

1 ВИКТОРИНА ПО ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ★★☆☆

Станьте добровольцем-просветителем: **создайте викторину (10-15 вопросов) в MyQuiz или в Яндекс по основам оказания первой помощи** (самые базовые ситуации) и проведите ее для участников вашего первичного отделения онлайн или офлайн. Опубликуйте результаты на личной странице или странице первичного отделения ВКонтакте. В дальнейших постах привлечите внимание к тем вопросам, которые системно оставались неотвеченными или отведенными неправильно – это важная тема для вашей дальнейшей просветительской работы.

#ПервыеПомогают

2 МИФЫ О ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ★★☆☆

Предоставление экспертной информации помогает людям не меньше, чем любые другие жесты доброй воли. **Проведите небольшой опрос среди 10 друзей или родных о том, какие ложные стереотипы об оказании первой помощи они знают** (например, «Нужно разжимать челюсти, вливать воду или пытаться остановить судороги»). Соберите ответы и сделайте пост на личной странице ВКонтакте с развенчанием мифов. Используйте только проверенные источники информации (например, сайт Министерства здравоохранения).

#ПервыеПомогают

3 ОДИН ДЕНЬ БЕЗ КОФЕ ★★☆☆

Благотворительность – это просто! **Объявите в вашем первичном отделении день добровольных пожертвований** – предложите в соцсетях, участникам первичного отделения и всем обучающимся на день отказаться от кофе или фастфуда и пожертвовать их на нужды благотворительных фондов.

#ДоброПервых

5 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ КОДЕКС: ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ВОЛОНТЕРА ★★★★★

Даже самые добрые намерения требуют правильного подхода! **В этом месяце предлагаем вам пройти курс, который раскроет вам ключевые аспекты профессионального волонтерства.** Вы изучите основные этические принципы волонтерской деятельности, которые помогут сохранять баланс между помощью и личными границами. Особое внимание уделите правилам взаимодействия с благополучателями: как выстраивать доверительные отношения и сохранять достоинство всех участников процесса. Также вы освоите техники эмоциональной самоподдержки, которые помогут предотвратить эмоциональное выгорание. Курс включает реальные кейсы, интерактивные задания и чек-листы для повседневного использования. После обучения вы сможете помогать профессионально, с соблюдением всех норм и правил, делая свою волонтерскую деятельность более осознанной и эффективной.

Что требуется сделать:

1. Пройти курс «Нормы и правила поведения волонтера» по QR-коду.
2. Разработать чек-лист «10 золотых правил волонтера».
3. Провести мини-лекцию для новичков вашей команды.
4. Создать памятку по сложным ситуациям (можно в формате комикса).
5. Поделиться своими лайфхаками с хештегами:

#ДвижениеПервых #Добро.рф
#ДоброУниверситет



Задание от **добро.рф**

4 ВТОРАЯ ЖИЗНЬ ВЕЩЕЙ ★★☆☆

На улице похолодало, пора освободить место для сезонных вещей и заодно выяснить, есть ли ненужные и непригодные для носки вещи. А старые одеяла? Возможно, их будут рады принять в приюте для животных.

Зооприютам нужны вещи для утепления и подстилок (ковры, пледы, одеяла, пальто и куртки больших размеров, постельное белье, полотенца, халаты) – те же вещи, которые уже нельзя использовать по прямому назначению, они будут впитывать и греть.

Свяжитесь с приютом для животных заранее и уточните, что именно подойдет и когда можно привезти. Найти приют можно в интернете, набрав название вашего города или поселка (иногда – название крупного города поблизости к вам) и сочетание «приют для собак». Часто контакты приютов могут подсказать в ветеринарных клиниках.

Узнать больше про вторую жизнь вещей можно на сайте «Включайся в заботу» и в Телеграм-боте «Все к лучшему».

#Пятерочка

Задание от **Пятерочка с заботой**



«Включайся в заботу»



Телеграм-бот «Все к лучшему»



6 БЫТЬ ВОЛОНТЕРОМ И НЕ ВЫГОРЕТЬ ★★☆☆

Начался учебный год, а значит, если вы волонтер, помогаете другим, важно беречь силы и эффективно сочетать учебу, личные дела и волонтерство.

Проверьте себя: насколько хорошо у вас с каждым пунктом чек-листа «Помогать и не выгорать»:

- Я хорошо понимаю, сколько времени и сил готов(а) выделить на волонтерство.
- Меняю типы задач: когда чувствую, что эмоционально тяжело, беру (или прошу) другие задачи.
- Говорю о деньгах смелее. Часто волонтеры за свой счет оплачивают связанные с помощью расходы. Важно открыто обсуждать расходы с фондом.
- Я понимаю, что важно взаимно договориться: организатор учитывает мои временные возможности и важные моменты, а я – ответственно беру задачи, а в случае отказа передаю дела плавно.
- Получаю поддержку окружения. Не выгорать легче, если среди ваших знакомых были или появились те, кто понимает ценность волонтерства и ваши мотивы, может сказать вам «ты молодец».

Узнать, каким бывает волонтерство, и выбрать свой формат можно на сайте «Включайся в заботу» и в Телеграм-боте «Все к лучшему».

#Пятерочка

Задание от **Пятерочка с заботой**



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами, указанными в каждом задании, а также не забывайте указывать:

#КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ЗВУЧИ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

История создания песни «Учат в школе»

На идею стихотворения «Чему учат в школе» известного советского поэта-песенника Михаила Спартаковича Пляцковского натолкнул мальчишка, будущий первоклассник. Как-то в подъезде своего дома Пляцковский столкнулся с соседским мальчиком, который, пока они ехали в лифте, похвастался, что осенью пойдет в первый класс. Михаил Спартакович поздравил паренька с этим знаменательным событием, а тот начал задавать вопросы:

- Дядя Миша, а чему учат в школе?
- Читать.
- А еще?
- Писать.
- А еще?
- Считать.
- А еще?
- Быть честным, справедливым...
- А еще? А еще? А еще?

Этот разговор остался у поэта в голове и превратился в полноценное стихотворение. Композитор Владимир Шаинский мгновенно сочинил музыку к стихотворению.



Хотя радиопостановка давно забыта, песня «Чему учат в школе» (известная также как «Учат в школе») до сих пор звучит 1 сентября в школах по всей стране, став неотъемлемой частью праздника знаний.

2 СПОЙТЕ СТИХОТВОРЕНИЕ ★★☆☆

1. Найдите любое короткое стихотворение.

Это может быть считалочка, скороговорка, четверостишие из любимой книги или даже стишок собственного сочинения!

2. Придумайте к нему свою мелодию и ритм.

Не страшно, если вы не знаете нот! Вы можете спеть его как рэп, как колыбельную, как веселый марш или как песню поп-звезды. Положите стих на любую музыку, которая родится у вас в голове.

3. Выразительно «спойте» его, четко выговаривая все слова. Можно даже добавить движения или танцевать!

Не забывайте делиться вашими творениями с друзьями в первичном отделении или на странице первичного отделения в соцсетях!

1 УТРЕННЯЯ РАЗМИНКА для ГОЛОСА



Каждое утро, перед тем как позавтракать, уделите 5 минут своей главной суперсиле – голосу.

Сильный голос помогает вам убедительно доносить свои мысли сверстникам и взрослым, а также красиво петь! Ваша задача: спеть 3-5 раз простую нотную гамму (например, До-Ре-Ми-Фа-Соль-Ля-Си-До и обратно).

Как это сделать?

1. Встаньте прямо, улыбнитесь своему отражению в зеркале.
2. Сделайте глубокий вдох носом (как будто нюхаете цветок), а потом плавно выдыхайте ртом, напевая свои нотные «ступеньки».
3. Пойте на удобный для вас слог: «ла-ла-ла», «ма-ма-ма» или даже «ню-ню-ню». Главное – делать это плавно!

Зарядка простая, а польза бесконечная!

3 МУЗЫКАЛЬНЫЕ АССОЦИИ



Во время перерыва предлагаем вам поиграть с ребятами в игру.

Один из участников называет известную музыкальную композицию, например, «Вместе весело шагать по просторам».

Остальные участники должны быстро предложить необычные ассоциации, связывающие эту песню с:

- другими музыкальными произведениями, исполнителями;
- определенными эмоциями;
- жизненными ситуациями.

Сколько ассоциаций заставили вас рассмеяться?

Вы можете придумать другие вариации игры, главное, чтобы вам нравилось!



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

#ЗвучиКакПервые #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ЗВУЧИ

4 ЗВУКИ ПРИРОДЫ ★★☆☆

Вместе с ребятами из вашего первичного отделения создайте собственную музыкальную композицию, используя только звуки окружающего мира.

Как это сделать?

1. Подготовьтесь

Выберите природные звуки для вашей композиции. Например, шум дождя или ручья, пение птиц, шелест листьев, звуки животных.

2. Запишите звуки на диктофон

Старайтесь записывать четко и без лишнего фонового шума.

3. Составьте из записанных звуков небольшую композицию (1-2 минуты).

Продумайте последовательность и сочетание звуков, чтобы создать гармоничное произведение. Можете наложить эти звуки на существующий трек или классическую музыкальную композицию.

4. Если вы создавали несколько треков командами, **поделитесь своей записью с другими участниками** и попросите их определить, какие именно звуки природы они слышат.

Предложите классному руководителю использовать ваши треки для настройки перед уроком или в первичном отделении перед важным собранием: они зададут успокаивающий или задорный тон работе.

5 МУЗЫКАЛЬНАЯ ВЫСТАВКА ★★☆☆

Погрузитесь в миры русской классики – послушайте отрывки из композиций русских классиков и нарисуйте героев, которых вы видите под музыку. Пусть каждая нота ведет вашу руку – это может быть сказочный принц, воин, фея или даже дракон! Рисуйте, но не подглядывайте друг у друга – вы увидите, насколько по-разному вы можете слышать музыку!

Все ваши работы можно разместить на стенде в первичном отделении с заголовком «Так мы слышим *название композиции*».

Что потребуется сделать:

Шаг 1: Выбор музыки

Послушайте отрывки из произведений русских композиторов:

- П.И. Чайковский («Танец феи Драже», «Марш» из балета «Щелкунчик»),
- Н.А. Римский-Корсаков («Полет шмеля», «Шехеразада»).
- М.И. Глинка («Марш Черномора» из оперы «Руслан и Людмила»).

Шаг 2: Творческий процесс

Рисуйте то, что представляете под музыку, пусть мелодия ведет вашу руку. Не важно, насколько профессионально получится рисунок.

Шаг 3: Размещение на выставке

Разместите все ваши работы на стенде с подписью авторов – пусть ваши рисунки вдохновляют других ребят – они точно захотят услышать эти композиции тоже!

6 ХОРОВАЯ ИЗЮМИНКА ★★★

Впечатление аудитории складывается из многих факторов: звука, артистичности выступающих, даже от того, улыбаются ли они или нет!

В этом месяце предлагаем вам поискать «изюминку» для вашего хора первичного отделения. Для этого потребуется **предварительная подготовка и много репетиций!**

1. Выберите песню – она должна отражать особенности возраста исполнителей и соответствовать общему профилю хора.
2. Проведите разбор текста – какую интонацию применять, с каким настроением исполнять, возможно, есть незнакомые слова, требующие пояснения.
3. Вы можете выбрать движения или дополнительное звуковое сопровождение в качестве «изюминки»: попробуйте прохлопывать или притопывать ритм песни.
4. Эмоции – ключ к успеху. Работайте над выражением лица и жестами, когда хотите, чтобы аудитория тоже прочувствовала вашу эмоцию.
5. Выступите перед участниками первичного отделения – возможно, они смогут предложить интересные решения для внедрения, которые могут «зацепить» вашу аудиторию.

Совет: предлагаем вам освоить следующие песни

«Вместе весело шагать» (В. Шаинский)
 «Улыбка» (из м/ф «Крошка Енот»)
 «Песенка друзей» (из м/ф «Бременские музыканты»)
 «Антошка» (детская народная)
 «Чунга-чанга» (В. Шаинский)

Они вечны и понятны многим поколениям, что позволит вам привлекать внимание аудиторию через добрые воспоминания!



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

#ЗвучиКакПервые #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ЗВУЧИ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Голос каждого человека уникален, как отпечатки пальцев. Ученые могут определить личность по голосу с точностью более 95%.

1 МУЗЫКАЛЬНЫЙ СТИЛЬ ★★☆☆

Соберите плейлист с отрывками самых разных треков. Поделитесь им с другими участниками вашей первички. Пусть они послушают фрагменты и попробуют определить, к каким музыкальным жанрам они относятся: будь то зажигательный поп, энергичный рок, джазовые импровизации или другие направления.

1. Составьте плейлист из коротких отрывков (30-40 секунд) различных музыкальных композиций. Подберите произведения разных жанров: поп, рок, джаз, классика, народная музыка и другие.
2. Предоставьте данный плейлист другим участникам первичного отделения.
3. Попросите их прослушать фрагменты и определить принадлежность каждого к конкретному музыкальному жанру.

2 СЛОВО ЗА СЛОВО ★★☆☆

Напишите текст знакомой песни, оставив пропуски самых ярких, запоминающихся слов, а затем поделитесь текстом с другими участниками – пусть они попробуют восстановить недостающие фрагменты и угадают, какая это песня.

Как выполнять:

1. Возьмите текст известной песни.
2. Удалите из текста 5-7 самых ярких и запоминающихся слов, оставив на их месте пропуски.
3. Поделитесь полученным текстом с другими участниками первичного отделения.
4. Их задача – восстановить пропущенные слова и угадать, какая это песня.

Выполняя задание, вы улучшите способность запоминать и анализировать тексты, разовьете языковую интуицию и умение работать с информацией. Это также помогает лучше понимать структуру песен и запоминать новые музыкальные произведения.

3 РИФМА + РИТМ ★★☆☆

Вы знали, что стихи учить гораздо проще, когда они наложены на музыкальную композицию?

Проверьте сами! Возьмите короткое стихотворение (например, про осень или животных) и прочитайте его ритмично, как рэп-исполнитель. Можно отбивать ритм ладонями или использовать простой бит.

ПЛАТФОРМА «ЗВУЧИ»

Следите за стартами новых отборов в музыкальные проекты Движения Первых и вдохновляйтесь творчеством молодых артистов на странице сообщества платформы «Звучи» во ВКонтакте:



4 МЕЛОДИЧНЫЙ ПАЗЛ ★★☆☆

Планируется общее событие, встреча Совета Первых или просто хочется проявить себя и провести что-то интересное для сверстников и младших ребят?

Проведите музыкальную викторину!

1. Подберите 10-15 коротких отрывков (15-30 сек) из популярных песен разных жанров.
2. Сформируйте бланки ответов, на которых ребята будут отмечать свои и раздайте всем участникам вашего мероприятия.
3. Организуйте викторину для участников вашего первичного отделения: объясните правила игры, включите каждый отрывок по очереди, чтобы участники могли записать свои варианты ответов (название и исполнитель).
5. Подсчитайте баллы за правильные ответы. Объявите победителей.

Совет: вы можете разбавить викторину другими вопросами или внедрить ваши вопросы в другую большую игру. В любом случае – инициатива похвальна!

Развивайте музыкальную эрудицию участников вашего первичного отделения!



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

#ЗвучиКакПервые #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ЗВУЧИ

5 ГЕРОИ ОПЕРЫ ★★☆☆

Согласитесь, те, кто хоть раз посещал оперу или оперетту, считал ее скучной и сложной для восприятия? Все потому, что вы можете не понимать сюжет до конца или просто быть незнакомыми с героями!

Подготовьте ребят в вашем первичном отделении к прослушиванию и просмотру сложных композиций!

1. Выберите одного из героев русской оперы (например: Царь Салтан, Снегурочка, Князь Игорь, Руслан, Борис Годунов).
2. Изучите интересные факты о персонаже: его характер, историю создания, значение в произведении.
3. Запишите короткое видео (1-2 минуты), где творчески представите эти факты.
4. Добавьте музыкальное сопровождение из оперы или звуковые эффекты.
5. Поделитесь видео в вашем сообществе и предложите другим угадать героя.

Проявите фантазию и постарайтесь сделать ваше повествование захватывающим и познавательным!

Ваше видео можно демонстрировать непосредственно перед походом на спектакль или выложить в соцсети первичного отделения, чтобы прививать вкус к вечной классике у подписчиков!

6 ОСЕННИЙ ХИТ ★★☆☆

Создайте авторскую песню об осени с текстом, мелодией и обложкой как у настоящего музыкального хита.

Как создать песню:

Шаг 1: Вдохновение и идея

Прогуляйтесь по осеннему парку, понаблюдайте за природой, запишите в блокнот осенние образы и ассоциации и выберите основную тему песни (ностальгия, радость, уют).

Шаг 2: Написание текста

Составьте 2-3 куплета и припев. Используйте простые рифмы и искренние эмоции. Например, «Золотой ковер из листьев под ногами / Теплый шарф и чай с мечтами».

Шаг 3: Создание мелодии

Можно использовать знакомый мотив из известной песни или придумать простую собственную мелодию. Используйте гитару, фортепиано, музыкальные приложения или воспользуйтесь нейросетями.

Шаг 4: Дизайн обложки

Нарисуйте или создайте цифровую обложку. Передайте атмосферу вашей песни. Добавьте название и свое имя как исполнителя.

Шаг 5: Запись и публикация

Запишите аудио или видео исполнения. Поделитесь в сообществе вашего первичного отделения и расскажите о процессе создания композиции.



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

#ЗвучиКакПервые #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ЗВУЧИ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Голосовые связки у человека имеют длину всего 1,5-2,5 см, но именно они создают весь диапазон звуков – от баса до сопрано.

1 СОЛЬНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ С РЕКВИЗИТОМ



Выберите любой предмет (шарф, книга, игрушка, чашка и т.д.) и организуйте вокруг него короткое сольное выступление (1-2 минуты), где реквизит станет ключевым элементом вашего образа и сюжета.

Придумайте, как обыграть предмет: например, шарф может стать метафорой связи, разлуки или танца. Используйте реквизит как часть истории: жесты, мимика, движение с предметом.

Так, ваше выступление будет не просто исполнением композиции, а спектаклем, где предмет станет вашим соавтором.

3 ПОЧУВСТВУЙ РИТМ



Прослушайте ритм песни (вашей любимой в наушниках или той, что слышите утром по радио) и попробуйте воспроизвести его на любом доступном инструменте – настоящем или импровизированном.

Так вы сможете научиться слышать и воспроизводить сложные ритмические паттерны, что пригодится в музыке, танцах и даже публичных выступлениях.

Делитесь результатами в соцсетях – покажите, как можно творить без дорогого оборудования!



ПЛАТФОРМА «ЗВУЧИ»

Следите за стартами новых отборов в музыкальные проекты Движения Первых и вдохновляйтесь творчеством молодых артистов на странице сообщества платформы «Звучи» ВКонтакте:



2 УБЕДИТЕЛЬНАЯ РЕЧЬ



Чтобы улучшить дикцию перед выступлениями, ежедневно выполняйте 5-минутные упражнения с использованием звуков («тр-р-р», «ш-ш-ш»), слогов («ла-ло-лу») и сложных сочетаний («кт-кт-кт»).

Как выполнять:

1. Разогрев (1 минута): интенсивное проговаривание гласных («а-э-о-у-и-ы») с активной артикуляцией.
2. Согласные паттерны (2 минуты): четкое повторение свистящих/шипящих («с-ш-с-ш», «з-ж-з-ж»), вибрационные звуки («р-р-р» с вариациями скорости).
3. Слоговые комбинации (2 минуты): быстрое произношение («кти-кте-кта-кто», «бр-пр-тр-др»).
4. Теперь переходим на скороговорки с акцентом на четкость: «Тридцать три корабля лавировали, лавировали, да не вылавировали» с акцентом на каждое «р».

Выполняя эти упражнения, вы не только улучшаете дикцию, но и повышаете уверенность речи – чистое произношение усиливает воздействие на аудиторию.



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

#ЗвучиКакПервые #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ЗВУЧИ

4 СЦЕНИЧЕСКАЯ ИЗЮМИНКА ★★☆☆

Впечатление аудитории складывается из многих факторов: звука, артистичности выступающих, даже от того, улыбаются ли они или нет.

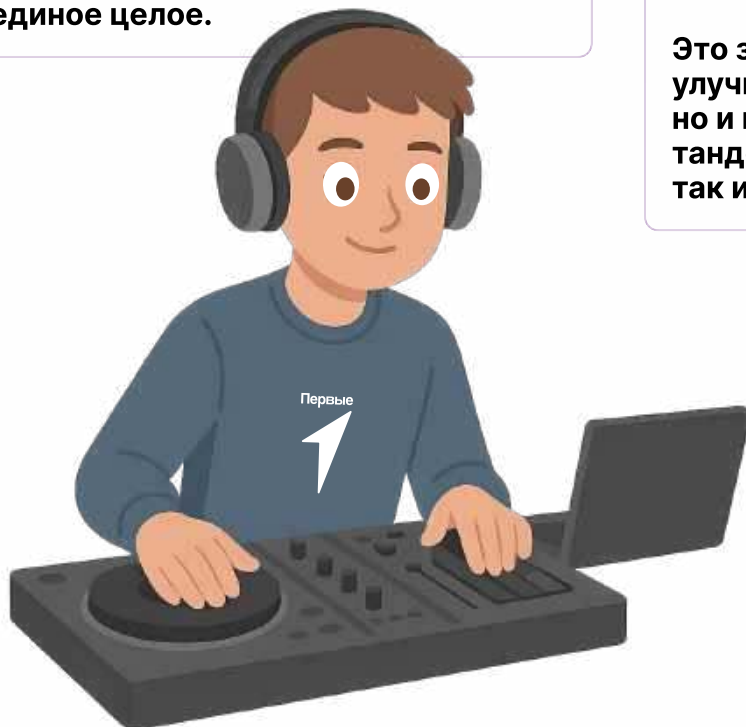
В этом месяце предлагаем вам поискать «изюминку» для вашего хора первичного отделения. Для этого потребуется предварительная подготовка и много репетиций!

Объединитесь в дуэт или хор, придумайте и отработайте оригинальное движение, жест или танец, который органично дополнит ваше музыкальное выступление и подчеркнет характер песни.

Что потребуется сделать:

1. Определите настроение и ключевые моменты текста песни. Выделите места, где уместно добавить визуальный акцент (припев, кульминация).
2. Проведите мозговой штурм идей: предложите 3-5 вариантов жестов/движений. Выберите самый органичный и простой в исполнении вариант. Например:
 - синхронный жест руками на ключевой фразе;
 - простой шаг в сторону в ритм музыки;
 - символическое движение (например, «сердце» руками для лиричной песни).
3. Отработайте движение так, чтобы оно не мешало пению, добейтесь синхронности в группе, пока будете репетировать под фонограмму или живой аккомпанемент.
4. Отработайте вашу «фишку» до автоматизма: проведите 3-5 репетиций, фокусируясь только на движении. Снимите себя на видео для анализа и корректировки, чтобы добиться естественного выполнения.

Это задание поможет вам перейти от просто пения к полноценному сценическому выступлению, где голос и тело работают как единое целое.



5 ДУЭТНАЯ КОМПОЗИЦИЯ ★★☆☆

Дуэт – это эффектная форма исполнения композиции, так как чувства людей могут передаваться не только через вокализованные переживания одного человека, а звучать от двух лиц! Этот диалог похож на короткий спектакль, и позволяет раскрыть всю глубину текста и описываемой ситуации.

В этом месяце предлагаем вам создать такой дуэт. Разбейтесь на пары, выберите одну общую песню и создайте уникальную интерпретацию композиции.

Что предстоит делать:

1. Совместно подберите композицию, которая нравится обоим. Убедитесь, что песня позволяет проявить творчество (например, имеет интересный ритм или эмоциональный диапазон).
2. Определите концепцию: будет ли ваша версия драматичной, ироничной, минималистичной? Распределите партии с учетом сильных сторон каждого солиста.
3. Отработайте синхронность в дуэте. Продумайте динамику (где усиливать/ослаблять эмоцию). Репетируйте перед зеркалом или снимайте на видео для самоконтроля. Не забывайте – улыбка или плавные движения тоже создают настроение!
4. Выступите перед другими участниками первичного отделения на ближайшем концерте и оцените по объему аплодисментов, насколько успешно вы реализовали вашу творческую задумку!

Это задание поможет вам не только улучшить вокальные и сценические навыки, но и научиться работать в творческом тандеме, где важно как личное выражение, так и умение слышать партнера.



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

#ЗвучиКакПервые #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ЗВУЧИ

6 МОЩНЫЙ ХОР ★★★

Приходилось ли вам слушать хор Турецкого? Это живая эмоция, передаваемая каждым вокалистом! Каждая партия – это многоголосие, перетекающее волной от одной части хора к другой. Эксперименты со звуком – это часть представления, которое точно оценит публика и позволит стать знаменитыми на всю страну!

В этом месяце предлагаем вам подготовить мощное хоровое выступление с динамикой, движением и зрелищными элементами.

Предлагаем работать по такому плану:

1. Базовый каркас

- Разберите композицию (текст, мелодия, гармония).
- Определите роли: солисты и фоновая группа.
- Отработайте дыхание и ритмический рисунок.

2. Синхронность и движение

- Добавьте базовые движения (шаги, повороты, жесты).
- Добейтесь идеальной синхронности вступления и окончания фраз.
- Проводите первые репетиции.

3. Визуальные эффекты

- Введите «эффект эха» (перекличка групп).
- Добавьте импровизационные элементы для солистов.
- Продумайте расстановку на сцене для зрелищности.

4. Вовлечение аудитории

Разработайте интерактивные моменты:

- хлопки зрителей в ритм;
- повторение ключевых фраз за хором;
- отработайте переходы между секциями.

5. Полная интеграция

- Соедините голос, движение и визуальные элементы.
- Проведите первый прогон без остановок и запишите его на видео.
- Проанализируйте видеозапись, выделите слабые места.

6. Эмоциональная мощь

- Усиьте драматизм через динамику (громкость/шепот).
- Добавьте акценты на кульминационных моментах.
- Добейтесь эмоциональной отдачи от каждого участника.

7. Финальный прогон

- Отрепетируйте номер в полном формате.
- Проверьте координацию всех элементов.
- Проведите генеральную репетицию и итоговое выступление.

Этот опыт научит вас превращать обычное пение в искусство. Вы получите инструменты, которые пригодятся в любом коллективном творчестве – от музыкальных проектов до театральных постановок. Готовьтесь к овациям!



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

#ЗвучиКакПервые #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ЗВУЧИ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Оперные певцы могут «перекричать» оркестр. Голос оперного певца достигает громкости до 130 дБ – это почти как звук реактивного самолета.

1 РИФМА + РИТМ ★★☆☆

Вы знали, что стихи учить гораздо проще, когда они наложены на музыкальную композицию? Проверьте сами! **Возьмите короткий стих (например, про осень или животных) и прочитайте его ритмично, как рэп-исполнитель.** Можно отбивать ритм ладонями или использовать простой бит.

2 МАСТЕР ИНТОНАЦИИ ★★☆☆

Ваша интонация влияет на то, как вашу речь воспринимает аудитория.

Выберите речь известного оратора, ведущего или актера. Внимательно слушайте их выступление, обращая внимание на интонацию, темп речи и смысловые акценты. Насколько охотно и с интересом вы готовы слушать человека?

Попробуйте подражать любимым ораторам: повторяйте фразы, стараясь максимально точно скопировать манеру речи.

Как выполнить:

1. Выберите образец для подражания.
2. Анализируйте записи выступлений, отмечая:
 - паузы и изменения темпа;
 - эмоциональные акценты;
 - громкость и высоту тона;
3. Практикуйтесь перед зеркалом или записывайте себя на видео.
4. Сравнивайте свое исполнение с оригиналом и попробуйте ваши наработки на друзьях – насколько ваша речь изменилась для окружающих?

ПЛАТФОРМА «ЗВУЧИ»

Следите за стартами новых отборов в музыкальные проекты Движения Первых и вдохновляйтесь творчеством молодых артистов на странице сообщества платформы «Звучи» ВКонтакте:



3 КОНТРОЛЬ ГОЛОСА: ОТ ИМИТАЦИИ К УБЕЖДЕНИЮ ★★☆☆

Освойте технику управления голосом через два противоположных подхода:

1. Высокий голос и быстрая речь – легкость, быстрое интонирование.
2. Низкий и грудной режим – медленная речь, интонационный акцент только на значимых словах.

Выберите короткий текст (например, рекламный слоган или цитату).

Практикуйте первый подход:

- Говорите выше обычного, увеличивайте темп.
- Добавьте легкость и игривость в интонацию.

Переключитесь на второй подход:

- Опустите голос в грудной регистр, замедлите речь.
- Делайте паузы, акцентируйте ключевые слова.

Запишите оба варианта и сравните эффект.

Вы освоите инструменты, которые используют актеры, политики и ведущие – сможете сознательно выбирать, как звучать в зависимости от цели: расположить к себе, увлечь или убедить. **Это ключевой навык для всех, кто работает с людьми!**



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

#ЗвучиКакПервые #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ЗВУЧИ

4 СКАЗОЧНЫЙ ОРКЕСТР ★★☆☆

Знаете ли вы, что звуковые эффекты для фильмов и мультипликационных фильмов создаются отдельно от кадров?

Попробуйте себя в роли актеров дубляжа: создайте звуковое сопровождение для отрывка из русской сказки, используя предметы быта в качестве музыкальных инструментов.

Что потребуется сделать:

- 1. Выберите известную сказку** («Колобок», «Теремок», «Царевна-Лягушка») и распределите роли: чтец, звукорежиссеры, оператор.
- 2. Подберите предметы для звуковых эффектов:**
 - шуршание пакета/бумаги → шелест листьев,
 - струна расчески → ветер,
 - банка с крупой → дождь,
 - ложки по кастрюле → барабаны,
 - ключи → звон колокольчиков.
- 3. Отработайте синхронность звуков с текстом**
 - Экспериментируйте с громкостью и тембром.
 - Добавьте эмоциональные акценты (шепот/громкие переходы).
- 4. Запишите звуки** (можете снять видео вашей работы для сохранения истории) и наложите озвучку на видеоряд. Используйте базовый монтаж. Добавьте субтитры с названием сказки.
- 5. Публикация**
Бросьте вызов другим первичным отделениям – предложите им ознакомиться с вашими шедеврами и создать свой.

Возможно, вы захотите организовать фестиваль классических мультфильмов с альтернативной озвучкой?

5 НОВАЯ ЗВЕЗДА ★★☆☆

Для ближайшего концерта подготовьте необычную композицию в стиле фолк, как у AY YOLA.

Хором или дуэтом исполните песню без слов (используя слоги «ла-ла», «ну-ну» или другие вокальные паттерны), акцентируя внимание на движениях, мимике и эмоциональной подаче.

Вот как это сделать:

1. Возьмите известную песню с выраженной мелодией и эмоциональным диапазоном (или можете создать свою мелодию с помощью нейросетей).
2. Упростите аранжировку, если необходимо, чтобы выделить эмоциональные акценты.
3. Замените слова на нейтральные слоги («ла-ла», «ду-ду», «та-та»).
4. Сохраните фонетическую ритмику оригинала, чтобы мелодия осталась узнаваемой (в случае, если исполняете существующий трек).
5. Создайте короткий сюжет, который отражает настроение песни (например, борьба, радость, грусть).
6. Добавьте синхронные жесты, мимику и перемещения по сцене, отработайте синхронность вокала и движений.
7. Снимите на видео и проанализируйте, насколько эмоции и жесты убедительны.
8. Запишите видео выступления или выступите перед зрителями – это будет ваш первый клип.

Ждем вас на большой сцене с новым треком!



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

#ЗвучиКакПервые #КалендарьПервых



6 МОЩНЫЙ ХОР ★★★

Приходилось ли вам слушать хор Турецкого? Это живая эмоция, передаваемая каждым вокалистом! Каждая партия – это многоголосие, перетекающее волной от одной части хора к другой. Эксперименты со звуком – это часть представления, которое точно оценит публика и позволит стать знаменитыми на всю страну!

В этом месяце предлагаем вам подготовить мощное хоровое выступление с динамикой, движением и зрелищными элементами.

Предлагаем работать по такому плану:

1. Базовый каркас

- Разберите композицию (текст, мелодия, гармония).
- Определите роли: солисты и фоновая группа.
- Отработайте дыхание и ритмический рисунок.

2. Синхронность и движение

- Добавьте базовые движения (шаги, повороты, жесты).
- Добейтесь идеальной синхронности вступления/окончания фраз.
- Проводите первые репетиции.

3. Визуальные эффекты

- Введите «эффект эха» (переключки групп).
- Добавьте импровизационные элементы для солистов.
- Продумайте расстановку на сцене для зрелищности.

4. Вовлечение аудитории

Разработайте интерактивные моменты:

- хлопки зрителей в ритм,
- повторение ключевых фраз за хором,
- отработайте переходы между секциями.

5. Полная интеграция

Соедините голос, движение и визуальные элементы. Проведите первый прогон без остановок и запишите его на видео. Проанализируйте видеозапись, выделите слабые места.

6. Эмоциональная мощь

- Усиьте драматизм через динамику (громкость/шепот).
- Добавьте акценты на кульминационных моментах.
- Добейтесь эмоциональной отдачи от каждого участника.

7. Финальный прогон

- Проверьте координацию всех элементов.
- Проведите генеральную репетицию и итоговое выступление.

Этот опыт научит вас превращать обычное пение в искусство. Вы получите инструменты, которые пригодятся в любом коллективном творчестве – от музыкальных проектов до театральных постановок. Готовьтесь к овациям!



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

#ЗвучиКакПервые #КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ. ПЕРВЫЕ В НАУКЕ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В засушливых районах Южной Америки растет ламаистое дерево, которое умеет добывать влагу из тумана. Особая структура его коры и листьев позволяет преобразовывать капли влаги из воздуха. Туман оседает на листьях, стекает по специальным желобкам к корням, обеспечивая растение водой даже при отсутствии осадков.

Местные жители используют этот природный механизм: собирают росу с ветвей деревьев для питья.

1 ЖУРНАЛ КАПИТАНА ТУНДРЫ



Отправляйтесь в космическую экспедицию вместе с героями игры «Журнал капитана Тундры» – это онлайн-повесть от друга Движения Первых, платформы «Берлога».

Команда медвежат-инженеров движется сквозь космос по маршруту легендарной экспедиции капитана Тундры. Кротовые норы, опасные киберосы, отказ двигателей и странное поведение членов команды – немного из того, с чем вам предстоит столкнуться во время космического путешествия. Посещайте планеты мира Берлоги, сражайтесь с древними рептилиями, проходите тесты и решайте головоломки, чтобы открывать артефакты и дополнительные сюжетные ходы.

Чтобы сыграть в «Журнал капитана Тундры», просто откройте в браузере страницу игры и наслаждайтесь космическим путешествием!

Проходите по QR-коду, чтобы открыть страницу!



Задание от Кружковое движение

2 РАДУГА ИЗ ЦВЕТОВ



В этом месяце предлагаем провести эксперимент, который наглядно покажет, как питаются растения.

Что понадобится:

- белые цветы (тюльпаны, хризантемы, розы и т.д.),
- пищевые красители сухие, либо концентрированные жидкие,
- стаканы,
- вода.

Что делать:

1. Налейте в стаканы по 50 мл воды, добавьте пищевые красители, чтобы цвет стал насыщенным. Акварель, гуашь и другие краски не подойдут для эксперимента. Они образуют крупнодисперсные растворы, частички которых растения не смогут поглотить;
2. В каждый стакан поставьте коротко обрезанные ровным срезом тюльпаны; косым срезом – розы, оставьте на 3-8 часов;
3. Теперь наблюдайте! Сначала окрашиваются прожилки и листья – цветная вода впиталась растением. Затем все лепестки приобретают насыщенный цвет.



3 ФИГУРКИ ИЗ МЫЛЬНЫХ ПУЗЫРЕЙ



Мыльные пузыри имеют древнюю историю: первые упоминания о них появились в Древнем Риме в I веке н. э. Римский поэт Марциал описывал игру с пузырями из смеси воды и древесной золы.

Современную версию мыльных пузырей создал английский ученый Кристофер Рен в XVII веке. Его рецепт быстро завоевал популярность среди европейской аристократии.

В этом месяце предлагаем вам самостоятельно создать мыльные пузыри. Попросите взрослых помочь с заданием.

Что понадобится:

- большая миска,
- 2 чашки воды,
- 1/4 средства для мытья посуды,
- 2 столовые ложки глицерина (продается в аптеке),
- несколько пипеток,
- хлопковые перчатки (продаются в аптеке).

Что делать:

1. Отрежьте большой конец пипетки, чтобы она действовала как палочка для пузырей;
2. Наполните миску водой и средством для мытья посуды;
3. Перемешайте очень осторожно, чтобы не образовалась пена;
4. Далее добавьте глицерин, медленно перемешайте;
5. Наденьте хлопковые перчатки (они обеспечивают мягкий слой, на который будет опираться пузырь);
6. Опустите большой конец пипетки в раствор;
7. Медленно выдуйте пузырь (можно попробовать надуть несколько пузырей и сделать из них башню или фигуру).

Традиционная мыльная смесь для пузыря состоит из трех слоев: мыло, вода и еще один слой мыла. Этот «бутерброд» на внешней стороне пузыря называется мыльной пленкой. Мыльная пленка лопается, когда вода, попавшая между слоями, испаряется. Когда вы добавляете глицерин, он делает слои мыла более толстыми и позволяет воде испаряться намного медленнее.



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

#ПервыеВНауке #КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ. ПЕРВЫЕ В НАУКЕ

4 СЪЕДОБНЫЙ ОПЫТ ★★☆☆

Химические процессы протекают повсеместно – в организме человека, в природе и даже в еде!

В этом месяце предлагаем вам провести опыт с продуктами питания вместе с ребятами из первичного отделения и наставниками.

Это безопасно, интересно, познавательно – и все можно съесть!



Из сливок – масло! Взбиваем жиры

Что понадобится:

- 200 мл сливок (жирность не менее 33%),
- банка с крышкой (прозрачная, плотно закрывающаяся),
- (Опционально) Маленький кубик масла для сравнения.

Пошаговое выполнение:

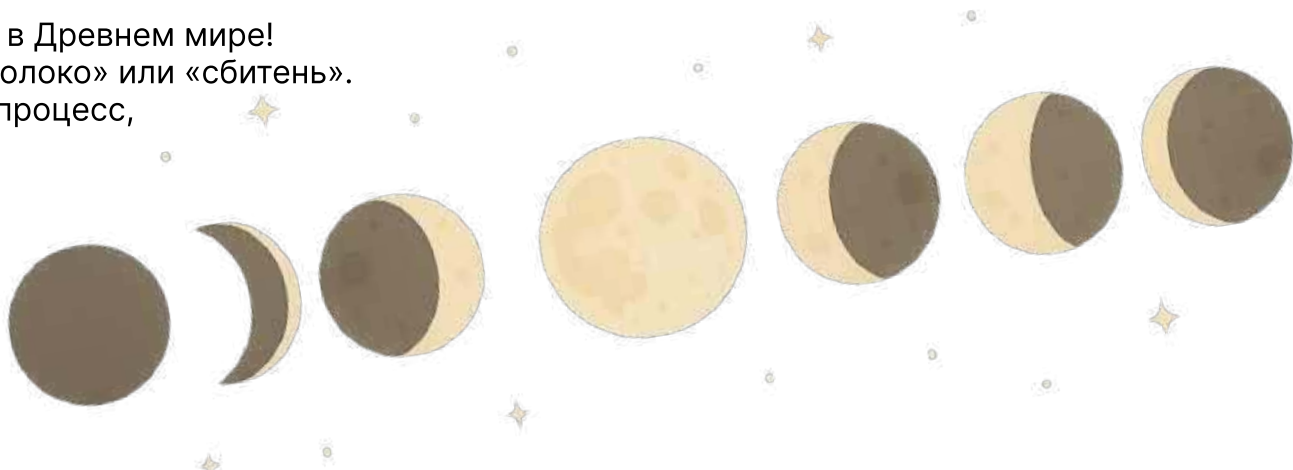
1. Налейте сливки в банку;
2. Закройте крышку плотно;
3. Начинайте трясти банку – 5-10 минут (можно по очереди с друзьями!);
4. Через несколько минут сливки сначала станут густыми, как сметана;
5. Продолжайте трясти – и вдруг: в банке появится комочек желтого масла, а вокруг будет жидкость (это – обезжиренное молоко!);
6. Выньте масло, промойте его холодной водой, попробуйте на хлебе!

Что происходит?

В сливках есть крошечные капельки жира, которые плавают в воде. Когда мы трясем банку, эти капельки сталкиваются и слипаются. Сначала они становятся густыми (это – сметана), а потом слипаются в большой комок – это и есть масло! Остальная жидкость – это почти вода с белками. Ее можно использовать для выпечки.

Интересный факт:

Такое масло делали еще в Древнем мире! Его называли «взбитое молоко» или «сбитень». Это физико-химический процесс, а не волшебство!



5 ПРОСТО КОСМОС ★★☆☆

Космос бесконечен, его изучением занимались ученые и мыслители с незапамятных времен, и все еще он не освоен. **В этом месяце предлагаем вам вместе с друзьями разобраться в некоторых астрономических явлениях.**

«Фазы Луны с печеньем»

Что понадобится:

- 8 шт. круглых крекеров с кремом,
- тарелка,
- влажные салфетки (для рук).

Пошаговое выполнение:

1. Разложите 8 печений на тарелке в круг – как фазы Луны.
2. Аккуратно откройте каждое печенье и снимите часть крема с одной стороны:
 - 1-е: все крем – Полнолуние 🌕
 - 2-е: чуть меньше – Убывающая Луна 🌔
 - 3-е: половина – Последняя четверть 🌑
 - 4-е: маленький серп – Убывающий серп 🌒
 - 5-е: пусто – Новолуние 🌒
 - 6-е: маленький серп – Растущий серп 🌒
 - 7-е: половина – Первая четверть 🌔
 - 8-е: почти все – Растущая Луна 🌔
3. Расставьте по порядку: от новолуния → полнолуние → новолуние.

Можно съесть по окончании!

Что происходит?

Луна не светит сама, она отражает свет Солнца. По мере того как Луна вращается вокруг Земли, мы видим ее под разным углом – поэтому кажется, что она «меняется».

Интересный факт:

Один цикл фаз Луны длится около 29,5 дней – это лунный месяц!



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

#ПервыеВНауке #КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ. ПЕРВЫЕ В НАУКЕ

6 ЭБРУ? ★★☆☆

Эбру – это турецкое искусство рисования на воде. Краски не тонут, а плавают на поверхности, и с помощью иголки или палочки из них создаются волшебные узоры. Потом бумагу аккуратно опускают на воду – и узор «переходит» на нее.

Это не только красиво, но и химически интересно! **Предлагаем вам с ребятами вместе провести эксперимент и создать уникальные шедевры!**

Что понадобится:

- глубокая миска или лоток (прозрачная),
- вода (теплая, около 30-40°C),
- желатин или крахмал,
- гуашь или акварель (лучше жидкая),
- капли растительного масла (или моющее средство – опционально),
- пипетки или ложки,
- палочки или зубочистки,
- бумага для отпечатков (бумага для акварели или плотная белая),
- салфетки.

Шаг 1: Подготовка раствора-носителя

1. Налейте в миску 1 стакан теплой воды;
2. Добавьте 1 чайную ложку крахмала (кукурузного или картофельного) или ½ ч.л. пищевого желатина, разведенного в воде;
3. Аккуратно размешайте – вода станет слегка вязкой;
4. Оставьте на 5-10 минут, чтобы осел крахмал или желатин застыл.

В настоящем Эбру используют салифлюид – густой раствор из растительных смол. Мы заменяем его крахмалом или желатином – они загущают воду, чтобы краски не тонули и не смешивались слишком быстро.

Шаг 2: Подготовка красок

1. Разложите гуашь или акварель в маленькие емкости;
2. Добавьте в каждую немного воды, чтобы краска стала жидкой, как молоко;
3. Добавьте в краску по 1 капле растительного масла – это поможет ей лучше плавать на поверхности. Не используйте слишком много воды – краска должна быть насыщенной.

Шаг 3: Рисуем на воде!

1. Аккуратно налейте приготовленный крахмальный или желатиновый раствор в миску – он должен покрыть дно толстым слоем (3-5 см).
2. С помощью пипетки или ложки капните краску на поверхность воды;
3. Наблюдайте: краска не тонет, а расплывается тонким слоем!
4. Возьмите палочку или зубочистку и рисуйте узоры – круги, спирали, волны;
5. Когда узор готов – медленно опустите лист бумаги на поверхность воды;
6. Подождите 2-3 секунды, потом аккуратно поднимите – на бумаге останется отпечаток!
7. Положите бумагу сушиться. Можно сделать несколько отпечатков!

Что происходит?

1. Почему краска не тонет?
У воды есть «силовая сетка» на поверхности – это называется поверхностное натяжение. Краска с маслом легче воды и не может ее «пробить», поэтому плавает сверху, как листик.

2. Зачем добавляем крахмал или желатин?
Без загустителя краска быстро растекается и смешивается. Крахмал делает воду густой, как желе, и краски дольше держатся на поверхности – как будто на твердой пленке.

3. Почему узоры не смешиваются сразу?
Краски не растворяются в воде, особенно если в них есть масло. Они остаются отдельными каплями, которые можно двигать палочкой – как лодки по озеру.

Это химия или физика?

Это физико-химический процесс:

- поверхностное натяжение – физика,
- несмешиваемость масла и воды – химия,
- загущение раствора – коллоидная химия.

Каждый рисунок уникален – его невозможно повторить!



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

#ПервыеВНауке #КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ. ПЕРВЫЕ В НАУКЕ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Знаете ли вы, что первый электрический двигатель появился задолго до широкого распространения электричества? Еще в 1821 году английский ученый Майкл Фарадей создал первую действующую модель электродвигателя. Его устройство представляло собой медный провод, вращающийся вокруг магнита под действием электрического тока. Хотя конструкция была простой и примитивной, она продемонстрировала фундаментальные принципы работы электрических двигателей.

Позже, в 1834 году, российский инженер Борис Якоби усовершенствовал эту идею и разработал первый практический электрический мотор, пригодный для реального применения. Этот двигатель приводил в движение лодку с пассажирами по Неве, став первым успешным примером использования электрической энергии для передвижения транспорта.

Откройте мир технологий будущего с Национальной технологической олимпиадой Junior!

Национальная технологическая олимпиада (НТО) Junior — это всероссийские командные инженерные соревнования для школьников 5–7 классов.

Но это не просто состязание! Здесь ребята узнают больше о современных технологиях и начинают осваивать реальные навыки: программирование, машинное обучение и анализ данных, 3D-моделирование и схемотехнику.

Выбирайте любое из семи направлений, до 13 октября регистрируйтесь на платформе «Талант» и портале НТО по QR-коду и сделайте первый шаг в мир инженерных профессий!



2 ЭЛЕКТРОМОТОР ★★☆☆

Как указано в факте месяца, российские ученые сыграли важную роль в развитии технологий, связанных с электрическими двигателями, и именно благодаря таким пионерам электротехники современные электрические моторы стали неотъемлемой частью нашей жизни. **По следам российских исследователей предлагаем вам собственными руками собрать простейший униполярный двигатель.**

Что понадобится:

- пальчиковая батарейка (AA),
- магнит,
- немного медной проволоки.

Что делать:

1. Прикрепите магнит к отрицательному полюсу батарейки – так, чтобы она могла твердо стоять на нем;
2. Согните медную проволоку, чтобы получилось что-то в форме бабочки (можно и в форме сердца – главное, чтобы по двум сторонам от батарейки были примерно одинаковые «лопасти»). Также можно сделать небольшую вмятину на положительном полюсе батарейки, чтобы конструкция из проволоки держалась устойчивее;
3. Наденьте конструкцию на батарейку так, чтобы свободные концы проволоки слегка касались магнита.

Поздравляем! У вас получится униполярный мотор или самоподдерживающийся двигатель, использующий противоположные магнитные поля. Направление вращения зависит от того, какой стороной к батарее будет прикреплен магнит. Если его перевернуть, мотор начнет вращаться в другую сторону.

ТЕХНОГТО Кружковое движение

Проверьте свою технологическую грамотность – сдайте нормативы ТехноГТО

ТехноГТО – это комплекс нормативов для оценки вашей технологической грамотности и готовности ответственно использовать технологии для решения задач в повседневной жизни. Успешно сдав онлайн-нормативы, вы зарабатываете цифровые бронзовые и серебряные значки ТехноГТО, дополнительные баллы в отборочных турах НТО и НТО Junior, а также баллы в партнерской программе «Другое Дело».

Чтобы сдать ТехноГТО:

- авторизуйтесь на платформе «Талант» и на портале ТехноГТО (по QR-коду);
- выберите один или несколько нормативов и сдайте их на 70+ баллов;
- получите заработанные бонусы или передайте нормативы.



1 КОМНАТНЫЕ РАСТЕНИЯ ПЕРВЫХ ★★☆☆

Комнатные растения эффективно очищают воздух от вредных веществ. Спатифиллум, хлорофитум, сансевиерия и фикус Бенджамина поглощают формальдегид, бензол, аммиак и другие токсины, которые выделяют мебель, строительные материалы и бытовая химия. Выращивая такие растения дома, можно не только украсить интерьер, но и создать более здоровую атмосферу.

Участвуйте в исследовании и вы сможете узнать, какие комнатные растения Первые предпочитают выращивать у себя дома. После окончания исследования на цифровой платформе «Научная Вселенная Первые» мы опубликуем результаты самых распространенных комнатных растений у Первые.

Что понадобится:

- гаджет с камерой.

Что делать:

1. Обратите внимание на то, какие комнатные растения есть у вас дома;
2. Сделайте фотографии ваших комнатных растений (не более 10 фотографий);
3. Узнайте научные названия данных растений;
4. Узнайте, есть ли у них бытовые (народные) названия;
5. Найдите интересные факты о растениях, которые запечатлели на фотографиях;
6. Переходите по QR-коду на платформу Научная Вселенная Первые и загружайте результаты задания, зарабатывая вселенские бонусы и получайте приятные сюрпризы!



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

#ПервыеВНауке #КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ. ПЕРВЫЕ В НАУКЕ

3 СУПЕРСИЛА РАСТЕНИЙ



Эксперименты показали, что классическая музыка (произведения Баха, Моцарта, Бетховена) ускоряет рост растений, улучшает фотосинтез и укрепляет корневую систему, тогда как громкая рок-музыка негативно влияет на их развитие, а сами растения способны воспринимать звуковые вибрации через клеточные мембраны и реагировать на определенные частоты.

Присоединяйтесь к нашему заданию и узнаете, что даже части растений способны дать новые ростки! Силы для роста они берут не из питательных веществ в почве, как обычные растения, а только лишь из своих запасов, которые остались в корнеплоде/луковице/клубне. Для этого им нужно немного воды и свет.

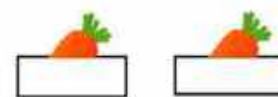
Что понадобится:

- 2 моркови,
- 2 пластиковых контейнера,
- темная коробка или иной предмет без источников освещения и не пропускающий свет снаружи (например, шкафчик или ящик).

Что делать:

1. Отрежьте у обеих морковок верхнюю часть высотой 4-5 см;
2. Поместите верхнюю часть одной морковки в контейнер с небольшим количеством воды и поставьте его в хорошо освещенное место;
3. Верхнюю часть другой морковки поместите в контейнер с небольшим количеством воды и разместите его в темной коробке/помещении без источников освещения (так, чтобы свет снаружи не проникал);
4. В течение недели ежедневно меняйте воду в контейнерах и наблюдайте, когда появятся первые ростки;
5. Сделайте одно фото двух контейнеров, размер фото не более 2 Мб;
6. Перейдите по QR-коду на платформу Научная Вселенная Первых;
7. Загружайте результаты задания, зарабатывай вселенские бонусы и получайте приятные сюрпризы!

Пример фото



4 ЛАВА-ЛАМПА



Представьте себе, что знаменитый опыт с «лавой-лампой» возник совершенно случайно! Британский изобретатель Эдвард Крейвен Уолкер в середине XX века пытался создать новый тип медицинского термометра. Однако однажды, экспериментируя дома с маслом, водой и пищевым красителем, он заметил интересное явление: капли жидкости начали медленно подниматься вверх, а потом опускались обратно, словно имитируя движение лавы. Это случайное открытие привело к созданию легендарной лампы «лава-лампа».

Мы предлагаем вам сделать лава-лампу в домашних условиях. Попросите взрослых помочь с заданием.

Что понадобится:

- стеклянная банка (высокий стакан)
- емкость для смешивания (пластиковый стакан)
- столовая ложка
- фонарик
- сода
- подсолнечное масло (500 мл)
- уксус
- краситель.

Что делать:

1. Возьмите столовую ложку соды и насыпьте в банку так, чтобы порошок покрывал дно.
2. В банку с содой налейте подсолнечное масло почти до самого верха, не перемешивайте.
3. В отдельной небольшой емкости перемешайте уксус с пищевым красителем.
4. Включите фонарик и положите его под дно банки.
5. В банку влейте подкрашенный уксус.

Готово! Цветные пузырьки будут попеременно то опускаться на дно, то подниматься к горлышку банки под влиянием углекислого газа, который высвобождается при взаимодействии соды и уксуса. Слиться с маслом они не смогут из-за разной плотности.

5 АКАДЕМИЯ ДРОНОВ



Попробуйте свои силы в управлении дроном и пройдите все миссии.

«Академия дронов» – это образовательный симулятор управления квадрокоптером от платформы «Берлога». Вы можете научиться пилотировать дрон и развивать свои навыки, проходя увлекательные миссии, которые познакомят вас с различными профессиональными способами применения квадрокоптеров. Раз, два, три! Заводите моторы!

1. Переходите на страницу симулятора и скачивайте его бесплатно по QR-коду (VK Play или Steam);



2. Пройдите обучающий уровень и освоите основные принципы управления коптером;
3. Проходите различные миссии, выполняйте полетные задания и регулярно тренируйтесь в управлении дроном, используя классический пульт радиоуправления с подключением по USB к ПК или прямо с клавиатуры.

Вместе с друзьями тренироваться интереснее!

Задание от Кружковое движение



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

#ПервыеВНауке #КалендарьПервых





НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ. ПЕРВЫЕ В НАУКЕ

6 САХАР И ВИТАМИН С ПОД МИКРОСКОПОМ! ★★ ★

Химические опыты могут быть интересны не только в лабораториях, но и в жизни!

Проведите эксперименты вместе с младшими школьникам, и наглядно покажите, что скрыто в их еде.

Опыт 1: «Сколько сахара в напитке?»

Что понадобится:

- 4-5 популярных напитков (например: кола, сок в упаковке, чай со сгущенкой, спортивный напиток, вода),
- информация о составе (с этикеток или из приложения),
- кубики сахара-рафинада (или 1 кубик = 4 г сахара),
- прозрачные стаканы,
- маркеры и листы для оформления.

Пошаговое выполнение:

1. Соберите данные: посмотри на этикетки. Найди строку «сахар – N г на 100 мл». Умножьте на объем бутылки (например, 500 мл). Пример: если в соке 10 г сахара на 100 мл, в 500 мл будет 50 г.
2. Переведите в кубики: один сахарный кубик ≈ 4 грамма сахара → 50 г сахара = 12,5 кубиков (округлите до 12-13).
3. Выстройте «башни» из кубиков сахара: в каждом стакане сложите соответствующее количество кубиков.
4. Сравните: покажите, что в одной банке колы – около 35 г сахара = 9 кубиков, а в чашке сладкого чая может быть 5-6 кубиков.
5. Задайте ребятам вопросы, которые заставят их задуматься: «Сколько сахара ты потребляешь за один глоток?»
6. Интересный факт: суточная норма сахара для ребенка – не больше 5-6 кубиков. А тут – в одном напитке больше!

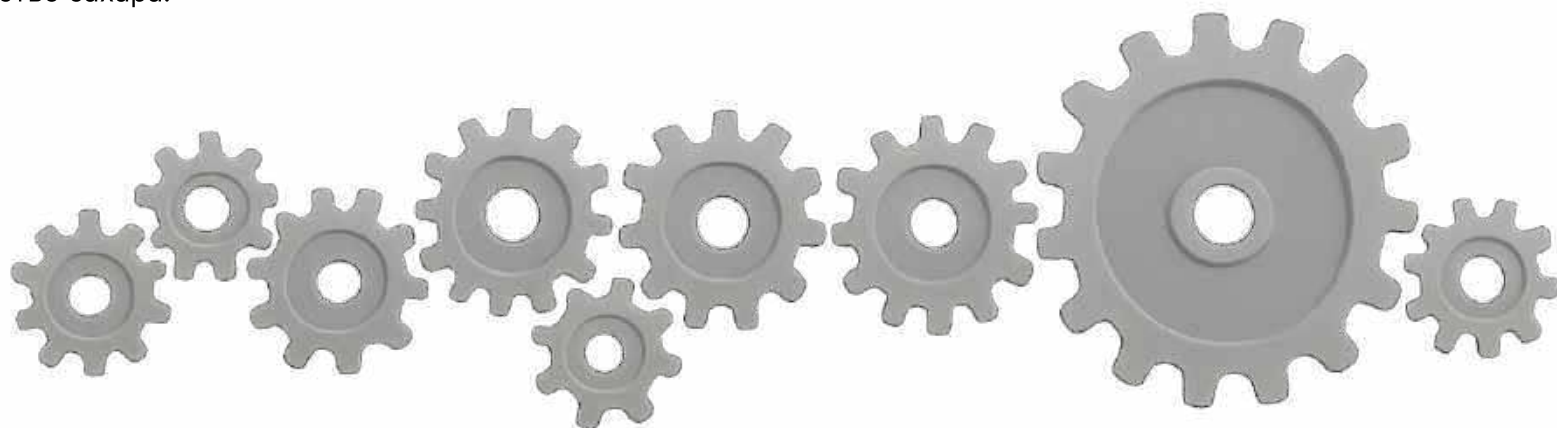
Что происходит?

Сахар (сахароза) – это химическое вещество $C_{12}H_{22}O_{11}$, которое быстро усваивается.

При избытке он превращается в жир, повышает риск ожирения, кариеса и диабета.

Скрытый сахар есть даже в «здоровых» соках и йогуртах – дети не осознают, сколько они потребляют.

Опыт показывает разницу между восприятием и реальностью: напиток кажется «не очень сладким», но содержит огромное количество сахара.



Опыт 2: «Где больше витамина С? Проверим йодом!»

Что понадобится:

- лимон, апельсин, яблоко, апельсиновый сок (свежий и из пакета) – по 1 маленькому стаканчику сока,
- раствор йода (нашатырный йод из аптеки, 1%) – и используйте только под наблюдением взрослых!
- крахмал (кукурузный или картофельный) – 1 ч.л. на стакан воды,
- пипетки,
- прозрачные пробирки или стаканы,
- защитные перчатки и очки (для подростков).

Пошаговое выполнение:

1. Приготовьте крахмальный раствор: разведите 1 ч.л. крахмала в 100 мл теплой воды. Должен получиться прозрачно-мутный раствор;
2. Выжмите сок из каждого фрукта в отдельный стакан (примерно 20-30 мл);
3. Добавьте в каждый стакан по 10 мл крахмального раствора;
4. Капайте йод по каплям с помощью пипетки в каждый стакан;
5. Наблюдайте:
 - если раствор сразу синее – значит, витамина С мало или нет.
 - если синее окрашивание появляется только после 10-20 капель – значит, витамина С много.
6. Задайте ребятам вопрос: какой фрукт «съел» больше всего йода?

Что происходит?

- Витамин С (аскорбиновая кислота) – сильный антиоксидант, который восстанавливает йод (I_2) до безцветного йодида (I^-).
- Крахмал + йод дают синий цвет – это классическая качественная реакция.
- Если в соке много витамина С, он «забирает» йод, и синий цвет не появляется.
- Только когда весь витамин С «израсходован», лишний йод связывается с крахмалом – и раствор синее.



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

#ПервыеВНауке #КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ. ПЕРВЫЕ В НАУКЕ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Синестезия – это особый дар, при котором раздражение одних органов чувств вызывает непроизвольное восприятие через другие. Например, некоторые люди видят цветовые пятна при прослушивании музыки, воспринимают буквы окрашенными в определенные цвета, а звуки речи ассоциируют со вкусовыми ощущениями.

Яркий пример синестезии – писатель Владимир Набоков, видевший слова и буквы в ярких цветах. Композитор Александр Скрябин обладал особым типом синестезии (хроместезией): он слышал музыкальные ноты и одновременно воспринимал их цвета. Вдохновленный этим феноменом, Скрябин создал произведение «Прометей (Поэма огня)», где музыка сопровождалась световым шоу, став первым примером мультимедийного искусства.

Выиграйте 100 баллов ЕГЭ, поступление в вуз без вступительных экзаменов и призы в новом сезоне Национальной технологической олимпиады!

Победители и призеры инженерных соревнований НТО получают льготы при поступлении в ведущие вузы страны, а также ценные призы и приглашения на стажировки в компании-партнеры олимпиады.

Изучайте и выбирайте направления НТО, до 4 ноября зарегистрируйтесь на платформе «Талант» и портале НТО по QR-коду и проходите все этапы!



ТЕХНОГТО

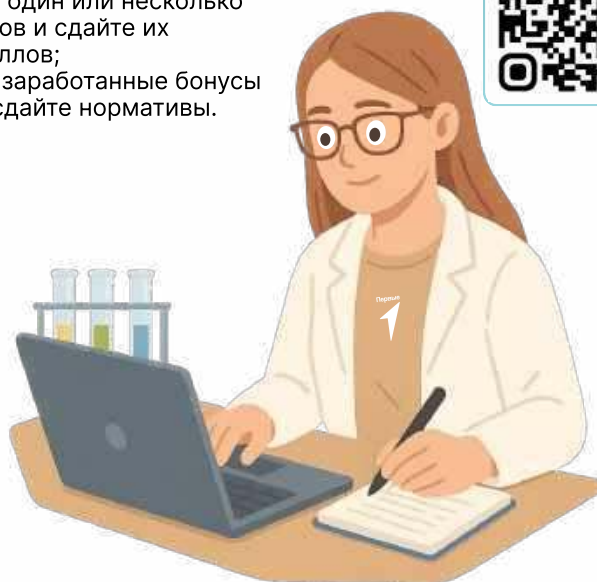
Проверьте свою технологическую грамотность – сдайте нормативы ТехноГТО

ТехноГТО – это комплекс нормативов для оценки вашей технологической грамотности и готовности ответственно использовать технологии для решения задач в повседневной жизни. Успешно сдав онлайн-нормативы, вы зарабатываете цифровые бронзовые и серебряные значки ТехноГТО, дополнительные баллы в отборочных турах НТО и НТО Junior, а также баллы в партнерской программе «Другое Дело».

Открыв доступ к очному ТехноГТО, вы можете сдать нормативы на золотой знак отличия, который позволяет получить дополнительные баллы при поступлении в вузы.

Чтобы сдать ТехноГТО:

- авторизуйтесь на платформе «Талант» и на портале ТехноГТО (по QR-коду);
- выберите один или несколько нормативов и сдайте их на 70+ баллов;
- получите заработанные бонусы или передайте нормативы.



1 НА ЧТО Я СПОСОБЕН?



Если вы еще не в полной мере выявили для себя свои способности и увлечения, наше задание поможет вам справиться с этим.

Что делать:

Создайте карту компетенций. Вы можете сделать это в электронном виде в онлайн документе или нарисовать ее в своем блокноте. Кстати, можно завести отдельный блокнот, где вы будете вести наблюдения за развитием своих компетенций.

Проведите подготовительную работу:

1. Поразмышляйте о своих увлечениях и способностях. Это могут быть хобби, спортивные навыки, творческие способности (рисование, музыка, письмо и т.д.) или академические интересы (математика, наука, языки).

2. Ответьте на следующие вопросы:

- Какие занятия приносят мне радость?
- В чем я чувствую себя уверенно?
- Какие навыки мне хотелось бы развивать?
- Как я могу использовать свои способности в будущем?

Вы можете также провести небольшое интервью с членами семьи или друзьями, чтобы узнать их мнение о твоих способностях и увлечениях.

3. Выберите одно из своих увлечений или способностей и выполните практическое задание в этой области. Например:

- Если любите рисовать – создайте картину или рисунок.
- Если увлекаетесь музыкой – запишите небольшое музыкальное произведение или спойте песню.
- Если интересуетесь спортом – проведите тренировку и запишите свои достижения.
- Если любите писать – напишите короткий рассказ или стихотворение.

4. После выполнения практического задания запишите свои ощущения, ответив на следующие вопросы:

- Как вы себя чувствовали во время выполнения задания?
- Что удалось сделать хорошо?
- С какими трудностями вы столкнулись?
- Что бы вы хотели улучшить в будущем?

Подготовьте краткий отчет о своем исследовании и изложите его в карте компетенций:

- описание своих увлечений и способностей;
- результаты практического задания (фотографии, записи или текст);
- выводы о том, что удалось узнать о себе;
- планы по развитию своих навыков в будущем.

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

#ПервыеВНауке #КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ. ПЕРВЫЕ В НАУКЕ

2 БЕРЛОГА: ЗАЩИТА ПАСЕКИ ★★☆☆

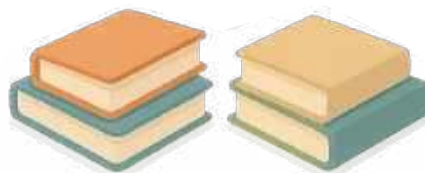
Игра «Берлога: Защита пасеки» – это возможность научиться программировать прямо в игре! Помогите медведю-пасечнику, программисту и конструктору защитить энергомед от атак насекомых. Настраивайте логику поведения дронов-защитников в визуальном редакторе и эффективнее отражайте нарастающие волны врагов.

Чтобы сыграть в «Защиту пасеки»:

- зайдите на страницу игры;
- выберите платформу и ОС для скачивания: для ПК на Windows или Linux скачивайте с сайта или VK Play, для смартфонов и планшетов на Android качайте игру с RuStore – везде бесплатно!
- авторизуйтесь в игре через платформу «Талант», сохраняйте свой прогресс и получайте баллы программиста в конкурсе «Талант НТО» – его победители и призеры получают до 10 дополнительных баллов к ЕГЭ при поступлении в вузы.



Задание от Кружковое движение



3 ТАБЛИЦА ШУЛЬТЕ ★★☆☆

Таблицы Шульте разработал немецкий психиатр Вальтер Шульте в 1927 году для диагностики шизофрении, но сейчас их используют в авиации, армии, спорте и нейропсихологии.

Таблица представляет собой квадрат 5×5 (25 клеток), в которых числа от 1 до 25 расположены в случайном порядке. Задача – найти и назвать их по порядку как можно быстрее, не водя пальцем, а только глазами.

Предлагаем вам изучить на практике, что значит нейропластичность и провести над собой опыт с помощью таблицы Шульте.

Что понадобится:

- распечатанная таблица Шульте (5×5) – можно сделать несколько вариантов,
- секундомер (на телефоне или вручную),
- лист для записи результатов,
- тихое помещение,
- карандаш и лист (для тренировки, если нужно).

Что делать:

1. Удобно расположитесь и положите перед собой таблицу Шульте (лицом вверх).
2. Засеките время и найдите числа от 1 до 25 по порядку. Искать можно только глазами, нельзя водить пальцем или указывать. Можно мысленно называть или проговаривать вслух.
3. Когда закончили поиск – запишите результат.
4. Повторите 2-3 раза то же самое с другими таблицами, в которых цифры расположены иначе.
5. Проанализируйте результат:
 - менее 30 сек – отличный уровень (уровень спортсменов, пилотов),
 - 30-40 сек – очень хорошо,
 - 40-50 сек – хорошо (норма для подростка)
 - 50-60 сек – удовлетворительно
 - более 60 сек – требуется тренировка внимания

Что происходит?

1. Как работает мозг во время теста?

Таблица Шульте задействует несколько когнитивных функций:

- Центральное и периферийное зрение. Глаза фокусируются на центре, но замечают числа по краям таблицы
- Сканирующий взгляд (саккады). Быстрые движения глаз между числами – мозг «просканирует» поле.
- Рабочая память. Мозг запоминает, какие числа уже найдены.
- Когнитивная гибкость. Быстрое переключение внимания между числами.
- Концентрация. Удержание внимания без отвлечения.

Это не просто «быстрый глаз», а сложная координация мозга и зрения.

2. Зачем это нужно в реальной жизни?

- Учеба: быстрее читать, находить информацию в тексте, решать задачи.
- Драйвинг: водитель должен быстро замечать знаки, пешеходов, светофоры.
- Спорт: игроки «видят поле» – замечают партнеров и соперников на периферии.
- Профессии: пилоты, диспетчеры, программисты – все используют подобные навыки.

3. Можно ли улучшить результат?

Да! Таблица Шульте – не только тест, но и тренажер внимания.

- С каждым разом время уменьшается – мозг «учится» эффективнее сканировать.
- Развивается автоматизация поиска – меньше задумываешься, быстрее реагируешь.
- Улучшается устойчивость внимания – меньше ошибок, меньше усталости.



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

#ПервыеВНауке #КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ. ПЕРВЫЕ В НАУКЕ

4 МОДЕЛЬ КРОВООБРАЩЕНИЯ ★★☆☆

В теле человека около 4-6 литров крови, которая делает полный круг за 20-30 секунд, а один эритроцит проходит через легкие миллионы раз за свою жизнь (120 дней).

Интересно? **Станьте научными наставниками для младших школьников и продемонстрируйте им принципы физиологии, гидродинамики и химии в одной наглядной модели.**

Мы предлагаем вам создать упрощенную физическую модель кровеносной системы, чтобы визуально пояснить, как сердце прокачивает кровь, а кислород доставляется к тканям.

Что понадобится:

- прозрачные пластиковые трубочки (или силиконовые, как в аквариумах) – 2-3 м,
- небольшой насос (можно использовать резиновую грушу, шприц 20 мл или помпу от капельницы),
- прозрачный контейнер (2 шт.) – имитация «легких» и «тканей»,
- вода (подкрашенная красным пищевым красителем или гуашью) – имитация венозной и артериальной крови,
- синий/розовый краситель – имитация кислорода,
- подставка или картон – для фиксации модели,
- шарики-заглушки или зажимы (чтобы регулировать поток),
- фонарик (опционально – для подсветки).

Что нужно сделать:

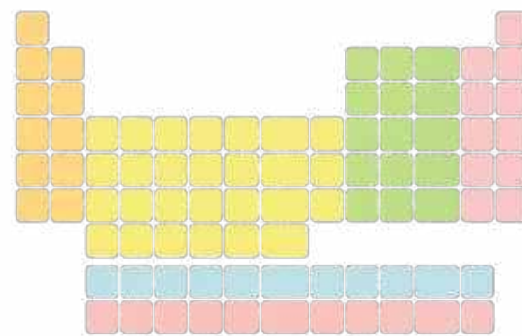
Шаг 1: Соберите модель кровообращения

- Подготовьте два контейнера:
 - Контейнер А – «легкие» (туда поступает «кровь» без кислорода)
 - Контейнер Б – «ткани тела» (туда поступает «кровь» с кислородом)
- Соедините контейнеры трубочками:

От «тканей» → к «насосу» (сердце) → к «легким» → обратно к «сердцу» → к «тканям».

Получается замкнутый круг – как большой и малый круг кровообращения.

- Установите насос (сердце) между контейнерами – он будет проталкивать воду.
- Налейте в систему воду с красным красителем – это кровь.



Шаг 2: Имитация насыщения крови кислородом

- В контейнер «легкие» добавь немного марганцовки (или синего красителя) – это кислород, который поступает из воздуха.
- Включите насос (нажимайте на грушу или шприц) – вода начнет двигаться по трубочкам.
- Наблюдайте: краситель (кислород) растворяется и распространяется по системе.
- Когда «кровь» проходит через «легкие», она становится ярче – как артериальная кровь, насыщенная кислородом.
- Далее она идет к «тканям» – и там отдает кислород (цвет может немного бледнеть, если краситель оседает или разбавляется).
- После «тканей» вода возвращается темнее – как венозная кровь, обедненная кислородом.

Шаг 3: Наблюдение и анализ

- Заметьте: как быстро краситель распространяется? Где он концентрируется? Что происходит, если замедлить насос?
- Попробуйте пережать трубочку (имитация закупорки сосуда) – что происходит с потоком? Попробуйте увеличить частоту «сердечных сокращений» – как меняется скорость доставки?

Что происходит?

Как работает настоящая кровеносная система?

- Сердце – насос, который прокачивает кровь по сосудам.
- Легкие – место, где венозная кровь (темно-красная, бедная кислородом) насыщается кислородом и становится артериальной (ярко-красной).
- Артерии доставляют кровь к органам.
- В тканях кислород отдается клеткам, а кровь забирает углекислый газ.
- Вены возвращают обедненную кровь обратно к сердцу и легким.

Ваша модель имитирует большой и малый круги кровообращения.

Это демонстрирует принцип транспорта веществ в крови – не просто плавание, а активная доставка по системе.



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

#ПервыеВНауке #КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ. ПЕРВЫЕ В НАУКЕ

5 ПОЙМАЙ ЛИНЕЙКУ ★★☆☆



Раскройте для себя секреты физиологии, нейробиологии и статистики в одном простом опыте.

Мы предлагаем вам измерить время простой двигательной реакции на визуальный сигнал (падающая линейка), проанализировать результаты и понять, как работает нервная система при быстром принятии решений.

Что понадобится:

- метровая линейка (или 30–50 см),
- стул (для сидящего участника),
- таблица для записи результатов,
- калькулятор (или Excel),
- тихое помещение.
- Разделитесь на пары: один держит линейку вертикально между пальцев другого (не касаясь).
- Не предупреждая, отпустите линейку — второй должен как можно быстрее поймать её пальцами.

Запишите, на скольких сантиметрах поймали (например, 20 см).

- Повторите 3–5 раз, меняя положение руки.
- Переведите сантиметры в секунды по формуле:

$t = \sqrt{2h / 9,8}$, где h — высота в метрах (20 см = 0,2 м).

$$t = \sqrt{\frac{2h}{g}}$$

- Найдите среднее время реакции для каждого участника.
- Составьте рейтинг: кто самый быстрый?
- Обсудите: как на реакцию влияет внимание, усталость, музыка?

Что происходит:

Когда линейка падает, ваш глаз видит движение, мозг быстро решает «хватать!» и посылает команду мышцам. Этот путь занимает 0,15–0,3 секунды — так работает реакция!



6 ГЕНЕТИКА В ДЕЙСТВИИ ★★★

Глаза могут менять цвет в детстве – из-за нарастания пигмента, а ямочки на щеках – результат мутации в мышцах лица, которая передается по наследству.

Об этом и другом предлагаем вам рассказать младшим школьникам и, заодно, изучить основы генетики самим в игре!

Часть 1: «Генетическая лотерея» – игра «Создай организм»

Что понадобится:

- карточки двух цветов (например, красные и синие) – по 2 комплекта на признак.

Признаки для игры (простые, с доминантой (Д) и рецессивой (р)):

- цвет глаз: карие (Д) / голубые (р),
- цвет волос: черные (Д) / светлые (р),
- ямочки на щеках: есть (Д) / нет (р),
- веснушки: есть (Д) / нет (р),
- форма подбородка: с ямочкой (Д) / гладкий (р),
- листы и маркеры для рисования «созданного существа»,
- мешочек или коробка для «лотереи».

Инструкция:

1. Объяснение для младших: «Все мы получаем от родителей команды – гены. Они решают, какие у нас глаза, волосы и улыбка. Сегодня мы поиграем в лотерею генов и создадим волшебное существо!»
 2. Раздайте карточки: каждый признак представлен двумя карточками – по одной от «мамы» и «папы». Положите все карточки в мешочек.
 3. «Вытяните свои гены»: каждый участник по очереди вытягивает по одной карточке для каждого признака (всего 5 пар).
- Пример:
- Цвет глаз: карие (Д) + голубые (р) → карие (доминантный),
 - Ямочки: нет (р) + нет (р) → нет.
4. Определите фенотип, например, карие глаза, черные волосы, есть ямочки, нет веснушек.
 5. Дайте участникам лист и фломастеры, чтобы каждый нарисовал своего героя (человека, инопланетянина, зверя).
 6. Обсудите: «Почему у тебя карие глаза, хотя один ген был голубой?», «Могут ли у кареглазых родителей быть голубоглазые дети?»

Научное объяснение

- Ген – участок ДНК, отвечающий за признак.
- Аллель – вариант гена (например, карие или голубые глаза).
- Доминантный аллель (Д) – проявляется, даже если есть один.
- Рецессивный аллель (р) – проявляется только если оба гена рецессивные.
- Генотип – набор генов (например, Аа).
- Фенотип – то, что видно (например, карие глаза).

Игра демонстрирует законы Менделя и случайность наследования.



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

#ПервыеВНауке #КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ. ПЕРВЫЕ В НАУКЕ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В Римской империи во II–III веках н. э. при императоре Антонине Пии появилась первая известная система дорожных указателей — «Антониновский путь». Вдоль главных дорог империи устанавливали специальные каменные столбы с указанием расстояний до городов, направления движения и общей протяженности маршрута. Существовал также путеводитель «Антониновский путь» — список всех известных на тот период дорог и населенных пунктов Европы, Азии и Северной Африки с указанием расстояний между ними, ставший первой полноценной дорожной картой мира.

Станьте наставниками и проведите Уроки НТО по новым технологиям!

Уроки Национальной технологической олимпиады (НТО) – это тематические занятия для школьников 5–11 классов, призванные повысить интерес обучающихся к современным технологиям. Всего подготовлено и опубликовано более 50 уроков, которые подходят для проведения занятий по информатике, математике, физике, химии, биологии, географии и другим технологическим дисциплинам.

Ознакомьтесь с материалами Уроков НТО на сайте по QR-коду, выбирайте подходящие темы, проводите занятия, заполняйте анкету обратной связи и получайте сертификат о проведении Урока НТО!



1 ЭФФЕКТ ПЕРВОГО ВПЕЧАТЛЕНИЯ ★★☆☆

Психология – это наука, принципы которой помогают в жизни на повседневной основе: от коммуникации в быту до переговоров и принятия сложных решений.

Предлагаем вам психологический эксперимент, который можно провести на встрече актива или любом мероприятии, где люди мало знакомы друг с другом. Эксперимент развивает осознанность, критическое мышление и эмпатию. Он напоминает: первое впечатление – гипотеза, а не истина.

Участники в парах смотрят друг на друга 30 секунд, не разговаривая, и формируют первое впечатление.

Затем записывают свои наблюдения: характер, профессию, лидерские качества, хобби. После этого сравнивают свои выводы с реальностью, рассказываемой самим человеком.

Эксперимент помогает увидеть, насколько быстро и часто ошибочно мы оцениваем других. Исследования показывают: мозг формирует мнение о доверии, компетентности и характере уже за 100 миллисекунд. Основную роль играют внешность, мимика, поза и одежда.

Этот процесс связан с работой амигдалы – зоны мозга, отвечающей за эмоции и быструю оценку угрозы. Часто включаются когнитивные искажения: ореол, стереотипы, подтверждение ожиданий.

Например, красивого человека считают умнее, а молчаливого – неуверенным.

Такие суждения влияют на собеседования, соцсети и командную работу.



3 ЭФФЕКТ ЗЕЙГАРНИК ★★☆☆

Эффект Зейгарник – феномен, открытый советским психологом Блужой Зейгарник в 1927 году. Он показывает, что незавершенные действия вызывают когнитивное напряжение, из-за которого мозг удерживает их в рабочей памяти. Завершенные задачи «закрываются» в сознании – мозг считает: «задача решена», и удаляет их из активного потока. Незавершенные остаются «открытыми», создавая фоновое беспокойство и повышая вероятность возвращения к ним.

Проведите эксперимент на встрече или тренинге, собрав группу из 10–20 человек.

1. Раздайте участникам 5–6 простых заданий: например, собрать пазл, решить анаграмму, нарисовать схему, сложить фигурку из бумаги, написать мини-рассказ, собрать слова из букв.
2. Попросите начать выполнять задания по очереди, но не завершать их все – через 2–3 минуты прервите часть из них.
3. Другие задания разрешите довести до конца.
4. Через 15–20 минут попросите всех вспомнить и записать, какие задания они выполняли и в какой последовательности.
5. Сравните, какие задания лучше запомнились – завершенные или прерванные.
6. Обсудите: участники чаще вспоминают незаконченные дела, чувствуют легкое напряжение или желание «доделать».

Это связано с работой префронтальной коры – зоны, отвечающей за контроль цели и память. Эффект используется в маркетинге, образовании и продуктивности: например, сериалы обрывают серию на кульминации, чтобы вы включили следующую.

В повседневной жизни он объясняет, почему нас «тянет» к недоделанному делу, даже если оно не срочное.

2 ЭФФЕКТ АУДИТОРИИ ★★☆☆

Эффект аудитории – это влияние присутствия других на продуктивность: улучшение (социальное облегчение) или ухудшение (социальная тревожность). Проведите эксперимент на встрече актива или групповом мероприятии, разделив участников на две группы.

1. Сначала каждый участник выполняет простое, но требующее концентрации задание в одиночку – например, складывает origami, решает 10 примеров или проходит лабиринт за минимальное время. Фиксируется время и качество выполнения.
2. Через некоторое время – то же задание повторяется, но уже при всех, на глазах у группы. Участники снова выполняют его, зная, что за ними наблюдают.
3. Сравните результаты: у кого улучшились показатели, у кого ухудшились.
4. Проведите обсуждение: что чувствовали во время выполнения при аудитории – уверенность, тревогу, мотивацию?

Наблюдение активирует повышенное возбуждение в нервной системе. Для простых или хорошо освоенных задач это усиливает внимание и скорость – человек работает лучше. Для сложных или новых задач избыточное возбуждение нарушает концентрацию – появляются ошибки.

Ответственность за результат и страх оценки активируют миндалевидное тело – центр эмоциональной реакции.

Люди с высокой самооценкой чаще демонстрируют социальное облегчение, с низкой – социальную тревожность.

Эффект зависит от уровня мастерства, характера задачи и восприятия аудитории. **Этот эксперимент помогает осознать, как социальное окружение влияет на нас – и научиться управлять своим состоянием в публичных ситуациях.**



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

#ПервыеВНауке #КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ. ПЕРВЫЕ В НАУКЕ

4 GPS-ART ★★☆☆

С развитием технологий и изобретением GPS-навигации способы ориентироваться на местности стало гораздо проще и удобнее. Но знаете ли вы, что с помощью GPS можно еще и рисовать? Присоединяйтесь к нашему заданию, чтобы узнать об этом!

Что понадобится: смартфон с приложением «Геотрекер».

Что делать:

1. Установите на смартфон приложение «Геотрекер – GPS трекер»:

на Android
(Play Market)



на iOS
(AppStore)



2. Откройте любой удобный картографический сервис и посмотрите на дороги, парки и другие объекты. Возможно, на улицах вашего города некоторые дороги образуют интересную фигуру или очень похожи на какой-то предмет, животное. Можете переместиться на площадь, в поле или другое свободное пространство на карте и нарисовать произвольный рисунок. Для лучшего результата охватите большую территорию.
3. Попробуйте распечатать карту или сделать скриншот и нарисовать то, что вы видите. Если результат вам нравится, то возьмите с собой этот рисунок, смартфон с приложением и отправляйтесь на улицу.

Важно: внимательно следите за дорогой. Отвлекайтесь от экрана смартфона, чтобы убедиться в безопасности передвижения.

4. На смартфоне включите геолокацию и запустите приложение Геотрекер.
5. Справа нажмите кнопку показа вашего местоположения (находится под кнопками «+» и «-»).
6. Внизу справа нажмите на красную кнопку для начала записи трека.
7. Начинайте движение и следуйте составленному маршруту.
8. Если нужно передохнуть или временно сойти с маршрута, то вы можете поставить запись трека на паузу.
9. По мере продвижения на карте должна появиться линия, показывающая пройденный путь.
10. Остановите запись трека, когда закончите рисунок;
11. Отдалите карту и сделайте скриншот вашего рисунка, чтобы им можно было поделиться. Лучше «рисовать на большой территории» – точность GPS на небольших участках территории может быть недостаточной.

5 ФИЛОСОФСКОЕ СОСТЯЗАНИЕ ★★☆☆

Этот формат развивает критическое мышление, риторiku и способность мыслить из чужой позиции.

Во время спора активизируется префронтальная кора мозга, отвечающая за логику и принятие решений, что снижает когнитивные искажения, усиливает внимание и память, а философские дебаты стимулируют метакогницию — осознание собственных мыслительных процессов.

Предлагаем вам провести состязание на встрече первичного отделения или для внешней аудитории, разделив участников на две команды по 3-5 человек.

1. Каждая команда получает философскую концепцию – например, стоицизм против гедонизма, «долг против счастья», «свобода против безопасности».
2. Дайте 15-20 минут на подготовку: изучение сути своей позиции, аргументы, примеры из жизни.
3. Баттл проходит по правилам дебатов: каждая сторона выступает 3-5 минут, затем следует дискуссия и ответы на вопросы. Зрители или жюри оценивают убедительность, логику и глубину аргументов.
5. После состязания проведите рефлексию: кто изменил мнение, что показалось сильным, а что – слабым.

Философские дебаты активизируют метакогнитивные процессы и усиливают работу мозга, стимулируя внимание и память. Стоицизм и гедонизм представляют противоположные подходы к жизни: первый учит контролировать эмоции и принимать реальность, второй провозглашает удовольствие высшей целью, что отражает извечную дилемму между долгом и наслаждением, дисциплиной и свободой.

Философский баттл – не про победу, а про понимание: истина часто находится между крайностями.



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

#ПервыеВНауке #КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ. ПЕРВЫЕ В НАУКЕ

6 ФЕСТИВАЛЬ НАУКИ ★★

В этом месяце предлагаем стать научными наставниками для младших ребят и сверстников. Организуйте фестиваль науки в школе или своей образовательной организации, пригласив школьников.

Подготовьте три интерактивные станции: «Следы бактерий», «Опыт с антисептиками» и «Эпидемия в классе».

1. На станции «Следы бактерий» сначала объясните принцип опыта и продемонстрируйте заранее заготовленные примеры. Затем дайте каждому участнику кусочек белого хлеба и пакет с застежкой. Попросите приложить ладонь к хлебу – на ней остаются микроорганизмы из окружающей среды. Запечатайте хлеб в пакет и подпишите имя, оставив при комнатной температуре на 3-7 дней. Проинструктируйте ребят вести наблюдения: где появляется плесень раньше и сильнее – это показывает количество и активность микробов. Создайте чат, где участники смогут делиться эффектами.

Рост плесени на хлебе – это колонии грибов и бактерий, питающихся органикой.

2. На станции «Опыт с антисептиками» используйте чашки Петри с питательным агаром или картофельный бульон.

Также проинструктируйте о том, что покажет опыт, и продемонстрируйте заготовки с конечным результатом. Разделите поверхность чашки Петри с питательным агаром на сектора, нанесите разные средства: воду, мыльный раствор, спирт, хлоргексидин. Через 2-3 дня сравните, где меньше выросло колоний – это покажет эффективность антисептиков. также покажите результаты опыт в чате.

Антисептики нарушают клеточные мембраны микробов или денатурируют их белки, убивая или замедляя рост. Спирт и мыло эффективны, потому что разрушают липидную оболочку многих вирусов и бактерий.

3. На станции «Эпидемия в классе» раздайте ученикам карточки: один получает «заражен», остальные – «здоровые». Участники по очереди «здороваются» через условные рукопожатия – заражен передает «болезнь» с помощью маркера на руке.

Через несколько «раундов» включите «карантин» или «вакцинацию» (например, кто помыл руки – не заражается). Зафиксируйте, как быстро распространяется «инфекция» и кто остался здоров. Игра «эпидемия» моделирует цепь передачи инфекции, аналогичную реальным вспышкам (например, гриппа). Она иллюстрирует важность гигиены, масок и изоляции для снижения R_0 – коэффициента распространения.

Все опыты наглядно демонстрируют, что невидимые микроорганизмы повсюду и могут вызывать болезни.

Фестиваль развивает научное мышление, ответственность за здоровье и понимание, как простые действия спасают жизни.



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

#ПервыеВНауке #КалендарьПервых



ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Новый год в России раньше отмечали именно первого сентября, а не первого января.

20 декабря 1699 года Петр I издал указ о переходе на юлианский календарь: с этого момента в России новый календарный год начали отсчитывать не с 1 сентября, а с 1 января, а летоисчисление – не от сотворения мира, а от Рождества Христова. При Петре появились и новые традиции празднования: дома стали украшать еловыми ветками, устраивать фейерверки и проводить европейские ассамблеи.

Сентябрь отличное время для того, чтобы начать планировать свою траекторию развития с Академией Первых!

1 ЧИСТЫЙ СТОЛ ★★☆☆

Порядок на столе – порядок в голове!

Научитесь организовывать свое учебное пространство, и вы заметите, насколько проще вам будет концентрироваться на заданиях!

Что делать:

- Поставьте таймер на 5 минут.
- Быстро соберите все карандаши в коробку, разложите книги ровными стопками, уберите мусор и протрите стол.
- Проверьте: все ли на своих местах?

Правило:

Двигайтесь от простого к сложному – сначала уберите мелкие предметы, потом наведите порядок на столе и полках!

2 ДНЕВНИК ПОБЕД ★★☆☆

Замечать свои маленькие победы и быть благодарным себе за это – важно, чтобы видеть, как вы растете: с каждым днем вы становитесь умнее, внимательнее и увереннее в себе.

Каждый день записывайте или иллюстрируйте одну маленькую победу, например: «Я решил пример» или «Я не забыл тетрадь». Так вы научитесь ценить даже маленькие успехи – они приведут вас к большим достижениям!

3 ОЛИМПИАДА ПО ИНФОРМАТИКЕ ★★☆☆

С 26 августа по 29 сентября на образовательной платформе Учи.ру пройдет онлайн-олимпиада по информатике.

Соревнование доступно для дошкольников и учеников 1-11 классов. Олимпиада Учи.ру по информатике — это возможность познакомиться с основами программирования и развить логическое, структурное и алгоритмическое мышление.

Ученики 8–11 классов, показавшие лучшие результаты, получат дополнительные 25 баллов в отборочном этапе Всероссийской олимпиады по программированию «Технокубок», организованной VK совместно с МФТИ и МГТУ им. Н.Э. Баумана.

Как принять участие:

Отсканируй QR-код
Войди на Учи.ру. Если у тебя нет логина и пароля, зарегистрируйся на платформе. Пройди олимпиаду и возвращайся за наградой 30 сентября



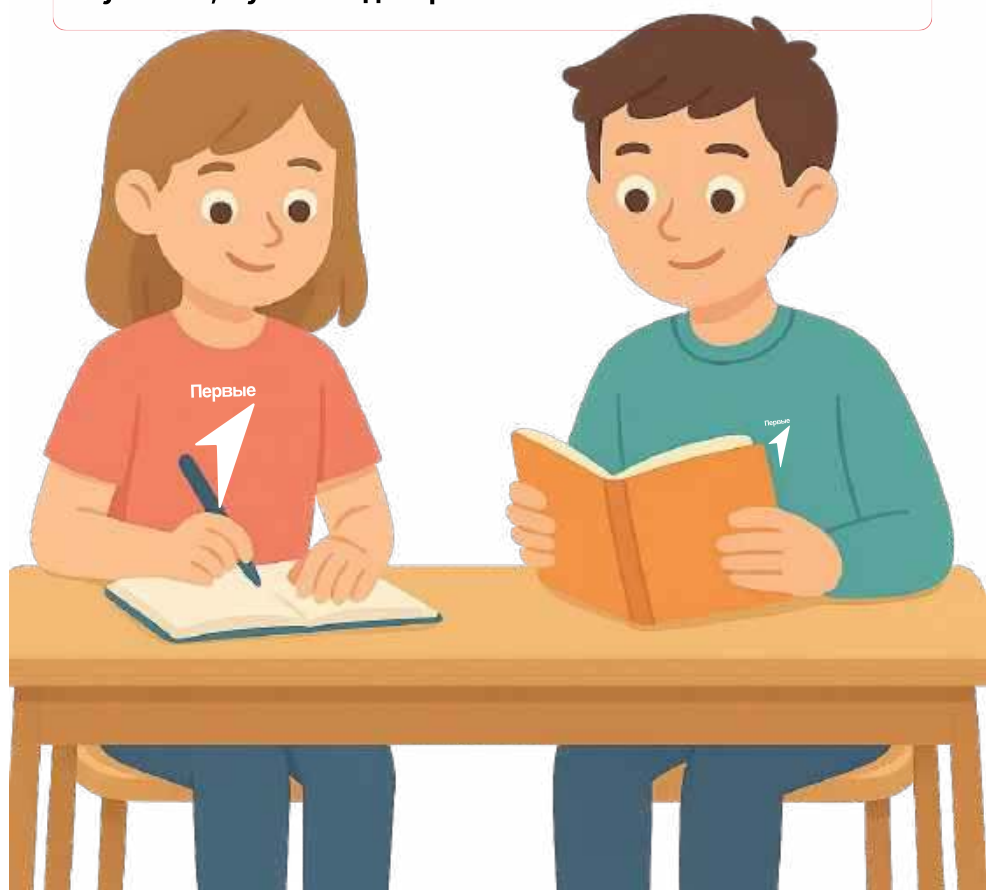
Задание от UCHI.RU

4 ОБМЕН ЗНАНИЯМИ ★★☆☆

Выберите полезный навык, которым вы хорошо владеете, договоритесь с учителем, наставником или старшими ребятами в первичном отделении и проведите короткий урок для друзей.

1. Выберите навык, который вы уверенно можете объяснить другим, например:
 - сборка оригами,
 - скетчинг,
 - основы программирования,
 - танцевальные движения.
2. Составьте план: теория (2-3 минуты) + практика (основное время).
3. Подготовьте материалы: бумага для оригами, карандаши, ингредиенты и т.д..
4. Продумайте, как объяснить сложные моменты просто.
5. Начните с краткого объяснения, показывайте действия поэтапно, помогайте тем, у кого не получается. Используйте понятный язык без сложных терминов.
6. В конце спросите, что было понятно, а что сложно.

Это задание поможет вам не только приобрести новые умения, но и научиться работать в команде, где каждый и учитель, и ученик одновременно!



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и своем росте, вдохновляйте других своими изменениями! Делитесь вашими историями с хештегами:

#АкадемияПервых #КалендарьПервых



ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

5 КОМАНДНЫЙ ТАЙМЕР ★★☆☆

Работа в команде важна для того, чтобы осваивать более сложные задания, которые вам точно предстоит выполнять в будущем. Поэтому предлагаем вам потренировать свои навыки во взаимодействии с другими в игре.

Вашей команде дается 15 минут, чтобы выполнить несколько небольших задач, например: убрать класс, разложить книги по полкам, собрать пазл из 100 деталей. Главное условие – распределить роли и успеть все сделать вовремя.

Пошаговый план:

Шаг 1. Быстрое планирование (2 минуты)

1. Соберитесь и составьте список всех задач.
2. Распределите роли:
 - организатор,
 - исполнители,
 - помощник.

Шаг 2. Распределение задач

Убедитесь, что каждый участник понимает свою зону ответственности.

Шаг 3. Выполнение (12 минут)

Действуйте согласно плану, поддерживайте друг друга и следите за временем.

Шаг 4. Проверка и завершение (1 минута)

Убедитесь, что все задачи выполнены качественно. Поаплодируйте друг другу за командную работу!

6 СЕКРЕТНАЯ МИССИЯ НЕДЕЛИ ★★★★★

Учиться нужно не только по книгам – навык дружить, помогать и поддерживать пригодится вам и во взрослом возрасте.

В этом месяце предлагаем вам интересное испытание – миссии!

В начале недели вы получаете от взрослого запечатанный конверт с 5-7 «миссиями», которые нужно выполнить вместе за 7 дней. В конце недели вы подведете итоги и сможете похвалить себя за проделанную работу!

День 1. Получение миссии

Вместе вскройте конверт и изучите задания.

Например, это может быть задание помочь дежурным убрать класс, придумать новую игру для перемены, выучить 5 пословиц о дружбе и любые другие.

День 2-6. Выполнение заданий

Распределите роли: кто за что отвечает.

Ежедневно отмечайте прогресс в общем чек-листе. Помогайте друг другу, если кто-то не справляется.

День 7. Подведение итогов

Проверьте, все ли миссии выполнены.

Похвалите себя за то, как ответственно вы подошли к делу!

Это задание поможет вам стать сплоченной командой, которая может вместе решать любые задачи!



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и своем росте, вдохновляйте других своими изменениями! Делитесь вашими историями с хештегами:

#АкадемияПервых #КалендарьПервых



ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Новый год в России раньше отмечали именно первого сентября, а не первого января.

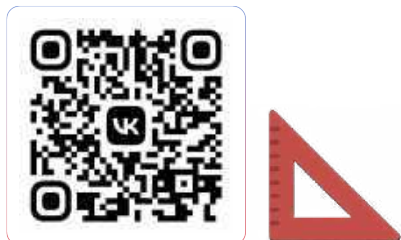
20 декабря 1699 года Петр I издал указ о переходе на юлианский календарь: с этого момента в России новый год начали отсчитывать не с 1 сентября, а с 1 января, а летоисчисление – не от сотворения мира, а от Рождества Христова.

1 МЕНЯЙСЯ! ★★☆☆

Напишите четыре полезные привычки, которые вы хотите приобрести в сентябре.

Чтобы следить за прогрессом, воспользуйтесь специальным дневником привычек от Академии Первых – его можно получить в сообщениях сообщества Академии Первых ВКонтакте по QR-коду.

Если нужно больше вдохновения, посмотрите наши звездные советы ВКонтакте по хештегу #ЗвездныеСоветы.



3 ШКОЛА БУДУЩЕГО ★★☆☆

Технологии меняют мир, а как они могут изменить школу? Представь, что через 100 лет образование станет совсем другим.

Задание: нарисуй комикс о школе будущего

Что нужно сделать?

1. Придумай идею – будут ли в школе роботы, голограммы, нейросети? Как проходят уроки? Чем заменили дневники и оценки?
2. Нарисуй комикс (3–6 кадров) – от руки, в цифре или с помощью нейросетей (например, Kandinsky).

Вот несколько идей для комикса:

- «Урок истории с нейронкой» – ученики спорят с голограммой Петра I, который внезапно начинает рассказывать про мемы XVIII века.
- «Буфет без очередей» – еду доставляют дроны прямо в портфель, но один вечно путает «сок» и «клей».
- «Школьный гардероб-трансформер» – робот-шкаф выдаёт одежду по погоде... а потом решает, что сегодня «стиль косплея» и одевает всех как персонажей аниме.
- «Лайки вместо пятёрок» – успехи отмечают как в соцсетях: «Васе 1000 лайков за сочинение, а тебе дизлайк за списывание».
- «Предмет по желанию» – можно выбрать «Курс выживания в зомби-апокалипсисе» или «Как не уснуть на 7-м уроке».

Не забудь поделиться своими работами в социальных сетях со специальным хештегом Нетологии **#Нетология**. Возможно именно твой комикс станет пророческим!

Задание от нетология

ПЕРВЫЕ. УПРАВЛЕНИЕ КОМАНДОЙ

Знаете ли вы, что сентябрь начинается в тот же самый день недели, что и декабрь? И этот месяц – это отличный повод что-то менять уже сейчас!

Переходите по QR-коду и проходите развивающий курс «Первые. Управление командой» от Академии Первых



2 РАЗВИВАЙ ЛЮБОЗНАТЕЛЬНОСТЬ ★★☆☆

Первый день осени в России – это День знаний. Запишите десять интересных тем, которые вы планируете изучать в новом учебном году. **Начните узнавать новое прямо сейчас!**

1. Проведите мозговой штурм

Возьмите блокнот и запишите все области, которые вам интересны: наука, искусство, технологии, спорт, языки, другие хобби. Вспомните, о чем вы давно хотели узнать больше.

2. Конкретизируйте направления, интересные для вас

Выберите 10 самых интересных тем. Например,

- Как работают нейросети;
- Основы финансовой грамотности;
- История видеоигр;
- Криптовалюты и блокчейн;
- Основы психологии общения.

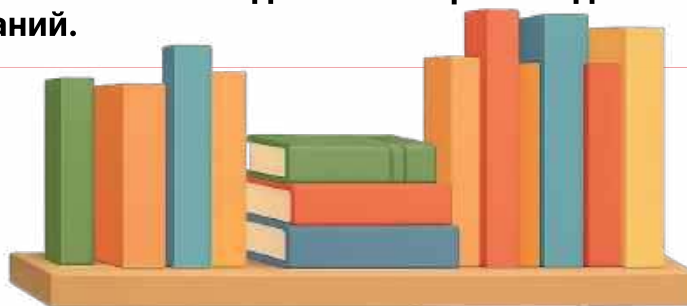
3. Составьте план исследования

К каждой теме добавьте 2–3 ресурса для изучения. например, Rutube-каналы, документальные фильмы, подкасты, статьи.

4. Выберите одну тему и начните изучать ее.

5. Поделитесь вашим прогрессом с друзьями в первичном отделении или на личной странице в соцсетях.

Это задание поможет вам начать учебный год с любопытством и понять, что учиться можно с удовольствием – даже без оценок и домашних заданий.



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и своем росте, вдохновляйте других своими изменениями! Делитесь вашими историями с хештегами:

#АкадемияПервых #КалендарьПервых

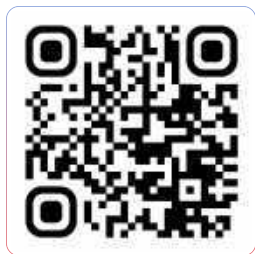


ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

4 СТАНЬ УЧИТЕЛЕМ
БУДУЩЕГО

Школа – место, которое дарит нам незабываемые впечатления и воспоминания. Представьте, что будущее уже наступило. Каким теперь вы видите урок географии будущего?

Создайте собственный «НЕурок географии», опираясь на материалы портала «НЕурок географии» Русского географического общества, которые вы найдете по QR-коду.



1. Выберите тему для НЕурока. Определите цель, идею, составьте план и определите формат проведения. Разработайте программу НЕурока. Это может быть викторина с вопросами по теме, создание коллажей или инфографик на заданную тему, работа в группах по анализу географических данных, презентация проектов и их обсуждение.
2. Подготовьте необходимые материалы и ресурсы.
3. Проведите свой НЕурок географии.

Подготовленные материалы (план-конспект, презентация) вы можете направить на электронную почту: neurok@rgo.ru. Авторы лучших идей получают памятные сувениры от РГО. Делитесь вашими результатами на личной странице или на странице первичного отделения в соцсетях со специальными хештегами **#МолодежкаРГО #НЕурокРГО**

Задание от

5 КОЛЛЕКТИВНЫЙ УЧЕБНЫЙ
БЛОГ

Создайте общий онлайн-дневник или бумажный журнал вашего первичного отделения. В течение недели каждый из вас будет добавлять заметки о том, что узнал нового, какие трудности преодолел и какие успехи достиг. В конце недели у вас получится настоящий «журнал успехов» с фотографиями и историями.

Что потребуется сделать

1. Организация блога

Выберите формат: онлайн или бумажный журнал. Распределите роли:

- главный редактор – следит за оформлением и структурой;
- фотограф – делает ежедневные снимки процесса;
- авторы – каждый пишет заметки о своих успехах.

Придумайте название и дизайн для вашего блога.

2. Ведение ежедневных заметок

- Каждый день добавляйте в блог что нового узнали (например, интересный факт из урока или вне школы), какие трудности преодолели (например, сложная задача по математике или выступление перед классом).
- Приложите фото или рисунок – запечатлейте моменты работы.

3. Проводите 5-минутные обсуждения в конце дня, чтобы поделиться идеями для заметок.

4. В конце недели соберите все заметки за неделю в единый журнал, добавьте общее фото группы и опишите, чего достигли вместе.

Это задание поможет вам не только сохранить воспоминания о неделе, но и стать ближе как команда, которая умеет работать вместе и ценить усилия каждого!



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и своем росте, вдохновляйте других своими изменениями! Делитесь вашими историями с хештегами, указанными в некоторых заданиях, а также не забывайте ставить:

#АкадемияПервых #КалендарьПервых



ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

1 сентября стал официальным началом учебного года в СССР в 1935 году, а статус праздника – Дня знаний – получил только в 1984 году. Интересно, что в дореволюционной России не было единой даты начала учебы: в сельских школах она зависела от окончания полевых работ.

1 РАССКАЖИ О СЕБЕ



Мозг склонен удалять информацию о выполненных задачах. Но ведь вы проделали огромный путь, который точно состоит из множества побед!

Помогите себе найти поводы для гордости: найдите пять главных успехов прошлого учебного года, сделайте короткий видеоролик и поделитесь им в соцсетях.

Вы сможете черпать вдохновение из историй успешных выпускников Академии Первых – следите за нашими выпускниками по хештегу ВКонтакте #ИсторияУспехаАкадемииПервых.



2 ПОЗНАЙ СВОИ СИЛЫ



Как понять, как можно развивать себя самостоятельно? Все просто – создайте честный список своих сильных качеств и зон роста. **Разработайте персональные правила для развития слабых сторон и следуйте им в течение месяца.**

1. Выпишите 5-7 сильных сторон (например: креативность, умение работать в команде, аналитическое мышление).
2. Определите 3-4 качества для развития (например: навыки управления временем, публичного выступления, внимательность).
3. Для каждой слабой стороны придумайте конкретное правило. Например, для привычки откладывать (прокрастинации) – «Начинать сложные задачи с 25-минутных временных блоков без отвлечений», если это стресс – «10 минут дыхательных упражнений утром».
4. Заведите дневник привычек и еженедельно проверяйте прогресс и корректируйте правила при необходимости.

Через месяц вы не только улучшите конкретные навыки, но и поймете, как работать со своими недостатками системно.

3 ВРЕМЯ ДЛЯ ТВОРЧЕСТВА



Попробуйте создать свою визитную карточку, которую вы сможете использовать при встречах с новыми людьми. Она должна визуально отображать ту сферу деятельности, в которой вы обладаете выдающимися способностями, или ту, которая вам интересна. Визитная карточка должна содержать ваши контактные данные и выгодно выделять вас среди других.

Попробуйте использовать нейросети для оформления шаблонов визиток.

ПЕРВЫЕ. УПРАВЛЕНИЕ КОМАНДОЙ

Знаете ли вы, что сентябрь начинается в тот же самый день недели, что и декабрь? И этот месяц – это отличный повод что-то менять уже сейчас!

Пройдите развивающий курс «Первые. Управление командой» от Академии Первых.

Переходите по QR-коду



4 РЕАЛИЗУЙ ИНИЦИАТИВУ



Если вы всегда хотели сделать что-то полезное для вашего близкого круга общения, сообщества или первичного отделения, считайте, что это знак!

Задание месяца – осмотреться вокруг себя, заметить проблемы и разработать план действий по их устранению.

Как рекомендуем действовать:

1. Придумайте проект, который решает выявленную проблему (например: экологический флешмоб, карьерный воркшоп, интеллектуальный турнир).
2. Пропишите:
 - шаги реализации (подготовка, ресурсы, этапы);
 - сроки (старт, контрольные точки, финиш);
 - ожидаемые результаты (количество участников, медиаохват, практическая польза).
3. Подготовьте презентацию, чтобы презентовать ее друзьям, заручиться их поддержкой и собрать команду. Создайте слайды с визуализацией, проблема, которую решает инициатива, ключевые этапы и сроки, роли для команды (координатор, дизайнер, спикер).
4. Презентуйте вашу инициативу ребятам. Не забудьте пригласить наставников и других потенциально заинтересованных людей. Даже если поддержит только один человек, вы получите бесценный опыт отработки возвращений и сбора обратной связи.

Идеальный старт для будущих предпринимателей и организаторов!



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и своем росте, вдохновляйте других своими изменениями! Делитесь вашими историями с хештегами:

#АкадемияПервых #КалендарьПервых



ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

5 ПЕРВЫЕ. ЛИДЕРСТВО ★★☆☆

Быть лидером, способным вести за собой других требует навыков! Вам доступны материалы развивающего курса «Первые. Лидерство» от Академии Первых по QR-коду.



Будьте внимательны, когда будете их изучать. Рекомендуем вести конспекты и дополнительные записи – это поможет вам лучше освоить материал и не ничего не пропустить.



Кстати, по итогам прохождения курса вы можете провести мастер-класс по изученной теме для младших ребят – так вы сами лучше усвоите материал и заложите базу в тех, кто еще о лидерстве не задумывался.

6 КОЛЛЕКТИВНАЯ ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТА ★★★★★

Как эффективно готовиться к экзаменам и планомерно распределять нагрузку? Правильно, учиться вместе!

В этом месяце предлагаем вам создать единую интеллект-карту на сложную тему, например, «Великая Отечественная война» или «Генетика». Каждый участник вашей команды разрабатывает свою ветку, а в конце недели вы объединяете все части в визуальную схему для совместного использования.

Как рекомендуем организовать процесс:

1. Выбор темы и распределение обязанностей

Вместе выберите тему и разделите ее на логические блоки (даты, события, персоналии, термины). Каждый участник выбирает свою зону ответственности.

2. Проработка веток

Используйте принцип «от общего к частному»:

- центр – основная тема;
- ветви 1 уровня – ключевые разделы;
- ветви 2 уровня – детализация.

Добавьте иконки, цвета и краткие тезисы.

3. Интеграция и оформление

Объедините ветки в единую карту (на доске или в цифровом формате).

Проверьте логические связи и устранили повторы.

4. Презентация и использование

Представьте карту всей группе по очереди, объяснив структуру (или выберите одного презентующего).

Используйте вашу карту для подготовки к экзаменам или проектам.

Вы получите не просто конспект, а работающий инструмент для обучения и запоминания, созданный силами команды.



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и своем росте, вдохновляйте других своими изменениями! Делитесь вашими историями с хештегами:

#АкадемияПервых #КалендарьПервых



ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

1 сентября 1714 года по воле Петра I была основана первая в России публичная библиотека, ныне известная как Библиотека Российской академии наук. Инициатива государя была поистине прогрессивной. Петр Алексеевич, питавший искреннюю страсть к знаниям и просвещению, решил создать учреждение, открытое для всех желающих приобщиться к чтению и науке.

Современное состояние библиотеки поражает своими масштабами: ее фонды насчитывают около двадцати миллионов различных материалов, среди которых бесценные рукописи.

1 НАСТАВНИК В ВАШЕМ ТЕЛЕФОНЕ ★★☆☆

Учиться нужно у людей, которые достигли выдающихся результатов в конкретной сфере.

Поверьте, такие люди уже есть в вашей телефонной книжке!

1. Откройте раздел «Контакты» в своем телефоне.
2. Выпишите их и напротив каждого контакта отметьте сферы, в которых этот человек мог бы дать вам полезный совет.

Такие заметки можно делать у каждого контакта в телефоне.

Теперь ваши контакты станут еще полезнее!

2 ТРЕНИРУЙ НАСМОТРЕННОСТЬ ★★☆☆

Посмотрите 5 видео с выступлениями публичных личностей, которые вам интересны. В каждой из них выделите одну особенность выступлений, которую вам хотелось бы перенять. Также обратите внимание и на слабые моменты – какие ошибки лучше избегать?

Зафиксируйте те навыки, которые вы бы хотели приобрести для того, чтобы стать лучшим оратором, и отслеживайте их выполнение.

3 МОДЕРАЦИЯ ДИСКУССИЙ И СЕССИЙ ★★☆☆

Любите выступать перед аудиторией и управлять процессом взаимодействия людей?

Из вас выйдет отличный модератор! Но для профессиональной деятельности потребуется набраться знаний от профессионалов.

Пройдите развивающий Курс «Ключевые навыки модерации дискуссий и сессий», перейдя по QR-коду



Главное – сразу применить полученные знания на практике, поэтому смело организуйте игру или дискуссию среди участников первичного отделения!

ПЕРВЫЕ. УПРАВЛЕНИЕ КОМАНДОЙ

Знаете ли вы, что сентябрь начинается в тот же самый день недели, что и декабрь? И этот месяц – это отличный повод начать что-то менять уже сейчас! Ведь осень – идеальное время для больших планов и стремлений вперед!

Пройдите развивающий курс «Первые. Управление командой» от Академии Первых.
Переходите по QR-коду



4 ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПОД КОНТРОЛЕМ ★★☆☆

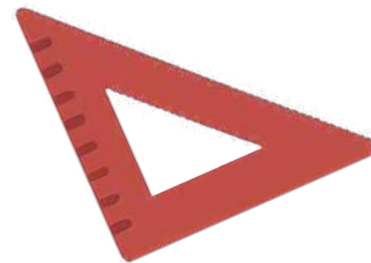
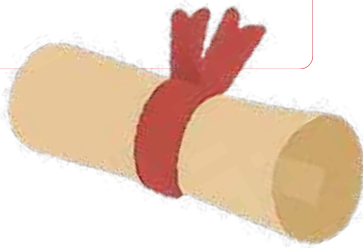
Проанализируйте, как вы сейчас расходуете свое время, и создайте детализированный ежедневный график. Если следовать ему в течение недели, можно успевать больше за счет экономии на тех занятиях, которые «крадут» ваше время.

Что потребуется сделать:

1. Фиксируйте все занятия в течение дня с точностью до 30 минут.
2. Отметьте «поглотитель времени» (соцсети, бесцельный просмотр страниц в Интернете).
3. Создайте идеальный график
Включите блоки:
 - приоритетные задачи (учеба, проекты);
 - развитие (чтение, курсы);
 - отдых (спорт, хобби);
 - социальная активность.
 Используйте принцип 50/10 (50 минут работы – 10 минут отдыха).
4. Ежедневно сравнивайте план с фактом.
5. В конце недели адаптируйте график под реальные потребности.

График – это инструмент, а не догма. Если что-то идет не по плану, анализируйте причины и корректируйте подход.

Практикуя такой подход, через неделю вы получите персонализированную систему управления временем, которая поможет эффективнее достигать целей.



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и своем росте, вдохновляйте других своими изменениями! Делитесь вашими историями с хештегами:

#АкадемияПервых #КалендарьПервых



ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

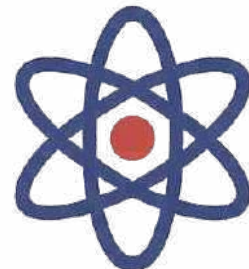
5 ПЕРЕГОВОРЫ НА «5» ★★☆☆

Навык ведения переговоров необходим, чтобы получать максимум от взаимодействия с абсолютно разными людьми. Он пригоден как в жизни, так и в профессиональных целях.

В течение недели предлагаем вам с участниками вашего первичного отделения или команды ежедневно разыгрывать различные переговорные ситуации, отрабатывая стратегии коммуникации в смоделированных условиях.

Примеры ситуаций, в которых вам потребуется обладать навыками переговоров:

- работодатель и кандидат (собеседование);
- заказчик и исполнитель (обсуждение проекта);
- лидер и команда (решение конфликта);
- продавец и покупатель (торг);
- партнеры (совместный проект).



Как организовать симулятор переговоров:

1. Подготовка (10 минут): распределите роли и изучите вводные по сценарию, определите свои цели и ограничения.
2. Переговоры (15 минут): проведите диалог, стараясь достичь своих целей, фиксируйте используемые техники (аргументация, эмоции, компромиссы).
3. Анализ (10 минут): обсудите эффективность стратегий, определите, что работало, а что нет.

За неделю вы освоите базовые техники деловой коммуникации, которые помогут вам в карьере, учебе и личных отношениях. Это инвестиция в вашу способность договариваться в любых ситуациях!

6 СИМУЛЯТОР: ЭФФЕКТИВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ ★★★

В этом месяце предлагаем вам освоить ключевые навыки управления процессами и целыми проектами через ежедневные ролевые игры. Каждая неделя посвящена одной компетенции, осваивая которые вы сможете смоделировать цикл работы с проектом и научиться видеть подводные камни в этом процессе.

Ваш план на каждую неделю:

Неделя 1. Планирование и распределение ролей

1. Разработайте детальный план для учебного проекта (цели, этапы, ресурсы).

Например, вы выявили проблему – студенты не успевают готовиться к семинарам из-за усталости после лекции и расфокуса. Введите встречи, на которых студенты могут кратко пересказывать друг другу ту тему, которая была им расписана в качестве задания – возможно, это могло бы помочь «аудиалам» осваивать больше информации.

2. Распределите роли в команде, учитывая сильные стороны каждого.

Неделя 2. Внедрение задач по плану и их исполнение

Поощряйте друг друга, задавайте вопросы и предлагайте помощь.

В конце недели проведите сессию конструктивной обратной связи по итогам задач.

Неделя 3. Работа в условиях ограниченного времени

Научитесь работать в условиях ограниченного времени: выполните срочное задание за ограниченное время (например, подготовьте презентацию за 1 час для широкого круга участников по прогрессу вашей инициативы).

Неделя 4. Публичная речь

Представьте проект аудитории. Пригласите экспертов (педагогов, опытных управленцев) и менее опытную аудиторию – возможно вы сможете вдохновить ребят на «прокачку» своих навыков в следующем цикле симулятора.

Благодарите слушателей за обратную связь, фиксируйте предложения по развитию проекта. Не забудьте изучить возможности для развития проекта: возможно, вам требуется финансирование, которое вы можете привлечь через Конкурс первичных отделений или Гранты Первых.



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и своем росте, вдохновляйте других своими изменениями! Делитесь вашими историями с хештегами:

#АкадемияПервых #КалендарьПервых



ПАТРИОТИЗМ И ИСТОРИЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

12 сентября – День танкиста.

А вы знали, что Председатель Правления Движения Первых Орлов Артур Валерьевич был командиром танкового батальона 6-го гвардейского танкового полка 90-й гвардейской танковой дивизии Центрального военного округа и совершил подвиг?

Штурмовая группа под командованием гвардии майора Орлова прорвала оборону противника благодаря грамотному обходному маневру и продолжила наступление, преодолев реку Беленькая и обеспечив наведение понтонной переправы. В ходе боев подчиненные выявили огневые позиции украинской артиллерии, координаты были переданы, и вражеские орудия уничтожены. Благодаря смелым и нестандартным решениям командира, созданы условия для успешного продвижения основных сил и тыловых подразделений.

Переходите по QR-коду и подписывайтесь на Телеграм-канал Артура Валерьевича, чтобы узнать первыми о самых интересных событиях Движения Первых:



1 ПИСЬМО ВОЕННОСЛУЖАЩЕМУ ★★☆☆

Поддержка словом в трудные времена – это то, что доступно каждому!

Напишите доброе письмо военнослужащему – расскажите, за что вы ему благодарны, нарисуйте рисунок и положите в конверт.

Ваше письмо поднимет настроение настоящему герою, который далеко от дома и защищает Родину. Даже простые слова от ребенка могут подарить силы, тепло и веру в добро. Многие солдаты хранят такие письма – они напоминают, за что они борются. Через благотворительные фонды (ОНФ, Защитники Отечества и другие) ваши письма обязательно дойдут до адресата.

2 ИМЯ ШКОЛЫ ★★☆☆

Узнайте, в честь кого названа ваша школа или улица – это может быть герой, ученый или талантливый человек.

Найдите информацию в интернете, в книгах или спросите у учителей: кто этот человек, чем прославился и за что его так уважают.

Расскажите друг другу на общем собрании или предусмотрите на мероприятии в первичном отделении возможность рассказать широкому кругу участников о ваших находках. Знать историю своей школы – значит уважать тех, кто шел до нас.

3 ИСТОРИЯ В ИГРЕ ★★☆☆

Придумайте кроссворд с именами героев, битв и городов из истории – это как настоящая археологическая загадка!

Впишите по горизонтали и вертикали слова: Иван Грозный, Бородинское сражение, Ростов, Ледовое побоище.

Обменяйтесь кроссвордами на перемене с друзьями – кто быстрее найдет все ответы?

Игра сделает вас настоящим историком-детективом.

А еще это отличный способ провести время с пользой и весело!

ХРАНИМ ПАМЯТЬ О ПРОШЛОМ!

Всероссийский проект «Хранители истории» объединяет неравнодушных к истории страны школьников, студентов СПО, родителей и наставников, которые проявляют свое чувство патриотизма через социально-значимые дела.

Сделайте вклад в историю своей страны!

Регистрация открыта до 31 декабря.
Переходите по QR-коду



4 ШИФРОВАЛЬЩИКИ: ПОСЛАНИЕ ИСТОРИИ ★★☆☆

Во времена Второй мировой войны важные сообщения передавались с помощью шифров, чтобы враг не смог их прочитать. В этом месяце предлагаем вам узнать, как передавали секретные сообщения в годы войны и спасались человеческие жизни.

1. Проведите исследование: «Какие шифры использовали во времена войны?». Например:

- Азбука Морзе (широко использовалась радиостанциями);
- Шифр Цезаря (сдвиг букв);
- Энигма (немецкая шифровальная машина);

2. Обсудите «Как работают шифры?». Один из участников вашей исследовательской команды расскажет, как работает одна или несколько систем шифрования. Можно показать примеры.

3. Устройте квест: «Шифровальщики». Проведите тематический квест для участников первичного отделения, где каждая команда получает часть зашифрованного сообщения. Чтобы собрать его целиком, нужно пройти несколько этапов. Подсказки могут быть спрятаны в разных местах: библиотека, школьный коридор, актовый зал. Последнее послание может содержать цитату из письма солдата, имя героя или важное событие.

4. Когда все части собраны, расшифруйте полное послание — например, историческую цитату, письмо с фронта или факт о жизни одного из защитников Родины.

За каждым словом, которое вы расшифровали, стоит человеческая жизнь. Поздравляем, вы стали частичкой этой тайны!



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами, указанными в некоторых заданиях, а также не забывайте ставить:

#ХранителиИстории #КалендарьПервых



ПАТРИОТИЗМ И ИСТОРИЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ

5 ВЕРНИ ГЕРОЮ ИМЯ ★★☆☆

«Верни Герою память» – это Всероссийская акция, в рамках которой мы предлагаем вам навести порядок в памятных местах и делиться историями о них.

Подготовьтесь:

1. Соберите информацию о событии или личности, которым посвящено памятное место (архивы, краеведческие музеи, интервью с местными жителями) – обязательно привлекайте наставников и родителей!
2. Создайте «паспорт памятного места» (фото, историческая справка, текущее состояние). Ваша информация может дополнять то, что размещено на сайте местопамяти.рф.
3. Сформируйте команду и распределите роли: активисты хранителей истории (готовят справку), наставники (составляют график), активисты медиа-центров и юнкоры (фото/видеофиксация).
4. С помощью взрослых обратитесь к администрации для согласования работ и выделения необходимого инвентаря.

Это не просто уборка – это доброе дело, которое помнят.

6 ПУТЕШЕСТВИЕ ПО РОДНОМУ КРАЮ ★★★

Ваша малая Родина – это предмет для гордости, ведь земля края вас питает, мудрость предков позволяет видеть города и другие населенные пункты такими, какие они есть сейчас. Кроме того, гости региона будут рады узнать что-то новое и интересное. **Предлагаем вам самостоятельно познакомиться с вашей Родиной поближе и рассказать о ней тем, кому это тоже может быть важно.**

Что для этого нужно?

1. Соберитесь командой – вместе с друзьями создайте большую «карту памяти» своего города или села.
2. Нарисуйте карту – на большом листе бумаги изобразите улицы, реки, парки и дома, где вы живете, так, как они расположены в действительности.
3. Отметьте важные места – поставьте флажки у памятников, школы, библиотеки, дома ветеранов, места боевой славы.
4. Расспросите взрослых – бабушек, дедушек, учителей – что они помнят об этих местах. История живет в людях, и они расскажут то, чего нет в учебниках.
5. Подготовьте выставку «Мой край – моя гордость» – продемонстрируйте карту, фото, рисунки и расскажите, что вы узнали. Приглашайте гостей!



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами, указанными в некоторых заданиях, а также не забывайте ставить:

#ХранителиИстории #КалендарьПервых



ПАТРИОТИЗМ И ИСТОРИЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

12 сентября – День танкиста.

А вы знали, что Председатель Правления Движения Первых Орлов Артур Валерьевич был командиром танкового батальона 6-го гвардейского танкового полка 90-й гвардейской танковой дивизии Центрального военного округа и совершил подвиг?

Штурмовая группа под командованием гвардии майора Орлова прорвала оборону противника благодаря грамотному обходному маневру и продолжила наступление, преодолев реку Беленькая и обеспечив наведение понтонной переправы. В ходе боев подчиненные выявили огневые позиции украинской артиллерии, координаты были переданы, и вражеские орудия уничтожены. Благодаря смелым и нестандартным решениям командира, созданы условия для успешного продвижения основных сил и тыловых подразделений.

Переходите по QR-коду и подписывайтесь на Телеграм-канал Артура Валерьевича, чтобы узнать первыми о самых интересных событиях Движения Первых



1 ПОМОЩЬ ФРОНТУ ★★☆☆

Соберите гуманитарную помощь – одежду, средства гигиены, книги или письма – для участников специальной военной операции.

Каждый ваш вклад – это тепло, поддержка и благодарность. А поддерживая наших бойцов вместе с друзьями, родителями и наставниками, вы учитесь быть ответственными и заботливыми. Через профильные фонды (ОНФ, Защитники Отечества и другие) помощь дойдет точно и безопасно.

2 ПЕСНИ ГОРДОСТИ ★★☆☆

Создайте плейлист из песен о России или вашей малой Родине, поделитесь им с друзьями на личной странице или странице первичного отделения и его используйте на мероприятиях.

Каждая песня рассказывает о красоте, истории и душе родного места.

Помните, что музыка объединяет – она вдохновляет, заряжает и напоминает, за что мы любим Россию.

3 КОЛЛЕКЦИОНЕР ★★☆☆

Начните собирать коллекцию – монеты, старые фотографии, открытки или значки – и узнавайте историю каждого предмета.

Каждый экспонат – как рассказ о прошлом. Соберите полный комплект, узнайте его историю и предложите организовать пространство под вашу коллекцию прямо в первичном отделении – пусть о ваших находках узнают и другие ребята!

Дополнительно: проводите экскурсию для классов и вдохновляйте других моментами гордости за своих предков и малую родину!

4 ДНЕВНИК ХРАНИТЕЛЕЙ ИСТОРИИ ★★☆☆

Предлагаем вам пройти задания в Дневнике Хранителей истории, чтобы глубже погрузиться в тематику сохранения исторической памяти.

Что необходимо сделать:

- зарегистрироваться или быть зарегистрированным на официальном сайте Движения Первых;
- подать заявку на Всероссийский проект «Хранители истории», перейдя по QR-коду:



- перейти на обучающую платформу Движения Первых по QR-коду и выбрать курс «Дневник Хранителя истории | участники»:



- пройти предлагающиеся задания и уроки.

Перелистывай страницы истории вместе с нами!



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами, указанными в некоторых заданиях, а также не забывайте ставить:

#ХранителиИстории #КалендарьПервых



ПАТРИОТИЗМ И ИСТОРИЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ

ХРАНИМ ПАМЯТЬ О ПРОШЛОМ!

Всероссийский проект «Хранители истории» объединяет неравнодушных к истории страны школьников, студентов СПО, родителей и наставников, которые проявляют свое чувство патриотизма через социально-значимые дела.

Сделайте вклад в историю своей страны!

Регистрация открыта до 31 декабря.
Переходите по QR-коду:



5 ТРУДОВЫЕ ТРАДИЦИИ



Сохранять память и традиции народа – важно. У труда тоже есть свои герои и подвиги. Предлагаем вам увлекательное путешествие в трудовые будни ваших прадедов, о которых важно знать каждому уважающему себя гражданину!

1. Выберите героя труда из своего региона – это может быть знаменитый ученый, конструктор, врач, учитель, металлург, космонавт или простой работник, чей вклад важен для истории вашего города или села.
2. Найдите информацию о нем – посмотрите в краеведческом музее, архиве, на сайте администрации, спросите у родных или учителя.
3. Соберите ключевые моменты: чем прославился, какие достижения, когда жил, как повлиял на развитие региона.
4. Создайте творческий пост ВКонтакте – добавьте фото героя, красивое оформление, интересные факты и свои слова о том, почему этот человек достоин памяти.
5. Расскажите, почему труд – это подвиг – объясните, как упорная работа меняет страну и делает будущее сильнее.
6. Расскажите о своих находках на личной странице или странице первичного отделения со специальным хештегом **#БилетВБудущее2025** и пригласите друзей узнать о тех, кто сделал ваш край таким, каким его знают сейчас!

Задание от



6 РАЗГОВОР С ПЕДАГОГОМ



Задача педагога не только учить, но и вдохновлять! Мы предлагаем поближе познакомиться с учителем истории и узнать, что сподвигло его выбрать данную профессию. Ведь знать все исторические события, чтобы передать их своим ученикам – это огромная работа.

1. Выберите учителя истории, чьи уроки оставляют след в сердце – возможно, он рассказывает так, будто сам был свидетелем событий.
2. Договоритесь о встрече – на большой перемене или после уроков – чтобы пообщаться по-настоящему, без спешки.
3. Подготовьте искренние вопросы: что вдохновило стать учителем? Какая эпоха ему ближе всего? Были ли моменты, когда он сомневался в своем выборе?
4. Проведите интервью – запишите видео или аккуратно сделайте заметки. Говорите с теплом, слушайте внимательно.
5. Оформите результат – создайте короткое видео, пост, аудиорассказ или стенгазету. Добавьте фото, цитаты, музыку.
6. Поделитесь своей работой в сообществе первичного отделения, чтобы сверстники увидели, что за строгим фасадом – доброе сердце, мечты и выбор, сделанный ради будущего.

Выполняя задания вы поймете, что настоящий подвиг – это ежедневный труд вдохновения, иногда даже несмотря на усталость.



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами, указанными в некоторых заданиях, а также не забывайте ставить:

#ХранителиИстории #КалендарьПервых



ПАТРИОТИЗМ И ИСТОРИЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ

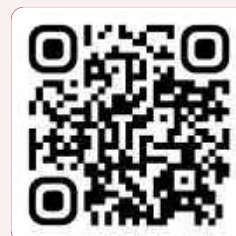
ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

12 сентября – День танкиста.

А вы знали, что Председатель Правления Движения Первых Орлов Артур Валерьевич был командиром танкового батальона 6-го гвардейского танкового полка 90-й гвардейской танковой дивизии Центрального военного округа и совершил подвиг?

Штурмовая группа под командованием гвардии майора Орлова прорвала оборону противника благодаря грамотному обходному маневру и продолжила наступление, преодолев реку Беленькая и обеспечив наведение понтонной переправы. В ходе боев подчиненные выявили огневые позиции украинской артиллерии, координаты были переданы, и вражеские орудия уничтожены. Благодаря смелым и нестандартным решениям командира, созданы условия для успешного продвижения основных сил и тыловых подразделений.

Переходите по QR-коду и подписывайтесь на Телеграм-канал Артура Валерьевича, чтобы узнать первыми о самых интересных событиях Движения Первых



1 УДИВИТЕЛЬНЫЙ ФАКТ ★★☆☆

Выберите важный исторический для России период, например – блокадный Ленинград или разработка великих российских изобретений, и найдите три самых удивительных факта.

Организуйте «стену фактов» в первичном отделении и предложите всем участникам оставлять свои факты там. Так вы повысите эрудированность всех участников первичного отделения и сами сможете узнать много нового об истории Родины.

3 ХРАНИТЕЛЬ ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛАВЫ ★★☆☆

Проявите инициативу – станьте участником знаменной группы и каждый понедельник с гордостью выносите флаг своей страны – это знак уважения к истории и символам России.

Сперва подготовьтесь:

1. Познакомьтесь с государственными символами своей страны и правилами их обращения;
2. Обратитесь к педагогу своей образовательной организации, кто организует данную деятельность;
3. Станьте участником знаменной группы;
4. Посетите теоретические и практические занятия.

Это возможность проявить дисциплину, ответственность и гражданскую позицию. Ваша инициатива вдохновит других, а личный пример укрепит патриотический дух в школе.

2 ВДОХНОВЛЯЮЩАЯ ЦИТАТА ★★☆☆

Найдите цитату российского деятеля науки – пусть она станет вашей мотивацией на неделю.

Делитесь цитатой с друзьями – вы можете вдохновлять ребят первичного отделения!

Это простой, но сильный способ прикоснуться к мудрости прошлого.

4 ПО СЛЕДАМ ИСТОРИИ ★★☆☆

Сколько памятных мест своего региона вы знаете?

И знаете ли? Предлагаем вам 2 в 1: поближе познакомиться с местами, таящими тайны десятилетий и поделиться интерактивной экскурсией к этому месту с участниками Движения Первых!

Запишите видеоролик об истории памятного места вашего региона. Он должен знакомить окружающих с историей выбранного памятного места и особенностями исторического фона субъекта Российской Федерации.



- Подайте заявку на Всероссийский проект «Хранители истории», перейдя по QR-коду
- Расскажите о выставке в соцсетях и пригласите как можно больше гостей!
- Проведите выставку. Организуйте время для посещения выставки, пригласите зрителей и наслаждайтесь результатом своего труда.



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами, указанными в некоторых заданиях, а также не забывайте ставить:

#ХранителиИстории #КалендарьПервых



ПАТРИОТИЗМ И ИСТОРИЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ

ХРАНИМ ПАМЯТЬ О ПРОШЛОМ!

Всероссийский проект «Хранители истории» объединяет неравнодушных к истории страны школьников, студентов СПО, родителей и наставников, которые проявляют свое чувство патриотизма через социально-значимые дела.

Сделайте вклад в историю своей страны!

Регистрация открыта
до 31 декабря.
Переходите по QR-коду



5 КАЛЕНДАРЬ ХРАНИТЕЛЕЙ ИСТОРИИ ★★☆☆

Вместе с командой вашего первичного отделения (или отряда Хранителей истории) составьте календарь исторических событий, который поможет всем участникам первичного отделения узнать о памятных датах этого месяца.

Что необходимо сделать:

1. Соберите свою команду вместе с наставником.
2. Изучите памятные даты этого месяца, выпишите их.
3. Оформите памятные даты на ватмане или в другом формате.
4. Разместите его в пространстве Движения Первых вашего первичного отделения.

Вы отлично постарались! Теперь ребята из вашего первичного отделения будут знать исторически значимые даты этого месяца, а значит – смогут быть более эрудированными и погруженными в историю Родины!

6 ИСТОРИЧЕСКИЕ ЛЕКЦИИ ★★★★★

Сохранять память – значит не просто знать что-то, а передать из уста в уста, от старших к младшим. **В этом месяце предлагаем вам создать и провести интересные короткие уроки о героях истории России или вашего региона для младших ребят.**

Что нужно сделать:

1. Разделитесь на группы и выберите выдающегося гражданина России – писателя, полководца, ученого или строителя, внесшего вклад в историю страны.
2. Подготовьте короткую лекцию (5-10 минут), в которой расскажите о герое просто, ярко и интересно – так, чтобы понял даже младший школьник. Попробуйте использовать нейросети и попросить помочь сформулировать повествование от лица этого человека.
3. Создайте наглядные материалы: слайды, карточки, рисунки, мемы или мини-инфографику.
4. Отрепетируйте выступление – следите за речью, интонацией, временем и включите немного юмора или драмы.
5. Проведите короткий урок для младших школьников по подготовленным материалам – в классе, кружке или на мероприятии.
6. Получите обратную связь – от малышей, учителей и своей команды: что было понятно, что – смешно, что – запомнилось.



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами, указанными в некоторых заданиях, а также не забывайте ставить:

#ХранителиИстории #КалендарьПервых



ПАТРИОТИЗМ И ИСТОРИЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

12 сентября – День танкиста.

А вы знали, что Председатель Правления Движения Первых Орлов Артур Валерьевич был командиром танкового батальона 6-го гвардейского танкового полка 90-й гвардейской танковой дивизии Центрального военного округа и совершил подвиг?

Штурмовая группа под командованием гвардии майора Орлова прорвала оборону противника благодаря грамотному обходному маневру и продолжила наступление, преодолев реку Беленькая и обеспечив наведение понтонной переправы. В ходе боев подчиненные выявили огневые позиции украинской артиллерии, координаты были переданы, и вражеские орудия уничтожены. Благодаря смелым и нестандартным решениям командира, созданы условия для успешного продвижения основных сил и тыловых подразделений.

Переходите по QR-коду и подписывайтесь на Телеграм-канал Артура Валерьевича, чтобы узнать первыми о самых интересных событиях Движения Первых:



1 ЦИФРЫ В ИСТОРИИ ★★☆☆

Выберите одно важное историческое событие, например, запуск первого искусственного спутника, и выразите его через 3-4 ключевые цифры: дата, масса, высота орбиты, скорость.

Соберите точные данные из надежных источников – это развивает аналитическое мышление и умение работать с информацией.

Оформите результат как инфографику или пост – просто, ясно, визуально.

Поделитесь собранной информацией на личной странице или странице первичного отделения в соцсети или на встрече активистов – покажите, как наука и история соединяются в цифрах.

Так вы научитесь видеть масштаб событий не в словах, а в фактах, что важно для учебы и карьеры.



ХРАНИМ ПАМЯТЬ О ПРОШЛОМ!

Всероссийский проект «Хранители истории» объединяет неравнодушных к истории страны школьников, студентов СПО, родителей и наставников, которые проявляют свое чувство патриотизма через социально-значимые дела.

Сделайте вклад в историю своей страны!

Регистрация открыта до 31 декабря.
Переходите по QR-коду:



2 ПАМЯТНЫЙ СТИКЕРПАК ★★☆☆

Выберите знаковые исторические события и крылатые фразы, например: «Гори, гори ясно!», «Поехали!», «Родина-Мать зовет!», «Все для фронта, все для победы!», «Ни шагу назад!».

Используйте графические редакторы или специальные сервисы и создайте стикерпак в Телеграме, где каждый стикер будет сочетать историческую иллюстрацию и фразу в современном, юмористическом или трогательном стиле.

Важно: убедитесь, что фразы и образы точны – это шанс просвещать через юмор и мемы.

Поделись стикерпаком в чатах, группах, с друзьями – пусть история становится частью повседневного общения.

3 ПРАВДА ИЛИ ВЫДУМКА? ★★☆☆

Выберите исторический сериал, например «Великая», «Тобол» или «Исчезнувшая империя» и посмотрите его в выходные с друзьями.

Найдите проверенные источники – учебники, статьи, документальные фильмы – и сравните, насколько события, персонажи и детали соответствуют реальности.

Отметьте, что показано верно, а что изменено для драмы или зрелищности. Это развивает критическое мышление и умение отличать информацию от манипуляции.



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами, указанными в некоторых заданиях, а также не забывайте ставить:

#ХранителиИстории #КалендарьПервых



ПАТРИОТИЗМ И ИСТОРИЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ

4 ИСТОРИЯ В СТОРИС



В этом месяце предлагаем вам провести небольшой просветительский эксперимент – рассказывать о значимых событиях или персонажах через короткие визуальные нарративы в соцсетях и узнать, насколько они помогают молодежи осваивать историю Родины.

1. Соберите команду (3-5 человек) – объединитесь по интересам: краеведы, медийщики, монтажеры, ведущие.
2. Выберите тему: герой (например, Николаев, Кутузов), событие (Бородино, первый полет в космос) или памятное место (Мамаев курган, Брестская крепость).
3. Соберите достоверную информацию – из архивов, музеев, книг, официальных сайтов. Проверьте информацию на фейки!
4. Создайте сценарий сторис/мини-видео про персону или событие (3-5 роликов по 15-30 секунд): кратко, ярко, с подачей, субтитрами, музыкой и визуалом.
5. Снимите и смонтируйте – используйте смартфон, приложения, добавьте фото, архивные кадры, карты.
6. Опубликуйте в соцсетях с хештегом **#ХранителиИстории** и отметьте первичное отделение.

Вы формируете память поколения, делая прошлое живым, близким и важным через форматы, востребованные молодежью.

5 ОПРОС АУДИТОРИИ



Самый эффективный способ сделать обучающие материалы востребованными – создавать то, на что есть спрос. Проведите опрос среди младших школьников, чтобы узнать «слабые места».

1. Выбери аудиторию, например, младших братьев, сестер, соседей или знакомых в возрасте 6-12 лет.
2. Задайте им вопросы: «Кто такой Суворов/ Гагарин/ Пушкин?» Задавайте по одному, спокойно, с улыбкой – создайте доброжелательную атмосферу.
3. Запишите их ответы дословно в блокнот или на телефон. Не исправляйте, не подсказывайте, просто слушайте.
4. Сделай вывод: насколько доступна история для младшего поколения и в каком формате им было бы интересно ее узнавать (через сказки, видео, игры?).
5. Подумайте, как вы можете помочь – возможно, вы сами можете провести урок, сделать пост, рассказать историю в мемах.
6. Сохраните результат – он пригодится для планирования просветительской деятельности в будущем.

6 ИСТОРИЧЕСКИЕ ДЕБАТЫ



Дебаты – это не просто спор, а тренировка ума, характера и гражданской позиции. Они учат думать, а не повторять; видеть разные стороны даже в сложных, болезненных вопросах истории.

В реальной жизни – в вузе, на работе, в обществе – эти навыки бесценны.

Предлагаем вам провести дебаты на темы, связанные с историей России или с конкретными историческими персоналиями.

1. Разделитесь на команды (по 3-5 человек) и выберите спорный вопрос, например:
 - «Был ли Великий Октябрь ключевым событием XX века?»,
 - «Иван Грозный – жестокий тиран или собиратель земель и реформатор?»,
 - «Петр I – «прорубил окно в Европу» или разрушил традиционную культуру?»,
 - «Октябрьская революция 1917 года – закономерный результат или трагическая ошибка?».
2. Распределите роли: спикеры, исследователи, ответственный за время, аналитик аргументов.
3. Подготовьтесь: найдите факты, статистику, цитаты, исторические оценки – опирайтесь на авторитетные источники.
4. Сформулируйте четкие аргументы «за» и «против», включая контраргументы – чтобы быть готовыми к ответу.
5. Проведите дебаты по правилам: регламент, выступления, оппонирование, заключительные речи.
6. Предоставьте слово жюри или зрителям для оценки логики, культуры спора и глубины знаний.



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами, указанными в некоторых заданиях, а также не забывайте ставить:

#ХранителиИстории #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Люстра в Большом театре весит не 2,5 тонны, а около 2,3 тонны: металлическая основа весит 2 тонны, а хрустальная часть – 300 кг. Количество лампочек – около 300.

1 ЗВУКОВЫЕ АССОЦИАЦИИ ★★☆☆

Для актера очень важно иметь развитое воображение и ассоциативное мышление.

Устройте себе разминку: в течение минуты произносите разные звуки, создавая ассоциации с определенными предметами или чувствами.

Делать это можно в паре с другом или дома перед зеркалом. Используйте сочетания гласных и согласных, протяжные и отрывистые звуки, различную громкость и т. д.

Попробуйте начать с этих образов: лес, вьюга, сверчок, велосипед, фотоаппарат, книга, металлическая пружинка, воздушный шарик.

2 ГОЛОСОВАЯ РАЗМИНКА ★★☆☆

Заведите новую полезную привычку: каждое утро устраивайте себе перед зеркалом голосовую разминку. Начинайте ее с глубокого вдоха и выдоха с произнесением звука «Ааа», повторите 5 раз. Затем произнесите следующие скороговорки, каждую по три раза начиная с очень медленного темпа и постепенно ускоряясь:

1. Поезд мчится, скрежеща: ж, ч, ш, щ, ж, ч, ш, щ.
2. У нас во дворе-подворье погода размокропогодилась.
3. У осы не усы, не усища, а усики.
4. Из кузова в кузов шла перегрузка арбузов. В грозу, в грязи от груза арбузов развалился кузов.
5. С одной сорокой одна морока, а сорок сорок – сорок морок.



3 ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ★★☆☆

Помимо хорошей дикции важно также развивать свои дыхательные возможности.

Предлагаем вам несколько упражнений:

1. «Свечка». Держите перед собой указательный палец, вытянув руку вперед. Затем набрать воздух полной грудью, задержать дыхание на пару секунд, после чего выпускайте воздух тонкой струйкой, так, будто перед вами находится свечка, которую нужно очень аккуратно потушить.
2. «Снайпер». Упражнение выполняется так же, как и «Свечка», но весь воздух выдыхается одновременно и за максимально короткое время.
3. «Комарик». Руки в стороны. Представьте, что перед носом у вас вьется со звуком «з-з-з» комар. Звук произносится на выдохе на одном дыхании. На выдохе руки медленно сводятся и в конце дыхания «комарик» прихлопывается.
4. «Погреем ручки». Нужно поставить перед ртом ладонь и широко раскрытым ртом медленно выпускают воздух на ладошку, как будто она замерзла, и ее нужно согреть. Постарайтесь открывать рот так широко, насколько возможно.



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

#ШкольнаяКлассика #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА

4 ТЕАТРАЛЬНЫЙ ДНЕВНИК ★★☆☆

Давайте заведем свой театральный дневник «Школьной классики»?

Выберите тетрадь или ежедневник, которые вы посвятите своим эмоциям и впечатлениям от просмотра театральных постановок и их записей.

В этом дневнике вы можете отмечать свои впечатления от увиденного, интересные идеи для ролей или сцен, заметки о сценариях или интересных художественных решениях.

Предлагаем к просмотру спектакль «Волшебник Изумрудного города» от Воронежского государственного театра юного зрителя в постановке главного режиссера театра Вадима Кривошеева.
Переходите по QR-коду для просмотра.



5 ОБРАЗ ЧЕРЕЗ ДВИЖЕНИЕ ★★☆☆

Попробуйте передать характер персонажа только движениями без слов. Выберите эмоцию или характер (например, застенчивый человек или смелый герой) и в течение 1 минуты показывайте это через позы и жесты без речи.

Другие угадывают образ по движениям: можно поиграть дома с близкими или в компании творческих друзей. Такая игра поможет развить пластику тела и умение выражать чувства через движение.

6 «ТЕАТРАЛЬНАЯ МАСТЕРСКАЯ» – ВИДЕОВИЗИТКА КОЛЛЕКТИВА ★★★

подавайте заявку вместе с коллективом своего первичного отделения на участие в проекте «Театральная мастерская» и выполняйте вместе творческую работу!

Вместе с началом учебного года в театрах начинается театральный сезон, и это отличный шанс заявить о себе. Попробуйте вместе с театральными товарищами создать видеовизитку вашего коллектива – расскажите, кто вы и откуда, что такое для вас театр и кто ваши наставники, какие у вас планы на новый сезон – что хотите добавить в репертуар коллектива?

Переходите по QR-коду и подавайте заявку. Сделайте это с креативной подачей и проявите все свои творческие таланты!

А за выполнение творческой работы можно получить баллы программы «Другое Дело»!



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

#ШкольнаяКлассика #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Театральный сезон – время, когда театры играют утвержденную программу спектаклей без длительных перерывов. В успешных учреждениях представления идут каждый день, поскольку в репертуаре не две-три пьесы, а гораздо больше.

Обычно сезон начинается в августе или начале сентября и длится до мая или июня, однако каждый театр сам устанавливает свой график. Театру тоже нужны отдых и обновление. Без должного ухода сцена ветшает, механизмы нуждаются в качественном обслуживании.

1 ОФОРМИ ПРОПУСК В МИР ИСКУССТВА! (14-22 ЛЕТ) ★★☆☆**В 2026 году Пушкинская карта переезжает из Почта Банка в Банк ВТБ!**

Чтобы продолжать пользоваться Пушкинской картой и бесплатно посещать культурные мероприятия, уже сейчас выполните простое задание:

1. Зайдите в мобильное приложение «Госуслуги Культура».
2. Там вы увидите баннер о переходе карты в Банк ВТБ.
3. Нажмите на кнопку «Подать заявление» и подтвердите выпуск карты с 1 января 2026 года. Пропуск в мир искусства оформлен!

**Станьте амбассадором Пушкинской карты!**

Расскажите в соцсетях о том, что Пушкинская карта переезжает в ВТБ и о необходимости подать заявление на выпуск Пушкинской карты в Банке ВТБ, чтобы ходить на мероприятия вместе.

Не забывай указать хештеги **#ПушкинскаяКарта #ВедиСебяКультурно #КультурнымБытьМодно #КалендарьПервых #ДвижениеПервых**

Готово, задание выполнено!

Подробная информация по QR-коду:



Задание от  **ВТБ**

2 ЧТО ТАКОЕ СЦЕНА? ★★☆☆

Как хорошо вы знакомы со сценическим пространством? Знаете ли вы, что такое «арьерсцена» и для чего нужны карманы?

Ознакомьтесь с карточками в посте по QR-коду и расскажите в комментариях об эмоциях, которые вы испытали во время первого выхода на сцену.

**3 ЕСТЬ, К ЧЕМУ СТРЕМИТЬСЯ!** ★★☆☆

В июне в Псковской области состоялось итоговое событие 5 сезона Всероссийского проекта «Школьная классика» 2024-2025 гг., которое посетили 16 коллективов-победителей проекта и 47 победителей индивидуальной номинации.

Смотрите репортаж от Движения Первых по QR-коду и заряжайтесь на творческие свершения в новом сезоне!



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

#ШкольнаяКлассика #КалендарьПервых



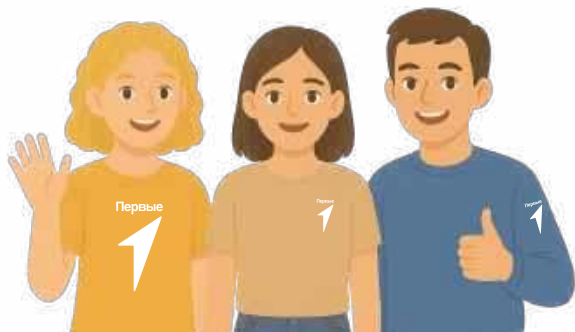
КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА

4 ОПРАВДАНИЕ ПОЗЫ ★★☆☆

Интересное упражнение, которое выполняется в команде. Попросите наставника помочь вам или выберите одного человека из вашего театрального коллектива, который будет ведущим.

По команде ведущего участники начинают медленно двигаться по кругу, постепенно переходя на бег. По команде «стоп» все останавливаются в неожиданной для себя позе.

Нужно найти оправдание этой позы – объяснить, почему вы застыли именно в таком положении, и как далее вы собирались двигаться, т. е. быстро придумать и рассказать небольшую историю происходящего с тобой, а затем продолжить движение.



5 ИМПРОВИЗАЦИОННЫЙ ДИАЛОГ ★★☆☆

Давайте поработаем над импровизацией?

Всегда кажется, что импровизация – это очень просто, но она дается далеко не всем: нужно иметь подготовку, основанную на личном опыте и насмотренности, и быть смелым и креативным!

В небольшой группе (2-5 человек) выберите тему или ситуацию из предложенных ниже. Один из участников начинает разговор, а остальные продолжают по очереди, импровизируя.

Перед началом каждому надо подумать и выбрать для себя три основных черты характера персонажа. Постарайтесь передать эмоции и характер персонажей, основываясь на том, как такой человек мог бы отреагировать на происходящее.

Темы: «встреча в школьной столовой», «забытый день рождения», «обсуждение планов на выходные», «попытка списать на экзамене», «поиск книги в библиотеке»
Совет: не бойтесь ошибаться – главное играть искренне!

6 «ТЕАТРАЛЬНАЯ МАСТЕРСКАЯ» – ВИДЕОВИЗИТКА КОЛЛЕКТИВА ★★★

подавайте заявку вместе с коллективом своего первичного отделения на участие в проекте «Театральная мастерская» и выполняйте вместе творческую работу ко Дню знаний!



Вместе с началом учебного года в театрах начинается театральный сезон, и это отличный шанс заявить о себе. Попробуйте вместе с театральными товарищами создать видеовизитку вашего коллектива – расскажите, кто вы и откуда, что такое для вас театр и кто ваши наставники, какие у вас планы на новый сезон – что хотите добавить в репертуар коллектива? Сделайте это с креативной подачей и проявите все свои творческие таланты!

А за выполнение творческой работы можно получить баллы программы «Другое Дело»!



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

#ШкольнаяКлассика #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

У актеров есть поверье: свистеть на сцене запрещено – это «призывает беду». Исключением являются случаи, когда свист является частью сценарного действия. Существует логическое объяснение этой приметы: ранее свист на сцене мог быть сигналом для рабочих сцены, что приводило к аварийным ситуациям.

1 ОФОРМИ ПРОПУСК В МИР ИСКУССТВА! (14-22 ЛЕТ) ★★☆☆

В 2026 году Пушкинская карта переезжает из Почта Банка в Банк ВТБ!

Чтобы продолжать пользоваться Пушкинской картой и бесплатно посещать культурные мероприятия, уже сейчас выполните простое задание:

1. Зайдите в мобильное приложение «Госуслуги Культура».
2. Там вы увидите баннер о переходе карты в Банк ВТБ.
3. Нажмите на кнопку «Подать заявление» и подтвердите выпуск карты с 1 января 2026 года. Пропуск в мир искусства оформлен!



Станьте амбассадором Пушкинской карты!

Расскажите в соцсетях о том, что Пушкинская карта переезжает в ВТБ и о необходимости подать заявление на выпуск Пушкинской карты в Банке ВТБ, чтобы ходить на мероприятия вместе. Не забывай указать хештеги **#ПушкинскаяКарта #ВедиСебяКультурно #КультурнымБытьМодно #КалендарьПервых #ДвижениеПервых**



Готово, задание выполнено!

Подробная информация по QR-коду:

Задание от ВТБ

2 ИНТОНАЦИОННО-ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ТРЕНИРОВКА ★★☆☆

Это упражнение также можно выполнять перед зеркалом. **Прочитайте строки из стихотворения А. С. Пушкина, изменяя при этом громкость и эмоциональность произнесения текста:**

Под окном Гвидон сидит, (громко)
 Молча на море глядит: (тихо)
 Не шумит оно, не хлещет, (угрожающе)
 Лишь едва, едва трепещет, (шепотом)
 И в лазоревой дали (удивленно)
 Показались корабли: (быстро, шокированно)
 По равнинам Окияна (громко, низким голосом)
 Едет флот царя Салтана. (нараспев, уверенно)
 Князь Гвидон тогда вскочил, (радостно)
 Громогласно возопил: (громко, нараспев)
 «Матушка моя родная! (громко, будто докрикиваясь до кого-то вдали)
 Ты, княгиня молодая! (громко, будто докрикиваясь до кого-то вдали)
 Посмотрите вы туда: (удивленно)
 Едет батюшка сюда». (уверенно)



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

#ШкольнаяКлассика #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА

3 ДРУГИМИ СЛОВАМИ ★★☆☆

Любую фразу в русском языке можно сказать другими словами.

Попробуйте сказать по-другому, не повторив ни одного слова, но сохраняя смысл, следующие предложения:

- Муха села на варенье
- На столе стоит стакан
- Бьют часы двенадцать раз
- Воробей влетел в окно
- Шел отряд по берегу



Упражнение можно выполнять в паре, а можно и индивидуально – только нужно быть честным и не искать подсказок, а использовать воображение и фантазию.

4 ПОРТРЕТ ПО ПАМЯТИ ★★☆☆

Интересное упражнение, которое выполняется в команде с разбивкой на пары.

В течение 30 секунд участники осматривают друг друга, затем разворачиваются спинами и рассказывают о партнере: какой цвет волос и глаз, какая обувь, элементы одежды и т. д.

Это упражнение развивает память, сценическое внимание, речь и умение взаимодействовать с партнером.

5 СДЕЛАЙ КУЛЬТУРНУЮ АФИШУ «ПУШКИНСКОЙ КАРТЫ»! (14-22 ЛЕТ) ★★☆☆

Проведите эту осень культурно!

1. Выберите 3 мероприятия, которые участвуют в программе «Пушкинская карта» (выставка, кино, театра и т. д.).
2. Подготовьте плакат-афишу (на бумаге или в электронном формате), используя изображения мероприятий и Пушкинской карты.
3. Поделитесь вашей работой в соцсетях с хештегами **#ПушкинскаяКарта #ВедиСебяКультурно #КультурнымБытьМодно #КалендарьПервых #ДвижениеПервых**

Вы также можете поделиться результатом своего творчества с Почта Банком (отправьте свою афишу на электронный ящик PK@rochtabank.ru с темой письма «Движение первых и Пушкинская карта»). Почта Банк выберет топ-3 самых креативных работ, свяжется с авторами и вручит призы!



Подробная информация по QR-коду:



Задание от  ВТБ

6 «ТЕАТРАЛЬНАЯ МАСТЕРСКАЯ» – ВИДЕОВИЗИТКА КОЛЛЕКТИВА ★★★

Подавай заявку вместе с коллективом своего первичного отделения на участие в проекте «Театральная мастерская» и выполняйте вместе творческую работу!



Второй вариант для тех, кто вместе с единомышленниками уже создал или планирует создать в первичном отделении настоящий театральный коллектив!

Вместе с началом учебного года в театрах начинается театральный сезон, и это отличный шанс заявить о себе.

Попробуйте вместе с театральными товарищами создать видеовизитку вашего коллектива – расскажите, кто вы и откуда, что такое для вас театр и кто ваши наставники, какие у вас планы на новый сезон – что хотите добавить в репертуар коллектива? Сделайте это с креативной подачей и проявите все свои творческие таланты!

А за выполнение творческой работы можно получить баллы программы «Другое Дело»!



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

#ШкольнаяКлассика #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Первый профессиональный русский театр был основан в 1756 году в Ярославле – его создал купец и энтузиаст Федор Волков.

1 ОФОРМИ ПРОПУСК В МИР ИСКУССТВА! (14-22 ЛЕТ) ★★★

В 2026 году Пушкинская карта переезжает из Почта Банка в Банк ВТБ!

Чтобы продолжать пользоваться Пушкинской картой и бесплатно посещать культурные мероприятия, уже сейчас выполните простое задание:

1. Зайдите в мобильное приложение «Госуслуги Культура».
2. Там вы увидите баннер о переходе карты в Банк ВТБ.
3. Нажмите на кнопку «Подать заявление» и подтвердите выпуск карты с 1 января 2026 года. Пропуск в мир искусства оформлен!



Станьте амбассадором Пушкинской карты!

Расскажите в соцсетях о том, что Пушкинская карта переезжает в ВТБ и о необходимости подать заявление на выпуск Пушкинской карты в Банке ВТБ, чтобы ходить на мероприятия вместе. Не забывай указать хештеги **#ПушкинскаяКарта #ВедиСебяКультурно #КультурнымБытьМодно #КалендарьПервых #ДвижениеПервых**

Готово, задание выполнено!

Подробная информация по QR-коду:



Задание от ВТБ

2 АЛФАВИТ ★★☆☆

Поработаем над выразительностью.

Задача – рассказать перед зеркалом алфавит так, как будто вы:

- судья, зачитывающий приговор;
- учитель, ведущий урок;
- друг, рассказывающий анекдот;
- ребенок, плачущий, жалующийся маме, который потерял игрушку;
- больной, испуганно рассказывающий врачу о том, что у него болит зуб.



3 ПУТЬ АКТЕРА ★★☆☆

«Я никогда не мечтал и не планировал заниматься этой профессией – так совпало!» – рассказал Движению Первых выпускник Театрального института имени Бориса Щукина, актер Московского драматического театра им. Станиславского Дмитрий Чеботарев.

По его словам, профессия актера тяжела и требует ежедневного труда над собой, силы воли и веры в самого себя. Смотрите интервью артиста и попробуйте выполнить его творческое задание, которое выполняют и студенты театральных вузов!



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

#ШкольнаяКлассика #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА

4 ПРОФЕССИИ В ТЕАТРЕ ★★★

Знакомы ли вы с театральными профессиями?

Команда театра – это не только актеры и режиссер-постановщик, но и большое количество других сотрудников.

Проведите с друзьями небольшую викторину о театральных профессиях. Воспользуйтесь презентацией по QR-коду или придумайте свои вопросы для викторины.



5 «ТЕАТРАЛЬНАЯ МАСТЕРСКАЯ» ★★★

Подавайте заявку вместе с коллективом своего первичного отделения на участие в проекте «Театральная мастерская» и выполняйте вместе творческую работу!

Первый вариант – участие в концертной программе ко Дню знаний. Начало учебного года – отличный повод показать свои творческие таланты, а вместе это делать еще интереснее! Примите участие в мероприятии в своем первичном отделении, а если такого мероприятия нет – вам под силу создать его вместе с друзьями! Попросите помощи у наставников, сформируйте команду и делитесь фото и видео результатами!



Регистрация по QR-коду.

А за выполнение творческой работы можно получить баллы программы «Другое Дело»!

6 «ТЕАТРАЛЬНАЯ МАСТЕРСКАЯ» – ВИДЕОВИЗИТКА КОЛЛЕКТИВА ★★★

Подавай заявку вместе с коллективом своего первичного отделения на участие в проекте «Театральная мастерская» и выполняйте вместе творческую работу ко Дню знаний!

Вместе с началом учебного года в театрах начинается театральный сезон, и это отличный шанс заявить о себе. Попробуйте вместе с театральными товарищами создать видеовизитку вашего коллектива – расскажите, кто вы и откуда, что такое для вас театр и кто ваши наставники, какие у вас планы на новый сезон – что хотите добавить в репертуар коллектива? Сделайте это с креативной подачей и проявите все свои творческие таланты!

А за выполнение творческой работы можно получить баллы программы «Другое Дело»!



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

#ШкольнаяКлассика #КалендарьПервых

