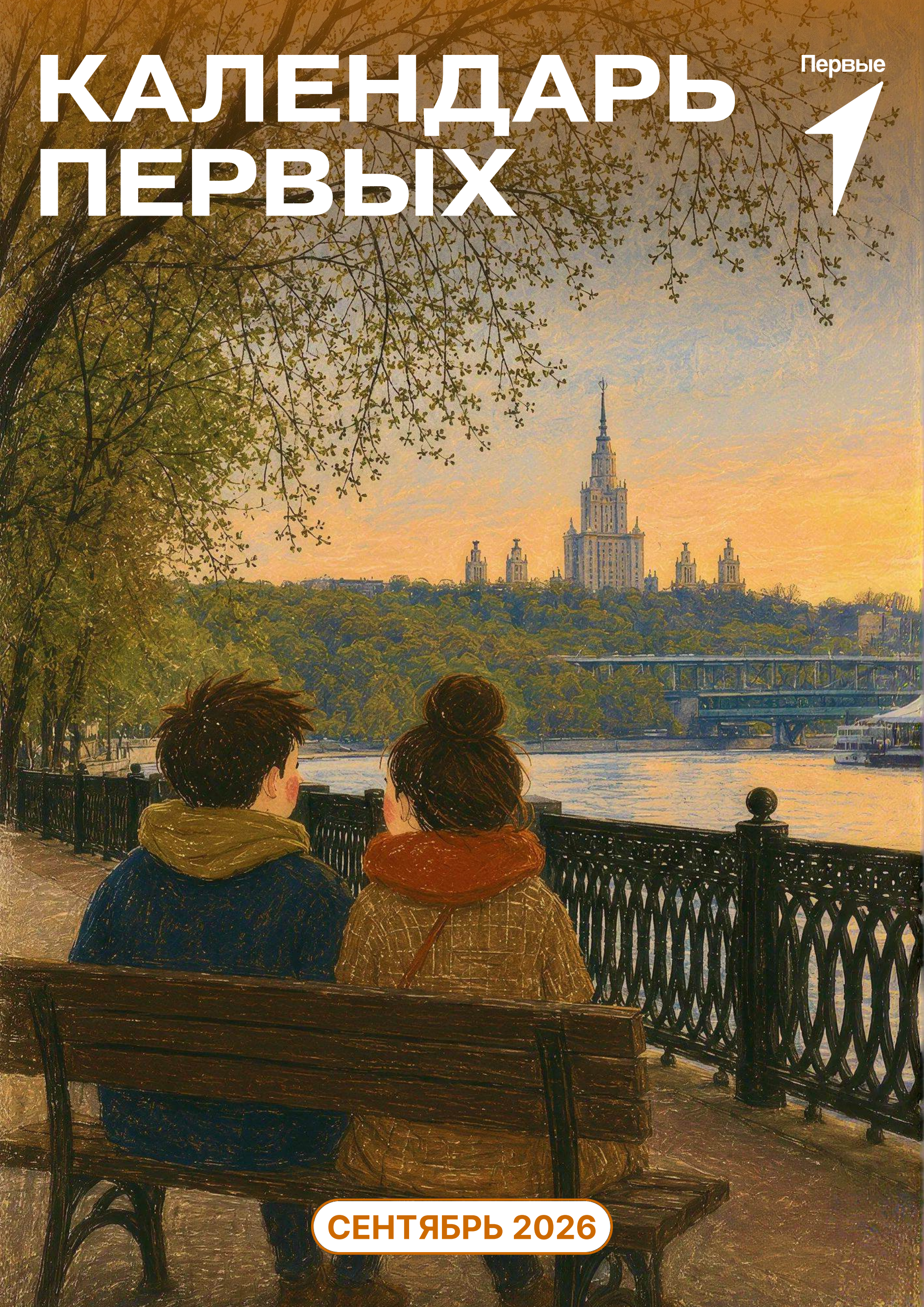


КАЛЕНДАРЬ ПЕРВЫХ

Первые



СЕНТЯБРЬ 2026



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 большого и важного дела вместе с Движением Первых!



Изучайте все направления Календаря Первых, ищите подсказки и проверяйте себя в Игре Первых!

Получайте баллы и обменивайте их в Мастерской внутри Игры на цифровые 🎁.



для Android



для iPhone

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

ЗНАНИЕ

ТАВРИДА•АРТ



НАЧНИТЕ НОВЫЙ УЧЕБНЫЙ ГОД В ДВИЖЕНИИ!

ЧТО, ЕСЛИ...?

Интерактивный мультимедийный комикс «Что, если...» о выдающихся людях, изменивших культуру, науку и мир вокруг нас, в озвучке популярного актера. Узнайте, как сложилась их жизнь, и примите решения, способные изменить ход событий. Судьба героев в ваших руках!



МИНИ-КУРС «ДЕНЬГИ В ДОМЕ»

Каждый месяц семья тратит на дом немало: коммуналка, капремонт, обслуживание и ремонт, интернет, платежи за аренду или ипотеку – и это далеко не все.

С 1 по 30 сентября в онлайн-игре «МыСчитаем» от ДОМ.РФ пройдет финальный мини-курс «Деньги в доме». Разберем:

- ежемесячные расходы на жилье,
- что такое ипотека,
- куда уходит 30-50% бюджета,
- помощь государства с покупкой жилья,
- выгоднее снимать или покупать,
- дополнительные расходы владельцев жилья.



Чем раньше разберетесь с семейными расходами, тем легче будет управлять личными деньгами.

Среди участников разыгрываются призы: Apple AirPods 4, сертификаты на технику и маркетплейсы, массажер и мерч ДОМ.РФ.

Присоединяйтесь по QR-коду.

МАСТЕРСКАЯ ПРОФОРИЕНТАЦИОННЫХ ИГР



Присоединяйтесь к проекту как наставник или участник команды! Пройдите обучение, разработайте свою игру и представьте ее на Межрегиональном фестивале «Маршрут из детства в профессию».

Проект реализуется на базе Юго-Восточной детской железной дороги и Центра знаний «Интеллектика» при поддержке Правительства Воронежской области и АНО «Образ Будущего».

Что вас ждет?

- Образовательный модуль – осваивайте основы игрового дизайна и специфику профориентационных игр в очном и дистанционном формате.
- Практический модуль – создавайте полноценные прототипы настольных игр, отражающих разные профессиональные сферы.
- Межрегиональный фестиваль в ВДЦ «Океан» – представьте свою игру на итоговом событии.



Условия участия
и регистрация



Информационный
канал Мастерской
в Max

Изучайте условия и регистрируйтесь по QR-коду.

НАВЫКИ ДЛЯ ЖИЗНИ

«Навыки для жизни» – это коллекция готовых подсказок и чек-листов на случай, когда важно знать, как правильно поступить: позаботиться о своей безопасности, избежать рискованных ситуаций или воспользоваться доступными возможностями. Открывайте нужную тему, сохраняйте инструкции и делитесь ими с участниками первичного отделения – пусть полезная информация всегда будет под рукой.



Навыки
для жизни



Чек-лист
антинаркотической
безопасности (12+)

КВИЗЫ ПЕРВЫХ

Проверьте себя и свою команду в игровом формате: разберитесь в кибербезопасности, финансах и психологической безопасности или откройте для себя современный мир сельского хозяйства. Устройте квиз в первичном отделении, разделитесь на команды и выясните, кто не только знает больше, но и лучше умеет применять знания в разных ситуациях.



Методические
рекомендации



КиберКвиз



Финансовый квиз



Квиз
по психологической
безопасности

ШКОЛА КИБЕРБЕЗОПАСНОСТИ ПЕРВЫХ

«Школа кибербезопасности Первых» – сделайте цифровой мир безопаснее для себя и окружающих: научитесь распознавать интернет-угрозы и защищать личные данные.

Присоединяйтесь к проекту, используйте готовые чек-листы и плакаты и делитесь правилами цифровой безопасности с участниками своего первичного отделения. Перейти в «Школу кибербезопасности Первых»



Чек-листы и плакаты



Регистрация

ПУШКИНСКАЯ КАРТА

Проверьте свой культурный уровень с помощью чек-листа безопасного использования Пушкинской карты.



Чек-лист
Пушкинской карты

ИГРЫ ПЕРВЫХ

Игры Первых – отличный повод собрать команду и превратить встречу первичного отделения в соревнование, где новые знания появляются прямо в процессе игры. Выбирайте тему по настроению: проверяйте знание флагов, открывайте мир профессий или тренируйтесь принимать правильные решения в ситуациях, связанных с безопасностью.



Игра
«Первые. Флаги»



Игра «Первые.
Шаг в профессию»



Игра «Команда
безопасности Первых»

АЗБУКА ПЕРВЫХ

«Азбуки Первых» помогают участникам первичного отделения разобраться в важных для повседневной жизни темах: финансах, кибербезопасности, психологическом благополучии, правилах дорожного движения и правовой грамотности, а также познакомиться с современными агропрофессиями.

Используйте материалы Азбук для самостоятельного изучения, тематических встреч и занятий в первичном отделении – обсуждайте ситуации, находите решения и применяйте полученные знания на практике. Переходите по QR-кодам, скачивайте и размещайте в пространстве Движения вашего первичного отделения.



Азбука финансовой
грамотности



Азбука
кибербезопасности



Азбука психологической
безопасности



Азбука
агропрофесий



Азбука дорожной
безопасности



Азбука правовой
безопасности

РАСКРАСКИ ПЕРВЫХ

Знакомьтесь с историей первопроходцев и символами Победы, исследуйте профессии и изучайте правила кибербезопасности через творчество.

Выбирайте интересную тему, раскрашивайте сами или устройте творческую встречу в первичном отделении, а готовые работы превратите в выставку.



Раскраска
«Первопроходцы»



Раскраска
«Кем я хочу быть?»



Раскраска
«Кибербезопасность»



Раскраска
«Символы Победы»

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И СПОРТ

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ «ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ»

Присоединяйтесь к проекту, проходите интерактивный симулятор «Не бойся спасать жизни» и осваивайте алгоритмы первой помощи, которые помогут уверенно действовать в экстренной ситуации. Зарегистрироваться и принять участие можно по QR-коду



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В космосе тоже есть спортзал! Астронавты на Международной космической станции регулярно занимаются на беговой дорожке, велотренажере и специальном силовом тренажере? Без нагрузки в невесомости мышцы и кости начинают слабеть.

2 МОЯ КОРЗИНА ★★☆☆

Не всегда от того, насколько продукт дорогой, зависит качество питания. Куда важнее – присутствие комбинации важных питательных элементов – белков, жиров и сложных углеводов!

Вместе со взрослыми загляните в семейную продуктовую корзину: выберите 10 продуктов, которые вы часто покупаете, узнайте их стоимость и посчитайте, каковы расходы на них в месяц. Разделите продукты на группы – например, овощи и фрукты, крупы, молочные продукты, мясо или рыбу и подумайте, что еще помогает сделать вашу корзину разнообразной. Попробуйте собрать свой вариант полезной продуктовой корзины, не увеличивая ее стоимость. Покажите результат друзьям и родным и сравните, какие продукты попали бы в их семейную корзину!

1 СОБЕРИТЕ КОМАНДУ ЗДОРОВЬЯ ★★☆☆

Если бы вас попросили на телепередаче выявить трех супергероев из числа фруктов – кого бы вы выделили и почему?

Фрукты – источник полезной клетчатки и витаминов, но мало кто знает, какую пользу в действительности несет добавление 1 фрукта в ваш дневной рацион. Выберите любимый осенний фрукт или овощ, придумайте ему геройское имя и узнайте один интересный факт о нем, а затем познакомьте со своим героем участников вашего первичного отделения – нарисуйте плакат и разместите его при помощи куратора в столовой или в пространстве Движения Первых в первичном отделении.

Вместе выберите еще четыре полезные привычки для бодрого учебного дня – например, пить воду, двигаться на переменах, завтракать или вовремя отдыхать – и соберите свою «Пятерочку здоровья». Нарисуйте пять героев и оформите их суперсилы на общем плакате с хештегом **#5питание**. Покажите свою команду друзьям и родным и предложите им выбрать супергероя здоровья, которого они готовы взять в свою команду!

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 некоторых заданиях, а также с хештегами:

**#ВызовПервых #ЗдоровыйПерекус
#КалендарьПервых**



ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И СПОРТ

3 НОСОВОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ: ЧТО ДЕЛАТЬ? ★★☆☆

Каждый из вас может помочь в беде, если знает верную последовательность действий. Освойте ее, и многие будут вам благодарны!

Посмотрите тематический урок по первой помощи по QR-коду и вместе со взрослым разберитесь, что нужно делать, если у друга пошла кровь из носа.

Запомните правильный порядок действий и обязательно узнайте, когда нужно обратиться за помощью к взрослому. Пройдите тестирование и проверьте, насколько хорошо вы усвоили правила. Расскажите друзьям и родным, чему научились, и проверьте, знают ли они правильный алгоритм.



4 ПРЫЖКОВОЕ ПРИКЛЮЧЕНИЕ ★★★★★

Приготовьтесь вместе с друзьями пройти четыре прыгучих испытания и проверить свою ловкость и выносливость, а заодно и хорошенько повеселиться в перерывах между занятиями!

Выполняйте четыре задания по 30 секунд: прыгайте, поднимая колени к груди, превратитесь в «лягушек» и прыгайте вперед из приседа, попрыгайте на каждой ноге по 15 секунд, а затем перепрыгивайте вперед-назад через воображаемую линию. Отдыхайте по 15 секунд между упражнениями и постарайтесь пройти 3 круга, сохраняя аккуратные движения и мягкое приземление. Если почувствуете боль или сильную усталость, остановитесь и сообщите взрослому.

Позовите друзей и родных в свое прыжковое приключение и поделитесь, какое испытание оказалось для вас самым веселым!



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 с хештегами:

**#ВызовПервых #ЗдоровыйПерекус
#КалендарьПервых**



ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И СПОРТ

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ «ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ»

Присоединяйтесь к проекту, проходите интерактивный симулятор «Не бойся спасать жизни» и осваивайте алгоритмы первой помощи, которые помогут уверенно действовать в экстренной ситуации. Зарегистрироваться и принять участие можно по QR-коду



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Есть спорт, во время которого зрители должны молчать.

В паралимпийском голболе внутри мяча находятся колокольчики, по звуку которых спортсмены с нарушением зрения определяют его положение, поэтому во время игры зрителей просят соблюдать тишину.

1 РЕВИЗОР РОЮКАКА ★☆☆

По вашему рюкзаку можно определить, насколько вы готовы к активному и здоровому дню – устройте ему настоящую проверку!

Выложите содержимое рюкзака и устройте ревизию: найдите вещи, которые помогают заботиться о себе в течение учебного дня, – например, бутылку для воды, полезный перекус или спортивную форму. Разделите находки на три категории: «точно нужно», «можно заменить на более удобное или многоразовое» и «ношу зря», а затем соберите свою улучшенную версию рюкзака для активного дня. Сделайте фото «до/после» или составьте чек-лист из 5 вещей, которые пригодятся вам для учебы, движения и заботы о здоровье. Проведите такую ревизию вместе с друзьями и родными и сравните, какие полезные вещи всегда есть в ваших рюкзаках!



2 ВИЖУ ФИНИШ! ★☆☆

Почему на последних метрах дистанции иногда вдруг находятся силы, хотя минуту назад казалось, что вы уже устали?

Проведите спортивный эксперимент: выберите небольшое испытание – пробежку, прогулку быстрым шагом, серию упражнений или другую привычную вам активность – разделите его на старт, середину и финиш и на каждом этапе оцените свою усталость и желание продолжать по шкале от 1 до 10. Сравните результаты и проверьте, появился ли ближе к цели новый заряд мотивации – проявился ли у вас «эффект финишной прямой», а затем вспомните, случалось ли подобное в учебе или обычных делах. Подумайте, как использовать этот эффект себе на пользу: например, разбивать большую цель на несколько маленьких «финишей» и отмечать каждый достигнутый этап. Расскажите о своем эксперименте в посте в социальных сетях и узнайте у своих подписчиков, когда у них открывается «второе дыхание».

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 с хештегами:

#ВызовПервых #ЗдоровыйПерекус
#КалендарьПервых



ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И СПОРТ

3 ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ: ОБМОРОК ★★☆☆

Вот вам неожиданный вопрос: что вы станете делать, если кто-то начнет терять сознание прямо на школьной линейке?

Посмотрите видеокурс по первой помощи и разберите алгоритм действий при обмороке: что нужно сделать в первую очередь, когда позвать взрослого и в каких случаях нужна экстренная помощь.

Превратите изученный алгоритм в простую инфографику «Что делать / Чего не делать», чтобы ее можно было понять за несколько секунд. Опубликуйте свою памятку с хештегом **#ПервыеПомогают**. Покажите ее друзьям и родным и проверьте, знают ли они правильный порядок действий.

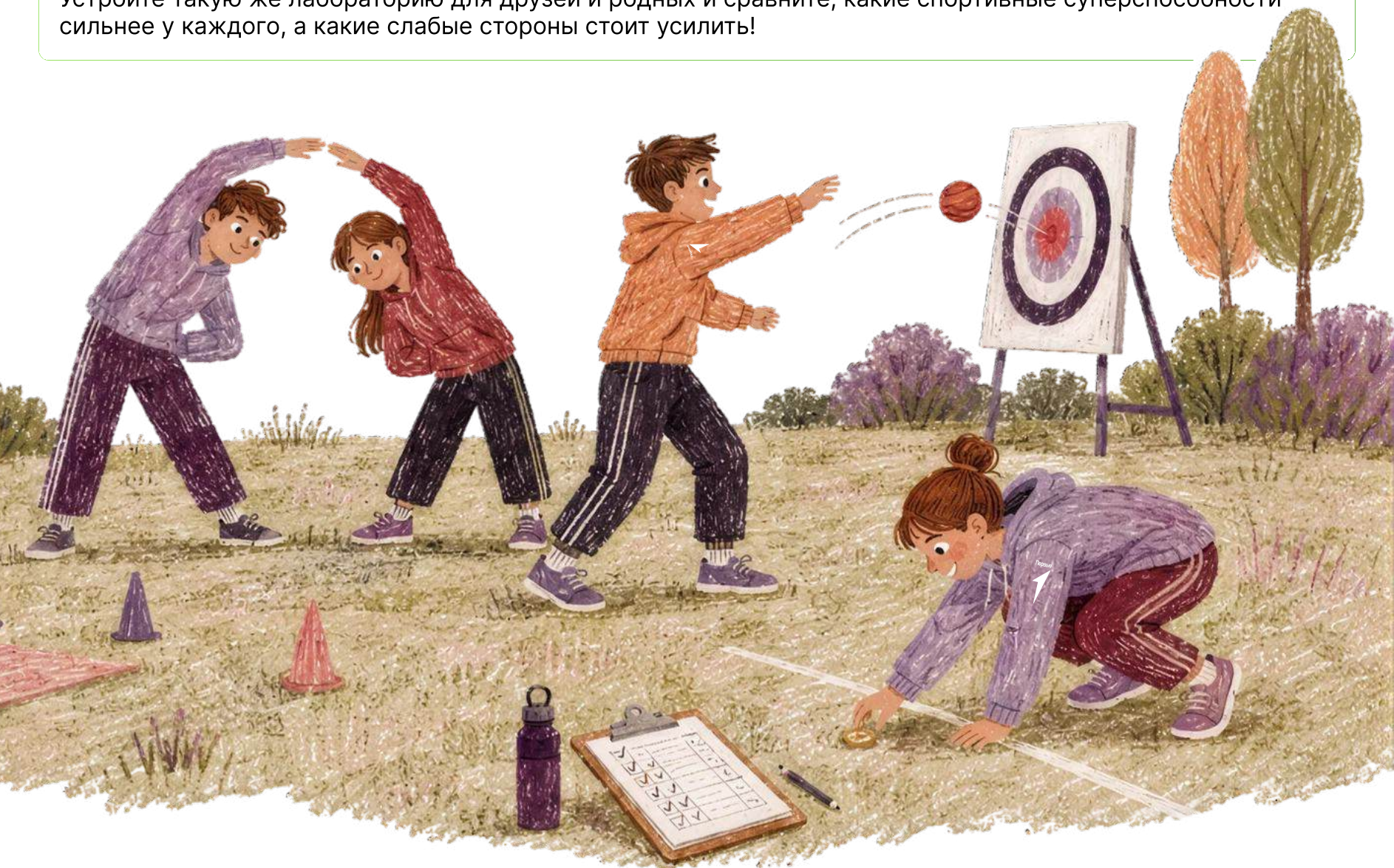


4 ЛАБОРАТОРИЯ ГТО ★★★★★

Тренировки вместе с друзьями – это результативный способ поддерживать бодрость духа и готовиться к спортивным достижениям (например, ГТО).

В течение месяца, пока позволяет погода, тренируйтесь на свежем воздухе вместе: выполните 3 подхода по 30 секунд «тихих прыжков», устройте 3 раунда командной «волны» из наклонов, сделайте 10 бросков мяча в цель и 3-5 раз попробуйте аккуратно достать предмет с пола, не сгибая колени. На каждой станции следите не только за результатом, но и за техникой: приземляйтесь мягко, считайте точные попадания и выполняйте растяжку только в комфортной амплитуде без боли. Запишите результаты четырех испытаний и определите свою сильную сторону, а затем выберите упражнение, которое хотите улучшить перед выполнением нормативов ГТО.

Устройте такую же лабораторию для друзей и родных и сравните, какие спортивные суперспособности сильнее у каждого, а какие слабые стороны стоит усилить!



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 с хештегами:

**#ВызовПервых #ЗдоровыйПерекус
#КалендарьПервых**



ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И СПОРТ

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ «ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ»

Присоединяйтесь к проекту, проходите интерактивный симулятор «Не бойся спасать жизни» и осваивайте алгоритмы первой помощи, которые помогут уверенно действовать в экстренной ситуации. Зарегистрироваться и принять участие можно по QR-коду



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Бессонная ночь может ударить по реакции раньше, чем по силе. В эксперименте со студентами-спортсменами одна ночь без сна существенно ухудшила время реакции, хотя показатели пиковой и средней анаэробной мощности статистически значимо не изменились.

1 СКОЛЬКО СТОИТ СПОРТ? ★★☆☆

Футбол, хоккей, теннис или автоспорт – попробуйте выяснить, какой вид спорта самый дорогой и почему.

Выберите 5-7 видов спорта и посчитайте стоимость старта в каждом: найдите цены на необходимую экипировку и инвентарь, добавьте расчет стоимости тренировок и аренды площадки. Сравните получившиеся суммы и составьте рейтинг от самого доступного до самого дорогого вида спорта, а затем найдите главный источник расходов в каждом из них. Оформите результаты в виде карточек, инфографики или короткого видео для социальных сетей. Покажите рейтинг друзьям и родным и предложите им угадать победителя до того, как они увидят ваши расчеты!

2 МАГИЯ УТРА ★★☆☆

Первые 30 минут после пробуждения могут задать ритм всему дню – проведите эксперимент и соберите свою формулу бодрого утра.

В течение недели протестируйте три утренние привычки: меняйте мелодию будильника, проводите первые 20-30 минут без телефона и после пробуждения ненадолго открывайте шторы или выходите к дневному свету. Каждый день оценивайте по шкале от 1 до 10 три показателя – насколько легко вы проснулись, какое у вас настроение и насколько хорошо получается сосредоточиться на первых занятиях. В конце недели сравните результаты и соберите из работающих привычек собственный утренний ритуал. Предложите друзьям и родным провести такой же эксперимент вместе с вами и сравните ваши формулы бодрого утра! Не забудьте отразить ваши рекомендации на доске информации первичного отделения, чтобы другие ребята могли воспользоваться вашими рекомендациями и настроить свой день на нужный лад!



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 с хештегами:

#ВызовПервых #ЗдоровыйПерекус
#КалендарьПервых



ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И СПОРТ

3 ПРИСТУП: НЕ РАСТЕРЯЙТЕСЬ ★★☆☆

В экстренной ситуации важно иметь четко отработанную тактику и сохранять спокойствие.

Вместе с участниками вашего первичного отделения изучите действующие протоколы действий при судорожном приступе и зафиксируйте необходимые действия: обеспечьте человеку безопасное пространство, защитите голову от травм, засекайте время, после прекращения судорог при необходимости помогите принять безопасное положение и вызовите экстренную помощь в ситуациях, когда она требуется. Отдельно соберите «стоп-лист» опасных действий: человека нельзя удерживать силой или пытаться разжимать ему зубы и помещать предметы в рот.

Превратите получившийся алгоритм в понятный пост или карточки «Можно / Нельзя» и опубликуйте их с хештегом **#ПервыеПомогают** в социальных сетях и проверьте с помощью механик комментирования, какие мифы о помощи при приступе ваши подписчики раньше считали правдой.

4 ДЕРЖИТЕ ТЕХНИКУ! ★★★

Начало учебного года – еще один шанс взять под контроль свой внешний вид и повысить выносливость. Поддержка друзей в деле заведения новой привычки пробудит мотивацию вести физическую активность на постоянной основе.

На протяжении месяца вместе пробуйте проходить короткие круговые тренировки по 3 раунда силовой связки с паузами 10-15 секунд между упражнениями: 12 приседаний с задержкой на 2 секунды внизу, 8-10 отжиманий от пола или скамьи, 8-10 подъемов ног в висе и 30 секунд планки. Следите за техникой: если движения становятся неточными, снизьте темп или выберите более простой вариант упражнения – качество здесь важнее количества. После каждого раунда оцените свою усталость по шкале от 1 до 10 и определите, на каком упражнении сложнее всего сохранять правильную технику.

Пробуйте держать темп тренировок вместе и делитесь своими результатами и наблюдениями в социальных сетях!



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 с хештегами:

**#ВызовПервых #ЗдоровыйПерекус
#КалендарьПервых**



ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И СПОРТ

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ «ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ»

Присоединяйтесь к проекту, проходите интерактивный симулятор «Не бойся спасать жизни» и осваивайте алгоритмы первой помощи, которые помогут уверенно действовать в экстренной ситуации. Зарегистрироваться и принять участие можно по QR-коду



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Регулярные тренировки влияют не только на мышцы, но и мозг. В исследовании молодых взрослых 18-35 лет улучшение кардиореспираторной выносливости после 12 недель тренировок было связано с увеличением объема отдельных участков гиппокампа – области мозга, участвующей в работе памяти.

1 СПОРТ БЕЗ ФИЛЬТРОВ



За минутным победоносным выступлением спортсмена стоят сотни часов работы, которые зритель никогда не увидит.

Выберите спортсмена, тренера или другого специалиста спортивной индустрии и найдите один эпизод из его реальной профессиональной жизни, который разрушает стереотипы о спорте: ранняя тренировка, восстановление, работа после поражения, подготовка команды или борьба с собственным сомнением. Превратите его в короткий видеоролик на 30-60 секунд: придумайте сюжет с завязкой и финалом, распределите роли, подберите реквизит и снимите историю на смартфон. Смонтируйте ролик так, чтобы зритель понял не только то, что делает герой, но и какие привычки, знания и личные качества помогают ему сохранять форму и добиваться результата. Договоритесь о размещении вашего ролика как социальной рекламы на местном телевидении, в официальных группах крупных локальных пабликов или на экранах стадионов, образовательных учреждений вашего населенного пункта. Станьте первыми популяризаторами спорта в вашем сообществе!

2 КОМАНДА ДОНОРОВ



Здоровый образ жизни – это не только забота о себе: вы можете сохранять свое здоровье, помогая другим.

Свяжитесь со станцией переливания крови и вместе со специалистами организуйте в колледже или вузе информационную встречу о донорстве и условиях допуска к сдаче крови. Соберите команду минимум из 10 совершеннолетних потенциальных доноров, которые соответствуют установленным медицинским требованиям, и при возможности организуйте выездную донорскую акцию при участии медицинской организации. Подготовьте фоторепортаж о проекте и расскажите, как образ жизни, ответственное отношение к здоровью и медицинские требования связаны с донорством, опубликовав материал с хештегом **#ПервыеПомогают**. Поделитесь результатами с друзьями и родными – возможно, ваш пример мотивирует кого-то внимательнее относиться к своему здоровью и узнать больше о донорстве.



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 с хештегами:

**#ВызовПервых #ЗдоровыйПерекус
#КалендарьПервых**



ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И СПОРТ

3 ВЗЛОМ СНА ★★☆☆

Сон – часть системы восстановления: проведите недельный эксперимент и выясните, какие привычки действительно помогают вам чувствовать себя бодрее.

В течение 7 дней ведите трекер сна: фиксируйте время засыпания и пробуждения, продолжительность сна, вечернюю физическую активность, использование гаджетов перед сном и уровень бодрости после пробуждения по шкале от 1 до 10. Каждый день меняйте только один фактор – например, время отхода ко сну, вечерний ритуал, проветривание комнаты или отказ от экрана перед сном – и наблюдайте, как меняется ваше самочувствие. В конце недели сравните результаты, найдите закономерности и составьте собственный «протокол восстановления» из 3-5 правил, которые сработали для вас.

Устройте с друзьями или родными обмен результатами и сравните, какие привычки оказались эффективными у разных людей.



4 ТРИ ДНЯ НА ПРОКАЧКУ ★★★

Три тренировки, три уровня сложности и один соперник – ваша вчерашняя версия.

Пройдите трехдневный круговой челлендж: в первый день выполните 2 круга по 30 секунд – приседания, планка и прыжки с отдыхом 15 секунд; во второй увеличьте работу до 40 секунд и пройдите уже 3 круга. В третий день поставьте таймер на 10 минут и повторяйте цикл: 10 приседаний, 8 отжиманий от стены или скамьи, 30 секунд планки и 15 прыжков, оставляя между блоками 10-15 секунд на восстановление; сохраняйте технику и остановитесь при боли или плохом самочувствии. Зафиксируйте результат каждого дня, самочувствие и сложность тренировки по шкале от 1 до 10 – сравните, как организм реагирует на увеличение нагрузки.

Предложите друзьям и родным пройти этот челлендж вместе и сравните не количество повторений, а свой прогресс от первого дня к третьему.



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 с хештегами:

#ВызовПервых #ЗдоровыйПерекус
#КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ «КАСТИНГИ ПЕРВЫХ»

Подавайте свою творческую работу до 10 сентября 2026 года и заявите о своем вокальном таланте на всю страну.



НОМИНАЦИЯ «ДИДЖЕЙ ПЕРВЫХ»

Создавайте музыку, экспериментируйте со звуком и подавайте свою творческую работу с 11 сентября по 8 октября 2026 года



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Античные статуи не всегда были белыми. Многие древнегреческие и древнеримские скульптуры первоначально были ярко раскрашены, а следы пигментов на них сегодня обнаруживают с помощью современных методов исследования.

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ «ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА» 2026-2027 ГГ.

Станьте частью главного театрального проекта Движения Первых: зарегистрируйте свой школьный театр или подайте индивидуальную заявку на участие в 7-м сезоне по QR-коду.



1 КТО СОЗДАЕТ КУЛЬТУРУ? ★★☆☆

За книгой, спектаклем или мультфильмом скрывается работа целой команды – попробуйте распутать цепочку профессий!

Выберите профессию из мира культуры – например, актера, писателя, художника или музыканта – и по очереди называйте тех, кто помогает ему создавать результат, каждый раз объясняя связь: «Актеру помогает режиссер, потому что...». Постарайтесь собрать цепочку минимум из 7 профессий, а затем устройте суперраунд – начните с музея, театра, фильма или концерта и попробуйте найти самые неожиданные профессии, без которых он не смог бы существовать. Нарисуйте получившуюся цепочку и отметьте профессию, которую раньше не знали, но теперь захотели изучить подробнее. Покажите свою находку друзьям и родным и предложите им добавить еще одно звено в вашу культурную цепочку!

#КнижныйКлубПервых



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 указывать:

#КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО

2 КОД СКАЗОК ★★☆☆

В старинных сказках можно встретить слова, которые сегодня звучат почти как волшебные заклинания, – сможете разгадать их значение?

Найдите вместе со взрослым и друзьями в первичном отделении 5-7 необычных старинных слов из русских сказок и былин – например, «чело», «десница», «ланиты» – узнайте их значение и придумайте для каждого вопрос с тремя вариантами ответа. Добавьте к вопросам любимых фольклорных героев и оформите викторину «Тайный язык сказок» на карточках или проведите ее для одноклассников, друзей и родных. За каждый правильный ответ начисляйте один «сказочный ключ», а в конце определите главного знатока старинных слов. Поделитесь успехами с друзьями и родными и предложите им найти еще одно загадочное слово для продолжения вашей викторины!

#КнижныйКлубПервых

3 ДОМАШНИЙ ОРКЕСТР ★★☆☆

Оказывается, музыка прячется даже в самых обычных вещах – нужно только научиться ее слышать!

Найдите дома вместе со взрослым 3 безопасных предмета, которые интересно звучат, – например, ложку, коробку или шуршащую бумагу – и придумайте каждому звуку название: звонкий, глухой, шуршащий, тихий или громкий. Попробуйте соединить звуки в свой ритм и запишите на телефон музыкальный фрагмент длиной 10-15 секунд, используя все три «инструмента». Дайте своей композиции название и устройте друзьям и родным игру «Угадайте инструмент», не показывая, какими предметами вы создавали звуки. Поделитесь успехами и предложите зрителям найти еще один необычный домашний инструмент для вашего оркестра!

#ЗвучиКакПервые

**4 КОГДА ШКОЛА ПРЕВРАЩАЕТСЯ В ТЕАТР** ★★★★★

Представьте, что сегодня все вокруг может стать частью спектакля: звонок умеет радоваться, книги оживают, а первый школьный день можно сыграть заново!

На перемене или в перерыве между занятиями вместе с друзьями пройдите три актерских испытания: превратитесь в школьный звонок и меняйте голос от едва слышного до празднично-громкого, затем станьте заботливым библиотекарем и без слов покажите, как бережно обращаетесь с разными книгами. В финале вспомните или представьте свой первый школьный день и разыграйте маленькую сцену – букет в руках, музыка, множество людей, осенний воздух и ваше волнение, удивление или радость. Покажите этюды друг другу и выберите самые выразительные моменты, а затем поделитесь успехами с друзьями и родными и попробуйте сыграть одну из сцен уже для них!

#ШкольнаяКлассика



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 указывать:

#КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ «КАСТИНГИ ПЕРВЫХ»

Подавайте свою творческую работу до 10 сентября 2026 года и заявите о своем вокальном таланте на всю страну.



НОМИНАЦИЯ «ДИДЖЕЙ ПЕРВЫХ»

Создавайте музыку, экспериментируйте со звуком и подавайте свою творческую работу с 11 сентября по 8 октября 2026 года



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Ремесло может официально оказаться под угрозой исчезновения. В 2025 году в список нематериального наследия, нуждающегося в срочной охране, вошли 11 традиций, среди них изготовление народных музыкальных инструментов, керамики, текстиля, деревянных лодок и традиционной соли.

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ «ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА» 2026-2027 ГГ.

Станьте частью главного театрального проекта Движения Первых: зарегистрируйте свой школьный театр или подайте индивидуальную заявку на участие в 7-м сезоне по QR-коду.



1 ПОКАЖИТЕ КУЛЬТУРУ СВОЕГО РЕГИОНА ★★☆☆

Что отличает культуру вашего региона от десятков других и как рассказать о ней без длинной лекции? Выберите один яркий культурный образ – традиционный костюм, песню, танец, ремесло, произведение искусства или местную достопримечательность – и представьте его через фотографию, рисунок или короткое видео. Опубликуйте свою творческую работу в социальных сетях с хештегом **#ТавридаФестиваль2026** и отметьте «Тавриду» @tavrida_art, чтобы познакомить других с культурой своей малой родины.

Задание от ТАВРИДА•АРТ

2 КТО УПРАВЛЯЕТ ФАБРИКОЙ? ★★☆☆

За каждой футболкой, курткой или парой джинсов стоит целая команда – попробуйте найти человека, который превращает работу этой команды в единый механизм!

Представьте швейное производство: нужно решить, как изготовить вещь, сколько времени займет работа, какие способы обработки выбрать и как сохранить качество всей партии – кто отвечает за эти задачи: мастер участка, технолог швейного производства, бухгалтер или начальник охраны? Проверьте свой ответ в приложении «Игра Первых», познакомьтесь с профессией технолога швейного производства и найдите еще один неожиданный факт о современных технологиях в легкой промышленности. Затем представьте, что вы сами стали технологом, и вместе с друзьями обсудите, какое изменение вы бы привнесли, чтобы оно помогло фабрике выпускать одежду быстрее, качественнее или экологичнее. Поделитесь своим открытием в социальных сетях и узнайте, какие современные профессии в мире моды и производства интересны вашим подписчикам.



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 указывать:

#КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО

3 ФОЛЬКЛОРНАЯ ВСЕЛЕННАЯ ★★☆☆

Маадай-Кара – это алтайский героический эпос. Почти у каждого народа России есть свой. Сколько удивительных героев, чудовищ и приключений скрывается в фольклоре разных народов?

Начните с «Маадай-Кара», а затем найдите еще 3-5 эпических произведений и сказаний разных народов – например, «Аламжи Мэргэн молодой и его сестрица Агуй Гохон», «Гэсэр», «Джангар», сказания о нартах или русские былины – и выберите в каждом самый неожиданный сюжет, героя или фантастическое испытание. Создайте серию карточек по формуле «Каков сюжет? Кто герой? Что произошло? Почему стоит прочитать?» и обязательно добавьте ссылку на легальный публичный источник, где можно продолжить знакомство с произведением. Для поиска ссылок на оцифрованные фольклорные и эпические произведения используйте запрос «Коллекция „Калевалы“ Национальной библиотеки Республики Карелия» (или любой другой на ваше усмотрение). Опубликуйте свою «фольклорную вселенную» в социальных сетях первичного отделения и поделитесь ею с друзьями и родными – предложите им выбрать историю, которую стоит исследовать следующей.

#КнижныйКлубПервых

4 ЗВУКИ УТРА В ДЕРЕВНЕ ★★☆☆

Представьте, что сегодня все вокруг может стать частью спектакля: звонок умеет радоваться, книги оживают, а первый школьный день можно сыграть заново!

На перемене или в перерыве между занятиями вместе с друзьями пройдите три актерских испытания: превратитесь в школьный звонок и меняйте голос от едва слышного до празднично-громкого, затем станьте заботливым библиотекарем и без слов покажите, как бережно обращаетесь с разными книгами. В финале вспомните или представьте свой первый школьный день и разыграйте маленькую сцену – букет в руках, музыка, множество людей, осенний воздух и ваше волнение, удивление или радость. Покажите этюды друг другу и выберите самые выразительные моменты, а затем поделитесь успехами с друзьями и родными и попробуйте сыграть одну из сцен уже для них!

#ЗвучиКакПервые

5 ПРОКАЧАЙТЕ СЦЕНУ ★★☆☆

До праздника осени и других тематических фестивалей сезона осталось совсем немного – пора проявить смекалку и придумать новые способы удивлять публику!

На встречах вашей творческой группы начинайте с классических театральных упражнений: в парах «вылепливайте» друг из друга персонажей и оживляйте их; соберите воображаемый оркестр из 5-6 человек и попробуйте без слов следовать командам своего дирижера; используя только три стула и один платок, за 10 минут придумайте мини-спектакль «Первый день в новой школе» с сюжетом, героями и неожиданным финалом. Уверяем вас: в результате выполнения упражнений вы сможете найти идею для новой постановки. Что это будет: пантомима? Флиаки? Соти? Проявляйте фантазию и вперед!

#ШкольнаяКлассика



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 указывать:

#КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ «КАСТИНГИ ПЕРВЫХ»

Подавайте свою творческую работу до 10 сентября 2026 года и заявите о своем вокальном таланте на всю страну.



НОМИНАЦИЯ «ДИДЖЕЙ ПЕРВЫХ»

Создавайте музыку, экспериментируйте со звуком и подавайте свою творческую работу с 11 сентября по 8 октября 2026 года



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Музейная реставрация сегодня находится на стыке искусства и науки. Для исследования картин специалисты используют ультрафиолет, микроскопы, рентген и инфракрасное излучение – эти методы помогают определить материалы, историю изменений и иногда авторство произведения.

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ «ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА» 2026-2027 ГГ.

Станьте частью главного театрального проекта Движения Первых: зарегистрируйте свой школьный театр или подайте индивидуальную заявку на участие в 7-м сезоне по QR-коду.



1 ТОП-5 ВОЗМОЖНОСТЕЙ ОТ «ТАВРИДЫ» ★★☆☆

Творческая профессия начинается не только с таланта, но и с возможностей его проявить – найдите те, которые подходят именно вам. Изучите сайт и социальные сети «Тавриды», выберите 5 наиболее интересных возможностей – образовательных программ, конкурсов, грантов, творческих сообществ или других проектов – и кратко объясните, чем каждая из них может быть полезна для вашего развития. Оформите личный топ-5 в социальных сетях, отметьте друзей, которым он может пригодиться, добавьте хештег #ТавридаЛюбовь и отметьте @tavrida_art.

Задание от ТАВРИДА^АРТ

2 ПЕРЕСБОРКА РУССКОГО СТИЛЯ ★★☆☆

Представьте, что вам как дизайнеру заказали модный образ, в котором русский культурный код должен выглядеть свежо и актуально, а не превращаться в костюм из прошлого.

Изучите элементы русского народного костюма разных регионов – силуэты, крой, орнаменты, вышивку, головные уборы и украшения – и выберите 2-3 детали для современной стилизации. Создайте 3 образа (например для учебы, прогулки и вечернего выхода), используя обычную современную одежду и переосмысливая выбранные элементы без буквального копирования костюма. Оформите разработки как наброски, коллажи или реальные образы. Поделитесь фото в социальных сетях и кратко расшифруйте культурный код каждого образа: откуда взят элемент, и как вы актуализировали архаичный облик. Предложите подписчикам выбрать образ, который они действительно готовы носить.



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 указывать:

#КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО

3 ДОБАВЬТЕ КРАСОК ★★☆☆

Представьте обычную перемену, которая за несколько секунд превращается в современное представление с русским фольклорным кодом.

Соберите команду и придумайте флешмоб на 10-15 минут: выберите народную песню или ее современную обработку, придумайте простое повторяющееся движение и сценарий, по которому к первым 2-3 участникам постепенно присоединяются остальные, вовлекая зрителей. Добавьте узнаваемую фольклорную деталь – орнамент, платок, ленту, элемент хоровода или народного танца. Заранее распределите роли, подготовьте колонку, реквизит и человека, который снимет происходящее с нескольких ракурсов. Завершите флешмоб общим движением или финальным кадром и смонтируйте динамичный ролик, показав, как пространство первичного отделения на несколько минут изменилось благодаря народной культуре. Опубликуйте результат в социальных сетях и предложите другому первичному отделению или классу (группе) повторить ваш флешмоб и передать его дальше.

#ШкольнаяКлассика

4 СЛОВАРЬ, КОТОРЫЙ ЗВУЧИТ ★★★

Причитание, распев, подголосок – сможете услышать их в существующих композициях?

Соберите глоссарий из 15 терминов этномузыкологии и для каждого создайте карточку: название, понятное определение, пример и контекст, в котором этот музыкальный прием или явление использовалось. К 5 самым интересным терминам найдите аудио – или видеопримеры народной музыки и добавьте QR-коды или ссылки, чтобы ваш словарь можно было не только читать, но и слушать. Устройте музыкальный квиз для друзей из вашей первички: включайте фрагменты и предложите определить, какой термин из вашего глоссария они слышат. Поделитесь «звучащим словарем» в социальных сетях и проверьте, какие элементы народной музыки ваши подписчики смогут узнать после вашего квиза.

#ЗвучиКакПервые



5 РЕЖИМ «СЦЕНА» ★★★

До выхода на сцену осталось совсем немного – устройте актерскую разминку и проверьте, насколько хорошо вы управляете эмоциями, телом и фантазией.

Вместе с вашей командой пройдите три испытания: сыграйте заданную эмоцию только мимикой, проживите «внутренний монолог» героя в стрессовой ситуации, а затем выполните простое действие в четком ритме «раз – два – три», контролируя каждое движение. После разминки объединитесь в команды по 5-6 человек и за 15 минут превратите произведение из школьной программы в концепцию современного спектакля: выберите жанр, героев, придумайте короткий синопсис, сценографию и музыку. Представьте идею «художественному совету», а зрители пусть выберут проекты в номинациях «Хочу увидеть на сцене», «Самая неожиданная трактовка» и «Лучшее визуальное решение». Поделитесь результатами с подписчиками в социальных сетях и расскажите, какое из упражнений помогло вам почувствовать себя увереннее перед выступлением.

#ШкольнаяКлассика



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 указывать:

#КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ «КАСТИНГИ ПЕРВЫХ»

Подавайте свою творческую работу до 10 сентября 2026 года и заявите о своем вокальном таланте на всю страну.



НОМИНАЦИЯ «ДИДЖЕЙ ПЕРВЫХ»

Создавайте музыку, экспериментируйте со звуком и подавайте свою творческую работу с 11 сентября по 8 октября 2026 года



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Креативные индустрии – заметная часть мировой экономики.

По данным UNESCO, культурные и креативные индустрии создают около 3,39% мирового ВВП и обеспечивают в среднем 3,55% рабочих мест.

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ «ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА» 2026-2027 ГГ.

Станьте частью главного театрального проекта Движения Первых: зарегистрируйте свой школьный театр или подайте индивидуальную заявку на участие в 7-м сезоне по QR-коду.



1 МОЙ МЕРЧ – МОЙ ТВОРЧЕСКИЙ ХАРАКТЕР ★★☆☆

Мерч может быть не просто сувениром, а способом рассказать о своих идеях, эстетике и творческой идентичности. Придумайте предмет, который мог бы стать вашим авторским продуктом, – от одежды и аксессуаров до нестандартного объекта – определите его идею, аудиторию и визуальный образ, а затем создайте концепт с помощью ИИ. Опубликуйте результат в социальных сетях, коротко раскройте заложенную идею, добавьте хештег **#ТавридаАртМолодость** и отметьте @tavrida_art.

Задание от ТАВРИДА•АРТ

2 МИФЫ В ИНТЕРЬЕРЕ ★★☆☆

Что получится, если герои славянской мифологии покинут старые предания и станут частью современного пространства?

Выберите 2-3 мифологических образа из героического эпоса народов России, изучите их происхождение, характерные черты и символику, а затем придумайте, как переосмыслить их в современном интерьере пространства первичного отделения – например, через декоративный светильник, панно, арт-объект, орнамент или необычную систему навигации. Создайте эскиз одного объекта и объясните дизайнерскую логику: какой образ вы выбрали, какие его черты сохранили и как сделали отсылку узнаваемой без буквального изображения персонажа. Соберите идеи команды в концепцию «Мифология нового поколения» и выберите объект, который действительно можно изготовить и разместить в пространстве. Опубликуйте образ получившегося интерьерного элемента в социальных сетях и предложите подписчикам угадать, какой мифологический образ зашифрован в вашем дизайне.



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 указывать:

#КалендарьПервых



3 ФОЛЬКЛОРНЫЙ НАВИГАТОР

В сказках, былинах, песнях и традициях живет культурный код народа, и только прочувствовав его на себе, можно назвать себя патриотом. Помогите младшему поколению удивиться величию и глубоким смыслом фольклора!

Найдите и изучите 3 бесплатных онлайн-ресурса о народном творчестве и выделите, какой его аспект представлен там лучше всего: сказки, былины, лекции, архивные материалы, музыку или другой контент. Например, исследуйте раздел о фольклоре на Arzamas, цифровые коллекции Президентской библиотеки и найдите третий ресурс самостоятельно, оценив каждый по уровню достоверности, удобству использования и привлекательности материалов. Составьте из находок «Карту фольклорных ресурсов»: добавьте ссылки, короткие рекомендации «зачем сюда заходить» и выберите свой ресурс № 1. Поделитесь навигатором в социальных сетях, создайте гиды и распространите их в первичных отделениях муниципалитета или региона. Так вы попробуете себя в роли популяризаторов, а молодое поколение откроет для себя новое знание.

#КнижныйКлубПервых

4 ТРАДИЦИЯ В ОБЪЕКТИВЕ

Если бы вы были редакцией всемирно известного модного журнала и задумали съемку о народном костюме – каким бы вы показали традиционный облик современной аудитории?

Изучите костюмную традицию одного региона России: найдите характерные силуэты, головные уборы, орнаменты, материалы и украшения, а затем выберите 2-3 элемента, вокруг которых постройте визуальную концепцию съемки. Соберите команду, придумайте идею, локацию, свет, позы и стилизацию и проведите фотосессию, используя подлинный костюм, реконструкцию или современные вещи с корректно воспроизведенными традиционными элементами. Отберите 5-7 кадров и оформите их как журнальную модную историю с названием и коротким текстом о том, какие культурные коды вы использовали и почему. Опубликуйте фотосерию в социальных сетях и предложите подписчикам определить, какие детали народного костюма стали основой вашей современной стилизации.

#ШкольнаяКлассика

5 РАСКОДИРУЙТЕ НОВЫЙ ФОЛК

Если вы искали тему для исследований – это знак!

Погрузитесь в тему «Фольклорные мотивы в современной поп-музыке»: сформулируйте цель и гипотезу, выберите 5-7 российских артистов и 10-15 треков последних лет, в которых используются народные тексты, вокальные приемы, инструменты, мелодические мотивы или фольклорные образы. Постройте работу как настоящее исследование – введение, 3-4 главы (например, «Фольклорный код», «Музыкальные приемы», «Визуальный образ», «Почему это снова популярно») и заключение; используйте контент-анализ треков и клипов, сравнение с фольклорными первоисточниками и небольшое интервью или опрос слушателей. Составьте список источников – научные статьи и книги о фольклоре, цифровые архивы, интервью музыкантов, официальные клипы и музыкальные релизы – и в финале ответьте на главный вопрос: «Сохраняют ли фольклор современные артисты или создают на его основе уже новую культуру?» Поделитесь самым неожиданным выводом исследования в социальных сетях – так вы можете заинтересовать и привлечь потенциальных партнеров.

#ЗвучиКакПервые



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 указывать:

#КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ | ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В Финляндии вместо привычных парт в школах стоят мягкие пуфы, кресла-мешки и даже гамаки! Ученые выяснили, что когда детям удобно сидеть, они лучше запоминают и больше хотят творить.

А вы бы хотели учиться в таком классе?

1 СМЕШАЙТЕ ДВЕ СУПЕРСИЛЫ ★★☆☆

Что получится, если подружить роботов и медицину, природу и технику или даже рисование и физику?

Выберите две области, которые вам нравятся, и вместе со взрослым узнайте, какие профессии появились на их пересечении и чем занимаются эти специалисты. Выберите одну профессию, которая удивила вас больше всего, и нарисуйте ее представителя за работой, добавив 2-3 его главные «суперсилы» – знания и умения. Подумайте, какие ваши увлечения тоже можно было бы соединить, и придумайте профессию будущего специально для себя. Покажите рисунок друзьям и родным и узнайте, какие две «суперсилы» они объединили бы в своей профессии!



2 НАЙДИТЕ СЕКРЕТ В КНИГЕ ★★☆☆

Представьте, что библиотека – это машина времени, а каждая историческая книга открывает дверь в прошлое!

Отправляйтесь в библиотеку и вместе с библиотекарем или учителем выберите книгу об интересном человеке или событии из истории России или вашего родного края. Прочитайте ее и найдите один факт, который удивил вас настолько, что вам сразу захотелось кому-нибудь его рассказать. Нарисуйте свою находку или перескажите ее классу, начав со слов: «А вы знали, что...». Поделитесь историческим открытием с друзьями и родными и спросите, какой удивительный факт из прошлого знают они!



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

#ПервыеВНауке #АкадемияПервых
#КалендарьПервых





3 ОЖИВЛЕНИЕ ОБЫЧНОЙ ВЕЩИ ★★☆☆

Представьте, что ночью ваш стол, стул или шкаф ожил – чем он сможет помочь людям утром?

Выберите любой предмет мебели и превратите его в «умное» изобретение: придумайте название и 2-3 функции, которые сделают жизнь человека проще, удобнее или безопаснее. Нарисуйте свое изобретение и покажите, где находятся его кнопки, датчики, экран или другие необычные детали, а рядом коротко объясните, как они работают. Устройте в первичном отделении «Выставку изобретателей» и попробуйте представить свою разработку так, чтобы другим захотелось ею пользоваться. Покажите идею друзьям и родным и предложите им придумать еще одну суперспособность для вашей умной вещи!

4 ПОЙМАТЬ ТУМАН ★★★★★

А что, если бы настоящее облако можно было создать прямо у себя дома и поймать его в обычную банку?

Вместе со взрослыми проведите незамысловатый опыт: налейте в прозрачную банку горячую, но не кипящую воду, подождите минуту, а затем попросите взрослого накрыть банку крышкой или блюдцем со льдом. Наблюдайте, как теплый влажный воздух встречается с холодной поверхностью и внутри появляется «туман» из капелек воды. Попробуйте объяснить, почему похожий туман возникает утром на улице и почему его часто можно увидеть рядом с реками и озерами. Покажите эксперимент друзьям и родным и поделитесь своим открытием о том, как рождается настоящий туман!



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

#ПервыеВНауке #АкадемияПервых
#КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ | ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Ежегодно в России отмечают День программиста – праздник профессионалов, чьи достижения определяют развитие современных цифровых технологий. Праздник отмечается на 256-й день года (13 сентября, в високосный год – 12-го). Это число выбрано неслучайно: именно столько значений можно закодировать одним байтом, что подчеркивает значимость профессии и ее связь с цифровыми технологиями.

1 ПРОФ-ДЕТЕКТИВ ★★☆☆

Названия некоторых профессий звучат очень таинственно – попробуйте развеять туман загадки над одной из них и выяснить, чем на самом деле занимается этот специалист!

Выберите необычную профессию из мира науки и технологий – например, биоинформатика, нейробиолога или инженера-робототехника – и проведите небольшое расследование: чем он занимается, где работает и какие знания и навыки ему нужны. Найдите один неожиданный факт о профессии и соберите результаты в «досье» из 4-5 карточек: «Кто это?», «Что делает?», «Где работает?», «Что нужно уметь?» и «Факт, который удивляет». Опубликуйте получившуюся карусель в социальных сетях и предложите подписчикам оценить, захотели бы они попробовать себя в этой профессии. Покажите свое расследование друзьям и родным и узнайте, о какой загадочной профессии стоит сделать следующее «досье»!

2 УЧИТЕЛЬ БЕЗ УЧЕБНИКА ★★☆☆

Вы видите учителя истории почти каждый день, но знаете ли вы, почему однажды он решил сделать историю своей профессией?

Соберите команду, договоритесь об интервью с учителем истории и подготовьте вопросы, которые помогут узнать профессию изнутри: почему он ее выбрал, что в работе самое интересное и сложное, какой исторический период любит больше всего и какие качества нужны хорошему учителю. Добавьте неожиданный вопрос – например, с какой исторической личностью он хотел бы встретиться или какой миф из учебников мечтает развенчать. Превратите разговор в видеоинтервью или материал для школьной газеты и поделитесь им в своей образовательной организации. Разместите интервью в социальных сетях и спросите подписчиков, историю какой профессии они хотели бы узнать следующей!



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

#ПервыеВНауке #АкадемияПервых
#КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ | ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

3 ЛОГИЧЕСКАЯ ПЕРЕПРАВА ★★☆☆

Перед вами настоящий логический квест: одна река, один челнок и задача, где каждый рейс имеет значение.

Попробуйте решить задачку самостоятельно или вместе с друзьями и вы увидите, насколько головоломки интересны и полезны для развития пластичности мозга!

Десять солдат подошли к левому берегу реки, и всем им нужно переправиться на правый берег. У берега в челноке плавают два подростка. Других лодок или других плавательных средств нет. Челнок может выдержать либо одного взрослого солдата, либо двух подростков.

Придумайте, как организовать переправу всех солдат на правый берег. Посчитайте, за сколько рейсов (то есть за сколько поездок туда и обратно) можно это сделать.

Сравните решения с друзьями и родными и проверьте, удалось ли кому-нибудь найти более быстрый способ переправы!



4 НЕБО: ТОГДА И СЕЙЧАС ★★★★★

Представьте, что вам нужно найти планету дважды: сначала как астроному прошлого, а затем – с технологиями XXI века.

Выберите старинный инструмент для наблюдения за небом – например, гномон, квадрант или ранний телескоп – узнайте, как им пользовались и что ограничивало возможности астрономов. Затем откройте цифровой планетарий, найдите 2-3 созвездия и яркие планеты, а если приложение позволяет – «переместитесь» во времени и посмотрите, как меняется звездное небо. Сравните две эпохи по трем параметрам – точности, удобству и возможностям – и оформите результат как пост «Астроном тогда ПРОТИВ сейчас», добавив самое неожиданное открытие и рекомендацию приложения, музея или планетария. Расскажите о вашем исследовании в социальных сетях и предложите подписчикам вместе с вами найти на настоящем ночном небе хотя бы одно созвездие из вашего цифрового путешествия!



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

#ПервыеВНауке #АкадемияПервых
#КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ | ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

1 сентября – День знаний. В этот день по всей России проходят торжественные линейки. Первый в мире День знаний был официально учрежден в СССР в 1935 году, но традиция начинать учебный год 1 сентября пришла к нам из Руси, где с 1492 года 1 сентября отмечали Новолетие – начало нового календарного года.

1 ВАКАНСИЯ ИЗ 2040 ★★☆☆

Представьте, что на календаре 2040 год: какие проблемы появятся у людей и кто будет получать зарплату за их решение?

Выберите одну реальную тенденцию – развитие искусственного интеллекта, изменение климата, новые форматы образования, освоение космоса, биотехнологии или другую – и определите проблему, которая из-за нее может стать особенно важной через 10-15 лет. Придумайте профессию будущего для ее решения: дайте ей название, опишите 3 главные задачи, необходимые навыки и объясните, где специалисту понадобится креативность, а где помогут технологии.

Оформите результат как настоящую вакансию из 2040 года с обязанностями, требованиями и фразой «вы нам подходите, если...», а затем опубликуйте ее на своей странице или странице первичного отделения в социальных сетях. Спросите у своих подписчиков, согласились бы они на такую работу и какая профессия будущего понадобится им самим. А самое главное – согласились бы вы? Каких компетенций вам не хватает?



2 ПОСТУПИЛ. УЧУСЬ. РАБОТАЮ ★★☆☆

А что, если мы скажем, что еще до поступления вы сможете узнать не только где будете учиться, но и где сможете начать карьеру после выпуска?

Выберите одну интересующую вас профессию и найдите вариант целевого обучения: подходящий вуз или колледж, потенциального заказчика, направление подготовки, требования к поступающим и обязательства после выпуска. Проведите небольшое расследование по официальным источникам и соберите свой маршрут «школа – целевое обучение – работодатель», отдельно сравнив его с обычным поступлением по конкурсу, поддержке во время обучения и будущим обязательствам. Превратите результат в дорожную карту: что и где искать, какие документы готовить, когда подавать заявку и какие решения предстоит принять – а в финале поставьте себе оценку от 1 до 10, насколько такой вариант подходит лично вам.

Покажите маршрут друзьям и предложите одноклассникам составить собственные карты – возможно, кто-то из вас найдет путь к будущей профессии уже сейчас.



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

#ПервыеВНауке #АкадемияПервых
#КалендарПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ | ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

3 СЕКРЕТНЫЙ РЕЖИМ АКТИВИРОВАН ★★☆☆

Возможно, техника у вас дома умеет гораздо больше, чем вы от нее требуете – пора выяснить, за какие функции вы уже заплатили, но еще не используете.

Выберите 2-3 устройства умного дома и изучите их официальные инструкции и настройки, чтобы найти неочевидные функции, о которых знают не все пользователи. Оцените функции по трем критериям: сколько времени или действий она экономит, насколько удобна и в какой жизненной ситуации действительно пригодится. Выберите лучший «скрытый лайфхак» и сделайте пост или короткое видео о том, как устройства умного дома смогли помочь вам улучшить жизнь и какие устройства можно собрать из подручных средств или своими силами (а вдруг).

Поделитесь видео в социальных сетях и попросите подписчиков предложить другие варианты устройств умного дома. Возможно, следующий патент на изобретение – ваш!

4 БИТВА С ПЯТНОМ ★★★

Лимон, сода, хозяйственное мыло или пятновыводитель – сделайте ставку на победителя до начала эксперимента, а затем проверьте свою гипотезу.

Создайте одинаковые пятна чая или кофе на 4-5 кусочках хлопковой ткани, изучите, какие вещества отвечают за окрашивание, и предположите, какое средство справится лучше: лимонный сок, сода, хозяйственное мыло или готовый пятновыводитель. В перчатках и защитных очках обработайте каждый образец отдельно, следуя инструкции средства и не смешивая реагенты между собой. После полоскания и высыхания оцените результат по единой шкале от 0 до 5. Составьте рейтинг средств и объясните результат с точки зрения химии: какие компоненты могли воздействовать на загрязнение, почему первоначальная гипотеза подтвердилась или провалилась, и чем бытовые средства отличаются от готового пятновыводителя.

Продемонстрируйте результаты эксперимента в социальных сетях и узнайте, совпали ли прогноз ваших подписчиков с вашим победителем.

Первые

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

**#ПервыеВНауке #АкадемияПервых
#КалендарьПервых**



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ | ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

ИДЕАЛЬНЫЙ ДОМ

Планируете переезд от родителей, арендуете жилье или уже задумываетесь о собственной квартире?

Пройдите мини-курс «Мое идеальное жилье» образовательной онлайн-игры «МыСчитаем» от ДОМ.РФ и разберитесь, как выбрать подходящий вариант, рассчитать полную стоимость проживания с учетом ремонта, коммунальных и других расходов и спланировать бюджет на переезд.

Вас ждут короткие уроки от экспертов, видео и тесты, а среди участников, выполнивших обязательные задания, будут разыграны ценные призы. Присоединяйтесь к игре и проверьте, готовы ли вы финансово к самостоятельной жизни!



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Миф «на одну человеческую клетку приходится десять бактерий» устарел.

Современная оценка для условного взрослого человека массой 70 кг – около 30 трлн человеческих клеток и 38 трлн бактериальных, то есть величины примерно одного порядка. Те же расчеты оценили суммарную массу бактерий в организме условного 70-килограммового взрослого – примерно в 200 граммов.

1 ДЕНЬ ПОД КОНТРОЛЕМ ★★☆☆

Можно быть занятым с утра до вечера, но так и не сделать главного. Проверьте, насколько эффективно вы на самом деле управляете своим днем.

Вечером выберите 3 главных цели следующего дня, распределите задачи по временным блокам и заранее отметьте периоды для учебы или работы, бытовых дел, физической активности и восстановления. В течение дня фиксируйте время выполнения и отмечайте, что нарушало план: уведомления, соцсети, незапланированные дела, неверная оценка времени или снижение энергии. Вечером сравните «план ПРОТИВ факта», определите главного поглотителя времени и сформулируйте одно правило, которое сделает следующий день эффективнее.

Предложите подписчикам в социальных сетях провести такой же эксперимент и обменяйтесь в комментариях собственными находками по повышению продуктивности.

2 НАЙДИТЕ СВОИ 20% ★★☆☆

Что, если часть ваших ежедневных усилий почти не влияет на результат, а несколько ключевых действий определяют практически все?

Выберите одну цель в учебе, работе, спорте или личном проекте и выпишите 8-10 действий, которые вы регулярно совершаете для ее достижения. Оцените каждое по двум критериям – сколько времени оно требует и насколько сильно влияет на результат. Затем найдите 2-3 действия с максимальной отдачей и проверьте в течение нескольких дней, действительно ли концентрация на них повышает вашу эффективность.

Сравните «затраты времени ПРОТИВ полученного результата» и сформулируйте собственное правило 80/20: что стоит делать в первую очередь, что оптимизировать, а от чего можно отказаться без заметной потери результата. Обсудите выводы с друзьями и родными и сравните, какие «20%» дают максимальный эффект в разных сферах их жизни.



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

#ПервыеВНауке #АкадемияПервых
#КалендарьПервых



НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ | ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

3 ФАНТАСТИКА, СТАВШАЯ РЕАЛЬНОСТЬЮ ★★☆☆

Кажется, что писатели-фантасты придумывали невозможное. Но что, если часть их идей сегодня уже перестала быть утопией?

Выберите произведения 2-3 советских или российских фантастов – например, Александра Беляева, Ивана Ефремова или братьев Стругацких – и найдите в них идеи о технологиях, человеке или устройстве будущего, которые получили неожиданное продолжение в современной культуре или реальной жизни. Проследите путь одной идеи по цепочке «книга – экранизация – современное кино или технология» и выясните, что сохранилось от замысла автора, а что изменилось со временем.

Превратите исследование в пост «Они придумали это раньше нас», добавив 2-3 ярких примера и свой вывод о том, способна ли научная фантастика не только предсказывать, но и вдохновлять создание будущего. Поинтересуйтесь у подписчиков, какая фантастическая технология из книг или кино, по их мнению, станет реальностью следующей.



4 ПРИРОДА НЕ НАЧИНАЕТ С НУЛЯ ★★★★★

Задумывались ли вы о том, что крыло, челюсть или плавник могут оказаться модернизированной версией конструкции, которая когда-то решала совсем другую задачу?

Выберите 3 необычных примера эволюционного изменения функций органов или структур и восстановите для каждого цепочку «было – давление отбора – изменение – стало», опираясь на научные источники и отмечая, где выводы ученых остаются гипотезами. Найдите самый неожиданный случай и разберите его как «реверс-инжиниринг»: какую первоначальную функцию выполняла структура, какие изменения происходили и какое преимущество новая функция могла давать организму.

Оформите находки как серию карточек «Эволюционное совершенствование», добавив изображения, временную шкалу и ссылки на источники, и опубликуйте подборку на личной странице или странице научного сообщества. Предложите подписчикам угадать первоначальное назначение каждой структуры до того, как они увидят ответ.



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

#ПервыеВНауке #АкадемияПервых
#КалендарьПервых



ПАТРИОТИЗМ И ИСТОРИЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ

ХРАНИТЕЛИ ИСТОРИИ

Станьте командой «Хранителей истории» – соберите команду единомышленников, пригласите наставника, зарегистрируйтесь во Всероссийском проекте «Хранители истории» 2026 года и вместе включайтесь в активности по сохранению исторической памяти! Регистрируйтесь по QR-коду и принимайте участие.



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Историю детства тоже сохраняют!

В Детском музее Череповца есть целая экспозиция «История детства в истории страны»: там можно узнать, какими были игрушки и повседневная жизнь детей в разные эпохи.

1 ПИСЬМО ДЛЯ ГЕРОЯ ★★☆☆

Даже несколько искренних слов могут подарить человеку поддержку и поднять боевой дух! Посмотрите видео и узнайте, почему военнослужащим так важны письма и посылки от ребят.

Напишите письмо военнослужащему или герою специальной военной операции: поблагодарите его за мужество и поделитесь добрыми пожеланиями. Вместе со взрослыми передайте письмо через профильный фонд.

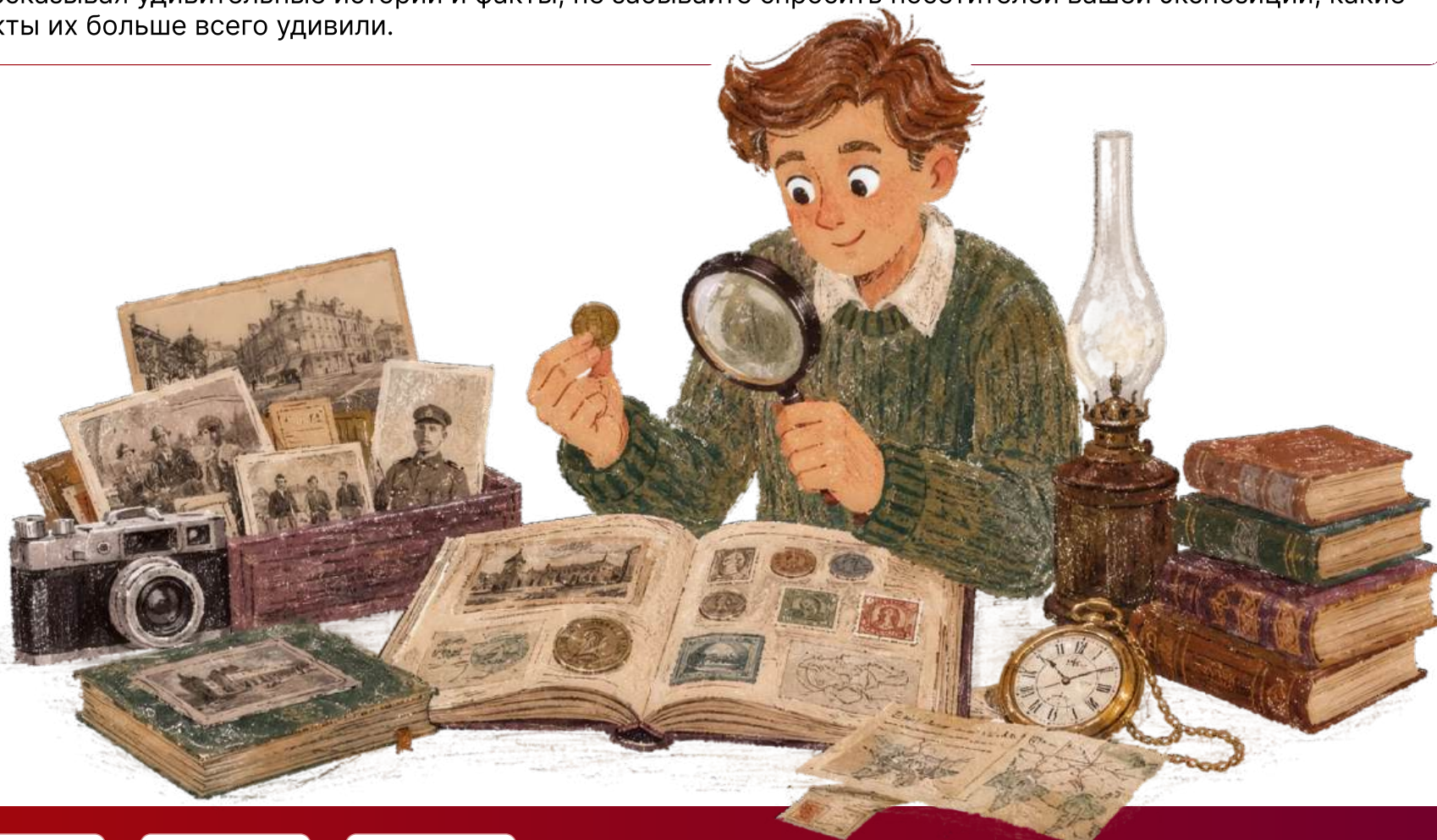
Расскажите друзьям и родным о своей доброй миссии и предложите им тоже написать теплые слова поддержки.



2 СОБЕРИТЕ СВОЮ ИСТОРИЮ ★★☆☆

Почувствуйте себя хранителями истории и начните собирать свою коллекцию исторических предметов: монет, фотографий, открыток или других интересных находок и изучайте историю каждого экспоната. Соберите коллекцию и устройте выставку в классе или первичном отделении, а если захотите – помогите действующему музею. Где искать артефакты? В бабушкиных комодах, у ветеранов (брать их, конечно, с разрешения владельцев).

Попробуйте себя в роли экскурсоводов и проведите для друзей и родных экскурсию по своей экспозиции. Рассказывая удивительные истории и факты, не забывайте спросить посетителей вашей экспозиции, какие факты их больше всего удивили.



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

3 КАЛЕНДАРЬ ЖИВОЙ ИСТОРИИ ★★☆☆

Каждый уважающий себя гражданин страны должен знать памятные даты, важные для страны, региона и города так же, как вы помните дни рождения членов семьи и друзей.

Соберите команду друзей, позовите наставника (им может стать бабушка или дедушка, родители или ваши учителя), изучите памятные даты этого месяца и выберите самые важные и интересные. Создайте свой календарь на ватмане или в другом формате, добавьте даты и коротко опишите, чем знаменито каждое событие. Разместите календарь в пространстве Движения Первых в вашем первичном отделении, чтобы весь класс мог путешествовать по истории вместе с вами.

Покажите результат друзьям и родным и проверьте, какие памятные даты они уже знают!



4 ЗНАМЕНОСЕЦ – ЭТО ПОЧЕТНО ★★★

Знаменосец – это почетно: начинается школьная линейка, и именно вам доверено торжественно вынести флаг своей страны! Познакомьтесь с государственными символами России и узнайте правила обращения с флагом. Вместе с педагогом выясните, как попасть в знаменную группу вашей школы, участвуйте в тренировках и проходите занятия.

Пробуйте себя в роли знаменосцев и примите участие в торжественном выносе Государственного флага Российской Федерации. Расскажите друзьям и родным о своем новом опыте и поделитесь тем, что оказалось для вас самым важным!



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

ХРАНИТЕЛИ ИСТОРИИ

Станьте командой «Хранителей истории» – соберите команду единомышленников, пригласите наставника, зарегистрируйтесь во Всероссийском проекте «Хранители истории» 2026 и вместе включайтесь в активности по сохранению исторической памяти. Регистрируйтесь по QR-коду и принимайте участие.



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Знаете ли вы, что деревянная Преображенская церковь на острове Кизи имеет сразу 22 купола и достигает высоты 37 метров? Этот памятник русского деревянного зодчества входит в список Всемирного наследия ЮНЕСКО.

1 ИСТОРИЯ ВОКРУГ НАС ★★☆☆

Места, мимо которых вы проходите каждый день, хранят истории людей, сражений и подвигов. Узнайте, какие военные сражения происходили в вашем городе, селе или регионе, найдите интересные факты и захватывающие истории. Иницируйте встречу участников первичного отделения и передайте истории устно или в формате сценок.

Снимите рассказ или сам процесс в вертикальном формате и до 19:00 (мск) 10 сентября опубликуйте видео в комментариях под постом о старте акции «История нашей земли» в официальном сообществе «Большая перемена» во ВКонтакте с хештегами **#БольшаяПеремена #ДвижениеПервых #ДобраяСуббота #ИсторияНашейЗемли**. Лучшие работы станут частью итогового ролика акции. Покажите свое видео друзьям и родным – возможно, они дополнят вашу историю фактами, которых вы еще не знали!

2 ИСТОРИЯ В ДЕТАЛЯХ ★★☆☆

Задумывались ли вы, почему мы живем именно так: пользуемся метро, ходим в школы, отмечаем праздники и называем улицы знакомыми именами?

Создайте командой историческую страницу во ВКонтакте или канал в Мах и рассказывайте там о событиях, изобретениях, людях и решениях, которые изменили повседневную жизнь людей в России. Придумайте свои рубрики – например, «Почему так называется?», «История одной вещи», «Как жили раньше?» или «Что изменилось после?..», распределите роли исследователей, авторов, дизайнеров и редакторов и составьте контент-план. Вы также можете вести эту рубрику на официальной странице вашего первичного отделения. Ищите необычные факты, проверяйте их по надежным источникам и превращайте каждую находку в короткую публикацию, видео, карточки или опрос для подписчиков.

Делитесь выпусками с друзьями и родными, спрашивайте, какие истории удивили их больше всего, и используйте их идеи для следующих материалов!



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

3 ОТКРОЙТЕ ДНЕВНИК ИСТОРИИ ★★☆☆

Вас ждет маршрут по страницам прошлого, где каждое выполненное задание открывает новую часть истории!

Зарегистрируйтесь на официальном сайте Движения Первых, подайте заявку на проект «Хранители истории» и перейдите на обучающую платформу edu.pervye.ru. Найдите курс «Дневник Хранителя истории 2026» для участников или наставников и шаг за шагом проходите уроки и выполняйте предложенные задания. Постарайтесь пройти весь маршрут и отмечайте факты и истории, которые удивили вас больше всего.

Делитесь своими открытиями и успехами с друзьями и родными – возможно, следующую страницу истории им захочется открыть вместе с вами!

4 КАРТИНА МЕСЯЦА ★★★★★

Четыре понедельника, четыре разные темы – сможете ли вы найти идею, которая их объединяет?

После каждого «Разговора о важном», который проходит в вашей школе, записывайте 2-3 мысли, факта или вопроса, которые запомнились вам больше всего. В конце месяца соберите все записи вместе, найдите связь между темами и сформулируйте свой главный вывод месяца. Подумайте, какая из тем оказалась ближе именно вам и с какой профессией, увлечением или будущим делом она может быть связана. Обсудите свои открытия с друзьями и родными и сравните, какие темы и мысли оказались важными для них!

Не забывайте делиться своими выводами в социальных сетях на странице первичного отделения или на личной странице – благодаря вам больше людей начнут интересоваться историей Родины!



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

ХРАНИТЕЛИ ИСТОРИИ

Станьте командой «Хранителей истории» – соберите команду единомышленников, пригласите наставника, зарегистрируйтесь во Всероссийском проекте «Хранители истории» 2026 и вместе включайтесь в активности по сохранению исторической памяти. Регистрируйтесь по QR-коду и принимайте участие



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Что такое «бородовой знак»?

В Государственном историческом музее можно увидеть настоящие бородовые знаки времен Петра I – такие знаки служили подтверждением уплаты специального сбора за право носить бороду.

2 МЫ ВМЕСТЕ

Поддержка становится особенно ценной, когда превращается из доброго намерения в конкретное дело.

Объедините команду и вместе с профильным фондом выясните, какая гуманитарная помощь сейчас необходима участникам специальной военной операции. Организуйте сбор, расскажите о нем в первичном отделении, распределите задачи и передайте собранную помощь через фонд. То, чем мы можем беспрепятственно пользоваться каждый день, становится роскошью для тех, кто находится на фронте. Расскажите в социальных сетях о вашем добром деле и предложите им присоединиться к следующим инициативам помощи.

Сделайте возможность помочь простой – предложите конкретные списки продуктов и амуниции и укажите необходимое количество; предложите самовывоз комплектов или обозначьте удобную точку сбора наборов помощи. Не забудьте публично благодарить всех благотворителей и рассказывать об объеме собранной помощи.

1 ВЕРНИ ГЕРОЮ ИМЯ

За каждым памятным местом стоит чья-то судьба – попробуйте восстановить ее и сделать так, чтобы эту историю услышали другие, а затем вдохновились искать другие истории!

Выберите памятное место вашего населенного пункта. Изучите его историю: обратитесь к архивам, музейным материалам и воспоминаниям местных жителей. Составьте «паспорт» места и дополните сведения на сайте местопамяти.рф.

Соберите команду, распределите роли и вместе с наставниками и местной администрацией организуйте благоустройство территории. Не забывайте фиксировать процесс и результаты в «дневнике шефства». Превратите собранные факты и кадры «до/после» в короткий видеосюжет: расскажите, кому посвящено это место, что вам удалось узнать и изменить, дополните ролик подходящей музыкой и опубликуйте его в социальных сетях. Покажите результат друзьям и родным – возможно, их воспоминания, семейные архивы или знакомства помогут открыть следующую неизвестную страницу этой истории.



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

3 КАК ЗВУЧИТ РОССИЯ? ★★☆☆

Фолк, рок, рэп или электроника – у каждого поколения и региона есть свой способ рассказать о России через музыку.

Соберите плейлист композиций с мотивами народов России или посвященных России, вашему региону или городу, объединив разные жанры, эпохи и исполнителей. Оформите подборку как музыкальный маршрут «Россия в наушниках» и используйте ее на мероприятиях, встречах или в социальных сетях вашей образовательной организации. Поделитесь плейлистом с друзьями и родными и предложите им добавить песню, без которой, по их мнению, невозможно представить звучание России. Делитесь плейлистом в социальных сетях и изучайте плейлисты других участников Движения!

4 ИСТОРИЯ, КОТОРАЯ ЦЕПЛЯЕТ ★★★

У каждого города есть история, которую невозможно придумать: тайна старого здания, невероятное решение одного человека или событие, после которого все изменилось.

Найдите в истории своего региона памятное место или личность с действительно цепляющим сюжетом, изучите источники и выберите самые неожиданные факты – начните рассказ с интриги, проведите зрителя через события и закончите открытием, ради которого стоило дослушать до конца. Соберите команду, при необходимости привлечите наставника, и создайте видеомаршрут «По следам истории» о выбранном месте или подкаст о герое, показывая не только то, что произошло, но и почему эта история важна сегодня.

Зарегистрируйтесь в проекте «Хранители истории», выберите номинацию «Экскурсионные маршруты „По следам истории“», пригласите участников команды по ссылке и прикрепите готовую работу с описанием. Делитесь выпуском с друзьями и родными, собирайте их реакции – лучшие истории смогут продолжить путешествие уже в социальных сетях федерального проекта «Хранители истории»!



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

РАЗВИТИЕ ПЕРВИЧНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ ПРОСТРАНСТВ ДВИЖЕНИЯ ПЕРВЫХ

Не упустите возможность сделать ваше пространство первичного отделения лучшим в стране!

Что вы можете получить:

- современные мобильные комплекты для развития вашего пространства;
- техническое оборудование и мебель;
- возможность реализовать свои идеи.

Успейте подать заявку на участие с 1 до 30 сентября 2026 года!



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Знаете ли вы, что в Финляндии вместо привычных парт в школах стоят мягкие пуфы, кресла-мешки и даже гамаки? Ученые выяснили, что когда детям удобно сидеть, они лучше запоминают и больше хотят творить. А вы бы хотели учиться в таком классе?

1 ПРАВИЛА УЮТНОГО МЕСТА ★★☆☆

Как сделать так, чтобы в пространстве Движения Первых каждому было приятно встречаться, играть, придумывать идеи и проводить время? Вместе с друзьями придумайте 3 правила вашего пространства – например, беречь общие вещи, убирать за собой или помогать друг другу – и оформите их на ярком плакате с рисунками и значками. Разместите его на видном месте и предложите другим участникам соблюдать правила, которые вы создали вместе.

2 КТО ЖИВЕТ В ПРОСТРАНСТВЕ? ★★☆☆

У каждого особенного места может быть свой герой. Придумайте талисман для пространства Движения Первых, который станет его хранителем! Решите, кто это будет – животное, робот или фантастическое существо. Придумайте ему имя, характер и любимое занятие в пространстве. Нарисуйте своего героя и устройте выставку талисманов, а затем вместе выберите того, кто станет символом вашего пространства.

3 КАРТА ЦЕННОСТЕЙ ★★☆☆

У Движения Первых есть ценности, которые объединяют его участников. Попробуйте рассказать о них без слов! Выберите 3 ценности Движения Первых и придумайте для каждой свой простой знак или рисунок, по которому другие смогут догадаться, что он означает. Соберите пиктограммы в общую «Карту ценностей» и разместите ее в пространстве вашего первичного отделения.

4 МАСТЕРСКАЯ ПРОСТРАНСТВА ★★★★★

А каким было бы пространство Движения Первых, если бы его дизайн полностью зависел от вас? Соберите команду из 2-4 человек и создайте из картона, пластилина, конструктора или других материалов макет пространства мечты: придумайте место для встреч, занятий и праздников, добавьте символику Движения и все, что сделает пространство удобным и интересным. Представьте свой макет одноклассникам и расскажите, какие идеи вы хотели бы воплотить в настоящем пространстве.



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 указывать:

#КалендарьПервых



РАЗВИТИЕ ПЕРВИЧНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ ПРОСТРАНСТВ ДВИЖЕНИЯ ПЕРВЫХ

Не упустите возможность сделать ваше пространство первичного отделения лучшим в стране!

Что вы можете получить:

- современные мобильные комплекты для развития вашего пространства;
- техническое оборудование и мебель;
- возможность реализовать свои идеи.

Успейте подать заявку на участие с 1 до 30 сентября 2026 года!



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Вы замечали, что в библиотеках и коворкингах всегда приятно находиться? Это не случайно! Цвет стен, мебель и даже расположение розеток влияют на настроение. Психологи говорят: правильно организованное пространство может повысить успеваемость на 20%. Время превращать обычный класс в место силы!

1 РЕВИЗИЯ ПРОСТРАНСТВА ★★☆☆

А что, если идеальное пространство Движения Первых уже есть в вашем первичном отделении – нужно только его найти? Проведите небольшую ревизию и выберите 3 помещения, которые можно было бы преобразить. Оцените каждое по расположению, площади, удобству и возможностям для встреч и мероприятий, а затем определите по одному главному плюсу и минусу. Выберите лучший вариант и объясните куратору или Председателю совета первичного отделения, почему именно это помещение больше всего подходит для пространства Первых.



2 ОДНА ИДЕЯ – ПОЛЬЗА ВСЕМ ★★☆☆

Что может появиться в пространстве Движения Первых, чтобы туда хотелось возвращаться снова и снова? Придумайте одну необычную и полезную «фишку» – например, стену для творчества, полку для книгообмена или место для обмена идеями – и продумайте, кто и как сможет ею пользоваться. Представьте свою идею друзьям и вместе решите, можно ли воплотить ее в вашем пространстве.

3 ОПРОС БУДУЩИХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ ★★☆☆

Лучший способ создать пространство, которое понравится ученикам, – спросить их самих! Составьте анкету из 5 вопросов о том, каким должно быть пространство Движения Первых – от мебели и оформления до занятий и мероприятий – и опросите 10-15 учеников. Подведите итоги, определите 3 самых популярных пожелания и подумайте, какие из них реально воплотить в вашем первичном отделении.

4 ПРЕЗЕНТУЕМ ИДЕЮ СОВЕТУ ★★☆☆

Каким станет пространство Движения Первых, если объединить самые интересные идеи всего класса? Соберите команду, проведите мозговой штурм и создайте общий проект пространства, выбрав лучшие предложения по оформлению, зонам и возможностям для учебы, общения и отдыха. Представьте проект в виде плаката, презентации или короткого видео на встрече первичного отделения или в социальных сетях и узнайте, какие идеи поддержат другие участники.

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 указывать:

#КалендарьПервых



РАЗВИТИЕ ПЕРВИЧНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ ПРОСТРАНСТВ ДВИЖЕНИЯ ПЕРВЫХ

Не упустите возможность сделать ваше пространство первичного отделения лучшим в стране!

Что вы можете получить:

- современные мобильные комплекты для развития вашего пространства;
- техническое оборудование и мебель;
- возможность реализовать свои идеи.

Успейте подать заявку на участие с 1 до 30 сентября 2026 года!



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В начале XX века в России появились Народные университеты – учебные заведения, где любой желающий мог получать знания бесплатно или за небольшую плату. Например, Петербургский народный университет, открытый в 1908 году, стал центром просвещения для широких слоев населения. Запомните, каждое новое знание – это шаг к вашему светлому будущему. Учитесь, спрашивайте и не бойтесь открывать новое!

1 ПРОБЛЕМА – РЕШЕНИЕ ★★☆☆

Посмотрите на школьное пространство глазами проектировщика: что мешает сделать его удобнее, функциональнее или привлекательнее для учеников? Выберите одну реальную проблему – например, недостаток света, неудобную мебель или неиспользуемую стену – и предложите 1-2 решения, которые можно реализовать быстро и без значительных затрат. Кратко обоснуйте, как ваше предложение изменит пространство и какую пользу принесет его посетителям.

2 5 ПРИЧИН ПРИЙТИ ★★☆☆

Представьте, что ваша задача – заинтересовать учеников пространством Движения Первых так, чтобы им захотелось прийти туда уже сегодня. Сформулируйте 5 коротких и убедительных причин, начиная каждую с глагола: например, «Создать проект», «Найти единомышленников», «Попробовать новое». Оформите их в яркий пост для социальных сетей первичного отделения и предложите другим ученикам дополнить список своими причинами.

3 СМЕТА И МЕБЕЛЬ ★★☆☆

Хорошая идея пространства становится реальным проектом, когда понятно, что для нее нужно и сколько это стоит. Составьте примерную смету пространства Движения Первых: подберите мебель, оборудование и материалы для оформления, найдите их стоимость и рассчитайте общий бюджет. Затем предложите куратору, администрации организации или совету первичного отделения 2-3 способа сократить расходы – например, получить грант, привлечь партнеров, использовать уже имеющуюся мебель или изготовить часть элементов самостоятельно.

4 ПОЛНОЦЕННЫЙ ПРОЕКТ ПРОСТРАНСТВА ★★★★★

Попробуйте превратить идею пространства Движения Первых в проект, готовый к реализации. Соберите команду и подготовьте презентацию: добавьте фото, схему и площадь помещения, концепцию и миссию, зонирование и дизайн, перечень оборудования и смету, план мероприятий на сентябрь–декабрь 2026 года и график реализации. Представьте готовый проект в первичном отделении и опубликуйте его в социальных сетях.



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 указывать:

#КалендарьПервых



РАЗВИТИЕ ПЕРВИЧНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ ПРОСТРАНСТВ ДВИЖЕНИЯ ПЕРВЫХ

Не упустите возможность сделать ваше пространство первичного отделения лучшим в стране!

Что вы можете получить:

- современные мобильные комплекты для развития вашего пространства;
- техническое оборудование и мебель;
- возможность реализовать свои идеи.

Успейте подать заявку на участие с 1 до 30 сентября 2026 года!



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Знаете ли вы, что кампусы лучших университетов мира проектируют не архитекторы, а... нейробиологи! Ученые доказали, что цвет стен, высота потолков и акустика напрямую влияют на креативность и продуктивность студентов. Например, высокие потолки способствуют нестандартному мышлению, а округлые формы снижают тревожность. Может быть, пора переосмыслить вашу студенческую среду?

1 КРИТЕРИИ УСПЕХА ★★☆☆

Как понять, что пространство Движения Первых действительно работает, а не просто существует? Разработайте систему оценки минимум из 5 показателей, объединив количественные метрики – посещаемость, число мероприятий, активных участников – и качественные: удовлетворенность посетителей, появление новых инициатив и проектов. Оформите показатели в краткую методичку для команды пространства и укажите, как и с какой периодичностью собирать данные, чтобы отслеживать изменения.

2 БИЗНЕС-ПЛАН ПРОСТРАНСТВА ★★★☆

Представьте, что вам предстоит не только создать пространство Движения Первых, но и обеспечить его работу в течение целого года. Разработайте финансовую модель: рассчитайте стартовые затраты на ремонт и оснащение, спрогнозируйте ежемесячные расходы и определите возможные источники финансирования – средства организации, гранты, партнерскую или спонсорскую поддержку. Сведите расчеты в таблицу и определите, какой бюджет потребуется на первый год и за счет каких источников его можно обеспечить.

3 ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЙ ★★★☆

Пространство становится центром студенческой жизни, когда в нем постоянно происходит что-то интересное и полезное. Разработайте программу на сентябрь–декабрь 2026 года минимум из 8 событий разных форматов – лекций, воркшопов, хакатонов, дискуссий, встреч с экспертами – и для каждого определите тему, формат, целевую аудиторию и ожидаемое количество участников. Соберите мероприятия в единый календарь и проверьте, насколько программа отвечает интересам разных групп студентов и помогает им включаться в деятельность Движения Первых.

4 ИССЛЕДОВАНИЕ И ПРОТОТИП ★★★★★

Хорошее пространство начинается не с дизайна, а с понимания потребностей тех, кто будет им пользоваться. Соберите команду, опросите не менее 50 студентов своего колледжа или вуза и на основе полученных данных создайте прототип пространства – физический макет, 3D-модель или виртуальный тур, предусмотрев востребованные зоны и функции. Защитите концепцию перед советом первичного отделения или администрацией, соберите обратную связь и определите, какие изменения необходимо внести перед реализацией проекта.



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 указывать:

#КалендарьПервых



РОДНЫЕ – ЛЮБИМЫЕ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Порядок рождения почти не определяет характер. Крупные исследования не подтверждают популярную идею о том, что старшие дети обязательно ответственнее, а младшие – более творческие или избалованные: влияние порядка рождения на основные черты личности оказалось очень небольшим или отсутствовало.

1 ИСТОРИЯ НАЧИНАЕТСЯ С ВАС ★★☆☆

Создание истории начинается с домашних архивов и разговоров со старшими, чьи воспоминания превращают сухие даты в живые судьбы.

Изучите старые альбомы и документы, узнайте у родных о близких и дальних членах семьи, затем сопоставить их биографии с историей страны. Выясните, свидетелями или участниками каких важных событий были ваши родственники, где они жили, учились и работали в это время – возможно, семейные воспоминания откроют знакомые исторические события с совершенно новой стороны. Выберите одну историю, которая особенно удивила вашу семью, сохраните ее в виде карточки, аудиозаписи или небольшого семейного видео и поделитесь открытием – возможно, именно после этого кто-то вспомнит еще одну историю, фотографию или имя, которое дополнит вашу семейную летопись.

2 НАЧАЛО НОВОГО ★★☆☆

Начало нового учебного года – это шанс начать все заново или обогатить уже существующее.

Соберите семейный осенний чек-лист на ближайший месяц из четырех обязательных дел – спортивное, доброе, творческое и полезное для дома. Например, отправиться на велопрогулку, помочь соседям, приготовить сезонное блюдо или вместе разобрать домашнюю библиотеку. Обязательно добавьте новое занятие, которое никто из вашей семьи раньше не пробовал, а после каждого события выставляйте честную оценку от 1 до 5, чтобы в конце месяца определить главное открытие осени и официально превратить его в новую семейную традицию.

Делитесь успехами с родными и друзьями и приглашайте другие семьи присоединиться к вашему осеннему челленджу!



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 указывать:

#РодныеЛюбимые #КалендарьПервых



РОДНЫЕ – ЛЮБИМЫЕ

3 КОПЕЙКА РУБЛЬ БЕРЕЖЕТ ★★☆☆

Финансовая грамотность – это необходимый каждому человеку навык, который делает планирование путешествий и крупных покупок гораздо проще, поэтому развивать его лучше всей семьей!

Определите общую «учебную сумму» на неделю и распределите ее по категориям: обязательные расходы, развлечения, небольшие траты и накоплений для заранее выбранной цели, а затем в течение семи дней фиксируйте все операции, чтобы в конце выяснить, какие траты были необходимыми, где возникли импульсивные расходы и удалось ли сэкономить.

Выберите одну финансовую привычку на следующий месяц – например, откладывать часть карманных денег, сравнивать цены или заранее планировать крупные покупки. Поделитесь результатами с родными и друзьями и попробуйте придумать новый семейный финансовый челлендж на следующую неделю.



4 ОЖИВИТЕ ЛЮБИМУЮ КНИГУ ★★☆☆

Один семейный вечер с хорошей книгой может превратиться в маленький спектакль, теплое воспоминание и даже путешествие для всей семьи.

Выберите вместе книгу, которую любит ваша семья, и придумайте, как продемонстрировать ее сюжет за несколько минут. Прочитайте любимый отрывок, распределите роли между детьми, родителями, бабушками и дедушками или устройте семейное обсуждение самой интересной сцены. Запишите короткое видео (до 5 минут) вашей импровизированной постановки.

До 30 сентября подайте заявку на Всероссийский конкурс «Читаем всей семьей» Общества «Знание» и выберите номинацию «Первые страницы» или «Читаем вместе».



Опубликуйте ролик во ВКонтакте с хештегом **#ЗнаниеЧитаемВсейСемьей** и подайте заявку на сайте Общества «Знание» – ваша семейная история поможет вам побороться за экскурсионную поездку и вдохновить другие семьи читать вместе. Сохраните видео и для своей семейной коллекции – возможно, через несколько лет именно оно станет одним из тех воспоминаний, которые особенно приятно пересматривать.

Задание от **ЗНАНИЕ**



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 указывать:

#РодныеЛюбимые #КалендарьПервых



РОДНЫЕ – ЛЮБИМЫЕ

5 СОЗДАЙТЕ ВКУС ВАШЕЙ ОСЕНИ ★★☆☆

У каждой семьи может быть свой вкус осени – тот самый, который однажды станет частью ваших общих воспоминаний.

Выберите всей семьей сезонный продукт – яблоки, тыкву, бруснику, облепиху или другой осенний урожай – и приготовьте из него любимое блюдо или придумайте собственный рецепт.

Распределите роли между членами семьи, а готовому блюду дайте необычное название – например, «Солнечный сентябрь», «Пирог первых холодов» или свое. Сфотографируйте результат и создайте карточку семейного рецепта: название, ингредиенты и маленькая история о том, почему именно это блюдо может стать вашей осенней традицией. Поделитесь рецептом с родными и друзьями с хештегом **#5питание** и предложите им приготовить свой «вкус осени».

Задание от **5 Пятёрочка** с заботой

6 СЛОВЕСНОЕ ЗАСТОЛЬЕ ★★☆☆

Кто знает больше «вкусных» выражений – дети, родители или бабушки и дедушки?

Соберитесь всей семьей и за 5 минут вспомните как можно больше выражений, связанных с едой: «проще пареной репы», «как сыр в масле кататься», «собаку съесть», «каши не сваришь» – побеждает тот, кто назовет больше всего. Выберите 3 самых необычных фразеологизма, выясните их настоящее значение и происхождение, а затем зарисуйте их – представьте, как выглядел бы человек, который действительно «катается как сыр в масле». Соберите рисунки и объяснения в семейную подборку «Язык со вкусом» и опубликуйте ее в социальных сетях с хештегом **#5питание**. Поделитесь результатом с друзьями и родственниками и попросите старшее поколение добавить выражение, которого еще нет в вашей коллекции.

Задание от **5 Пятёрочка** с заботой



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 указывать:

#РодныеЛюбимые #КалендарьПервых



РОДНЫЕ – ЛЮБИМЫЕ



7 ПИСЬМО В БУДУЩЕЕ ★★☆☆

Представьте, что ровно через год вы получите послание от самих себя – какими вы запомните сегодняшний день и что успеет измениться к вашей следующей встрече?

Соберитесь всей семьей и создайте капсулу времени: напишите общее письмо себе в будущее, добавьте свежее семейное фото, небольшой артефакт сегодняшнего дня и список «10 вещей, которые мы хотим сделать вместе за год». Пусть каждый добавит свое предсказание – каким станет он сам, чему научится семья, какое событие запомнится больше всего, – а затем запечатайте все в коробку или конверт с надписью «Не открывать до 01.09.2027». Сфотографируйте капсулу перед тем, как спрятать ее, и поставьте семейное напоминание на дату открытия – через год устройте настоящий вечер встречи с собой из прошлого.

Расскажите друзьям и родным о своей капсуле и предложите им тоже отправить семейное послание в будущее.

8 СЕМЕЙНЫЕ МИФЫ ★★★

Правда ли папа однажды сбежал из детского сада, а бабушка получила двойку за поведение? Проверьте семейные легенды на прочность!

Соберитесь всей семьей за чаем и приготовьте по три истории из своего детства: одну настоящую и две придуманные – рассказывайте их максимально убедительно, а остальные пусть голосуют, какая история произошла на самом деле. За каждую разгаданную историю получайте один балл, а после раскрытия секрета обязательно расспросите героя о подробностях настоящего события – возможно, именно они окажутся интереснее любой выдумки. Выберите 3 самые яркие реальные истории вечера и запишите их в «Книгу семейных легенд», добавив фотографии, рисунки или комментарии участников.

Поделитесь игрой с родными и друзьями и пригласите бабушек и дедушек в следующий раунд – у них наверняка найдутся истории, которые будет почти невозможно отличить от мифов!



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 указывать:

#РодныеЛюбимые #КалендарьПервых



РОДНЫЕ – ЛЮБИМЫЕ

9 САДОВЫЙ ПОРТРЕТ СЕМЬИ ★★★

А что, если у каждого члена семьи этой осенью появится свое растение – со своим характером, настроением и даже именем?

Отправляйтесь всей семьей в цветочный магазин, садовый центр или на рынок и выберите растение или черенок, лучше всего передающий ваше настроение этой осенью. Расскажите друг другу, почему сделали именно такой выбор, придумайте растениям имена, а дома устройте семейную пересадку: подберите горшки в едином стиле и подпишите каждого нового «жителя». Составьте общий график ухода и распределите обязанности, чтобы ваш маленький сад рос вместе с вами. Сделайте первое семейное фото с растениями, а через несколько месяцев повторите кадр и сравните, как изменился ваш сад. Поделитесь результатом в социальных сетях – возможно, ваш семейный цветочный сад вдохновит ваших подписчиков создать свой!



10 ОСЕННЯЯ ЭКСПЕДИЦИЯ ★★★

Настоящее путешествие начинается прямо за порогом дома – сколько удивительных мест своего региона вы еще не видели всей семьей?

Спланируйте двухдневную семейную экспедицию по своему региону и распределите роли: пусть один участник найдет необычную достопримечательность, другой выберет место для прогулки на природе, третий – интересное кафе или местное блюдо, а кто-то станет фотографом и хранителем маршрута. Перед стартом сделайте общее фото у порога дома – сонные лица, рюкзаки собраны, впереди 48 часов приключений! По дороге собирайте семейные «ачивки»: новое место, необычный вкус, самый красивый вид, неожиданное открытие и лучший момент путешествия. Вернувшись домой, повторите первый кадр в той же точке и соберите две фотографии в коллаж «До и после семейной экспедиции».

Опубликуйте историю путешествия в социальных сетях и поделитесь маршрутом с другими семьями – возможно, ваша экспедиция станет идеей для их следующих выходных.



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 указывать:

#РодныеЛюбимые #КалендарьПервых



ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ПРИРОДЫ | ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ

ВСЕРОССИЙСКАЯ АКЦИЯ «НОСИКИ ПЕРВЫХ»

Присоединяйтесь к акции, помогайте животным из приютов обрести дом и станьте частью сообщества тех, кто превращает заботу в реальные добрые дела.



Переходите по QR-коду и принимайте участие в акции.

СЕРИЯ ПОХОДОВ «ВРЕМЯ ОТКРЫТИЙ»

Отправляйтесь в туристические походы по родному краю, открывайте новые места и сделайте свои первые шаги в активном туризме вместе с Движением Первых.



Присоединяйтесь к проекту по QR-коду!

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

23 сентября – день осеннего равноденствия.

В этот день продолжительность дня и ночи почти одинакова, а после него в Северном полушарии ночи становятся длиннее дней – так природа плавно готовится к зиме.

1 СОЛНЦЕ ПРОТИВ ТЕНИ ★★☆☆

Куда исчезает зеленый цвет листа – попробуйте провести эксперимент вместе с друзьями и найти ответ!

Возьмите несколько уже опавших зеленых листьев, разделите их на две группы: одну оставьте на освещенном подоконнике, а другую – в темном месте, и наблюдайте за ними 3 дня. Каждый день фотографируйте листья, сравнивайте их цвет и в конце соберите коллаж «Солнце или тень», отметив, где изменения произошли быстрее, и что именно вы заметили. Опубликуйте результат с хештегом **#КалендарьЮннатовПервых** и поделитесь открытием с друзьями и родными – предложите им угадать результат эксперимента до того, как покажете фотографии!

2 СЕКРЕТНАЯ ЖИЗНЬ МУРАВЬЕВ ★★☆☆

Представьте, что вы исследователи, которым предстоит подсмотреть, как устроен крошечный город прямо у нас под ногами!

Найдите муравейник и 2-3 дня наблюдайте за ним, не трогая и не тревожа его жителей: найдите, куда ведут муравьиные тропы, что муравьи несут, как встречаются друг с другом и из чего построен их дом. Установите телефон на безопасном расстоянии и вместе со взрослым снимите короткий таймлапс, чтобы увидеть движение муравьев в ускоренном режиме.

А если найти муравейник не получилось – проведите наблюдение по видео из проверенного источника. Выберите 2-3 самых удивительных открытия, добавьте их к ролику и устройте друзьям и родным видеопокз «Тайная жизнь муравейника».

С помощью взрослых поделитесь своими успехами в социальных сетях первичного отделения, и поинтересуйтесь у подписчиков, какие необычные факты о муравьях они знают!



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 указывать:

**#ПоходыПервых #БольшеЧемПутешествие #ЮннатыПервых
#КалендарьПервых**



ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ПРИРОДЫ | ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ

3 ПУТЕШЕСТВИЕ ПО ТРАДИЦИЯМ ★★☆☆

Отправляйтесь в путешествие по России и узнайте, почему в разных уголках страны народные традиции такие разные и интересные!

Выберите вместе со взрослым два региона России и найдите для каждого по 3 яркие традиции – например, народную песню или танец, необычный костюм, игрушку, роспись по ткани или дереву или другое ремесло. Рассмотрите фотографии и видео и сыграйте в «Найдите отличие»: определите, что у традиций двух регионов похоже, а что совсем не похоже. Выберите по одному элементу, который удивил вас больше всего. Оформите открытия в две карточки «Культурные чемоданчики», добавив картинки или собственные рисунки.

Попросите взрослых помочь с публикацией ваших результатов в социальных сетях, и спросите у подписчиков, традиции какого региона они захотели бы увидеть своими глазами.

4 ПУТЕШЕСТВИЕ В КОРОБКЕ ★★☆☆

Оказывается, летнее приключение можно спрятать в обычной коробке из-под обуви, главное – выбрать предмет для истории!

Принесите в первичное отделение один небольшой предмет, связанный с вашим летним путешествием или прогулкой, – например, открытку, билет, фотографию или сувенир – и подготовьте историю: откуда он, как оказался у вас и какое приключение напоминает.

Вместе с друзьями соберите все находки в «Музей путешествий в коробке», придумайте экспонатам названия и устройте экскурсию на первой встрече первичного отделения после лета или на празднике в честь дня осени – пусть это будет сценка или импровизированная лотерея с воспоминаниями о лете.



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 указывать:

#ПоходыПервых #БольшеЧемПутешествие #ЮннатыПервых
#КалендарьПервых



ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ПРИРОДЫ | ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ

ВСЕРОССИЙСКАЯ АКЦИЯ «НОСИКИ ПЕРВЫХ»

Присоединяйтесь к акции, помогайте животным из приютов обрести дом и станьте частью сообщества тех, кто превращает заботу в реальные добрые дела.



Переходите по QR-коду и принимайте участие в акции.

СЕРИЯ ПОХОДОВ «ВРЕМЯ ОТКРЫТИЙ»

Отправляйтесь в туристические походы по родному краю, открывайте новые места и сделайте свои первые шаги в активном туризме вместе с Движением Первых.



Присоединяйтесь к проекту по QR-коду!

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Коралловый риф работает как природный волнорез. Здоровые коралловые рифы способны поглощать до 97% энергии волн, защищая побережья от штормов, наводнений и эрозии.

1 ЭКО-КАРЬЕРА ★★☆☆

Кто будет спасать редкие виды, проектировать экологичные города и придумывать технологии переработки через 10 лет? Возможно, именно вы!

Выберите интересную профессию, связанную с экологией, например, эколога, биолога, инженера по переработке, специалиста по заповедным территориям или экодизайнера, и выясните, чем этот специалист занимается и какие навыки ему нужны.

Постройте маршрут из 5 шагов, которые можете начать выполнять уже сейчас: прочитать тематическую книгу, провести исследование, посетить экостанцию или заповедник, попробовать пройти тематический курс, принять участие в экологическом проекте – и возле каждого укажите, какой навык он поможет развить.

Оформите маршрут как карту с точкой «Я сегодня» и финишем «Моя экопрофессия», а первый доступный шаг попробуйте выполнить в ближайшее время. Опубликуйте свою карту в социальных сетях – возможно, пост прочитают специалисты отрасли, которые подскажут, как путь можно сократить.



2 ОХОТА ЗА ТЕКСТУРАМИ ★★☆☆

Превратите прогулку в фотоэкспедицию и попробуйте увидеть природу настолько близко, насколько обычно ее не замечаете.

За два дня найдите и сфотографируйте крупным планом 10 разных природных текстур, например, кору, мох, камень, траву, шишку, песок или следы животных, и к каждой придумайте одно слово-ощущение: «шершавое», «мягкое», «колючее», «хрупкое». Выберите 6-9 самых необычных кадров, соберите из них коллаж «Природа на ощупь» и предложите подписчикам в социальных сетях угадать по фотографии, что именно оказалось в объективе. Опубликуйте результаты своей фотоохоты с коротким рассказом о самой неожиданной находке и хештегом **#КалендарьЮннатовПервых**.



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 указывать:

**#ПоходыПервых #БольшеЧемПутешествие #ЮннатыПервых
#КалендарьПервых**



ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ПРИРОДЫ | ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ

3 КУЛЬТУРНЫЕ СОКРОВИЩА РЯДОМ ★★☆☆

Народное искусство может скрываться совсем рядом – возможно, одна из самых интересных культурных точек находится по дороге из вашей школы домой.

Найдите в своем городе или районе 3 места, где можно познакомиться с народным искусством: музей, мастерскую ремесленника, библиотеку, культурный центр или другую интересную площадку. Для каждой точки узнайте, что там можно увидеть или попробовать, и сформулируйте одну убедительную причину «Почему сюда стоит сходить», а затем объедините места в собственный культурный маршрут. Оформите его как карту или серию карточек «3 места – 3 причины побывать» и выберите точку № 1, с которой начали бы путешествие.

Поделитесь маршрутом с друзьями и родными и предложите им пройти хотя бы одну его точку вместе с вами.



4 КОД ОСЕНИ ★★★★★

Кто «перекрашивает» зеленые листья в желтые, оранжевые и красные – проведите расследование и найдите ответ прямо на деревьях.

Узнайте, как хлорофилл, каротиноиды и антоцианы влияют на цвет листьев, а затем найдите и сфотографируйте 3-4 листа разных осенних оттенков возле дома или в парке. Создайте для каждого «паспорт цвета»: определите дерево, назовите оттенок и объясните, какой пигмент помогает его увидеть – например, почему береза желтеет, а листья некоторых кленов приобретают красные тона. Соберите фотографии в пост «Палитра осени», коротко объясните превращения каждого листа и опубликуйте его с хештегом **#КалендарьЮннатовПервых**. Переходите по хештегу и изучайте, какой получилась палитра у других участников со всей России!



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 указывать:

**#ПоходыПервых #БольшеЧемПутешествие #ЮннатыПервых
#КалендарьПервых**



ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ПРИРОДЫ | ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ

ВСЕРОССИЙСКАЯ АКЦИЯ «НОСИКИ ПЕРВЫХ»

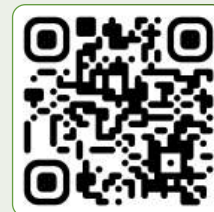
Присоединяйтесь к акции, помогайте животным из приютов обрести дом и станьте частью сообщества тех, кто превращает заботу в реальные добрые дела.



Переходите по QR-коду и принимайте участие в акции.

СЕРИЯ ПОХОДОВ «ВРЕМЯ ОТКРЫТИЙ»

Отправляйтесь в туристические походы по родному краю, открывайте новые места и сделайте свои первые шаги в активном туризме вместе с Движением Первых.



Присоединяйтесь к проекту по QR-коду!

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

27 сентября – Всемирный день туризма. А знаете ли вы, что театр и путешествия тесно связаны? В Древней Греции актеры часто путешествовали между городами-государствами, участвуя в театральных фестивалях. Эти поездки способствовали обмену культурным опытом, как и современные гастролы театров.

1 ПУТЕШЕСТВИЕ МЕЧТЫ БЛИЖЕ, ЧЕМ ВЫ ДУМАЕТЕ ★★☆☆

Кажется, что путешествия стоят слишком дорого? Превратите мечту в цифры – и проверьте, насколько она достижима на самом деле.

Выберите город или место, куда хотите отправиться, рассчитайте бюджет поездки – включите расходы на дорогу, проживание, питание, транспорт и развлечения – и определите сумму и срок накопления. В течение недели фиксируйте свои доходы и расходы, найдите необязательные траты и рассчитайте три сценария «медленный / комфортный / турбо», показывающие, сколько нужно откладывать каждую неделю и когда в каждом случае вы достигнете цели. Создайте отдельную копилку и в течение 3-4 недель следуйте выбранному сценарию, отмечая прогресс в записках, а в конце сравните план с фактом и определите, что больше всего помогало или мешало накоплению. Расскажите о своем финансовом маршруте друзьям и родным – возможно, вместе вы найдете еще один способ приблизить путешествие.

2 СЛЕД НА ВАШЕЙ ТАРЕЛКЕ ★★☆☆

У каждого блюда есть маршрут до вашей тарелки – попробуйте выяснить, какой из ваших обедов оказался самым «дальним» и ресурсоемким.

Составьте меню из 7 привычных блюд и исследуйте ключевые ингредиенты каждого: где они произведены, насколько издалека прибыли в страну, требуют ли переработки или особых условий хранения и какие факторы могут увеличивать их углеродный след. Сведите результаты в таблицу «Блюдо – ингредиенты – происхождение – факторы углеродного следа – оценка», а затем попробуйте заменить 2-3 ингредиента так, чтобы сделать меню экологичнее, но сохранить его разнообразным и доступным. Сравните версии «до/после» и сформулируйте 3 реалистичных правила более экологичного рациона, оформив результаты в пост с хештегом **#КалендарьЮннатовПервых**. Пригласите ваших подписчиков поделиться своими вычислениями!



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 указывать:

**#ПоходыПервых #БольшеЧемПутешествие #ЮннатыПервых
#КалендарьПервых**



ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ПРИРОДЫ | ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ

3 ОТ БАЗЫ ДО МАКСИМУМА ★★☆☆

Не ждите, пока кто-то составит план поездок за вас – спроектируйте год, который сами захотите запомнить.

Соберите команду и найдите 5 мест своего региона, куда вы обязательно хотите попасть за учебный год: природный объект, музей или историческую достопримечательность, спортивную локацию, предприятие или другое необычное пространство – это ваш «базовый минимум». Для каждого определите, зачем туда ехать, сколько времени и денег потребуется на поездку, а затем голосованием составьте общий рейтинг и разместите его в чате с друзьями первичного отделения (если не хотите публичности) или в социальных сетях. Рядом создайте список «Роскошный максимум», куда каждый сможет добавлять самые необычные идеи, и отмечайте каждую состоявшуюся поездку фотографией или стикером «Выполнено».

Поделитесь своим списком желаний с друзьями и родными и предложите им добавить место, которое обязательно стоит увидеть в вашем регионе.



4 БРАСЛЕТ ВАШИХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ ★★★★★

А что, если каждое новое путешествие, поход или туристический навык можно не только запомнить, но и носить с собой?

Сплетите браслет путешественника и придумайте систему туристических «ачивок»: например, новый цвет, бусина или узел за первый поход, 10 пройденных километров, ночевку в палатке, приготовление еды на костре или освоение нового туристического навыка. Начните с достижений, которые у вас уже есть, а рядом составьте список достижений, которые хотите получить до конца учебного года, – пусть браслет постепенно становится ярче с каждым новым приключением. Сравните вашу систему достижений с друзьями и делитесь в социальных сетях, какие «ачивки» появятся на ваших браслетах через несколько месяцев. Возможно, вы найдете себе новых компаньонов!



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 указывать:

#ПоходыПервых #БольшеЧемПутешествие #ЮннатыПервых
#КалендарьПервых



ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ПРИРОДЫ | ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ

ВСЕРОССИЙСКАЯ АКЦИЯ «НОСИКИ ПЕРВЫХ»

Присоединяйтесь к акции, помогайте животным из приютов обрести дом и станьте частью сообщества тех, кто превращает заботу в реальные добрые дела.



Переходите по QR-коду и принимайте участие в акции.

СЕРИЯ ПОХОДОВ «ВРЕМЯ ОТКРЫТИЙ»

Отправляйтесь в туристические походы по родному краю, открывайте новые места и сделайте свои первые шаги в активном туризме вместе с Движением Первых.



Присоединяйтесь к проекту по QR-коду!

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В 2022 году гостиницы, рестораны и другие предприятия общественного питания создали около 290 млн тонн пищевых отходов, а всего домохозяйства, торговля и общепит – около 1,05 млрд тонн. Пищевые потери и отходы связаны примерно с 8-10% мировых выбросов парниковых газов, при этом изменение организации питания в одной из гостиничных программ UNEP позволило сократить пищевые отходы на 26%.

1 КТО УПРАВЛЯЕТ ВАШИМИ ЖЕЛАНИЯМИ? ★★☆☆

Вы действительно сами решаете, что купить, или часть ваших желаний кто-то спроектировал заранее?

Изучите, как менялось отношение к потреблению, а затем проведите аудит 10 своих последних покупок: что было действительно необходимо, а что появилось под влиянием рекламы, трендов, скидок, блогеров или желания получить эмоции. Посчитайте стоимость необязательных покупок и разберите их возможный «след»: упаковку, использованные ресурсы, срок службы и возможность повторного использования. После проведенного аудита выберите одну привычку, которую готовы изменить. Оформите результаты как пост или инфографику «Мои желания ПРОТИВ моих потребностей» и сформулируйте 3 правила, которые помогут принимать более осознанные решения при покупке чего-либо. Обсудите эксперимент с друзьями и родными и сравните, какие триггеры чаще всего заставляют разных людей покупать то, чего они изначально не планировали.



2 ТУРИСТИЧЕСКИЙ МАРШРУТ БЕЗ БАНАЛЬНОСТЕЙ ★★☆☆

Представьте, что вам нужно показать свой город человеку, который уже видел все места из первой страницы путеводителя. Разработайте маршрут из 5-7 небанальных точек, объединенных одной темой – промышленной историей, архитектурой, природой, локальной кухней, современным искусством или другой идеей, – рассчитайте расстояние и время прохождения. Нанесите маршрут на онлайн-карту и подготовьте короткое описание, которое убедит туриста выбрать именно его. Проведите пробную экскурсию и расскажите о вашем предложении в социальных сетях.



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 указывать:

#ПоходыПервых #БольшеЧемПутешествие #ЮннатыПервых
#КалендарьПервых



ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ПРИРОДЫ | ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ

3 ВТОРАЯ ЖИЗНЬ ТУРИСТИЧЕСКОГО СНАРЯЖЕНИЯ ★★☆☆

Порванная палатка, старый баннер или изношенный туристический рюкзак не обязательно должны отправляться в мусор. Выберите один вид отслужившего туристического снаряжения и разработайте концепцию его апсайклинга в новый полезный предмет, продумав конструкцию, необходимые материалы и способ изготовления. Создайте эскиз или прототип и покажите, какую часть исходного материала удалось использовать повторно.

4 ВЫРАСТИТЕ ЮНОГО ТУРИСТА ★★★

Представьте, что именно вам поручено провести для младших школьников их первую тренировку перед будущим первым походом.

Спроектируйте развивающий туристский бокс для детей: выберите 5-7 безопасных элементов туристского снаряжения или их имитаций – фастексы, шнуровки, карабины, утяжки, компас, элементы рюкзака – и придумайте, как через игру научить ребенка ими пользоваться. Для каждого элемента создайте задание: например, застегнуть крепление, собрать рюкзак или определить направление. Затем нарисуйте схему бокса и объясните, какие навыки он развивает. Организуйте тестовую игру с прототипом для наставляемых и определите, какие задания оказались понятными, интересными и безопасными, а какие нужно доработать. Поделитесь результатом в соцсетях и предложите им придумать еще одно испытание для будущего туриста.



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 указывать:

#ПоходыПервых #БольшеЧемПутешествие #ЮннатыПервых
#КалендарьПервых

