

КАЛЕНДАРЬ ПЕРВЫХ

Первые



ПАТРИОТИЗМ И ИСТОРИЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ

ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

ВОЛОНТЕРСТВО И ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО

ДИПЛОМАТИЯ И МЕЖДУНАРОДНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

СООБЩЕСТВО «РОДНЫЕ – ЛЮБИМЫЕ»

СПОРТ

ТРУД, ПРОФЕССИЯ И СВОЕ ДЕЛО

НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ

ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ

ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ПРИРОДЫ

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ
ЖИЗНИ



ЯНВАРЬ-ФЕВРАЛЬ 2026

ЧАСТЬ 2

НАЧАЛО ГОДА
В КРУГУ СЕМЬИ

Развивайтесь с Движением Первых!

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

Каждый месяц – новые интересные задания: для всех возрастов на разные темы

Что вы получите:

- новые навыки, которые точно пригодятся в жизни
- возможность делать что-то классное с друзьями или самостоятельно
- море удовольствия и гордость за свои достижения

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

Всероссийские акции Движения Первых

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

Как провести Всероссийские акции в январе-феврале 2026 года, вы можете узнать на сайте акции.будьвдвижении.рф, перейдя по QR-коду.

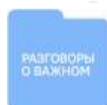


Ищите в Календаре Первых задания от партнеров Движения Первых – они маркированы логотипами.

росмолодёжь

добро.рф

ТАВРИДА^{ART}



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ
ДЕТСТВА, СЕМЬИ
И ВОСПИТАНИЯ



Третьяковская
галерея

Задания, выделенные пунктирными рамками, выполняйте на зимних каникулах!

ДЛЯ КУРАТОРОВ ПЕРВИЧНЫХ ОТДЕЛЕНИЙ, НАСТАВНИКОВ И ПЕДАГОГОВ

КУРАТОРЫ ПЕРВИЧНЫХ ОТДЕЛЕНИЙ ДВИЖЕНИЯ ПЕРВЫХ

Хотите всегда быть в курсе главных событий Движения и получать рабочие инструменты для развития вашего отделения? Присоединяйтесь к каналу «Кураторы первичных отделений Движения Первых».

В нашем канале – только полезное:

- Эксклюзивные материалы для работы с участниками
- Полезные методики и инструменты
- Свежие анонсы мероприятий и конкурсов
- Ответы на вопросы от экспертов
- Обмен опытом с коллегами

Не упустите возможность быть в курсе всех новостей и получать поддержку от профессионального сообщества!



МЕТОДИЧКА ДЛЯ УРОКА ПО ФИНАНСОВОЙ ГРАМОТНОСТИ ОТ СБЕРОБРАЗОВАНИЯ!

Наши друзья подготовили для вас методичку, которая поможет сделать уроки еще интереснее и ближе к реальной жизни учеников.

В ней собраны:

- сценарии и примеры занятий,
- шаблоны и идеи для практических упражнений,
- приемы интеграции финграма в другие предметы.

А чтобы сразу показать ученикам, как знания работают на практике, в методичке есть ссылки на задания из бесплатного Марафона по функциональной грамотности.

Скачайте методичку по QR-коду

А если ученикам понравится формат, пригласите их пройти «домик» по финансовой грамотности в Марафоне от СберОбразования!



Марафон по функциональной грамотности



Методичка для урока по финансовой грамотности

ОСТРОВА ПРИКЛЮЧЕНИЙ

Бесплатные методические разработки, которые помогают педагогам и воспитателям обучать ребят правилам безопасного поведения на улице.

Позаботьтесь о своих учениках и проведите уроки, которые покажут, что соблюдать правила безопасного поведения: критически важно, совсем не сложно, не является чем-то «зазорным», а, напротив, – показателем взрослости и самостоятельности.

Изучите материалы и проведите уроки с 20 ноября 2025 года до 30 июня 2026 года и получите благодарность за участие.

Подробности по QR-коду.



ЦИКЛ ВИДЕОЛЕКЦИЙ «ПЕРВИЧНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ: ОСНОВЫ РАБОТЫ»

Это готовое руководство для кураторов и наставников. За 10 видеороликов вы получите всю необходимую базу: от создания отделения и планирования до привлечения партнеров и оценки результатов. Создайте первичное отделение, которое станет настоящим центром возможностей – для детей, молодежи и родителей!



Календарь Первых

ЯНВАРЬ-ФЕВРАЛЬ 2025

Откройте для себя мир пользы и безопасности вместе с марафоном «Первые. Навыки для жизни».

Новые выпуски по QR-коду.



Изучайте Азбуку кибербезопасности Движения Первых и проходите квиз по ней.

Подробности по QR-коду.



Изучайте Азбуку психологической безопасности Движения Первых по QR-коду.



Изучайте Азбуку финансовой безопасности Движения Первых и проходите квиз по ней.

Подробности по QR-коду.



МУЗЕЙНОЕ ДЕЛО

Задумывались ли вы о силе музейного наследия?

Развивайте художественный вкус и учитесь делиться впечатлениями от искусства!

Совместно с командой или семьей посмотрите документальный фильм «Музейное дело», обсудите его и выберите одно произведение русского художника из собрания Третьяковской галереи, которое вас особенно тронуло. Подготовьте публикацию: разместите изображение картины, кратко расскажите об истории ее создания и художнике, а также поделитесь своим личным мнением – почему именно эта работа стала для вас открытием.

Опубликуйте свою виртуальную экспозицию на личной странице или странице вашего первичного отделения в социальной сети «ВКонтакте» до 25 января 2026 года с хештегами [#МузейноеДело2026](#) [#МояТретьяковка](#) [#КалендарьПервых!](#)



росмолодёжь



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА, СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ



Третьяковская галерея

ОНЛАЙН-КУРСЫ АКАДЕМИИ ТВОРЧЕСКИХ ИНДУСТРИЙ «МЕГАНОМ»

Пройдите онлайн-курс и получите сертификат!

Выберите для прохождения понравившийся онлайн-курс Академии творческих индустрий «Меганом» на сайте по QR-коду.

По результатам прохождения курса получите сертификат. Выложите фотографию сертификата в свои соцсети с отзывом о программе.

В отзыве укажите, что понравилось/не понравилось, чему научились, чем курс оказался полезен для вас. Добавьте в текст отзыва хештеги [#Таврида_Любовь](#) [#КалендарьПервых](#) и отметьте соцсети Тавриды (VK и TG: @tavrida_art).

ТАВРИДА•АРТ



ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС «ОТКРЫВАЙ СТРАНУ»

Присоединяйтесь к походному движению, которое объединяет тех, кто ценит природу, историю и приключения! Вас ждут увлекательные задания: от изучения уникальных природных уголков и древних легенд до практических навыков.

Это не просто соревнование – это возможность расширить кругозор, выйти за рамки учебников и найти единомышленников по всей стране.

Участвовать можно как в команде, так и индивидуально – форматы и задания адаптированы для разных возрастов.



добро.рф

ДЕЛАЙТЕ ДОБРО ВМЕСТЕ С НАМИ!

С 12 по 16 января участники Движения Первых по всей стране присоединяются к Всероссийской просветительской акции «Делай добро» в рамках проекта «Благо Твори» совместно с платформой Добро.рф. 12-15 января – проведите классный час «Делай добро»

16 января – станьте частью Всероссийского флешмоба и исполните Гимн Добро.рф «ЧТОТОНАДОБРОМ»

Делайте добро, творите благо и вдохновляйте других своим примером!

Все материалы, инструкции и подробная информация – по QR-коду.

[#ДелайДобро](#) [#БлагоТвори](#) [#ДвижениеПервых](#) [#ДоброРФ](#) [#МеждународныйГодДобровольца](#)



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. КНИЖНЫЙ КЛУБ

КНИГА МЕСЯЦА

«Мороз Иванович», Владимир Одоевский

В доме со строгой няней Прасковьей жили две девочки – трудолюбивая Рукодельница и ленивая Ленивица. Однажды ведро Рукодельницы упало в колодец, и няня велела ей достать его. Спустившись вниз, девочка оказалась в волшебном месте, где встретила Мороза Ивановича.

*Эти задания выполняйте
на зимних каникулах*

ОТКРЫВАЕМ НОВУЮ СТРАНИЦУ В ЛИТЕРАТУРНОМ ТВОРЧЕСТВЕ!

Всероссийский проект «Первые строки» для тех, кто хочет прикоснуться к миру литературы, любит читать, писать произведения и рисовать.

Участие в мероприятиях и конкурсах проекта – это уникальная возможность развить талант писательства, проявить любовь к творчеству, попробовать себя в роли не только писателя, но и художника, иллюстратора и даже сценариста.

Подать заявку можно будет уже в январе! Следите за новостями в Телеграм-канале или группе ВКонтакте Движение Первых. Творчество.

1 СКАЗОЧНЫЙ СЛОВАРИК ★★☆☆

Выберите 5-7 необычных или интересных слов из любимой сказки или книги, запишите их и объясните своими словами так, будто рассказываете другу.

К каждому слову можно нарисовать забавную иллюстрацию – пусть словарь получится ярким и волшебным!

Это расширит ваш словарный запас и позволит говорить четко и красиво!

2 ЛИТЕРАТУРНАЯ СНЕЖИНКА ★★☆☆

Возьмите обычную бумажную снежинку и на каждом ее луче запишите мудрые, смешные или добрые цитаты из ваших любимых книг.

Это могут быть пословицы, поговорки, крылатые фразы или просто запоминающиеся моменты из произведений.

Подумайте, какой смысл несет каждая цитата, почему она важна для вас. После этого поделитесь со своими друзьями, что означают эти слова и почему вы выбрали именно их.

5 КНИГА МЕЧТЫ ★★☆☆

Придумайте свою волшебную книгу: нарисуйте главного героя (может быть даже вы сами в роли смельчака!) и сочините короткую историю – где происходит действие, с кем герой дружит и какое чудо он совершает.

Оформите все как настоящую книгу с обложкой, названием и даже «автографом» автора и поделитесь ей с друзьями или всем первичным отделением!

4 ЗИМНЯЯ РИФМОВКА ★★☆☆

Придумайте свои удивительные рифмы к словам зимней тематики.

Попробуйте подобрать созвучные слова к таким зимним чудесам, как «снег», «мороз», «снежинка», «елка» и так далее, например, «снег – оберег».

Сложите рифмы в стихотворение и покажите его в социальных сетях!

3 ЛИТЕРАТУРНЫЙ ЛЮБИМЕЦ ★★☆☆

Выберите героя из любимой книги и нарисуйте его так, будто он шагнул прямо со страниц в вашу тетрадку!

На обратной стороне листа напишите: «Мне он нравится, потому что...» – и поделитесь своим рисунком с друзьями или в соцсетях первичного отделения.



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

#КнижныйКлубПервых #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. КНИЖНЫЙ КЛУБ

6 ЗАКЛАДКА С СЮЖЕТОМ ★★☆☆

Выберите любимого героя или волшебный предмет из книги и нарисуйте его на плотной бумаге.

Вырежьте изображение и приклейте к яркой полоске-основе – получится закладка, которая не только укажет страницу, но и расскажет историю.

7 А ЧТО ЕСЛИ?... ★★☆☆

Выберите любую новогоднюю сказку и придумайте ей совершенно новую, неожиданную концовку. Например, Дед Мороз вдруг просит помощи у детей, а Снегурочка отправляется в космос! Оформите свою версию как книгу с рисунками или короткий комикс и поделитесь ей с друзьями в первичном отделении.

8 ФЕСТИВАЛЬ СКАЗОЧНЫХ ЗАГАДОК ★★☆☆

Придумайте оригинальные загадки про героев любимых сказок, волшебные предметы или сказочные явления.

Используйте яркие образы, метафоры и сравнения. Каждая загадка должна быть понятной, но не слишком простой: постарайтесь заинтриговать отгадывающего. Можно загадывать персонажей из народных сказок, современных историй или даже придумывать собственных героев. Главное – чтобы загадка была связана со сказочной тематикой.

Вы можете провести чемпионат по отгадыванию ваших загадок в семье или в вашем первичном отделении или просто опубликовать ваши загадки в соцсетях.

9 ЖИВАЯ ИЛЛЮСТРАЦИЯ ★★★★★

Выберите яркий и запоминающийся момент из произведения (например, встречу Колобка с Лисой или интересный разговор героев между собой) и вместе с друзьями поставьте небольшой спектакль.

Разделите роли между участниками, продумайте, как лучше показать этот эпизод, какие движения и выражения лица подойдут героям. У вас получится настоящая театральная постановка, которая поможет лучше понять характеры персонажей и их поступки!

Покажите свое творчество другим ребятам, ведь делиться искусством очень интересно и весело!

10 НОВОГОДНИЙ БУКЛЕТ ★★★★★

Выберите самую волшебную новогоднюю или рождественскую сказку и создайте к ней яркую, детализированную иллюстрацию.

Ваша главная цель – чтобы все отдельные работы объединились в одну гармоничную и праздничную книгу. Подумайте, как ваш рисунок может стать важной и понятной частью этой общей истории.



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

#КнижныйКлубПервых #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. КНИЖНЫЙ КЛУБ

КНИГА МЕСЯЦА

«Чук и Гек», Аркадий Гайдар

История о приключениях семилетнего Чука и шестилетнего Гека. Они жили в Москве с мамой, а папа находился в далёкой геологической экспедиции и очень скучал по своим мальчишкам. Однажды, под самый Новый год, папа написал письмо, в котором приглашал семью в гости. Чук и Гек обрадовались — ведь они отправляются в самое настоящее путешествие, где их будут ждать удивительные приключения.

Эти задания выполняйте на зимних каникулах

ОТКРЫВАЕМ НОВУЮ СТРАНИЦУ В ЛИТЕРАТУРНОМ ТВОРЧЕСТВЕ!

Всероссийский проект «Первые строки» для тех, кто хочет прикоснуться к миру литературы, любит читать, писать произведения и рисовать.

Участие в мероприятиях и конкурсах проекта – это уникальная возможность развить талант писательства, проявить любовь к творчеству, попробовать себя в роли не только писателя, но и художника, иллюстратора и даже сценариста.

Подать заявку можно будет уже в январе! Следите за новостями в Телеграм-канале или группе ВКонтакте Движение Первых. Творчество.

1 КНИЖНЫЙ СЛОГАН



Создайте яркий и запоминающийся слоган для книги, которую вы недавно прочитали.

Придумайте такой девиз, который заставит других ребят захотеть прочитать эту книгу, как самую крутую!

Подумайте, что самое интересное и увлекательное в этой истории, и постарайтесь передать это в короткой, но яркой фразе, как будто рекламируете самый модный продукт сезона. Пусть ваш слоган будет таким заманчивым, чтобы все захотели прочитать эту книгу прямо сейчас!

Опубликуйте ваш слоган на вашей странице в социальных сетях и вдохновляйте ребят на чтение!

2 ЛИТЕРАТУРНЫЙ ПРОГНОЗ



Откройте любую книгу, которая вам нравится, на случайной странице и найдите первое полное предложение – это будет ваше литературное предсказание на день!

Прочитайте его вслух и поделитесь с друзьями своими мыслями: как вы думаете, что оно может означать, какое настроение создает, и как может повлиять на ваш день?

Это интересный способ взглянуть на любимые книги под новым углом!

4 КНИЖНАЯ ЗАКЛАДКА



Создайте собственную книжную закладку с иллюстрациями и заметками о любимой книге.

Ваша закладка может быть в форме закладки-уголка, ленты или даже необычной фигуры, связанной с сюжетом произведения.

На одной стороне разместите яркий рисунок или коллаж с главными героями и важными моментами из книги, а на другой – напишите интересные факты о произведении, любимые цитаты или свои мысли о прочитанном.

Ваши книжные закладки могут стать особенными новогодними подарками для других участников вашего Книжного клуба. Представьте, как приятно будет получить такой душевный сюрприз от друга-книголюб!

3 ПОРТРЕТ ПИСАТЕЛЯ



Предлагаем вам создать яркий и креативный постер, посвященный жизни и творчеству замечательного писателя Аркадия Гайдара, чей день рождения празднуется в январе.

Вы можете оформить его как увлекательный комикс, стильный рекламный плакат или в любом другом художественном стиле, который вам нравится.

Включите в свой постер самые интересные и важные факты из биографии писателя, названия его знаменитых произведений и то, чем он запомнился читателям. Пусть ваша работа будет не только информативной, но и привлекательной для всех участников Книжного клуба!

5 ЛИТЕРАТУРНЫЙ ПАЗЛ



Выберите три произведения разных жанров (например, сказка, стихотворение и рассказ) и найдите в них общие темы, мотивы или образы.

Создайте собственную историю, в которой переплетаются элементы выбранных произведений. Ваша задача – сохранить стиль каждого автора, но создать новое, оригинальное повествование. Подумайте, как могут встретиться персонажи из разных книг, какие приключения их ждут, как переключаются идеи авторов в вашем новом произведении.

Не забудьте поделиться своими литературными открытиями в социальных сетях! Опубликуйте фрагменты получившихся историй и расскажите, какие произведения вы соединили.



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

#КнижныйКлубПервых #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. КНИЖНЫЙ КЛУБ

6 ДРУГАЯ ИСТОРИЯ ★★☆☆

Выберите интересного второстепенного персонажа из любимой книги и придумайте собственную историю об одном дне из его жизни – таком, о котором автор оригинального произведения даже не рассказывал!

Напишите небольшой сценарий или запишите аудиоисторию, погрузившись в мир вашего героя: что он делает, о чем думает, с кем встречается, какие приключения с ним происходят. Дайте волю фантазии и создайте уникальную историю, которая станет прекрасным дополнением к любимой книге!

Подумайте, что вы можете сделать с вашими сценариями?



7 ЛИТЕРАТУРНЫЙ КРОССВОРД ★★☆☆

Разделитесь на три команды: одна будет представлять романтизм, вторая – классицизм, а третья – реализм.

Каждая команда создаст свой уникальный кроссворд с интересными вопросами об авторах и произведениях выбранного направления.

Используйте специальный генератор кроссвордов по QR-коду, чтобы создать красивую сетку, а затем обменяйтесь работами с другими командами и попробуйте разгадать их кроссворды за определенное время.



Это отличная возможность проверить свои знания и узнать что-то новое о разных литературных направлениях в веселой и увлекательной форме!

8 КОЛЛАЖ ★★☆☆

Выберите свою любимую книгу и сделайте яркую композицию, которая отразит главные события, героев и атмосферу.

В вашем коллаже могут быть портреты персонажей, важные предметы из книги, пейзажи или символы, связанные с сюжетом. Не забудьте добавить название произведения и имя автора в самом видном месте!

Это отличный способ проявить свою творческую натуру и поделиться своими впечатлениями о книге с другими участниками клуба в необычной и привлекательной форме.

9 СЮЖЕТ В XXI ВЕКЕ ★★★

Представьте, что ваши любимые сказочные герои оказались в XXI веке: как бы они жили сейчас, с какими проблемами столкнулись, какие приключения их ждут?

Перепишите известный сюжет, добавив современные детали: гаджеты, социальные сети, актуальные проблемы. Подумайте, как изменились бы характеры героев в новых условиях, какие новые конфликты могли бы возникнуть.

Ваша современная сказка должна сохранить основной смысл и мораль оригинального произведения, но при этом быть интересной и понятной вашим сверстникам, которые никогда не слышали о старом варианте.

10 ЛИТЕРАТУРНАЯ ИГРА ★★★

Создайте собственную литературную игру по мотивам любимой книги.

Придумайте увлекательные задания, викторины или головоломки, которые помогут другим ребятам лучше узнать произведение и его героев. Ваша игра может включать вопросы на знание текста, творческие задания, ролевые элементы или даже квест. Подумайте, как сделать ее не только познавательной, но и веселой, чтобы все участники получили удовольствие от процесса.

Не забудьте придумать яркое название для своей игры и подробно описать правила, чтобы другие ребята могли легко в нее играть!



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

#КнижныйКлубПервых #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. КНИЖНЫЙ КЛУБ

КНИГА МЕСЯЦА

«Господа Головлевы», Михаил Салтыков-Щедрин

Арина Петровна – строгая и практичная помещица, перед которой трепещут не только слуги, но и семья. Несмотря на богатство, она тщательно контролирует бюджет и ограничивает траты. Однако над родовым поместьем сгущаются тучи, когда женщина теряет власть из-за вероломных интриг сына Порфирия.

Эти задания выполняйте на зимних каникулах

ОТКРЫВАЕМ НОВУЮ СТРАНИЦУ В ЛИТЕРАТУРНОМ ТВОРЧЕСТВЕ!

Всероссийский проект «Первые строки» для тех, кто хочет прикоснуться к миру литературы, любит читать, писать произведения и рисовать.

Участие в мероприятиях и конкурсах проекта – это уникальная возможность развить талант писательства, проявить любовь к творчеству, попробовать себя в роли не только писателя, но и художника, иллюстратора и даже сценариста.

Выбирайте свою возрастную категорию, номинацию и создавайте творческую работу, которая может стать частью сборника творческих работ победителей «Первые строки».

Подать заявку можно будет уже в январе! Следите за новостями в телеграм-канале или группе ВКонтакте Движение Первых.Творчество.

1 ЛИТЕРАТУРНЫЙ БЛОГ ★★☆☆

Создайте серию постов для литературного блога вашего первичного отделения, посвященного анализу вашего любимого произведения.

Напишите 3-4 поста, в каждом из которых раскройте разные аспекты книги: характеры героев, символику, скрытые смыслы или интересные факты о создании произведения.

Используйте современный язык и формат социальных сетей, добавьте хештеги и призывы к обсуждению. **Постарайтесь сделать ваши посты увлекательными и познавательными, чтобы привлечь внимание других читателей и побудить их к обсуждению книги!**

2 КАНАЛ ЛИТЕРАТУРНОГО ПЕРСОНАЖА ★★☆☆

Представьте, что вы – популярный SMM-менеджер, которому доверили вести социальные сети любимого литературного героя. Выберите персонажа из книги и создайте от его имени три новогодних поста о том, как он проводит зимние каникулы: добавьте креативные подписи и придумайте, какие фотографии или иллюстрации могли бы проиллюстрировать его праздничные дни.

Подумайте, как бы ваш герой рассказывал о новогоднем настроении, какие детали из его характера и истории отразились бы в постах, и как бы он взаимодействовал с «подписчиками». **Пусть ваши публикации будут яркими, оригинальными и максимально точно передадут личность выбранного персонажа!**

3 ПОЭТИЧЕСКОЕ УХУДШЕНИЕ ★☆☆☆

Проведите эксперимент с известным стихотворением. Выберите произведение любимого поэта и сделайте 10 и более «ухудшающих» правок: замените слова на синонимы, измените порядок строк, нарушите ритм и рифму.

После внесения изменений сравните оригинальное стихотворение с вашей версией – обратите внимание, как трансформировался смысл, настроение и музыкальность текста. Этот эксперимент поможет вам лучше понять, насколько важна каждая деталь в поэтическом произведении и как тонко работают инструменты художественного языка!

5 ДЕНЬ ОТКРЫТЫХ КНИГ ★★☆☆

Привлеките новых участников в наш книжный клуб и покажите им, насколько увлекательным может быть мир чтения.

Предлагаем вам организовать «День открытых книг» – яркое мероприятие для всех желающих познакомиться с вашим клубом! Ваша задача – подготовить три главных элемента встречи:

- книжную выставку с самыми интересными книгами из нашей коллекции,
- литературную викторину с вопросами и призами,
- мастер-класс по созданию закладок для книг.

Дополнительно подготовьте короткое приветствие для гостей, где расскажете о вашем клубе, его традициях и самых ярких мероприятиях. Подумайте над тем, как сделать встречу веселой, полезной и запоминающейся.

Делитесь фотографиями и впечатлениями от встречи в социальных сетях! Расскажите, как прошел «День открытых книг», покажите самые интересные моменты и реакции новых участников.

4 ПУТЕВОДИТЕЛЬ ЧИТАТЕЛЯ ★☆☆☆

Выберите любое произведение из школьной программы и составьте к нему путеводитель читателя – выделите ключевые моменты сюжета, найдите важные цитаты и объясните их значение. Создайте карту основных тем и идей произведения, покажите, как они переплетаются между собой.

В вашем путеводителе должны быть:

- главная тема произведения,
- три ключевые цитаты с пояснениями,
- пять важных символов и их значение,
- связь между основными событиями.

Поделитесь своими открытиями в социальных сетях! Пусть другие участники книжного клуба увидят, как глубоко можно погрузиться в чтение любимых книг.



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

#КнижныйКлубПервых #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. КНИЖНЫЙ КЛУБ

6 АЛЬТЕРНАТИВНАЯ КОНЦОВКА ★★☆☆

Переосмыслите финал любимого произведения из школьной программы! Выберите книгу, которая вас особенно впечатлила, и создайте альтернативную версию финала одной из ключевых глав или всего произведения (объемом 1-1,5 страницы).

Пофантазируйте, как могли бы развиваться события, если бы герои приняли другое решение, и опишите, к каким последствиям это привело бы. Не забудьте объяснить, как ваша версия финала изменила бы общий смысл произведения и характеры персонажей – это поможет глубже понять авторский замысел и мастерство писателя!

7 КНИЖНЫЙ СТАРТ ★★☆☆

Предлагаем вам организовать особенную первую в 2026 году встречу книжного клуба!

Разделите всех участников на 3 группы, и каждая группа подготовит свой элемент встречи:

- первая группа создаст уютную атмосферу – подберет музыку, украсит пространство, придумает приветствие для всех;
- вторая группа подготовит короткое выступление с любимыми цитатами из книг и рассказом о своих любимых произведениях;
- третья группа организует веселую книжную викторину для всех участников.

В конце встречи все вместе обсудите планы на год и выберите самые интересные темы для следующих встреч.

Не забудьте поделиться фотографиями и впечатлениями от встречи в социальных сетях!

9 КНИЖНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ ИДЕЙ ★★☆☆

Разработайте и проведите тематическое мероприятие, где каждый участник сможет представить свое видение любимого произведения через различные форматы: театрализованные постановки, поэтические чтения, книжные дебаты или творческие мастер-классы.

Ваша задача – создать программу фестиваля, включающую:

- три основных блока мероприятий разных форматов,
- интерактивную зону для свободного общения участников,
- закрытие с подведением итогов и награждением самых активных участников.

При разработке программы учитывайте интересы разных возрастных групп и жанры литературы. Подумайте над оформлением пространства, музыкальным сопровождением и способами вовлечения аудитории.

Поделитесь результатами вашей организационной работы в социальных сетях! Расскажите о подготовке и проведении фестиваля, покажите яркие моменты и отзывы участников.

10 КНИЖНЫЙ МАРАФОН ★★☆☆

Предлагаем вам разработать серию интересных мероприятий для всего первичного отделения! В рамках марафона вы проведете:

- книжную ярмарку – организуете обмен книгами и их презентацию;
- литературную викторину – подготовите интересные вопросы по известным произведениям;
- творческую мастерскую – проведете мастер-класс по созданию закладок и иллюстраций к книгам;
- «дегустацию» книг – представите новинки литературы в формате коротких обзоров;
- театральную уголок – покажете небольшие сценки по любимым произведениям.

Каждый участник команды возьмет на себя ответственность за одно из направлений и подготовит подробный план его реализации.

Поделитесь результатами вашей работы в социальных сетях! Расскажите о подготовке марафона, опубликуйте яркие моменты и отзывы участников.



8 КНИЖКА ДЛЯ МАЛЫША ★★☆☆

Предлагаем вам создать собственную интерактивную книжку для малышей.

Возьмите обычный блокнот или лист бумаги, сложите его в книжку-раскладушку и наполните ее короткими увлекательными историями. Добавьте подвижные элементы: кармашки, клапаны, текстуры – все то, что можно не только читать, но и трогать. Украсьте страницы рисунками, наклейками и другими декоративными элементами. Ваша книжка может содержать сказки, загадки или простые познавательные рассказы.

Пусть ваше творчество подарит радость маленьким читателям!



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

#КнижныйКлубПервых #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. КНИЖНЫЙ КЛУБ

КНИГА МЕСЯЦА

«Морфология волшебной сказки», Владимир Пропп

Сказки окружают и притягивают нас с детства: там любые чудеса становятся явью, герои спасают мир, а добро всегда побеждает зло. Но знаем ли мы, что на самом деле скрывается за любимыми волшебными историями?

Где находится Тридесятое царство? Кто стоит за образами Кощея и Бабы-яги? Как передвигается избушка на курьих ножках и почему для оживления нужна мертвая вода? Известный филолог и фольклорист В. Я. Пропп приоткрывает завесу тайны и предлагает разобраться, как в сказках нашли отражение смыслы и архетипы далеких времен.

*Эти задания выполняйте
на зимних каникулах*

ОТКРЫВАЕМ НОВУЮ СТРАНИЦУ В ЛИТЕРАТУРНОМ ТВОРЧЕСТВЕ!

Всероссийский проект «Первые строки» для тех, кто хочет прикоснуться к миру литературы, любит читать, писать произведения и рисовать.

Участие в мероприятиях и конкурсах проекта – это уникальная возможность развить талант писательства, проявить любовь к творчеству, попробовать себя в роли не только писателя, но и художника, иллюстратора и даже сценариста.

Подать заявку можно будет уже в январе! Следите за новостями в Телеграм-канале или группе ВКонтакте Движение Первых. Творчество.

1 ПОЭТИЧЕСКИЙ ПЕРФОМАНС



Найдите стихотворение о зиме в русской поэзии, выучите наизусть самый цепляющий отрывок и снимите на видео – получится настоящий поэтический перформанс!

Записывайте видео с душой, добавьте атмосферные кадры зимней природы или минималистичный фон – пусть ваше исполнение будет не просто декламацией, а настоящим творческим представлением.

Поделитесь результатом в соцсетях, используя хештеги клуба.

2 КНИГОЛЮБЫ



Предлагаем вам исследовать мир книжных блогов.

Найдите 3-5 интересных аккаунтов, которые рассказывают о книгах, проанализируйте, что в них привлекает читателей (формат постов, подача материала, визуальное оформление).

Затем разработайте концепцию собственного блога: определите свою уникальную тему (например, рецензии на новинки, обзоры классических произведений или книжные рекомендации для разных возрастов), выберите формат публикаций (тексты, фото, видео) и продумайте, чем ваш блог будет отличаться от других.

Создайте пробные посты и поделитесь своими находками с клубом!

3 ЛИТЕРАТУРНЫЕ МЕМЫ



Предлагаем вам творческое задание – создать серию юмористических иллюстраций (мемов) с участием известных литературных героев или писателей. Используйте узнаваемые образы персонажей, добавьте к ним современные ситуации или остроумные подписи, которые отражают характер и особенности героев.

Ваши мемы могут быть основаны на известных сюжетных моментах или личностных качествах персонажей – главное, чтобы они были понятными и вызвали улыбку у других участников клуба, при этом сохраняя связь с оригинальным произведением.

4 ПАНТОМИМА



Весело проведите время за увлекательной игрой в литературную пантомиму! Подготовьте карточки с именами известных литературных героев, с семьей или друзьями по очереди вытягивайте их и пытайтесь без слов, только с помощью жестов и мимики, изобразить загаданного персонажа, а остальные участники должны его угадать.

Это отличный способ не только повеселиться в компании, но и проверить, насколько хорошо вы знаете характеры и особенности поведения любимых литературных героев!

5 КНИЖНЫЙ СЕНДАП



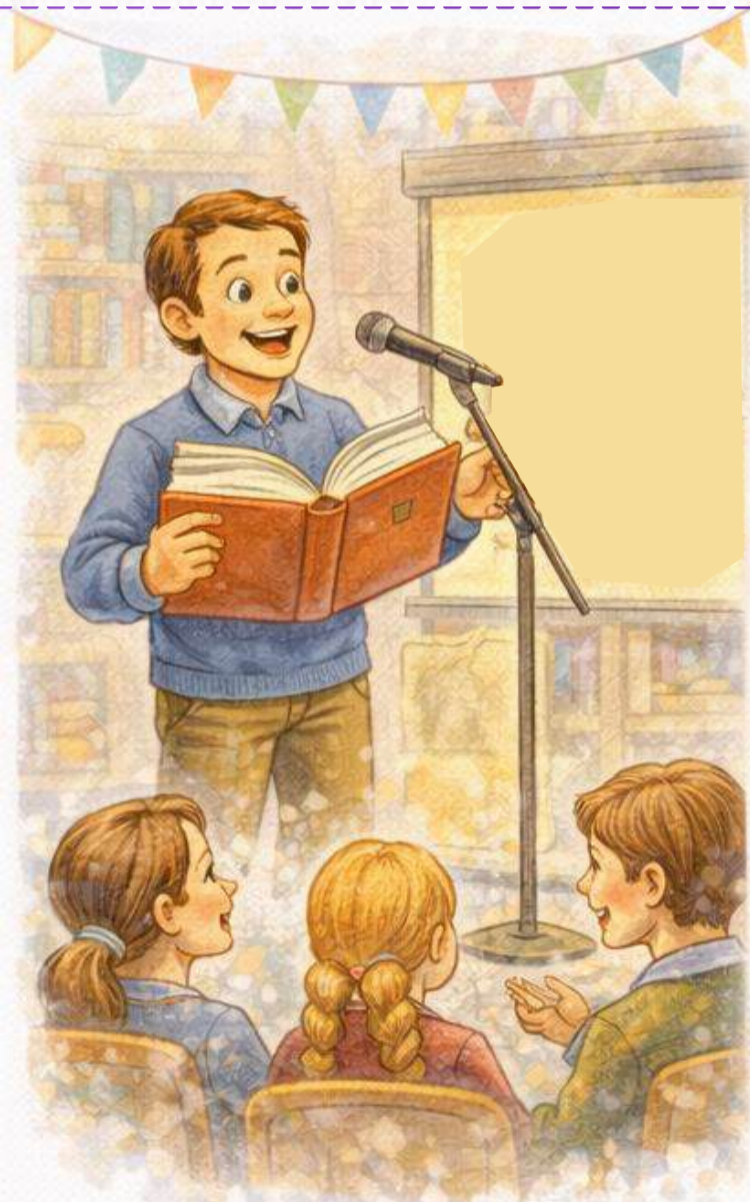
Предлагаем вам организовать веселое мероприятие, где каждый сможет поделиться забавными историями, связанными с книгами!

Подготовьте короткий рассказ (3-5 минут) о:

- своем самом необычном открытии в книге,
- смешном случае во время чтения,
- забавной реакции друзей на какую-то книгу,
- нестандартном использовании книги.

Вы можете добавить в выступление слайды, рисунки или небольшие сценки. Главное – чтобы рассказ был интересным и позитивным!

Покажите свое выступление друзьям и опубликуйте видео в социальных сетях!



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

#КнижныйКлубПервых #КалендарьПервых



КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. КНИЖНЫЙ КЛУБ

6 ЛИТЕРАТУРНЫЙ КАЛЕНДАРЬ ПАМЯТИ ★★☆☆

Предлагаем вам разработать серию материалов о произведениях, посвященных блокаде Ленинграда. Ваша задача – подобрать несколько фактов из романов, дневников или других произведений, которые отражают жизнь блокадного города.

К каждому произведению подготовьте:

- краткое описание,
- интересные факты о создании,
- вопросы для обсуждения,
- цитаты для публикации в соцсетях.

Создайте единый документ с материалами и план публикаций. Особое внимание уделите 27 января – Дню полного освобождения Ленинграда от блокады.

Поделитесь вашим календарем памяти в социальных сетях.

7 НОВОГОДНИЙ ЛИТЕРАТУРНЫЙ ДИКТАНТ ★★☆☆

Приглашаем вас принять участие в необычном новогоднем литературном диктанте! Один из участников будет зачитывать вслух красивые описания зимних или новогодних сцен из классической литературы (например, из произведений Чехова или Пушкина), а остальные будут записывать текст на слух.

После написания текста объединитесь в пары для взаимопроверки – сравните свои записи с оригиналом и исправьте возможные ошибки. **Это отличная возможность не только потренировать внимательность и грамотность, но и насладиться красотой литературного языка, посвященного зимним мотивам!**

8 ЛИТЕРАТУРНЫЙ ПОДКАСТ «ЯНВАРСКИЕ ЧТЕНИЯ» ★★☆☆

Разделитесь на команды по 3-4 человека, выберите произведение, связанное с январем (по дате написания или содержанию), и подготовьте 5-7-минутный выпуск подкаста: включите краткий пересказ сюжета, аргументируйте его актуальность сегодня и продекламируйте ключевой отрывок.

Постарайтесь сделать ваше обсуждение живым и увлекательным, продумайте структуру выпуска и распределение ролей между участниками. **Это отличная возможность проявить свои навыки публичных выступлений и поделиться любовью к литературе с аудиторией!**

9 КВАРТИРНИК ★★☆☆

Предлагаем вам организовать творческий вечер в формате литературного квартирника, посвященного зимним мотивам в произведениях мировой литературы. Разделите обязанности между участниками: кто-то подготовит выразительное чтение отрывков, кто-то займется музыкальным сопровождением, другие – оформлением пространства и созданием уютной атмосферы.

Включите в программу квартирника декламацию любимых произведений о зиме, музыкальные номера, связанные с зимней тематикой, обсуждение книг, тематические викторины и творческие задания для гостей. **Позаботьтесь о том, чтобы мероприятие было интерактивным и вовлекало всех присутствующих в литературную атмосферу зимнего волшебства.**



10 ТВОРЧЕСКИЙ КОНКУРС ★★☆☆

Организуем масштабный творческий конкурс талантов в вашем первичном отделении, где участники смогут полностью перевоплотиться в героев литературных произведений или даже в самих писателей.

Подготовьте несколько номинаций: художественное чтение, театральные постановки, творческие презентации, где конкурсанты смогут продемонстрировать глубокое понимание выбранного образа и мастерски передать его характер и особенности.

Разработайте систему оценки выступлений, привлечите компетентное жюри, продумайте сценарий мероприятия и создайте атмосферу настоящего творческого праздника. Пусть каждый участник не только проявит свои таланты, но и глубже погрузится в мир литературы через полное перевоплощение в любимого персонажа или автора!



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

#КнижныйКлубПервых #КалендарьПервых



ДИПЛОМАТИЯ И МЕЖДУНАРОДНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Дипломатия на Руси как неотъемлемая часть и орудие внешней политики появилась и развивалась одновременно с зарождением и становлением русского государства, история которого ведется с образования Киевской Руси в IX веке. Ее истоки восходят к временам антов – объединению славянских племен между Днепром и Днестром. Первые сведения о дипломатической практике предков восточных славян мы находим в летописных источниках VI – начала VII вв. Уже тогда анты вели переговоры со своими соседями по территориальным вопросам, знали посольские обмены, заключали военно-союзные договоры, соглашения о выкупе пленных и т.п.

1 КУЛЬТУРНЫЙ КОД



Выберите 5-7 стран из разных частей света.

Для каждой найдите ответы:

- Какое главное новогоднее блюдо и в чем его символизм?
- Какой необычный ритуал или поверье связано с праздником (например, 12 виноградин в Испании, первое посещение храма в Японии)?
- Как звучит «С Новым годом!» на местном языке?

Об итогах своего исследования расскажите семье или на собственной странице в социальной сети

3 ДИПЛОМАТИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ЗА 30 МИНУТ



Изучите 3-4 главных дипломатических средства (нота, демарш, коммюнике, консультации).

Определите для чего используется каждое из них. В этом вам помогут следующие вопросы:

- Какой прием самый строгий и официальный?
- Какой помогает высказаться, но не ругаться?
- Какой используют для публики, а какой для секретных переговоров?

Выполнение этого задания поможет вам успешно выполнить следующее.

4 НОВОГОДНИЙ ДИПЛОМАТИЧЕСКИЙ КИНОАНАЛИЗ



Выберите фильм, сказку или мультфильм, где героям приходится договариваться, решать спор или предотвращать ссору.

Смотрите его не просто так, а как настоящий эксперт. Держите под рукой наш список вопросов:

- Какие хитрости использовал герой, чтобы его услышали? Он угрожал, льстил, предлагал выгодную сделку или искал то, что нужно обоим?
- Мешали ли героям договориться их разные привычки, правила или вера?
- Какой был самый главный промах в разговоре? (Когда кто-то недоговорил, накричал, не послушал или неправильно понял слова).
- Как бы вы разрешили этот конфликт?

Выполняя это задание, вы начнете замечать, почему люди ссорятся и как можно найти общий язык.

5 СЕМЕЙНЫЙ ДИПЛОМАТИЧЕСКИЙ САММИТ



Искусство дипломатии помогает договариваться не только странам, но и самой важной «организации» – вашей семье. Новогодние каникулы – идеальное время, чтобы освоить этот подход играючи.

Предлагаем ролевую игру-переговоры «Семейный дипломатический саммит».

На один вечер превратите квартиру в площадку ООН. Каждый член семьи становится главой государства с вымышленным именем, флагом и интересами (например, Королевство Сладкоежек или Республика Гаджетов).

Повестка дня: обсудите и примите «Конвенцию» по одному актуальному вопросу. Это может быть план семейных выходных, «Бюджетный пакет» на предстоящие покупки или экономический договор о распределении домашних обязанностей.

Дипломатический семейный протокол (ключевые правила):

1. Только официальное обращение: «Уважаемый коллега из Королевства Сладкоежек», а не просто «ты».
2. Критикуем идеи, а не людей: «Наша республика видит риски в этом предложении...» вместо «Это глупо!».
3. Право одного вето: у каждой страны есть 1 право наложить вето на предложение за вечер. Используйте его мудро!
4. Язык жестов: поднятая рука – прошу слова. Скрещенные руки – категорическое «нон-пасси» (несогласие).

Все достигнутые договоренности торжественно занесите в «Семейную Конвенцию» и подпишите всеми «главами государств». Этот документ можно торжественно повесить на холодильник и руководствоваться ею в будущем. Это сделает договоренности более уважаемыми и весомыми.

Эти задания выполняйте на зимних каникулах

2 АУДИТ ЛИЧНОЙ «ЦИФРОВОЙ ДИПЛОМАТИИ»



Управление своим онлайн-имиджем – важный навык современного дипломата.

Представьте, что вы – посол своей страны. Просмотрите свои на социальные сети глазами иностранного коллеги и ответьте на следующие вопросы:

- Какое впечатление складывается о вас?
- Соответствуют ли ваши посты и репосты ценностям, которые вы хотите транслировать?
- Какие 3 шага можно сделать, чтобы улучшить свой «цифровой след» в новом году?

Если вы находите противоречивую информацию – обязательно исправьте ее и спросите друзей, совпадает ли ваше представление о себе с имиджем, который вы проецируете.



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

#ДипломатыПервых #КалендарьПервых



ДИПЛОМАТИЯ И МЕЖДУНАРОДНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

6 ДИПЛОМАТИЧЕСКИЙ СУД: РАЗБОР КОНФЛИКТА ★★☆☆

Ролевая игра, где участники делятся на стороны конфликта, посредников и наблюдателей. Используйте материалы из задания 4 («Новогодний дипломатический киноанализ»), где участники представляют свои разборы фильмов и предлагают варианты решения конфликтов. Коллективно выработайте дипломатическое решение, используя приемы из задания 3.

7 КУЛЬТУРНЫЙ АЛФАВИТ: НОВОГОДНИЕ ТРАДИЦИИ МИРА ★★☆☆

Проведите групповую презентацию или выставку на основе выполненного задания 1 («Культурный код»). Поделитесь найденными традициями, блюдами и фразами из разных стран, дополняя друг друга. Создайте коллективную презентацию, визуализирующую многообразие новогодних культур, с традициями разных стран, включая фразы, блюда и ритуалы.

8 ГЛАВА СВОЕЙ СТРАНЫ ★★☆☆

Разделитесь на команды и представьте себя государствами. Ваша цель – договориться со всеми «странами» и принять Общую Конвенцию Клуба – самый важный документ года, где будут правила и планы.

Что нужно каждой «стране»:

- Придумать название, флаг и «национальные интересы».
- Выступать на дебатах как настоящие дипломаты: слушайте других, ищите союзников, защищайте интересы своей «державы», предлагайте компромиссы.
- Использовать дипломатический протокол (можно подсмотреть в задании 5).

Подпишите итоговый договор и следите, чтобы все его исполняли!

9 МЕЖДУНАРОДНЫЙ СКАНДАЛ ★★★

Представьте, что на международном фестивале разгорелся настоящий дипломатический скандал! Одна команда обиделась на творческий номер другой, соцсети полыхают, а общий проект под угрозой. Ваша миссия – вместе с друзьями спасти ситуацию и не допустить конфликта!

Что делать:

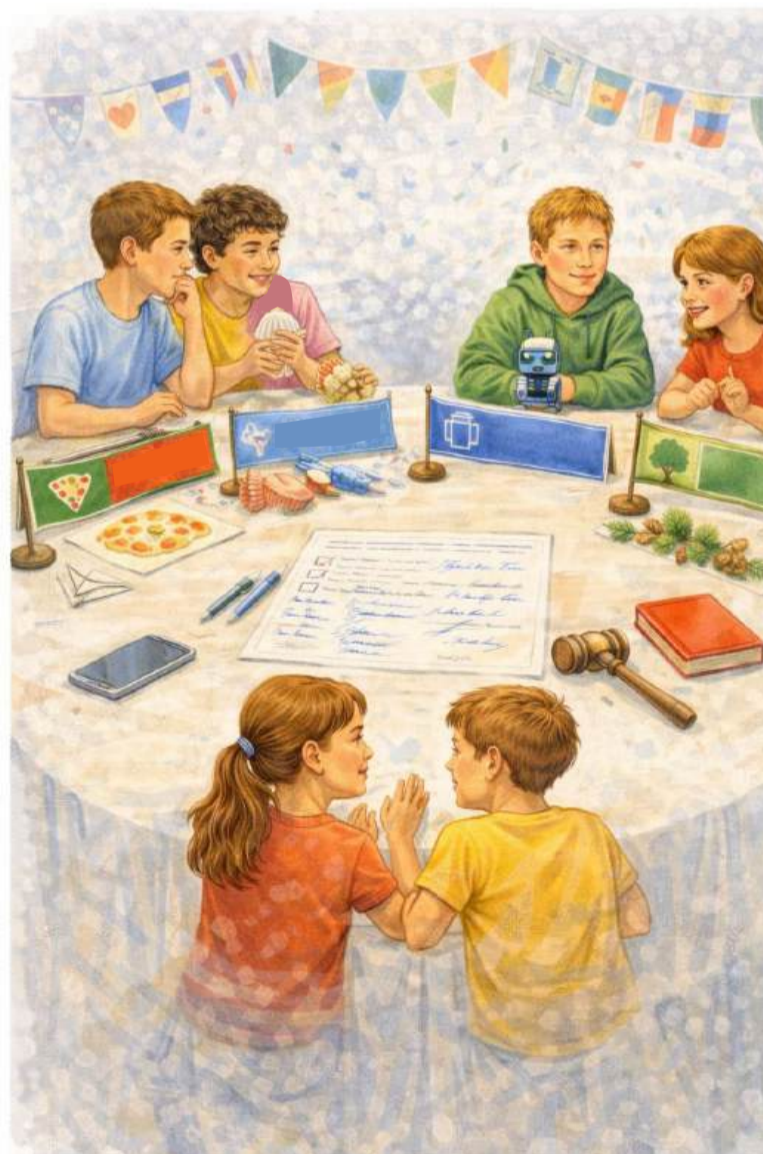
- Разбейтесь на спецгруппы дипломатических советников.
- Войдите в роль: вы – лучшие переговорщики, ваша задача – уладить спор и сохранить мир.
- Используйте дипломатическое оружие:

Секретные консультации – чтобы обсудить все без чужих глаз.
Официальные ноты – чтобы выразить позицию четко и уважительно.
Совместные заявления – чтобы показать всем, что мир восстановлен!

Придумайте и запишите ваш план перемирия – шаг за шагом.

Выступите перед «советом безопасности» (всем клубом) и защитите свою стратегию. Докажите, что ваш способ решить конфликт – самый крутой и эффективный!

Вы не просто поиграете в политику – вы научитесь гасить ссоры, договариваться в сложных ситуациях и находить выход там, где другие видят только скандал.



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

#ДипломатыПервых #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Есть ли разница между смайликом и эмодзи?

Да!

:-) - смайлик

😊 - эмодзи

6 января отмечается День смайлика, который 44 года назад придумал профессор информатики.

Эти задания выполняйте на зимних каникулах

1 СНЕЖНОЕ ИНТЕРВЬЮ ★★☆☆

Представьте, что у вас появилась возможность взять интервью у Снеговика. Придумайте несколько вопросов, которые можно было бы задать снежному герою.

Например,
«Какой снег вкуснее – пушистый или хрустящий?»
«Чего ты боишься больше: солнца или горячего чая?»
«Какая твоя любимая зимняя игра?»
Создайте аудиодорржку или видео, где роль снеговика играет ваш друг или член семьи.

Как вы себя чувствуете в роли интервьюера?

2 ПОПОЛНЯЕМ СЕМЕЙНЫЙ ФОТОАЛЬБОМ ★★☆☆

Предложите своим домочадцам устроить домашнюю новогоднюю фотосессию всей семьей.

Придумайте образы, необычные ракурсы или позы для фотографий, используйте новогодние атрибуты (елку, новогодние украшения, мишуру, гирлянды и так далее). Обязательно поищите примеры поз, обстановки и декораций в интернете – вдохновляйтесь и творите!

Главное – попросите взрослых распечатать получившиеся фото и разместить в вашем общем семейном фотоальбоме!

3 ПЛАСТИЛИНОВЫЙ МЕДИЙЩИК ★★☆☆

Вообразите себе и слепите из пластилина сказочного персонажа, который занимается медиа. Например, «Олененок-репортер», «Эльф-фотограф», «Снеговик-стример».

Оживите своего героя: выставите несколько поз и сделайте несколько снимков персонажа с одинакового ракурса. С помощью специальных редакторов анимируйте фото – у вас получится милая анимация, которую можно использовать в качестве аватарки!

4 НОВОГОДНЯЯ ВОЛНА ★★☆☆

Представьте себя радиоведущим и подготовьте новогоднее поздравление для своей семьи и друзей. Можете использовать настоящий микрофон или заменить его на игрушечный (карандаш/ручка).

Ваш план поздравления выглядит так:

- Короткая история.
- Поздравление (серьезное или шуточное).
- Пожелание для всех.

Можно включить фоновую «зимнюю» музыку, чтобы создать эффект настоящего радио.

5 СЕКРЕТНЫЙ НОВОГОДНИЙ КОД ★★☆☆

Развеселите ваших домашних или друзей: зашифруйте смайликами или эмодзи названия новогодних фильмов, например: «Морозко», «Чебурашка», «Один Дома», «Щелкунчик», «Холодное сердце» или любые другие свои любимые фильмы и мультфильмы.

Предложите отгадать загаданные фильмы друзьям или родителям.



6 ЗИМНИЙ РЕПОРТАЖ ★★☆☆

Подготовьте короткий репортаж о зимних явлениях в вашем дворе или парке. Снимите на телефон 2-3 минуты видео, где расскажете о том, как изменилась природа с приходом зимы: какие деревья стоят без листьев, а какие – с инеем, как выглядит снег в разные дни, какие следы животных или птиц вы нашли. Добавьте в свой репортаж интересные факты о зиме, которые вы узнаете из книг или интернета. Не забудьте про музыкальное сопровождение и голосовое сопровождение – говорите четко и эмоционально!

Опубликуйте свой репортаж в социальных сетях! Поделитесь ссылкой на видео, расскажите, что было самым интересным в вашей съемке.

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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

7 ЗИМНЕЕ ИЗОБРЕТЕНИЕ ★★☆☆

Каждый медийщик должен уметь презентовать свои идеи, поэтому предлагаем вам придумать зимнее изобретение (например, для того чтобы не мерзнуть, не терять варежки или делать снег), нарисовать (или слепить его) его и ответить на камеру на 3 вопроса:

- Как называется изобретение? (не стесняйтесь давать рекламу!)
- Зачем оно нужно?
- Кому оно поможет?

Попросите взрослых разместить ваш рекламный ролик в социальных сетях первичного отделения с опросом – приобрели бы ваше изобретение?

8 СПАСИБО ЗИМЕ ★★☆☆

В январе мы празднуем День «Спасибо!», поэтому предлагаем вам взять интервью у своих одноклассников и попросить их закончить фразу: «Спасибо зиме за...».

Ответы ребят вы можете снять на видео и смонтировать из этого короткий вертикальный клип, которым вы поделитесь в социальных сетях своего первичного отделения или на личной странице.

Благодарность приносит не только положительные эмоции, но и пространство для новых добрых дел!

9 ТВОЙ ТИРАЖ ★★★

Организация ярмарки профессий – отличный способ познакомиться с миром труда и понять, чем важны разные профессии.

Вместе с классом или группой подготовьте ярмарку профессий: каждый участник (или пара) выбирает профессию (повар, врач, почтальон, строитель и др.), делает бейдж, плакат или готовит атрибут (например, фартук, шапочку, инструмент из картона) и рассказывает, чем занимается его герой. Можно пригласить родителей и друзей на мероприятие в качестве посетителей ярмарки.

Поделитесь в соцсетях фото или коротким видео с ярмарки, расскажите, какие профессии вы представляли и что нового узнали!



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

А вы уверены, что ваши персональные данные защищены? Ежегодно 28 января, начиная с 2007 года, отмечается Международный день защиты персональных данных. Это праздник был учрежден для того, чтобы еще раз напомнить всем пользователям Интернета о важности соблюдения правил поведения в сети, которые помогают обезопасить их виртуальную и реальную жизнь. Предлагаем пройти быстрый и простой тест, чтобы проверить, насколько хорошо защищены ваши персональные данные.



Эти задания выполняйте на зимних каникулах

1 ЗВУКИ НОВОГО ГОДА ★★☆☆

Запишите несколько коротких видео до 5 секунд (5-7 штук), которые будут передавать различные звуки новогодних каникул и новогодних праздников. Например, хруст снега, шуршание упаковочной бумаги, любимый новогодний фильм по телевизору и так далее.

Объедините эти кадры вместе, чтобы получился звуковой и видео-коллаж ва новогодних каникул. Можешь поделиться им в своих социальных сетях

3 НОВОГОДНИЙ ПОСТЕР ★★☆☆

Представьте себя режиссером фильма «Мои новогодние каникулы 2026».

Создайте постер к своему фильму (можете воспользоваться графическими редакторами или нарисовать на бумаге).

Поделитесь готовым результатом на своей странице в социальных сетях и замерьте количество желающих посмотреть фильм вашего производства (количество лайков).

4 ЗАМОРОЖЕННЫЙ МОМЕНТ ★★☆☆

Положите маленькие зимние предметы (игрушку, шишку, бумажную фигурку, елочную игрушку) в форму для льда, залейте ее водой и заморозьте. Устройте льдинкам макро – предметную фотосессию: всех трещинок, пузырьков и самого объекта внутри.

Делитесь результатами вашей волшебной фотосессии на своей странице в социальных сетях, чтобы вдохновить своих творческих друзей на интересные работы!

5 МЕМОГЕНЕРАТОР ★★☆☆

Чтобы сделать свои каникулы еще веселее, предлагаем вам попробовать себя в роли мемоводов и создать собственные мемы. Выбирайте тему из предложенных или придумайте свою:

- «Как прошли каникулы»
- «Я 31 декабря / я 1 января»
- «Гирлянда, которая живет своей жизнью»
- «Подарки, которые я хотел и которые получил»

Делитесь готовыми картинками на личной странице или странице первичного отделения в социальных сетях, чтобы повеселить друзей!

Кстати, шаблоны для своих мемов вы сможете найти на этом сайте по QR-коду.



2 НОВОГОДНИЙ РЕВИЗЗОРО ★★☆☆

Прогуляйтесь по украшенному новогоднему городу и составьте свой фото-рейтинг украшений.

Сфотографируйте:

- самое яркое украшение;
- самое креативно украшение;
- самое сказочное оформление или придумайте свой критерий.

Возьмите на прогулку родителей или друзей, чтобы они сделали свои фотографии, а потом сравните результаты – обязательно делитесь ими в социальных сетях!



6 МОЙ ИДЕАЛЬНЫЙ ЗИМНИЙ ДЕНЬ ★★☆☆

Новогодние каникулы – время для того, чтобы по-настоящему отдохнуть. Поэтому предлагаем вам провести идеальный выходной день.

Придумайте, из чего мог бы состоять такой день, с кем вы его проведете и самое главное – воплотите это в реальность. А чтобы сохранить это воспоминание, снимите вертикальный клип с этого дня:

- добавьте 5-8 эстетичных кадров;
- плавные или наоборот динамичные переходы (в зависимости от настроения видео);
- подберите подходящую музыку.

Готовым результатом поделитесь в своих социальных сетях.



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

7 ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ СНЕГОВИКА ★★☆☆

Создайте по-настоящему креативный репортаж и проявите свои журналистские таланты, запечатлев зимнюю сказку в необычном формате.

Создайте увлекательный видеорепортаж о том, как вы лепите снеговика и проводите с ним интервью. Подумайте над интересным сюжетом: пусть ваш снеговик расскажет о своих зимних приключениях, мечтах и наблюдениях за людьми. Используйте приемы сторителлинга, добавьте спецэффекты, музыкальное сопровождение и креативные переходы между сценами. Продумайте образ вашего снеговика, его характер и манеру общения. Включите в репортаж интересные факты о снеговиках, зимние загадки или забавные истории.

Поделитесь своим творчеством в социальных сетях! Расскажите о том, как проходила съемка, какие идеи вы воплощали и какие технические приемы использовали.

8 БЕЗОПАСНОСТЬ В ИНТЕРНЕТЕ ★★☆☆

Изучите информацию о том, как обезопасить себя в Интернете и защитить свои персональные данные во избежание неприятных ситуаций. По итогам создайте чек-лист, по которому можно проверить себя на то, насколько качественно защищены ваши персональные данные.



9 ЗИМОЙ ВАЖНО... ★★★

Впереди еще два месяца зимы, поэтому важно повторить обязательные правила, которые обезопасят каждого из нас. Вспомните, прочитайте или спросите своего учителя ОБЖ или у других взрослых об обязательных правилах безопасности, которые необходимо соблюдать зимой.

Снимите короткое видео, где вы соберете все главные правила, или оформите их в виде поста или инфокартчек и поделитесь результатом в социальных сетях первичного отделения.

10 ВНЕ ЗОНЫ ДОСТУПА ★★★

30 января – неофициальный повод провести день без интернета, так как этот день – международный праздник. Попробуйте провести целый день, не пользуясь интернетом, записывайте в течение дня свои ощущения и эмоции, а на следующий день поделитесь своим опытом дня без интернета на своей странице, как прошел этот день и советуете ли вы попробовать другим провести офлайн-день.



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

А вы уверены, что ваши персональные данные защищены? Ежегодно 28 января, начиная с 2007 года, отмечается Международный день защиты персональных данных. Это праздник был учрежден для того, чтобы еще раз напомнить всем пользователям Интернета о важности соблюдения правил поведения в сети, которые помогают обезопасить их виртуальную и реальную жизнь. Предлагаем пройти быстрый и простой тест, чтобы проверить, насколько хорошо защищены ваши персональные данные.



Эти задания выполняйте на зимних каникулах

1 НОВОГОДНЯЯ ФОТООХОТА ★★☆☆

Собирайте друзей и отправляйтесь на прогулку по вашему украшенному новогоднему населенному пункту. Но только эта прогулка будет особенной. Каждый случайным образом выбирает свой цвет и во время прогулки делает 5-10 фотографий с этим цветом.

В конце прогулки вы показываете получившиеся фотоподборки друг другу, можете выбрать лучшую из них.

3 НОВЫЙ ГОД - НОВЫЕ ТРЕНДЫ ★★☆☆

Придумайте танец под любимую новогоднюю песню, поделитесь им в своих социальных сетях, зовите друзей присоединиться к твоему флешмобу и запустите новый тренд!

Кто знает, может быть именно ваша идея будет попадаться каждому в ленте рекомендации!

5 НОВОГОДНЯЯ ХРОНИКА ★★☆☆

Чтобы сохранить новогодние каникулы и в начале нового учебного периода надолго в памяти, снимайте небольшие кусочки своих праздничных выходных на видео в формате влога, а в последний день каникул смонтируйте готовый фильм.

Чтобы сделать свое видео интересное, придумайте единую концепцию для каждого дня. Например, это может быть влог по часам или видео с закадровой озвучкой, а может быть каждый день будет под новую песню

Поделитесь готовым видео на своей страничке в соцсетях.

2 НОВОГОДНИЙ РЕЙТИНГ ★★☆☆

Составьте свой список любимых новогодних фильмов/песен/занятий/мест в населенном пункте, добавьте красивые фотографии и поделитесь этим списком в социальных сетях. Предложите друзьям присоединиться к этой активности, чтобы обменяться новогодними рейтингами и разнообразить каникулы.

4 СПАСИБО! ★★☆☆

11 января отмечается Международный День «Спасибо». Уверены, что каждому из нас есть, за что сказать это простое слово благодарности! Составьте список из 5 пунктов за что, вы благодарны прошедшим каникулам, соберите лучшие фотографии или нарезки видео, оформите это в виде красивой публикации и поделитесь с своих социальных сетях. Пусть это станет отличным завершением каникул!

6 МЕМОГЕНЕРАТОР ★★☆☆

Чтобы сделать свои каникулы еще веселее, предлагаем вам попробовать себя в роли мемологов и создать собственные мемы. Выберите тему из предложенных или придумайте свою:

- «Как прошли каникулы»
- «Я 31 декабря / я 1 января»
- «Гирлянда, которая живет своей жизнью»
- «Подарки, которые я хотел и которые получил»

Делитесь готовыми картинками на личной странице или странице первичного отделения в социальных сетях, чтобы повеселить друзей! Кстати, шаблоны для своих мемов вы сможете найти на этом сайте по QR-коду.



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

7 ПЕРВЫЙ ДЕНЬ ПОСЛЕ КАНИКУЛ ★★☆☆

Создание качественного журналистского контента – это искусство, которое начинается с простых, но важных историй, и первый день после каникул – отличная возможность показать свои навыки в репортажной съемке.

Подготовьте серию интервью с вашими друзьями и близкими, используя профессиональные журналистские приемы. Задайте им три ключевых вопроса: «Какой момент каникул стал для вас самым запоминающимся?», «Без чего эти каникулы были бы совсем другими?», «Какой неожиданный сюрприз принес вам этот Новый год?». Используйте техники монтажа, добавьте графику и звуковые эффекты. Создайте динамичный вертикальный клип продолжительностью до 1,5 минут, который отразит атмосферу праздничных дней и ваши журналистские находки.

Поделитесь своим профессиональным контентом в социальных сетях!

8 872 ДНЯ ★★☆☆

27 января – великая дата для нашей страны, ведь именно этот день считается днем полного снятия блокады города-героя Ленинграда. Об этом событии написано множество книг и сняты десятки фильмов, рассказаны тысячи историй и освещены сотни подвигов героев.

Но этих страшных днях никогда нельзя забывать, поэтому вы можете стать одним из тех голосов, которые еще раз напомнят людям о подвигах наших героев. Для этого предлагаем вам выбрать один из форматов (репортаж/документальный ролик/статья/инфокарточки) и подготовить короткий медиаматериал для социальных сетей своего первичного отделения об этом событии.

Будьте тем самым голосом, который расскажет людям о важном!



9 НОВОСТИ БУДУЩЕГО ★★☆☆

Представьте себя настоящей редакцией и создайте газетную полосу из будущего – 2035 или 2050 года, учитывая современные тренды, исследуя, как могла бы измениться медиасфера, технологии, школа, общество или профессии.

Распределите роли в команде: редактор, автор, фотокорреспондент, дизайнер / верстальщик, фактчекер (отвечает за правдоподобность);

Выберите тему будущей полосы: «Новости науки и технологий», «Образование будущего», «Что стало с соцсетями?», «Город будущего», «Космос и освоение планет», «Тренды медиа: что осталось, а что исчезло?» или любую другую тему, близкую вам по духу;

Напишите 2-3 статьи/заметки, подготовьте визуальные материалы;

Оформите свою газетную полосу на макете, можете использовать реальные газеты стили;

Поделитесь виртуальным макетом в социальных сетях своего первичного отделения (можно устроить конкурс между командами на лучшую газетную полосу).

Также можно распечатать полученные макеты и организовать офлайн выставку газетных полос из будущего и устроить голосование за лучшую газету.

10 ВНЕ ЗОНЫ ДОСТУПА ★★☆☆

30 января – неофициальный повод провести день без интернета, так как этот день – Международный праздник. Попробуйте провести целый день, не пользуясь интернетом, записывайте в течение дня свои ощущения и эмоции, а на следующий день поделитесь своим опытом дня без интернета на своей странице, как прошел этот день и советуете ли вы попробовать другим провести офлайн-день.



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

А вы уверены, что ваши персональные данные защищены?

Ежегодно 28 января, начиная с 2007 года, отмечается Международный день защиты персональных данных. Это праздник был учрежден для того, чтобы еще раз напомнить всем пользователям Интернета о важности соблюдения правил поведения в сети, которые помогают обезопасить их виртуальную и реальную жизнь.

Эти задания выполняйте на зимних каникулах

1 В ЭТОМ ГОДУ Я ОБЕЩАЮ... ★★☆☆

Публичное обещание – это обещание, данное открыто, перед другими людьми или через медиа (соцсети, блог, новостную заметку)

Исследования показывают: когда человек озвучивает цель публично, вероятность ее достижения повышается почти на 40%, потому что работает эффект ответственности и поддержки аудитории.

Подумайте, что вы хотите изменить, выучить или начать в новом году, особенно в сфере медиа, творчества или личного развития. Это может быть: «Научусь снимать короткие видео», «Начну вести студенческое медиа», «Буду читать по книге в месяц», «Попробую себя в роли ведущего».

Оформите свое обещание в любом формате, пообещайте что-то подарить подписчикам или что-то сделать (на случай, если вы не выполните свое обещание) и поделитесь им в своих социальных сетях.

2 НОВОГОДНИЙ РЕЙТИНГ ★★☆☆

Составьте свой список любимых новогодних фильмов/песен/занятий/мест в населенном пункте, добавьте красивые фотографии и поделитесь этим списком в социальных сетях. Предложите друзьям присоединиться к этой активности, чтобы обменяться новогодними рейтингами и разнообразить каникулы.

4 СПАСИБО! ★★☆☆

11 января отмечается Международный День «Спасибо». Уверены, что каждому из нас есть, за что сказать это простое слово благодарности! Составьте список из 5 пунктов за что, вы благодарны прошедшим каникулам, соберите лучшие фотографии или нарезки видео, оформите это в виде красивой публикации и поделитесь с своих социальных сетях. Пусть это станет отличным завершением каникул!

3 НОВЫЙ ГОД - НОВЫЕ ТРЕНДЫ ★★☆☆

Придумайте танец под любимую новогоднюю песню, поделитесь им в своих социальных сетях, зовите друзей присоединиться к твоему флешмобу и запустите новый тренд!

Кто знает, может быть именно ваша идея будет попадаться каждому в ленте рекомендации!

5 КАНИКУЛЫ МЕЧТЫ ★★☆☆

Почувствовать себя ребенком во время каникул совсем не сложно. Найдите лучший способ провести идеальные каникулы – вспомните все то, что мечтали сделать в зимнее время года/что любили делать в детстве на каникулах. Напишите на 10 листочках бумаги 10 зимних активностей (по дням каникул), положи их в коробочку и каждый день вытягивайте по 1 листочку и выполняйте это действие.

А чтобы сохранить это в памяти, снимите об этом видео. Вы можете поделиться коротким видеоотчетом каждый день или собрать отчетное видео о всех днях и поделиться своими мыслями о каникулах мечты!

6 ЧЕСТНО О СТУДЕНЧЕСТВЕ ★★☆☆

В преддверии главного праздника для студентов предлагаем вам помочь будущим студентам, а также порефлексировать о своем студенчестве. Соберитесь с одногруппниками/однокурсниками, выберите ведущего, операторов, креативную группу и запишите самый честный подкаст о студенчестве. Вы можете снять несколько небольших выпусков и выпускать их на протяжении января. Подумайте над форматом, кто будут вашими гостями, какие «фишки» будут в ваших выпусках. Примерные темы выпусков: Темы выпусков:

«Что на самом деле сложнее: учеба или работа?» (например, вашим гостем может стать студент старшего курса);

«Мифы о студенчестве»;

«Чему меня научил первый курс»;

Обязательно поделитесь готовым подкастом в социальных сетях вашего первичного отделения.



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

7 БЫТЬ СТУДЕНТОМ – ЭТО КРУТО! ★★☆☆

Студенчество по-настоящему можно считать самым насыщенным и ярким временем в жизни каждого из нас, когда вы успеваете буквально ВСЕ и даже больше!

Предлагаем вам это доказать и поделиться своим (не)обычным учебным днем – в течение дня снимайте фото или небольшие видеотривки каждый час, а по итогам дня смонтируйте видео или сделайте публикацию, где вы покажете, как интересно проходит твой день!

Кстати, можете пригласить своих друзей присоединиться к флешмобу и посмотреть, как проходит их день

8 ДЕНЬ РОССИЙСКОГО СТУДЕНЧЕСТВА ★★☆☆

25 января – День российского студенчества, который был учрежден по указу Президента Российской Федерации от 25 января 2005 года.

Проведите исследование через опрос студентов разных факультетов о том, что для них значит студенческая жизнь, какие медиа-форматы они предпочитают (социальные сети, блоги, подкасты и т.д.) и как медиа влияют на их повседневную жизнь и учебу. Каждое интервью должно содержать минимум 5 вопросов.

Проанализируйте результаты представьте их в виде инфографики и разместите их в социальных сетях вашего первичного отделения.



9 872 ДНЯ ★★☆☆

27 января – великая дата для нашей страны, ведь именно этот день считается днем полного снятия блокады города-героя Ленинграда. Об этом событии написано множество книг и сняты десятки фильмов, рассказаны тысячи историй и освещены сотни подвигов героев.

Но этих страшных дней никогда нельзя забывать, поэтому вы можете стать одним из тех голосов, которые еще раз напомнят людям о подвигах наших героев. Для этого предлагаем вам выбрать один из форматов (репортаж/документальный ролик/статья/инфокарточки) и подготовить короткий медиаматериал для социальных сетей своего первичного отделения об этом событии.

Будьте тем самым голосом, который расскажет людям о важном!

10 ВНЕ ЗОНЫ ДОСТУПА ★★★★★

30 января – неофициальный повод провести день без интернета, так как этот день – Международный праздник. Попробуйте провести целый день, не пользуясь интернетом, записывайте в течение дня свои ощущения и эмоции, а на следующий день поделитесь своим опытом дня без интернета на своей странице, как прошел этот день и советуете ли вы попробовать другим провести офлайн-день.



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

#МедиаПритяжение #КалендарьПервых



РОДНЫЕ – ЛЮБИМЫЕ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

13 января в России отмечается Старый Новый год. Этот необычный праздник появился после того, как в 1918 году Россия перешла с юлианского календаря (старого стиля) на григорианский (новый стиль). Разница между календарями составляет 13 дней, поэтому традиционный Новый год по старому стилю приходится на ночь с 13 на 14 января. Для многих людей это второй шанс окунуться в праздничную атмосферу и провести больше времени с семьей.

Эти задания выполняйте на зимних каникулах

1 СПАСИБО ★★☆☆

11 января отмечается Международный день «Спасибо» и это прекрасный повод вспомнить о важности вежливости и благодарности в нашей жизни. В этот день можно устроить с семьей особую традицию – написать записки с благодарностями близким людям или просто сказать «спасибо» тем, кто делает добрые дела вокруг нас.

Как отметить этот день вместе с семьей:

- создайте семейную доску благодарности,
- напишите письма с благодарностями,
- сделайте открытки для родных и друзей,
- поблагодарите вместе с родителями воспитателей, учителей, врачей.

Делитесь в социальных сетях своими историями о том, кому и за что вы сказали спасибо, с хештегом #РодныеЛюбимые!

3 КУЛЬТУРНЫЙ ВЕЧЕР ★★☆☆

Подарите семье необычный вечер в кругу искусства и культуры.

Совместные походы в театр или посещение выставки – прекрасная возможность отдохнуть от повседневной суеты и зарядиться новыми впечатлениями. Представления и экспозиции обогащают внутренний мир, знакомят с традициями родного края и развивают эстетический вкус.

Отправьтесь всей семьей на спектакль или посетите интересную выставку, отражающую местные обычаи и историю, поделитесь кадрами в соцсетях с хештегами: #РодныеЛюбимые #ЗимаРодныхЛюбимых

5 НОВОГОДНЕЕ БЛЮДО ★★☆☆

Соберитесь вместе, чтобы воссоздать любимое блюдо, которое ассоциируется с праздниками именно в вашем регионе. Это не только традиция, но и отличный способ передать детям знание о местных кулинарных особенностях и национальной культуре.

1. Решите, какое блюдо вы хотите приготовить, учитывая предпочтения всех членов семьи.
2. Заранее составьте список необходимых продуктов и приобретите все необходимое.
3. Определите задания для каждого члена семьи, вовлекая младших в творческий процесс.
4. Экспериментируйте с оформлением блюда, добавив оригинальности и индивидуальности вашему столу.

Запечатлейте на фотографиях и в видеоклипах приготовление семейного блюда и поделитесь в социальных сетях с хештегами **#РодныеЛюбимые #РодныеЛюбимыеВместе.**

2 ЗИМНИЕ КАНИКУЛЫ ★★☆☆

Напишите рассказ о том, как ваша семья проводит зимние каникулы.

Сделайте семейный праздник особенным событием, собравшись вместе за теплым столом, устроив игру в снежки или отправившись на прогулку в лес.

Напишите историю и опубликуйте ее в социальных сетях, чтобы вдохновить окружающих с хештегами: #РодныеЛюбимые #ЗимаРодныхЛюбимых

4 СЕМЕЙНАЯ ЗАРЯДКА ★★☆☆

Порадуйте себя и близких бодрым началом дня с приятной семейной зарядкой. Она подойдет как для дома, так и для активного утра на свежем воздухе.

Создайте собственные традиции здорового образа жизни. Снимайте фотографии и короткие видеоролики, фиксируя самые светлые моменты и оставляя теплые воспоминания о совместных занятиях.

Используйте хештеги для публикаций в социальных сетях #РодныеЛюбимые, #РодныеЛюбимыеВместе, #ЗарядкаРодныхЛюбимых.



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами, указанными в каждом задании.



РОДНЫЕ – ЛЮБИМЫЕ

6 МУЗЫКАЛЬНЫЕ ВЕЧЕРИНКИ ★★☆☆

Вечер музыки и веселья объединяет всю семью, даря море положительных эмоций и радости.

Такое мероприятие помогает расслабиться после трудовых будней и создать позитивное настроение перед наступлением праздников. Организуйте музыкальное шоу с песнями, танцами и конкурсами. Каждый участник может показать свои таланты и умения.

Закончите вечер просмотром любимого фильма или мультика. Поделитесь яркими моментами в социальных сетях с хештегами **#РодныеЛюбимые #РодныеЛюбимыеВместе.**



7 СЕМЕЙНЫЕ СПОРТИВНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ ★★☆☆

Сплачивающая сила спорта способна подарить семье незабываемые эмоции, заряд энергии и чувство общего достижения. Ведь ничто так не объединяет, как стремление к победе плечом к плечу с близкими людьми.

Организуйте семейный турнир, выбрав соревнования, подходящие разным поколениям и интересам. Например, соревнуйтесь в зимних видах спорта – лыжных гонках, либо же оживите зимний вечер турниром по настольным играм, таким как шахматы, шашки или нарды.

Пусть победы будут заслужены, а главным трофеем станет крепкая дружба и масса позитивных воспоминаний! Используйте хештеги для публикаций в социальных сетях **#РодныеЛюбимые, #РодныеЛюбимыеВместе, #ЗарядкаРодныхЛюбимых.**

8 КАТАНИЕ НА КОНЬКАХ ИЛИ ЛЫЖАХ ★★☆☆

Проверьте физическую активность всей семьей, наслаждаясь чудесами природы.

Найдите близлежащий каток или лыжную базу, возьмите удобный спортивный костюм и защиту, и вперед навстречу приключениям! Запоминающиеся моменты запечатлейте на фотографиях и в видеоклипах, которыми можно легко поделиться с хештегами **#РодныеЛюбимые #РодныеЛюбимыеВместе.**

9 СЕМЕЙНЫЙ КНИЖНЫЙ КЛУБ ★★☆☆

Приглашаем вас окунуться в мир увлекательных историй и теплых семейных вечеров. Организуйте уютные мероприятия, объединяющие любителей чтения всех возрастов, где вы будете обмениваться впечатлениями и мнениями о любимых книгах в течение года.

Выберите удобный вам формат встреч: офлайн-встречи в приятной атмосфере библиотеки или кафе, дискуссии онлайн либо комбинированный вариант.

В этом месяце предлагаем прочитать и обсудить любимые произведения классиков детской литературы:

- «12 месяцев» – сказочная повесть Владимира Одоевского;
- «Снежная королева» – волшебная история Ганса Христиана Андерсена;
- «Щелкунчик и мышинный король» – удивительная фантазия Эрнста Теодора Амадея Гофмана;

Каждая встреча станет поводом запечатлеть яркие моменты, поделиться рассуждениями – чему учит произведение в социальных сетях с уникальными хештегами: **#РодныеЛюбимые, #РодныеЛюбимыеВместе, #СемейныйКлубРодныхЛюбимых.**

10 СЕМЕЙНЫЕ ЧАЕПИТИЯ ★★☆☆

Организуйте семейную встречу, где каждый сможет обогатить свою жизнь новым знанием, приятным общением и уютной атмосферой настоящего русского гостеприимства. Встречи можно организовать как в комфортной семейной обстановке, так и в общественных пространствах – школах, библиотеках, детских центрах. Создайте особую атмосферу домашнего тепла и гармонии вокруг чашечки горячего чая и угощайтесь вкуснейшими лакомствами, испеченными вручную.

Темы январских встреч:

- «Традиции зимнего чаепития» – расскажите своим детям занимательные истории и интересные факты о русских традициях зимнего отдыха и празднования Нового Года. Проведите дегустацию настоящего русского чая, сваренного в аутентичном самоваре, наслаждаясь ароматом кипрея и заваренных трав.
- «Семейная живопись» – попробуйте проявить творческие способности и создайте уникальные произведения искусства. Организуйте мастер-класс по рисованию зимней сказки, используя разные техники и приемы живописания. Вместе с семьей воплотите волшебные образы зимы на холсте, передавая настроение любимых пейзажей и любимых персонажей.

Сделайте снимки и видеозаписи ярких моментов, разместите лучшие кадры в социальных сетях с хештегами: **#РодныеЛюбимые, #РодныеЛюбимыеВместе, #ЧаепитиеРодныхЛюбимых.**



Рассказывайте в соцсетях о результатах выполнения заданий и вдохновляйте других ребят на новые увлечения! Делитесь вашими историями с хештегами, указанными в каждом задании.



СПОРТ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Пингвины «играют в хоккей»! В зоопарках иногда замечают, как они катят льдинки клювом как будто шайбу!

Эти задания выполняйте на зимних каникулах

1 ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ ЧЕЛЛЕНДЖ ★★☆☆

Участие в танцевальном челлендже – отличный способ развлечься и улучшить координацию!

Выберите простое танцевальное движение из интернета или придумайте свое. Запишите видео, как вы его выполняете, и предложите друзьям повторить. Создайте цепочку челленджей.

2 НАЙТИ БАЛАНС ★★☆☆

Это задание поможет вам развить навыки координации и концентрации.

Нарисуйте на полу мелом (или наклейте скотчем) прямую линию (попросите взрослых помочь) и пройдите по ней, сохраняя равновесие. Если это окажется слишком легко, добавьте на голову небольшой груз (например, маленькую книгу) и попробуйте пройти по линии, не уронив предмет с головы.

Поделитесь в социальных сетях тем, как вы выполняли задание и удалось ли вам не потерять баланс в процессе прохождения.

3 ЦВЕТНЫЕ ПЯТНА ★★☆☆

Эта простая игра поможет вам проверить свою внимательность и ловкость!

Разложите на полу по несколько цветных кругов (3-4 цветов). Попросите взрослого называть любой цвет, а вам нужно прыгать на круг соответствующего цвета.

4 ВЕСЕЛАЯ ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ ★★☆☆

Активные игры развивают ловкость и координацию!

Создайте безопасную полосу препятствий из подручных материалов: стульев, одеял и подушек. Пройдите всю полосу целиком, аккуратно преодолевая каждое препятствие.

Попросите взрослых помочь поделиться фотографиями вашей полосы препятствий в социальных сетях и расскажите, какое препятствие было самым интересным!



5 ЛОВКИЙ ТЕННИСНЫЙ МЯЧ ★★☆☆

Развитие координации и моторики – важный шаг к спортивным достижениям!

Прикрепите теннисный мяч на резинку к кепке так, чтобы мяч висел на уровне талии спереди. Ваша задача – отбивать мяч поочередно руками, удерживая его в летящем состоянии. Постарайтесь удержать мячик не менее 30 секунд.

Попросите взрослых помочь поделиться своими успехами в социальных сетях и рассказать, сколько времени вам удалось удержать мяч в воздухе и какие приемы вы придумали для его отбивания!

6 ДАРТС ВСЕЙ СЕМЬЕЙ ★★☆☆

Игра в дартс – отличный способ развить меткость, координацию и командный дух!

Вы можете разделить на 2 команды или играть все вместе. Для безопасного выполнения задания используйте специальные детские наборы с мягкими мячиками на липучках или магнитные мишени.



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

#ВызовПервых #КалендарьПервых



СПОРТ

7 ПРАЗДНИК ДВОРА «ИГРЫ НАРОДОВ РОССИИ» ★★☆☆

Вместе со взрослыми организуйте во дворе мероприятие с зимними подвижными играми, основанными на традициях разных народов России (не менее 5 различных игр). Пригласите соседей и друзей.

Опубликуйте фото и видео с мероприятия в ВКонтакте с хештегами #КалендарьПолезныхДел #ДвижениеПервых #НавигаторыДетства #Росдетцентр #ИгрыНародовРоссии

Задание от



8 ВОЛШЕБНЫЙ ОБРУЧ ★★☆☆

Возьмите легкий пластиковый обруч и попробуйте выполнить разные трюки: покрутите обруч на талии, держа руки поднятыми вверх; потренируйтесь крутить его на руке, делая плавные движения; попрыгайте через обруч, как через скакалку. Не забывайте про разминку перед упражнениями и соблюдайте технику безопасности.

Поделитесь своими успехами в социальных сетях, расскажите, какой трюк с обручем у вас получился лучше всего и сколько времени вам удалось прокрутить обруч!

9 СПОРТИВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ ★★★

Создание календаря спортивных достижений поможет вам ставить цели и следить за своим прогрессом в течение месяца!

На каждый день недели запланируйте новое спортивное задание: сделать определенное количество прыжков, научиться новому упражнению и т.д. Выполняйте задания командой и ведите календарь успехов.

Опубликуйте в социальных сетях свой календарь! Расскажите, чего вам удалось добиться за эту неделю.

10 СПОРТИВНЫЙ КВЕСТ ★★★

Создание увлекательного квеста с физическими заданиями разовьет вашу логику и поможет быть активнее!

Придумайте для своих друзей или семьи 5-6 заданий на ловкость, силу и сообразительность. Например, найти спрятанный предмет, пройти полосу препятствий, отгадать спортивную загадку. Пройдите квест вместе.

Поделитесь в социальных сетях результатами квеста! Расскажите о самых сложных и интересных заданиях.



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

#ВызовПервых #КалендарьПервых



СПОРТ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Первая игра в баскетбол выглядела очень забавно: вместо кольца использовали корзину из-под персиков, и после каждого попадания игрокам приходилось залезать на лестницу, чтобы достать мяч.

Эти задания выполняйте на зимних каникулах

1 НЕИЗВЕДААННЫЕ ВИДЫ СПОРТА ★★☆☆

Выберите малоизвестный вид спорта (например, регби, гандбол или флорбол) и изучите его основные правила, историю и знаменитых спортсменов. Подготовьте пост или запланируйте встречу первичного отделения, на которой вы об этом расскажете, с интересными фактами об этом виде спорта.

Поделитесь своими открытиями в социальных сетях, расскажите, что вас больше всего удивило в выбранном виде спорта и хотели бы вы попробовать заняться им!

2 СПОРТИВНАЯ ВИКТОРИНА ★☆☆☆

Расширение знаний о спорте и знаменитых спортсменах поможет вам стать более эрудированными и вдохновиться на собственные достижения!

Подготовьте интересные вопросы о различных видах спорта, их правилах и известных спортсменах. Проведите викторину среди друзей или одноклассников, разделившись на команды.

Поделитесь результатами вашей викторины в социальных сетях, расскажите, какие вопросы оказались самыми сложными и кто стал победителем!



3 СПОРТИВНАЯ ДИСКУССИЯ ★☆☆☆

Дискуссии о спорте помогают лучше понять его ценность и выбрать для себя подходящий вид физической активности!

Запланируйте и организуйте с друзьями или семьей дискуссию на тему «Какой вид спорта самый полезный?». Подготовьте аргументы в защиту выбранного вами вида спорта, опираясь на его пользу для здоровья, развитие физических качеств и доступность. Внимательно слушайте каждого участника и будьте вежливы.

Поделитесь в социальных сетях, как прошла ваша дискуссия, какие аргументы прозвучали наиболее убедительно и какой вид спорта показался большинству участников самым полезным!

4 СПОРТИВНЫЕ ЗАГАДКИ ★☆☆☆

Творческий подход к спорту поможет вам не только узнать больше о различных видах спорта, но и проявить свои литературные способности!

Придумайте 5-7 интересных загадок о разных видах спорта, используя их характерные атрибуты и особенности. На одну из встреч первичного отделения пригласите ребят, не участвующих в организации работы «первички» и креативно представьте направление «спорт». Захотят ли ребята создать новый спортивный клуб или влиться в существующий?

Поделитесь в социальных сетях вашими самыми удачными загадками и расскажите, как прошел квест! Не забудьте отметить, какие загадки оказались самыми сложными для участников.

5 ИЗУЧАЕМ НОВЫЕ ТРЮКИ ★★☆☆

Развитие координации и ловкости через освоение современных танцевально-спортивных элементов поможет вам стать более гибкими и уверенными в себе!

Подготовьте и разучите несколько креативных трюков со скакалкой: прыжки назад, крест-накрест, с поворотом. Потренируйтесь выполнять их под музыку для большей зрелищности.

Поделитесь в социальных сетях своими успехами в освоении новых трюков! Расскажите, какой элемент дался вам сложнее всего и какие комбинации вы придумали самостоятельно. Не забудьте снять процесс тренировки и финальный результат.

6 ФОТО-ЭСТАФЕТА ★★☆☆

Творческий подход к спорту поможет вам не только развить фотографические навыки, но и лучше понять красоту спортивных достижений!

Подготовьте серию фотографий, повторяющих знаковые позы известных спортсменов во время их побед. Выберите 5-7 знаменитых атлетов из разных видов спорта. Для каждой фотографии продумайте композицию, освещение и фон.

Поделитесь в социальных сетях вашей фотоколлекцией! Расскажите, чьи позы было сложнее всего повторить, какие интересные факты об этих спортсменах вы узнали и какой снимок понравился вам больше всего.



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

#ВызовПервых #КалендарьПервых





7 ВЫШИБАЛЫ ★★☆☆

Увлекательная командная игра поможет вам развить координацию движений, стратегическое мышление и навыки работы в команде, а также отлично провести время с друзьями!

Разделитесь на две равные команды. Одна команда встает в центр площадки, другая – по 2 краям. Игроки по краям стараются выбить мячом участников из центра, соблюдая правила безопасности: не бить сильно, держать дистанцию, целиться в ноги или руки. Игра продолжается до тех пор, пока в центре не останется один непобежденный игрок. Меняйтесь ролями, чтобы все успели поиграть.

Поделитесь в социальных сетях яркими моментами игры, расскажите о самых интересных моментах и о том, какие стратегии помогли вашей команде добиться успеха!

8 КТО ЧЕМПИОН ПО СКАКАЛКЕ? ★★☆☆

Соревнование по прыжкам на скакалке – отличный способ проверить свою выносливость, координацию и командный дух, а также установить личный рекорд!

Разделитесь на команды и устройте в помещении соревнование, кто дольше сможет прыгать на скакалке без остановки. Засекайте время с помощью секундомера. Можно прыгать как поодиночке, так и группой, держа одну длинную скакалку.

Поделитесь в социальных сетях результатами соревнования, расскажите о своих достижениях и рекордах!

9 СПОРТИВНЫЙ БЛОГЕР ★★★

Как насчет создания спортивного блога? Он точно мотивирует людей быть осознаннее в своем выборе спорта или здорового образа жизни!

Запустите блог или канал о спорте, где будете публиковать обзоры матчей, интервью с одноклассниками-спортсменами и тренировочные программы. Составьте контент-план и сделайте не менее 3 выпусков.

Опубликуйте в социальных сетях материалы своего блога!



10 СОБСТВЕННАЯ СПАРТАКИАДА ★★★★★

Организация масштабного спортивного мероприятия поможет вам развить организаторские способности и сплотить ваш коллектив!

Сформируйте команду организаторов, разработайте программу спартакиады с несколькими видами спорта (например, керлинг, хоккей с шайбой, санный спорт). Составьте расписание соревнований, подготовьте призы и грамоты. Проведите жеребьевку команд, организуйте торжественное открытие и закрытие мероприятия.

Поделитесь в социальных сетях отчетом о проведении спартакиады! Расскажите о самых ярких моментах, достижениях участников и впечатлениях зрителей.



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

#ВызовПервых #КалендарьПервых



СПОРТ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Киберспорт признан видом спорта в более чем 70 странах мира, включая Россию, и даже входит в программу Азиады — комплексные спортивные соревнования среди атлетов Азиатского континента.

Эти задания выполняйте на зимних каникулах

1 СПОРТ И УЧЕБА ★★☆☆

Исследование влияния физической активности на успеваемость поможет вам найти оптимальный баланс между учебой и спортом!

В течение недели чередуйте дни с физическими нагрузками и без них. Ведите учет своей успеваемости, отмечайте концентрацию внимания и общую работоспособность. Сравните результаты.

Поделитесь в социальных сетях своими выводами! Расскажите о том, как физическая активность повлияла на вашу учебу, и дайте советы по совмещению занятий спортом с учебным процессом.

2 30 МИНУТ АКТИВНОСТИ ★★☆☆

Всего 30 минут физической активности поможет вам зарядиться энергией и улучшить самочувствие!

Выберите любой вид активности (бег, прыжки со скакалкой, танцы) и занимайтесь 30 минут. Засеките время, посчитайте количество повторений или преодоленную дистанцию.

Поделитесь в социальных сетях своими результатами! Расскажите о том, как вы распределили время и какие ощущения испытали после тренировки.

3 ФИТНЕС-ВЫЗОВ ★★☆☆

Создание собственного комплекса упражнений – это отличный способ не только поддерживать физическую форму, но и научиться грамотно планировать свои тренировки!

Составьте индивидуальный комплекс из 8-10 упражнений, включающих разминку, основные упражнения на разные группы мышц и заминку. Выполните его на время, засекая секундомером каждый подход. Запишите свои результаты и пригласите друзей посоревноваться с вами на время.

Поделитесь в социальных сетях своими достижениями! Расскажите, какие упражнения вошли в ваш комплекс, сколько времени заняло выполнение и как изменились ваши результаты. Не забудьте отметить своих друзей, которые тоже приняли участие в фитнес-вызове!

5 ПУТЬ К УСПЕХУ ★★☆☆

Изучение истории успеха профессиональных спортсменов поможет вам понять секреты достижения целей, преодолеть собственные трудности и найти вдохновение для личных побед!

Выберите известного спортсмена из любого вида спорта и проведите детальный анализ его карьеры. Изучите основные достижения, проанализируйте препятствия, с которыми он сталкивался, и выделите ключевые факторы его успеха. Подготовьте пост, мотивирующий постер или короткое вдохновляющее выступление, включив в него статистические данные, цитаты спортсмена и ваши собственные выводы о том, какие качества помогли ему достичь вершин.

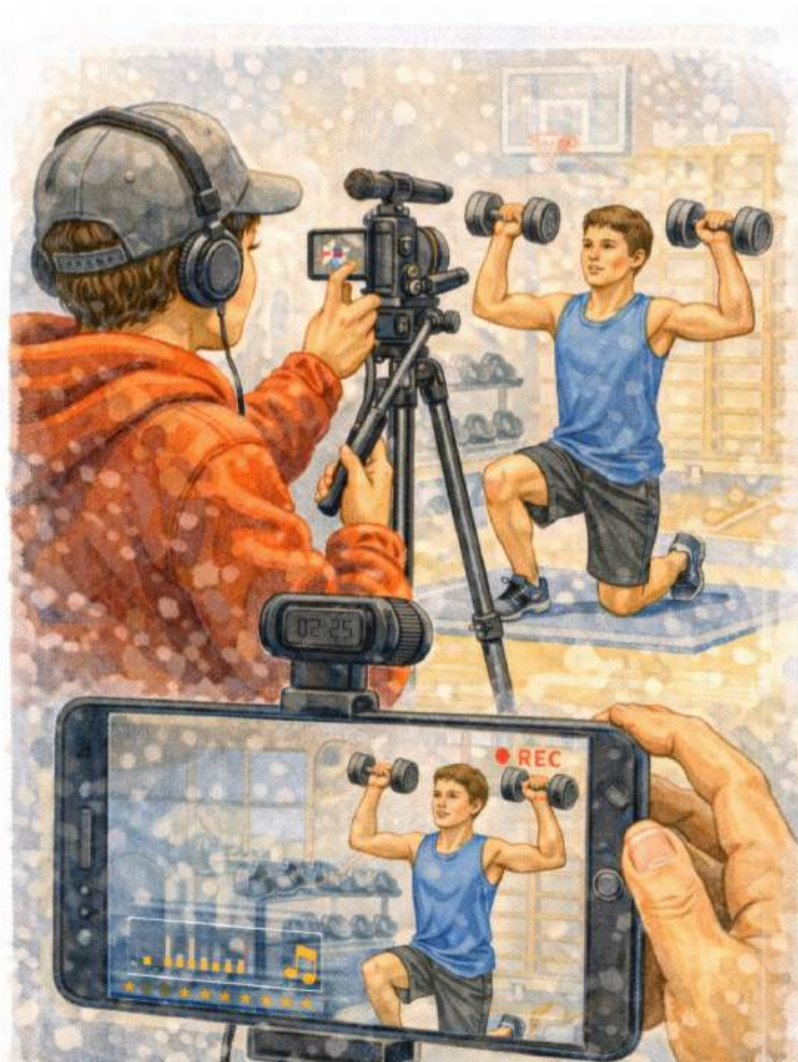
Поделитесь в социальных сетях результатами вашего исследования! Расскажите, какие факты из биографии спортсмена вас больше всего впечатлили и какие уроки вы извлекли для себя.

4 СПОРТ-БЛОГ ★★☆☆

Создание спортивного контента – это отличный способ поделиться своими знаниями о спорте, развить навыки видеосъемки и стать частью активного сообщества единомышленников!

Подготовьте и снимите видео длительностью 2-3 минуты на спортивную тему: это может быть обзор тренировки, советы по правильному выполнению упражнений или репортаж с важного спортивного события. Постарайтесь сделать качественное освещение и звук, добавьте музыкальное сопровождение и текстовые вставки.

Поделитесь в социальных сетях получившимся видео! Расскажите о том, как проходила съемка, какие трудности возникли и как вы их преодолели.



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

#ВызовПервых #КалендарьПервых



СПОРТ

6 ИСКУССТВО В ДВИЖЕНИИ ★★☆☆

Творческое воплощение любви к спорту через графический дизайн поможет вам развить художественные навыки и создать уникальный визуальный контент, который вдохновит других на активные занятия спортом!

Создайте оригинальный плакат, посвященный вашему любимому виду спорта или выдающемуся спортсмену. Используйте графические редакторы или традиционные художественные материалы. Включите в работу ключевые элементы: символику спорта, значимые достижения, мотивирующие цитаты. Постарайтесь гармонично сочетать текст и изображения, соблюдая принципы композиции.

Поделитесь в социальных сетях готовым плакатом и расскажите о процессе его создания! Опишите, какие идеи вы хотели передать, какие трудности преодолели и что нового узнали о выбранном виде спорта или спортсмене.

7 РЕКОРДЫ ПЕРВИЧКИ ★★☆☆

Возможность установить личный рекорд – это отличный способ проверить свои силы, развить спортивные навыки и почувствовать себя частью школьной спортивной истории!

Организуйте соревнование по трем дисциплинам: отжиманиям, прыжкам в длину и бегу на короткую дистанцию. Разделите участников на группы по возрасту и полу. Все результаты занесите в специальный протокол, а лучшие достижения внесите в школьную спортивную летопись.

Поделитесь в социальных сетях результатами соревнования! Расскажите, кому удалось установить новый рекорд, кто показал лучший результат среди участников и какие тренировки помогли достичь таких успехов. Не забудьте отметить самых активных участников и их наставников.

8 МАНИФЕСТ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ★★☆☆

Разработка собственного манифеста здорового образа жизни – это возможность внести реальный вклад в развитие спортивной культуры школы и поделиться ценными знаниями с одноклассниками!

Сформируйте рабочую группу и разработайте комплексный документ, включающий практические рекомендации по трем основным направлениям: правильное питание, эффективные тренировки и оптимальный режим дня. Разделите манифест на логические блоки, добавьте наглядные схемы и иллюстрации. Предложите конкретные, выполнимые советы, основанные на научных фактах и личном опыте.

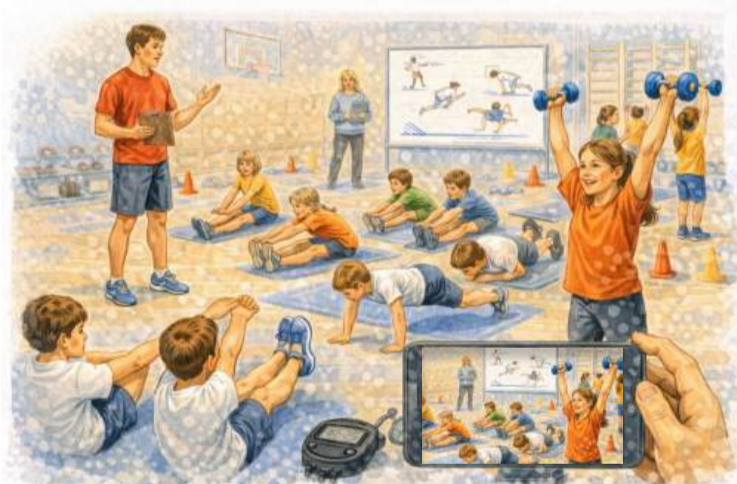
Поделитесь в социальных сетях итоговым вариантом манифеста и расскажите о процессе его создания! Опишите, какие идеи были самыми важными для вашей команды, какие дискуссии возникли при разработке и как вы планируете внедрить предложенные рекомендации в школьную жизнь.

9 ПРИМЕРЬТЕ РОЛЬ ТРЕНЕРА ★★★

Разработка собственной тренировочной программы и проведение занятий для младших школьников – это отличная возможность развить навыки наставничества, получить опыт тренерской работы и внести вклад в физическое развитие младших товарищей!

Разработайте комплексную программу тренировок для детей 7-10 лет, включающую разминку, основные упражнения и растяжку. Учитывайте возрастные особенности, физическую подготовку и безопасность выполнения упражнений. Организуйте и проведите занятие для младших классов под присмотром учителя.

Поделитесь в социальных сетях своим опытом проведения тренировки! Расскажите о том, с какими трудностями вы столкнулись и какие упражнения понравились младшим участникам больше всего.



10 СПОРТИВНЫЙ КОММЕНТАТОР ★★★

Это задание позволит вам развить навыки публичных выступлений, улучшить речевые способности и узнать больше о любимом виде спорта!

Выберите спортивное событие (матч, соревнование или тренировку) и подготовьте к нему комментарий/обзор. Изучите основные правила и терминологию выбранного вида спорта. Запишите видео, в котором прокомментируйте выбранное событие, используя яркие образы и эмоциональные описания, следите за четкостью речи и правильным построением предложений.

Поделитесь в социальных сетях своим комментарием! Расскажите о том, какие трудности возникли при подготовке, что вам понравилось больше всего и какие приемы помогли сделать ваш комментарий интересным для зрителей.



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

#ВызовПервых #КалендарьПервых



СПОРТ

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Шахматы – одна из самых древнейших интеллектуальных игр. Их история отражает развитие человеческой мысли, стратегии и искусства войны. Если говорить об истории появления шахмат в нашей стране, то согласно древнерусским письменным источникам впервые слово «шахматы» встречается в середине XIII в. По одной из версий, игра попала к нам раньше – ориентировочно в VIII-X веках.

Эти задания выполняйте на зимних каникулах

1 ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ФИТНЕС-ПЛАН ★★☆☆

Составление индивидуального плана тренировок поможет вам систематизировать подход к физической активности, улучшить физическую форму и выработать полезные привычки! Определите свои цели и составьте детальный план тренировок на месяц. Учтите свой график, уровень подготовки и доступные условия для занятий. Зафиксируйте начальные показатели и планируемые результаты, распределите нагрузку и приступите к занятиям. **Поделитесь в социальных сетях своим планом и результатами его выполнения! Расскажите о своих целях, прогрессе и том, какие тренировки оказались наиболее эффективными.**

2 ТРЕКЕР АКТИВНОСТИ ★★☆☆

Ведение дневника физической активности поможет вам лучше понять свой организм, отследить прогресс и сформировать полезные привычки!

В течение недели записывайте все виды физической активности, фиксируйте время занятий и свои ощущения. Используйте приложение-трекер или бумажный дневник. Анализируйте, как физическая активность влияет на вашу работоспособность и самочувствие.

Поделитесь в социальных сетях своими наблюдениями! Расскажите о самых активных днях, неожиданных открытиях и планах по улучшению физической формы.

3 СПОРТИВНАЯ ЖУРНАЛИСТИКА ★★☆☆

Написание статьи о местной спортивной команде или интервью с тренером – это отличная возможность проявить свои журналистские таланты и внести вклад в популяризацию спорта!

Проведите исследование о спортивной команде вашего учебного заведения или возьмите интервью у тренера одного из спортивных клубов. Соберите интересные факты, статистику и цитаты. Оформите материал в виде небольшой статьи.

Опубликуйте свою статью в социальных сетях и расскажите о процессе ее создания! Поделитесь впечатлениями от общения со спортсменами и интересными фактами, которые вы узнали.

4 СПОРТИВНОЕ ПИТАНИЕ ★★☆☆

Изучение основ правильного питания поможет вам повысить эффективность тренировок и улучшить самочувствие!

Составьте меню на один день с учетом принципов здорового питания для спортсмена. Укажите калорийность, баланс белков, жиров и углеводов. Подберите продукты для этого меню.

Поделитесь своим рационом в социальных сетях! Расскажите о том, какие продукты вы выбрали и почему, а также о том, насколько возможно придерживаться такого меню в повседневной жизни.



5 ВОЛОНТЕР НА СПОРТИВНОМ СОБЫТИИ ★★☆☆

Опыт волонтерства на крупных спортивных мероприятиях – это уникальная возможность стать частью масштабных событий, получить практические навыки организации и внести свой вклад в развитие спорта!

Зарегистрируйтесь волонтером на предстоящем спортивном мероприятии (чемпионате, марафоне или турнире). Пройдите необходимое обучение, ознакомьтесь с обязанностями и ответственно выполняйте свои функции во время проведения события. Ведите дневник волонтерской деятельности, фиксируя свои впечатления и полученные знания.

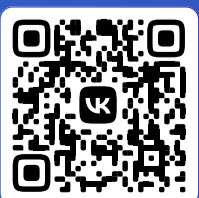
Поделитесь в социальных сетях своими впечатлениями о волонтерском опыте! Расскажите о самых ярких моментах, сложностях и достижениях, а также о том, как этот опыт повлиял на ваше отношение к спорту.

6 СТУДЕНЧЕСКАЯ СПАРТАКИАДА ★★☆☆

Организация спортивного мероприятия – это шанс проявить организаторские способности, сплотить студенческое сообщество и создать традицию здорового образа жизни!

Сформируйте организационный комитет, разработайте концепцию и программу дня здоровья или спартакиады для студентов. Определите виды спорта, составьте расписание соревнований, подготовьте призы и награды. Проведите мероприятие, привлекая к участию как можно больше студентов, и подведите итоги.

Опубликуйте в социальных сетях отчет о проведенном мероприятии! Поделитесь успехами участников, интересными моментами соревнований и планами на будущее.



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

#ВызовПервых #КалендарьПервых



СПОРТ

7 СПОРТ ПРОТИВ СТРЕССА ★★☆☆

Создание информационного контента о связи спорта и психического здоровья поможет вам разобраться в механизмах борьбы со стрессом и поделиться ценными знаниями с другими студентами!

Подготовьте серию постов или запишите подкаст о том, как регулярные занятия спортом помогают справляться со стрессом и улучшает самочувствие. Используйте научные исследования, личный опыт и интервью с экспертами. Структурируйте материал, добавьте практические советы и рекомендации.

Опубликуйте свои материалы в социальных сетях и расскажите о реакции аудитории! Поделитесь, какие темы вызвали наибольший интерес.

8 СПОРТИВНЫЙ БИЗНЕС-ПЛАН ★★☆☆

Разработка бизнес-плана для спортивного проекта – это отличная возможность изучить основы предпринимательства в сфере физической культуры и получить навыки стратегического планирования!

Составьте детальный бизнес-план для открытия небольшого спортивного зала или секции. Проведите анализ рынка, рассчитайте затраты, определите целевую аудиторию и стратегию продвижения. Учтите правовые аспекты, организационные моменты и маркетинговую стратегию.

Поделитесь основными положениями вашего бизнес-плана в социальных сетях! Расскажите о самых интересных находках при разработке проекта и о том, какие факторы оказались решающими при планировании.

9 ПРОФИЛАКТИКА И РЕАБИЛИТАЦИЯ В СПОРТЕ ★★★★★

Исследование методов предотвращения травм и восстановления после них – это важный шаг к профессиональному пониманию спортивной медицины и заботы о здоровье!

Проведите комплексное исследование современных подходов к профилактике спортивных травм. Изучите основные виды травм в различных видах спорта, проанализируйте эффективные методы их предупреждения. Соберите рекомендации по восстановлению после травм, включая физиотерапию, массаж и правильное питание. Составьте подробный план профилактических мероприятий для конкретного вида спорта.

Поделитесь в социальных сетях результатами вашего исследования! Расскажите о самых интересных находках, практических рекомендациях и том, как эта работа помогла вам лучше понять важность заботы о здоровье спортсменов.



10 МАРКЕТИНГОВАЯ СТРАТЕГИЯ СПОРТИВНОГО КЛУБА ★★★★★

Разработка комплексной маркетинговой стратегии для спортивного клуба – это возможность применить теоретические знания на практике и внести реальный вклад в развитие спортивной организации!

Проведите глубокий анализ текущего положения местного спортивного клуба. Разработайте маркетинговую стратегию, включающую анализ целевой аудитории, позиционирование бренда, каналы продвижения и план мероприятий. Создайте медиаплан, определите KPI и предложите способы их измерения. Разработайте концепцию рекламных материалов и PR-активностей.

Опубликуйте основные положения вашей стратегии в социальных сетях! Поделитесь результатами анализа рынка, ключевыми идеями стратегии и планами по ее реализации.

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

#ВызовПервых #КалендарьПервых

