

Первые

6–10 ЛЕТ



Дневник участника

ПРИВЕТ, ПЕРВЫЙ!

Добро пожаловать в Дневник Первых – здесь тебя ждут открытия, эксперименты, творчество и настоящие приключения!

Выполняй задания, пробуй новое и узнавай, сколько всего ты уже умеешь!

Этот дневник поможет тебе исследовать мир, создавать свои проекты и собирать собственную коллекцию достижений.

ВЫБИРАЙ СВОЙ ПУТЬ!

В каждом задании тебя ждут 3 уровня сложности – от первого шага до настоящего командного вызова. Ты можешь пройти все три уровня одного понравившегося задания или выбирать по одному уровню в разных заданиях. Главное – выбирай то, что тебе интересно, пробуй и отмечай свои результаты в дневнике.

ВЫПОЛНЯЙ ВСЕ ЗАДАНИЯ И СТАНЬ ПОБЕДИТЕЛЕМ ПРОЕКТА!

Победителей ждет брендированная и сувенирная продукция от Движения Первых

ГОТОВ? ТОГДА ПРИСТУПАЙ К ПЕРВОМУ ЗАДАНИЮ И ВПЕРЁД К ОТКРЫТИЯМ!



КТО ЗДЕСЬ ПЕРВЫЙ?



Место для фото или рисунка

ФИО

Мое первичное отделение

Роль в команде

МОИ «СУПЕРСИЛЫ»

МОЯ ГЛАВНАЯ ЦЕЛЬ НА ДНЕВНИК:

ИНТЕРЕСНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ

НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ

ТРУД, ПРОФЕССИЯ И СВОЕ ДЕЛО

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. ШКОЛЬНАЯ КЛАССИКА

СПОРТ И ЗОЖ

КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО. КНИЖНЫЙ КЛУБ

МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

ВОЛОНТЕРСТВО И ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО

ОБРАЗОВАНИЕ И ЗНАНИЯ

ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ

ПАТРИОТИЗМ И ИСТОРИЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ

ДИПЛОМАТИЯ И МЕЖДУНАРОДНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

ЭКОЛОГИЯ

СПОРТ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

6–10 ЛЕТ



ЗАДАНИЕ 1

ЦВЕТНАЯ ТАРЕЛКА ЗДОРОВЬЯ

★ ШАГ 1

Разные овощи, фрукты и ягоды содержат разные полезные вещества, поэтому разнообразие продуктов – один из принципов здорового питания. Во время одного приёма пищи попробуй собрать на тарелке продукты как минимум 4 разных цветов, например зелёный огурец, красный помидор, оранжевую морковь и фиолетовые ягоды. После еды запиши в дневник, сколько цветов вам удалось собрать и какие продукты соответствовали каждому из них. Выбери продукт, который понравился тебе больше всего, и узнай, какие питательные вещества он содержит. Покажи свою «радугу» друзьям или семье и предложи им собрать собственную цветную тарелку. Сравни результаты и попробуй вместе придумать ещё несколько сочетаний разноцветных овощей, фруктов и ягод.

★★ ШАГ 2

За пять дней ты узнаешь, как разнообразить рацион овощами, фруктами и ягодами разных цветов. Каждый день во время одного приёма пищи собирай «цветную тарелку» минимум из 4 цветов, стараясь добавлять новый продукт, и записывай в дневник, что оказалось на твоей тарелке. В конце эксперимента посчитай, сколько разных продуктов тебе удалось попробовать, и определи самый разнообразный день. Покажи результаты друзьям или семье и предложи им провести такой же эксперимент, а затем сравните ваши «цветные тарелки».

★★★ ШАГ 3

Собери команду из семьи или друзей и в течение недели исследуйте, насколько разнообразными могут быть ваши «цветные тарелки». Каждый день во время одного приёма пищи отмечайте, овощи, фрукты и ягоды каких цветов выбрал каждый участник, и добавляйте новые продукты в общую коллекцию. В конце недели посчитайте, сколько разных продуктов попробовала команда, придумайте название своей коллекции и создайте плакат, где каждый цвет будет представлен любимыми продуктами участников. Сфотографируйте результат и поделитесь им с друзьями, предложив им провести такой же эксперимент.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В каждом яблоке, морковке или банане живут защитники – витамины и минералы! Они как стражи здоровья, которые помогают тебе расти сильным и энергичным. Когда ты ешь фрукты и овощи, эти защитники отправляются в путешествие по организму, помогая тебе быть бодрыми, быстро расти и не болеть.



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 1

6–10 ЛЕТ

Первые



1 ШАГ ★

На моей тарелке сегодня было _____ цветов,
а именно (перечисли цвета): _____

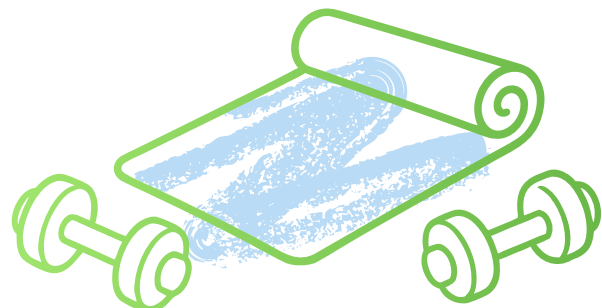
Больше всего мне понравился (напиши название
продукта) _____,
потому что _____

Я спросил друзей, и оказалось, что они смогли
собрать на своих тарелках _____ цветов.

2 ШАГ ★★

Я выполнял задание (укажи даты) с _____ по _____

Всего на моей тарелке было _____ цветов. Самый
яркий день (укажи дату) _____. В этот день
у меня на тарелке было _____ цветов. Мой новый
любимый продукт – это _____.



3 ШАГ ★★★

Наша команда называется _____.
В ней (напиши количество человек) _____ человек.
Это мои (подчеркни нужное) члены семьи/друзья/
одноклассники/(если ничего не подходит, напиши,
кто в твоей команде) _____

Я выполнял задание (укажи даты) с _____ по _____.
За эти дни у нас было _____ цветов, новые
продукты, которые мы попробовали: _____

Любимый продукт всей команды: _____

Мне понравилось задание на (оцени от 1 до 5):



МЕСТО ДЛЯ ТВОЕГО РИСУНКА ИЛИ ОТЧЁТА

СПОРТ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

6–10 ЛЕТ

Первые

ЗАДАНИЕ 2

ТРЕНИРОВКА СИЛЫ И БАЛАНСА

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Рекорды могут устанавливать даже дети. Например, в 2024 году восьмилетняя Лидия Котельникова из Перми установила рекорд России, выполнив 1510 отжиманий от пола за один подход.

★ ШАГ 1

Проверь свою силу и равновесие с помощью небольшой тренировки. Выполни 3 подхода по 5 приседаний с отдыхом между ними, а затем попробуй простоять по 10 секунд на каждой ноге, при необходимости придерживаясь за устойчивую опору. Обрати внимание на свои ощущения и запомни результат, чтобы позже проверить, как регулярные тренировки помогают выполнять упражнения увереннее.

★★ ШАГ 2

В течение 3 дней повторяй приседания и упражнения на равновесие, наблюдая, становится ли выполнять их легче. Добавьте планку на 10–20 секунд, сохраняя тело в прямой линии, а время баланса на каждой ноге увеличь до 15 секунд. Записывая результаты в дневник и сравни показатели первого и третьего дня, чтобы увидеть свой прогресс.

★★★ ШАГ 3

Собери команду из 2–4 человек и вместе выберите 4–5 знакомых упражнений, например приседания, планку, баланс или отжимания от стены. Распределите роли спортсмена, тренера и хронометриста, пройдите тренировочный круг и меняйтесь ролями, чтобы каждый попробовал себя в разных задачах. Сравните не только результаты, но и то, какие упражнения давались легче, а какие требовали больше усилий. Придумайте название и общий девиз своей спортивной команды.



РАСКРАСЬ ОДЕЖДУ РЕБЯТ
В СВОИ ЛЮБИМЫЕ ЦВЕТА

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 2

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ

Дата: ____.

Что было легче: _____
(например: «приседания», «стоять на правой ноге»)

Что пока трудно: _____
(например: «теряю равновесие», «ноги устают»).

Смайлик дня (обведи подходящий):



2 ШАГ

Дата: ____.

Приседания: ____ раз.
Планка: ____ секунд.
Баланс на каждой ноге: ____ секунд.
Книга на голове: удалось не уронить: ☐ да / нет

Оценка по шкале от 1 до 5 (закрась количество звёзд):

Выносливость (планка):


Сила (приседания):


Равновесие:


МЕСТО ДЛЯ ТВОЕГО РИСУНКА
ИЛИ ОТЧЁТА

3 ШАГ

Дата: ____.

Наша команда называется _____ В ней ____ человек.
Это мои (подчеркни нужное) члены семьи/
друзья/одноклассники/(если ничего
не подходит, напиши, кто в твоей
команде) _____

Участник	Приседания (кол-во)	Планка (сек)	Баланс (сек, среднее по двум ногам)	Другое _____

СПОРТ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

6–10 ЛЕТ



ЗАДАНИЕ 3 НЕДЕЛЯ ЗДОРОВОГО СНА

★ ШАГ 1

Сон помогает организму восстанавливаться, а наблюдение за своим режимом позволит понять, как продолжительность сна связана с твоим самочувствием в течение дня. В течение недели старайся ложиться и вставать примерно в одно и то же время, чтобы получать достаточное для твоего возраста количество сна. Каждое утро записывай, сколько часов ты спал(а) и как чувствуешь себя после пробуждения, а вечером отмечай смайликом своё самочувствие за день. В конце недели сравните записи и попробуй определить, при каком режиме ты чаще чувствовал(а) себя бодрым и отдохнувшим.

★★ ШАГ 2

Продолжай ложиться до 21:00 ещё одну неделю, и теперь отмечай не одно слово, а 2–3 признака своего самочувствия: например, «был внимательным на уроке», «быстро уставал», «с радостью играл с друзьями». Каждый день добавляй к записи одну короткую фразу: «Сегодня мне помогло заснуть...» (например, «тёплое молоко», «тихая музыка», «чтение книжки»).

В конце недели посмотри свои записи и найди 1–2 действия, которые помогли тебе лучше выспаться.

★★★ ШАГ 3

Предложи близким или друзьям поучаствовать в «Неделе здорового сна», договоритесь вести общий дневник: каждый день каждый участник пишет, во сколько лёг, сколько спал и как себя чувствовал. В конце недели соберитесь вместе и подсчитайте среднюю продолжительность сна у каждого, а потом сравните: у кого самый стабильный режим, у кого самые бодрые дни. Обсудите, какие привычки помогают лучше спать (например, меньше цифровых устройств перед сном, прогулка вечером), и запишите 2–3 совета, которые ваша команда будет использовать дальше.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Синий свет от экранов (телефонов, компьютеров) мешает выработке мелатонина – это гормон, который помогает нам спать и настраивает наши внутренние часы. Если перестать пользоваться цифровыми устройствами хотя бы за час до сна, то спать будет намного лучше!



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 3

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ

День	Уснул до 21:00 (да/нет)	Сколько часов спал	Смайлик дня (обведи)
			  
			  
			  
			  
			  
			  
			  

3 ШАГ

Дата: ____.

Наша команда называется _____
В ней _____ человек. Это мои (подчеркни нужное) члены семьи/друзья/ одноклассники/(если ничего не подходит, напиши, кто в твоей команде)_____

Каждый участник команды должен перерисовать таблицу из отчёта второго уровня сложности и вести её на протяжении всей недели

Средняя продолжительность сна за неделю у команды: _____ часов (посчитать: сложить все часы у всех участников команды, разделить на 7, затем разделить на количество участников).

Самые полезные привычки для хорошего сна в нашей команде – это _____

2 ШАГ

День	Уснул до 21:00 (да / нет)	Сколько часов спал	Признаки моего самочувствия	Смайлик дня
				  
				  
				  
				  
				  
				  
				  

ЗАДАНИЕ 4 ТРОПА РАВНОВЕСИЯ

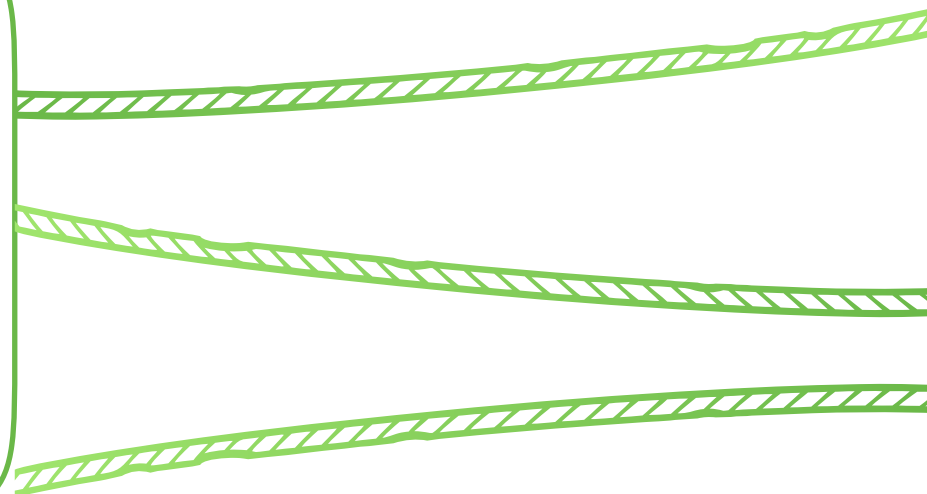
★ ШАГ 1

Проверь свою координацию и умение сохранять равновесие с помощью простого упражнения. Нарисуй мелом или обозначь скотчем на полу прямую линию длиной примерно 5 шагов и медленно пройди по ней, стараясь не наступать за края. Повтори упражнение несколько раз и отметь, удалось ли с каждым разом проходить линию точнее и увереннее.



★★ ШАГ 2

Усложни упражнение: пройди по линии небольшими шагами, аккуратно ставя пятку одной ноги перед носком другой. Если первый вариант получается уверенно, попробуй пройти с лёгкой плоской книжкой на голове, не придерживая её руками, и повторите несколько раз. Запиши в дневник свой лучший результат: «Мне удалось пройти линию ___ раз подряд, не сходя с неё».



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

За границей Федора Молодцова называли «русским чудом» канатоходства. В 1890-х годах он прошёл по канату над рекой Темзой. Он также поспорил с французским канатоходцем Шарлем Блонденом и выиграл спор, пройдя по канату через Неву в самом широком месте, тогда как Блонден смог пройти только через узкое место. Во время коронации Николая II Федор Молодцов ходил по канату почти непрерывно с 9 утра до 5 вечера.

★★★ ШАГ 3

Собери 2–3 друзей или родных и вместе устройте соревнование на равновесие, подготовив несколько безопасных «троп» из скотча или нарисованных линий разной длины. Проходите их по очереди, а остальные пусть считают количество шагов без схода с линии и записывают результаты каждого участника. Проведите несколько раундов и определите, кто сильнее всего улучшил собственный результат, а не просто показал лучший результат среди всех. В финале придумайте участникам весёлые титулы – например, «Мастер баланса» или «Чемпион уверенного шага».

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 4

6–10 ЛЕТ



РАСКРАСЬ РИСУНКИ В СВОИ
ЛЮБИМЫЕ ЦВЕТА



1

ШАГ



Дата: ____.

Я прошёл по линии с ____ раза (напиши, с какой попытки ты смог пройти по линии и не сойти с неё).

Мне было *легко* / *немного трудно* / *очень трудно* (подчеркни нужное) пройти по линии.

2

ШАГ



Дата: ____.

Я прошёл по линии ____ раза (напиши, сколько раз подряд ты смог пройти по линии с грузом и не сойти с неё).

Мне было *легко* / *немного трудно* / *очень трудно* (подчеркни нужное) пройти по линии столько раз.

3

ШАГ



Дата: ____.

Наша команда называется _____

В ней ____ человек. Это мои (подчеркни нужное) члены семьи/друзья/одноклассники/(если ничего не подходит, напиши, кто в твоей команде)

Наша команда называется _____. В ней ____ человек. Это мои (подчеркни нужное) члены семьи/друзья/одноклассники/(если ничего не подходит, напиши, кто в твоей команде)

Самый лучший результат был у _____. Он/она прошёл(а) по линии ____ раз

Мы придумали титул для лучшего канатоходца недели с названием _____

СПОРТ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

ЗАДАНИЕ 5 ВОДНЫЙ БАЛАНС

6–10 ЛЕТ



★ ШАГ 1

Вода необходима организму, а это задание поможет тебе внимательнее относиться к тому, когда ты испытываешь жажду и что пьёшь в течение дня. Выбери удобную бутылку или стакан и в течение дня отмечай в дневнике каждый раз, когда пьёшь воду. Не стремись выпить определённое количество стаканов специально: потребность в жидкости зависит от возраста, питания, активности, погоды и других условий. В конце дня посмотри на свои записи и вспомни, в какие моменты тебе особенно хотелось пить.

★★ ШАГ 2

Создай собственный трекер воды: раздели день на несколько периодов, например, утро, до обеда, после обеда и вечер, и нанеси соответствующие отметки на бутылку или в дневник. В течение дня пей воду, ориентируясь прежде всего на чувство жажды, а каждый раз отмечай это кружком, наклейкой или стикером. Веди трекер 3 дня, а затем сравни записи и определи, в какое время дня ты чаще всего вспоминаешь о воде.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Выпить стакан тёплой воды утром – это простая привычка, которая приносит много пользы. За ночь организм немного теряет воду, даже если не чувствуется жажда. Тёплая вода помогает организму проснуться, улучшает работу желудка и подготавливает кишечник к новому дню. Эта привычка помогает выводить вредные вещества из организма, улучшает кровообращение и может уменьшить утреннюю усталость.

★★★ ШАГ 3

Предложи 2–3 друзьям или родным в течение недели вести собственные трекары воды – на бутылке, бумаге или в заметках телефона. Раз в день делитесь результатами и отмечайте, удалось ли вам регулярно вспоминать о воде и ориентироваться на чувство жажды. Не соревнуйтесь в количестве выпитого: потребность в жидкости у каждого человека индивидуальна, поэтому цель задания – наблюдать за своей привычкой, а не выпить больше остальных. В конце недели обсудите, кому трекер оказался полезен и какой способ напоминания работал лучше всего.

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 5

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ

Дата: ____.

У меня получилось выпить ____ стаканов из 5.

Мне было проще всего выпить воду утром/днём/вечером (подчеркни нужное), а сложнее всего – утром/днём/вечером (подчеркни нужное).

3 ШАГ

Дата: с ____.

Наша команда называется ____
В ней (напиши количество человек) ____ человек. Это мои (подчеркни нужное) члены семьи/друзья/одноклассники/(если ничего не подходит, напиши, кто в твоей команде)

Плюс за привычку (галочка, если пил регулярно)

Мы заметили, что лучше всего пить воду ____ (например, утром, во время чтения)

Имя участника	День 1	День 2	День 3	День 4	День 5	День 6	День 7

2 ШАГ

Дата: с ____.

Обводи кружочки после каждой выпитой кружки воды

День 1	☐	☐	☐	☐	☐
День 2	☐	☐	☐	☐	☐
День 3	☐	☐	☐	☐	☐

СПОРТ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

6–10 ЛЕТ



ЗАДАНИЕ 6 БОДРОЕ УТРО

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Утренняя зарядка очень помогает работе мозга. Учёные провели исследование и выяснили, что упражнения помогают мозгу расти и улучшают память и способность учиться у мышей. Хотя люди и мыши разные, учёные считают, что физическая активность влияет на нас так же хорошо.

★ ШАГ 1

Начните день с короткой зарядки на 3–5 минут, чтобы размяться после сна и настроиться на активный день. Выполни 10 потягиваний вверх, 10 шагов на месте с подниманием коленей и 5 плавных наклонов в каждую сторону. Выполняй движения без спешки и следи за своими ощущениями: если упражнение вызывает дискомфорт, уменьши амплитуду или остановись. После зарядки отметь в дневнике, как изменилось твое самочувствие и настроение.



★★ ШАГ 2

Составь собственную зарядку из 4 простых упражнений, например потягиваний, шагов на месте, «мельницы» и «лодочки». Выполняй каждое движение плавно, без боли и задержки дыхания, а всю зарядку – в комфортном для себя темпе. Повторяй комплекс в течение 3 дней, каждый раз отмечая в дневнике, какие упражнения даются легко, а какие требуют больше усилий. В конце сравни свои ощущения и реши, какие упражнения ты хотел(а) бы оставить в своей постоянной утренней зарядке.

★★★ ШАГ 3

Собери 2–3 друзей или родных и в течение недели начинайте день с общей короткой зарядки. Пусть каждый предложит одно любимое упражнение, а затем объедините их в собственный комплекс и распределите роли ведущего, хронометриста и мотиватора, меняясь ими каждый день. Выполняйте упражнения в комфортном темпе под негромкую музыку или счёт ведущего и отмечайте участие каждого в дневнике. В конце недели обсудите, какие упражнения понравились команде больше всего и помогла ли совместная зарядка сделать утро активнее.

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 6

6–10 ЛЕТ

Первые



1

ШАГ



2

ШАГ



3

ШАГ



Дата: ____.

Сегодня я выполнил(а) утреннюю зарядку в течение _____ минут.

Что я делал(а)“:
(поставь галочку, если выполнил(а))



Потягивания вверх



Шаги на месте с высоким подниманием коленей



Наклоны в стороны

Сколько получилось

потягивания: _____ раз
 шаги на месте: _____ раз
 наклоны: _____ раз (вправо _____,
 влево _____)

Насколько стало бодрее
после зарядки: (закрась нужное
количество звёзд)



Дата: с _____._____._____ по _____._____._____

Я придумал(а) такую цепочку из 4 упражнений и выполнял(а) их по утрам _____ дня:

День	Название упражнения	Описание	Количество повторов/ секунд

Насколько стало бодрее после зарядки:
(закрась нужное количество звёзд)



Дата: с ____ . ____ . ____ по ____ . ____ . ____

Наша команда называется _____

В ней (напиши количество человек) _____ человек. Это мои (подчеркни нужное)
 члены семьи/друзья/одноклассники/(если ничего не подходит, напиши, кто в твоей
 команде)

Мы сделали свою фирменную цепочку из упражнений – каждый принёс по одному любимому.

Упражнение от меня : _____, делаю _____ раз
Упражнение от _____ (имя): _____, делаем _____ раз
Упражнение от _____ (имя): _____, делаем _____ раз

Общая длительность нашей зарядки: _____ минут

Музыка дня (или без музыки): _____ (название песни/жанр или «без музыки»)

Насколько стало бодрее после зарядки: (закрась нужное количество звёзд)

[illegible]

ЗАДАНИЕ 1 ОБЪЯСНИ ПРОСТО

★ ШАГ 1

Выбери то, что ты уже умеешь: считать, читать короткие слова, собирать портфель, соблюдать порядок или запоминать правила. Представь, что игрушка, младший брат, сестра или сказочный герой этого пока не знает, и объясни простыми словами или нарисовав. В конце объясни, какую ошибку он мог бы совершить и как ты помог бы её исправить.

★★ ШАГ 2

Выбери простой вопрос: почему нужно мыть руки, как растёт растение, зачем читать книги, как запомнить буквы или почему важно быть внимательным. С помощью взрослого найди 1–2 понятных факта и покажи их через рисунок, рассказ или безопасный домашний опыт. Объясни родным, что ты узнал(а) и что теперь стало понятнее.

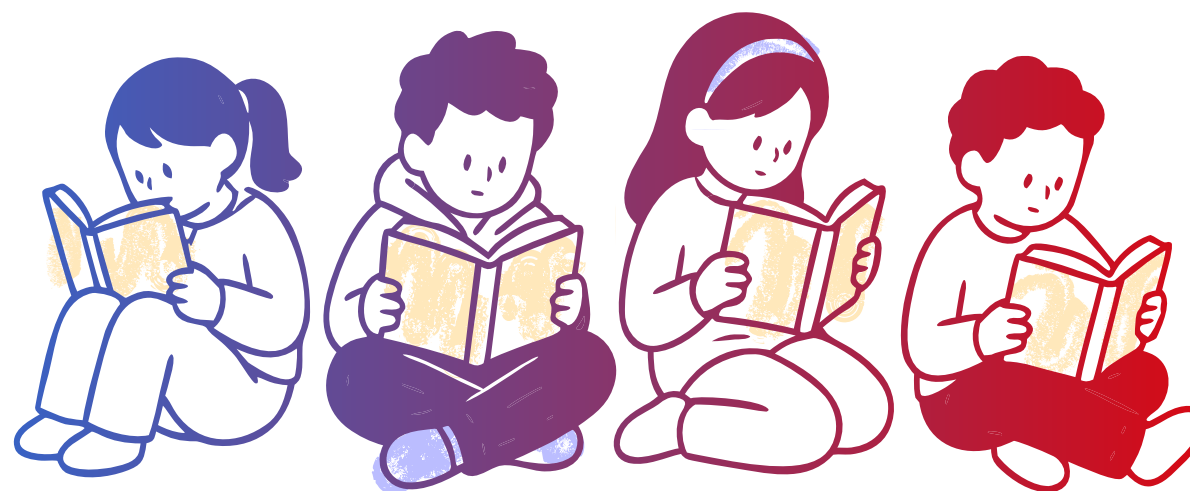
★★★ ШАГ 3

Придумай игру, которая помогает считать, читать, быть внимательным, запоминать правила или узнавать полезные привычки. Договоритесь с друзьями или семьей, кто придумывает правила, кто рисует поле или задания, а кто проверяет, понятны ли правила игры. Проведи игру, а после игры спроси, что участники запомнили и что можно сделать ещё понятнее.



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Один из самых надёжных способов разобраться в теме – объяснить её другому человеку простыми словами. Когда человек превращает знания в понятный формат, он лучше видит главное, замечает сложные места и помогает другому не застрять там, где обычно возникает путаница.



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 1

6–10 ЛЕТ



2 ШАГ 

Я выбираю тему

Описание темы:

МЕСТО ДЛЯ ТВОЕГО РИСУНКА
ИЛИ ОТЧЁТА

3 ШАГ 

Наша игра _____

В разработке игры участвовали _____

Правила _____

Место для фотографий

МЕСТО ДЛЯ ФОТОГРАФИЙ ИЛИ ЗАРИСОВОК

ТАК ВЫГЛЯДИТ ИГРА



ЗАДАНИЕ 2 МЫ ТОЧНО ДОГОВОРИМСЯ!



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В 860 году Русь заключила с Византией договор «мира и любви». Это был один из первых шагов, чтобы страны начали дружить и торговать.

★ ШАГ 1

Иногда у людей бывают разные желания: кто-то хочет играть в одно, кто-то – в другое; кто-то обиделся, а кто-то не понял почему. Выбери простую ситуацию, где нужно договориться. Нарисуй двух героев и покажи, что каждый из них хочет. Придумай 2–3 добрые фразы, которые помогут им услышать друг друга. В конце покажи, какое общее решение они нашли.

★★ ШАГ 2

Добрые слова помогают людям не спорить, а понимать друг друга. Вместе со взрослыми найди пример из сказки, мультфильма или истории, где герои смогли договориться. Подумай, какие слова им помогли. Сделай своё «послание примирения»: кому оно адресовано и что можно сказать, чтобы разговор стал добрее.



★★★ ШАГ 3

Договариваться легче, когда все знают простые правила общения. Вместе с твоими друзьями или семьёй выберите ситуацию в группе, классе или во дворе, где ребятам бывает сложно договориться. Придумайте одно правило дружного разговора: например, не перебивать, говорить спокойно, предлагать решение. Проверьте это правило в общей игре или разговоре.

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 2

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ 

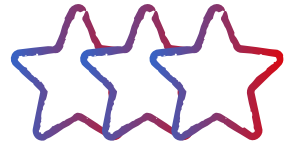
Добрые фразы

НАРИСУЙ КОМИКС

2 ШАГ 

Добрые фразы

НАРИСУЙ ГРУППЫ ГЕРОЕВ, КОТОРЫМ
УДАЛОСЬ ДОГОВОРИТЬСЯ

3 ШАГ 

Правила дружеского общения:

- 1.

- 2.

- 3.

- 4.

- 5.

ЗАДАНИЕ 3

ФАБРИКА ДОБРЫХ ДЕЛ

★ ШАГ 1

Осмотри дом и подумай, кому или чему ты можешь помочь: человеку, животному, растению, игрушкам, книгам или общему порядку. Нарисуй или расскажи взрослому свои идеи, кому можно помочь, что хочется улучшить, какой первый шаг ты сделаешь. Выполни один маленький шаг: аккуратно сложи книги, полей цветок, сделай открытку, помоги убрать игрушки или придумай другой безопасный вариант.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

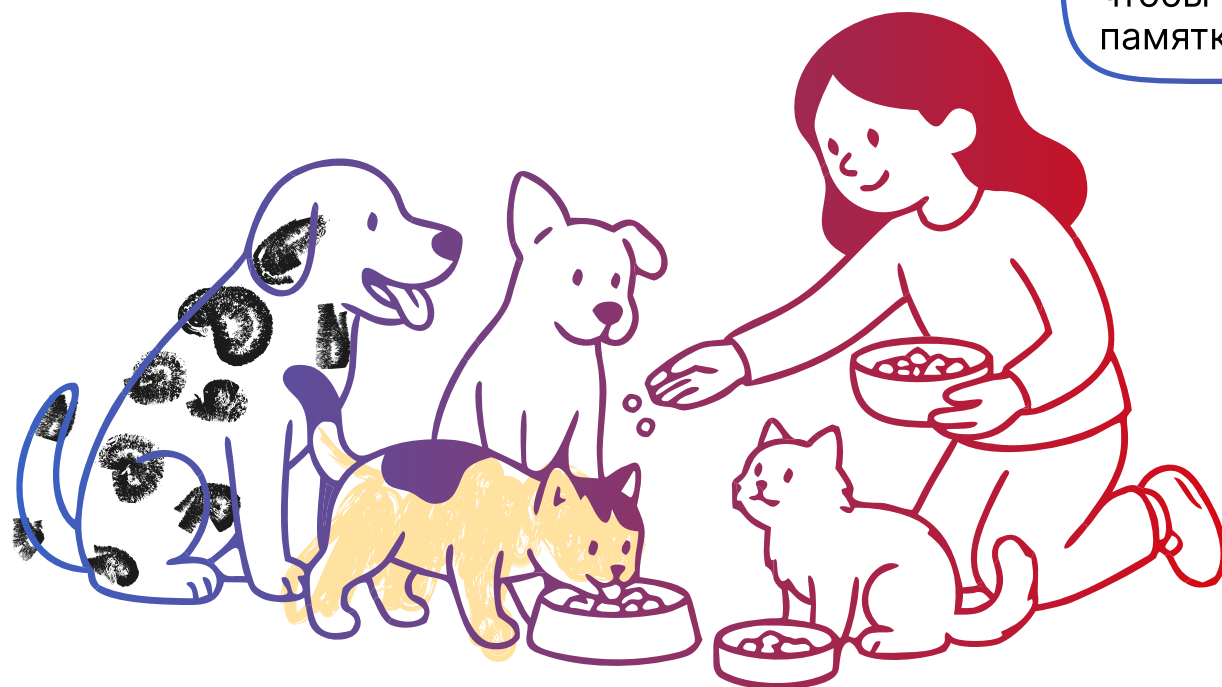
В деревнях существовали особые ритуалы коллективной помощи: «помочи», «толока» или «кануны». Община собиралась, чтобы вместе построить дом погорельцам, распахать поле соседу, у которого не осталось лошадей, или заготовить дрова для церкви. После работы организатор угощал всех участников.

★★ ШАГ 2

Вместе со взрослым найди в интернете или вспомни 2–3 примера добрых дел: помощь природе, забота о младших, поддержка пожилых, порядок дома или во дворе, доброе слово. Выбери одну идею и составь инструкцию, с чего начать, чтобы совершить доброе и полезное дело в виде рисунка, открытки, памятки или голосового рассказа «Фабрика добрых дел».

★★★ ШАГ 3

Соберитесь небольшой группой с учителем, наставником, куратором или родителями и выберите место или ситуацию, где можно что-то улучшить: книжная полка, игровой уголок, клумба, класс, группа, дворовая лавочка, место для поделок или зона отдыха. Обсудите, кому поможет ваше дело, что именно вы хотите улучшить, какие 3 шага нужно сделать и что может помешать. Распределите роли: кто придумывает, кто помогает готовить, кто следит за порядком, кто расскажет итог взрослому или команде. Расскажи о процессе выполнения и его итоге другой группе, классу или друзьям.



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 3

6–10 ЛЕТ

Первые

1



Мои добрые дела:

2



Фабрика добрых дел



3



НАРИСУЙ СВОЕ ДОБРОЕ ДЕЛО

ОПИШИ ИНСТРУКЦИЮ ЗДЕСЬ

ОПИШИ ИНСТРУКЦИЮ ЗДЕСЬ

ЗАДАНИЕ 4 КНИЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ

★ ШАГ 1

Задумывались ли вы о том, что содержание любой книги можно пересказать по формуле буквально 12 словами? Предлагаем тебе проверить!

Выбери книгу, и при прочтении заноси слова и мысли в 4 колонки: «Кто?», «Где?», «Что случилось?», «Чем закончилось?».

Найди в тексте три незнакомых слова, спроси у взрослых про их значение. Старайся занести эти слова в колонки. После прочтения сократи количество слов в каждой колонке до 1–2х. Запиши формулу прочитанной книги на странице заданий дневника.

★★ ШАГ 2

Договорись о прочтении одной и той же книги с друзьями. После прочтения поиграйте в игру: сначала один участник пишет на чистом листе бумаге ответ на вопрос «Кто?» (Писать можно только героя из книги). Написав, нужно загнуть лист, как если бы вы делали «веер» из бумаги. Это нужно для того, чтобы следующий участник не увидел написанного первым текста. Второй участник забирает лист и тайно пишет ответ на вопрос «Когда?» и совершает те же действия, что первый. Затем последовательно все отвечают на вопросы: «Где?», «С кем?», «Что происходило?», «Чем закончилось?». В конце игры лист разворачивается и читается смешная история – пересказ!

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Глаза при чтении двигаются не плавно, а скачками. На каждой строке глаза делают 12–16 коротких остановок, а между ними – быстрые «прыжки».



★★★ ШАГ 3

После прочтения одной книги поиграйте с друзьями в игру «Словарный спецназ: миссия „Пойми и примени“»: благодаря ей вы сможете запомнить новые слова из книги. В первом раунде игроки угадывают значения незнакомых слов и составляют с ними предложения, во втором – проверяют догадки по словарю и придумывают яркие образы для запоминания. В третьем раунде команда за 5 минут создаёт короткий текст или диалог, где осмысленно использует все слова. За правильные догадки, точные примеры и командную работу начисляются баллы. В финале команда выразительно читает свой текст, а другие пытаются угадать «секретные» слова. Создавайте поле для игры, карточки и систему баллов и описывайте её на странице заданий!

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 4

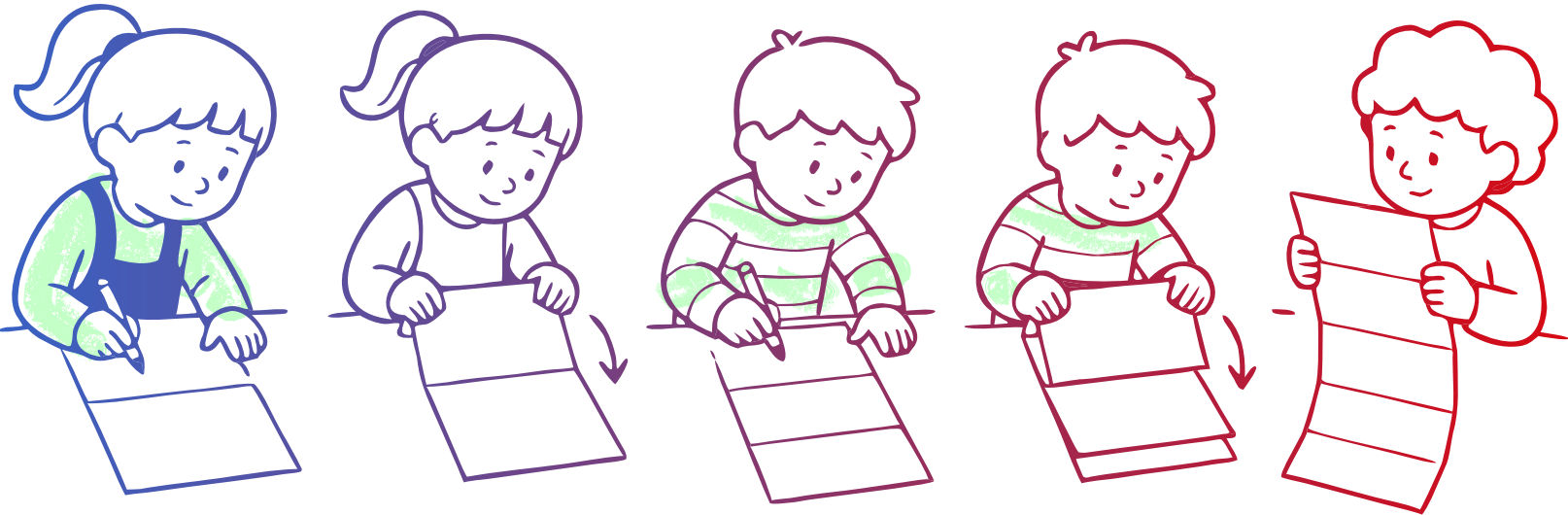
6–10 ЛЕТ



1  ШАГ

Кто?	Где?	Что случилось?	Чем закончилось?

2  ШАГ



3  ШАГ

ЗАРИСУЙ ИГРУ И ЗАПИШИ ПРАВИЛА

ЗАДАНИЕ 5

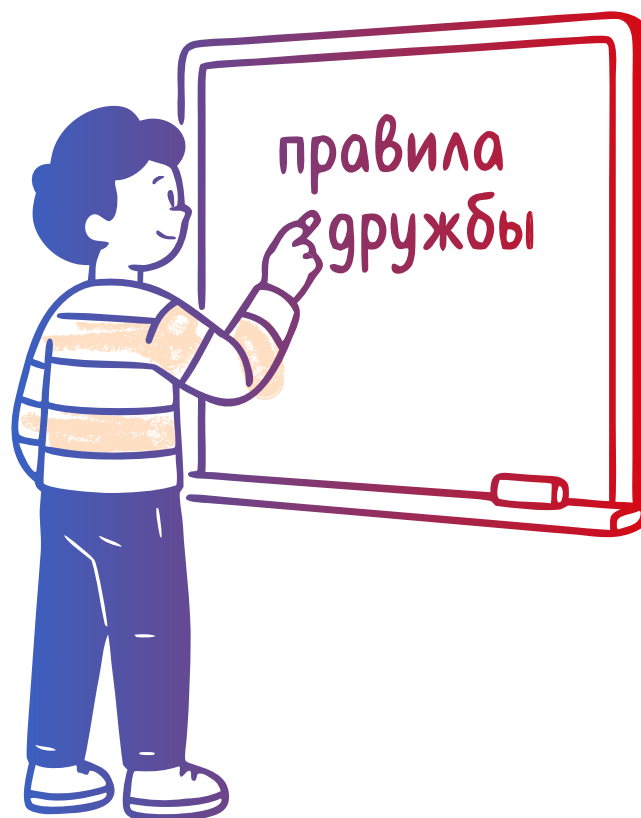
ПОГРУЖЕНИЕ В ДИПЛОМАТИЮ

★ ШАГ 1

Ты наверняка замечаешь, как по-разному живут люди в разных уголках планеты – у всех свои привычки, сказки и любимые песни. Отыщите с родителями, удивительные традиции других стран. Возьми лист бумаги и нарисуйте свой мир: пусть океан будет простым синим кругом, а материки – зелёными и коричневыми пятнами. Придумай и подпиши на карте 3–4 свои страны или города – например, «Страна Ветров» или «Город Улыбок». Для каждой страны сочини одно короткое правило дружбы из 5–7 слов и запиши его рядом с названием. Между странами изобрази «мосты дружбы» и над каждым напиши правила бережного и дружеского общения. Покажи готовую карту семье и расскажи про свои правила – пусть близкие тоже что-нибудь добавят.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Александр Невский не стал сражаться с Золотой Ордой, потому что понимал – сил недостаточно, и выбрал дипломатический путь, чтобы спасти земли. Такие истории показывают: дипломатия актуальна во все века.



★★ ШАГ 2

Ты уже нарисовал(а) свой мир, а теперь наполни его дополнительными деталями – узнай культуру стран или изобрети её! Выбери одну тему: флора и фауна, космос, история или традиции. Пусть это будет то, что по-настоящему тебя увлекает. Найди вместе с родителями или самостоятельно три любопытных факта по этой теме, запиши их возле нарисованных стран. Поиграй с семьёй – запишите эти факты на отдельных листочках, положите их в коробочку. Каждый вытягивает один листочек, зачитывает традицию и угадывает, какую страну или город он характеризует.

★★★ ШАГ 3

Поиграйте с семьёй. Пусть каждый из вас возьмёт роль одной страны или города. В диалоге у вас должно родиться разногласие. Используйте компромисс (договорённости с уступками обеих сторон), чтобы каждый из вас остался доволен вашими переговорами.

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 5

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ 

МОЙ МИР

3 ШАГ 

Наши разногласия:

Как мы разрешили разногласия:



ЗАДАНИЕ 6 КУРС НА ДРУЖБУ

★ ШАГ 1

Стань детективом – научись замечать то, что скрыто за словами: настроение, доверие и симпатию. Выбери на прогулке любую пару (дети на площадке, воробьи у кормушки или бабушки на скамейке) и в течение 5 минут молча наблюдай только за ними. Зафиксируй 10 признаков их взаимного дружелюбия: например, синхронный смех, одинаковые позы, совместный взгляд на один предмет или передачу чего-либо из рук в руки. Запиши ваши наблюдения в дневнике. Предложи друзьям провести такой же эксперимент и сравните результаты наблюдений.

★★ ШАГ 2

Исследуй взаимодействие людей, чтобы выявить рецепт идеальной дружбы! В течение 5 дней подряд выбери новую пару для наблюдений в разных местах (во дворе, в парке, у остановки) и фиксируй вместе со взрослым по 10 признаков их дружеского взаимодействия – например, одинаковые позы, совместные взгляды, улыбки, синхронные движения или обмен вещами. На пятый день перечитай все 5 списков: обведи кружком те признаки, что встречались каждый день (их будет примерно 3), а те, что попались только раз, – подчеркни. Оформи из записей иллюстрацию со схемой «3 главных секрета дружбы» (например, глаза, повернутые в одну сторону, плечи рядом и общее дело).

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В русских деревнях крестьяне веками проверяли дружбу «молчаливым рядом»: если два человека могли вместе пилить бревно или молотить цепями, не сбивая ритм и не ссорясь, их считали надёжными товарищами на всю жизнь. А современные российские психологи подтверждают: дети, которые во дворе или в детском саду повторяют движения друг друга, ссорятся в три раза реже остальных.



★★★ ШАГ 3

На основе твоих наблюдений создай «Азбуку дружбы» – она поможет первоклассникам легко распознавать дружественные жесты и понимать, что нужно делать, если дружба «не клеится». Расширь свои наблюдения: замечай не только дружественные жесты, но и враждебные. Для каждого действия подбери слово. Расположи слова в алфавитном порядке (если на какую-то букву не хватает слова – назови эмоцию или действие иначе). Нарисуй иллюстрации к алфавиту и размести в месте, которое вы вместе с другими ребятами посещаете. Алфавит – это твоё напоминание о том, что хорошим другом не рождаются, им становятся!

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 6

6–10 ЛЕТ

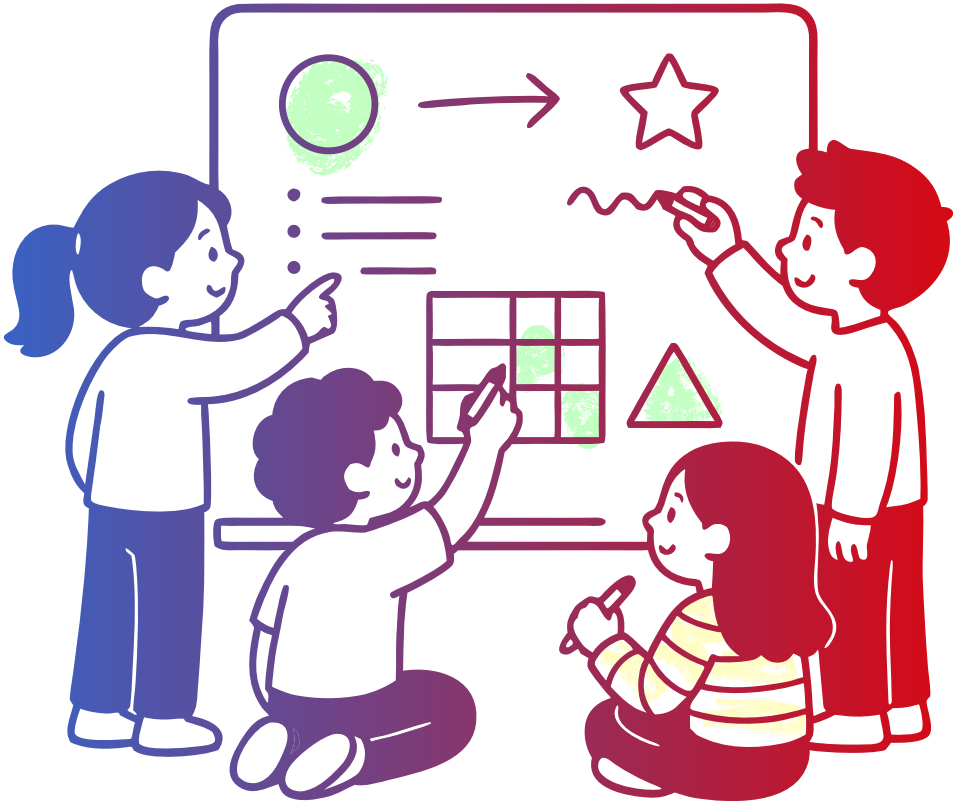


1 ШАГ ★

Мои наблюдения:

2 ШАГ ★★

НАРИСУЙ СВОЮ СХЕМУ ЗДЕСЬ



3 ШАГ ★★★

ТАК ВЫГЛЯДИТ МОЯ АЗБУКА ДРУЖБЫ



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Вода очень плотная, поэтому рыбам и китам легко плавать и двигаться под водой. Вода помогает им оставаться на плаву и даёт силу, чтобы плавать быстро и ловко. Ещё одно важное свойство воды – она хорошо передаёт звуки. Благодаря этому киты, дельфины и другие морские животные могут использовать эхолокацию, чтобы передвигаться в темноте и находить еду. Эхолокация – это как эхо, только животное посылает звук и по его отражению понимает, где находится объект.

ШАГ 1 ★

Жидкости могут образовывать слои из-за различий в плотности, а вода и масло дополнительно разделяются потому, что плохо смешиваются друг с другом. Проверь это! Возьми мёд, подкрашенную воду и растительное масло и медленно наливай их в прозрачный стакан: сначала мёд, затем воду, а после – масло. Понаблюдай, как мёд оказывается внизу, вода – посередине, а менее плотное масло – сверху, и объясни результат через различия в плотности жидкостей. Сфотографируй получившуюся «радугу» и поделись результатом с друзьями.



ШАГ 2



Почему одни жидкости располагаются выше, а другие ниже?

Проведи эксперимент с несколькими безопасными бытовыми жидкостями – например, мёдом, водой, растительным маслом, жидким мылом и молоком – и попробуй определить, какие из них образуют отдельные слои. Каждый раз меняй порядок добавления жидкостей и записывай в дневник наблюдений, какие слои сохранились, а какие смешались.

Помни, что результат зависит не только от плотности, но и от способности жидкостей смешиваться друг с другом. Найди комбинацию, которая позволит получить наибольшее количество хорошо различимых слоёв, и поделись результатами эксперимента с друзьями.

★★ ШАГ 3

Соберите вместе с семьёй или друзьями 10–12 безопасных жидкостей, например, воду, молоко, сок, мёд, растительное масло, жидкое мыло, солёную и сладкую воду, и по очереди проверяйте разные сочетания. Запишите результаты в дневник и оформите их в виде понятной таблицы или рисунка, отметив, какие жидкости образовали слои, а какие смешались.

1 **ШАГ**

☒ Да ☐ Почти ☐ Нет

☒ Да ☐ Нет



2 ШАГ

День	Добавленная жидкость	Получилось ли сохранить чёткие границы?



3 ШАГ

[illegible]

Первые



ЗАДАНИЕ 2 СИЛА МАГНИТА

6–10 ЛЕТ



★ ШАГ 1

Магнит способен притягивать некоторые материалы даже без непосредственного контакта с ними. Возьми магнит и проверь разные безопасные предметы дома, поднося его близко, но не касаясь их. Запиши результаты и раздели предметы на две группы: «притягивается магнитом» и «не притягивается магнитом». Обрати внимание, что магнит притягивает не все металлы: например, железо и многие виды стали притягиваются, а алюминий и медь – нет. Выбери три результата, которые удивили тебя больше всего, и попробуй выяснить, из какого материала сделаны эти предметы. Сравни свои открытия с друзьями и узнай, удалось ли им найти другие неожиданные предметы.

★★ ШАГ 2

Магнит может притягивать металлические предметы на расстоянии, но его воздействие становится слабее по мере удаления. Возьми магнит, линейку и скрепку и измерь, с какого расстояния скрепка начинает двигаться к магниту, а затем повтори опыт, помещая между ними бумагу, картон, ткань или пластик. Сравни результаты и запиши в дневник, как расстояние и разные преграды повлияли на результат опыта.

★★★ ШАГ 3

Собери команду и устройте соревнование по исследованию магнитов: распределите зоны поиска и проверяйте разные безопасные предметы. Начисляйте баллы за находки: 1 балл за ожидаемый результат, 3 балла за неожиданный и 5 баллов за предмет, свойства которого никто не смог правильно предсказать. Затем проведите раунд «Невидимая стена»: сначала предположите, сможет ли магнит притянуть скрепку через бумагу, ткань, картон или пластик, а затем проверьте каждую гипотезу экспериментально. Победит команда, которая наберёт больше баллов и сделает больше верных прогнозов.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Вокруг нас есть невидимые силы – например, магнетизм или гравитация. Магнит притягивает железо даже через бумагу, а Земля держит нас на месте, чтобы мы не улетели в космос!



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 2

6-10 ЛЕТ



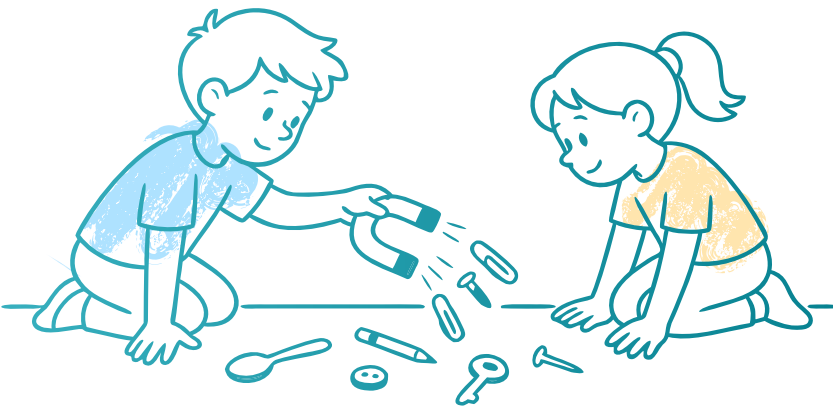
1 **ШАГ** 

Дата: ____.

Заполни по 5 примеров в каждую колонку (или больше, если хочется):

[illegible]

Мои неожиданные открытия (напиши 3 предмета, которые удивили тебя больше всего, и почему)
«Я не ожидал(а), что магнитится _____
_____,
потому что _____»



2 ШАГ

Дата: ____.

Преграды, которые я проверял(а):

 Тонкая ткань  Пластиковая крышка

 Лист бумаги  Картон

Своё: _____

Таблица «Сила на расстоянии»
(сделай 3 замера для одного предмета
(например, скрепки) с разными преградами
и заполни таблицу)

[illegible]

3 ШАГ 

Дата: ____.

Я работал(а) вместе с: _____ (семья, друзья, группа в кружке)
В нашей команде (напиши количество человек)
_____ человек.

[illegible]

ЗАДАНИЕ 3 РАДУГА ИЗ ЦВЕТОВ

6–10 ЛЕТ



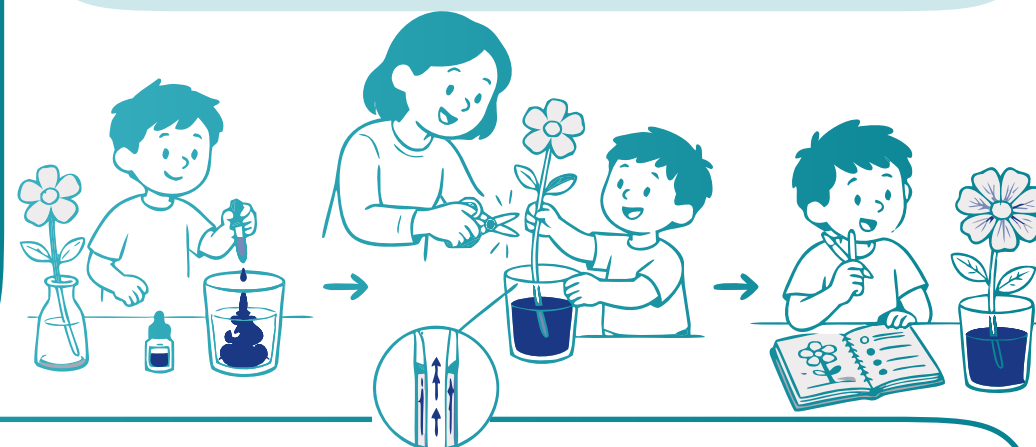
★ ШАГ 1

Растения получают воду благодаря специальным проводящим тканям, а в этом опыте пищевой краситель поможет увидеть путь воды по стеблю к лепесткам. Возьми белый цветок со стеблем, прозрачный стакан, воду и яркий пищевой краситель – лучше красный или синий. Налей воду в стакан, добавь краситель, а затем попроси взрослого обновить срез стебля и поставь цветок в окрашенную воду. Наблюдай за цветком каждые несколько часов и отмечай, когда на лепестках появятся первые следы красителя.

Не переживай, если за первый час изменений не будет: хорошо заметный результат может появиться только через несколько часов. Запиши наблюдения в дневник и объясни, как этот опыт помогает увидеть движение воды по проводящей ткани растения – ксилеме.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Если один конец верёвки опустить в стакан с водой, а другой – в пустой стакан, то через некоторое время вода сама «переползёт» в пустой стакан. Это называется капиллярным действием – так же вода поднимается от корней к листьям у растений.



★★ ШАГ 2

Попробуй получить двухцветный цветок: попроси взрослого аккуратно разделить стебель белой гвоздики или другого подходящего цветка вдоль на две части и помести каждую часть в стакан с водой и пищевым красителем разного цвета. Оставь цветок на несколько часов, а лучше продолжай наблюдение в течение суток, отмечая, как окрашенная вода поднимается по разным участкам проводящей ткани стебля и постепенно окрашивает лепестки. Сфотографируй результат и запиши в дневник, где появились разные цвета и как менялся цветок со временем.

★★★ ШАГ 3

Собери команду и устрой эксперимент, чтобы выяснить, одинаково ли быстро окрашенная вода поднимается по стеблям разных цветов. Возьми несколько видов белых цветов, например гвоздику, розу и хризантему, поставь их в одинаковые стаканы с подкрашенной водой и распредели наблюдения между участниками. Каждые 2 часа отмечай в Дневнике, появились ли изменения на лепестках и насколько заметной стала окраска. Старайся проводить опыт в одинаковых условиях: используй одинаковое количество воды и красителя и поставь цветы рядом друг с другом. Сравни результаты и определи, у какого цветка окраска появилась раньше или оказалась заметнее. Обсуди, почему результаты могли отличаться, учитывая, что движение воды зависит от особенностей растения и условий эксперимента.

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 3

6–10 ЛЕТ

Первые



1 ШАГ

Дата: ____.

Мой цветок: _____
(тюльпан/роза/хризантема/другой)

Я выбрал(а) краситель _____
(красного/синего/жёлтого) цвета

Первое, что окрасилось через ____ часов (часа):



Прожилки



Края лепестков



Середина цветка

Другое: _____

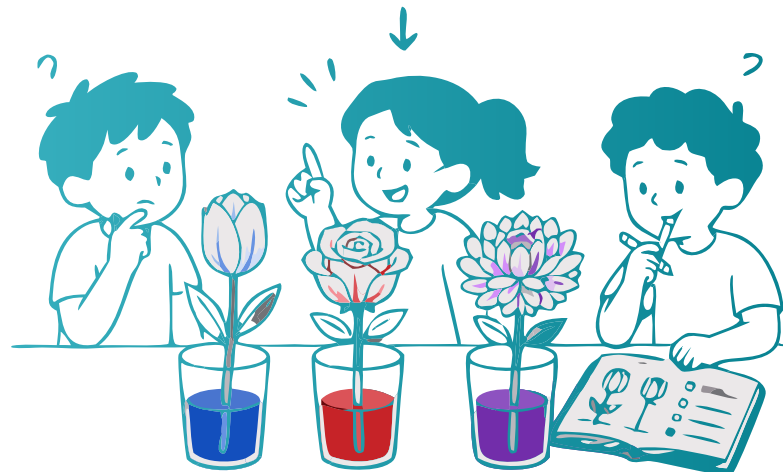
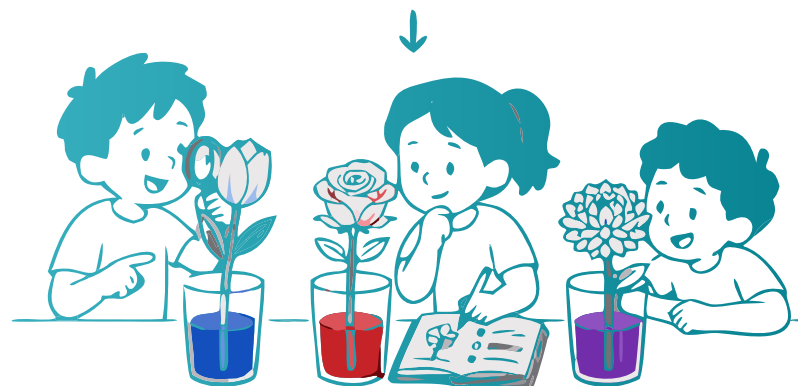
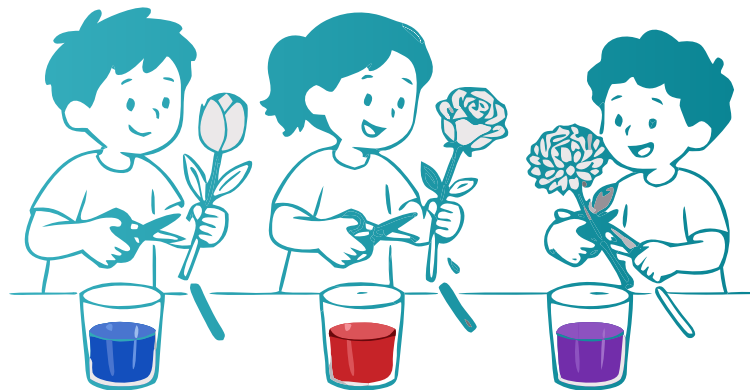
2 ШАГ

Дата: ____.

Мой цветок: _____
(тюльпан/роза/хризантема/другой)

Я выбрал(а) красители _____
и _____ (красного/синего/
жёлтого) цвета

Лучше и быстрее проявился
_____ цвет через ____ часов
(часа)



3 ШАГ

Дата: ____.

Я работал(а) вместе с: _____
(семья, друзья, группа в кружке)
В нашей команде (напиши количество человек)
_____ человек.

Какие цветы мы взяли:







Другой: _____

Первым цвет проявился у:







Другого: _____

Самый яркий оттенок получился у: _____
_____ (имя)

ЗАДАНИЕ 4 ЭБРУ

6–10 ЛЕТ



Выполнив задание, ты узнаешь, что такое поверхностное натяжение и вязкость, поймёшь, почему краски не тонут в воде, а также освоишь древнюю технику рисования, где каждый узор получается уникальным.

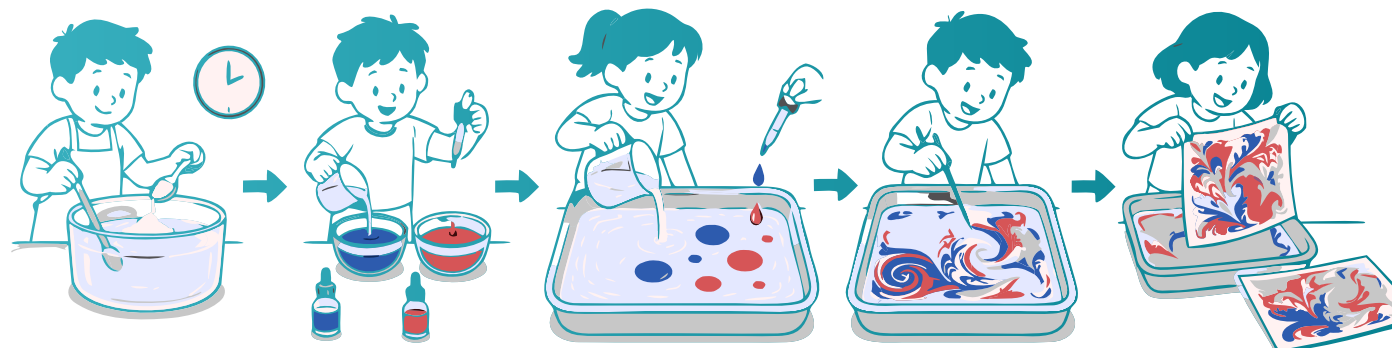
Что понадобится: широкая миска или лоток, вода (тёплая, около 30–40°C), желатин или крахмал, гуашь или акварель (лучше жидкая), капли растительного масла (или моющее средство), пипетки или ложки, палочки или зубочистку, бумага для отпечатков (бумага для акварели или плотная белая), салфетки.

★ ШАГ 1

Подготовь основу для Эбру: в стакан тёплой воды добавь 1 чайную ложку крахмала, аккуратно размешай и подожди 5–10 минут, чтобы раствор стал чуть вязким, как жидкий кисель. Разложи гуашь или акварель двух цветов в маленькие ёмкости, добавь в каждую немного воды, чтобы краска стала жидкой, как молоко. Добавьте в краску по 1 капле растительного масла – это поможет ей лучше плавать на поверхности. Не используйте слишком много воды – краска должна быть насыщенной. Аккуратно налей приготовленный крахмальный или желатиновый раствор в миску – он должен покрыть дно толстым слоем (3–5 см). С помощью пипетки или ложки капни краску на поверхность воды. Возьми палочку или зубочистку и рисуй узоры – круги, спирали, волны. Когда узор готов – медленно опусти лист бумаги на поверхность воды. Подожди 2–3 секунды, потом аккуратно подними – на бумаге останется отпечаток! Положи бумагу сушиться.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Эбру – один из самых необычных и интересных способов творчества. Это рисование красками на воде. Почему краски не тонут, а красиво растекаются, создавая узоры? Все дело в особом растворе, который чуть гуще воды. В краски добавляют вещество, помогающее им растекаться тончайшими линиями. Самое удивительное в эбру то, что любое движение изменяет рисунок. Поэтому повторить один и тот же узор невозможно – каждый раз получается уникальный шедевр.



★★ ШАГ 2

Сделай более сложный узор: приготовь такой же крахмальный раствор и краски с растительным маслом нескольких цветов. Сначала сделай цветной фон: капни по несколько капель разных цветов, чтобы они покрыли почти всю поверхность воды, а потом палочкой «расчёсывай» их – проводи линии, чтобы получались мраморные разводы. Попробуй создать узнаваемый мотив: цветок, перо или сердечко – не переживай, если выйдет не идеально: в Эбру красота как раз в случайности! В конце аккуратно перенеси узор на бумагу и дай ему высохнуть. После высыхания приклей свою работу на страницу с отчётом в дневнике.

★★★ ШАГ 3

Собери команду и устройте лабораторию Эбру: договоритесь, кто отвечает за основу (загущает воду крахмалом), кто готовит краски (разводит гуашь до состояния молока и капает масло), кто рисует узоры (создаёт фон и детали), а кто переносит рисунок на бумагу (опускает и поднимает лист строго по команде). Каждый делает по одному отпечатку, но все используют один общий лоток – так вы увидите, как меняется поверхность после каждого переноса. Проведите небольшое испытание: один участник рисует «мраморный фон», второй добавляет поверх него тонкие линии, третий пробует сделать «капельный эффект» (капает новый цвет прямо в центр узора). В финале сравните все 3–4 отпечатка: чем они отличаются, где узор получился чётче, а где цвета сильнее смешались. Придумайте для каждого рисунка название и короткую легенду из 1–2 предложений: например, «Это шторм в волшебном озере» или «Это рассвет над водой».

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 4

6-10 ЛЕТ



1 ШАГ

Дата: ____.

Мои цвета:

- 1) _____
- 2) _____

Результат:

- ☐ Узор перешёл полностью
- ☐ Местами смазался
- ☐ Почти не отпечатался



2 ШАГ

Дата: ____.

Мои цвета для фона: _____

Я выбрал(а) мотив:

- ☐ Цветок
- ☐ Сердечко
- ☐ Перо
- ☐ _____

ПРИКРЕПИ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

3 ШАГ

Дата: ____.

Я работал(а) вместе с: _____
В нашей команде _____ человек.

Имя участника	Название его узора	Что получилось лучше	Короткая легенда об узоре

ЗАДАНИЕ 5

ТАИНСТВЕННОЕ ПИСЬМО

★ ШАГ 1

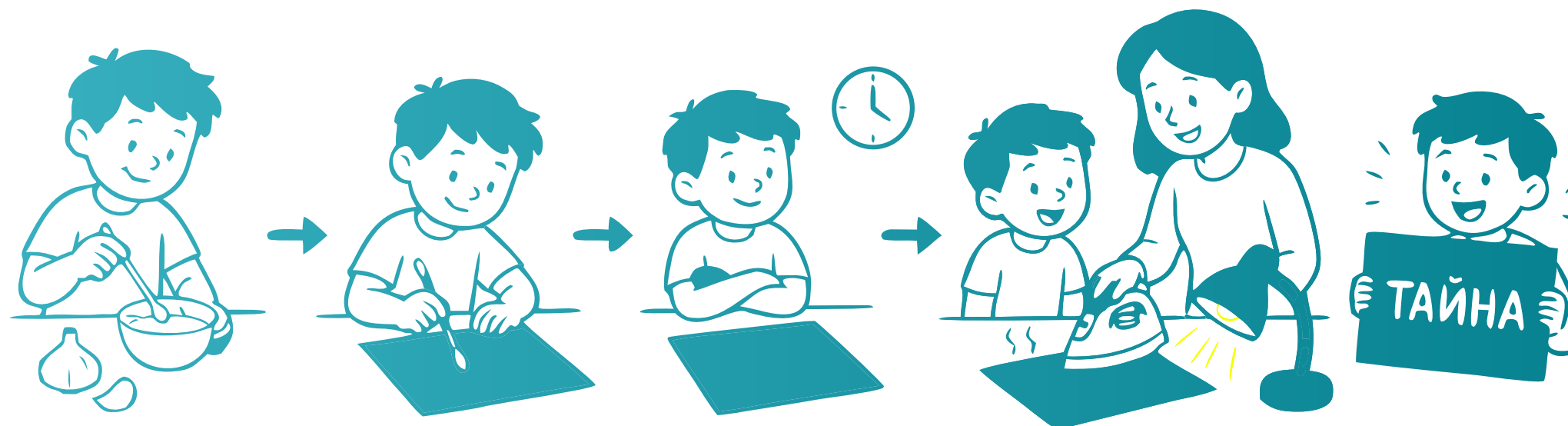
Приготовь секретное послание с чесночным соком: аккуратно выдави немного сока из зубчика чеснока, обмакни кисточку или ватную палочку и напиши на белом листе короткое слово – например, «ТАЙНА» или «ПРИВЕТ». Дай бумаге высохнуть 10–15 минут, чтобы надпись стала невидимой, а потом вместе со взрослым осторожно нагрей лист утюгом или подержи над лампой накаливания – и твоё послание проявится тёмными буквами. Теперь ты знаешь главный секрет невидимых чернил!

★★ ШАГ 2

Теперь не просто напиши слово, а устрой испытание для друга: выбери фразу-загадку, которую будет интересно отгадывать, например: «Я прячусь в шкафу, но не боюсь темноты» (ответ: фонарик). Напиши её чесночным соком, дай высохнуть, а затем сделай ещё одну надпись – уже обычным карандашом, но очень бледно, чтобы её почти не было видно. Когда будешь проявлять послание нагревом, замети: чесночная надпись потемнеет, а карандашная останется почти такой же. Запиши наблюдение: «Чесночные буквы стали тёмными, а карандашные – нет, потому что ____». Обязательно делай все только со взрослым – нагрев требует осторожности!

★★★ ШАГ 3

Собери отряд «Секретных агентов» и устройте обмен тайными посланиями: каждый агент готовит своё послание, а потом вы обмениваетесь конвертами. Сначала попробуйте угадать, что написано, не нагревая лист, а после проявления сравните, у кого надпись получилась чётче и почему (возможно, кто-то нанёс сок гуще или дал лучше высохнуть). В финале придумайте загадку и напишите её обычной ручкой на странице отчёта Дневника, а ответ напишите там же, но только чесночными чернилами. Не забывайте: все действия с нагревом выполняются только под присмотром взрослого!



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 5

6–10 ЛЕТ

Первые



1 ШАГ ★

Дата: ____.

Кто был моим напарником-взрослым: _____

Моё секретное слово/фраза: _____

Когда я закончил(а) писать, надпись была:



Видна



Почти не видна



Совсем не видна

Когда я нагрел(а) листок, надпись была:



Видна



Почти не видна



Совсем не видна

2 ШАГ ★★

Дата: ____.

Кто был моим напарником-взрослым: _____

Моя фраза-загадка: « _____ »
(ответ: _____)

На сухой бумаге надпись была:



Как будто ничего нет



Еле видно



Лёгкие следы

После нагрева она стала:



Темно-коричневой



Чёткой



Будто прожжённой

3 ШАГ ★★★

Дата: ____.

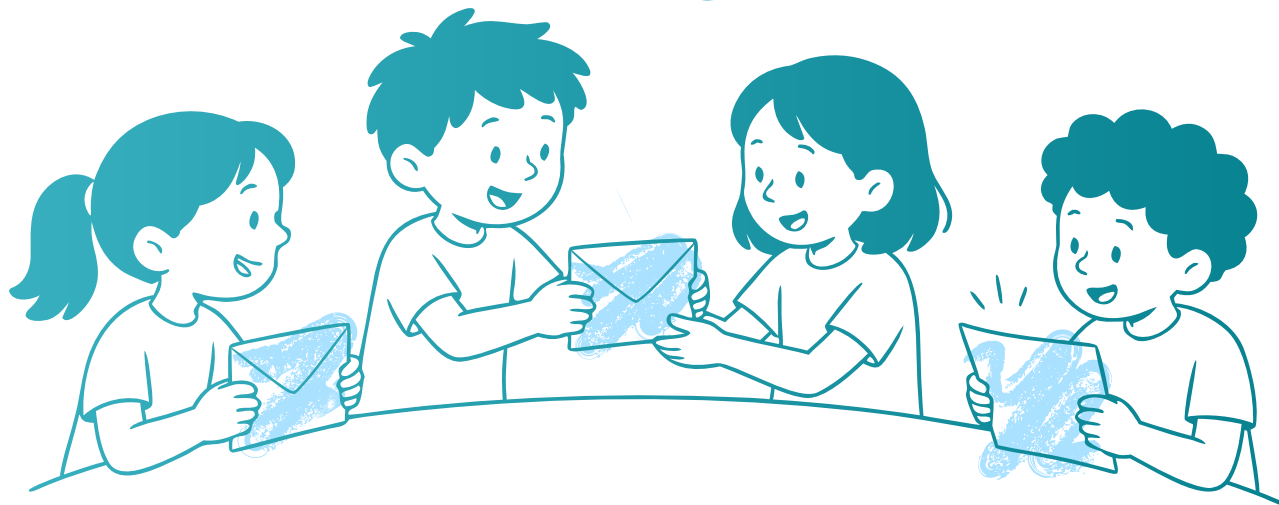
Я работал(а) вместе с: _____

В нашей команде ____ человек.

Самая чёткая надпись получилась у: _____,
потому что _____

Самая «таинственная» (почти не видна
до нагрева) – у: _____

МЕСТО ДЛЯ НАДПИСИ ЗАГАДКИ
И ОТВЕТА НА НЕЁ



ЗАДАНИЕ 6 ДЕШИФРАТОР

6–10 ЛЕТ



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Шифр Цезаря – это способ закодировать сообщение, при котором каждая буква в слове заменяется другой буквой, которая находится на определённое количество шагов дальше или ближе в алфавите. Например, если мы используем шифр со сдвигом на 3, то буква А станет Г, Б станет Д и так далее.

Этот способ обычно называют ROTN, где N – это количество шагов, на которое мы сдвигаем буквы. ROT – это сокращение от английского слова «rotate», что означает «вращение» или «сдвиг». В русском алфавите можно сделать 32 разных таких сдвига (сдвиги ROT0 и ROT33 не меняют текст, а дальше уже начинаются повторения).

Чтобы расшифровать сообщение, можно использовать сдвиг в любую сторону: вправо или влево. Например, если сообщение «Мнѣявп» было зашифровано со сдвигом на 3 шага влево, то, чтобы его расшифровать, нужно сдвинуть каждую букву на 3 шага вправо и получить исходное слово «Привет».

Изучение Шифра Цезаря помогает лучше понять основные принципы шифрования и методы защиты информации.

★ ШАГ 1

Расшифруй послание Михаила Васильевича Ломоносова, великого русского учёного:
Пчу мтейч еурбэй, чуч еурбэй н сулйч, используя алфавит и ключ ROT5.
Отметь время, за которое ты расшифруешь текст.
Ответ напиши на странице отчета дневника.

★★ ШАГ 2

Попробуй зашифровать короткую фразу, где каждая буква смещена всего на одну-две позиции вперёд. Например, если видишь букву «А», ищи в алфавите следующую – это «Б». Начиная с послания из 3–4 слов, чтобы не запутаться. Запиши свой зашифрованный текст и расшифровку к нему в таблице на странице отчета дневника.



★★★ ШАГ 3

Собери команду из 3–4 человек и устройте соревнование по расшифровке. Один участник готовит зашифрованное послание со сдвигом 4–6 букв, второй пытается его расшифровать, третий засекает время, а четвёртый проверяет правильность. После каждого раунда меняйтесь ролями.

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 6

6–10 ЛЕТ

Первые



1 ШАГ 

Дата: ____.

Кто помогал: _____

Расшифрованный текст: _____

Время, затраченное на расшифровку: ____ минут

Было ли сложно, почему:

☐ Да, _____

☐ Нет, _____

НАРИСУЙ СВОЙ ШИФР

2 **ШАГ** 

Дата: ____.

Кто помогал: _____

Расшифрованный текст: _____

Время, затраченное на расшифровку: ____ минут

Было ли сложно, почему:

☒ Да, _____

☐ Нет, _____

Создание шифра:

Я сдвигал(а) буквы на _____ шагов вперёд

таблица со столбцами: Исходная буква

Зашифрованная буква



3 ШАГ 

[illegible]

ТРУД, ПРОФЕССИЯ И СВОЁ ДЕЛО ВОЛОНТЕРСТВО И ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО

6–10 ЛЕТ



ЗАДАНИЕ 1 ЦЕПОЧКА ТРУДА

★ ШАГ 1

Булка на столе и книга на полке не появляются сами по себе. За каждой вещью тянется невидимая цепочка: один человек начинает работу, другой продолжает, третий передаёт дальше. Попробуй распутать три такие цепочки и увидеть, как труд разных профессий складывается в общее дело.

1. Посмотри на странице отчета три цепочки, где последовательность действий специалистов сбилась.
2. Подумай, кто выполняет работу первым, вторым, третьим и четвёртым.
3. Заполни страницу отчета: поставь в пустые кружки цифры от 1 до 4 по порядку.

★★ ШАГ 2

У каждой вещи есть своя история. Кто-то придумал книгу, сшил игрушку, сделал полку или пару обуви. Когда мы чиним, чистим и аккуратно складываем вещи, мы бережем труд мастеров. Стань спасателем вещей: найди предметы, которым нужна забота, и помоги им снова выглядеть хорошо.

1. Вместе с родителями найди 3 любые вещи, которые нуждаются в заботе.
2. Приведи их в порядок.
3. Заполни таблицу на странице отчета.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

От посева зёрна до появления буханки хлеба проходит около 6 месяцев. А одна футболка может пройти путь через руки 15 разных специалистов!



★★★ ШАГ 3

Доброе дело может быть совсем небольшим: помочь накрыть на стол, убрать за собой, поддержать кого-то. Но от таких дел отношения между людьми становятся теплее. Стань добровольцем на одну неделю и собери своё созвездие добра.

1. Каждый день в течение недели делай одно доброе дело.
2. Записывай каждое дело и раскрашивай звезду напротив.

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 1

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ

Цепочка № 1. Путь тёплого хлеба

- ☐ Мельник (перемалывает зерно в мягкую муку)
- ☐ Тракторист (весной пашет землю и сеет зёрнышки в поле)
- ☐ Пекарь (замешивает тесто и печёт ароматный хлеб в горячей печи)
- ☐ Комбайнёр (летом собирает созревшее золотое зерно в поле)

Цепочка № 2. Путь деревянного стола

- ☐ Плотник или Столяр (выпиливает детали и собирает из дерева стол)
- ☐ Лесоруб (бережно заготавливает дерево в лесу для будущей мебели)
- ☐ Продавец (помогает нам выбрать и купить готовый стол в магазине)
- ☐ Маляр (покрывает стол защитным лаком или краской, чтобы он блестел)

Цепочка № 3. Путь тёплого шерстяного свитера

- ☐ Прядильщик (делает из пушистой шерсти прочную тёплую нитку)
- ☐ Вязальщик или Швея (аккуратно вяжет из ниток красивый свитер)
- ☐ Пастух или Фермер (аккуратно стрижёт шерсть у пушистой овечки)
- ☐ Продавец (выставляет тёплый свитер на полку в магазине)

2 ШАГ

Что я спас(ла)? (Напиши или нарисуй)	Какое у вещи настроение теперь?

3 ШАГ



День 1. Что я сделал(а):



День 2. Что я сделал(а):



День 3. Что я сделал(а):



День 4. Что я сделал(а):

ТРУД, ПРОФЕССИЯ И СВОЁ ДЕЛО ВОЛОНТЕРСТВО И ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО

6–10 ЛЕТ



ЗАДАНИЕ 2 ПОМОЩНИКИ МАСТЕРА

★ ШАГ 1

У каждого мастера есть свой инструмент. Портной использует иглы, художник – кисть, повар – половник, строитель – мастерок. Каждый инструмент работает по-настоящему хорошо только в руках профессионала. Попробуй собрать цепочку: кто трудится, чем пользуется и что у него получается. Соедини стрелками профессию мастера, подходящий инструмент и результат его труда.



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Лев Толстой, великий русский писатель, активно занимался благотворительностью: организовывал школы для крестьянских детей, писал учебники и преподавал, помогал голодающим – открывал столовые и сам раздавал еду. Этот пример показывает, как человек может вдохновлять не только словом, но и делом.

★★ ШАГ 2

Даже книга любит аккуратное обращение. Сделай для неё яркую закладку-уголок из цветной бумаги. Клей не понадобится: только сгибы, как в оригами, и немного фантазии для рисунка.

1. Сложи квадратный лист цветной бумаги по схеме оригами, которую найдёшь вместе с родителями (в виде мордочки лисички или кота).
2. Попроси родителей помочь сложить уголок и нарисуй дополнительные элементы.
3. Нарисуй свою схему и получившуюся закладку на странице отчета.

★★★ ШАГ 3

Ваша яркая закладка, сделанная своими руками, может стать приятным подарком для того, кто любит читать: мамы, папы, бабушки или друга. Главное – подарить её с добрыми словами. Подари закладку любителю книг и пожелай приятного чтения. Поделись своими наблюдениями на странице отчета!

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 2

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ ★

ПРОФЕССИЯ	ИНСТРУМЕНТ	РЕЗУЛЬТАТ ТРУДА
Повар	Кисть	Красивая картина
Художник	Иголка	Вкусный семейный обед
Портной	Половник	Прочная тёплая одежда



2 ШАГ ★★

НАРИСУЙ СХЕМУ И ЗАКЛАДКУ

3 ШАГ ★★★

Кому подарил(а) вашу закладку-уголок?

Оцени радость человека от подарка (закрась сердечки)



ТРУД, ПРОФЕССИЯ И СВОЁ ДЕЛО ВОЛОНТЕРСТВО И ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО

6–10 ЛЕТ

Первые

ЗАДАНИЕ 3 НАРОДНЫЕ УЗОРЫ

★ ШАГ 1

Золотые листья на деревянной чашке, синие цветы на белой тарелке, весёлая глиняная игрушка – у каждого промысла есть свой характер. Узнай о трех русских промыслах по подсказкам, заполнив пропуски на странице отчета.

★★ ШАГ 2

У каждого стиля росписи есть свои характерные черты: у Гжели – синие цветы, у Хохломы – яркие красные ягоды. Отрази характерные узоры на собственной тарелке на странице отчета.

★★★ ШАГ 3

Иногда даже маленький подарок может сделать день светлее.

1. Распиши одноразовую бумажную тарелочку в выбранном стиле.
2. Подари готовый рисунок бабушке, дедушке или маме и пожелай хорошего дня.
3. Заполни страницу отчета.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Наша Родина Россия издавна славится своими народными промыслами. Мастера в русских деревнях вручную создавали удивительные вещи: расписывали деревянную посуду золотыми узорами (Хохлома), лепили из глины забавные фигурки (Дымковская игрушка) и рисовали синие цветы на белой посуде (Гжель). Этот ручной труд требует огромного терпения и любви к искусству.



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 3

6–10 ЛЕТ

Первые



1 ШАГ 

2 ШАГ 

Синие и голубые цветы на белой посуде из глины:

Ответ: Г _ _ _ Б

Золотые, красные и чёрные узоры из ягод и листьев на дереве:

Ответ: Х _ _ _ _ А

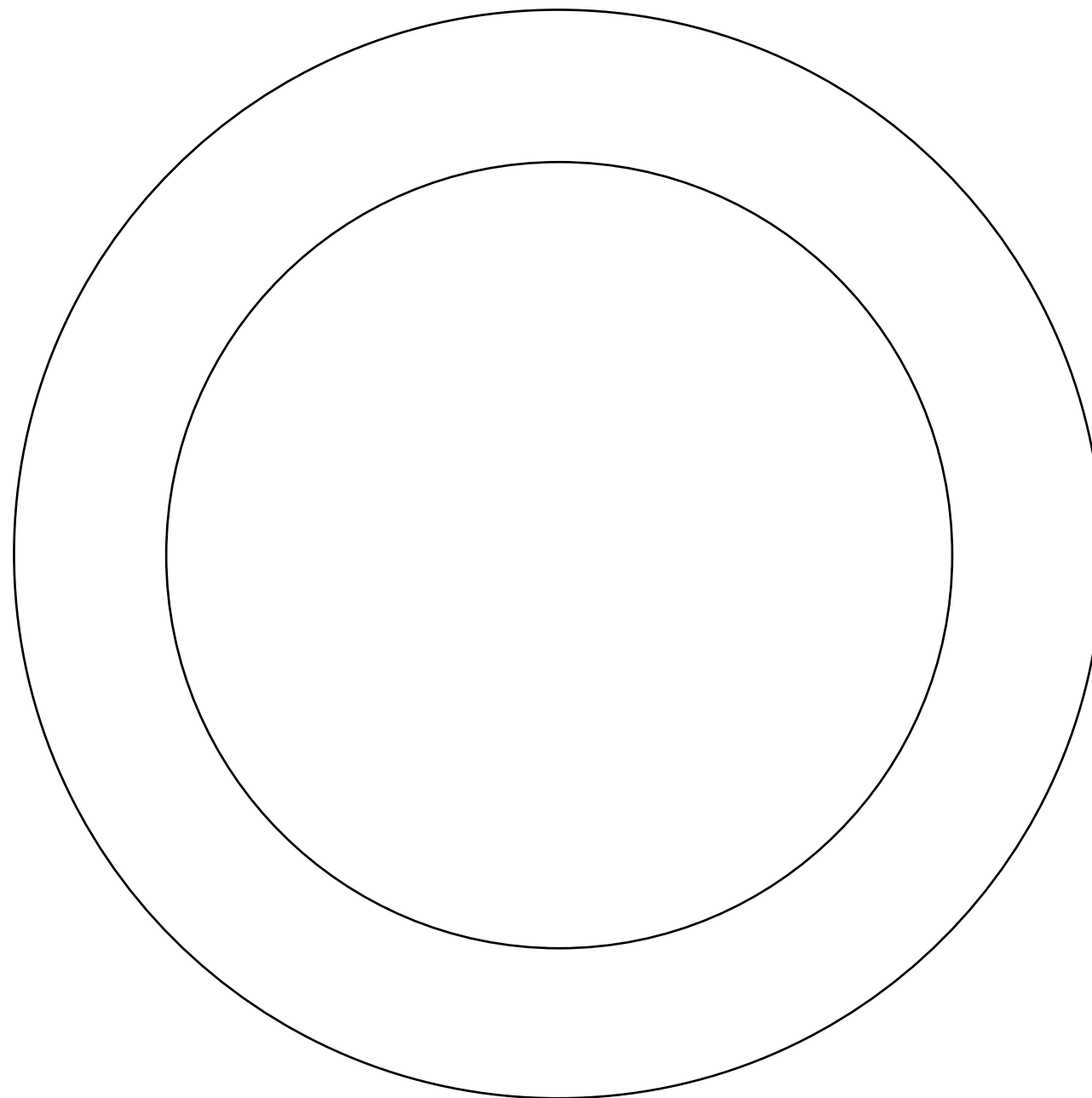
Яркие глиняные фигурки коней и барышень с кружочками и точками:

Ответ: Д _ _ _ _ _ АЯ игрушка

3 ШАГ 

Кому вы вручили ваш сувенир?

Что сказал близкий человек, когда получил рисунок?



ТРУД, ПРОФЕССИЯ И СВОЁ ДЕЛО ВОЛОНТЕРСТВО И ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО

6–10 ЛЕТ



ЗАДАНИЕ 4 МАСТЕРСКАЯ ВЕЖЛИВЫХ ПИСЕМ

★ ШАГ 1

Когда-то почтальоны ходили пешком, ездили на лошадях и даже мчались на собачьих упряжках, чтобы письмо нашло своего адресата. Сейчас письма доставляются на самолётах и поездах. Помоги почтальону разобраться, в какой ящик попадёт письмо из конверта № 1.

★★ ШАГ 3

Для того, чтобы порадовать человека, не нужно делать много. Иногда короткая неожиданная записка с приятными пожеланиями может приободрить и повысить настроение.

1. Напиши на небольшом листочке доброе пожелание для родителей или друга.
2. Сложи записку и вложи её в самодельный конверт.
3. Тайно оставь конверт на тумбочке, под подушкой у родителей или в рюкзаке друга.

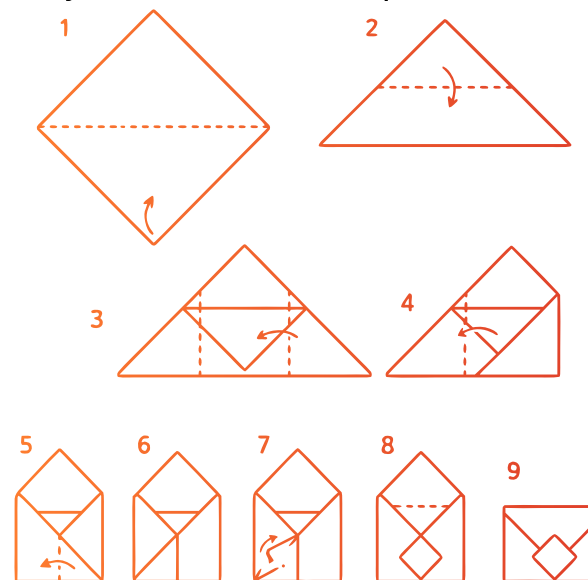


ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В России ещё в XIV–XV веках письма перевозили по специальным почтовым дорогам, а на станциях - «ямах» - ждали ямщики и отдохнувшие лошади для того, чтобы корреспонденция двигалась дальше без простоев.

★★ ШАГ 2

Подготовься к следующему заданию - сделай конверт своими руками! Сложи лист бумаги по схеме оригами без клея.



Попроси родителей помочь загнуть края, чтобы конверт получился ровным и аккуратным. Заполни страницу отчета.

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 4

6–10 ЛЕТ

Первые



1

ШАГ



Письмо из конверта № 1 придёт в ящик _____

2

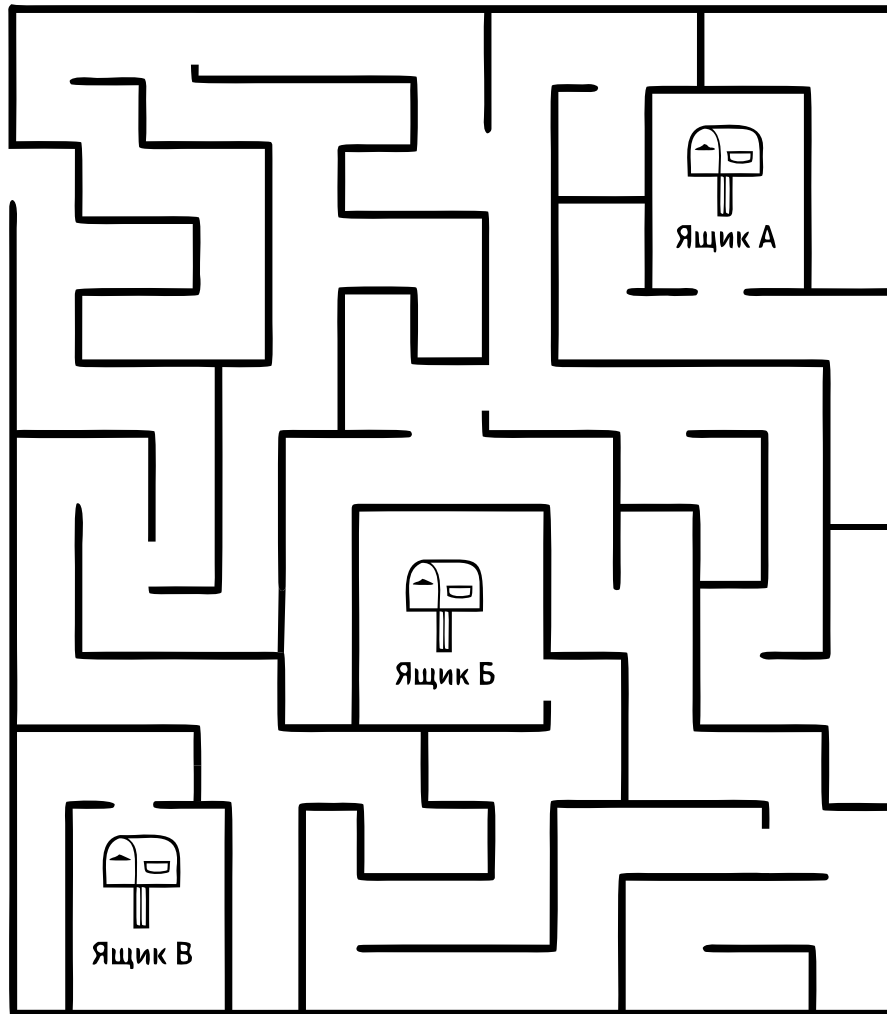
ШАГ



Нарисуй, как выглядит твой готовый конверт



Конверт №1



ТВОЙ КОНВЕРТ

3

ШАГ



Где ты оставил конверт с добрыми пожеланиями?

Какая была реакция родителей или друзей, когда они нашли письмо?

ТРУД, ПРОФЕССИЯ И СВОЁ ДЕЛО ВОЛОНТЕРСТВО И ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО

6–10 ЛЕТ



ЗАДАНИЕ 5 АРХИТЕКТОРЫ И СТРОИТЕЛИ

★ ШАГ 1

Восстанови верную цепочку строительства, но внимательно – ничего не перепутай, чтобы дом стоял крепко!
Расставь этапы строительства по порядку, вписав цифры от 1 до 4 в кружки.

★★ ШАГ 2

У каждого дома есть лицо – фасад. По нему сразу видно, какой у дома характер: строгий, весёлый или таинственный. Стань главным архитектором и придумай внешний вид дома своей мечты. Линейка поможет сделать линии ровными, а карандаш – смело пробовать идеи.

1. Возьми линейку, простой карандаш и лист бумаги.
2. Нарисуй фасад – внешний вид «Дома мечты».
3. Добавь необычные детали: круглые окна, красивые башенки или резной балкон, а потом заполни страницу отчёта.

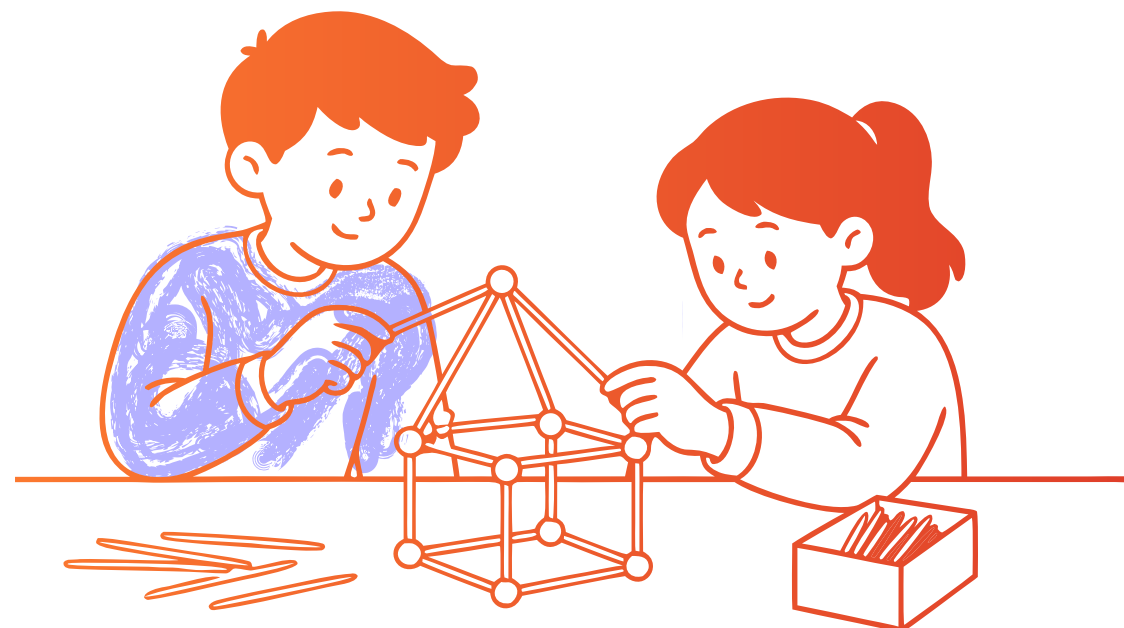
★★★ ШАГ 3

Твой чертёж уже похож на настоящий план будущего дома. Теперь интересно проверить: поймут ли родители, как в нём будет жить семья? Презентуй родителям или друзьям проект дома и расскажи о своём замысле так, будто представляешь его будущим жильцам. Объясни, почему дом удобный и безопасный, и какие дополнительные возможности есть в доме – бассейн, баня или игровой центр.



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Строительство домов – это сложный созидательный труд огромной команды людей. Сначала архитектор придумывает дом и рисует его точный план на бумаге. Затем инженеры рассчитывают прочность стен. И только после этого строители начинают закладывать фундамент, возводить стены и монтировать крышу. Любая стройка требует точности и порядка.



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 5

6–10 ЛЕТ

Первые



1



2



- Возведение стен (строители кладут ровные ряды кирпичей)
- Создание чертежа (архитектор рисует подробный план дома на бумаге)
- Установка крыши (кровельщики монтируют надёжную кровлю)
- Закладка фундамента (рабочие заливают прочное бетонное основание в землю)

Нарисуй фасад дома мечты с помощью линейки по клеточкам

[illegible]

3



Для кого провел презентацию дома?

Какая деталь твоего дома больше всего понравилась слушателям?

ТРУД, ПРОФЕССИЯ И СВОЁ ДЕЛО ВОЛОНТЕРСТВО И ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО

6–10 ЛЕТ

Первые

ЗАДАНИЕ 6 ПОМОЩНИКИ НА КУХНЕ

★ ШАГ 1

Красиво накрытый стол сразу меняет настроение: обычный ужин становится маленьким праздником. У тарелки, вилки и ложки есть свои удобные места. Посмотри на схему и помоги каждому предмету найти своё место за столом.

1. Рассмотрю схему праздничной сервировки стола.
2. Подумаю и впишу в пустые кружки номера предметов, которые подходят к их расположению.
3. Впишу номера приборов в кружки.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Приготовление еды и сервировка (накрытие) стола – это очень важный ритуал. Красиво накрытый стол создаёт праздничное настроение и показывает, как ты заботаешься о близких. По правилам этикета каждый столовый прибор размещают на определенном месте для того, чтобы использовать их было удобнее.

★★ ШАГ 2

Меню можно использовать даже для домашнего обеда. Возьми лист плотной бумаги и преврати его в красивую карточку «Меню семейного обеда». Оформи меню с помощью рисунков, а внутри зарисуй блюда, доступные на обед.

★★★ ШАГ 3

После ужина на столе остаются тарелки, крошки и тихое тепло семейного вечера. Самое время сделать маленькое доброе дело для всей семьи: помочь навести порядок, а потом устроить чаепитие так красиво, будто вы ждёте дорогих гостей.

1. Помогу родителям убрать пустые тарелки со стола и протереть стол.
2. Вместе с родителями налью всем чай, красиво разложу ложечки по правилам этикета и заполню страницу заданий.



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 6

6–10 ЛЕТ



1

ШАГ



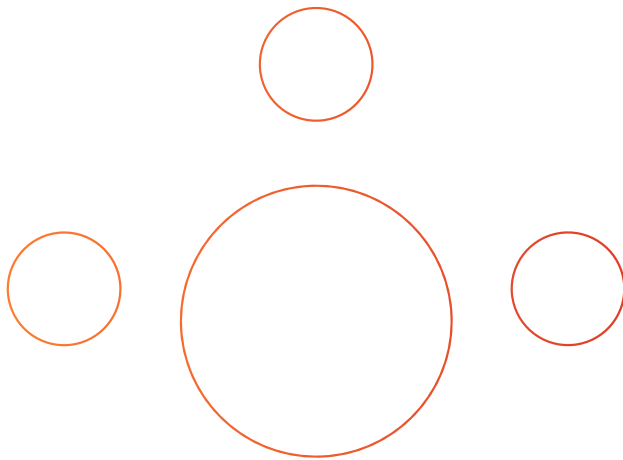
1. Стакан
2. Вилка
3. Ложка
4. Тарелка

2

ШАГ



Список полезных блюд, которые сегодня приготовлены дома:

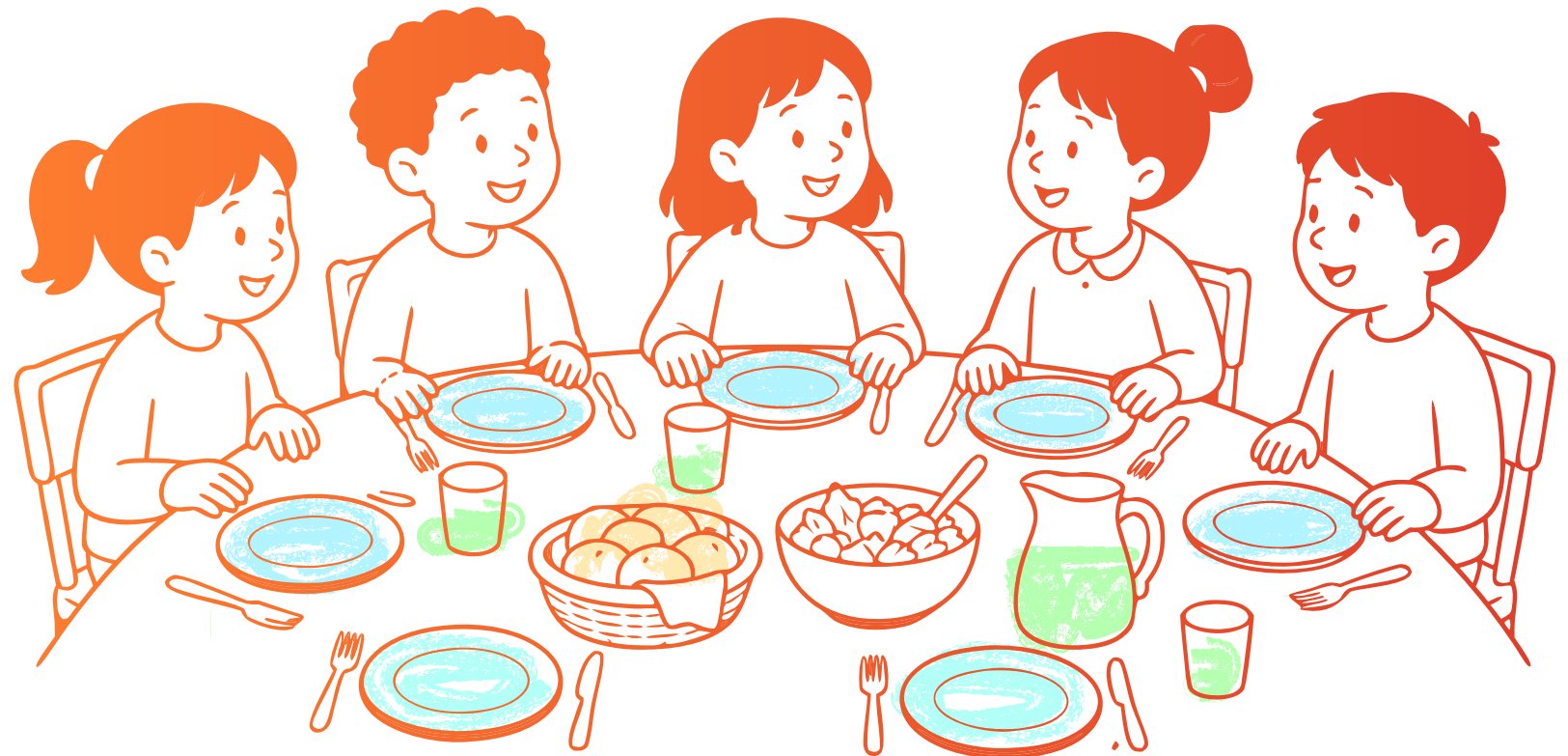


3

ШАГ



Кого из близких ты угостил(а) чаем?



ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

6–10 ЛЕТ



ЗАДАНИЕ 1

ОБЛАЧНЫЕ ПУТЕШЕСТВЕННИКИ

★ ШАГ 1

Если внимательно посмотреть на небо, можно увидеть, что облака никогда не стоят на месте. Они путешествуют над городами, лесами, реками и морями, меняют форму и рассказывают свои истории тем, кто умеет смотреть.

Облака бывают разных видов: кучевые, слоистые и перистые. По их форме и движению люди издавна пытались предсказывать погоду и изменения природы.

Посмотри на небо из окна или во время короткой прогулки рядом с домом. Найди одно или несколько облаков, которые тебе кажутся интересными. Придумай им названия и расскажи, на что они похожи.

★★ ШАГ 2

Облака постоянно меняются: одно и то же небо через несколько минут может выглядеть совсем иначе. Именно поэтому наблюдение за облаками помогает развивать внимательность и терпение.

В течение трёх дней наблюдай за небом в одно и то же время (например, утром или вечером). Каждый день описывай, как выглядят облака: форма, движение, настроение. В конце сравни записи и найди, чем небо одного дня отличается от другого.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Облака кажутся невесомыми, но на самом деле они довольно массивны. Облако средних размеров может достигать веса в 10 тонн, однако это не мешает ему свободно парить в небе. Секрет в том, что масса распределяется между многочисленными каплями и ледяными кристаллами, которые вместе создают иллюзию лёгкости.



★★★ ШАГ 3

В разных культурах люди придумывали истории и легенды о небе, облаках и ветре, представляя, что они живые и рассказывают о мире сверху.

1. Выбери одно облако, которое ты увидел(а) во время наблюдения.
2. Придумай историю его путешествия: откуда оно приплыло, что видело в пути и куда направляется дальше.
3. Оформи историю в виде небольшого рассказа и рисунка.

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 1

6–10 ЛЕТ

Первые



1 ШАГ 

Мои открытия

Облако 1:

назвал(а) его _____

похоже на _____

Облако 2:

назвал(а) его _____

похоже на _____

Облако 3:

назвал(а) его _____

похоже на _____

2 ШАГ 

Я наблюдал(а) за облаками утром/днём/вечером (подчеркни
нужное)

День 1:

Форма облаков: _____

Движение: не двигались/двигались медленно/двигались быстро
(подчеркни нужное)

Настроение неба: _____

День 2:

Форма облаков: _____

Движение: не двигались/двигались медленно/двигались быстро
(подчеркни нужное)

Настроение неба: _____

День 3:

Форма облаков: _____

Движение: не двигались/двигались медленно/двигались быстро
(подчеркни нужное)

Настроение неба: _____

Что было общим у облаков каждый день: _____

Какие различия были: _____

3 ШАГ 

Моё облако-путешественник

Откуда оно приплыло: _____

Что видело в пути: _____

Куда направляется: _____

ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

6–10 ЛЕТ



ЗАДАНИЕ 2 ПУТЕШЕСТВИЕ МЕЧТЫ РЯДОМ

★ ШАГ 1

А что, если через 20 лет ты станешь главным путешественником России, как Федор Конюхов? Первый шаг к этому начинается с внимательного взгляда вокруг себя.

В течение дня найди одно место, которое тебя удивляет. Найди один природный объект, который хочется сохранить, и один предмет, который может пригодиться в путешествии. Запиши свои ответы.

★★ ШАГ 2

Приключение может начаться прямо за порогом дома – за городом, у реки, в лесу или в месте, о котором давно хотелось узнать. Придумай свой маршрут по родному региону: выбери направление, представь, что увидишь по пути, и подумай, как быть гостем природы, который оставляет после себя только хорошие следы.

1. Определи, куда отправишься в своем регионе.
2. Запиши, что хочешь увидеть в этом путешествии.
3. Укажи правила бережного отношения к природе, которые будешь соблюдать.

★★★ ШАГ 3

В путешествии важно соблюдать правила поведения в дороге, беречь места, куда приезжаешь, и замечать людей на пути. Собери семейный совет и придумайте свой кодекс осознанного путешественника – такой, которым захочется пользоваться в каждой поездке.

1. Вместе с семьёй придумайте 7 правил путешественника.
2. Придумайте 5 способов помочь природе во время путешествий.
3. Придумайте 3 добрых дела для людей, которых можно встретить в пути.



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 2

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ ★

Сегодня я нашёл(ла) удивительное место:
где оно находится: _____

что в нём особенного: _____

Природный объект, который я хочу сохранить:
что это: _____

почему он важен: _____

как я могу его защитить: _____

Я нашёл(а) вещь, которая пригодится в пути:
что это за предмет: _____

как он поможет в путешествии: _____

2 ШАГ ★★

Я решил(а) отправиться:
куда: _____

почему именно туда: _____

что хочу увидеть: _____

Я буду соблюдать такие правила бережного
отношения к природе: _____



3 ШАГ ★★★

Мы с семьёй придумали правила хорошего
путешественника: _____

Мы придумали способы помочь природе во время
путешествий: _____

Добрые дела для людей: _____

ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

6–10 ЛЕТ



ЗАДАНИЕ 3 ПИСЬМА ПРИРОДЫ

★ ШАГ 1

Деревья очищают воздух, создают тень в жаркие дни и становятся домом для многих птиц и насекомых. Одно взрослое дерево может жить несколько десятков, а иногда и сотни лет. Во время прогулки рядом с домом просто наблюдая из окна, выбери дерево, которое тебе особенно понравилось. Представь, что оно умеет писать письма. О чем оно хотело бы рассказать людям? Что попросило бы сохранить? За что поблагодарило бы? Напиши письмо от его имени.

★★ ШАГ 3

Во многих заповедниках России дети участвуют в экологических акциях, помогая сохранять леса, реки и места обитания животных. Даже небольшие добрые дела помогают природе. Вместе с друзьями прочитайте письма, которые вы придумали от имени природы. Напишите ответ от своей семьи, расскажите, что вы уже делаете или готовы делать, чтобы заботиться о природе рядом с домом. Выберите одно доброе экологичное дело, которое сможете выполнить всей семьей в ближайшее время. Добавьте к письму обещание бережно относиться к окружающему миру.



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Деревья общаются между собой через корни и грибы, создавая «подземный интернет» – грибницу.

★★ ШАГ 2

В природе все живые организмы связаны между собой. То, что происходит с одним деревом, может повлиять на птиц, насекомых и даже людей. Во время прогулки выбери три «автора писем»: например, дерево, цветок и птицу. Представь, что каждый из них написал людям короткое письмо с просьбой, советом или благодарностью. Объедини эти письма в «Почтовый сборник природы».



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 3

6–10 ЛЕТ

Первые



1

ШАГ



Я выбрал(а) дерево:

где оно растёт: _____

что в нём особенного: _____

Дерево хочет рассказать людям:

о чём мечтает: _____

что просит сохранить: _____

за что благодарит: _____

3

ШАГ



Мы с семьёй прочитали письма и ответили:

что уже делаем для природы: _____

что готовы начать делать: _____

наше доброе экологичное дело: _____

2

ШАГ



Первый автор – _____

(например, дерево, цветок или птица): _____

что оно хочет сказать: _____

Второй автор – _____

что оно хочет сказать: _____

Третий автор – _____

что оно хочет сказать: _____



ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

6–10 ЛЕТ



ЗАДАНИЕ 4 СЕМЕЙНЫЙ ПОХОД

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Байкал – уникальное природное достояние Сибири, которое поражает своей глубиной и является крупнейшим источником пресной воды на Земле.

★ ШАГ 1

Знаешь ли ты, что путешествовать можно и по своему городу? Каждое место хранит свои секреты и истории!

Нарисуй место, где ты был(а) с родителями – парк, музей или просто красивую улицу. Подпиши, что тебе в этом месте понравилось.

★★ ШАГ 2

Вместе с родителями составь короткий рассказ о вашем последнем путешествии. Запиши 3 самых интересных момента.

★★★ ШАГ 3

С семьёй создайте альбом о вашем путешествии: наклейте фотографии, нарисуйте карты, добавьте билеты или открытки. Придумайте название альбому.



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 4

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ ★

Когда последний раз там был(а):

Что понравилось в этом месте:

2 ШАГ ★★

Интересные моменты из нашего
последнего путешествия:

3 ШАГ ★★★

Название альбома: _____

О каких путешествиях
в нем рассказывается:

Что включили в альбом: _____



ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

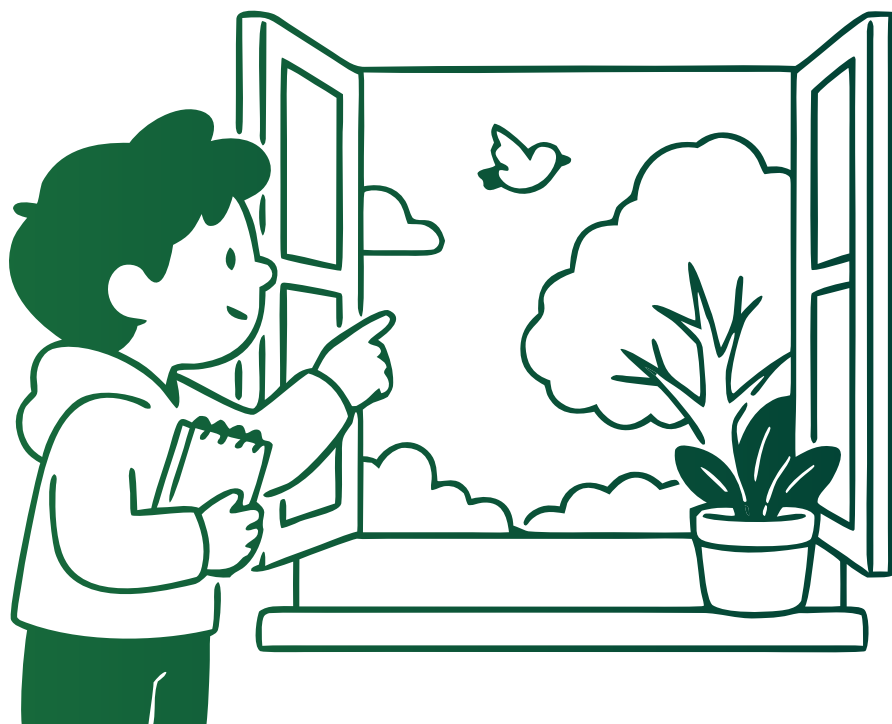
6–10 ЛЕТ



ЗАДАНИЕ 5 ХРАНИТЕЛЬ РЕСУРСОВ

★ ШАГ 1

Настоящий путешественник знает, что удивительное находится рядом. Даже если мы не можем поехать на море или в горы, природа окружает нас повсюду – во дворе, на подоконнике и даже в небе! Подойди к окну или выйди во двор. Твоя задача – внимательно осмотреться и найти три природных объекта. Это может быть интересное облако, цветочный куст, дерево, камень или пролетающая птица. На странице отчета классифицируй найденные объекты.



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Некоторые растения умеют «помнить» трудные времена – например, засуху – и в следующий раз справляются с ними гораздо лучше! Учёные провели эксперимент: два одинаковых домашних растения растили по-разному – одно всегда получало воду вовремя, а другое иногда «испытывало жажду». Когда хозяева внезапно уехали и перестали поливать их, «закалённое» растение выжило – оно уже знало, как экономить силы, а «изнеженное» не выдержало и погибло.

★★ ШАГ 2

Когда турист идёт в поход, он берет с собой вещи, которые пригодятся ему в пути. Но опытный эко-турист берет только то, что не оставит мусора и не навредит природе. Давай соберём рюкзак как профессиональные туристы! Посмотри на пары предметов. Подумай, какой из них лучше взять с собой в поход, чтобы оставить природу чистой. Выбери правильный вариант и раскрась кружок рядом с ним.

★★★ ШАГ 3

Иногда у нас дома отключают свет или воду. Но это не повод огорчаться – так учиться беречь ресурсы планеты становится проще! Если мы будем бережно расходовать воду и использовать вещи повторно, планета скажет нам спасибо.

На протяжении 5 дней выполняй задания «Хранителя ресурсов». Выполнил задание – закрась листочек на нашем дереве добрых дел зелёным цветом!

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 5

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ 

Что я искал(а)?	Что именно я нашёл(а)? (Напиши или нарисуй)
Растение (цветок, дерево, травинка)	
Неживая природа (камень, облако, лужа)	
Живое существо (птица, жук, бабочка)	

2 ШАГ 

- ☐ Пластиковая бутылка воды (которую потом выкинут) ИЛИ ☐ Многоразовая фляжка для воды
- ☐ Полиэтиленовый пакет для бутербродов ИЛИ ☐ Многоразовый контейнер для еды
- ☐ Оставить фантики от конфет под кустом ИЛИ ☐ Взять с собой мешочек для мусора и забрать его домой



3 ШАГ 

День	Моё полезное эко-дело	Отметка о выполнении
День 1	Закрыл(а) кран, пока чистил(а) зубы	
День 2	Использовал(а) черновик или старую газету для рисования	
День 3	Нашёл(а) дома пластиковую упаковку и помыл(а) её, чтобы использовать как стаканчик для карандашей	
День 4	Помог(ла) родителям налить запас воды в ёмкости, не пролив ни капли	
День 5	Сделал(а) кормушку для птиц из пустой коробки/бутылки и насыпал(а) крошек	

ТУРИЗМ И ПУТЕШЕСТВИЯ ЭКОЛОГИЯ И ОХРАНА ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

ЗАДАНИЕ 6 КОМНАТНАЯ КАРТОГРАФИЯ

6–10 ЛЕТ



★ ШАГ 1

Создай подробную карту-схему своей комнаты (или квартиры/двора). Не просто нарисуй вид сверху, а придумай свои собственные «топографические» знаки. Например, шкаф – это «непроходимые горы», кровать – «зона отдыха», а ковёр – «зелёная равнина».

★★ ШАГ 2

В походах и в условиях, когда магазины недоступны или есть перебои со светом/транспортом, важно уметь обходиться тем, что есть под рукой. Это называется апсайклинг – творческая переделка старых или ненужных вещей в новые и полезные.

Найди дома одну вещь, которую собирались выбросить (пустая пластиковая бутылка, старая футболка, картонная коробка, стеклянная банка). Преврати её в полезный в быту предмет без использования сложных инструментов. Например: из бутылки можно сделать рукомойник или совок; из футболки – прочную эко-сумку или верёвку; из банки – безопасный подсвечник.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Любой поход начинается с изучения карты. Но что делать, если интернет не работает, а навигатор недоступен? Настоящий турист должен уметь составлять схемы местности самостоятельно, используя условные знаки и глазомер. Твоя комната или двор – отличный полигон для тренировки топографических навыков!



★★★ ШАГ 3

Навыки туриста-эколога лучше всего проявляются в кризисных ситуациях. Отсутствие электричества или перебои с водой – это пробная экспедиция прямо у тебя дома. Сможешь ли ты применить свои знания на практике, чтобы сберечь ресурсы и помочь семье?

Брось себе вызов на 3 дня. Твоя задача – внедрить три туристических и экологических привычки в быт своей семьи, чтобы сделать жизнь в условиях ограничений более комфортной и безопасной.

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 6

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ 

Карта-схема моей комнаты

Мой условный знак (нарисуй)	Что он означает в комнате?	Что бы он означал на природе?

2 ШАГ 

Моё экоизобретение:

из чего сделано: _____

чем это стало: _____

как это поможет в походе: _____

3 ШАГ 

День	Вызов	Мой результат и наблюдения (запиши)
День 1	«Хранитель света и тепла». Подготовь «безопасную зону» на случай отключения света: собери фонарики на видном месте, закрой щели в окнах, плотно закрой окна на ночь для сохранения тепла.	
День 2	«Водный баланс». Организуй систему экономии воды. Например, собирай воду после умывания и сделай удобную систему для полива растений.	
День 3	«Ноль отходов». Постарайся за день не выбросить ни грамма пищевых отходов (остатки можно отдать уличным животным или птицам) и рассортировать сухой мусор (бумага к бумаге, пластик к пластику).	

МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ

БЕЗОПАСНОСТЬ

6–10 ЛЕТ



ЗАДАНИЕ 1 О ПРОШЛОМ НАШЕГО РАЙОНА

★ ШАГ 1

Выбери одного близкого человека (бабушку, дедушку, дядю, тётю) и задай ему 3 коротких вопроса про прошлое вашего района или города (например, «Где ты любил гулять?», «Что тогда было вместо магазина?», «Какое место запомнилось?»).

Во время разговора запиши или зарисуй 3 самых ярких ответа (например, про старую карусель, огромное дерево). Потом преврати эти записи или рисунки в небольшую историю: придумай заголовок и напиши под каждым рисунком по 1 предложению; в конце добавь цитату из слов героя.

★★ ШАГ 2

С помощью родителей найди в интернете или в фотоальбомах 1-2 фото твоего района или города и выбери на фото 1 предмет. Сформулируй 3 вопроса по фото, на которые тебе было бы интересно знать ответ о прошлом места, изображенного на этом фото (например, «Почему вы посещали это место?»), 1 вопрос про выбранный предмет на фото (например, «А эта остановка была такой же?»), 1 вопрос про чувства («А что ты чувствовал, когда гулял там?»). Опроси одного близкого взрослого человека и запиши ответы в виде 4 коротких тезисов (по 1 строке на каждый). Сформулируй рассказ и оформи страничку: заголовок, 3-4 строки текста, 2 рисунка, цитата.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В деревнях на Руси старшие рассказывали младшим «бывальщины» – короткие истории про то, как раньше жили. Так дети узнавали свой край не из книг, а из живых рассказов, запоминая интонации и необычные детали.



★★★ ШАГ 3

Соберитесь с 2-3 друзьями. Каждый готовит 3 вопроса про ваш район или город и находит 1 собеседника старшего возраста, которому задает свои вопросы. Через 3 дня расскажите друг другу по 1 самой яркой мысли после разговоров с собеседниками, а затем заполните таблицу на странице отчета в Дневнике и добавьте 1 общий вывод: «Чаще всего вспоминали...».

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 1

6–10 ЛЕТ

Первые

1 ШАГ 

Мой собеседник (кто это?): _____

О чем рассказал: _____

Заголовок истории: _____

Цитата героя: _____

2 ШАГ

Что изображено на фото: _____

Мои вопросы и ответы собеседника:

1. вопрос:

ОТВЕТ:

2. вопрос:

ОТВЕТ:

3. вопрос:

ОТВЕТ:

Мой вопрос про предмет на фото и ответ собеседника:

вопрос: _____

OTBET: _____

Мой вопрос про чувства и ответ собеседника:

вопрос: _____

ОТВЕТ: _____

3 ШАГ 

[illegible]

МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ БЕЗОПАСНОСТЬ

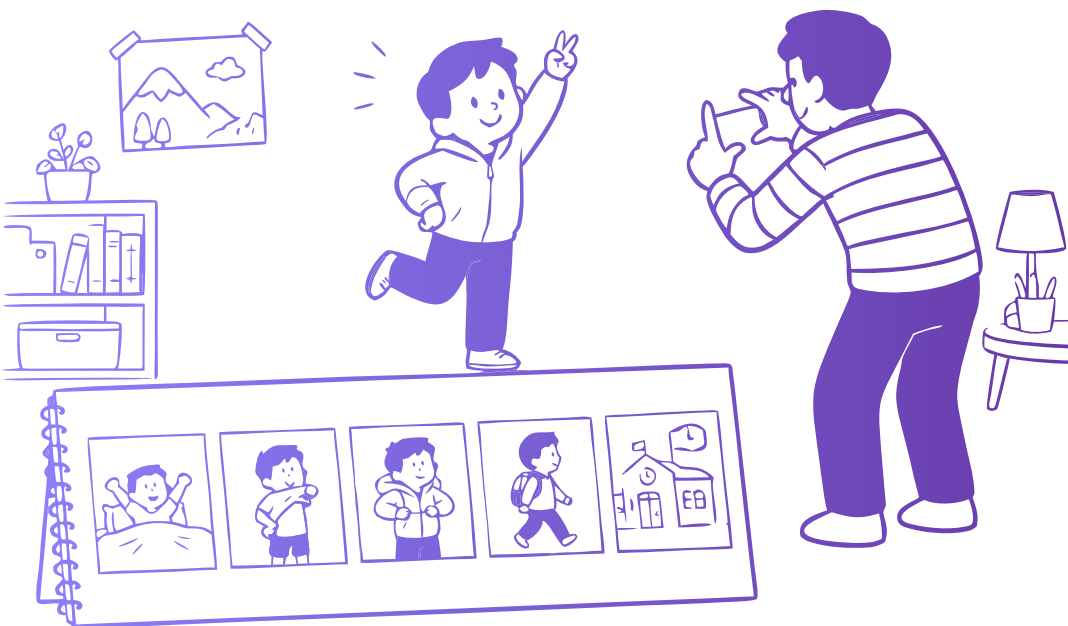
ЗАДАНИЕ 2 ФОТОИСТОРИЯ

6–10 ЛЕТ



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Знаете ли вы, что каждый день в мире делают около 5 млрд фотографий? За год их количество приближается к 2 трлн, а подавляющее большинство снимков сегодня делают на смартфоны.



★ ШАГ 1

Вместе с родителями выбери простую тему на один день: «Мой завтрак», «Как я надеваю куртку», «Дорога до магазина». Продумай 5 этапов этой короткой истории (например: «проснулся», «увидел, как лучи солнца пробиваются сквозь занавеску», «взял игрушку» и т.д.). Это будет основа сюжета фильма о твоём дне. На каждый этап сюжета спланируй позу и обстановку, и попроси родителей или друзей запечатлеть тебя на фото. В каждом разделе на странице отчёта опиши кадр и свои ощущения.

★★ ШАГ 2

С помощью родителей найдите в интернете одну простую фотоисторию из 5–7 кадров (например, «день котёнка», «как пекут хлеб») и посмотрите, как авторы строят последовательность: где крупный план, где общий, где деталь.

Выбери 1 приём (например, «сначала общий вид, потом деталь») и повтори его в своей истории: разыграй 5 этапов, а родитель или друг зафиксирует их на фото. Нарисуй или приклей распечатанные фото на листок, под каждым кадром оставь короткое описание.

★★★ ШАГ 3

Соберитесь с друзьями и выберите общую тему для фотоистории: «Как мы собираемся на прогулку», «Наш любимый уголок двора». Каждый отвечает за 3–4 кадра: продумывает свой этап и показывает его в виде позы или сценки; родитель или другой друг делает фото. Выстройте все ваши кадры в общую последовательность, убирая повторы и добавляя недостающие моменты (например, «а где мы выходим из подъезда?»).

В конце недели оформите «фотокнижку»: 8 кадров в порядке истории и общее описание из 3–4 предложений («Больше всего нам понравилось...»).

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 2

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ

ОПИСАНИЕ

ОПИСАНИЕ

ОПИСАНИЕ

ОПИСАНИЕ

ОПИСАНИЕ

2 ШАГ

Моя фотоистория про _____

ОПИСАНИЕ

ОПИСАНИЕ

ОПИСАНИЕ

ОПИСАНИЕ

ОПИСАНИЕ

3 ШАГ

Наша фотоистория про _____

Имя участника	Кадр (зарисовать или приклеить)	Описание кадра

Больше всего нам понравилось _____

МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ БЕЗОПАСНОСТЬ

6–10 ЛЕТ



ЗАДАНИЕ 3 БЕЗОПАСНЫЙ МАРШРУТ

★ ШАГ 1

Пройдите с родителями по привычному маршруту (от дома до магазина или остановки) и отметьте 2–3 места, где темно или скользко: например, «в арке темно», «у лужи скользко». Напишите 3 коротких правила передвижения по этому маршруту, например, «Держи фонарик», «Не беги по мокрому асфальту», «Держи взрослого за руку». Добавьте 1 простую иконку к каждому правилу (фонарик, след ноги, две ладошки).

★★ ШАГ 2

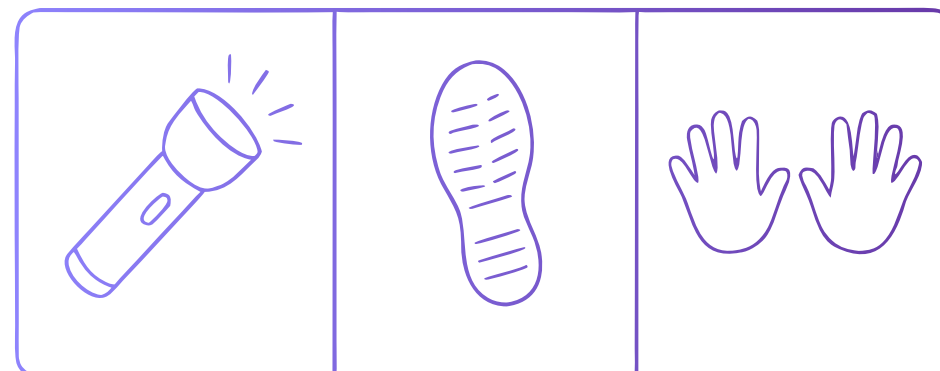
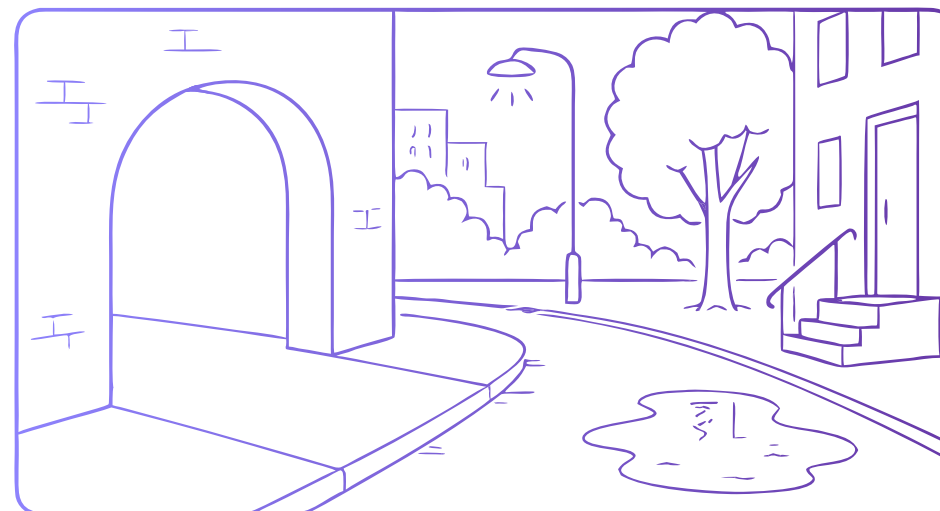
С помощью родителей найдите в интернете 2–3 совета по соблюдению правил безопасности пешехода в дождь и в темное время суток. Дополните таблицу в шаге 1, добавив новые правила и объяснения. Например, «В дождь тормозной путь машины длиннее, поэтому пешеходам надо быть более осторожными на переходах».

★★★ ШАГ 3

Соберитесь с друзьями или родителями, выберите 1 общий маршрут (например, «от подъезда до школы») и пройдите его вместе, отмечая «тёмные» и «скользкие» места. Каждый участник фиксирует 1 участок и решения, которые помогут безопасно пройти этот участок. Оформите памятку «Как передвигаться по району осенью» на странице отчета: заголовок, карта-схема, 5–6 правил с иконками.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Осенью световой день сокращается, дожди и туман ухудшают видимость – растёт число ДТП с пешеходами. Ещё в советское время подчёркивалась важность заметности пешехода: выпускались памятки, популяризировались световозвращающие элементы, а в школах проводились занятия по безопасному передвижению в тёмное время суток.



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 3

6–10 ЛЕТ

Первые



1 ШАГ 

Наши правила передвижения от _____ до _____
(например, от дома до магазина)

[illegible]

2 ШАГ

№	Иконка к правилу	Правило

3 ШАГ 

Как перемещаться по району осенью

Правила и иконки к ним:

МЕСТО ДЛЯ КАРТЫ-СХЕМЫ

МЕДИА И КОММУНИКАЦИИ БЕЗОПАСНОСТЬ

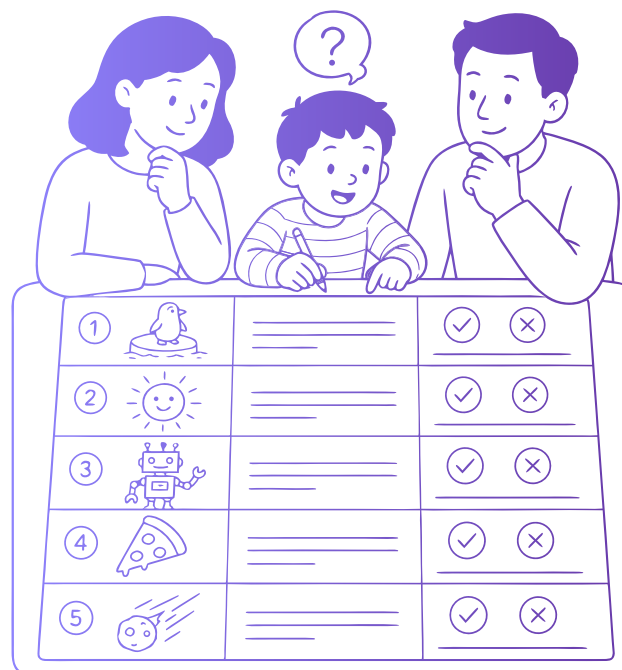
ЗАДАНИЕ 4 БЕЗОПАСНЫЕ ЗАМЕТКИ

★ ШАГ 1

Прочитайте вместе с родителями пять коротких «новостей» на странице отчета. Подумайте: какие из них звучат правдиво, а какие похожи на выдумку или содержат преувеличение? Поставьте напротив каждой новости знак ☒ (верю) или ☐ (не верю) и напишите, почему вы так решили. После того как расставите знаки, обсудите с родителями: по каким признакам можно понять, что новость правдивая? Запишите в дневник 3 главных признака «сомнительной новости», которые вы придумали вместе.

★★ ШАГ 2

Знаешь, что самое крутое в работе репортёра (человека, который создает новости для газеты, журнала, телеканала или радио)? Он собирает свежие новости и обрабатывает их для того, чтобы люди могли быть в курсе событий. Он может рассказать всем о чём угодно – даже о том, как ты сегодня играл с друзьями или нашёл красивую бабочку! Предлагаем тебе создать свой первый репортаж! Выбери что-то интересное, о чём хочешь рассказать: как ты играл с друзьями, помогал маме, кого увидел на прогулке, как делал домашнее задание. Придумай рассказ и заполни отчёт.



1			☐	☐
2			☐	☐
3			☐	☐
4			☐	☐
5			☐	☐

6–10 ЛЕТ



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Знаете ли вы, что первая в мире печатная газета появилась в России ещё при Петре I? Она называлась «Ведомости» и выходила с 1702 года. С тех пор люди каждый день передают друг другу новости, но среди них всегда попадались и выдуманные истории, и ошибки, и даже заведомо ложные истории.

★★★ ШАГ 3

Теперь ты настоящий корреспондент! Твоя задача – написать короткую, но цепляющую заметку о событии, которое произошло в твоём городе, посёлке или школе за последние несколько дней. Оглянись вокруг, инфоповоды повсюду: открытие нового молодёжного пространства, напряжённый школьный турнир по волейболу, масштабная волонтерская акция в районе или крутой мастер-класс, который собрал всех друзей. Найди свою новость и расскажи о ней так, чтобы её захотелось прочитать или увидеть своими глазами! Ответь на вопросы на странице отчета.

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 4

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ

Новость 1.

«В нашем городе вчера выпал снег размером с арбуз – очевидцы сфотографировали его во дворе школы № 5.»

Почему: _____

Новость 2.

«Учёные выяснили, что белые медведи живут только в Арктике и никогда не встречаются в тёплых странах».

Почему: _____

Новость 3.

«Школьница из Владивостока придумала способ собирать мусор на пляже с помощью специальной сетки и её идею поддержал местный экоотряд».

Почему: _____

Новость 4.

«Если смотреть телевизор больше 10 минут в день зрение пропадёт навсегда уже через неделю».

Почему: _____

Новость 5.

«В России более 85 регионов, и в каждом из них есть своя столица».

Почему: _____

3 главных признака «сомнительной новости»:

1. _____

2. _____

3. _____

3 ШАГ

Моя заметка о событии

КТО? _____

ЧТО СЛУЧИЛОСЬ? _____

КОГДА И ГДЕ? _____

ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО ИЛИ ИНТЕРЕСНО?

2 ШАГ

Мой репортаж

Кто был с тобой? (напиши имена) _____

Что случилось? _____

Когда это было? _____

Где это произошло? _____

ЗАДАНИЕ 5

ПОЖАРНАЯ

БЕЗОПАСНОСТЬ

★ ШАГ 1

Вместе с родителями вспомни и назови три предмета дома, которые могут стать причиной пожара, если их оставить без присмотра. Нарисуй один из этих предметов. Подпиши рисунок, объяснив, почему с этим предметом нужно быть осторожным.

★★ ШАГ 2

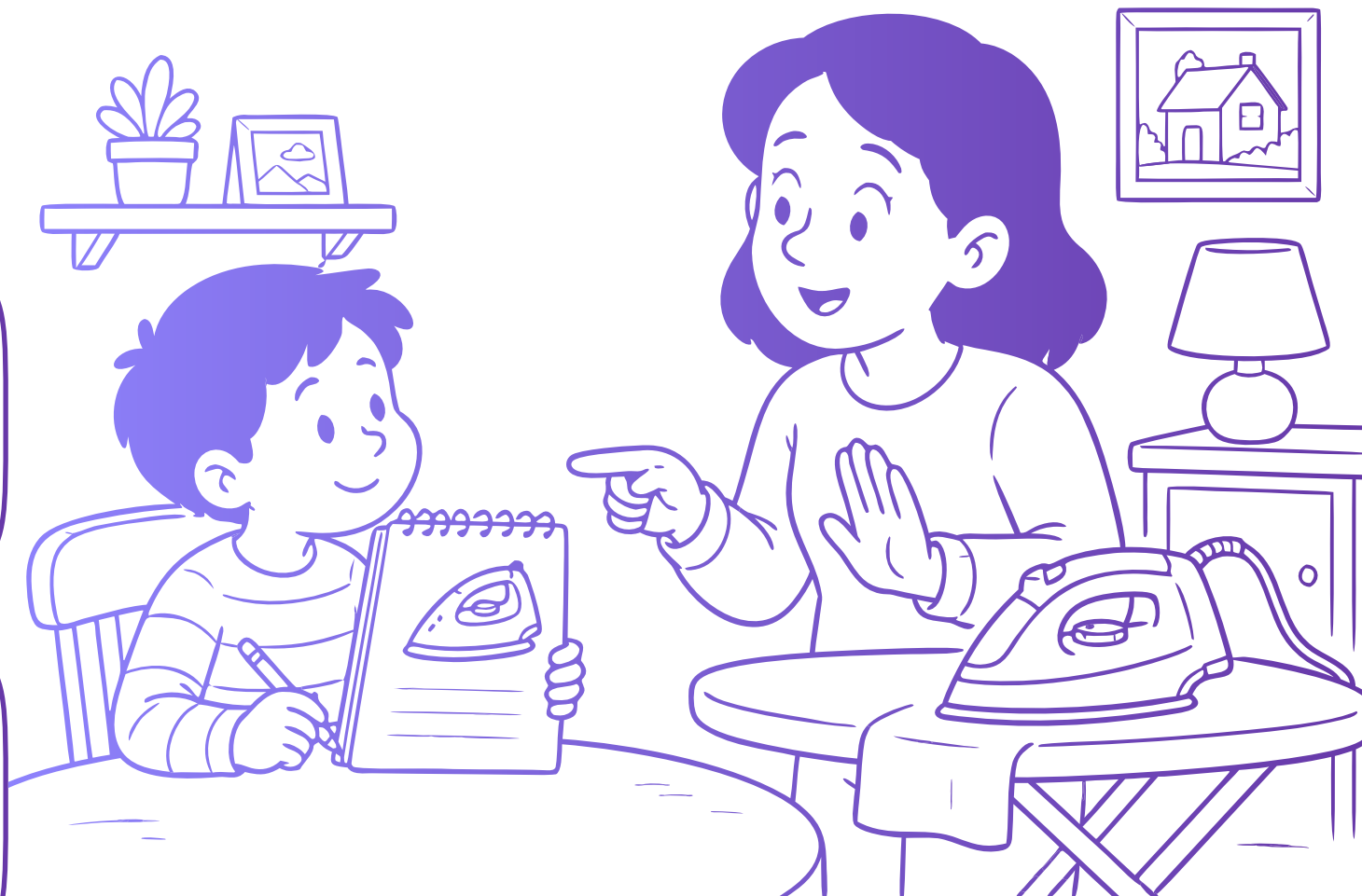
Вместе с родителем вспомните телефонный номер пожарной службы и повторите его вслух три раза, чтобы запомнить. Обсудите, что нужно сказать диспетчеру, если в доме пожар – адрес, что горит, кто рядом. Запишите номер и главные слова для звонка.

★★★ ШАГ 3

Вместе с семьёй нарисуй простой план эвакуации из своей квартиры или дома: где выход, куда бежать при пожаре. Обсудите, где собраться всей семье на улице, если придётся покинуть дом. Потренируйся пройти этот путь медленным шагом. Запиши место сбора семьи на улице.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Почему нельзя включать много приборов в одну розетку? Некоторые приборы, такие как утюги или чайники, потребляют много электричества. Если подключить к одной розетке сразу несколько таких приборов, провода могут сильно нагреться. Это может привести к тому, что изоляция проводов расплавится, а розетка может загореться.



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 5

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ 

Предмет 1: _____

Предмет 2: _____

Предмет 3: _____

Какой из них ты нарисовал и почему он опасен:

МЕСТО ДЛЯ РИСУНКА

2 ШАГ 

Номер пожарной службы: _____

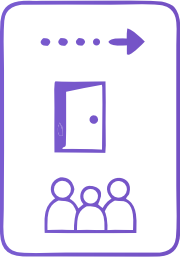
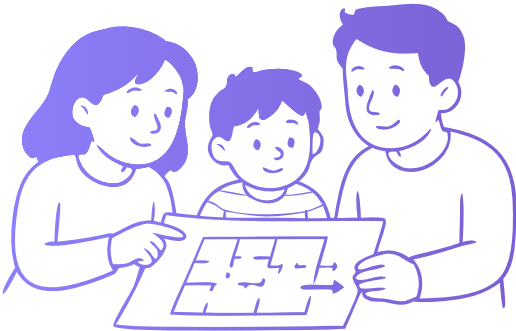
Что сказать диспетчеру: _____

3 ШАГ 

Место сбора семьи на улице: _____

Кто следит за планом эвакуации дома: _____

МЕСТО ДЛЯ СХЕМЫ





ЗАДАНИЕ 6 ТЕПЛО – ЭТО ВАЖНО

★ ШАГ 1

Вместе с родителями вспомни одну зимнюю прогулку: что ты надевал(а), как чувствовал(а) холод, что делал(а), когда становилось зябко. Запиши 3 простых правила безопасности: например, «одеваться слоями», «не трогать голыми руками холодные металлические предметы», «если замёрз – идти в тепло». Заполни страницу отчета и нарисуй пиктограммы к правилам

★★ ШАГ 2

С помощью взрослого найди на официальных сайтах (МЧС, Российский Красный Крест) правила про постепенного согревания. Попроси взрослого объяснить правила, если они кажутся слишком сложными.

★★★ ШАГ 3

Соберитесь с 2–3 друзьями и взрослыми. Каждый придумывает 1 идею для значка и 1 правило. Распределите роли: «значкист» рисует пиктограммы, «писатель» формулирует фразы, «редактор» убирает лишнее, «куратор» (взрослый) проверяет безопасность и достоверность правил.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В России долгие и холодные зимы, поэтому важно знать, что делать в случае, если вы замерзли. Популярные действия при обморожении, такие как растирание снегом или согревание у батареи, могут усугубить ситуацию: повредить кожу сильнее и вызвать осложнения. Врачи и спасатели советуют согреваться медленно и не двигаться, чтобы кровообращение восстанавливалось постепенно.



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 6

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ 

Правило безопасности	Значок / рисунок

2 ШАГ 

Источник (сайт): _____

Способ постепенного согревания: _____

Запрет (например: «не греть у батареи, потому что...»): _____

3 ШАГ 

Кто предложил правило	Решение	Значок

ЗАДАНИЕ 1 МУЗЕЙ НА ЛАДОНИ

★ ШАГ 1

Большой музей может занимать целое здание. А твой – легко поместится на ладони. Главное в нём не размер, а история одной маленькой вещи: камешка, пёрышка, бусины или кусочка коры. Сегодня ты станешь основателем и главным хранителем такого музея.

1. Найди небольшую пустую коробочку – это будет здание музея.
2. Отправься в экспедицию во двор, на прогулку или по дому и выбери один экспонат.
3. Оформи витрину внутри коробки пластилином, бумагой или травинками и придумай бирку с названием.

★★ ШАГ 2

В музеях бывают залы игрушек, динозавров и старинных часов. А если открыть маленький музей одного чувства? Например, радости, удивления или благодарности. Его экспонаты совсем крошечные, зато каждый хранит свою историю. Небольшая коробочка станет для них тайным залом.

1. Выбери одно чувство, которое будешь замечать 3 дня подряд.
2. Каждый день находи один предмет-экспонат: он должен вызывать это чувство и помещаться в коробочку.

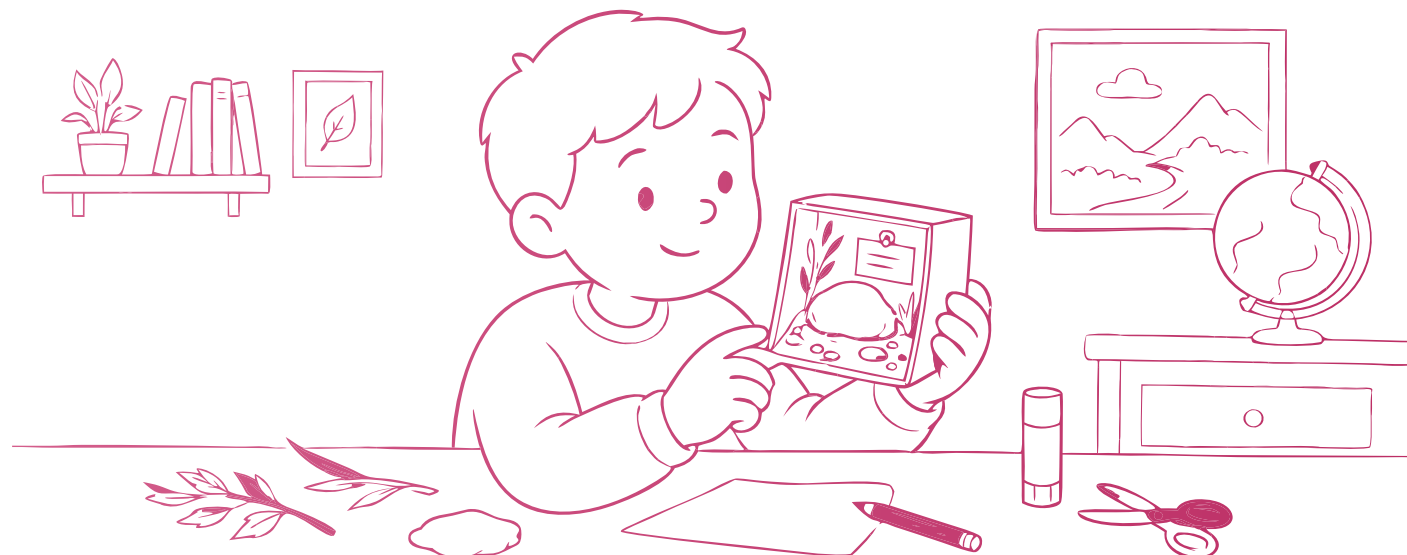
ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В 1988 году Эрмитаж в Санкт-Петербурге попал в Книгу рекордов Гиннеса как самая большая картинная галерея в мире. Чтобы увидеть все три миллиона экспонатов, нужно пройти 24 километра. Если вы будете смотреть каждое произведение по одной минуте, то на осмотр всех залов уйдёт 11 лет. При этом нужно посещать Эрмитаж каждый день по восемь часов.

★★★ ШАГ 3

А что, если музей может ходить в гости? Твой коробок отправится к друзьям, а их коробки – к тебе. Каждый музей будет расти: вы можете обмениваться экспонатами, и в нём появятся новые маленькие экспонаты и короткие истории о том, почему они здесь оказались.

1. Соберитесь с друзьями. Пусть каждый создаст свой коробок-музей на любую тему: например, «Моё лето», «Сокровища» или «Мои суперсилы».
2. Раз в 1–2 дня обменивайтесь коробками.
3. Получив музей другого, добавь один подходящий экспонат и напиши, почему ты выбрал(а) именно его.
4. Через 5 дней заполните страницу отчёта.



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 1

6–10 ЛЕТ

Первые



1

ШАГ



2

ШАГ



3

ШАГ



Мой экспонат

Что я нашёл(а): _____

Где я его нашёл(а): _____

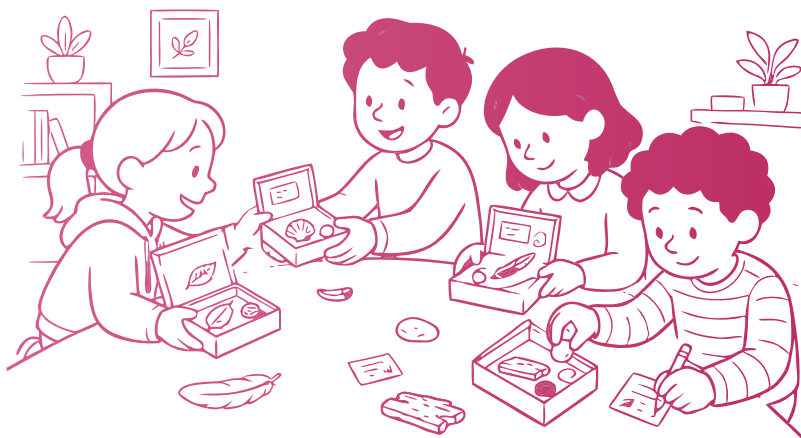
Почему выбрал(а) именно его: _____

Оформление музея

Чем оформил(а) внутри: _____

Какое чувство я выбрала(а) и почему: _____

Downloaded from <http://ajph.org/> on November 10, 2015

[illegible][illegible]

ЗАДАНИЕ 2 ВОЛШЕБСТВО ОДНОЙ ЛИНИИ

★ ШАГ 1

С этим заданием ты потренируешь воображение, создавая рисунок из одной непрерывной линии, а затем оживишь его с помощью цвета.

Возьми карандаш и в течение одной минуты рисуй непрерывную линию на листе бумаги, не отрывая руку. Рассмотрй получившийся узор и найди в нём знакомые очертания – что тебе напоминает эта линия? Возьми цветные карандаши и раскрась элементы рисунка разными цветами, чтобы превратить простую линию в узнаваемый образ.

★★ ШАГ 2

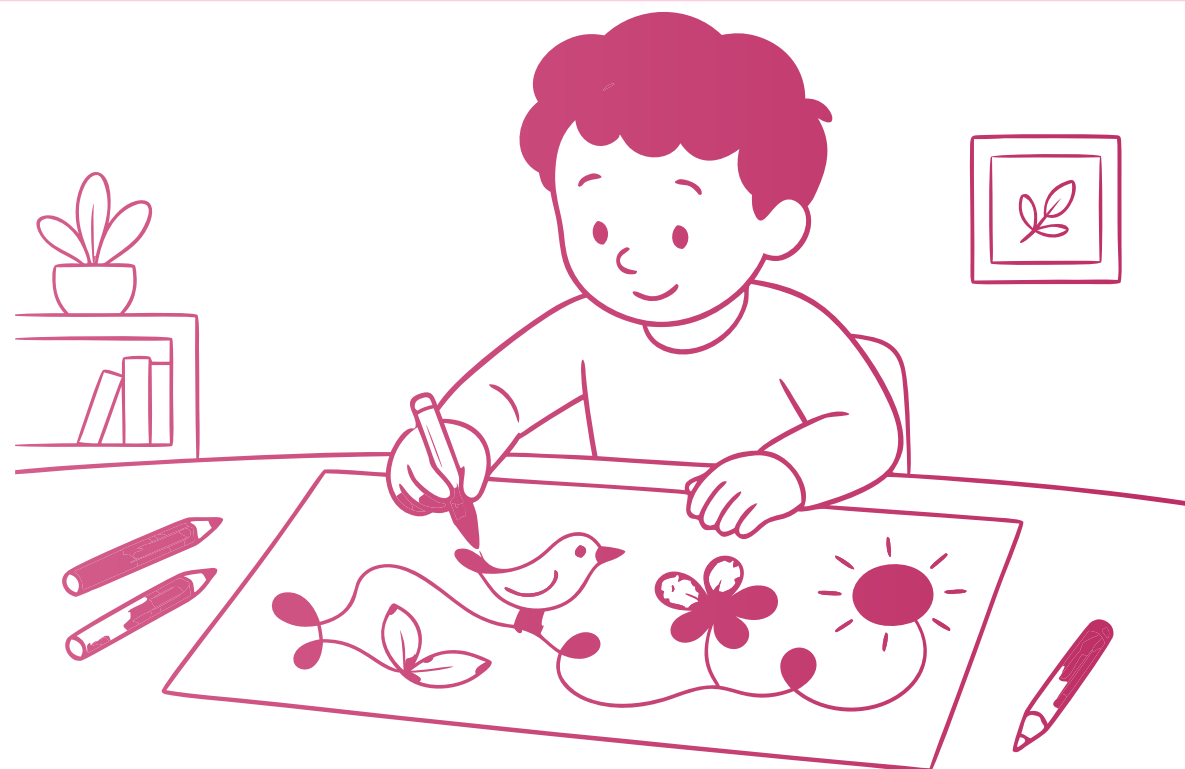
Возьми чёрный фломастер или ручку и дорисуй к вашей линии недостающие детали: глаза, руки, ноги, причёску. Рассмотрй получившегося персонажа и подумай, кто это – добрый или хитрый, весёлый или задумчивый. Придумай имя своему персонажу и запиши его на рисунке.

★★★ ШАГ 3

Придумай историю о своем персонаже и напиши короткий рассказ из 5–6 предложений. Подумай: как зовут героя, что он любит делать, куда он отправляется или что с ним произошло. Если тебе сложно записывать самостоятельно, попроси взрослого помочь изложить мысли на бумаге. Когда рассказ будет готов, прочитайте его вместе с родителями и обсудите, что получилось особенно интересно.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

На Урале и в Карелии сохранились древние наскальные рисунки – петроглифы, которым больше 5 тысяч лет. Древние художники выбивали на камнях линии, круги и фигуры лосей и оленей, а иногда даже рисовали животных с костями внутри – как будто заглядывали внутрь!



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 2

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ ★

На что похожа нарисованная линия: _____



РИСУНОК

2 ШАГ ★★

Какие детали добавил(а): _____

Какой характер у персонажа: _____

Имя персонажа: _____

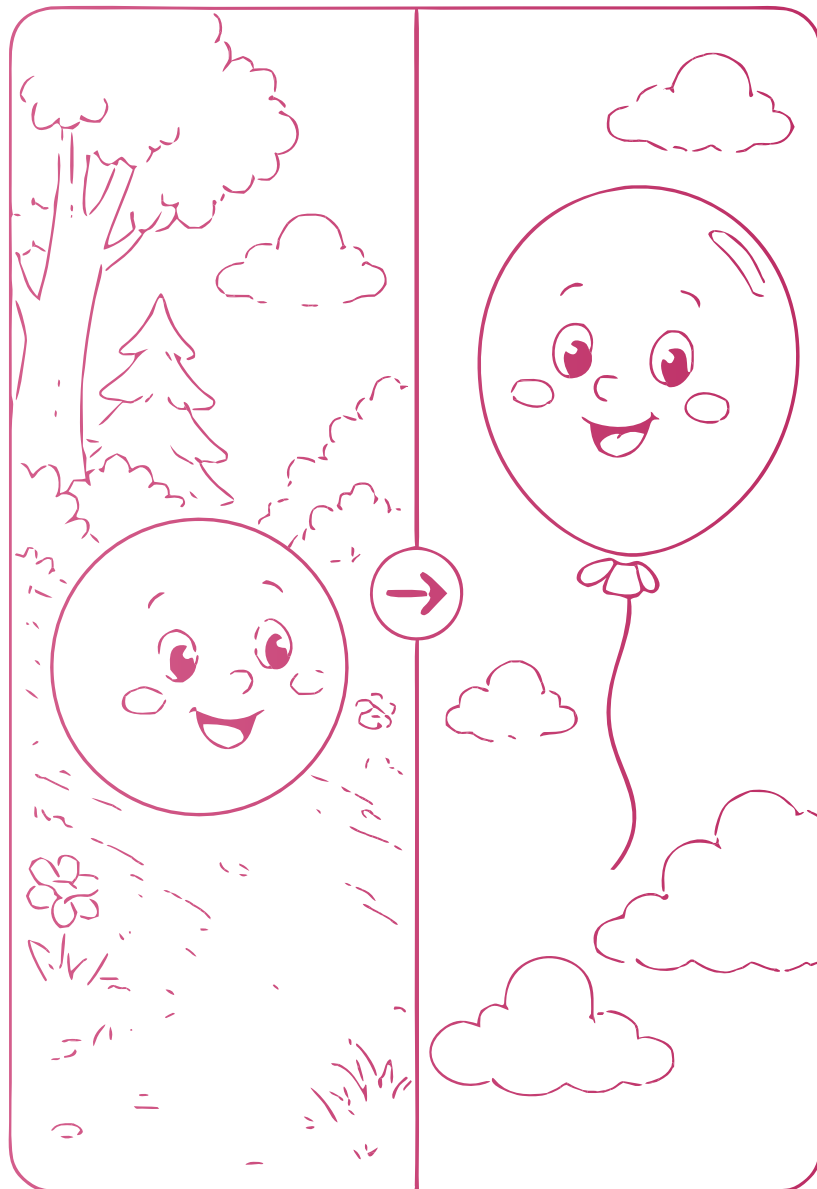


3 ШАГ ★★★

Мой рассказ _____

Что в рисунке и в рассказе получилось особенно интересно: _____

ЗАДАНИЕ 3 ЛЮБИМЫЕ ГЕРОИ СКАЗОК



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Стрекоза в басне Ивана Крылова «Стрекоза и Муравей» на самом деле была кузнечиком. Издревле люди называли словом «стрекоза» всех летающих насекомых, и только потом придумали разные названия для разных жучков.

★ ШАГ 1

Представь, что твой любимый сказочный герой (Колобок, Мальвина, Буратино или любой другой) нашёл волшебную палочку и превратился... в какое-нибудь животное или предмет! Например, Колобок стал воздушным шариком, а Баба-Яга – пушистым котом.

В одной половине окошка отчёта нарисуй своего героя, а на другой половине нарисуй то, во что он превратился.

★★ ШАГ 2

Придумай и нарисуй рядом с героем современный подарок, который бы ему пригодился (планшет, самокат, смарт-часы). Подпиши рисунок несколькими предложениями: «Зачем герою этот подарок в сказке?» (например: «Планшет нужен Ивану, чтобы быстро находить Кощея на карте»).

★★★ ШАГ 3

Представь, что твой любимый сказочный герой пришёл к тебе в гости на чай. Нарисуй его вместе с твоей семьёй (мамой, папой, братом/сестрой или бабушкой) за одним столом. Придумай, что герой рассказывает вашей семье о своём волшебном мире, а вы, например, показываете ему свои игрушки или угощаете его. Напиши 5–8 предложений об этой встрече.

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 3

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ 

МОЙ ЛЮБИМЫЙ ГЕРОЙ СКАЗКИ

ВО ЧТО ОН ПРЕВРАТИЛСЯ

МОЙ ЛЮБИМЫЙ ГЕРОЙ СКАЗКИ

ВО ЧТО ОН ПРЕВРАТИЛСЯ

2 ШАГ 

Пририсуй подарок на картинке героя

Зачем герою этот подарок в сказке?

3 ШАГ 

Семейное чаепитие с героем сказок

Рассказ о чаепитии

МЕСТО ДЛЯ ИЛЛЮСТРАЦИИ

ЗАДАНИЕ 4 СИМФОНИЯ НАШЕГО РАЙОНА

★ ШАГ 1

Выйди во двор или открой окно. Закрой глаза ровно на две минуты (попроси родителей засечь время). Слушай внимательно всё, что происходит вокруг. Затем открой глаза и нарисуй «карту звуков» – план того места, которое ты слышал, и значками отметь на нём все звуки. А потом попробуй голосом или с помощью подручных предметов повторить три самых интересных звука.

★★ ШАГ 2

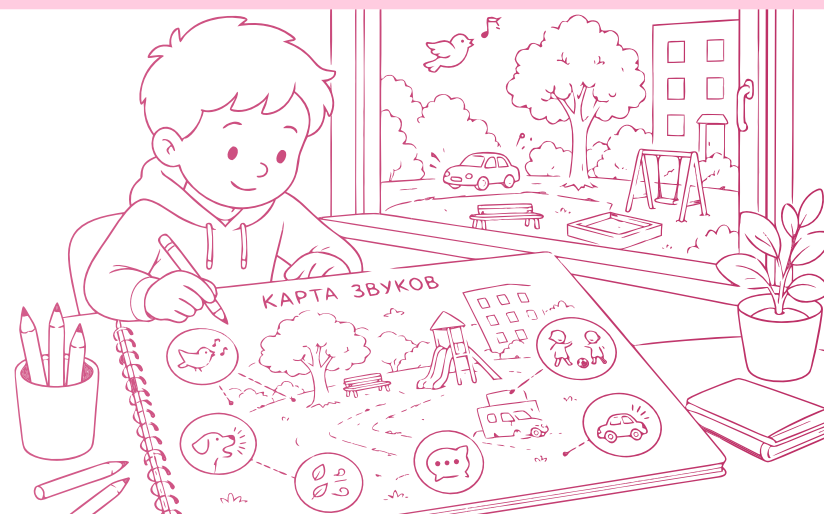
Выбери одно место, которое ты будешь слушать три дня подряд в одно и то же время. Каждый день записывай всё, что ты слышишь, на длинную бумажную «ленту времени». Используй значки: что повторяется каждый день – обводи в кружок, что случилось только один раз – подчёркивай волнистой линией. К концу третьего дня у тебя будет «звуковой портрет места». Попробуй по своей партитуре голосом и телом «исполнить» симфонию этого места от начала до конца.

★★★ ШАГ 3

Оркестр – это когда много музыкантов играют вместе, и у каждого свой инструмент и своя партия. Дирижёр стоит перед оркестром и показывает, кому вступать, кому играть громче, а кому замолчать. Представь, что целый район или двор – это огромный оркестр, а ты и твои друзья – его исследователи и музыканты. Вам предстоит собрать голоса всех уголков вашего района и создать одну большую симфонию. Собери команду из 3–4 друзей. Разделите район на секторы: двор у песочницы, скамейка у подъезда, тропинка к остановке, угол у магазина, пятачок под деревьями. В течение недели каждый участник команды слушает свой сектор и создаёт его «голосовую карту» – какие звуки там живут постоянно, а какие появляются редко. В конце недели соберитесь все вместе и выберите дирижёра. Он будет показывать, какой сектор вступает, какой затихает. Исполните живую «Симфонию нашего района» голосами и подручными предметами.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Композиторы (люди, которые придумывают музыку) не просто слушают, они записывают звуки нотами, чтобы потом любой музыкант мог их повторить. Такая запись называется партитурой. Но записывать можно не только нотами, но и значками, которые придумаешь ты сам. А ещё у каждого места есть свой ритм – повторяющиеся звуки, которые возвращаются снова и снова, как припев в песне.



ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 4

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ

Какое место ты слушал(а): _____

План места и значки звуков

Значок	Что звучит

2 ШАГ

Моё место для наблюдения: _____
Время, в которое я слушаю: _____
День 1. Дата: _____

Лента звуков (рисуй значки слева направо, как будто звуки идут друг за другом):

День 2. Дата: _____
Лента звуков (рисуй значки слева направо, как будто звуки идут друг за другом):

День 3. Дата: _____
Лента звуков (рисуй значки слева направо, как будто звуки идут друг за другом):

Мои выводы:
Звуки-старожилы (были все три дня):

Звуки-гости (приходили только однажды):

3 ШАГ

Какой сектор был самым громким:

Какой – самый тихий:

Кто выступил дирижёром:

Какие инструменты использовались:

Имя участника	Сектор района

ЗАДАНИЕ 5 КАК РАБОТАЕТ СВЕТ

★ ШАГ 1

Найди фонарик или лампу и белую стену. С помощью рук покажи трёх разных животных. Запомнил, как они получаются? А теперь самое сложное и интересное: придумай и покажи, как одно животное превращается в другое. Например: птица взлетает и в воздухе становится зайцем. Или собака сворачивается клубком и превращается в улитку. Дай своему превращению сказочное название!



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Задолго до того, как появилось кино и мультфильмы, люди рассказывали истории с помощью теней. В Китае, Индии, Турции бродячие артисты ходили по деревням с лампой и куклами и показывали волшебные спектакли на стене. Знаешь, что самое удивительное? Твой собственный теневой театр всегда с тобой – это твои руки и свет. А актёром, режиссёром и зрителем можешь быть ты один или вместе с семьёй.

★★ ШАГ 2

Сериал – это история, рассказанная по частям. Каждый день новая серия, но герой один и тот же. Представь, что ты – режиссёр собственного теневого сериала, а твой герой – Зайцесвет, или Тенепёс, или Чудо-птица (ты придумаешь имя сам). Каждый день с ним что-то случается: он просыпается, находит друга, теряется, обнаруживает сокровище, прощается до завтра. И каждая серия должна заканчиваться так, чтобы зрителю хотелось увидеть продолжение.

Придумай героя своего сериала теней. Каждый день придумывай и репетируй короткую сцену из его жизни. Сцена должна длиться не дольше минуты, но в каждой серии твой герой должен хотя бы раз превратиться во что-то новое. К концу третьего дня у тебя будет цикл из трёх миниатюр. Покажи их все подряд зрителям (семье или друзьям) как настоящий сериал!

★★★ ШАГ 3

Настоящий теневой театр – это не только руки. Это ещё и фигурки из картона на палочках, это занавес из простыни, это звукооформители, которые голосом и шуршанием создают целый мир. А главное – это команда. Кто-то придумывает историю, кто-то вырезает героев, кто-то водит фигурки, кто-то озвучивает ветер и дождь. Когда всё складывается вместе, случается чудо спектакля.

Соберите команду теневого театра. Вам понадобятся: сценаристы (придумывают историю), актёры теней (те, кто водит фигурки и делает тени руками), звукооформители и мастер по реквизиту (картонные фигурки на палочках). Выберите или придумайте общую историю. Это может быть народная сказка или ваша собственная. Ваше задание на неделю – придумать сценарий, создать фигурки, отрепетировать и показать премьеру зрителям.

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 5

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ

Я умею показывать таких животных:

3 ШАГ

Мы придумали историю о _____

Главные герои нашей истории: _____

Нашими зрителями были: _____

2 ШАГ

Название моего сериала: «_____»

Имя главного героя: _____

Кто был зрителем сериала: _____

Имя участника	Его роль

Серия	Название серии	В кого/во что превратился герой?

ЗАДАНИЕ 6 БУМАЖНЫЙ ГОРОД

★ ШАГ 1

Найди 10 листов бумаги (можно старых, исписанных с одной стороны). С помощью техники оригами (складывания) построй свой фантастический город. Домики-гармошки, трубы-свёртки, башни из скрученных трубочек. Когда город будет готов, придумай и запиши: кто в нём живёт и чем они занимаются? Придумай городу название.



ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Архитекторы – это люди, которые придумывают дома, мосты, башни и целые города. Но, прежде чем построить здание, архитектор всегда делает макет – маленькую копию из бумаги или картона. Предлагаем тебе стать архитектором, но с одним условием: ты не будешь использовать клей и ножницы. Только бумага и только сгибы. Это древнее японское искусство называется оригами. Из плоского листа может родиться объёмный мир.

★★ ШАГ 2

Если бы ты был городом – каким бы ты был? Где бы находился твой Дом Детства? А Дом Мечты – из чего он сложен и какой он формы? Архитекторы иногда строят здания-метафоры: дом-корабль, дом-дерево, дом-улитка. А ты построишь город, который расскажет историю о тебе самом. Это как автопортрет, только не красками, а складками бумаги.

Каждый день конструируй по одному зданию, которое рассказывает о тебе. К концу третьего дня соедини все здания в город-автопортрет и проведи экскурсию по нему для родителей или друзей.

Расписание строительства:

День 1. Дом Детства – из одного листа, самый уютный

День 2. Дом Мечты – самый сложный по форме, высокий или необычный

День 3. Мост – соединяет Дом Детства и Дом Мечты

★★★ ШАГ 3

Город состоит не только из зданий. В нем есть свой уклад жизни, маршруты жителей, праздники и будни, магазины, школы, больницы, театры. Когда архитекторы проектируют город, они думают о том, как люди будут ходить друг к другу в гости, где они будут встречаться, как переходить реку. Вместе с друзьями или семьей создайте целый город со своими правилами.

Собери команду строителей бумажного мира. Сначала договоритесь о плане города. Потом каждый строит свой дом, а затем вместе постройте общественные здания. Придумайте правила и проведите игровой день – час, в течение которого вы живёте в своём городе.

ОТЧЁТ ПО ЗАДАНИЮ 6

6–10 ЛЕТ



1 ШАГ ★

Название города: _____

Кто в нем живёт: _____

Чем занимаются жители города: _____

3 ШАГ ★★

Название города: _____

Наша команда (имена участников): _____

Какие здания мы построили: _____

Какие правила города мы придумали: _____

2 ШАГ ★★

Название города: _____

День	Строение	Что в нем особенного?



ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ



ОЦЕНКА ДНЕВНИКА



МОЙ ГЛАВНЫЙ ПРОЕКТ

САМОЕ СЛОЖНОЕ ЗАДАНИЕ

ЧТО НОВОГО Я УЗНАЛ

САМОЕ ИНТЕРЕСНОЕ ИСПЫТАНИЕ

ПРОДОЛЖАЙ ДЕРЖАТЬ КУРС НА ДВИЖЕНИЕ!