

### 7 ПРАВИЛ МАРАФОНА

1. Будьте максимально включены во взаимодействие с ребенком в течение 20–45 минут.
2. При взаимодействии с ребенком говорите спокойно, не кричите.
3. Учитывайте темповые характеристики ребенка.
4. Не гонитесь за результатом. Не критикуйте полученный результат.
5. Не реагируйте эмоционально на расторможенность и двигательную активность ребенка, а постарайтесь успокоить его и сконцентрировать хотя бы на короткое время.
6. Зафиксируйте время, которое вы потратили на взаимодействие с ребенком, и отметьте в бланке.
7. Сфотографируйте результат взаимодействия и отправьте в группу марафона в WhatsApp в этот же день не позднее 21:00.

#### **1-я НЕДЕЛЯ. Совместное конструирование по схеме – плоскостное или объемное**

Главная задача недели – организовать совместную деятельность с ребенком. Для этого вместе с ребенком делайте постройки из лего или любого другого конструктора. Ищите элементы постройки, передавайте их ребенку и просите его соединить эти элементы в конструкцию. Вы можете закончить постройку в тот же день, в который начали ее строить, а можете оставить незавершенной и перенести на другой день.

В процессе конструирования ребенок может отказываться от вашей помощи, пытаться сделать все самостоятельно. Помните, что его отказ может быть связан с тем, что ребенок не привык к игре с вами и для него это новый опыт взаимодействия. Ежедневные совместные занятия помогут сформировать у него привычку сотрудничать с вами.

Если ребенок настойчиво отказывается от вашей помощи, предложите ему конструировать самостоятельно, но при этом обсуждать с вами, что он делает и какая постройка у него получается. В этом случае важно все время находиться рядом с ребенком, поддерживать с ним контакт глаз и выражать заинтересованность в процессе.

#### **2-я НЕДЕЛЯ. Совместное рисование**

Предложите ребенку порисовать. Выберите способ совместной работы в зависимости от особенностей ребенка, а также его желания, умения и привычки рисовать. Ребенок может рисовать в вашем присутствии

самостоятельно или с вашей незначительной помощью. Также вы можете рисовать вместе с ребенком или без его участия, но под его руководством.

Если ребенок отказывается рисовать, возьмите инициативу в свои руки, но при этом уточняйте, что вам нарисовать, какими цветами, с помощью каких инструментов – красок или карандашей. Обязательно предложите ребенку что-нибудь добавить в рисунок.

Следите, чтобы ребенок был вовлечен в процесс. Если вы просто рисуете по теме, которую он задал, а сам ребенок в это время занимается чем-то своим – это не считается результатом взаимодействия.

### **3-я НЕДЕЛЯ. Совместное творчество**

Изготовьте с ребенком любую поделку из подручного материала. Вместе с ним обсудите и решите, на какую тему, какой сложности и из какого материала будет ваша совместная поделка.

### **4-я НЕДЕЛЯ. Совместная игра, которую ребенок выбрал самостоятельно**

Неделя совместной игры – самая любимая для детей, ведь на этой неделе родители играют с ними в те игры, которые дети предложили сами. Ваша задача – полностью подстроиться под выбор ребенка и правила, которые он задал.

Ребенок может выбрать двигательные игры, игры с машинками, куклами или другие игры на свой вкус. Обратите внимание, что совместное занятие, которое развивает графические и математические навыки, учит алфавиту или цифрам, не считается игрой, даже если ребенок сам хочет написать буквы в тетради или решить примеры.

### **5-я НЕДЕЛЯ. Чтение для ребенка с рисованием**

Прочитайте ребенку рассказ или сказку, после чего попросите его нарисовать то, что ему запомнилось или его впечатлило. Следите, чтобы ребенок рисовал строго после того, как вы закончите читать. Перед тем как он начнет рисовать, обязательно обсудите содержание и смысл прочитанного.

Во время прочтения ребенку может быть сложно слушать вас – он может ерзать, разговаривать, пытаться заняться чем-то другим. Невнимательность может быть связана как с отсутствием привычки слушать, как вы читаете, так и с особенностями самого ребенка, трудностями концентрации и саморегуляции. В таких случаях начинайте с наиболее короткого и знакомого рассказа для ребенка, который не потребует от него длительных усилий. С каждым разом увеличивайте объем и сложность рассказа. При этом продолжайте соблюдать правила марафона.