

## Картотека новых заданий марафона в период самоизоляции

### День 15

1. Найди в квартире пять мест, в которые можно отлично спрятаться. Попробуй спрятаться в каждое. Нарисуй или напиши, куда ты прятался. Обведи кружочком то место, которое тебе сегодня больше всего понравилось.
2. Возьми три кусочка пластилина разного цвета. Твоя задача — слепить из этих кусочков любое насекомое. Когда будет готово, попроси родителей сфотографировать твою поделку или сфотографируй ее сам, если умеешь.
3. Покажи сценки: ты идешь — и тут подул сильный-сильный ветер; ты открываешь свой шкаф, а там сидит дракон; ты берешь чашку, а она начинает с тобой разговаривать.
4. Выучи одно слово на любом иностранном языке: английском, немецком, арабском, эльфийском, драконьем. Или (для детей, которые плохо говорят) запомни одно новое слово, например название цвета или формы.

### День 16

1. Найди десять красных предметов в квартире. Назови каждый вслух. Запиши их в список или нарисуй рисунок, где они будут изображены.
2. Набери в небьющийся стаканчик теплой воды. Попроси маму дать тебе немного ингредиентов для эксперимента: любых сыпучих продуктов или жидкостей, которые ты будешь смешивать в воде. Можно использовать краски. Смешивай все понемножку. Сфотографируй, что у тебя получилось, или попроси взрослых сделать это.
3. Изобрази, будто ты дровосек. Крепко сцепи вытянутые руки. Подними их над головой и резко опусти, как будто ты рубишь дерево. Сделай так еще пять раз и потом еще столько раз, сколько сможешь.
4. Попробуй красиво написать букву «е». Попробуй еще три раза. Несколько раз скажи: «е — е — е» и обведи любую из нарисованных «е» пальцем по контуру.

### День 17

1. Найди хотя бы пять вещей, которые могли бы принадлежать герою твоего любимого мультфильма или сказки. Запиши, что это за вещи, или нарисуй их.
2. Выбери только квадратные детали лего или другого конструктора и построй что-нибудь из них. Сделай фотографию своей постройки или попроси взрослых ее сфотографировать.
3. Придумай три упражнения для танца. Покажи, как ты их делаешь. Теперь изобрази, как бы их делали: зомби, старушка, супергерой.
4. Пропой названия всех дней недели, которые ты знаешь.

## День 18

1. Возьми в руки любую нетяжелую книжку. Походи по квартире и найди все предметы, которые по размеру примерно такие же, как эта книжка. Запиши список, что ты нашел, или нарисуй эти предметы.
2. Возьми бумагу и цветные карандаши или используй пластилин. Нарисуй или слепи огород. Пусть у тебя на рисунке будет что-то красное, зеленое, желтое, фиолетовое и оранжевое. Сфотографируй свою поделку или попроси взрослых сделать это.
3. Возьми маленький легкий мячик. Если ты не найдешь такой, то можешь скатать его из листа бумаги. Найди приспособление типа клюшки, которым ты будешь катать этот мячик: например, лопату для песка или половник, если мама разрешит. Поставь стул на расстоянии в пять шагов от себя. Теперь попробуй своей «клюшкой» закатить мячик точно под стул. Надо, чтобы мячик оказался ровно в намеченном месте, не дальше и не ближе. Пробуй, пока не сможешь сделать это три раза подряд.
4. Выучи одно слово на любом иностранном языке: английском, немецком, арабском, эльфийском, драконьем. Или (для детей, которые плохо говорят) запомни одно новое слово, например название цвета или формы.

## День 19

1. Побегай по квартире и постарайся запомнить как можно больше предметов круглой формы. Прибеги в ванную и вслух перечисли все круглые предметы, которые ты запомнил. Запиши список этих предметов или нарисуй рисунок, где они будут изображены.
2. С помощью той одежды, которая у тебя есть, придумай для себя три костюма. Первый — чтобы отправиться искать клад, второй — чтобы пойти на карнавал, третий — чтобы познакомиться с добрым инопланетянином. Примерь эти наряды. Если умеешь, сделай селфи или попроси взрослых тебя сфотографировать.
3. Повтори пять раз упражнение «воробушек»: подпрыгни три раза на месте, а четвертый раз — с поворотом. Между повторами обязательно немножко отдыхай. Когда все сделаешь, попей воды.
4. Попробуй красиво написать букву «н». Попробуй еще три раза. Несколько раз скажи: «н — н — н» и обведи любую из нарисованных «н» пальцем по контуру.

## День 20

1. Пройди по квартире и найди, но не трогай, пять предметов, которые больше спичечного коробка, но меньше твоей ладони. Запиши список этих предметов или нарисуй их.
2. Вспомни, как выглядит одно из твоих любимых животных. Представь, как выглядит детеныш такого животного. Из бумаги, пластилина, ваты или кусочков ткани сделай такого детеныша. Нарисуй или сделай из конструктора или пластилина жилище для детеныша. Сфотографируй, что получилось, или попроси взрослых сделать фотографию.
3. Сядь на пол, ноги вытяни перед собой очень ровно. Попробуй дотянуться до кончиков пальцев на ногах. Попробуй еще. Сделай это столько раз, сколько у тебя получится.
4. Повтори стишок: «По болоту вечером цапля ходит босиком». Повтори еще два раза.

## День 21

1. Представь, что к тебе в квартиру прилетела маленькая сова и где-то свила гнездо. Пройди по квартире и поищи, где бы она могла устроить это гнездо. Запиши, какие места ты нашел, или нарисуй рисунок, где эти места будут изображены.
2. Возьми лист бумаги и яркий карандаш. Положи на лист свою руку — левую, если ты правша, или правую, если ты левша. Обведи свои пальчики и ладонь по контуру. У тебя на листе получится изображение твоей руки. Разрисуй изображение. Рисуй что хочешь — главное, чтобы тебе нравилось. Можешь добавить украшения, нарисовать свои любимые занятия, изобразить суперсилы и все, что захочешь. Сфотографируй, что у тебя получилось, или попроси родителей сделать фото.
3. Возьми десять разных небольших игрушек и пакет. Положи на пол лист бумаги. Разложи игрушки на этом листе. Встань рядом и стой очень прямо, а пакет держи в руках. Наклоняйся, не сгибая ног, и собирай в пакет игрушки. Один наклон — одна игрушка. Постарайся собрать все.
4. Попробуй красиво написать букву «к». Попробуй еще три раза. Несколько раз скажи: «к — к — к» и обведи любую из нарисованных «к» пальцем по контуру.

## День 22

1. Сделай рисунок на тему «Мои любимые приключения». Рисуй все приключения, которые тебе вспомнились: любимые игры, поездки, смешные истории, прекрасные встречи. Если уже умеешь считать, сосчитай, сколько приключений получилось на твоём рисунке.
2. Достань все свои мягкие игрушки и попробуй сложить из них пирамиду. Постарайся сделать такую высокую пирамиду, какую только сможешь. Сфотографируй постройку или попроси взрослых это сделать.
3. Скатай четыре маленьких шарика из небольших кусочков бумаги. Положи эти шарики в два ряда на столе. Становись рядом и щелкай пальцами по шарикам так, чтобы шарик, который ближе к тебе, толкнул тот шарик, который находится дальше от тебя. Если не получается щелкать пальцами, на шарики можно дуть. Теперь положи три шарика рядом, а еще один — подальше от них. Щелкни по этому шарiku или подуй на него так, чтобы он сдвинул с места все три других шарика. Придумай свое задание с такими шариками.
4. Выучи одно слово на любом иностранном языке: английском, немецком, арабском, эльфийском, драконьем. Или (для детей, которые плохо говорят) запомни одно новое слово, например название цвета или формы.

## День 23

1. Найди в квартире пять предметов, которые сделаны из стекла и при этом непрозрачны, то есть окрашены в какой-то цвет. Запиши, что нашел, или нарисуй рисунок, где будут изображены эти предметы.
2. Возьми лист бумаги и яркий карандаш. Нарисуй карандашом на листе лабиринт, который надо пройти. Пройди по лабиринту: проведи по всей линии сначала указательным пальцем правой руки, потом — левой руки. Сфотографируй свой лабиринт или попроси маму это сделать.
3. Выбери какую-то часть комнаты, которую ты на сегодня объявишь «горячим песком»: например, весь ковер или весь пол от шкафа до кровати. Сегодня по этому участку можно только прыгать. Попрыгай несколько раз по «горячему песку». Весь день, когда оказываешься на «горячем песке», не иди обычным шагом, а прыгай.
4. Повтори стишок: «Петь задумал бегемот и открыл огромный рот». Повтори еще два раза.

## День 24

1. Возьми две любые игрушки и найди как можно больше различий между ними. Запиши эти различия или нарисуй их.
2. Представь, что ты выступаешь на сцене. Придумай, какой номер тебе бы хотелось показать. Покажи свой номер. Например, что-нибудь спой, покажи какой-то трюк, изобрази животное. Сделай селфи во время своего номера или попроси взрослых сфотографировать тебя.
3. Надень на руки тапочки и пройди на четвереньках от стены до стены комнаты. Попробуй еще какой-то маршрут. Если у тебя хорошо получается, попробуй немного пробежать на четвереньках с руками, обутыми в тапочки.
4. Попробуй красиво написать букву «ф». Попробуй еще три раза. Несколько раз скажи: «ф — ф — ф» и обведи любую из нарисованных «ф» пальцем по контуру.

## День 25

1. Походи по квартире и найди десять предметов, которые напоминают о твоих самых любимых людях. Запиши список того, что нашел, или нарисуй эти предметы.
2. Возьми горсть деталей лего или другого конструктора и построй из них какую-нибудь вещь для маленьких-маленьких зверьков, например хомячков. Сфотографируй, что у тебя получилось, или попроси родителей сделать фото.
3. Поиграй в «веселую сосиску». Ляг на пол и перекатывайся с боку на бок. Теперь хорошенько потянись — вытяни руки так сильно, как сможешь. Потом ноги. И снова перекатывайся с боку на бок. Покажи еще какие-нибудь движения «веселой сосиски».
4. Назови вслух как можно больше названий диких животных.

## День 26

1. Внимательно осмотри свой стол. Закрой глаза и попробуй, не подглядывая, ответить на три вопроса: что есть у тебя на столе, что лежит или стоит ближе всего к краю стола, что на столе самое красивое. Открой глаза и проверь, правильно ли ты все вспомнил. Запиши список этих предметов или нарисуй их.
2. Вспомни, какое у тебя самое-самое любимое животное. Изобрази, как оно двигается, какие звуки издает. Покажи, что это животное делает, когда злится, когда ищет пищу, когда радуется. Сфотографируй себя или попроси взрослых тебя сфотографировать.
3. Представь: сегодня ты будешь то великаном, то лилипутом. Сначала ты великан. Встань, выпрямись как можно больше, подними руки вверх, покажи, какой ты огромный. А теперь ты лилипут: присядь так низко, как можешь, сожмись в комочек. Повтори еще два раза. Теперь изобрази, как великан чистит зубы. Потом — как это делает лилипут. Пробеги несколько шагов как великан и как лилипут.
4. Повтори стишок: «Кенгуренка по утру моет мама-кенгуру». Повтори еще два раза.

## День 27

1. Возьми с закрытыми глазами любую игрушку из коробки с игрушками. Посмотри, какого она цвета. Походи по квартире и найди как можно больше предметов такого же цвета. Запиши в список, что ты нашел, или нарисуй эти предметы.
2. Возьми лист бумаги и ножницы. Нарисуй на бумаге цветок с лепестками. Аккуратно вырежи цветок. Нарисуй на каждом лепестке какое-то свое желание. Когда будет готово, сфотографируй, что у тебя получилось, или попроси взрослых сделать это.
3. Возьми пакетик или ватный диск. Подбрось его в воздух. Дуй на него снизу или размахивай руками так, чтобы он как можно дольше не упал. Когда у тебя получится удержать его несколько секунд в воздухе, попробуй удержать сразу два пакетика или ватных диска. Можно играть в эту игру с воздушным шариком.
4. Попробуй красиво написать букву «и». Попробуй еще три раза. Несколько раз скажи: «и — и — и» и обведи любую из нарисованных «и» пальцем по контуру.

## День 28

1. Возьми любую книжку с картинками. Открой ее на той картинке, которая тебе нравится. Внимательно рассмотри картинку. Закрой книжку и расскажи вслух, что было нарисовано на картинке. Открой книжку снова и проверь, все ли ты рассказал. Нарисуй похожую картинку.
2. Возьми два носка из разных пар и найди как можно больше различий между ними. Нарисуй самый красивый носок на свете. Сфотографируй свой рисунок или попроси родителей сделать это.
3. Поиграй в гусеницу. Гусеницы ползает — значит, сегодня и тебе придется поползать. Сначала разложи на полу «добычу» для гусеницы: пусть это будут игрушки или книжки, которые гусеница хочет раздобыть. Выбери место в комнате, в котором будет нора гусеницы, и спрячься там. Теперь тихонько выползай из норы. Доползи до первой «добычи» и притащи ее в нору. Ползи за новой добычей. Постарайся добыть все, что приготовил в начале игры.
4. Повтори стишок: «И девчонкам, и мальчишкам строит рожицы мартышка». Повтори еще два раза.