



ПОШАГОВЫЙ ЧЕК-ЛИСТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

КАК СДЕЛАТЬ ИЗ РЕБЕНКА МАСТЕРА ПЛАНИРОВАНИЯ

Инструкция для родителей, которые хотят вырастить ребенка, который **умеет ставить цели, достигать их и не теряться в задачах.**

Планирование — не врожденный талант, а навык.
Его можно тренировать, как мышцы. И лучшие тренеры — это вы, родители.



ЧТО ТАКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ И КОГДА ОНО ВООБЩЕ ПОЯВЛЯЕТСЯ?

Навык планирования — это не врожденная способность, а когнитивный навык, который формируется поэтапно в течение детства и активно развивается в подростковом возрасте. Его основа — так называемые экзекutive функции мозга (лобные доли), которые созревают до 25 лет.

Простыми словами: это когда человек умеет не просто мечтать, а раскладывать путь к цели на шаги и идти к цели по шагам. Но эта способность не включается сама — она развивается по мере созревания мозга. Вот как это происходит:

Возраст	Что появляется
3–5 лет	Ребенок начинает понимать «сначала – потом», учится простым цепочкам через игру
6–9 лет	Ребенок удерживает цель в голове, может спланировать: «сделаю уроки – потом мультики»
10–14 лет	У ребенка усиливаются логика, понимание последствий, формируются сценарии: «если – то»
15–25 лет	Ребенок развивает стратегическое мышление: выбирает пути, сравнивает, строит маршруты

ВАЖНО:

Если подросток забывает сделать домашку или не может распределить время — это не лень. Это еще не до конца зрелая функция мозга. Но ее можно развивать.

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ ПРОКАЧАТЬ НАВЫК ПЛАНИРОВАНИЯ? 5 КЛЮЧЕВЫХ СПОСОБОВ, КОТОРЫЕ РАБОТАЮТ:

01. ЗАДАВАЙТЕ ВОПРОСЫ, А НЕ ДАВАЙТЕ ГОТОВЫЕ РЕШЕНИЯ

- А как ты это сделаешь?
- С чего начнешь?
- Что может пойти не так — и как это предусмотреть?

Это запускает в мозгу механизм прогнозирования — и он начинает думать стратегически.



02. ИГРАЙТЕ В ПЛАНИРОВАНИЕ

Пусть это будет частью ваших повседневных действий:

- Настолки, LEGO, квесты
- Семейные задачи: «Как нам все успеть до гостей?»
- Или, например, «Что нужно купить на ужин? Давай составим вместе план покупок»

Каждая такая мини-ситуация — тренажёр.



03. ДЕЛИТЕ БОЛЬШИЕ ЦЕЛИ НА МАЛЕНЬКИЕ ШАГИ

- Вместо: «Подготовься к контрольной»
- Скажите: «Давай решим, с чего начать подготовку. Можно сначала выучить термины, потом решить примеры»

Это учит ребенка дробить задачи и не пугаться объема работы.



04. ИСПОЛЬЗУЙТЕ ВИЗУАЛЬНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ

- Планеры
- Стикеры
- Таймеры
- Календари

Когда задача видна — ее проще держать в фокусе.



05. ХВАЛИТЕ НЕ ЗА РЕЗУЛЬТАТ, А ЗА СПОСОБ МЫШЛЕНИЯ

Не просто: «Молодец!», а:

- Ты классно составил план — видно, как ты все продумал
- Я заметила, что ты заранее все организовал — это очень круто

Это закрепляет идентичность: «Я человек, который умеет планировать».



НАУКА И СЕМЬЯ: ЧТО ГОВОРЯТ ИССЛЕДОВАНИЯ?

В семьях, где родитель:

- советуется с ребенком
- обсуждает планы, помогает структурировать дела
- поощряет не спешить выполнять задачи, а продумывать их

У детей развиты исполнительные функции и самоконтроль выше среднего.

А ЕСЛИ НАВЫК НЕ СФОРМИРОВАН?

Тогда ребенок:

- теряется перед задачей
- откладывает, не знает, за что взяться
- делает на автомате, не осознает зачем
- не завершает начатое
- не видит связи между усилием и результатом

ВАЖНО ПОМНИТЬ:

Это не «лень». Это зона роста.
И она **тренируется**.



ЧЕК-ЛИСТ: ЧТО ВЫ МОЖЕТЕ НАЧАТЬ ДЕЛАТЬ УЖЕ СЕГОДНЯ, ЧТОБЫ ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ?

- ☐ Задавайте ребенку вопросы-подсказки: «С чего начнешь?», «Какой у тебя план?»
- ☐ Обсуждайте семейные дела как проекты
- ☐ Давайте право выбора и планирования
- ☐ Используйте визуальные средства для восприятия информации: стикеры, календари, планеры
- ☐ Играйте в игры, где нужно думать на шаг вперед
- ☐ Помогайте дробить большие задачи на маленькие шаги
- ☐ Уважайте возраст: не требуйте «стратегии на год» от 8-летнего ребенка
- ☐ Будьте рядом, не берите управление на себя полностью

Вы — не просто родители. Вы — первые учителя по мышлению для своего ребенка. И от того, как вы разговариваете с ним сегодня, зависит, как он будет решать задачи завтра.

ВЫВОД ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:

Планирование — важный навык и для финансовой грамотности.

Если вы хотите, чтобы ваш ребёнок помимо распорядка дня мог планировать и свой бюджет в будущем, **то «Финомика» создана для этого.**

Это не сухая теория, а интересный курс, где деньги перестают быть чем-то скучным и сложным. Детей ждет яркая энциклопедия в комиксах и играх, интересные уроки и мультфильмы, а также карточки для самопроверки и рефлексии.

Уже во время курса ребенок научится принимать разумные финансовые решения и управлять деньгами. **Каждый урок** — как новая суперсила, которая остаётся с ребёнком на всю жизнь.

Если вы хотите не просто дать знания, а вырастить финансово грамотного ребенка — **подарите ему «Финомику»**. Это одно из лучших вложений, которое вы можете сделать.

