



**ПЛАН Б, В И ДАЖЕ Г:
УЧИМ ДЕТЕЙ 6-9 ЛЕТ ДУМАТЬ
НА ШАГ ВПЕРЕД**

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

В возрасте от 6 до 9 лет у детей начинает активно формироваться навык удержания цели — это как мышца, которую можно и нужно тренировать. Он помогает не бросать дело на полпути, действовать последовательно, завершать начатое. А заодно — закладывает основу для будущих навыков: например, умения доводить до конца.

Родитель в этом возрасте — не просто наблюдатель, а главный учитель. От вас многое зависит. Вы сможете показать ребёнку, что цель — это не «надо», а «хочу и могу», — тогда он научится действовать осознанно.

КАК РАЗВИВАТЬ ЭТОТ ВАЖНЫЙ НАВЫК?

01. УЧИМ СТАВИТЬ ПРОСТЫЕ ЦЕЛИ

Как говорить:

- Что ты хочешь сегодня закончить?
- Чего хочешь добиться в этой игре / в этом задании / за день?

Важно: цель должна быть конкретной и достижимой:
Не «быть хорошим», а «собрать лего по инструкции»
Не «помочь маме», а «помыть фрукты к ужину»



02. ВИЗУАЛИЗИРУЕМ ЦЕЛЬ

- Используйте чек-листы, таблицы успеха с наклейками или стикерами.
- Делайте с ребенком мини-планы на 15–30 минут:

«Цель — собрать 10 карточек по английскому. Что для этого нужно?» Когда цель видна — она становится реальной и выполнимой.



03. ДЕЛИМ БОЛЬШУЮ ЦЕЛЬ НА ПРОСТЫЕ ШАГИ

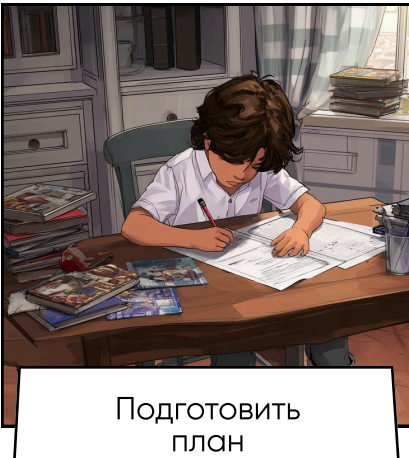
Формула-алгоритм:

- 1. Что хочешь?
- 2. С чего начнешь?
- 3. Что дальше?
- 4. Как поймешь, что закончил?

Пример:

Цель — подготовить школьный проект.

Шаги:



04. ЯКОРИМ ЦЕЛЬ

Как говорить:

- Зачем ты это делаешь?
- Ты хочешь... (цель), помнишь?

Если ребенок отвлекся, то предложить: «Хочешь сделать паузу и потом вернуться к... (цель)?»

Это учит возвращаться к задаче, даже если возникли трудности или ребенок устал.



05. ТАЙМЕР И ЛИМИТ ВРЕМЕНИ

Включайте таймер на 10–15 минут:

- «Давай 15 минут строим башню, потом перерыв».
- «Давай 10 минут собираем пазл, потом перерыв».

Это учит удерживать внимание на цели в пределах реального времени, а не «пока не надоест».



06. ПОХВАЛА ЗА ПУТЬ, А НЕ РЕЗУЛЬТАТ

Ты продолжал строить, даже когда было трудно — это правильно!

- Ты вспомнил, что хотел закончить — ты настоящий стратег!

Мы усиливаем не перфекционизм, а самостоятельность и силу воли.



07. ИГРАЕМ В «ЦЕЛЕУСТОЙЧИВЫЕ» ИГРЫ

- Настольные игры с четким финалом (Uno, Монополия, Стратегия)
- Пошаговые игры (Minecraft в режиме строительства, Lego по схеме)
- Сюжетные настольные игры и RPG: «достичь миссии», «выполнить квест»

Все это — тренировочная площадка для планирования и последовательности.



6 УПРАЖНЕНИЙ И ИГР, КОТОРЫЕ ПРОКАЧИВАЮТ НАВЫК ПЛАНИРОВАНИЯ У ДЕТЕЙ 6-9 ЛЕТ

1 УПРАЖНЕНИЕ. СУПЕРГЕРОЙСКИЙ ДЕНЬ

ЦЕЛЬ:

Научить ребёнка планировать и придерживаться простого плана

В этом возрасте дети уже не просто «делают, что говорят», а начинают понимать смысл действий: зачем что-то делать, что будет потом, и как это связано с их желаниями. Упражнение помогает сформировать первый опыт: я ставлю цель — я к ней иду.

КАК ПРОВОДИТЬ:

Утром ребенок становится супергероем. Его задача — нарисовать или написать 3–5 дел, которые он планирует сделать.

Пример:

- Позавтракать
- Прочитать 1 главу книги
- Нарисовать динозавра
- Погулять
- Собрать рюкзак

Днем он отмечает, что уже сделал (галочки, наклейки, смайлики).

Вечером обсуждаем:

- Что получилось?
- Что было сложно?
- Как можно улучшить свой суперплан завтра?

Это упражнение помогает ребенку почувствовать, что у него есть контроль над каждым своим днем — и это очень важное ощущение для уверенности и умения планировать.



2 УПРАЖНЕНИЕ. ЦЕЛЬ НЕДЕЛИ

ЦЕЛЬ:

Развить навык удержания одной цели в течение нескольких дней

Дети быстро увлекаются... и быстро забывают. Но именно в этом возрасте можно бережно показать: если что-то хочется — надо к этому идти по шагам.

КАК ПРОВОДИТЬ:

В начале недели ребенок выбирает свою личную цель:

- Научусь прыгать на скакалке 20 раз
- Прочитаю книгу про космос
- Соберу коллекцию листьев для гербария

Вместе разбейте цель на маленькие шаги — и фиксируйте прогресс каждый день. Можно в виде рисунков, календаря, таблички успехов. Так ребенок понимает, что все его цели реальны и достижимы.



3 УПРАЖНЕНИЕ. ШАГИ К МЕЧТЕ

ЦЕЛЬ:

Развить причинно-следственное мышление и умение планировать путь

Мечты у детей большие: стать директором, открыть кафе, жить в замке. И это здорово! Главное — показать, что к мечте можно приближаться по шагам.

КАК ПРОВОДИТЬ:

Спросите:

О чем ты мечтаешь?

А что нужно сделать, чтобы это стало чуть ближе?

Вместе рисуете лестницу мечты из 4–5 шагов.

Пример:

«Хочу снять мультфильм»

1. Нарисовать персонажа
2. Придумать сюжет
3. Записать голос
4. Показать друзьям

Повесьте лестницу мечты на видное место — это и вдохновляет, и напоминает, что мечта — не где-то там, а уже рядом.



1 ИГРА. АРХИТЕКТОР БУДУЩЕГО

ЦЕЛЬ:

Научить ребенка ставить цель и строить по плану.

Любой конструктор — это скрытый урок целеполагания. Главное — немного направить.



КАК ИГРАТЬ:

- Что будем строить? (например, башню с тремя окнами и флагом)
- Какой план? (определяем высоту, цвет, детали)
- Поехали!

Ребенок строит, сверяясь с планом. Можно предложить ему проговаривать свои действия:

- Я сейчас делаю второй этаж
- Вот сюда — флаг

Так игра превращается в тренажер: сначала мысль — потом действие.

2 ИГРА. МИССИЯ НА МАРС

ЦЕЛЬ:

Тренировка планирования и гибкости мышления.

Эта игра — как настоящая стратегическая миссия: она развивает умение не только планировать, но и перестраиваться, если что-то пошло не по плану.



КАК ИГРАТЬ:

Придумайте цель: «полететь на Марс и собрать образцы»

Ребенок рисует план:

1. Собрать ракету
2. Запасись едой
3. Изучить карту
4. Вылететь

Потом играете по шагам. Добавляйте препятствия:

- На Марсе пыльная буря — что делаем?
- Ой! Топливо закончилось!

Ребенок учится сохранять фокус на цели, но гибко менять путь.

3 ИГРА. КОМАНДИР ДНЯ

ЦЕЛЬ:

Дать почувствовать ответственность и уверенность. Взрослые часто говорят детям, что делать. Но когда ребенок сам организует день — это совсем другой уровень взросления.



КАК ИГРАТЬ:

Ребенок — главный на день:

- Ребенок планирует прогулку, выбор фильма, даже как будет делать уроки
- Родитель — помощник. Не оценивает, а поддерживает.
- Вечером — обсуждение: Что понравилось? Что хочешь изменить?

Чувство: «Я могу сам» — это фундамент здоровой самооценки.

ТЕМЫ ДЛЯ РАЗГОВОРОВ

01. ЕСЛИ БЫ ТЫ БЫЛ ДИРЕКТОРОМ...

Вопросы:

1. Какие бы правила ты придумал?
 2. Как бы управлял временем, деньгами, людьми?
- Учит видеть связи между решениями и последствиями.
 - Формирует образ себя как ответственного взрослого.

02. КАКАЯ У ТЕБЯ МЕЧТА? ЧТО СДЕЛАЕШЬ, ЧТОБЫ К НЕЙ ПРИБЛИЗИТЬСЯ?

- Регулярные разговоры о целях создают привычку: мечтать — нормально, планировать путь — возможно.
- Формируется уважение к собственным желаниям.



03. КОГДА БЫЛО ТРУДНО, НО ТЫ НЕ СДАЛСЯ

- Помогает ребенку вспомнить и осознать, что у него уже получалось держать цель, быть настойчивым.
- Закрепляет ощущение: «Я справляюсь».

04. ЧЕМ ТЫ СЕГОДНЯ ГОРДИШЬСЯ?

- Помогает замечать успехи, даже маленькие.
- Фокус сдвигается с результата на усилия — важнейший шаг к саморегуляции и здоровой мотивации.

ЧТО ВАЖНО ПОМНИТЬ?

Навык удержания цели — это не врожденный дар, а постепенно развиваемое умение. И вы — тот, кто помогает ребенку поверить, что он может.

С вашим вниманием, поддержкой и правильными вопросами — ребенок учится достигать, а не сдаваться.

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.

