

## **ЧЕК-ЛИСТ**

### **КАК НАСТАВНИКУ «СЪЕСТЬ ПИЦЦУ» С НАСТАВЛЯЕМЫМ**

#### **Метафора для наставника**

Молодой педагог — гость, который боится, что его заставят есть то, что он не любит.

Ваша задача — **не скормить ему всю пиццу сразу, а предложить один горячий, аппетитный кусочек,**

от которого он сам захочет добавки.

И главное: **вы едите эту пиццу вместе.**

---

#### **Шаг 0. Диагностика: какая пицца перед вами?**

- **Определите, какой кусок пиццы наставляемый боится попробовать:**
  - «Страх пустоты» — не знает, с какой стороны подойти к пицце
  - «Страх ошибки» — боится, что его пицца будет невкусной
  - «Страх бумаги» — тонет в рецептах и инструкциях
  - «Страх детей» — боится, что дети не будут есть его пиццу
  - «Страх оценок» — боится, что пиццу оценят другие педагоги
- **Спросите наставляемого:**

*«Если бы ты мог(ла) съесть один маленький кусочек прямо сейчас — какой бы ты выбрал(а)?»*

→ Ответ = первый кусок.

 **Не нарежьте пиццу без наставляемого. Режьте вместе, иначе он не будет есть.**

---

#### **Шаг 1. Разрезать пиццу на крупные куски (этапы)**

**Примеры «пицц» и их нарезка:**

<b>Пицца (проблема)</b>	<b>Крупные куски (этапы)</b>
<b>Не умеет проводить утренний круг</b>	1. Попробовать кусочек (посмотреть) → 2. Подержать кусок (быть помощником) → 3. Откусить самому (5 минут) → 4. Съесть весь кусок (полный круг)
<b>Тонет в планировании</b>	1. Получить готовый шаблон (тарелку) → 2. Заполнить даты (посыпать сыром) → 3. Добавить 1 игру (положить начинку) → 4. Полный план (целый кусок)

<b>Пицца (проблема)</b>	<b>Крупные куски (этапы)</b>
<b>Боятся родителей</b>	1. Присутствовать при разговоре наставника → 2. Ответить на 1 простой вопрос в чате → 3. Сказать 1 фразу при наставнике → 4. Короткий диалог

- Запишите 3-4 крупных куска в порядке от меньшего к большему.

## ● Шаг 2. Нарезать «кусочки» для каждого куска (1-3 дня на кусок)

Каждый кусочек = действие на 10-15 минут, которое не вызывает отворачивания.

Пример для куска «Заполнение плана»:

Кусочек	Действие наставляемого	Время	Поддержка наставника
1	Открыть пустой шаблон	1 мин	«Я скинул ссылку»
2	Вписать даты на неделю	3 мин	«Проверю»
3	Вписать режимные моменты	5 мин	«Можешь скопировать из моего»
4	Добавить одну игру	5 мин	«Подскажу 3 варианта»
5	Показать заполненный план	2 мин	Только похвала

- Каждый кусочек начинается с глагола (открыть, вписать, добавить, показать).
- Ни одного кусочка со словами «разобраться», «понять», «освоить».

### 🍷 Золотое правило наставника:

**ЕСЛИ НАСТАВЛЯЕМЫЙ ГОВОРIT «Я НЕ МОГУ ЭТО СЪЕСТЬ» — ВЫ НЕ ДОРЕЗАЛИ. РЕЖЬТЕ НА ЕЩЕ БОЛЕЕ МЕЛКИЕ КУСОЧКИ.**

## ● Шаг 3. Организовать «сервировку» (как подать кусок)

Наставляемый должен знать, что его не заставят есть через силу.

- Выберите формат подачи для каждого укуса:
  - «Едим с одной тарелки» — делаете вместе, комментируете
  - «Ешь, как я» — наставник показывает, наставляемый повторяет
  - «Ешь сам, я рядом» — наставляемый делает, наставник молчит
  - «Ешь сам, покажи результат» — полная самостоятельность
- Запрещенные форматы подачи:

- ✗ «Смотри, как надо есть» без комментариев
- ✗ «Ты неправильно ешь, исправь»
- ✗ «Подумай сам, как это есть» (это для голодных опытных)
- **Добавьте «закуску»** — то, что у наставляемого уже хорошо получается. Начинайте и заканчивайте встречу с нее.

#### ● Шаг 4. Чек-лист наставника на каждую встречу (5-10 минут)

##### До встречи:

- Какой **кусочек** сегодня?
- Какой формат подачи?
- Какая фраза похвалы в конце?

##### Во время встречи:

- Начали с «закуски» («у тебя отлично получается...»)
- Наставляемый **ест** (не слушает теорию о пицце)
- Я не перебиваю, даже если вижу, что он откусывает не с того края (записываю себе)
- В конце — **только один совет** (правило «1 звезда, 1 желание»)
  - «Звезда: ты отлично спросил детей. Желание: в следующий раз подожди ответа 3 секунды»

##### После встречи:

- Отметил прогресс в трекере (*в карте успеха*)
- Назначил следующий кусок (письменно в чат)
- Спросил: «Какой кусок был самым страшным?» — чтобы сделать его еще меньше

#### ● Шаг 5. Трекер прогресса (для наставника)

##### Простой трекер «Меню пиццы»:

Дата	Кусочек	Съел?	Что помогло?	Следующий кусочек
10.04	Открыл шаблон	☑	Скинула ссылку	Вписать даты
12.04	Вписал даты	☑	—	Вписать режим
15.04	Вписал режим	✗	Забыл	Напомнить в 10:00
17.04	Вписал режим	☑	Напоминание	Добавить игру

- Если два ✗ подряд — вернуться на шаг назад и сделать укус **еще мельче**.
- Если три ☑ подряд — следующий укус может быть чуть больше.

## ● Шаг 6. Съесть «пиццу наставничества» — страх давать обратную связь

У наставников своя пицца — боязнь обидеть.

- Я даю обратную связь **только о том, что можно изменить за 5 минут**.
- Я никогда не говорю «ты неправильно ешь», только «давай попробуем по-другому».
- Я хвалю **публично** (как шеф-повар хвалит помощника), критикую **наедине**.
- Если я не знаю, как помочь — говорю: «*Я тоже не пробовал такую пиццу, давай поищем рецепт вместе*».
- Я помню, что **наставляемый, который съел свою пиццу — это мой успех**. А его неудачный кусок — не моя неудача.

### Готовый шаблон «Съесть пиццу» для наставника (на 2 недели)

**Пицца:** Наставляемый боится проводить утренний сбор (5-7 минут).

День	Кусочек (наставляемый делает)	Формат подачи	Время
ПН	Посидеть и посмотреть, как наставник проводит сбор	Наблюдение	5 мин
ВТ	Держать игрушку-помощника во время сбора	Едим с одной тарелки	5 мин
СР	Сказать одну фразу по сценарию («Доброе утро»)	Ешь, как я	1 мин
ЧТ	Задать один вопрос детям («Кто сегодня в красном?»)	Ешь сам, я рядом	30 сек
ПТ	Провести первые 2 минуты сбора по плану	Ешь сам	2 мин
СБ	Отдых (пицца переваривается)	—	—
ВС	Провести 3 минуты сбора	Ешь сам	3 мин

### 🍕 Главное правило наставника по методу «Съесть пиццу»:

Пицца съедобна, только когда наставляемый сам тянется за следующим куском.

Если он отворачивается — кусок слишком большой.

Если он спрашивает «а что еще будет?» — вы все сделали правильно.

И не забывайте: вы едите эту пиццу вместе.