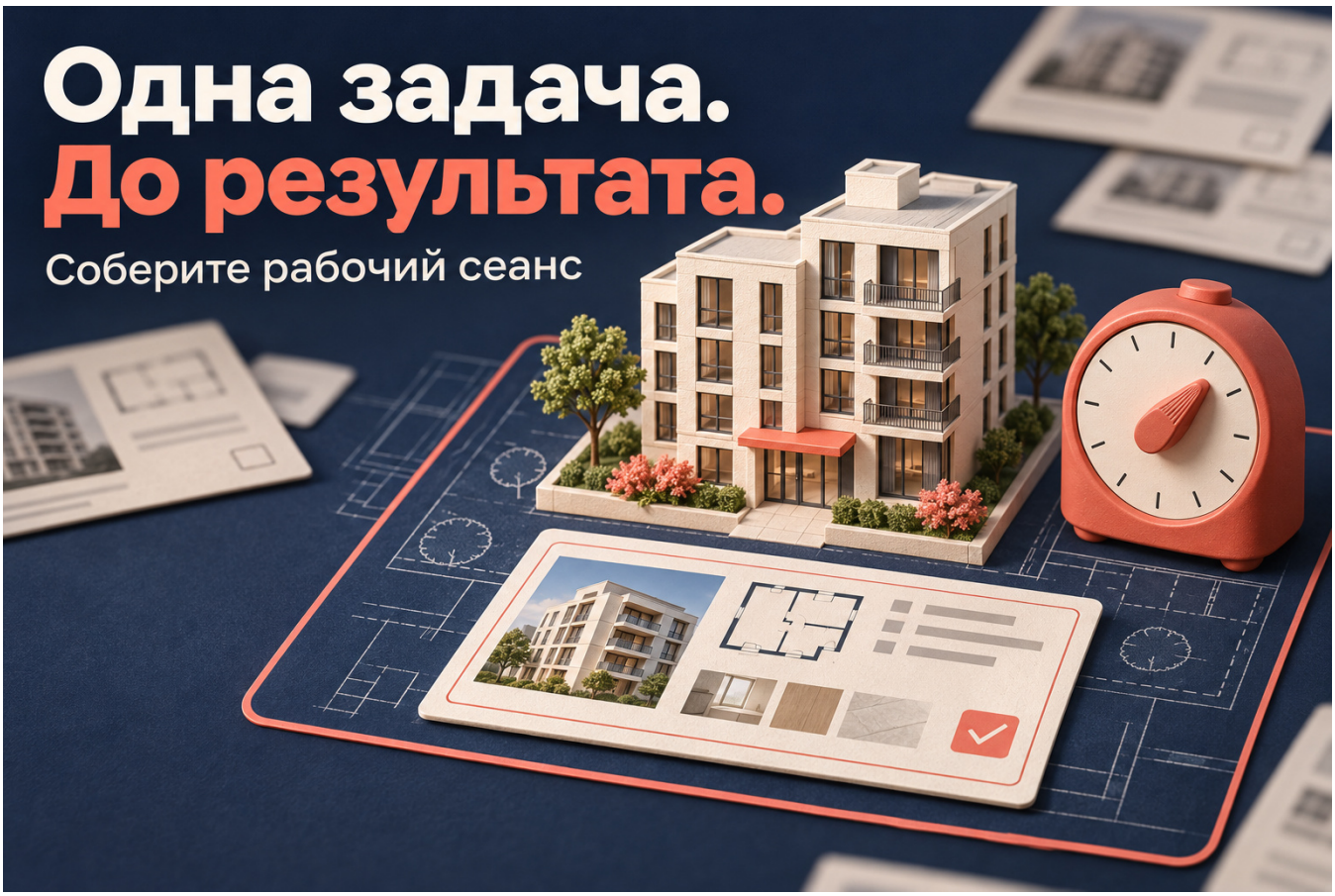
Одна задача до результата: рабочий журнал К191

Подготовка карточки объекта, реалистичное расписание с паузами, журнал прерываний и приёмка результата перед согласованием.



Практический гайд с заполненным учебным примером и чистыми рабочими листами. Подготовлено редакцией Нейросистемы риелтора.

Учебные цифры не являются данными о текущем рынке. Обложка представляет концептуальную иллюстрацию.

1. Паспорт сеанса

К191 представляет самостоятельный рабочий журнал для подготовки карточки квартиры. Метод помодоро связан с Франческо Чирилло; наши бланки, объект S1 и распределение задач разработаны редакцией. Комплект не является официальным курсом автора.

Поле	Заполненный пример
Объект	Учебная квартира S1
Работа	Подготовить карточку для проверки владельцем
Исходники	Характеристики и согласованные фотографии получены
Выход	Черновик, порядок фото, список вопросов
Публикация	После отдельного согласования, не по сигналу таймера
Оценка	4 рабочих интервала по 25 минут, предварительно

Ваша задача	Что уже есть	Что должно остаться

2. Проверка перед стартом

Вопрос	Решение
Есть ли обещанный звонок в ближайшее время?	Выбрать другое окно, не нарушать договорённость
Нужные исходники доступны?	Открыть их до запуска
Что требует уточнения владельца?	Записать отдельно, не додумывать
Кто принимает срочное обращение?	Договориться по условиям вашей работы
Где сохраняется черновик?	Один понятный файл и место хранения
Что считается готовностью?	Критерии следующей страницы

Рабочий сеанс подходит для самостоятельной подготовки. Он не задаёт длительность переговоров и не разрешает игнорировать срочные обязательства.

Препятствие	Что сделать до старта	Кто

3. Четыре части карточки S1

Часть	Рабочее действие	Проверяемый выход
1	Сверить характеристики	Список подтверждённого и вопросов
2	Упорядочить фотографии	Последовательность без случайных дублей
3	Собрать описание	Черновик без неподтверждённых обещаний
4	Сопоставить текст и фото	Версия для проверки владельцем

Если одна часть оказалась сложнее, запишите остаток. Если закончилась раньше, проверьте выход, а не начинайте скрыто второй объект. Четыре интервала являются оценкой для примера, не стандартом выработки.

Часть вашей работы	Оценка	Критерий результата

4. Расписание без прерываний

К191. Четыре рабочих интервала

Часть 1
09:00 до 09:25
Сведения

Часть 2
09:30 до 09:55
Фото

Часть 3
10:00 до 10:25
Черновик

Часть 4
10:30 до 10:55
Проверка

Между частями: по 5 минут. После четвёртой: 20 минут.
100 минут работы + 35 минут пауз = 135 минут.
Подготовка с 08:50 добавляет 10 минут. Учебный план.

Учебный план Нейросистемы риелтора. Не норматив выполнения.

Отрезок	Начало и конец	Минуты
Подготовка	08:50 до 09:00	10
Работа 1	09:00 до 09:25	25
Пауза	09:25 до 09:30	5
Работа 2	09:30 до 09:55	25
Пауза	09:55 до 10:00	5
Работа 3	10:00 до 10:25	25
Пауза	10:25 до 10:30	5
Работа 4	10:30 до 10:55	25
Перерыв примера	10:55 до 11:15	20

Длинный перерыв 20 минут выбран для этого плана. С подготовкой требуется 145 минут календарного окна. Срочные события меняют фактическое расписание.

5. Карточка прерывания

К191. Прерывание: сохраните точку возврата

Можно отложить

Запишите одной строкой

Продолжите текущую часть

Вернитесь в согласованное время

Нужно решить сейчас

Сохраните черновик

Выполните срочное обязательство

Отметьте остаток и факт времени

Частичная работа не исчезает и не считается полным интервалом.

Учебный план Нейросистемы риелтора. Не норматив выполнения.

Наблюдение	Учебная запись
Когда	Второй рабочий интервал,12-я минута
Что случилось	Нужно решить доступ на уже идущий показ
Решение	Остановить подготовку, выполнить срочное обязательство
Точка возврата	Фото кухни и коридора ещё не расставлены
Сохранено	Текущая последовательность и заметка
Следующий шаг	Вернуться после решения вопроса

Несрочную мысль достаточно кратко записать для последующего разбора. Срочность определяется реальной ситуацией, не желанием сохранить непрерывный таймер.

6. Минуты и полные интервалы

Учебный факт	Расчёт	Как назвать
Три полных интервала	3×25=75 минут	3 завершённых интервала
Частичная работа	12 минут до остановки	Частичный отрезок
Всего работы над задачей	75+12=87 минут	Учтённые рабочие минуты
Четыре полных интервала	4×25=100 минут	Не получены в этом сценарии

87 минут не описывают полное календарное время: к ним добавляются фактические перерывы и другие действия. Работа до прерывания не исчезает. Сохранённый результат оценивается отдельно от количества полных отрезков.

Отрезок	Фактические минуты	Полный / частичный

7. Приёмка черновика

Контроль	Учебное состояние S1
Характеристики	Выбранные сведения сверены с источниками
Фотографии	Упорядочены, соответствуют объекту
Описание	Нет обещаний, которых не подтверждают данные
Открытый вопрос	Условия доступа к показу уточняются
Статус	Готово к проверке собственником
Публикация	Не выполнена, одобрение отдельное

Ваш пункт приёмки	Подтверждение	Открытый вопрос

Количество сигналов таймера не означает готовность карточки. Сначала примите содержание и отметьте ограничения, затем согласуйте следующий этап.

8. Почему оценка не сошлась

Что заняло время	Что изменить в следующий раз
Искали исходный план	Собрать исходники до сеанса
Переписывали из-за противоречий	Уточнить факты до формулировок
Частые несрочные вопросы	Договориться о времени разбора
Срочный показ нарушил окно	Пересмотреть время самостоятельной подготовки
Слишком крупная часть	Разделить её на проверяемые выходы
Непонятно, готово ли	Сначала записать критерии приёмки

Наблюдение	Вероятная причина	Одно изменение

Не делайте вывод «Плохо работал» только по несоответствию плану. Сравнивайте похожие задачи и условия, сохраняйте основание новой оценки.

9. Передача результата

Учебное сообщение владельцу
Подготовил черновик карточки S1 и последовательность фотографий для вашей проверки. Отдельно отмечен вопрос доступа на показ. После уточнения и согласования внесу итоговые правки. Публикация пока не выполнена.

Что передать	Зачем
Файл и версия	Проверять один согласованный вариант
Список вопросов	Не пропустить неподтверждённое
Ожидаемое действие	Понятно, что должен проверить получатель
Следующий этап	Кто и когда вносит правки
Текущий статус	Черновик не выдан за опубликованный результат

Ваш результат	Кому передаётся	Следующее действие

10. Журнал собственного сеанса

Задача и дата	Исходники готовы	Критерий выхода

Часть	План / факт минут	Результат и прерывание
1		
2		
3		
4		

Открытые вопросы	Одно улучшение	Следующий шаг

Источники проверены 12.11.2026. Рабочие ситуации, расписание и сообщения учебные. Метод не обещает удвоение выработки, рост дохода или одинаковый эффект для разных людей. Журнал служит улучшению организации конкретной задачи.

Источники и проверка

Francesco Cirillo: Pomodoro Technique

Francesco Cirillo: The Technique Was Never Just a Timer

Penguin Random House: The Pomodoro Technique