

教师手册



第三课

做预算





做预算网站

网络可能是我们社会最广泛最具动态性的信息来源。以下网站能为学生等提供最新信息、帮助和与本课程有关的资料。“com”域名的网站是商业网站，“.org”域名的网站是非盈利网站，“.gov”域名的网站是政府网站。

联邦储备系统管理委员会	federalreserve.gov
CNN 财经新闻	money.cnn.com
纽约联邦储备银行	ny.frb.org
金融分析网站 Fool.com	fool.com
商业模拟游戏《亿万富翁》	gazillionaire.com/gaz.html
投资网站	businessweek.com/investor/index.html
“Jump\$start 个人财经素养联盟”网站	jumpstart.org
《吉普林》个人金融杂志	kiplinger.com
儿童理财网站	cashuniversity.com
美国国家消费者联盟	nclnet.com
Springboard 非盈利的消费者信贷管理公司	ncfe.org
《精明投资杂志》	smartmoney.com
理财教育机构 Youngbiz	youngbiz.com

概述

“我没钱了，下周末才能发工资。”这是缺乏必要的平衡收支能力的高中生所面临的常见的困境。大多数青少年都无法说清他们的钱是怎么花的。他们唯一知道的就是钱花得太快。

第三课的目标是让学生们明白金钱是一种有限资源，支出必须要有预算。本节课首先介绍预算的术语和做预算的重要性，其次介绍各种消费类别，并基于这些类别要求学生记录和检查自身的消费习惯，最后向学生展示维护月度个人预算所必须具备的实用技巧。

本课推荐与学生学习目标相关的教学策略、课堂讲义、活动、演示文稿和测试，课程末尾还提出了帮助学生将做预算的概念运用到日常生活当中的思路。

学生的成绩目标是：

- 学生要获得并加强对为什么执行个人预算和怎样执行个人预算的理解。

课程目标：学生将……

- 3-1 用预算术语说出执行预算的理由。
- 3-2 识别和检查费用类别和消费选择。
- 3-3 记录财务信息，构建个人的消费日记。
- 3-4 按月预算，保持收支平衡。

3-1 学生将用预算术语指出执行预算的理由。你为什么需要做预算？

- 定义演示文稿 3-1a 中的预算术语。
- 让学生说出他们目前的收入来源。预计他们近期的收入来源有哪些？
- 在全班范围内讨论演示文稿 3-1b 中的购买选择，问学生哪些物品是他们认为最重要的。消费选择会随情况的不同而改变吗？为什么学生会认为特定物品是重要的？
- 询问学生是否曾经在前半周花光了所有的零花钱或收入，在后半周没有足够的钱用于其他开销（举出过度花费的例子）。让学生在班级或小组内分享他们的个人情况然后讨论可能做出的选择。
- 在班级内集体讨论为什么做预算如此重要。
- 强调计划的重要性，然后遵循计划。讨论计划不周或不执行计划可能带来什么后果。



演示文稿 3-1a,
3-1b



讨论

预算词汇（演示文稿 3-1a）

- **收入** — 你赚的钱（“进项”）
 - 家长给的零用钱
 - 工资/报酬
 - 利息
 - 利润
- **开销** — 你花费或给出的钱（“支出”）
 - 购买我们需要的东西（鞋、衣服）
 - 购买我们想要的东西（电脑游戏、电影票）
 - 赠送给他人（礼物、慈善、捐赠、教堂等）
- **储蓄** — 你积攒起来或存进银行里以备日后使用的钱。计划购买未来想要或需要的东西的钱。



演示文稿 3-1a

- 超支 — 花销超出你目前可用的钱
- 预算 — 支出和储蓄的计划
- 选择一段预算期
- 估计收入
- 估计开销
- 平衡收支

区分想要和需要的，并决定什么是重要的

决定如何花钱因人而异。我们只需要那些维系我们生存的必需品：水、食物、衣服和住所，但我们购买的大多数物品都是我们想要的。我们需要基本的食物来维持生存，想要加了热溶巧克力的圣代；需要基本的衣服来保护和温暖我们的身体，想要名牌牛仔裤。人们对购买哪些物品对他们的幸福最重要往往有着不同的看法。做预算能帮助我们优先考虑和计划想要什么。

做预算的理由：

- 帮你进行自我控制。
- 帮你绘制一个清晰的消费图景。
- 帮你决定自己需要花多少钱。
- 帮你决定如何花钱。
- 帮你预防冲动消费（直觉型决策策略）。
- 帮你判断自己能支付得起，还是支付不起。
- 帮助你记录自己是如何花钱的。
- 帮你创建储蓄计划。
- 帮你摆脱财务困境。



演示文稿 3-1b

第三课测试：与做预算有关的词汇



测试 3-1

3-2 学生将识别和检查消费类别和消费选择。

有哪些消费选择？

- 让学生指出他们的消费项目？在黑板或幻灯片上列出来，然后将学生分成小组，用活动 3-2a 中的表格对每项消费进行分类。
- 让学生注意消费类别和储蓄。向学生强调，他们应该首先将收入的 10%用于储蓄。学生可以储蓄 10%，向社区组织捐赠 10%，再给教会 10%，之后还剩下 70%！
- 通过收入预算游戏模拟消费类别中的购物，帮助学生练习将家长给的零用钱或薪水中的钱花在哪里（活动 3-2b，3 页）。



学生活动 3-2a



学生活动 3-2b

收入预算游戏（活动 3-2b-d）

这个活动帮助学生认识到钱是一种有限的资源。

- 为每个学生打印三页消费卡，让学生把它们放在课桌上，这样他们就能看到六张卡片。给每个学生 15 块方块积木（或其他适当的教具）。
- 告诉学生积木代表他们家长给的零用钱或收入中的钱。
- 学生们将他们的“钱”花在六种消费类别中的每一种上（电子游戏，学校午餐，体育器材，电影，捐赠和衣服）。他们把适当数量的积木放在他们选择的消费类别旁边的方框中，每个方框中一块积木。
- 方框的数量多于积木的数量，因此学生必须决定如何花钱，在此过程中他们可能要改变和调整自己的“消费”。
- 每张卡片提供不同数量的消费选择。就像在生活中一样，有些选择比其他选择的“成本”更高。这有助于学生考虑每个消费类别中的其他备选方案。



学生活动 3-2b

- 与个别学生讨论他们的所做的选择。在一个消费类别中“支付”更多的钱是如何影响他们在其他类别中的选择的？他们对自己所做的消费决定满意吗？

可选：学生分配完家长给的零用钱之后，拿走四块积木，这代表失去收入，从而迫使重新考虑自己的消费选择。

第三课测试：消费类别



测试 3-2

3-3 学生将记录财务信息，创建个人消费日记

你会怎样划掉你的钱？

- 向学生们解释，保持书面的消费记录能够如何帮助他们了解自己钱财的去向。讨论书面记录如何帮助学生调整他们的消费习惯和消费计划。
- 讨论为什么保留购买凭证很重要（例如，如果他们需要退货，可以作为购买凭证，便于日后了解自己花了多少钱，是他们消费的历史记录。）
- 讨论如何整理收据和保管开支页。列出可能存放它们的位置（例如，信封，档案夹，鞋盒）。
- 让学生利用《消费日记表》（活动 3-3a）追溯过去 1-2 周的消费支出。让学生尽可能多地收集和带来购物收据。根据需要尽可能多地使用《消费日记表》，让学生列出他们的购物清单。
- 让学生用《费用类别工作表》（活动 3-3b）为自己的消费分类。让他们计算自己各类消费的金额。将每个类别的金额誊写到《支出汇总表》（活动 3-3c）上，这是对他们消费习惯的总结。问学生是否对他们的发现感到惊奇。
- 问学生在他们的消费习惯中看到了什么特征？他们是否想要改变自己的消费习惯？
- 讨论诸如如何避免冲动消费，如何决定购买什么，哪些因素影响购买决定的话题。



讨论



学生活动 3-3a



学生活动 3-3b



学生活动 3-3c

可能的消费类别：

- 汽车
- 衣服
- 电脑
- 捐款/礼物

- 休闲
- 食品
- 家居用品/房租
- 个人护理用品
- 娱乐
- 储蓄
- 教育
- 交通

3-4 学生将创建月度预算，保持收支平衡

你如何进行收支预算？

- 让学生利用案例应用中的信息练习建立月度预算（活动 3-4a）。
- 让学生看到，即使有预算，实际支出和收入也会经常与我们计划的支出和收入（活动 3-4b）有所不同。将新信息转移到预算表格上。让学生们计算差额并回答问题，以重新计算预算。
- 列出平衡收支的步骤。
- 让学生建立个人预算。让学生使用《消费汇总表》上的信息，将注意力集中在他们自己的消费模式上，并将其整合到一个预算表格中（活动 3-4b）。提醒学生，没有两个预算是完全一样的，因为人们有着各自不同的欲望、需求和财务目标。
- 要求学生坚持遵循一个月的预算。让他们跟踪他们的收入和支出。在这个月过后，让他们在《预算表》上记录他们的实际收支数字，比较金额。
- 讨论一下坚持预算的情况。预算现实吗？有哪些方面超支了？哪些方面的支出比计划的要少？他们会对预算做哪些调整？他们能分配一些钱到储蓄吗？



讨论



学生活动 3-4a



学生活动 3-4b



学生活动 3-4c

编制和执行预算

1. 估算你的收入。
2. 估算你的支出，包括：
 - 每月固定开销 - 不变
 - 每月灵活开销 - 每个月都可能发生变化
 - 额外开支（休闲、娱乐等）
3. 应对变化
 - 为变化情况制定计划，增加或减少你的支出。

4. 牢记储蓄

- 存钱帮助实现财务目标。

5. 平衡你的预算

- 每个月要对比你的收支。
- 重新制定预算，直到你的收入多于你的支出。

平衡收支

- 让每个学生计算各类支出的金额。
- 让学生比较他们的收入和支出。
- 从收入中减去支出。
- 结果是正数还是负数？
- 为了让余额为正数，需要做出哪些调整？
- 讨论减少开支或增加收入。
- 现在让学生把他们收入的 10%投入储蓄，10%用于捐赠。
- 学生需要重新分配他们的支出。
- 讨论随需求的变化调整预算。



学生活动 3-4c

执行预算的技巧

1. 做一名好的消费者。

- 学习如何让你的钱发挥最大价值。

2. 锻炼自控能力。

- 努力控制不必要的开支。

3. 建立良好的记账系统。

- 记录你的开支。

4. 定期评估你的预算。

第三课测试：消费类别



测试 3-4

练习和运用预算相关概念的其他活动

- 邀请财务顾问或理财顾问到课堂上演示预算技巧。
- 使用索引卡来编写各种假设的财务案例研究。学生们根据这些信息来制作卡片编制预算。比较预算。
- 为你的课堂收集各种各样的商店目录。包括高息商品，如服装、电子产品或体育器材。让学生为商店所代表的每个类别做预算。学生可以从商品目录中“购买”，但必须在他们的预算之内。
- 让学生和家长谈论他们自己的家庭预算。在父母的帮助下，让学生们列出一系列的开支类别和影响了他们家庭的意外事件。
- 向学生展示如何使用预算软件，如 Quicken。



第三课测试：与预算相关的词汇

选出正确的答案。

1. d 以下哪项不属于收入来源？
 - a. 家长给的零用钱
 - b. 薪水
 - c. 利息
 - d. 储蓄

2. a 以下哪项不属于支出？
 - a. 工资
 - b. 礼物
 - c. 我们需要的东西
 - d. 我们想要的东西

3. d 什么能够帮你购买你未来想要或需要的东西？
 - a. 冲动购物
 - b. 支出
 - c. 过度消费
 - d. 储蓄

4. b 预算能够帮助你：
 - a. 买你想要的所有东西
 - b. 平衡你的收支
 - c. 过度消费
 - d. 赚更多的钱

5. c 以下哪项不属于做预算的原因？
 - a. 让你控制好你的钱
 - b. 决定你要花多少钱
 - c. 帮你增加收入
 - d. 减少你的冲动消费



第三课测试：消费类别

在以下清单所列的项目中，用对 X 出刚才学到的 5 个消费类别。

- | | |
|--------------|---------|
| _____ | 工资 |
| _____ | 电影票 |
| <u> X </u> | 交通 |
| <u> X </u> | 休闲 |
| _____ | 糖果 |
| <u> X </u> | 衣服 |
| _____ | 奖金 |
| <u> X </u> | 汽车 |
| _____ | 苏打水 |
| _____ | 支出 |
| _____ | 家长给的零用钱 |
| <u> X </u> | 个人护理用品 |
| _____ | 铅笔 |
| _____ | 牛仔裤 |



第三课测试

1. a 预算可以通过以下哪项来做：
 - a. 记消费日记
 - b. 抄你朋友的预算
 - c. 到商店再决定你想买什么
 - d. 查看你口袋里有多少钱

2. c 以下哪项属于负责任的消费行为？
 - a. 花比计划更多的钱
 - b. 买我喜欢的东西，即使我不需要它
 - c. 买我预算内的东西
 - d. 总是在最贵的商店买东西

3. c 以下哪项不属于个人预算的范畴？
 - a. 储蓄
 - b. 对教堂或慈善机构的捐赠
 - c. 过度消费
 - d. 收入

4. b 固定支出的一个例子是：
 - a. 衣服
 - b. 汽车保险
 - c. 食品
 - d. 在学校的花费

5. d 灵活支出的一个例子是：
 - a. 房租
 - b. 汽车贷款
 - c. 房屋保险
 - d. 娱乐