индивидуального жизненного опыта. Эти-то виды деятельности и поведения он начинает практиковать как интересные ему и обеспечивающие самореализацию» [2].

Процесс развития инициативного поведения детей происходит через такие культурные практики, как игра, продуктивная творческая деятельность, исследование, чтение художественной литературы, коммуникация [5].

Игровая деятельность дошкольников как культурная практика обеспечивает удовлетворение актуальных запросов ребенка и общества за счет ориентации на потенциальные социальные возможности детей. Эта деятельность как образовательное средство «шагает» в ногу со временем и ориентирована на реализацию культурологического подхода в дошкольном образовании [8].

В связи с Приказом №1155 от 17.10.2013 "Об утверждении ФГОС дошкольного образования" в системе дошкольного образования происходит модернизация, направленная на обновление условий, обеспечивающих новое качество образования; появляются новые понятия и термины, которые направлены на решение задач, связанных с целостным развитием личности воспитанника.

Приступая к реализации Стандарта дошкольного образования, каждому педагогу необходимо иметь твердые представления о его содержании, уметь понимать новые термины и обозначения, быть готовым к изменениям и открытиям. Всё это поможет сделать педагогический процесс в дошкольной организации эффективным.

1. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе. От действия к мысли: пособие для учителя / под ред. А.Г. Асмолова. – М.: Просвещение, 2011. – 152 с.
2. Крылова Н. Б. Свободное воспитание в семье и школе: культурные практики детей. – М.: Сентябрь, 2007. – 191 с.
3. Максимова И.А. Организация внутрифирменного обучения педагогического персонала в условиях введения ФГОС ДО // Наука и образование: новое время. – 2016. – № 2. – С. 675-679.
4. Мартынова О.П., Сиденко Е.А. Готовность воспитателя дошкольного образовательного учреждения к инновационной деятельности // Эксперимент и инновации в школе. – 2014. – №4. – С. 2-4.
5. Модульная программа повышения квалификации сотрудников образовательных организаций по вопросам введения ФГОС дошкольного образования и использования основной примерной образовательной программы дошкольного образования для формирования образовательной программы дошкольного учреждения [Электронный вариант]. – Режим доступа: <https://clck.ru/D7999> (дата обращения: 08.05.2017).
6. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://минобрнауки.рф/документы/6261> (дата обращения: 12.03.2018).
7. Федеральный закон от 29.12.2012 №273 «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный вариант]. – Режим доступа: <http://www.consultant.ru/> (дата обращения: 12.03.2018).
8. Фенькина А.А. Игровая культурная практика как жизнь дошкольника // Педагогическое образование в России. – 2014. – №5. – С. 23-27.

Микова Д.Д.

Технологии тайм-менеджмента для студентов вузов

doi:10.18411/lj-04-2018-13

idsp: 000001:lj-04-2018-13

Аннотация

Статья посвящена технологиям тайм-менеджмента, подразумевающим систематическое, последовательное и целенаправленное использование комплекса техник организации личной и учебной деятельности студента высшего учебного заведения с целью повышения эффективности его самоорганизации. Система высшего образования предъявляет к личности серьезные требования: способность к самоорганизации и планированию учебного процесса, умение разумно распределять свое собственное время.

Данные требования являются основополагающими в вопросе личностного и профессионального становления будущего специалиста. В этой связи, незаменимым помощником студентов в организации своего времени становится тайм-менеджмент, направленный на планомерную организацию времени и установление приоритетов при его использовании.

Ключевые слова: самоорганизация, тайм-менеджмент, технологии тайм-менеджмента, эффективность учебной деятельности, студенты вузов.

Abstract

The article is dedicated to technologies of time management, that imply a systematic, consistent and purposeful use of a set of techniques for organizing the personal and educational activities of university students in order to increase the effectiveness of their self-organization. The system of higher education sets serious requirements for the individual: the ability to self-organize and plan the educational process, the ability to reasonably manage their time. These requirements are fundamental for personal and professional development of the future specialist. In this regard, an indispensable assistant to the students in the organization of their time are technologies of time management, aimed at systematic organization of time and setting priorities for its use.

Keywords: self-organization, time management, technologies of time management, educational effectiveness, university students.

В современном обществе вопрос получения высшего образования играет важнейшую роль в определении развития личности и ее профессионального становления. Перед всеми высшими учебными заведениями стоит задача подготовить студентов, способных адаптироваться к различным жизненным ситуациям в динамично меняющихся экономических, политических, социальных условиях, готовых самостоятельно приобретать знания и навыки, умело применять их на практике, организовывать свою учебную деятельность и благоразумно распределять свое время. Формирование и развитие данных способностей необходимо для обеспечения профессиональной конкурентоспособности будущего специалиста.

Большинство абитуриентов и нынешних студентов не умеют планировать собственное время, а также рационально использовать его при подготовке к лекциям, практическим занятиям и зачетно-экзаменационной сессии. В большинстве вузов практически отсутствуют отдельные дисциплины по формированию у студентов навыков самоорганизации и управления временем, такие, как «Тайм-менеджмент» и «Самоменеджмент». Данные вопросы рассматриваются в рамках различных дисциплин по менеджменту и им не уделяется должного внимания. Вместе с тем, в некоторых вузах существуют специальные кружки и клубы, деятельность которых связана непосредственно с вопросами управления временем, планированием и организацией своей деятельности. Ярким примером такого кружка саморазвития служит «ТМ-клуб Московского автомобильно-дорожного государственного технического университета». К сожалению, не у всех вузов есть возможность создавать такие сообщества, поэтому студентам необходимо самостоятельно развивать свои навыки управления временем для достижения успеха в предстоящей профессиональной деятельности. Ввиду этого, технологии тайм-менеджмента становятся необходимой составной частью организации учебной и повседневной деятельности будущего специалиста.

Термин «timemanagement» появился в 70-х годах XX века и ввел этот термин датчанин Клаус Миллер. Он основал одну из крупнейших международных обучающих консалтинговых компаний TimeManagementInternational (TMI). В России термин «timemanagement» и соответствующие тренинги появились в 90-х годах XX века, в связи с

переходом от плановой экономики к рыночной. Ярким представителем и главным экспертом школы тайм-менеджмента в России является Глеб Архангельский, бизнес-тренер и глава консалтинговой компании «Организация времени». На его счету множество работ, посвященных управлению временем.

Первоначально тайм-менеджмент использовался только в деловой среде, но со временем этот термин расширил свои границы и сейчас распространяется и на личные качества человека.

Тайм-менеджмент является отдельным направлением общего менеджмента и представляет собой процесс формирования сознательного контроля над временем, потраченным на конкретные виды деятельности, при котором происходит повышение их эффективности и продуктивности.

Непрерывно растущие темпы изменений требуют от современных специалистов принятия большого количества самостоятельных решений, умения грамотно планировать и организовывать свою деятельность. Одной из основополагающих компетенций современного специалиста стало умение эффективно организовывать время как на личном, так и на корпоративном уровне, а также способность согласовывать свои действия с действиями окружающих для выполнения поставленных задач.

Таким образом, управление временем представляет собой целостную систему управления личной деятельностью, обладающую признаком алгоритмичности, четкой и внятной структурой (рисунок 1). Нарушение данного алгоритма не позволит в запланированные сроки достичь желаемого результата.

Рис. 1. Алгоритм эффективного процесса управления временем

Тайм-менеджмент студентов вузов предполагает систематическое, последовательное и целенаправленное использование комплекса техник организации личной и учебной деятельности в повседневной практике с целью повышения эффективности самоорганизации студента. Данная технология формирует ценностное отношение к образовательному процессу и вопросу самоорганизации, что позволяет будущему специалисту подготовиться к предстоящей профессиональной деятельности, быстрее адаптироваться на новом месте работы и максимально эффективно решать поставленные задачи.

Самоорганизация подразумевает деятельность личности, связанную с умением организовать себя, проявляющуюся в целеустремленности, планировании своей деятельности, быстроте принятия решений и ответственности за них [1, с. 461]. Один из важнейших компонентов самоорганизации – управление временем.

Формирование умения самоорганизации учебной деятельности позволит студенту анализировать задачи обучения, планировать и организовывать свою учебную

деятельность и время, адекватно оценивать, своевременно корректировать и совершенствовать процесс и результаты учебной деятельности.

Для эффективного управления временем существует множество приемов и техник тайм-менеджмента, используя которые студенты могут научиться рационально распределять свое время и управлять им. От того, насколько будущий специалист овладеет технологиями тайм-менеджмента в учебное и свободное время, во многом зависит его профессиональная карьера. В образовательной среде существуют и используются следующие технологии тайм-менеджмента:

1. «Хронометраж». Фиксация и замеры выполняемых действий могут осуществляться с помощью:

- фиксации своих действий на заранее подготовленном бланке или использовании диктофона и последующей фиксации действий на бумаге;
- подключения к веб-ресурсу, содержащему online-сервис для хронометража (hronomer.ru, time-master.ru, manprogress.com и др.);
- использования мобильных приложений для изучения временных затрат (TimePro, RingTimer, HyperLogger, Осознанность и др.).

После проведения хронометража студенту необходимо проанализировать все виды деятельности, которые он осуществлял, с точки зрения позитивных и негативных факторов. Другими словами, следует определить сильные и слабые стороны временных затрат, в процессе осуществления той или иной деятельности, для рационального использования первых и избегания вторых.

2. «Матрица Эйзенхауэра». Принцип расстановки приоритетов, позволяющий эффективно решать наибольшее количество задач в течение дня, изображен на рисунке 1 [2, с. 9].

Наиболее важным является второй квадрат матрицы, так как характерные для него виды активности раскрывают внутренний потенциал студента, позволяя достигать важнейших целей своей жизни.

Рис. 2. Матрица Эйзенхауэра

Активность, рассредоточенная в других квадратах, приводит либо к тому, что человек вечно занят «чужими делами», либо к стрессу, серьезным психологическим проблемам.

3. «Пирамида Франклина». Данная пирамида представляет собой целостную систему постановки и реализации целей, посредством направленности на результат и планомерного движения от общего к частному (рисунок 2) [3, с. 48].

Рис. 3. Пирамида Франклина

Построение пирамиды осуществляется в несколько этапов, результатом которого является составления плана на день – малые задачи решаются целиком за один день, более крупные разбиваются на подзадачи.

4. «Принцип Парето». Согласно данному принципу 20% затраченного времени дают 80% конечного результата, а остальные 80% времени – лишь 20% результата. Принцип Парето находит свое применение в процессе написания рефератов, курсовых работ и дипломных проектов, подготовки к контрольным работам, зачетам и экзаменам. Руководствуясь принципом Парето, необходимо приступать к выполнению ежедневных целей, чтобы планомерно двигаться к достижению крупных задач.

5. «АВС-анализ». Данный анализ позволяет расставлять приоритеты при решении поставленных задач (рисунок 3) [4, с. 102]. В его основе лежит принцип Парето. Установление приоритетов с помощью АВС-анализа включает в себя три закономерности:

- 1) важнейшие задачи (категория А) составляют 15 % количества всех дел и имеют существенную долю значимости – 65 %;
- 2) важные задачи (категория В) составляют 20 % количества всех дел и также 20 % значимости задач;
- 3) менее важные задачи (категория С) составляют 65 % количества всех дел и имеют несущественную долю значимости – 15 %.

Рис. 4. АВС-анализ

В течение дня студент должен выделять время в порядке приоритетов – сперва заняться первоочередными задачами, когда они будут решены – перейти к второстепенным, и только если останется время, он может заняться малозначительными делами.

6. «Методика краеугольного времени». Данная методика охватывает период дня, который посвящен непосредственно учебе. Продолжительность данного периода может варьироваться в зависимости от характера деятельности и графика, в рамках которого эта деятельность осуществляется.

Краеугольное время – это время отдачи, поэтому, собрав максимум энергии в учебные часы, можно достичь наивысшего уровня производительности. Согласно Закону Парето, методика «краеугольного времени» считается двадцатью эффективными процентами.

7. «Контекстное планирование». Данная технология учитывает не только временные рамки, но и условия, благоприятные для решения конкретной задачи. К основным инструментам контекстного планирования относят:

- органайзеры, ежедневники (с использованием стикеров и закладок);
- доски для контекстного планирования (магнитная доска, лист ватмана);
- программные продукты (MS Outlook, LeaderTask, WinOrganizer, C-Organizer, AM Notebook и др.).

Тайм-менеджмент обладает своей особенностью и уникальностью, проявляющимися на подсознательном уровне – при постоянном применении технологий управления временем уровень самоорганизации студента повышается: появляется объективная картина времени, новая информация о себе и о личных резервах роста. Все процессы, связанные с организацией учебной и повседневной деятельности студента, становятся автоматизированными, вырабатывается «чувство времени».

Использование технологий тайм-менеджмента позволит студентам вузов выполнять работы с меньшими затратами, уменьшит воздействие стресс-факторов, повысит мотивацию студента и степень его удовлетворенности учебным процессом. Следовательно, успеваемость студента повысится и в образовательном процессе будут достигнуты новые высоты.

Применение технологий тайм-менеджмента будет необходимо и в профессиональной карьере будущего специалиста: ускорится процесс адаптации и обучения на рабочем месте, сведется к минимуму загруженность на работе и влияние стресс-факторов, все поставленные задачи будут выполняться в порядке их приоритетности и в точно назначенный срок.

Таким образом, формирование и развитие навыков управления временем является важнейшим элементом современного образовательного процесса. Тайм-менеджмент позволит студентам более результативно проходить обучение в вузе, что поспособствует достижению успехов в предстоящей профессиональной деятельности.

1. Рапацевич, Е. С. Педагогика. Большая современная энциклопедия / Е. С. Рапацевич. – Минск: Современное слово. – 2005. – 720 с.
2. Зайцева, Н.А. Научно-практические аспекты применения тайм-менеджмента для повышения профессиональной конкурентоспособности выпускников вузов / Российские регионы: взгляд в будущее – 2016. – № 3 – 17 с.
3. Реунова, М.А. Тайм-менеджмент студента университета: учебное пособие / М.А.Реунова. – Оренбург: ООО ИПК «Университет», 2013. – 102 с.
4. Зайверт Л. Ваше время – в Ваших руках: советы деловым людям, как эффективно использовать рабочее время / Л. Зайверт. – М.: Интерэкс-перт: Инфра-М, 1995. – 267 с.