



Педагогические науки

УДК 379.8

У.Г. Чавыкина

Э.Р. Бадгиева

Чавыкина Ульяна Григорьевна, кандидат педагогических наук, преподаватель кафедры социально-культурной деятельности и туризма Краснодарского государственного института культуры (Краснодар, ул. им. 40-летия Победы, 33), e-mail: shvr16@mail.ru

Бадгиева Элина Рустемовна, студентка 1 курса СКД/бак-20 факультета социально-культурной деятельности и туризма Краснодарского государственного института культуры (Краснодар, ул. им. 40-летия Победы, 33), e-mail: badgieva18@bk.ru

СТУДЕНЧЕСКИЙ ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ КАК СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНЫЙ ФЕНОМЕН

Статья посвящена рассмотрению важности применения тайм-менеджмента в организации учебного процесса студентов. А также описанию технологий и методов эффективного планирования учебного и личного времени студентов.

Ключевые слова: тайм-менеджмент, планирование, организация, управление временем, продуктивность, социально-культурный феномен, самоорганизация, самоконтроль.

U.G. Chavykina

E.R. Badgieva

Chavykina Ulyana Grigorievna, candidate of pedagogical sciences, lecturer of department of social and cultural activities and tourism of the Krasnodar state

institute of culture (33, im. 40-letiya Pobedy St., Krasnodar), e-mail: shvr16@mail.ru

Badgieva Elina Rustemovna, 1st course student of SKD / bak-20 of faculty of social and cultural activities and tourism of the Krasnodar state institute of culture (33, im. 40-letiya Pobedy St., Krasnodar), e-mail: badgieva18@bk.ru

STUDENT TIME MANAGEMENT AS A SOCIAL AND CULTURAL PHENOMENON

The article is devoted to the consideration of the importance of using time management in the organization of the educational process of students. As well as a description of technologies and methods for effective planning of educational and personal time of students.

Key words: time management, planning, organization, control of time, productivity, social and cultural phenomenon, self-organization, self-control.

Актуальность темы заключается в том, что именно в студенческие годы происходит становление личности, формирование общих ориентиров и полным ходом идет поиск путей для самореализации. Тем не менее в большинстве случаев студенты не дорожат этим временем, в полной мере не осознают надобности управлять этим процессом, пуская все на самотек.

Зачастую студенты все свои учебные задания откладывают напоследок, после чего в спешке выполняют их, не уделяя им должного внимания. Вследствие чего возникает потребность целенаправленного развития эффективного планирования времени для студентов.

Тайм-менеджмент – это своего рода искусство организации и управления временем. Его суть заключается в продуктивном выполнении задач, затрачивая минимум усилий и получая качественный результат.

Эффективное планирование времени позволит студенту переосмыслить ценность времени и научит грамотно им управлять.

Важно понять, что никто не может руководить временем, а может лишь правильно распределять объем выполнения работы, планировать нужно не время, которое будет затрачено на выполнение работы, а сам объем работы. На самом деле это проблема нехватки компетентности в планировании и выполнении работы.

Следовательно, проблема исследования заключается в том, что большинство студентов необъективно оценивают свою компетентность в различных вопросах, что приводит к неправильному планированию времени для решения этих вопросов с позиции социально-культурного феномена. Необходимо научить студентов основам самоорганизации, познакомить с технологией тайм-менеджмента – технологией рациональной организации времени для решения поставленной проблемы и достижения личных целей [2; 3].

Благодаря тайм-менеджменту любой студент обладает возможностью эффективно организовывать свое учебное и личное время, что является ведущим фактором в профессиональном и личностном становлении будущего специалиста.

Эффективное планирование способствует переменам, которые в свою очередь ведут к прогрессу.

Мейсон Карри в своей книге «Режим гения: распорядок дня великих людей» сопоставляет режим дня с точно настроенным устройством, призванным извлекать наибольшую пользу из ограниченных ресурсов [2].

Технология эффективного планирования тайм-менеджмента с точки зрения социально-культурной деятельности выглядит следующим образом:

1. Перед началом выполнения любого задания, чтобы не отвлекаться во время работы, рекомендуется использовать следующие методики:

- отключение всех уведомлений на мобильных устройствах и

компьютере;

– выход из всех аккаунтов в социальных сетях, чтобы не заходить в них до завершения задания.

2. Определить цель своей деятельности в целом, ответить на вопрос – «зачем мне это нужно?». Важно, чтобы мечта и цель не противоречили друг другу;

3. Для измерения и анализа временных затрат рекомендуется использовать метод «Хронометраж». Он поможет узнать, сколько времени вы затрачиваете на повседневные дела, сколько тратите его на свободное время. Также он поможет выявить, на что мы тратим время, определить проблемные места, найти скрытые резервы времени и научит более внимательно относиться к своему времени.

4. Составление списка дел. Мы рекомендуем использовать «матрицу Эйзенхауэра», она научит правильно распределять задачи, различать важное и срочное от несрочного, имеющего меньшее значение. Суть данной матрицы состоит в четырех квадратах, основаниями которых являются две оси: ось важности – по вертикали; ось срочности – по горизонтали. В каждый квадрат следует записать все задания, вследствие чего образуется наглядная картина видения, чем необходимо заняться в первую очередь, а на что вообще нет необходимости тратить время.

5. Запись долговременных, а также кратковременных планов (на год, месяц, неделю, несколько лет), такие планы необходимы для личной самодисциплины, они будут помогать четко следовать намеченным целям.

6. Этап планирования отдыха. Для продуктивного отдыха рекомендуется чередовать различные виды деятельности.

Планирование является эффективным «лечением» от рассеянности и лени, в результате которых время тратится впустую. Также мы можем порекомендовать технику «сила маленьких шагов». Суть этой техники состоит в том, чтобы начав с маленькой цели, прийти к выполнению большой.

Также при выполнении поставленных задач важно уделить внимание трем эффективным методам деления времени на работу и отдых:

1. Метод «Помидора». Суть состоит в том, что учебный процесс делится на 4 периода по полчаса (25 минут студент все внимание концентрирует на выполнении работы, затем 5 минут отдыхает). После 4-го периода следует отдых на полчаса, после чего все начинается сначала.

2. Метод 90\30. Принцип работы состоит в следующем: полтора часа студент упорно работает, затем полчаса отдыхает.

3. Метод 52\17. Подходит для тех, кому не хватает усидчивости работать полтора часа подряд.

В заключение следует отметить, что в студенческой жизни тайм-менеджмент – это самый лучший помощник, который позволяет не только эффективно учиться и работать, но и продуктивно организовывать свой досуг. Освоение технологических приемов эффективного планирования тайм-менеджмента даст студентам возможность: анализировать время с целью рационального его использования, формулировать цели, ставить перед собой четкие задачи, оперативно принимать решения и эффективно выполнять их; а также способствует развитию самоконтроля и самоорганизации.

Список используемой литературы:

1. *Берд П.* Тайм-менеджмент: планирование и контроль времени. / П. Берд. – М.: Фаир-Пресс: Изд.-торговый дом Гранд, 2003. – С. 14.
2. *Мейсон К.* Режим гения. Распорядок дня великих людей / К. Мейсон. – М.: Альпина Паблишер, 2013. – С. 14–15.
3. *Гаджимурадова Р.К.* Теоретико-методологическое обоснование построения модели самоорганизации студентов с использованием

технологии тайм-менеджмента / Р.К. Гаджимурадова, К.С. Шалагинова //
Международный научно-исследовательский журнал. – 2020. – С. 56.