

Секция «Инновационные процессы в образовании и обновление образовательных технологий»

**Технология «тайм-менеджмент» как средство организации учебной деятельности студентов педагогических направлений**

**Научный руководитель – Прасолова Ольга Викторовна**

*Прасолов Д.Е.<sup>1</sup>, Матвеева Д.В.<sup>2</sup>*

1 - Северо-Кавказский федеральный университет, Институт живых систем, Кафедра анатомии и физиологии, Ставрополь, Россия, *E-mail: danil\_evgenovich@icloud.com*; 2 - Северо-Кавказский федеральный университет, Факультет физической культуры, Кафедра теории и методики физической культуры, Ставрополь, Россия, *E-mail: dariamatveeva2020@yandex.ru*

В современном мире экономическая и политическая ситуации интенсивно изменяются, быстрыми темпами растет объем информации, конкуренция на рынке труда возрастает, в этих, достаточно жестких, условиях исключительную важность приобретает навык управления собственным временем, или тайм-менеджмент. Известно, что время - основной нематериальный, неосязаемый, невосполнимый и необратимый ресурс человека, от того, как мы используем время, зависит не только профессиональный путь, но и наша жизнь в целом. Ежедневно человек вынужден выполнять массу повседневных дел, решать профессиональные задачи, бытовые проблемы, участвовать в организации и проведении мероприятий, все это и многое другое составляет жизнедеятельность, которая определяется, как повседневная деятельность и отдых человека. Отдых является не только чисто физиологической потребностью, но и дает возможность восстановить работоспособность, набраться сил, произвести переоценку событий.

В течение двух последних лет мы стали участниками экстремального события мирового масштаба, весь мир столкнулся с пандемией новой коронавирусной инфекции, которая стала причиной вынужденных изменений в ведении деятельности многих учреждений и организаций, и образовательных в том числе. Для снижения риска заражения трудовые коллективы вынуждены были перейти на режим дистанционной работы, предъявляющей особые требования к умениям и навыкам самостоятельно планировать свое время и организовывать работу, принимать решения, контролировать результат своего труда.

Однако же не только экстремальные события стали стимулом этих изменений. В контексте введения ФГОС третьего поколения, большая доля (60%) учебного времени предусмотрена на выполнение студентами самостоятельной работы. В связи с этим, все чаще проблема формирования компетентности во времени или темпоральной (от лат. *tempus* - время) - временной компетентности различных специалистов в процессе их профессиональной подготовки становится предметом научных исследований. Темпоральная компетентность - это умение эффективно организовывать деятельность на личном, командном, корпоративном уровне с учетом экономии, эффективности и распределения времени.

Стоит отметить, что для современных педагогов важно научиться рационально использовать ресурс времени, а значит: правильно планировать деятельность, управлять своими задачами, краткосрочными и долгосрочными делами, расставлять приоритеты, ставить перед собой цели и достигать их, распределять рабочую нагрузку, регламентировать деятельность так, чтобы обязательно было время и для отдыха.

Актуальность настоящего исследования обусловлена необходимостью поиска путей развития умений самоорганизации учебной деятельности студентов педагогических направлений подготовки в университете. Социально-экономическая ситуация способствует тому, что все больше студентов сочетают свое обучение с работой. В этих условиях методы обучения и организации учебной деятельности, требующие больших затрат времени, значительной доли рутинной работы являются неэффективными. Тем более перспективным

представляется обращение к технологии тайм-менеджмента и введения ее в спектр средств дидактики высшего профессионального образования.

Личностная организация времени - критерий сформированности темпоральной компетентности студентов. С целью выявления динамики в личностной организации времени, на формирование которой был нацелен психолого-педагогический эксперимент, было проведено обследование студентов - будущих педагогов. В эксперименте, который проводился на базе Северо-Кавказского федерального университета приняли участие 42 студента направления 44.04.01 Педагогическое образование, было сформировано 2 сравнительные группы. Экспериментальную группу составили 20 студентов (две академические группы), практические занятия по дисциплине «Проектирование траектории профессионального роста и личностного развития» у которых проводились с обязательным изучением и использованием инструментов технологии «тайм-менеджмент». Тогда как в остальных академических группах студентов - будущих педагогов (контрольная группа)- традиционные семинарские занятия.

Анализ анкетирования студентов на предмет применения техник и принципов тайм-менеджмента в повседневной жизни выявил, что в контрольной и экспериментальной группе значительное количество участников опроса (32% и 40%) в повседневной жизни не планирует свое время и находятся во власти внешних обстоятельств. 40% респондентов в каждой группе пытаются овладеть своим временем, но не всегда достаточно последовательно, чтобы иметь успех. 19% студентов контрольной группы и 10% - экспериментальной отличаются хорошим самоменеджментом. И около 10% будущих педагогов в каждой группе могут служить образцом каждому, кто хочет научиться рационально расходовать свое время.

Таким образом, проблема низко развитой темпоральной компетентности студентов педагогических направлений просматривается достаточно четко.

В основе развития компетенции лежат не только внешние стимулы, но и внутренние реакции организма. Так, анализ длительности индивидуальной минуты показал, что в начале эксперимента показатель ИМ в обеих группах находится в примерно одинаковом диапазоне. К концу обучения в семестре мы отмечаем снижение показателя ИМ в контрольной группе студентов, что является свидетельством напряжения систем адаптации, накопления утомления, связанным с увеличением интенсивности учебной деятельности в преддверии экзаменационной сессии.

В свою очередь, те же самые внешние условия у студентов экспериментальной группы не вызывали напряженности функциональных систем, показатель ИМ, напротив, достоверно увеличился, что является, по мнению авторов методики, признаком хорошей адаптивности.

Положительная динамика показателя ИМ связана с применением техник «тайм-менеджмента» студентами экспериментальной группы. Точность оценки времени в результате проведенного психолого-педагогического эксперимента выросла в экспериментальной группе, причем достоверные ( $p \leq 0,05$ ) отличия отмечаются как между группами сравнения, так и относительно начала и конца эксперимента. Это свидетельствует в пользу формирования определенных навыков управления временем в ходе целенаправленного педагогического воздействия и специально организованного образовательного процесса.

Таким образом, студенты, принявшие участие в психолого-педагогическом эксперименте, освоили техники тайм-менеджмента, приобрели навыки эффективного управления временем при организации учебной и внеучебной деятельности. Данные, полученные по итогам эксперимента, являются основанием заключить, что темпоральная компетентность в процессе профессиональной подготовки будущих педагогов сформирована.

### Источники и литература

- 1) Борытко Николай Михайлович Педагогическая технология «Тайм-менеджмент» для студента // Известия ВГПУ. 2013. №7 (82). С. 162-163
- 2) Габдулхаева Л.В., Таллибулина М.Т. ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ В РАБОТЕ СОВРЕМЕННОГО ПЕДАГОГА. В сборнике: Взаимодействие теоретико-экспериментальной и практической психологии в системе современного образования. 2019. С. 256-259