

Токтарова Т. И.
T. I. Toktarova

ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА С ПОМОЩЬЮ ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТА

TIME MANAGEMENT AS A TOOL FOR IMPROVING THE EFFICIENCY OF EDUCATIONAL PROCESS

Токтарова Татьяна Ивановна – доцент кафедры «Маркетинг и коммерция» Комсомольского-на-Амуре государственного технического университета (Россия, Комсомольск-на-Амуре). 681013, г. Комсомольск-на-Амуре, Ленина, 27. E-mail: toktarovat@mail.ru

Ms. Tatyana I. Toktarova – Associate Professor, Department of Marketing and Commerce, Komsomolsk-on-Amur State Technical University (Russia, Komsomolsk-on-Amur). 681013, Komsomolsk-on-Amur, 27, Lenin Av. E-mail: toktarovat@mail.ru

Аннотация. В статье речь идет об опыте преподавания курса тайм-менеджмента в системе дополнительного образования школьников. Описаны программа курса и особенности изучения дисциплины для учащихся старших классов.

Summary. The paper deals with the issue of teaching a time management course within the system of beyond-the-classroom education for schoolchildren. We describe the course curriculum and its specific characteristics with a view to delivering it to upperclassmen.

Key words: time management, self-organization, further education, innovative educational technology.

Ключевые слова: тайм-менеджмент, самоорганизация, дополнительное образование, инновационные образовательные технологии.

УДК 378.02:37.016

Современное общество предъявляет высокие требования к уровню компетентности специалиста. «Искусство успевать», сознательное отношение к своей жизни и наличие четкой жизненной стратегии - это наиболее необходимые и востребованные навыки (компетенции) для любого человека в динамично развивающейся экономике. Ускорение темпов жизни, возрастание нагрузки, проблемы нехватки времени сказывается на качестве жизни любого современного человека, что обеспечивает рост интереса к изучению тайм-менеджмента как действенного способа обучения навыкам самоорганизации [1].

Проблема грамотной организации времени теперь актуальны не только для взрослых, она коснулась и школьников. Современные школьники довольно часто сталкиваются с проблемами нехватки времени и негативными переживаниями по этому поводу, что приводит к физическому и нервному истощению, снижению успеваемости и потере интереса к учебе [3].

Традиционное обучение не может помочь школьникам в решении такого рода проблем. Классические пособия по тайм-менеджменту для взрослых не содержат информации о том, как оптимально встроить предлагаемые методы повышения личной эффективности в систему подготовки школьников. В ходе реформ российского образования возникает потребность в таких образовательных технологиях, которые обеспечивают не только передачу готовых знаний, но и формируют навыки получения этих знаний. К таким инновационным технологиям образования, безусловно, можно отнести тайм-менеджмент [1].

В этой связи преподаватели ФГБОУ ВПО «КнАГТУ» активно принимают участие в реализации различных образовательных проектов для школьников, включая обучение тайм-менеджменту. Например, в 2014 г. на базе краевого государственного образовательного учреждения дополнительного образования детей «Хабаровский краевой центр внешкольной работы «Созвездие» была реализована краевая профильная смена «Восточный ВIT». В рамках данного проекта дополнительного образования проводился образовательный блок занятий для школь-

ников 13-16 лет по восьми направлениям в сфере IT-технологий и инновационных дисциплин: электротехника и электроника; робототехника; авиа- и автомобилестроение; 3D моделирование и 3D анимация, ТРИЗ и тайм-менеджмент.

Кроме того, в рамках мероприятий по вовлечению молодежи в инновации и научно-техническое творчество с 2013 по 2015 гг. в г. Комсомольске-на-Амуре Ресурсным центром Технопарка ФГБОУ ВПО «КнАГТУ» был реализован проект дополнительного образования - школа «Технологии будущего» (см. табл. 1). Цель проекта «Технологии будущего» – популяризация инженерно-технических и экономических специальностей ФГБОУ ВПО «КнАГТУ». Задачи проекта следующие: профориентационная работа среди учащихся 9-10 классов по инженерно-техническим специальностям; помощь в выборе будущего направления профессионального обучения среди учащихся 11 классов; формирование имиджа Университета.

Одним из направлений дополнительного образования в проекте «Технологии будущего» стало обучение школьников старших классов инновационным технологиям тайм-менеджмента.

Таблица 1

Динамика развития проекта «Технологии будущего»

Год	Количество школьников	Количество школ	Количество направлений обучения	Выбрали направление ТМ, чел.
2013	66	4	8	12
2014	145	10	11	22
2015	515	27	22	57

Для выявления имеющихся проблем и степени заинтересованности школьников старших классов в изучении курса «Тайм-менеджмент» на вводных ознакомительных занятиях были проведены несколько диагностических тестов и практических упражнений. Оценка уровня знаний учащихся по ключевым инструментам самоорганизации (тайм-менеджмента) до начала проведения занятий по ТМ показала следующие результаты:

- 24,6 % опрошенных школьников имеют начальные навыки управления временем;
- 75,2 % школьников обычно планируют занятия по расписанию и личные встречи;
- 62,4 % используют ежедневник для записи расписания школьных и дополнительных занятий;
- 88,5 % старшеклассников никак не планируют свое свободное время, большинство опрошенных школьников наполняют это время случайными занятиями;
- 93,6 % считают, что планирование своего времени ограничит их свободу; поставит жесткие рамки конкретных сроков, что ухудшит их настроение и качество жизни;
- 79 % респондентов считают, что курс тайм-менеджмента будет для них интересен и принесет определенную пользу.

Большинство учащихся данный навык осваивают интуитивно и не владеют базовыми навыками рационального использования личного времени для выполнения поставленных задач в установленные сроки.

Таким образом, результаты проведенного исследования (в опросе приняли участие 127 школьников) позволяют сделать вывод о том, что у большинства старшеклассников отсутствует системное представление о гибких современных методах и инструментах грамотного планирования собственного времени. Отсутствие знаний и навыков эффективного использования личного времени у школьников старших классов осложнит дальнейшую учебу в вузах и перспективы стать высококвалифицированными специалистами [1].

В связи с этим автор статьи разделяет точку зрения, что обучать навыкам правильной организации своего времени нужно уже в школе, наряду с другими общеобразовательными дисциплинами.

В рамках дополнительной образовательной программы на базе ФГБОУ ВПО «КнАГТУ» для школьников 9-11 классов г. Комсомольск-на-Амуре и Комсомольского района был разработан и апробирован на практике специальный курс - «Тайм-менеджмент для старшеклассников: от знаний к результату или как успевать всё!»

В основе разработанного курса «Тайм-менеджмент для старшеклассников» были использованы авторские программы обучения тайм-менеджменту Г.А. Архангельского, М. Лукашенко, Н. Шуховой Е. Дагаевой, Е. Мерзляковой, Н.А Сидоровой и Б.А. Анисиковой, Д. Моргенстерн, а также материалы по теории личной эффективности С. Ивановой, Н. Козлова, С. Кови, Л. Зайверт, Б. Трейси.

В данном курсе дисциплины классические технологии тайм-менеджмента адаптированы к особенностям обучения школьников. В нем обеспечивается доступность изложения материала, предусматривается соответствие объема и глубины учебного материала уровню общего развития учащихся на период обучения, благодаря чему знания и навыки могут быть сознательно и прочно усвоены. Программа дисциплины «Тайм-менеджмент для старшеклассников» имеет выраженную прикладную направленность, она призвана помочь школьникам решать актуальные задачи при помощи персональной системы управления временем, которую они сами смогут разработать и воплотить в учебной и личной деятельности.

Содержание курса состоит из 4 модулей и позволяет уделить внимание самым актуальным вопросам, которые также были выявлены в ходе анкетирования. Наиболее интересными для большинства школьников темами оказались методы самомотивации, борьба с ленью и прокрастинацией (промедлением и откладыванием важных дел), постановка жизненных целей и «проактивный» стиль жизни, согласно которому человек сознательно планирует свою жизнь и осуществляет упреждающие действия.

Для проведения занятий было разработано методическое обеспечение курса «Тайм-менеджмент для старшеклассников», включающее рабочую программу дисциплины, учебно-тематический план изучения дисциплины, раздаточные материалы для участников, наглядные материалы, презентации.

Цели изучения тайм-менеджмента учениками старших классов: повысить личную эффективность школьников путем лучшей самоорганизации во времени; обеспечить достижение результатов и значимых целей в учебе и жизни при меньших затратах времени и энергии. При изучении дисциплины тайм-менеджмент решаются важные обучающие, развивающие и воспитательные задачи:

- дать школьникам первоначальные знания о сущности и основных принципах управления временем; сформировать экономичное отношение ко времени как наиболее ценному невозполнимому ресурсу; ознакомить с навыками преодоления цейтнота в учебе;
- ознакомить с наиболее эффективными приемами, техниками и инструментами, позволяющими структурировать, анализировать и контролировать использование времени;
- сформировать проактивный стиль жизни; повысить личную эффективность в достижении своих жизненных целей.

Методика изучения курса «Тайм-менеджмент» предполагает использование большого количества анкет и тестовых заданий для выявления индивидуальных проблем в использовании личного времени, таких как оценка биоритмов, сильных и слабых сторон, склонность к прокрастинации и перфекционизму и др. Результаты диагностического тестирования показали основные трудности, связанные с самоорганизацией своего времени старшеклассников. Проблемы постоянной или периодической нехватки времени отмечают 82,2 % опрошенных; 67,9 % из них испытывают проблемы в организации именно учебной деятельности. Были выявлены «ловушки времени» школьников, т.е. наиболее распространенные поглотители времени и причины их возникновения:

- личная неорганизованность, «трачу время на пустяки», неумение концентрироваться на выполнении определенной задачи; «не всегда знаю, что делать»; постоянные отвлечения (телефон, внешний шум) (67,9 %);
- «не умею отказывать» – 57,9 %;
- низкий уровень мотивации и самоконтроля, долгая «раскачка» – (43,3 %);
- неспособность сосредоточиться на малоприятном, но необходимом деле; склонность к прокрастинации (промедлению, откладыванию дел) и лени, включая подсознательную желательность внешних отвлечений (46,1 %).
- отсутствие знаний о техниках грамотного планирования и инструментах эффективного использования собственного времени (отсутствие плана на день и неумение выделять приоритеты в деятельности – в 66,1 %).

- отсутствие понимания своих жизненных целей и потребностей; перекладывание ответственности за личную эффективность на внешние факторы (42,7 %).

Разработанная программа курса «Тайм-менеджмент для старшекласников» допускает творческий, импровизированный подход в организации каждого занятия, содержание которого будет зависеть от размера и состава группы, от конкретных запросов, интересов и проблем обучающихся и других условий. Например, в случае необходимости может произойти замена порядка изучения модулей или тем, возможно более глубокое рассмотрение конкретного вопроса, введения дополнительного материала, изменение методики проведения занятий, может измениться объем и степень сложности рассматриваемого материала в зависимости от уровня подготовки обучаемых.

Все предлагаемые методики носят вариативный характер и подразумевают индивидуальный подход, когда каждый участник программы может выбрать только полезную для себя информацию, а при необходимости адаптировать или модифицировать любые инструменты тайм-менеджмента под особенности своего стиля жизни.

Теоретические знания в курсе «Тайм-менеджмент» проводятся в виде мини-лекций, модерации, мозгового штурма, проблемного изложения и других активных методов. При изложении информации активно используется метафорический язык (притчи, афоризмы, стихи, цитаты известных людей). Для обеспечения наглядности школьникам демонстрируются соответствующие видеоматериалы, мультимедийные презентации, фрагменты фильмов, фотографии, схемы, а также предоставляются раздаточные и другие иллюстративные материалы, специально разработанные для данного курса.

Для закрепления знаний и тренировки навыков по рациональному использованию времени проводятся практические занятия. На практических занятиях используются проблемные, эвристические, исследовательские методы обучения, такие как кейсовые задания, деловые игры, групповые дискуссии, фасилитации, обмен опытом; работа с психодиагностическими и проективными методиками и тестами. Применение каждой техники тайм-менеджмента демонстрируется на конкретных примерах и практических ситуациях, чтобы обучаемые могли сознательно применять приобретенные ими знания на практике.

Для стимулирования активного участия школьников и создания духа соревнования в конце каждого занятия решением всей группы выбирались наиболее отличившиеся участники по следующим номинациям: активность, наиболее удачное решение, оригинальность решения и творческий подход. Победители поощрялись специальными призами - стикерами в виде звезд или медалей, которые клеились на бэйдж участника.

Подводя итоги вышесказанному, можно отметить, что проведение подобных занятий для школьников действительно полезно, необходимо и соответствует запросам современного образования. Техники и инструменты тайм-менеджмента (интеллект-карты, лайф-менеджмент, электронные ресурсы и интернет-технологии) позволят школьникам получать информацию из различных источников, ускорять процесс подготовки к школьным занятиям, автоматизировать учебные процессы и принимать решения в максимально короткие сроки.

ЛИТЕРАТУРА

1. Архангельский, Г. Тайм-драйв: Как успевать работать и жить / Г. Архангельский. – М.: Манн, Иванов и Фарбер, 12-е изд. М., 2010.-272 с.
2. Шухова, Н. Организация времени старшекласника (из опыта проведения занятий) / Н. Шухова. Научно-учебный центр психологии Новосибирского госуниверситета, 1996. Электронный текст: <http://www.improvement.ru/bibliot/shuhova/>