

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра социальной психологии

ВЫСОЦКАЯ МАРИНА НИКОЛАЕВНА

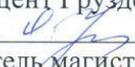
МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

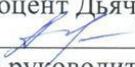
**ТАЙМ – МЕНЕДЖМЕНТ КАК СРЕДСТВО САМООРГАНИЗАЦИИ
УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО
ВУЗА**

Направление подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы
Практическая психология в образовательных организациях

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
к.пс.н., доцент Груздева О.В.

 29.05.2018
Руководитель магистерской программы
к.пс.н., доцент Дьячук А.А.

 29.05.2018
Научный руководитель
к.пс.н., доцент Авдеева Т.Г.

Обучающийся

Высоцкая М.Н.

 29.05.2018

Красноярск 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОЕКТА «ТАЙМ–МЕНЕДЖМЕНТ КАК СРЕДСТВО САМООРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА»	10
1.1. Теоретические аспекты проблемы самоорганизации учебной деятельности в психологической науке.....	10
1.2. Тайм–менеджмент» как технология.....	23
1.3. Самоорганизация учебной деятельности студента посредством технологии «Тайм–менеджмент»	38
Выводы по Главе 1	61
ГЛАВА 2. РАЗРАБОТКА ПРОЕКТА «ТАЙМ–МЕНЕДЖМЕНТ КАК СРЕДСТВО САМООРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА»	63
2.1. Паспорт проекта.....	63
2.2. Содержание проекта.....	70
2.3. Оценка результативности проекта.....	91
Выводы по Главе 2.....	93
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	94
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	96
ПРИЛОЖЕНИЕ ..	118

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Социально–экономические изменения, происходящие в стране, серьезно затрагивают многие аспекты развития системы высшего образования. Современное общество предъявляет большие требования к системе профессиональной подготовки будущих специалистов.

Сейчас востребованы специалисты, которые обладают не только профессиональными компетенциями и умеют применять необходимые знания, умения и навыки в практической деятельности, но и умеют эффективно организовывать свою деятельность. Профессиональная подготовка будущих специалистов должна быть направлена, в том числе, и на обучение их четко планировать свою будущую профессиональную деятельность и развитие умений управлять своим временем, используя при этом личностные возможности.

Исходя из заявленных требований общества, в профессиональной подготовке будущих специалистов необходимо учитывать те факторы, которые влияют на успешное становление личности студента в вузе.

С самого начала обучения, необходимо обращать внимание на то, какими навыками и умениями по самоорганизации учебной деятельности, планирования, самоконтроля и коррекции владеют студенты и, в дальнейшем, при организации учебного процесса учитывать эти особенности.

Студент должен одновременно успешно осваивать образовательную программу высшего учебного заведения, уделять значительное время самостоятельной подготовке, искать и реализовывать возможности стажировки по получаемой специальности. Однако, для гармоничного развития личности и поддержания удовлетворительного уровня психоэмоционального состояния, студентам необходимо уделять внимание отдыху, общению, здоровью и другим важным составляющим жизни. Очевидно, что внешним и, как кажется на первый взгляд, независимым фактором организации деятельности выступает категория «время».

Несмотря на актуальность обозначенной проблемы и многочисленность проводимых в данной области исследований, в настоящее время проблема формирования умений самоорганизации и самоконтроля учебной деятельности у студентов вузов окончательно не решена. Отчасти это объясняется многообразием подходов к данной проблеме, отсутствием единого мнения по вопросам определения категорий «самоорганизация» и «самоконтроль», их функций, структуры, взаимосвязи. В современной науке к настоящему времени накоплен достаточный фонд знаний, необходимых для анализа и решения поставленной проблемы.

Анализ психолого–педагогических исследований по проблеме самоорганизации учебной деятельности позволяет выделить несколько основных научных направлений: организация самостоятельной работы учащихся. В последнее десятилетие ученые активно исследуют различные аспекты самоорганизации студентов высших учебных заведений гуманитарного, технического, военного профиля: педагогическую технологию «Тайм–менеджмент» как средство самоорганизации учебной деятельности студента университета (М.А. Реунова); формирование культуры самоорганизации учебно–познавательной деятельности курсантов военного вуза; психологические особенности самоорганизации деятельности аспирантов (С.Н. Костромина, В.М. Латушкина); психологические особенности самоорганизации учебной деятельности студентов (С.С. Котова, О.Н. Шахматова); формирование умений самоорганизации будущих педагогов в условиях информатизации образовательной деятельности (С.С. Куликова); аспекты формирования умений самоорганизации и самоконтроля учебной деятельности у студентов вузов (Я.О. Устинова); проблему формирования умений профессиональной самоорганизации у студентов педагогического колледжа (В.А. Филоненко); процесс самоорганизации личности студентов при изучении психологии с помощью активных методов обучения (В.А. Халанская).

Современное общество ставит перед всеми типами образовательных учреждений и университетом, в частности, задачу подготовки студентов,

способных адаптироваться в меняющихся жизненных ситуациях, готовых самостоятельно приобретать знания и критически мыслить, умело применять их на практике, организовывать свою учебную деятельность и время.

В государственной программе Российской Федерации «Развитие образования» на 2013–2020 годы (2012) говорится о «радикальном обновлении методов и технологий обучения». Модернизация образовательных программ профессионального образования должна обеспечивать гибкость и индивидуализацию процесса обучения с целью повышения результативности работы преподавателей и самостоятельности учебной деятельности студентов.

Актуальность исследования проблемы самоорганизации учебной деятельности обусловлена наличием существующих противоречий:

- между широким диапазоном возможностей самоопределения студента в университете и отсутствием у большинства студентов умений реального целеполагания и учебной самоорганизации;
- между обостряющейся значимостью в современном социуме фактора времени и недостаточной готовностью студента строить свою жизнь с учетом временного фактора.

Данные противоречия позволили сформулировать проблему исследования: является ли «Тайм–менеджмент» эффективной технологией для самоорганизации учебной деятельности студентов педагогического вуза?

Цель – разработать методическое обеспечение образовательной технологии «Тайм–менеджмент».

Объект – самоорганизация учебной деятельности студентов педагогического вуза.

Предмет – образовательная технология «Тайм–менеджмент» как средство самоорганизации учебной деятельности студентов педагогического вуза.

Задачи:

1. Изучить проблему самоорганизации учебной деятельности в психолого–педагогической литературе.

2. Выявить особенности самоорганизации учебной деятельности студентов педагогического вуза.

3. Разработать и апробировать методическое обеспечение образовательной технологии «Тайм–менеджмент» для самоорганизации учебной деятельности студентов педагогического вуза.

4. Разработать критерии результативности методического обеспечения образовательной технологии «Тайм–менеджмент».

Методы исследования:

Теоретические методы: анализ, сравнение, обобщение научной литературы по проблеме исследования.

Эмпирические методы: анкеты, опросники.

Методики:

- стиль саморегуляции поведения – ССП–98 (В.И. Моросанова);
- опросник самоорганизации деятельности (ОСД) (Е.Ю. Мандрикова);
- «Диагностика особенностей самоорганизации» (ДОС) (А.Д. Ишков).

Теоретико–методологические основы исследования:

- *психолого–педагогическая теория деятельности и развития личности* (К.А. Абульханова–Славская, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев);
- *общепедагогические принципы в самоорганизации времени студентов в будущей профессиональной подготовке* (Г.В. Белая, В.Г. Рындак);
- *особенности временной организации жизнедеятельности* (Т.А. Доброхотова, Н.Н. Брагина);
- *исследования тайм–менеджмента* (Г.А. Архангельский, С. Кови, Л. Зайверт, С.И. Калинин).

Практическая значимость исследования.

Разработанный и апробированный авторский курс «Тайм–менеджмент» может быть применен для реализации ФГОС ВПО в целях формирования общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций в учебном процессе, педагогических практиках и самостоятельной работе студентов.

Научно–методическое обеспечение рабочей программы дисциплины по выбору может быть использовано как организационный ресурс для студентов педагогического вуза.

Авторский спецкурс «Тайм–менеджмент студента» может быть успешно апробирован в учреждениях среднего профессионального и высшего профессионального образования.

Проектная идея:

Образовательный процесс современного педагогического вуза актуализирует изменение позиции студента: из объекта обучения в активного субъекта учебно–профессиональной деятельности, а также активизирует самоуправляемую творческую учебно–профессиональную деятельность студентов. Это достаточно сложно осуществить на уровне традиционного научно–методического обеспечения процесса подготовки специалистов, поэтому становятся востребованными активные формы и методы обучения.

«Тайм–менеджмент» – это технология организации времени, которая развивает умения самоорганизации учебной деятельности, обеспечивающие приобретение навыков практического применения полученных знаний тайм–менеджмента для рационального планирования и организованности, адекватного оценивания, своевременного корректирования результаты своей учебной деятельности.

Тип работы: проектная.

Апробация и внедрение проекта:

- курс «Тайм–менеджмент» читается в качестве дисциплины по выбору на очном и заочном отделении Института

- психолого–педагогического образования Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева и дает положительный эффект на развитие учебной самоорганизации, что подтверждается результатами исследования;
- проведены тренинги (3 тренинга по 6 академических часов) «Тайм–менеджмент в управлении командой» для супервайзеров XXIX Всемирной зимней универсиады 2019 года в г. Красноярске (в приложении приведен отчет об обучении супервайзеров);
 - в рамках XVIII Международного научно–практического форума студентов, аспирантов и молодых ученых «Молодежь и наука XXI века» и Декадника науки ИППО «Научный портал 2017» проведен Мастер–класс «Тайм–менеджмент в организации студенческой деятельности»;
 - проведен мастер–класс для педагогов–психологов Свердловского района по теме «Тайм–менеджмент»;
 - проведен тренинг для педагогов–психологов Свердловского района по теме «Pro время».

Основные направления исследования представлены и обсуждены на следующих конференциях:

1. VIII Психолого–педагогические чтения памяти Л.В. Яблоковой «Современное психолого–педагогическое образование» в рамках VI Международного научно–образовательного форума «Человек, семья и общество: история и перспективы развития» (27–30 октября 2017, Красноярск);
2. XVIII Международный научно–практический форум студентов, аспирантов и молодых ученых, посвященный 85–летию КГПУ им. В.П. Астафьева. Феномены и тенденции развития современной психологии, педагогики и менеджмента в образовании: материалы IV Всероссийской конференции школьников, студентов и молодых ученых, посвященной 155–летию со дня рождения Георгия

Ивановича Челпанова; пленум конференция «Социально–психологические контексты развития образования» в рамках VI Международного научно–образовательного форма «Человек, семья и общество: история и перспективы развития».

Результаты исследования отражены в следующих публикациях: «Некоторые аспекты учебно–познавательной мотивации и учебной самоорганизации» Молодежь и наука XXI века: XVIII Международный научно–практический форум студентов, аспирантов и молодых ученых, посвященный 85–летию КГПУ им. В.П. Астафьева [29]; «Потенциал технологии «Тайм–менеджмент» в развитии самоорганизации и учебной мотивации студентов педагогического вуза» XX Всероссийская студенческая научно–практическая конференция Нижневартковского государственного университета [Приложение Е].

Структура диссертации соответствует целям и задачам исследования, практической целесообразности изложения материала. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка, приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОЕКТА «ТАЙМ–МЕНЕДЖМЕНТ КАК СРЕДСТВО САМООРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА»

1.1. Теоретические аспекты проблемы самоорганизации учебной деятельности в психологической науке

Самоорганизация как фактор эффективности деятельности в современном инновационном мире обеспечивает своевременное достижение целей на разных этапах личностного и профессионального развития, но важность самоорганизации была осознана достаточно давно. В современной психологической науке первые исследования по самоорганизации появляются в двадцатые годы XX века, что объясняется интересом к проблеме научной организации труда. Приведем лишь некоторые, наиболее цитируемые и по сегодняшний день издания: «Научная организация труда: Учебное пособие для школ фабрично–заводского ученичества А.Ф. Журафского и «Азбука умственного труда» И.В. Ребельского [47; 110].

В середине XX века особый интерес проявлялся к вопросам самоорганизации самостоятельной учебной деятельности студентов. В качестве примера можно привести публикации А.А. Горцевского и М.И. Любицкой (Ленинградский государственный университет), а также П.А. Зайченко (Кишиневский государственный университет), посвященные организации самостоятельной работы студентов [39; 49].

В 1972 году понятие «самоорганизация» было включено в учебник по педагогике высшей школы и рассматривалось как система определенных умений и навыков, призванных оптимизировать труд учащегося [76].

В современных научных трудах существует множество трактовок понятия «самоорганизация». Теоретико–методологическую основу

исследований у большинства авторов составляют: общепсихологическая теория деятельности и личности (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев и др.); модель самоорганизации жизнедеятельности (И.И. Ильясов и В.Я. Ляудис); концепция осознанной саморегуляции деятельности человека (О.А. Конопкин и др.); целостная система самоуправления (Н.М. Пейсахов и др.).

Наиболее общие вопросы самоорганизации учебной деятельности освещены в исследованиях В.И. Андреева, Ю.К. Бабанского, П.Я. Гальперина, В.В. Давыдова, Н.В. Кузьминой, Н.Ф. Талызиной, Д.Б. Элькониной, В.А. Халанской. Исследования В.Н. Донцова, Н.С. Копеиной, О.Я. Устиновой, посвященные изучению самоорганизации у студентов вузов. В. Граф, И.И. Ильясов и В.Я. Ляудис рассматривали элементы самоорганизации в связи с выделяемым ими содержанием учебной деятельности.

Исследование В.Н. Донцова стало одной из первых теоретических работ по самоорганизации учебной деятельности. К компонентам структуры самоорганизации автор причисляет следующие: гностический, проектировочный, конструктивный, коммуникативный и собственно организационный [44].

Понятие «самоорганизация» имеет различные определения в научной литературе. Как деятельность и способность личности, связанную с умением организовать себя, определяет самоорганизацию К.К. Платонов. По мнению Н.В. Кузьминой, самоорганизация – это организация человеком собственного труда, своего времени в процессе труда и отдыха. Как осознанную совокупность мотивационно–личностных свойств, согласующихся с индивидуальными (природными) особенностями субъекта, оптимально воплощаемыми в приемах и результатах деятельности трактует данный феномен Н.С. Копеина [69; с. 123–130].

Достаточно часто перед учеными возникает проблема терминологии. Так случилось и в данном случае: различные авторы по–разному трактуют и соотносят между собой понятия «самоорганизация», «самоуправление» и

«саморегуляция». А.Д. Ишков полагает, что наиболее обоснованным можно считать подход Ю.А. Цагарелли, рассматривающего процессы самоорганизации, самоуправления и саморегуляции как различные проявления единой по своей сущности группы *психологических самопроцессов*. Данный подход охватывает все три взаимосвязанных понятия и позволяет использовать для решения проблемы самоорганизации результаты исследований в области саморегуляции и самоуправления [57; 137].

Представляет интерес мнение Е.П. Кринчик, который указывает, что разнообразие терминов и подходов к определению самоорганизации объясняется тремя обстоятельствами: во-первых, тем, что данная категория изучается в двух аспектах: психологическом и педагогическом; во-вторых, самоорганизация является сложным многоуровневым образованием, исследуя которое авторы делают акцент на различных его сторонах; в-третьих, к анализу самоорганизации учеными применяются различные подходы [73].

Анализ публикаций по проблеме позволяет констатировать, что существует несколько точек зрения (часто достаточно близких) на подходы к определению самоорганизации. Е.В. Дёмкина и Ю.С. Анисимов выделяют как основные четыре подхода: личностный, деятельностный, личностно-деятельностный (интегральный), технический. Проводя ретроспективный анализ взглядов ученых на классификацию понятий «самоорганизация» и «самообразование», Е.В. Дёмкина и Ю.С. Анисимов считают необходимым дополнить подходы к определению данных понятий акмеологическим, организационно-деятельностным и аксиологическим, появившимся относительно недавно [41; с. 47].

В работах А.Д. Ишкова и Е.П. Кринчик дано детальное описание четырёх основных подходов к определению сущности понятия «самоорганизация»:

1. Личностный подход: самоорганизация понимается как личностное образование; изучается свойство или комплекс личностных свойств, образующих или детерминирующих такое психологическое качество как организованность (личностная самоорганизация).

2. Деятельностный подход: самоорганизация рассматривается как процесс, состоящий из определенных этапов, и исследуется структура процесса самоорганизации, связи между компонентами (операций, функций, умений, навыков) структуры и их влияние на успешность организации самостоятельной деятельности. В деятельностном подходе к исследованию самоорганизации выделяют два направления: субстратно-функциональное и структурно-функциональное.

3. Интегральный (лично-деятельностный) подход: элементы процесса самоорганизации рассматривают в одном ряду с личностными характеристиками, детерминирующими самоорганизацию как психологическое качество.

4. Технический подход: изучают и разрабатывают приемы и техники, повышающие эффективность организации человеком собственной деятельности. Значительное место в техническом подходе, который часто реализуется в рамках других подходов, занимают методы научной организации умственного труда (НОУТ), самоменеджмента и тайм – менеджмента [58; 74].

Для разработки теоретических оснований нашего проекта чрезвычайно интересно описание последовательных стадий становления мотивационно-самоорганизационных состояний (адаптации, дифференциации, индивидуализации, саморегуляции), процесса формирования мотивации и самоорганизации учебной деятельности будущего учителя предложенное в исследованиях Е.П. Кринчик. Сущность самоорганизации трактуется исследователем с позиции лично ориентированного подхода. В контексте данного подхода самоорганизация учебной деятельности студентов определена как комплекс умений субъекта учебной деятельности самостоятельно ставить цели, планировать, организовывать, контролировать, оценивать, анализировать и корректировать процесс учения [74].

Представитель аксиологического подхода М.А. Реунова рассматривает и, на основе многоаспектного анализа, выделяет следующие подходы к самоорганизации учебной деятельности студента: аксиологический,

личностный, деятельностный, интегральный (лично–деятельностный) и технический. М.А. Реунова формулирует развернутое определение самоорганизации учебной деятельности, определяя данный вид самоорганизации как «процесс упорядоченной, сознательной деятельности, побуждаемой и направляемой целями и ценностями профессионально значимой учебной работы, осуществляемой системой волевых и интеллектуальных действий, адекватных ценностным ориентациям студентов; способность студента состояться в познании общении, соответствующим притязаниям к качеству образования и уровню жизни, всецело зависит от его индивидуальной вовлеченности в процесс самоорганизации учебной деятельности» [111; с. 9].

При разработке проекта мы учитываем выводы М.А. Реуновой о том, *что основой самоорганизации учебной деятельности является устойчивая ориентация студентов на время как ценность. Использование образовательной технологии «тайм–менеджмент» для развития самоорганизации учебной деятельности студентов первого курса невозможно без учета того факта, что самоорганизация учебной деятельности студентов интегрирует в своем содержании ценностно–смысловое единство когнитивного (знаний студента о тайм–менеджменте), аксиологического (ценностное отношение к феномену самоорганизации, времени), деятельностного компонентов (умения самоорганизации учебной деятельности)* [111, с. 11].

Попытку объяснения существования различных научных подходов к пониманию самоорганизации предпринимает Н.Н. Рыбакова и отмечает, что научное толкование данного феномена зависит от объекта самоорганизации, т. е. в одном случае самоорганизация понимается как умение или комплекс умений, входящих в структуру деятельности, в другом как свойство или комплекс личностных свойств [112].

Исследователи отмечают важность работы над формированием умений самоорганизации на этапе старшей школы [16]. Рассматривая теоретические

основы университетского менеджмента важное значение самоорганизации отводит Г.В. Белая [15].

Полноценное освещение всех аспектов самоорганизации невозможно без упоминания результатов исследований А.Д. Ишкова, представленных в монографии и многочисленных публикациях. Ученый представляет собственную голографическую модель целостной структуры процесса самоорганизации и перечисляет компоненты самоорганизации, к которым он относит один личностный компонент – волевые усилия, и пять функциональных компонентов:

1. Целеполагание.
2. Анализ ситуации.
3. Планирование.
4. Самоконтроль.
5. Коррекция [57].

Самоорганизация в самом общем понимании означает самодвижение, самоструктурирование, самодетерминацию природных, естественных систем и процессов [45].

Самоорганизацию как интегральную совокупность природных и социально приобретенных свойств, воплощенную в осознаваемых особенностях воли, интеллекта, мотивах поведения и реализуемую в упорядоченности деятельности и поведения определяют М.И. Дьяченко и Л.А. Кандыбович [46].

На основании результатов комплексного исследования индивидуально–психологических особенностей личности студентов и их связи с успешностью обучения Н.С. Копейна приходит к выводу, что понятие «самоорганизация» представляет собой «осознанную совокупность мотивационно–личностных свойств, согласующихся с индивидуальными особенностями субъекта, оптимально воплощаемыми в приемах и результатах деятельности», и в соответствии с этим выделяет три основных структурных

компонента самоорганизации: мотивация, стиль учебной деятельности, самопознание [69].

По мнению Т.О. Гордеевой, самоорганизация представляет собой «комплекс личностных структур сознания, которые обеспечивают стремление к самоанализу, самоконтролю, саморегуляции, умение предвидеть, целеустремленность, самокритичность, самодисциплину; это последовательное и целенаправленное применение испытанных методов работы в повседневной практике для оптимального использования своего времени, то есть максимальное использование собственных возможностей, сознательное управление течением своей жизни и преодоление внешних обстоятельств как в учебе, на работе, так и в личной жизни» [37; с. 238]. Т.О. Гордеева особо выделяет важность обучения процессу целеполагания и стратегиям саморегуляции в учебной деятельности и определяет данную задачу как одну из самых значимых задач современного образования. Автор указывает, что современный студент должен быть способен осознанно выделять ближайшие и дальние учебные цели, способы их достижения, само мониторингом процесса их выполнения. [37].

Выводы и толкование понятия Т.О. Гордеевой придерживается и подтверждает в своем исследовании Т.Н. Козловская, рассматривающая самоорганизацию времени как значимый фактор в формировании «образа будущего» студента университета [66].

В исследованиях В.А. Смирнова самоорганизация определяется как совокупность навыков и умений рационального распределения учебного и свободного времени, а также оценки результативности учебной деятельности [122].

По утверждению С.И. Розум самоорганизации деятельности определяется соотношением и особенностями внутренней организации субъекта, теми особенностями, которые можно рассматривать в качестве так называемых «параметров порядка», учитываемых в синергетике. Ученый приходит к обоснованному заключению, что в силу индивидуальности этих

параметров, их способности к развитию, переструктурированию, и изменению самоорганизацию деятельности нельзя представить в виде законченной схемы, завершеного процесса. В труде, посвященном образовательным технологиям, подготовленном научной школой под руководством Н.В. Бордовской, С.И. Розум подготовил раздел, где высказывает убеждение, что обусловленность самоорганизации деятельности спецификой индивидуально–личностной организацией субъекта, в которой саморегуляция выступает в качестве не только механизма волевого управления (совладания), но и функционального звена, связующего внешний и внутренний уровни самоуправления, обеспечивающего межуровневые процессы обмена энергией саморегуляция привносит в структуру самоорганизации деятельности волевой энергетический вектор управления собственной активностью, преобразуя «плоскостную» модель последовательного движения субъекта от цели к результату в объемную схему проекции индивидуально–личностных особенностей субъекта на саму деятельность [23].

Одну из важнейших характеристик саморегуляции – способность субъекта соотносить свои возможности и индивидуальные особенности с характером решаемых задач выделяет К.А. Абульханова–Славская, исследуя стратегии жизни личности, и называет саморегуляцию механизмом, обеспечивающим направляющую и активизирующую позицию субъекта, оптимизирующим психические возможности, компенсирующим недостатки, изменяющим индивидуальные состояния в связи с поставленными задачами и событиями жизнедеятельности [1]. Принимая во внимание исследования К.А. Абульхановой–Славской, Ю.А. Цагарелли и других ученых, С.Н. Костромина разделяет термины «самоорганизация» и «саморегуляция» и предлагает структурно–функциональную модель самоорганизации, справедливо полагая, что с психологической точки зрения, следует понимать самоорганизацию как интегральную совокупность природных и социально приобретенных свойств, воплощенную в осознаваемых особенностях воли, интеллекта, мотивов и реализуемую в структурно–функциональной упорядоченности выполняемой

человеком деятельности через индивидуальную траекторию саморегуляции. Автором выделены шесть основных составляющих процесса самоорганизации деятельности человека: целеполагание, анализ ситуации, планирование, самоконтроль, коррекция, личностный компонент, волевые усилия, волевая регуляция [70; с. 155–158]. Отметим, что во всех изданиях по тайм-менеджменту предполагается формирование или совершенствование именно данных компонентов: на этом настаивают такие авторы как Г. Архангельский, Ю.Л. Васильченко, Й. Кноблаух, Д. Моргенстерн, Л.Д. Филиогло и В.В. Нюренберг, E. Coudry, L. Einfalt, A. Letarte, E. Püschel и другие [11; 25; 63; 95; 132; 142; 144; 149; 156].

Самоорганизация деятельности, по определению С.Н. Костроминой, является «системным понятием, интегрирующим своей структуре все разнообразие самопроцессов (самоуправление временем – time-management, самоанализ, самодиагностику, самопроектирование, самоконтроль, самооценку, самораскрытие, самоактуализацию, саморегуляцию, самоопределение, самовоспитание, самообразование и т.д.)» [70; с. 154].

Самоорганизация, в нашем случае, самоорганизация учебной деятельности, предполагает систему сознательных актов, направленных на достижение необходимого результата, в том числе и сознательное управление своей психикой. Можно предположить, что в зависимости от того, какой деятельностью овладевает человек на субъектном уровне, будут актуализироваться и востребоваться те характеристики (умения и навыки), которые наиболее оптимальным образом обеспечат управление, регулирование и эффективное достижение целей деятельности.

Рассматривая в данном ракурсе самоорганизацию учебной деятельности, очевидно, что это будут те учебные умения и навыки, которые позволяют студенту и особенно студенту младших курсов, быть автором и распорядителем своего времени и своей учебной активности.

Психологические особенности самоорганизации личности студентов рассмотрены в исследованиях Н.Г. Баженовой [14]. Представляет интерес

модель самоорганизации деятельности, разработанная С.Н. Костроминой и выводы исследователя о том, что психологический потенциал субъекта определяет особенности самоорганизации его деятельности, а сама деятельность и структура ее самоорганизации служат условиями личностного роста человека, обуславливают процессы самодостраивания, самоизменения, самоконструирования [70; с. 160].

Собственное видение феномена самоорганизации и глубокий анализ психологической структуры учебной деятельности с позиций субъектно–деятельностного подхода представляют А.В. Зобков и А.С. Турчин. При рассмотрении проблемы учебной деятельности и анализе особенностей учебной деятельности будущих педагогов, авторы выделяют принципы, которые так или иначе определяют профессиональную состоятельность человека на педагогическом поприще:

- принцип социальной ответственности;
- принцип личностного подхода к обучению и воспитанию.
- принцип гуманизации образовательного процесса.
- принцип профессиональной компетентности и одновременно защищенности педагога [52; с. 6].

Основываясь на анализе материалов по проблеме, А.В. Зобков и А.С. Турчин выделяют следующие основные структурные компоненты учебной деятельности: мотивационный и операциональный. В качестве характерных особенностей учебной деятельности определены:

- *направленность учебной деятельности на освоение других видов человеческой деятельности – практической, познавательной, ценностно ориентировочной, эстетической и др., а также на овладение самой учебной деятельностью;*
- *направленность учебной деятельности субъекта «на себя», на получение «внутреннего» для субъекта результата – освоения нового для обучающегося опыта в виде знаний, умений и навыков, развития способностей, ценностных отношений и т.д.;*

- *инновационность* учебной деятельности, что осложняет данный вид деятельности, направленный на освоение нового для обучающегося опыта;
- *парадоксальность* учебной деятельности, по мнению авторов, заключается в том, что, учебная деятельность постоянно инновационна, но цели ее чаще всего задаются извне: учебным планом, программой, учителем и т.д. Исключение составляют взрослые обучающиеся, у которых учебная деятельность, как правило, осознанно направлена на решение конкретных проблем;
- влияние на учебную деятельность *возрастной сензитивности*, то есть присущих определенному возрасту учащегося оптимальных периодов развития психологических и физиологических свойств и качеств личности, а также возрастных кризисов, определяемых границами стабильных возрастов;
- в ходе онтогенеза обучающийся *последовательно осваивает способы деятельности, свойственные организационным типам культур*, сформировавшимся в филогенезе в процессе общественно–исторического развития человечества: традиционной, ремесленной, профессиональной, проектно–технологической;
- *изменение обучающихся* в зависимости от ведущего типа организационной культуры и изменение в ходе общественно–исторического процесса системы принятых в обществе взглядов на [52; с. 15–17].

К выводу о том, что сама сущность самоорганизации как системы раскрывается в ее структуре: совокупности устойчивых связей, обеспечивающих целостность процесса, приходит О.Н. Логвинова. Рассуждая о развитии функции целеполагания в процессе самоорганизации учебной деятельности школьников, автор констатирует, что сознательное владение структурными компонентами процесса самоорганизации помогает учащимся

успешнее осуществлять учебную деятельность [84; с. 37]. Самоорганизацию как важный фактор успешной учебной деятельности рассматривает Н.А. Афанасьева [13].

Самоорганизация учебной деятельности студентов с позиции личностно-ориентированного подхода определена Г.В. Коган как комплекс умений субъекта учебной деятельности самостоятельно ставить цели, планировать, организовывать, контролировать, оценивать, анализировать и корректировать процесс учения. Структурные звенья учебной деятельности представляются автором в следующем виде: сосредоточение внимания студента на учебной ситуации – ориентировка его в деятельности – постановка цели деятельности – стремление к ее достижению, выполнение учебных действий – контроль (самоконтроль) и корректировка учебных действий – оценка (самооценка) полученных результатов. Данная структура названа мотивационно-самоорганизационной основой учебной деятельности, а возбуждаемые психические состояния, определены как адекватные элементам данной последовательности [65; с. 10–11].

Для диагностики самоорганизации учебной деятельности Г.В. Коган выделяет комплексные умения и их слагаемые: умение определять и формулировать цели и задачи своей учебной деятельности; умение диагностировать и анализировать состояние свое и учебной деятельности; умение планировать и конструировать процесс учебной деятельности; умение организовывать осуществление учебной деятельности в соответствии с планом; умение оценивать свою учебную деятельность и ее результаты с выходом на рефлексивную позицию; умение корректировать и совершенствовать свою учебную деятельность [65; с. 13].

Как полагают отечественные и зарубежные исследователи, отличительной особенностью любой самоорганизации является ее целенаправленный, но вместе с тем естественный, спонтанный характер. Такая обусловленность самоорганизации деятельности спецификой индивидуально-личностной организации субъекта, в которой саморегуляция

выступает в качестве не только механизма волевого управления (совладания), но и функционального звена, связующего внешний и внутренний уровни самоуправления, обеспечивающего межуровневые процессы обмена энергией, позволяет с психологической точки зрения понимать самоорганизацию как интегральную совокупность природных и социально приобретенных свойств, воплощенную в осознаваемых особенностях воли, интеллекта, мотивов и реализуемую в структурно–функциональной упорядоченности выполняемой человеком деятельности через индивидуальную траекторию саморегуляции. Такие позиции изложены в трудах С.Н. Костроминой, Е.И. Deci, R.M. Ryan [70; 141].

Анализ теоретических материалов по проблеме самоорганизации позволяет сделать следующие выводы:

- все чаще ученые обращаются к исследованию различных аспектов самоорганизации и в последние 20 лет возрастает интерес к самоорганизации учебной деятельности студентов, обучающихся в учебных заведениях гуманитарного, технического, военного, спортивного профиля (М.А. Реунова, Г.Н. Гмызина, С.Н. Костромина, С.С. Котова, О.Н. Шахматова, С.С. Куликова, Я.О. Устинова, В.А. Филоненко, В.А. Халанская, S. Dupont, B. Galand, J. Mignon, V. Monfort и др.);
- сопоставление различных трактовок понятия позволяет принять в качестве интегративного рабочего определения следующую формулировку: самоорганизация учебной деятельности – это процесс упорядоченной, сознательной деятельности, побуждаемой и направляемой целями и ценностями профессионально значимой учебной работы, осуществляемой системой волевых и интеллектуальных действий, адекватных ценностным ориентациям студентов.

1.2. Тайм–менеджмент как технология

Тайм–менеджмент (англ. Time Management), управление временем, организация времени, технология организации времени и повышения эффективности его использования. Управление временем определяется как действие или процесс тренировки сознательного контроля над количеством времени, потраченного на конкретные виды деятельности, при котором специально увеличиваются эффективность и продуктивность.

Словосочетание «управление временем» рассматривается отечественными специалистами как тождественное термину «Time Management». Термин «тайм–менеджмент» можно воспринимать как не вполне корректный: нельзя управлять временем, но можно его организовать, однако данный термин стал частью современного языка и используется в научной литературе и в обиходе наряду с термином «организация времени». В немецком языке употребляются термины «Selbstmanagement», «Zeitplanung», «Zeitmanagement», а во французском словосочетание «gestion du temps» либо англоязычный вариант «Time Management». В данном исследовании мы будем пользоваться термином «тайм–менеджмент».

Управление временем или тайм–менеджмент – это междисциплинарный раздел науки и практики, посвященный изучению проблем и методов оптимизации временных затрат в различных сферах и отраслях человеческой жизнедеятельности. Тайм–менеджмент имеет обширные междисциплинарные связи с философией, психологией, социологией, биологией, физикой и другими науками, поскольку изначально тайм–менеджмент был разделом общего менеджмента. Учет данных смежных наук необходим для эффективного управления временем.

Наш научный интерес составляет использование возможностей образовательной технологии «Тайм–менеджмент» для совершенствования навыков самоорганизации студентов первого курса педагогического университета. Основываясь на трудах В.П. Беспалько, В.П. Боголюбова, Н.В.

Бордовской, М.А. Реуновой, Г.К. Селевко, представляется возможным прийти к выводу, что тайм–менеджмент можно рассматривать в трех аспектах: как науку, как учебную дисциплину и как самостоятельную эффективную педагогическую технологию [17; 18; 23; 111; 114].

Подтверждением научного и практического интереса к использованию потенциала образовательной технологии «Тайм менеджмент» в учебном процессе может быть далеко не полный перечень авторов наиболее известных и востребованных отечественных и зарубежных учебных пособий, практикумов, методических рекомендаций, дистанционных курсов по освоению техник и приемов тайм–менеджмента, ориентированных на студентов, которые были изучены в ходе исследования: Ю.Л. Васильченко, Е.С. Глухова, М.В. Долинова, С.И. Калинин, С.С. Котова и О.Н. Шахматова, Н.В. Моргунова и Р.В. Моргунова, Л.Д. Филиогло и В.В. Нюренберг, S. Vujoņ, E. Coudry, L. Einfalt, A. Letarte, F. Lafond, E. Morin, E. Püschel и др..

Необходимо, следуя С. Кови, отмечающего как одну из особенностей современного тайм–менеджмента его дифференциацию, ориентацию и адаптацию на запрос целевой аудитории, в нашем случае студентов младших курсов педагогического университета, конкретизировать определение и уточнить, что такое тайм–менеджмент студента университета [64]. Здесь мы принимаем определение данного понятия М.А. Реуновой, определяющей тайм–менеджмент студента университета как «последовательное и целенаправленное использование испытанных техник организации личной и учебной деятельности в повседневной практике с целью оптимального использования своего времени» [111, с. 65].

Специфической чертой современной социокультурной, экономической и политической реальности являются: высокие темпы жизнедеятельности, возникновение ситуаций неопределенности и многозначности, когда человек сталкивается с необходимостью принимать самостоятельные и ответственные решения, быть конкурентоспособным и уметь совмещать в жизненных планах

различные линии самореализации: профессиональную, карьерную, творческую, семейную.

Всестороннее развитие личности студента педагогического вуза в контексте формирования компетенций необходимых для дальнейшей профессиональной деятельности невозможно без повышения уровня развития навыков самоорганизации. А.В. Смирнов в своем диссертационном исследовании и публикациях отмечает высокий процент студентов, у которых фиксируется полное отсутствие «личного менеджмента», отсутствие умения рационально планировать свой день, отмечаются низкие показатели личной значимости планирования собственного времени [122].

Необходимо учитывать и то обстоятельство, что повышение уровня сформированности навыков самоорганизации и тайм-менеджмента может способствовать обеспечению и сохранению психологического здоровья студентов [68]. Модернизация образовательных программ профессионального образования должна обеспечивать гибкость и индивидуализацию процесса обучения с целью повышения результативности работы преподавателей и самостоятельности учебной деятельности студентов.

Использование любой образовательной технологии сопряжено с философским осмыслением образовательного процесса. Мы опирались на исследования Н.Г. Фроловой, отмечающей, что «основным механизмом процесса гуманизации образования является собственная активность личности обучаемого, включенной в образовательный процесс в качестве его субъекта [133; с. 3]. Проектирование нового содержания образования (в нашем случае содержание модуля «Тайм-менеджмент»), необходимо учитывать переосмысление ценностей в культуре: не образование определяет жизненную стратегию личности, но личность разрабатывает стратегию своей жизни. Таким образом, содержание образования должно быть обращено к формированию личностного смыслополагания [133; с. 14].

Основываясь на герменевтическом подходе Н.Г. Фроловой представляется возможным представить компоненты образовательной технологии «Тайм–менеджмент» в виде философской тетрады (Рис.1).

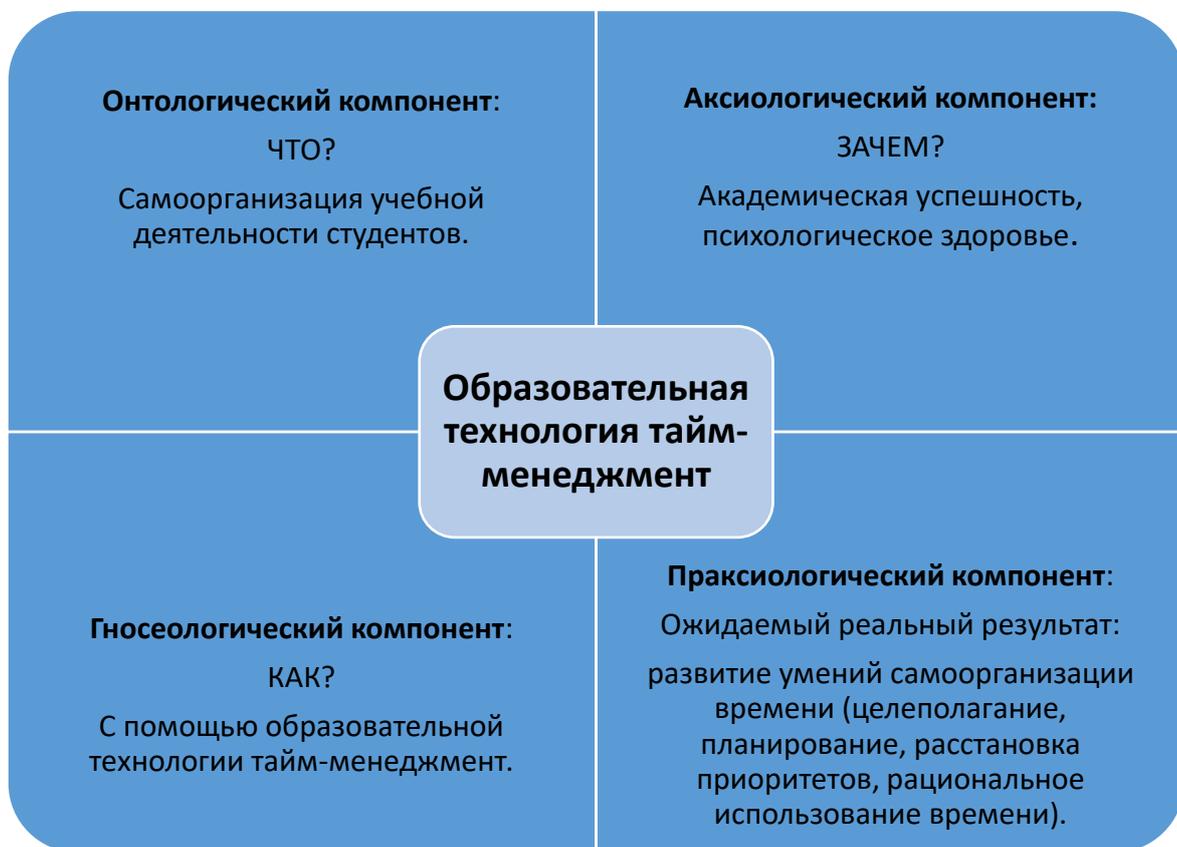


Рис.1. Компоненты образовательной технологии «Тайм–менеджмент».

Французский философ Эдгар Морэн (Edgard Morin) в пятой главе «Лицом к неопределенности» (*Affronter les incertitudes*) труда, название которого переводится на русский язык как «Семь компетенций образования будущего» («*Les sept savoirs nécessaires à l'éducation du futur*») созданного по заказу ЮНЕСКО, пишет о том, что сегодня важно научить ориентироваться в океане неопределенности, сформировать стратегические навыки, которые помогут противостоять неожиданным вызовам и пользоваться знаниями, полученными в ходе образования для коррекции жизненных стратегий [153; с. 43].

Созвучны идеям Э. Морэна выводы К. А. Абульхановой и Т.Н. Березиной, представленные в монографии «Время личности и время жизни», где дан

глубокий анализ таких временных способностей личности как планирование, своевременность и др., существенных для тайм-менеджмента. Сам способ социальной жизни, как отмечают авторы, все чаще ставит человека в ситуацию дефицита времени, проявляющемся либо в чрезмерно высоком темпе жизни, неадекватном ее глубине и содержанию, либо в необходимости принятия радикальных решений (или действий), которые требуют иного объема времени, чтобы достичь необходимой конструктивности [3; с. 11].

Описывая инновационные образовательные технологии, А.П. Панфилова отмечает, что в условиях перемен основным инструментом генеративного обучения являются метанавыки, позволяющие управлять своими базовыми навыками в условиях непредвиденных обстоятельств. Метанавыки, призваны, по мнению этого автора, обеспечить: повышенную адаптивность индивидуальных и групповых навыков; повышенную предрасположенность к автономному принятию решений; эмоциональную предрасположенность к работе в условиях перемен. Метанавыки, как правило, не имеют отношения к профессиональной специализации, но позволяют тем, кто ими овладел, адаптировать имеющиеся у них знания к новым обстоятельствам, целям и задачам [102; с. 14].

Самоорганизация является фактором определяющим эффективность учебной деятельности студента. Значимость времени в жизни будущего педагога определяется умением рационально распределять свои психологические ресурсы для выполнения социальных задач, для реализации собственных индивидуальных потребностей и целей жизни, достигая при этом социального признания, испытывая личностную удовлетворенность.

Исследователи связывают самоорганизацию с такими понятиями как временная компетентность и временная перспектива личности. в этом случае будет уместно сослаться на И.С. Калинин, который представляет временную компетентность как знание технологии управления временем на основе использования таких критериев, как легкость и простота применения, экономичность, эффективность, естественность и положительные эмоции [60].

Анализ временной (у других авторов темпоральной) компетентности проводит Д.М. Мельникова и формулирует интегративное определение понятия. Временная компетентность представляется исследователем как «многофакторное свойство личности и всей психической организации, система интеллектуальных, мотивационных, ценностно–смысловых, эмоциональных, волевых и поведенческих личностных качеств, формирующихся на основе жизненного опыта или в условиях специально организованной педагогической деятельности (тренинги по тайм–менеджменту), обуславливающих развитие специфических темпоральных способностей и позволяющих на новом уровне регулировать жизнедеятельность, осуществлять самореализацию в полном объеме, интегрировать социальные требования и индивидуальные потребности. Это также теоретическая и практическая готовность человека действовать максимально эффективно и продуктивно в различных условиях, включая ситуации неопределенности, многозначности, что обеспечивает ему высокий уровень адаптивности» [92, с. 192].

Взаимосвязь показателей самоорганизации и временной перспективы личности составляет один из аспектов научного интереса С.А. Юдина, указывающего на тот факт, что самоорганизация – это многоуровневый процесс, включающий в себя все этапы формирования деятельности. [138; с. 152].

Временная перспектива определяется такими авторами как А.В. Серый и Е.М. Вечканова в качестве существенного компонента образа «Я» человека, во многом определяющего его способность идентифицировать себя как субъекта деятельности. Ученый исходит из того, что для построения плана собственной деятельности необходимо осознание собственного будущего, и подчеркивает важность временной перспективы личности в процессе самоорганизации [120; с. 238 – 247]. Пространственно–временные факторы организации деятельности изучены Т.В. Доброхотовой и Н.Н. Брагиной [43].

Прежде чем приступить к рассмотрению характеристик образовательной технологии «Тайм–менеджмент», необходимо представить краткую

историческую справку об этапах становления и развития тайм-менеджмента как раздела науки управления, равно как и об этапах включения тайм-менеджмента (как технологии) в образовательную практику.

Ученые, педагоги, психологи, бизнес-консультанты и коучи, занимающиеся проблемами эффективного использования времени, часто ссылаются на работу С. И. Калинина «Тайм-менеджмент: Практикум по управлению временем», где автор представляет подробный анализ становления тайм-менеджмента за рубежом и в России [59]. С.И. Калининым выделены три этапа развития тайм-менеджмента. Первый этап определен как «тейлоризм» и датируется 1910–1940 годами.

В те же годы российские ученые разработали оригинальные принципы научной организации труда (НОТ) на основе собственных исследований и изучения зарубежного опыта организации и управления производством. Основное внимание человеческому фактору, личной эффективности уделял такой ученый как А. К. Гастев. В 1920 году А. К. Гастев основал и возглавил Центральный институт труда (ЦИТ), а также разработал авторские инструменты тайм-менеджмента (например, хронокарта Гастева) [32]. Несколько позже проблемами эффективного использования времени занимался создатель международной Лиги «Время» (1926) П. М. Керженцев [62].

Второй этап 1950–1990 годы определяется учеными как период «классического тайм-менеджмента» (С.А. Калинин, М.А. Реунова). В эти годы активно разрабатывались два направления тайм-менеджмента: теоретическое и прикладное, а использование методов математики и кибернетики оказало существенное влияние и на развитие менеджмента как науки в целом [59; с. 94]. Следует упомянуть о появлении в 1959 году книги Джеймса Мак-Кея «Управление временем» (Mc Kay J. T. The Management of Time. N. J., 1959), которая считается первым серьезным руководством по теории и практике тайм-менеджмента. Д. Мак-Кей предложил комплексную систему тайм-менеджмента и рекомендации по самоменеджменту.

В 1967 году свою систему тайм–менеджмента предложил Питер Друкер в книге «Эффективный управляющий», а несколько позже Алан Лакейн разработал и успешно апробировал эффективные системы тайм–менеджмента в IBM, Bank of America и других корпорациях. Книга А. Лакейна «Искусство успевать» известна во всем мире [80].

Из европейских специалистов по тайм–менеджменту нельзя не назвать Лотара Й. Зайверта–автора «Десяти золотых правил планирования» и многочисленных книг по тайм–менеджменту, основателя Института рационального использования времени. Зайверт придерживался схемы «Тайм–менеджмент по функциям» и указывал, что управление временем аналогично управлению бизнесом (организацией) и включает в себя аналогичные функции и этапы: целеполагание, планирование, принятие решений.

Для «классического тайм–менеджмента» характерно четкое разделение персонального тайм–менеджмента («индивидуального» и «ролевого») и организационного тайм–менеджмента («социального») [59; с. 96, 111; с. 59].

Развитие тайм–менеджмента в СССР в 1960–1990 годах связано с двумя системами и, соответственно, с именами их авторов: система хронометража профессора А. А. Любищева и теория решения изобретательских задач (ТРИЗ) Г. С. Альтшуллера.

Система А. А. Любищева и сегодня рекомендуемая к изучению многими специалистами в области тайм–менеджмента (М. Долинова, Г. Архангельский и др.), позволяет с высокой точностью нормировать индивидуальные виды деятельности и достигать долгосрочных целей. Аналогом зарубежных «тренингов креативности» (creativity thinking) стала система ТРИЗ Г.С. Альтшуллера.

Конец XX–начало XXI века определяется отечественными авторами как третий современный этап, когда тайм–менеджмент, становится некой социальной практикой и одним из важнейших направлений бизнес–консультирования. Этот период ассоциируется с такими авторами как

С. Кови, Б. Трейси, А. Лакейн и ряд других консультантов и исследователей в области личной организации времени.

Стивен Кови, в свою очередь, выделяет четыре поколения специалистов, занимающихся тайм-менеджментом:

- первое – это теоретики и практики, сосредоточенные на формальном описании деятельности, позволяющем провести инвентаризацию и учет времени;
- второе – те, кто осуществил переход от учета использованного времени к планированию будущего;
- третье – большая группа исследователей, которые обратились к проблеме приоритетов, то есть к проблеме соотношения фактических трат времени и планов с ценностями, а также к оперативному краткосрочному планированию и контролю над выполнением поставленных задач – реальной эффективности [64].

По мнению С.А. Калинина для зарубежного тайм-менеджмента XXI века характерны три тенденции (выводы С.А. Калинина цитируются и другими исследователями). Как первая тенденция выделяется гуманизация, подразумевающая приоритет индивидуального тайм-менеджмента, связанного с личностным ростом и самосовершенствованием. С.А. Калинин полагает, что «гуманизацию» тайм-менеджмента можно трактовать как его «психологизацию», сближение с психологией личностного самопознания, развития и самосовершенствования, с различными духовными практиками. Вторая тенденция определена как дифференциация по потребительскому принципу, когда запрос потребителя обуславливает появление многочисленных разновидностей тайм-менеджмента: «христианский тайм-менеджмент», «феминистский тайм-менеджмент», «тайм-менеджмент для студентов» (который будет подробно представлен в разделе 1.3) и др. Третья тенденция – это компьютеризация, использование различных цифровых «помощников» [59; с. 102].

Следует отметить, что начало XXI века в отечественной школе организации личного времени отмечено рядом научных исследований, достижений и наработок. В 2007 году была открыта первая в России кафедра тайм-менеджмента в Московском финансово-промышленном университете «Синергия», началось создание научной и научно-педагогической школы в области организации времени. Широко известна московская консалтинговая фирма «Организация времени», возглавляемая Г.А. Архангельским. Авторский подход к управлению временем изложен в книге «Организация времени: от личной эффективности к развитию фирмы» и в других многочисленных публикациях.

Российская межвузовская площадка электронного образования «Универсариум» предлагает курс «Тайм-менеджмент», который разработан и представлен А.Г. Краснобабцевым-тренером-консультантом, генеральным директором тренинговой компании "Key Solutions [161].

Национальный Исследовательский Университет Высшая школа экономики на странице «Образовательное видео» официального сайта учреждения предлагает серию лекций психолога Марии Долиновой по тайм-менеджменту в университете. Лекции ориентированы как на преподавателей, так и на студентов [160].

Исследуя потенциал «Тайм-менеджмента» как технологии для развития самоорганизации студентов, необходимо руководствоваться рядом принципов тайм-менеджмента, которые разработаны зарубежными и отечественными специалистами. Данные принципы базируются на исследованиях И.И. Ильясова, О.А. Конопкиной, В.Я. Ляудиса, Н.М. Пейсахова, Я.О. Устиновой и других авторов. Ученые пришли к выводу, что принципами тайм-менеджмента являются:

- кропотливая самостоятельная работа;
- индивидуальность решения;
- необходимость отслеживания собственной эффективности;
- мышление, направленное на эффективность;

– достижимость и неисчерпаемость резервов эффективности.

Рассматривать тайм-менеджмент в качестве инновационной педагогической технологии (как было указано выше) в отечественной образовательной практике предложила в своем диссертационном исследовании М.А. Реунова [111; с. 69].

Необходимо указать, что зарубежные авторы гораздо раньше проявили интерес к студенческому тайм-менеджменту как к одному из необходимых условий академической успешности. Можно сослаться на пособие для студентов «Концентрация и управление временем» (Letarte André, Lafond François «La concentration et la gestion du temps») А. Летарт и Ф. Лафон, четвертое издание которого было опубликовано Центром психологической помощи Университета Лавалья (Квебек, Канада) в 1999 году [148]. По настоящее время этот Центр действует, и психологи разрабатывает для студентов материалы, помогающие в организации учебной деятельности и обеспечивающие академическую успешность [170].

Европейские авторы часто ссылаются на исследование С. Дюпон, М. Де Клерка и Б. Галан (Dupont Serge, De Clercq Mikaël et Galand Benoît) «Предикторы успешности при получении высшего образования» (Les prédicteurs de la réussite dans l'enseignement supérieur), где студенческий тайм-менеджмент, освоение его техник и приемов определен как один из важнейших факторов обеспечения успешности в обучении [143]. В 2015 году указанные авторы представили научному сообществу результаты анализа публикаций (за предшествующие 30 лет), посвященных факторам, обеспечивающим академическую успешность студентов вузов [143].

Система формирования умений самоменеджмента и планирования времени, ориентированная на студентов, изложена в книге Эдит Пюшель (Püschel Edith) «Самоменеджмент и планирование времени» (Selbstmanagement und Zeitplanung). Отметим, что тематика и логика изложения материала совпадает с общепринятой и включает работу над целеполаганием, планированием, формированием умений избавляться от хронофагов. [156].

Следует, однако, подчеркнуть, что в зарубежных публикациях речь не идет о технологии, а скорее о техниках и приемах тайм-менеджмента, тогда как М.А. Реунова вводит понятие «педагогическая технология Тайм-менеджмент». В нашем случае, вслед за Г.К. Селевко, считаем обоснованным употребление термина «образовательная технология Тайм-менеджмент», поскольку целью нашей работы является рассмотрение тайм-менеджмента именно в этом качестве, для чего требуется уточнить сущность исходного понятия, каковым является понятие педагогическая/образовательная технология.

В научной литературе можно найти различные определения педагогической технологии. Один из первых в отечественной науке обратился к рассмотрению образовательных технологий В.А. Сластенин [121]. В.П. Беспалько определяет педагогическую технологию как содержательную технику реализации учебного процесса, как совокупность средств и методов воспроизведения теоретически обоснованных процессов обучения и воспитания, позволяющих успешно реализовывать поставленные образовательные цели, а также как проект педагогической системы, реализуемый на практике [17; с. 78].

По определению Б.Г. Лихачева педагогическая технология – это совокупность психолого-педагогических установок, определяющих специальный набор и компоновку форм, методов, способов, приемов обучения, воспитательных средств; она есть организационно-методический инструментарий педагогического процесса [83; с. 104].

В работах В.М. Монахова педагогическая технология трактуется как продуманная во всех деталях модель совместной педагогической деятельности по проектированию, организации и проведению учебного процесса с безусловным обеспечением комфортных условий для учащихся и учителя [93].

Признанный специалист в области педагогических и образовательных технологий в двухтомнике «Энциклопедия образовательных технологий» (2005) приводит исчерпывающий обзор научных подходов к трактовке и характеристикам современных образовательных и педагогических технологий

[114]. С точки зрения Г.К. Селевко правомерно выделение четырех позиций в научном понимании и употреблении термина "педагогическая технология", а именно: педагогические технологии как средство; как способ; как научное направление и как многомерное понятие. Сам ученый трактует педагогическую (образовательную) технологию как многомерное понятие и определяет педагогическую (образовательную) технологию как систему функционирования всех компонентов педагогического процесса, построенная на научной основе, запрограммированную во времени и в пространстве и приводящую к намеченным результатам. Педагогическая технология имеет горизонтальную структуру и содержит, по мнению Г.К. Селевко три основных взаимосвязанных компонента: научный, формализованно-описательный и процессуально-деятельностный [114; с. 38]. Современные исследователи достаточно часто обращаются к рассмотрению технологий [56; 104].

На наш взгляд некоторые авторы слишком большое внимание уделяют технической стороне, забывая о психологических законах формирования умений. В этой связи упомянем одну из недавних публикаций по проблемам современных образовательных технологий, а именно на статью И.М. Истоминой и А.И. Никашина, посвященную опережающим технологиям самоорганизации [56].

В виде формулы представляет педагогическую технологию «тайм-менеджмент» М.А. Реунова. В понимании этого автора технология «Тайм-менеджмент» является результатом сложения следующих элементов: цель (развитие самоорганизации учебной деятельности студента средствами педагогической технологии «тайм-менеджмент») + задачи (формирование умений тайм-менеджмента для личностного роста студента) + содержание (разделы дисциплины) + методы (диалогический, эвристический) + формы обучения (лекции, практические занятия, самостоятельная работа) [111; с. 70]. В понимании исследователя педагогическая технология «Тайм-менеджмент» является содержательным обобщением, которое может быть представлено

когнитивным, аксиологическим и деятельностным аспектами. Данный вывод М.А. Реунова подтверждается следующими аргументами:

- 1) Технология «Тайм–менеджмент» является частью педагогической деятельности.
- 2) Технология «Тайм–менеджмент» предполагает определенный алгоритм реализации, совокупность целей, содержания организации индивидуальной работы в соответствии с требованиями профессиональной компетенции, обеспечение результата. Очень важна ориентация студентов на время как важнейшую ценность (категории, понятия и закономерности тайм–менеджмента применяются на основе аксиологического подхода).
- 3) Технология «Тайм–менеджмент» осуществляется на практике путем функционирования всех личностных, инструментальных и методологических педагогических средств и, одновременно, функционирует в качестве способов деятельности, предлагающей наиболее рациональные пути обучения, и в качестве принципов и регулятивов, применяемых в обучении, и в качестве реального процесса обучения.
- 4) Тайм–менеджмент – это технология, позволяющая использовать невосполнимое время жизни в соответствии с личными и учебными целями и ценностями [111; с. 71].

Пользуясь классификацией Г.К. Селевко, можно сделать вывод, что образовательная технология «Тайм–менеджмент» имеет как характеристики технологий развивающего обучения, так и технологий на основе эффективности управления и организации учебного процесса. Управление в этом случае включает: целеполагание, планирование, организацию, контроль и необходимую коррекцию процесса. Управление выполняет отбор содержания и дозирование информации, методы ее движения к учащемуся, получение данных о ее усвоении (обратная связь). Студенту отводится роль самостоятельного субъекта, взаимодействующего с окружающей средой [114; с. 193].

При определении основных принципов образовательной технологии «тайм–менеджмент» воспользуемся выводами М.А. Реуновой, которые признаются многими исследователя правомерными и обоснованными:

- ориентация на время как ценность;
- самостоятельная работа;
- индивидуальность решения;
- необходимость отслеживания собственной эффективности;
- мышление, направленное на эффективность;
- достижимость и неисчерпаемость резервов эффективности [111; с. 72].

Полагаем, что образовательная технология «тайм–менеджмент» отвечает основным критериям технологичности, а именно: концептуальность, системность, управляемость, эффективность, воспроизводимость. Приведем более полные характеристики указанных критериев:

- *Концептуальность* данной педагогической технологии предполагает, что ей присуща опора на научную концепцию самоорганизации времени, включающую философское, психологическое, дидактическое и социально–педагогическое обоснование достижения образовательных целей.
- *Системность* показывает, что «тайм–менеджмент» обладает всеми признаками образовательной технологии: логикой процесса, взаимосвязью его частей, целостностью.
- *Управляемость* технологии «тайм–менеджмент» предполагает возможность диагностического целеполагания, планирования, проектирования процесса обучения, поэтапной диагностики, варьирования средств и методов с целью коррекции результатов.
- *Эффективность* данной технологии гарантирует достижение определенного результата обучения, саморазвития.

- *Воспроизводимость* подразумевает возможность применения (повторения, воспроизведения) педагогической технологии «тайм–менеджмент» в других образовательных учреждениях, другими субъектами.

Необходимо также перечислить признаки образовательной технологии «тайм–менеджмент»: данная технология предполагает взаимодействие преподавателя и студента; опирается на педагогические и психологические законы и закономерности; деятельность субъектов образовательного процесса предварительно тщательно проектируются; технология (при соблюдении всех необходимых параметров) дает гарантированный результат.

В качестве выводов по разделу отметим:

- образовательная технология «Тайм–менеджмент» имеет характеристики технологий развивающего обучения и технологий на основе эффективности управления и организации учебного процесса;
- образовательная технология «тайм–менеджмент» соответствует основным критериям технологичности: концептуальность, системность, управляемость, эффективность, воспроизводимость;
- при рассмотрении аспектов включения образовательной технологии «Тайм–менеджмент» в учебный процесс для развития умений самоорганизации у студентов первого курса педагогического вуза следует руководствовались философским подходом к образовательным практикам.

1.3. Самоорганизация учебной деятельности студента посредством технологии «Тайм–менеджмент»

В данном разделе мы обратимся к рассмотрению понятия «учебная деятельность» и его характеристик, описанию особенностей студенческого возраста и тех шагов, которые необходимо предпринять для того, чтобы

образовательная технология «Тайм–менеджмент» оказала положительное влияние на развитие самоорганизации учебной деятельности студентов.

Студенческий этап жизни связан с формированием автономности. Студенчество – важнейший период развития человека, личности в целом, проявления самых разнообразных интересов. Это время первых шагов в науку и профессию, период интенсивной и активной социализации человека.

Современные студенты – это, прежде всего, молодые люди в возрасте от 18 до 25 лет. На сегодняшний день отсутствует единый подход к возрастной периодизации, выделению фаз развития взрослого человека. По международной классификации, завершение юности и начало взрослости начинается для женщины с 20 лет, а для мужчины – с 21 года. Следовательно, основная масса студентов завершает в период обучения в вузе свою фазу юности и переходит в фазу взрослости. Основные новообразования в студенческом возрасте: социальная зрелость, взрослость, самостоятельность, определение смысла и стиля жизни, профессиональное самоопределение; основной процесс морального развития – это построение и переоценка системы ценностей.

В публикациях Л. И. Анцыферовой описан динамический подход к личности как живой подвижной системной целостности, которая развертывает, совершенствует, развивает себя в социально значимой совокупной деятельности, реализующей многообразные общественные отношения [10; с. 34]. Изучение трудов А.Г. Асмолова позволяет глубже осознать культурно историческое понимание развития личности [12].

В настоящее время в психологии практически бесспорным является идея непрерывности, безграничности, абсолютности процесса развития человека, для которого не существует какого–либо предела или конечного состояния [1; 2].

Развитие человека в период взрослости не просто продолжение детского развития, а новый этап развития личности, на котором движущие силы, события, социальные и психологические задачи существенно меняются. Среди

детерминант развития большую роль начинают играть внутренние потенции самосозидания и самореализации – то, что определяют, как субъектность. Процесс развития взрослого человека характеризуется противоположными тенденциями – эволюционными и инволюционными; гетерохронностью–асинхронностью фаз развития различных психических функций, несовпадением сроков формирования и темпов их развития; неравномерностью, означающей смену периодов резких качественных скачков и развития то или иной психической функции постепенным накоплением количественных изменений. [21; с. 320].

Студенческий возраст представляет собой особый период жизни человека. По утверждению Б.Г. Ананьева, он является сензитивным периодом для развития основных социогенных потенций человека [4; 5].

Студенческий возраст определяется в отечественной науке как период, благоприятный для формирования ценностных ориентаций в качестве устойчивого образования личности, поскольку он характеризуется достижением наивысших результатов, которые базируются на процессах предшествующего биологического, психологического, социального развития.

Студенческий возраст считается критическим с точки зрения формирования личности [7; 105; 109]. На его протяжении последовательно формируется ряд сложных механизмов, знаменующих переход от внешней детерминации жизни к личностной саморегуляции и самодетерминации. Источник и движущие силы развития в ходе этих изменений смещаются внутрь самой личности, которая обретает способность преодолевать обусловленность ее жизнедеятельности ее жизненным миром.

Один из основных видов деятельности в период студенчества является учебная деятельность. Обучение как организованную форму социальных воздействий на человека можно рассматривать как процесс управления его психическим развитием [6]. И.И. Ильясов в своём фундаментальном исследовании «Структура процесса учения» определял учение как деятельность и указывал, что «поскольку учение есть изменение субъекта деятельности, его

превращение из не владеющего определенными знаниями, умениями и навыками в овладевшего ими, то деятельность учения может быть определена как деятельность по самоизменению, саморазвитию, и в качестве ее предмета может рассматриваться опыт самих учащихся, который преобразуется в учении путем присвоения элементов социального опыта. Усвоенный фрагмент социального опыта и изменение за счет этого прежнего опыта, учащегося составляют продукт деятельности учения» [55].

В основу значительного количества исследований самоорганизации учебной деятельности положена система понятий психического самоуправления Н.М. Пейсахова [103]. Структурные звенья учебной деятельности представляются исследователями в следующем виде: сосредоточение внимания студента на учебной ситуации – ориентировка его в деятельности – постановка цели деятельности – стремление к ее достижению, выполнение учебных действий – контроль (самоконтроль) и корректировка учебных действий – оценка (самооценка) полученных результатов. Данную структуру называют мотивационно–самоорганизационной основой учебной деятельности, а возбуждаемые психические состояния, адекватные элементам данной последовательности действий обучаемого, мотивационно–самоорганизационными состояниями. В данном исследовании мы обращаемся к рассмотрению самоорганизационного блока.

В публикациях по проблеме самоорганизации отмечается, что основными источниками представлений студента об учебной деятельности являются не столько рефлексия собственного опыта учения, сколько те требования к организации учебной деятельности, которые прямо или косвенно задаются учащимся в типичной ситуации обучения в средней и старшей школе. Образовательный процесс в вузе отличается от образовательного процесса в школе тем, что студент должен уже сам развивать, мотивировать себя, брать на себя ответственность за организацию своей учебной деятельности.

Исследователи отмечают и доказывают связь мотивации учебной деятельности с самоорганизацией деятельности студентов [24; 27; с. 184–188].

Полученные в ходе научных экспериментов данные, показывают, что высокий общий уровень самоорганизации свидетельствует об автономности человека в организации собственной жизни, его способности самостоятельно и осознанно ставить цели, анализировать ситуацию, моделировать работу по достижению выдвинутой цели, выделять критерии ее оценки и контролировать ход выполнения как промежуточных, так и конечных результатов деятельности, адекватно и оперативно реагировать на любые изменения. Высокий уровень самоорганизации облегчает овладение новыми видами деятельности, повышает уверенность в себе [128].

Существуют различные трактовки понятия «учебная деятельность» в контексте проблематики высшего образования. Московская психолого–педагогическая школа под руководством В.Я. Ляудис придерживается теоретического направления развивающего обучения Д.Б. Эльконина–В.В. Давыдова. Представители данной научной школы вычленяют надпредметные единицы обучения–учебные действия, которые выполняют роль системообразующего фактора.

Представитель белорусской психологической школы А.А. Полонников рассматривает проблемы адаптации понятия «учебная деятельность» к задачам становления студента как субъекта обучения и определяет учебную деятельность как переоткрытие и как конструирование [108; с. 32–36].

Заслуживает внимания и формулировка А.К. Марковой, определяющей учебную деятельность как деятельность субъекта по овладению обобщенными способами учебных действий и саморазвитию в процессе решения учебных задач [90].

В монографии В.А. Якунина «Обучение как процесс управления» и учебная, и педагогическая деятельность понимаются как деятельности, имеющие принципиально управленческий характер. Теоретическая концепция В.А. Якунина строится на чётких положениях:

1. Обучение – организованная форма социального воздействия, и значит, может быть описано с позиции теории управления. В процессе обучения происходит управление психическим развитием человека.

2. Процессуально обучение складывается как последовательность и цикличность сменяющих друг друга процессов целеполагания, информации, прогнозирования, принятия решения, организации исполнения, коммуникации, контроля и коррекции. Именно они определяют педагогическую технологию обучения.

3. Управление в процессе обучения носит циклический характер, поскольку этого требует процесс психического развития обучающихся.

4. Обучающий и обучаемый могут выступать в качестве субъекта управления по отношению к другим и к самому себе.

5. Позиция обучающегося как субъекта является решающим фактором развития и саморазвития его личности.

6. Критериями эффективности обучения являются содержание и уровень сформированности у обучающихся основных функций управления, выступающих в устойчивых формах социально значимых и профессиональных качеств личности [139].

В трудах таких ученых как И.И. Ильясов, А.М. Матюшкин, А.В. Петровский, Н.Ф. Талызина и др. выделены основные признаки учебной деятельности: направленность на овладение учебным материалом и решение учебных задач; освоение общих способов действий и научных понятий; общие способы действий предваряют решение задач; закономерность изменений в субъекте деятельности; изменение психических свойств и поведения обучаемого. Во всех исследованиях по учебной деятельности цитируются положения теории поэтапного формирования умственных действий П.Я. Гальперина [31].

Учебная деятельность имеет определенную структуру и содержание. Анализ содержания учебной деятельности начинается с определения ее предмета: усвоение знаний; овладение обобщенными способами действий;

отработка приемов и способов действий, их программ, алгоритмов, в процессе чего развивается сам обучающийся. Учебная деятельность не тождественна усвоению, она направлена на изменение самого субъекта; усвоение же опосредует интеллектуальные и личностные изменения ее субъекта, что также входит в предмет учебной деятельности.

Возможность описания учебной деятельности через характеристику таких компонентов, как саморегуляция, самооценка, целеполагание, планирование, принятие решения, самоконтроль, мотивация, успеваемость, контроль рассматривает Е.Г. Изотова [53].

Определение учебной деятельности мы находим также в трудах Н.Ф. Талызиной, которая рассматривает учебную деятельность как систему органически связанных друг с другом действий, располагающихся в определенной логике [126].

Все исследователи феномена самоорганизации указывают, что термин «самоорганизация» появился в научной публикации Уильяма Эшби (англ. W.R. Ashby) «Principles of the Self-Organizing Dynamic System» в 1947 году. В 60-е годы термин использовался в теории систем, а в 70–80-е стал использоваться в физике сложных систем. Г. Хакен, основатель синергетики, определил её как науку о самоорганизации.

В 20-е годы XX века появились первые работы по самоорганизации учебной деятельности (А.Ф. Журавский, И.В. Ребельский и др.) в виде методических указаний по самоорганизации учебного труда. В конце XX века активно разрабатывались и публиковались многочисленные появились учебники и пособия, содержащие практические рекомендации по самоорганизации. Это связано с всплеском интереса к познавательной деятельности, в рамках которой и рассматривался вопрос самоорганизации.

Понятия «самоорганизация» и «самообразование» являются неотъемлемой частью друг друга, так как нельзя достичь целей самообразования, не имея достаточного уровня самоорганизации – к такому выводу приходят Ю.С. Анисимов и Е.В. Дёмкина, на основании глубокого

анализа философских и историко–педагогических источников [9]. Одним из важнейших условий успеха личности в современном мире жёсткой конкуренции является способность самостоятельно планировать собственную самообразовательную деятельность. Современная личность должна уметь ставить цели, выбирать методы, способы, формы и средства, с помощью которых будет совершенствоваться. Как компонент в структуре личности студента рассматривают самоорганизацию учебной деятельности Л.Н. Засорина и В.Д. Петунов [50].

Анализ составляющих самоорганизации учебно–профессиональной деятельности проводят С. С. Котова и О. Н. Шахматова и приходят к выводу, что данный вид деятельности включает в себя два класса действий, а именно:

1) действия, связанные с усвоением предметного содержания учебного материала:

- действия уяснения содержания материала;
- действия отработки и освоения материала;

2) обобщенные регулятивные действия, направленные на организацию всей системы учебно–профессиональной деятельности:

- действия организации времени жизни;
- контрольные действия, регулирующие и корректирующие осуществление всей системы учебно–профессиональной деятельности [72; с. 20].

На действиях организации времени у студентов фокусируют свое внимание В. Граф, И. И. Ильясов и В. Я. Ляудис. Ученые указывают, что «действие организации времени жизни неотделимо от смыслообразования и целеполагания – этих важнейших компонентов самоорганизации личности студента» и, что в период обучения необходимо сформировать у студентов вполне осознанные и достаточно сложные по своей структуре действия организации времени жизни:

1. Смысловое планирование – выделение целей, подцелей, задач собственной деятельности с точки зрения их смысловой значимости для личности, упорядочение их по степени важности.

2. Текущий контроль последовательности решаемых задач с учетом темпа, ритма, затрат времени на реализацию всех задач и целей.

3. Вероятностное прогнозирование – соотнесение ближайших и отдаленных задач во временной перспективе дня, недели, месяца ит. д.

4. Исполнительский контроль порядка, скорости, числа задач [40; с. 43.].

Склонность к самоорганизации является одним из важных качеств современного специалиста. Эффективность его деятельности во многом зависит от того, как он ориентируется на свои внутренние принципы, создает самостоятельно условия для ее оптимизации. О том, что склонность индивидуума к самоорганизации можно рассматривать в качестве важной составляющей личностного потенциала, который позволяет ему противостоять нежелательным изменениям в окружающем мире писали в своих трудах Д.А. Леонтьев, Е.Ю Мандрикова и другие ученые [82; с. 8–31; 117; 118; 119].

Проблемы, связанные с этапами формирования умений самоорганизации и самоконтроля учебной деятельности студентов изучены Я.О. Устиновой [130]. Психолого–педагогические аспекты формирования учебной деятельности студентов исследует В.Б Найбышева и предлагает собственную систему формирования навыков учебной деятельности [98]. Внимание на формированию умений самоорганизации будущих педагогов обращает С.С. Куликова [77]. В аспекте учебной неуспешности исследует осознанную саморегуляцию Н.Ф. Круглова [75]. Приемы самоорганизации исследованы В.А. Львович [86].

Детальный анализ точек зрения на самоорганизацию представляют Е.В. Дёмкина и Ю.С. Анисимов и отмечают, что самоорганизация изучается по отношению к «деятельности», «учебной деятельности», «внеучебной деятельности», «профессиональной деятельности» и так далее [41; с. 46].

Проблемами изучения самоорганизации личности уделяют внимание современные авторы. С.А. Богомаз рассматривает типологические особенности самоорганизации деятельности [19; с. 163–166]. Психологические особенности самоорганизации учебной деятельности студентов изучены С.С. Котовой и О.Н. Шахматовой [71; с. 91–98]. А.Д. Ишков исследует детально компоненты студенческой самоорганизации: сила воли и планирования, целеполагание, анализ условий и самоконтроль [148; с. 765–770]. Дидактические условия формирования самоорганизации учебной деятельности студентов составляют предмет исследования С.А. Ломина и А.К. Осина [85].

Учебную самоорганизацию студента как совокупность навыков и умений рационального использования учебного и свободного времени, способов проверки результативности своей учебной деятельности трактует А.В. Смирнов и приходит к выводу, что учебная самоорганизация обеспечивает овладение умениями планировать, организовывать, варьировать способы выполнения учебных заданий; обеспечивает приобретение навыков самостоятельной работы в процессе учебной деятельности; актуализирует проявление настойчивости, самостоятельности, активности, инициативности при выполнении учебных заданий и является фактором развития познавательной мотивации студентов технического вуза. [122].

Лонгитюдные исследования представлений студентов университета о самоорганизации времени проводит М.А. Реунова и, на основании анализа полученных данных, приходит к выводу, что существенное влияние на способность к самоорганизации и к учебной самоорганизации оказывает уровень развития следующих способностей личности:

- способность к самопознанию;
- способность к самоопределению;
- способность к самореализации;
- способности к самодеятельности;
- способность к самоконтролю;
- способность к самооценке;

- способность к самопознанию;
- способность к самоопределению;
- способность к самоусовершенствованию [111].

Коллектив исследователей, возглавляемый Н. В. Бордовской, раскрывает понятие «исследовательский потенциал» студента, уточняет статус понятия и его место в системе психологических. Особое внимание уделяется при этом технологии «Развитие компетентности студентов в организации своей учебной деятельности» [23; с. 278–294].

Под умениями самоорганизации времени понимаются умения, отражающие освоенные способы выполнения действий обучающихся на основе специально сформированных знаний, которые позволяют им с учетом своих индивидуальных особенностей, рационально используя свои силы, самостоятельно и целенаправленно организовывать свою жизнедеятельность самым эффективным способом. Данные умения, как определяет М.А. Реунова объединяют умения целеполагания, грамотного планирования времени на кратко, средне и долгосрочную перспективу, умения рационально организовать время, рефлексивные умения [111; с. 236–238].

Вопросы самоорганизации учебной деятельности и организации времени студентов рассматриваются в исследованиях и публикациях зарубежных авторов. Достаточно часто результаты подобных исследований появляются в университетской прессе. В качестве примера можно привести книгу Пьера–Ива Сансео (Sanséau Pierre–Yves) «Лучше управлять своим временем» (*Mieux gérer son temps*) из серии «Знать себя, чтобы...» (*Se connaître pour...*) (тексты изданы отдельными брошюрами и, одновременно, размещены в свободном доступе для студентов) [158]. В научных статьях П–И. Сансео подчеркивает важность целенаправленной работы преподавателей по совершенствованию навыков самоорганизации у студентов и ссылается на работы Моника Эко (Monique Haicault) о том, что управлять временем нужно учить с детства и делать это планомерно в ходе всех учебных курсов.

Отметим также публикации С. Бюжон и Л. Айнфаль, которые подробно рассматривают этапы совершенствования умений самоорганизации, самомотивации и управления временем в период обучения в университете [140]. Особый интерес для нас представила работа Т.Н. Козловской, где самоорганизация времени рассмотрена как значимый фактор в формировании образа будущего у студента [66]. К выводу о положительном влиянии учебной самоорганизации на развитие познавательной мотивации приходит О.С. Куницкая [78].

Задачи исследования диктуют необходимость представления точек зрения отечественных и зарубежных психологов на суть понятия «учебно–познавательная мотивация» и его структуру. Мотивация определяет фундаментальное, стержневое психическое образование личности — ее направленность, находясь в основании всей структуры личности. Мотивация является центральным компонентом психологической системы деятельности, в том числе, и учебной.

Следует отметить, что в исследованиях отечественных авторов употребляются следующие термины: «учебные мотивы», «учебная мотивация», «учебно–познавательная мотивация», «мотивация учебной деятельности», «познавательная мотивация учения».

Обратимся к рассмотрению различных аспектов учебно–познавательной мотивации (мотивации учебной деятельности), исследованию которых уделяли внимание отечественные и зарубежные психологи и педагоги (Е.П. Ильин, Н.В. Бордовская, Г.И. Щукина, А.К. Маркова А.Г. Маслоу, Х. Хекхаузен Д.Н. Узнадзе и др.).

В научном труде «Мотивация и мотивы» Е.П. Ильин рассматривает мотив как сложное интегральное психологическое образование и понимает под мотивом учебной деятельности «все факторы, обуславливающие проявление учебной активности: потребности, цели, установки, чувство долга, интересы и т. п.» [54; с. 253].

Под мотивами понимаются как осознаваемые, так и неосознаваемые причины осуществляемой субъектом деятельности, за которыми стоят его потребности и ценности. Мотивы деятельности различаются не только по критерию силы (интенсивности), но и по критерию содержания (качества) и места в иерархии. От соотношения содержания мотивов и характера выполняемой деятельности зависят особенности их влияния на эффективность деятельности и психологическое благополучие ее субъекта [81]. Психологические механизмы мотивации изучены В.К. Вилюнас [26].

На неоднородность учебной мотивации и, соответственно, необходимость оценки качества учебной мотивации указывала Л.И. Божович. В своих трудах ученая выделила два типа мотивов учебной деятельности – порождаемые самой учебной деятельностью, связанные с содержанием и процессом учения (познавательные) и широкие социальные мотивы, порождаемые системой отношений, существующих между учащимся и окружающим его социумом. Значимость классификации мотивов, предложенной Л.И. Божович, состоит в выделении двух принципиально разных типов учебных мотивов – познавательных, или внутренних, заложенных в самой деятельности; и социальных, или внешних по отношению к ней. Последние были подразделены на два типа – широкие социальные и узколичностные мотивы, имеющие разную возрастную динамику и разное влияние на эффективность учебного процесса [20; 107].

Зарубежные и отечественные исследователи мотивации ссылаются на труды Эдварда Л. Деси и Ричарда М. Райана (E.L. Deci, R.M. Ryan) по самодетерминации [141]. Подход Эдварда Л. Деси и Ричарда М. Райана к изучению человеческой мотивации, личности и психологического благополучия положен в основу исследования мотивации учения студентов, изучающих иностранный язык, проведенного японским психологом Ш. Ори (Shinya Hori) [147].

Нельзя не сослаться на фундаментальный труд по теории мотивации Ж. Нюттена [100; 154; 155]. Существенное влияние на развитие теории мотивации оказали работы А.Г. Маслоу [91].

В настоящее время исследователи осознают необходимость построения целостной модели мотивации учебной деятельности, которая бы обеспечила системное и непротиворечивое видение мотивации и интегрировала существующие представления о мотивации деятельности, предложенные в рамках различных теоретических парадигм. Особый интерес представляют результаты исследования мотивации учебной деятельности школьников и студентов, представленные в трудах Т.О. Гордеевой, В.В. Гижицкого, И.А. Зимней, И.И. Ильясова, Г.В. Коган, А.В. Смирнова.

В работах И.И. Ильясова представлен развернутый анализ функционально–психологической структуры процесса учения как особого вида деятельности. Основываясь на результатах лонгитюдных исследований, И.И. Ильясов приходит к выводу, что анализ деятельности учения предполагает выделение, а) мотивационных составляющих; б) операционального состава, который включает предмет преобразования и продукт преобразования, план реализации действий (ориентировочную основу действия), средства, акты преобразования предмета в продукт, контроль и коррекцию способов получения продукта, оценку полученных результатов [55]. Ученый утверждает, что по содержанию в учебно–познавательной мотивации можно выделить: учебно–познавательные мотивы, связанные с содержанием изучаемого материала и целями учебной деятельности; мотивы, связанные с системой различных жизненных отношений учащегося: чувство долга, престиж, самоопределение, желание избежать неприятностей и др. Учение, может иметь различный психологический смысл для учащегося: а) отвечать познавательной потребности (внутренние мотивы); б) служить средством достижения других, внеучебных целей (внешние мотивы); в) выступать как необходимое условие для избегания наказания (отсутствие мотивов).

Анализируя мотивы учения, Н.В. Бордовская формулирует следующее определение: «Мотив – это внутреннее побуждение личности к тому или иному виду активности (деятельность, общение, поведение), связанное с удовлетворением определенной потребности» [22; с. 184]. Учебную мотивацию как отдельный вид мотивации, включенный в учебную деятельность определяет И.А. Зимняя [51]. В сборнике статей по современной психологии мотивации Д.А. Леонтьев пишет о самоактуализации как о движущей силе личностного развития [123].

Исследования структуры и генезиса мотивационной сферы личности в учебной деятельности проводит Е.В. Карпова и, применяя к ее изучению методологический принцип метасистемного подхода, рассматривает учебную мотивацию как интегративный эффект взаимодействия общих (степень организации структуры личности и ее мотивационной сферы) и специфических (основные характеристики содержания и структуры учебной деятельности, условия ее организации) детерминант [61].

В исследовании Т.Н. Харлановой сформулирована идея о том, что успешность учебной деятельности детерминирована учебной мотивацией студентов и определяет учебную мотивацию как отдельный вид мотивации [135].

По мнению Г.В. Коган, мотивация и самоорганизация учебной деятельности студентов представляет собой процесс постоянного совершенствования личностных качеств через творческие способы взаимодействия, личностную активность и разнообразие учебной деятельности, приносящей удовлетворение от достигнутых результатов. Автор полагает, что формирование учебной мотивации нужно осуществлять на основе совокупности содержательных особенностей обучения и стремлений студента преодолеть затруднения в работе, проявить настойчивость к достижению положительных результатов, несмотря на ситуации неуспеха в какой-либо части деятельности. [65].

С позиций структурно–динамического подхода рассматривает мотивацию Т.О. Гордеева и выделяет внутреннюю и внешнюю мотивацию учебной деятельности. Внешняя мотивация, по мнению данного автора, представляет собой неоднородное образование, задаваемое двумя качественно разными типами учебных мотивов, одни из которых соответствуют удовлетворению потребностей личности в самоуважении, уважении и признании значимыми другими, а другие являются результатом фрустрации базовых психологических потребностей в автономии, компетентности и принятии и оказывают негативное влияние на другие мотивационные переменные и непосредственно на успешность учебной деятельности [37]. Автор доказывает, что внутренняя мотивация учебной деятельности характеризуется через систему мотивов, включающих интерес к содержанию учебной деятельности, к созиданию продуктивного результата, удовольствие от процесса познания, преодоления трудностей интеллектуального характера и обретения компетентности. В своих трудах Т.О. Гордеева обращает особое внимание на тот факт, что внутренние учебные мотивы основаны на базовых потребностях индивида в познании, саморазвитии и достижении, а ценность внутренней мотивации для учебного процесса определяется тем, что она является надежным предиктором академических достижений, позитивной динамики академической успеваемости, а также условием психологического благополучия [37].

Как рабочее определение учебной мотивации мы принимаем определение, данное Т.О. Гордеевой: «мотивация учебной деятельности представляет собой сложную динамическую систему, включающую пять базовых компонентов (автономных подсистем): иерархию внутренних и внешних учебных мотивов, учебные цели и конкретные намерения, направленные на их реализацию, стратегий саморегуляции и преодоления трудностей, настойчивость, а также оценку собственного потенциала, представления о своих достижениях и способы объяснения успехов и неудач, возникающих в процессе учебной деятельности [37; с. 165–166].

Следует отметить, что существуют различные классификации типов мотивации учебной деятельности, предлагаемые как отечественными (Е.П. Ильин, Л.И. Божович, А.К. Маркова и др.), так и зарубежными авторами (Э. Деси, Р. Райан, Ж. Дюпон, Р. Вио, Ж. Жоли и др.). Исследователи, в частности В.В. Гижичкий, приходят к выводу о необходимости разработки системной модели, отражающей эффективное функционирование и развитие учебной мотивации в процессе учебной деятельности [33; 34]. Исследовательский интерес В.В. Гижичкого обращен на внутренние и внешние учебные мотивы. Автору удалось расширить эти представления, показывая неправомерность противопоставления внутренних и внешних мотивов. Исследования позволили автору разработать потребностную модель учебной мотивации и показать роль триады внутренних мотивов (в познании, достижении и саморазвитии) как важного источника академических достижений старшеклассников, при этом подтвердить продуктивность выделения двух типов внешних мотивов – личностных и межличностных.

Результаты исследований данного автора, показывают роль внутренних, внешних личностных и внешних межличностных мотивов в достижении различных результатов в учебной деятельности (высоких, средних, низких) по различным типам академических достижений [34; с. 57–68].

Мнение о том, что условия образовательного процесса в вузе должны опираться на внутреннюю, а не на внешнюю мотивацию учащегося, т. е. должны быть направлены на личностный рост учащегося, стимулируя его стремление к самоактуализации высказано А.В. Серым [119; с. 63–66; 120].

Вопросами мотивации учебной деятельности, зависимостью академической успешности от мотивов учения активно занимаются исследователи в разных странах. В данном исследовании, не определяя задачу полного обзора зарубежных публикаций по проблемам учебной мотивации, приведем лишь несколько ссылок на франкоязычных авторов, работы которых не переведены на русский язык, но представляют для нас определенный интерес.

Канадские психологи из университета Шербрука Ролан Вио и Жак Жоли (Viau Rolland, Joly Jacques), опираются на результаты опроса 4440 студентов, привлекают внимание к необходимости изучения мотивационных детерминант студентов высших учебных заведений и отмечают изменения в процессе перехода с курс на курс [159].

Широкую известность имеет книга Алена Льёри и Фабьена Фенуйе (Lieury Alain, Fenouillet Fabien) «Мотивация и академическая успешность» (Motivation et réussite scolaire), в которой авторы акцентируют внимание на важности учета всех аспектов учебной мотивации и их взаимосвязи с академической успешностью/не успешностью студентов. Исследователи полагают, что университетским преподавателям необходимо сотрудничать в плане коррекции умений самоорганизации, от уровня сформированности которых зависит учебная мотивация студентов и эффективное обучение [150].

Роль мотивации в учебной деятельности рассмотрена в работах Б. Галана (Galand Benoît), А. Кэнтон и Ф. Шассань (Quinton André, Chassagne Françoise), Б. Файе (Fayé Virane) [146; 157; 145].

Результаты лонгитюдных исследований особенностей мотивации студентов первого курса изложены в тексте докторской диссертации и публикациях бельгийского ученого Жака Миньона (Mignon Jacques), а также в статьях Валери Монфор (Montfort Valérie [151; 152].

Как и российские ученые, вышеперечисленные авторы, опираясь на труды по мотивации Ж. Нюттэна, доказывают особую важность повышенного внимания к студентам первого курса и к формированию у них навыков самоорганизации учебной деятельности, отмечая, что мотивацию и самоорганизацию нельзя рассматривать вне зависимости друг от друга.

В аспекте разработки учебного модуля по развитию учебной самоорганизации студентов первого курса нам представляется особо интересной разработанная и эмпирически подтвержденная В.В. Гижицким модель взаимодействия мотивов, продуктивных и непродуктивных стратегий учебного поведения и успеваемости в регуляции учебной деятельности

старших школьников. Автор доказывает, что становление продуктивных и непродуктивных стратегий учебного поведения имеет важное теоретическое значение для понимания механизмов и специфики влияния внутренних и различных внешних учебных мотивов на академические достижения учащихся [33].

Опора на образовательную технологию «Тайм–менеджмент» для развития самоорганизации учебной деятельности предполагает учет когнитивного, аксиологического и деятельностного компонентов учебной деятельности.

В качестве показателей системности: наличие знаний тайм–менеджмента, самоорганизации учебной работы на лекции, семинаре, практическом занятии, зачете, экзамене, а также библиографические знания относит М.А. Реунова. К показателям аксиологичности автор относит: мотивацию к изучению тайм–менеджмента, потребность в саморазвитии, ценностное самоопределение, ценностное отношение к феномену самоорганизации, направленность на приобретение временных ориентации. Как показатели результативности приводятся: умение определять цели деятельности, достигать их, умение прогнозировать результат деятельности, планировать, проектировать, контролировать, оценивать, корректировать свою деятельность, умение действовать самостоятельно, критично, инициативно [111; с. 76].

Использование образовательной технологии тайм–менеджмент активизирует изменение позиции студента, способствует превращению его в активного субъекта учебно–профессиональной деятельности, а также активизирует самоуправляемую учебно–познавательную деятельность студентов. Данная технология формирует ценностное отношение ко времени, феномену самоорганизации, процессу обучения. Н.Л. Кучинская определяет тайм–менеджмент студента университета как систематическое, последовательное и целенаправленное использование комплекса освоенных техник организации личной и учебной деятельности в повседневной практике с целью повышения эффективности самоорганизации [79; с. 5–6]. Современные

подходы к изучению временной перспективы личности изучает Е.Ю. Мандрикова и предлагает инструменты для данного рода наблюдений [87].

Тайм–менеджмент студента университета включает в себя совершенствование навыков, в числе которых:

- постановка целей;
- планирование и распределение времени;
- приоритезация;
- анализ затрат времени и т.д.

Освоение техник, которые включает образовательная технологи тайм–менеджмент, может дать студенту, особенно первокурснику, возможность эффективно планировать свой распорядок дня, месяца, года и всего периода обучения в университете. В учебном процессе есть обязательные дела, которые нуждаются в чёткой организации, контроле, планировании, а главное – в своевременном выполнении. Тайм–менеджмент помогает студенту определить, что является для него главным и нуждается в организации, планировании, а что — второстепенным, помогает контролировать собственное время, распоряжаться им, но речь не идёт о жёстком контроле. Студент знакомится с разными подходами к тайм–менеджменту и определяется с выбором подходящего лично ему подхода.

Зарубежные авторы, среди которых Валери Монфор (Valérie Montfort), А. Лиори и Ф. Фенуйе (A. Lieury, F. Fenouillet), отмечают также, что студенты первого курса университета ищут модель организации своей деятельности в недавнем школьном прошлом, чтобы адаптироваться к ритму учебной деятельности в университете: будучи учениками старших классов, они следовали тем инструкциям, которые получали от учителей. В университете студенты первого курса дезориентированы отсутствием четких предписаний, ежедневного контроля, отсюда стрессовые ситуации в сессионный период [150; с. 69–72; 152]. Следует уточнить, что франкоязычные авторы используют

термин «gestion du temps» – дословный перевод на русский язык «управление временем».

Многими авторами употребляется термин «самоменеджмент» и предлагается следующее толкование: «самоменеджмент» – это самоорганизация, умение управлять собой, руководить процессом управления в самом широком смысле слова – во времени, в пространстве, общении, деловом мире.

Позволим некоторый комментарий по поводу данного термина, представляющего объединение русского элемента «само» и английского заимствования «менеджмент», то есть «управление». По сути самоменеджмент – это самоуправление, самоорганизация, но авторы обращаются к трактовке данного термина и раскрывают его в публикациях.

Как пример сошлемся на публикации В.Г. Рындак, Л.Д. Филиогло и В.В. Нюренберга, в предисловии к которому отмечено, что в основе способности рационально организовывать действия по достижению результата лежит персональная самоорганизация, представляющая особый процесс внутренней мобилизации возможностей и способностей человека, активизация которого обязательна при осуществлении любых целенаправленных и заранее спланированных действий [113; 132; с. 3].

Образовательная технология «Тайм–менеджмент» может быть средством овладения знаниями и совершенствования умений самоорганизации и самоменеджмента:

- умение подготовить и организовать целенаправленную работу;
- владение техниками рационального планирования;
- умение визуализировать и представлять результаты собственной деятельности: составление конспектов, интеллект–карт (карт памяти), визуализировать календарные планы работ с помощью графических средств);
- владение знаниями и представлениями о способах организации успешной учебной деятельности;

– владение способами самомотивации.

Службы поддержки образовательного процесса и психологической помощи студентам существуют в большинстве университетов Канады, Франции, Германии и других стран. Мы изучили сайты университетов Канады, Германии и Франции, на которых представлены страницы, посвященные самоорганизации и тайм-менеджменту в жизни студентов [168; 170; 171; 172]. Психологи и специалисты по самоорганизации дают рекомендации студентам (особенно первокурсникам) и обращают внимание молодых людей на тот факт, что правильная организация учебного и личного времени – это залог психологического здоровья и успешной учебы [149; 170; 172]. На сайте университета Лавалья (Оттава) размещены видео на нескольких языках с рекомендациями по тайм-менеджменту [171].

Студенческие сетевые журналы и форумы также содержат рекомендации специалистов по тайм-менеджменту [162; 163; 164; 165; 166; 167; 169].

Представления, техники и умения самоорганизации формируются в активном (тренинговом) режиме в процессе планирования собственной деятельности, учащихся по отношению к наиболее актуальным для них ситуациям, таким, как прохождение экзаменационных испытаний, достижение успеха в сфере личных увлечений, реализация социально значимых интересов, подготовка к профессиональной деятельности.

Интересные идеи для дополнения образовательной технологии «Тайм-менеджмент» техниками и приемами формирования навыков самоорганизации учебной деятельности мы почерпнули в книге Эстель Кудри (Estelle Coudry) «Управление временем» (Gestion du Temps), первый раздел посвящен феномену прокрастинации и разъяснению приемов избавления от этого «недуга». Автор полагает, что на пути к эффективному управлению временем это важнейший этап [142]. Прочитываем также такого автора как Д.О. Тайлер, в книге которой содержится немало полезных рекомендаций по личному тайм-менеджменту [125]. Полагаем, что дополнение содержания образовательной технологии «Тайм-менеджмент» данных составляющих

очень важно, принимая во внимание результаты анкетирования, представленные во второй главе данного исследования.

Представляется возможным сделать следующие выводы:

- российская практика применения образовательной технологии «Тайм–менеджмент» для самоорганизации учебной деятельности студентов как минимум на 10–15 лет отстает от зарубежной;
- включение образовательной технологии «Тайм–менеджмент» в учебный процесс для развития самоорганизации учебной деятельности предполагает учет когнитивного, аксиологического и деятельностного компонентов учебной деятельности;
- необходимо использовать потенциал образовательной технологии тайм–менеджмент для совершенствования уровня сформированности умений самоорганизации студентов младших курсов.

Выводы по Главе 1

Анализ теоретических материалов по проблеме самоорганизации учебной деятельности студентов позволяет сделать следующие выводы:

- студенческий возраст – это период, благоприятный для формирования ценностных ориентаций в качестве устойчивого образования личности, поскольку он характеризуется достижением наивысших результатов, которые базируются на процессах предшествующего биологического, психологического, социального развития;
- самоорганизация учебной деятельности студентов как научная проблема привлекает внимание отечественных и зарубежных ученых и освещается в теоретических публикациях;
- самоорганизация учебной деятельности необходимо рассматривать как процесс упорядоченной, сознательной деятельности, побуждаемой и направляемой целями и ценностями профессионально значимой учебной работы, осуществляемой системой волевых и интеллектуальных действий, адекватных ценностным ориентациям студентов;
- учебно–познавательная мотивация (мотивация учебной деятельности) является сложной, многомерной структурой, включающей в себя не только мотивы, но и цели, стратегии реагирования на неудачи, настойчивость, когнитивные составляющие и механизмы;
- существуют различные пути формирования учебно–познавательной мотивации, среди которых поддержка базовых психологических потребностей – в автономии, компетентности и принятии;
- при рассмотрении аспектов включения образовательной технологии «Тайм–менеджмент» в учебный процесс для развития

умений самоорганизации у студентов первого курса педагогического вуза следует руководствовались целостным взглядом на проблему;

- образовательная технология «Тайм–менеджмент» предполагает взаимодействие не только преподавателя и студента, но и тесное, продуктивное сотрудничество преподавателей;
- образовательная технология «Тайм–менеджмент» опирается на педагогические и психологические законы и закономерности и при соблюдении всех необходимых параметров дает гарантированный результат.

Считаем важным подчеркнуть, что навыки самоорганизации относятся к наиболее медленно осваиваемым навыкам, требующим кропотливой систематической работы, в связи с чем в рамках использования образовательной технологии «Тайм–менеджмент» в курсе по выбору «Командообразование и тайм–менеджмент» можно обеспечить определенный уровень повышения сформированности умений и навыков самоорганизации, закрепление и дальнейшее развитие которых необходимо продолжать в процессе учебной и профессиональной деятельности.

ГЛАВА 2. РАЗРАБОТКА ПРОЕКТА «ТАЙМ–МЕНЕДЖМЕНТ» КАК СРЕДСТВО САМООРГАНИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА»

2.1. Паспорт проекта «Тайм–менеджмент как средство самоорганизации студентов педагогического вуза»

Область практики: практическая психология в образовании.

Адресная направленность: студенты первого курса очного отделения, и студенты младших курсов заочного отделения, обучающиеся по программам 44.03.01 и 44.03.02.

Учебный модуль, предусматривает 18 контактных часов работы с преподавателем (всего на курс ДВ – 36 часов) обеспечивает формирование первичных умений и навыков самоорганизации, закрепление и развитие которых целесообразно продолжить в процессе дальнейшей учебной и профессиональной деятельности.

Характеристика целевой группы: студенчество рассматривается как социальная категория, специфическая общность людей, организованно объединенных институтом высшего образования. Как социальная группа студенчество характеризуется профессиональной направленностью, ценностным отношением к будущей профессии, которое является следствием профессионального выбора как механизма ориентации студента в мире ценностей.

Место реализации: Институт психолого–педагогического образования Красноярского государственного педагогического университета имени В.П. Астафьева.

Ресурсное обеспечение:

1. Аудитории и оборудование:

Аудитория Корпус 3	Оборудование
-----------------------	--------------

	(наглядные пособия, макеты, модели, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и др.)
Лекционные аудитории	
2–01	<ul style="list-style-type: none"> – мультимедиа проектор; – компьютер (ноутбук Toshiba); – программное обеспечение; – экран; – доска.
Аудитории для практических/ лабораторных занятий	
3–08, 2–01	<ul style="list-style-type: none"> – мультимедиа проектор; – компьютер (ноутбук Toshiba); – программное обеспечение; – экран; – доска интерактивная – программное обеспечение.

2. Литературное обеспечение, включая электронные ресурсы;
3. Ресурсный центр ИППО;
4. Научная библиотека и читальный зал КГПУ им. В.П. Астафьева;
5. Профессиональные контакты с преподавателями ИППО;
6. Центр WORLD SKILLS КГПУ им. В.П. Астафьева;
7. Электронная информационно–образовательная среда КГПУ им. В.П. Астафьева.

Ожидаемые результаты: По окончании изучения модуля «Тайм–менеджмент» дисциплины по выбору «Командообразование и тайм–менеджмент» студенты будут:

1. *знать:*
 - основные понятия тайм–менеджмента;
 - основы самоорганизации учебной деятельности;
 - функции тайм–менеджмента и специфику их реализации в профессиональной деятельности;
 - техники планирования и управления рабочей нагрузкой;
 - основные техники оценки собственных профессионально–личностных ресурсов, техники самомотивации и саморазгрузки.

2. *уметь*:
 - планировать свое учебное и личное время;
 - ставить цели и привлекать необходимые ресурсы;
 - планировать шаги по достижению результата и действовать по намеченному плану;
 - учитывать временные и прочие ограничения.
3. *владеть*:
 - навыками планирования своего времени;
 - навыками целеполагания;
 - навыками коррекции;
 - навыками формирования индивидуальной образовательной траектории.

Методы измерения: оценка выполнения практических заданий по модулю: колесо баланса жизненных ценностей, мой капитал времени, пирог времени, самофотография рабочего дня, хронометраж по методу Любичева, хронокарта Гастева, планирование по SMART, система Франклина, планирование по Л. Зайверту, метод «Альпы», матрица Эйзенхауэра, интеллект-карты...); проведение тестов и тренингов в группе; подготовка презентаций; текущие и итоговые тесты.

Для проведения анализа учебных достижений студентов по модулю «Тайм-менеджмент» дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм-менеджмент» предусмотрено:

1. тестирование;
2. мониторинг посещаемости лекций и качества выполнения студентами практических работ (индивидуальная работа, контроль самостоятельной работы);
3. доклады с презентацией (на основе рефератов);
4. представление результатов учебно-исследовательской деятельности (проекты);

5. проведение упражнений и тренингов по тайм–менеджменту с группой.

Фонд оценочных средств по модулю «Тайм–менеджмент» дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм–менеджмент» разработан для установления соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм–менеджмент».

Фонд оценочных средств по модулю «Тайм–менеджмент» дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм–менеджмент» решает задачи:

- управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, навыков и формирования компетенций, определенных в ФГОС ВО «Образование и педагогические науки» по направлению бакалавриата 44.03.01 Педагогическое образование (с одним профилем подготовки), профиль: «Дошкольное образование»;

- управление процессом достижения реализации ОПОП ВО, определенных в виде набора компетенций;

- оценка достижений обучающихся в процессе изучения модуля «Тайм–менеджмент» дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм–менеджмент» с определением результатов и планирование корректирующих мероприятий;

- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс;

- совершенствование самоконтроля и самоподготовки обучающихся.

Фонд оценочных средств разработан на основании нормативных документов:

- Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки профиль: 44.03.01 Педагогическое образование (с одним профилем подготовки), профиль: Дошкольное образование;

– Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно–педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения модуля «Тайм–менеджмент» дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм–менеджмент»:

- ОК–6 Способность к самоорганизации и самообразованию.
- ПК–10 Способность проектировать траектории своего профессионального роста и личностного развития.

Этапы формирования и оценивания компетенций по модулю «Тайм–менеджмент» дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм–менеджмент»:

Компетенция	Этап формирования компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/ КИМы	
			Номер	Форма
ОК–6. Способность к самоорганизации и самообразованию	ориентировочный	текущий контроль	3	мониторинг посещаемости занятий: выборочный опрос
	когнитивный	текущий контроль	5	мини–доклады
	праксиологический	текущий контроль	2	тест
	рефлексивно–оценочный	текущий контроль	7	проект
ПК–10. Способность проектировать	ориентировочный	текущий контроль	3	мониторинг посещаемости занятий:

траектории своего профессиональн ого роста и личностного развития.				выборочный опрос
	когнитивный	текущий контроль	5	мини-докла д
	праксиологический	текущий контроль	6	доклад
	рефлексивно-оценоч ный	итоговая аттестация	1	экзамен

Методические рекомендации по освоению модуля «Тайм-менеджмент» дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм-менеджмент».

Памятка по самоорганизации и организации самообучения.

Самостоятельная работа студентов является важной составляющей организации учебного процесса по изучению модуля «Тайм-менеджмент» дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм-менеджмент»

Самостоятельная работа по дисциплине проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся;
- углубления и расширения теоретических знаний;
- развития познавательных способностей и активности обучающихся:
- формирования самостоятельности;
- развития исследовательских умений.

В учебном процессе высшего учебного заведения выделяют два вида самостоятельной работы: аудиторная и внеаудиторная.

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданиям.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия. Внеаудиторная самостоятельная работа является обязательной для каждого студента, а ее объем определяется учебным планом.

Внеаудиторная самостоятельная работа по освоению модуля «Тайм–менеджмент» дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм–менеджмент» включает такие формы работы, как:

- изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции);
- изучение рекомендуемых литературных источников;
- конспектирование источников;
- работа со словарями и справочниками;
- работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Internet;
- подготовка презентаций;
- ответы на контрольные вопросы;
- реферирование;
- написание докладов;
- подготовка к экзамену.

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента являются:

- уровень освоения учебного материала;
- умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
- полнота общеучебных представлений, знаний и умений по изучаемой теме, к которой относится данная самостоятельная работа;
- обоснованность и четкость изложения ответа на поставленный по внеаудиторной самостоятельной работе вопрос;
- оформление отчетного материала в соответствии с известными или заданными преподавателем требованиями, предъявляемыми к подобного рода материалам.

Студентам рекомендуется обязательное использование при подготовке дополнительной литературы, которая поможет успешнее и быстрее разобраться в поставленных вопросах и задачах.

2.2. Содержание проекта

Предпроектный этап.

В рамках проекта «Тайм–менеджмент как средство самоорганизации учебной деятельности студентов педагогического вуза» с целью выявления особенностей самоорганизации учебной деятельности студентов первого курса Института психолого–педагогического образования Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева (далее в тексте ИППО КГПУ им. В.П. Астафьева) в 2016–2017 годах было проведено предпроектное исследование (n=91 студент 1 курса).

Трансформация системы образования в направлении возрастающей роли самоорганизации всех участников образовательного процесса накладывает новые функции на учреждения профессионального образования.

Реформы в сфере образования должны обеспечить подготовку высококвалифицированных кадров для науки, образования, бизнеса с учётом современных потребностей общества, с опорой на проверенные временем традиционные научные подходы и накопленный положительный опыт.

Образовательный процесс современного педагогического вуза актуализирует изменение позиции студента: из объекта обучения в активного субъекта учебно–профессиональной деятельности, а также активизирует самоуправляемую творческую учебно–профессиональную деятельность студентов. Это достаточно сложно осуществить на уровне традиционного научно–методического обеспечения процесса подготовки специалистов, поэтому становятся востребованными активные формы и методы обучения.

Для их реализации необходимо овладение студентами компетенциями самоорганизации учебно–профессиональной деятельности. Студенту важно

сформировать умения самоорганизации учебной деятельности. Это позволит ему успешно анализировать условия и задачи обучения, рационально планировать и организовывать свою учебную деятельность, адекватно оценивать, своевременно корректировать и совершенствовать процесс и результаты учебной деятельности, управлять ею.

Студенчество — это социальная категория, специфическая общность людей, организованно объединенных институтом высшего образования. Но зачастую, студент, оказавшийся за стенами университета, не обладает знаниями и умениями проектирования своей жизни, не может адаптироваться в окружающем мире. У него присутствует состояние неопределенности и растерянности, несформированность психологической готовности к выбору жизненного пути вообще и профессии, в частности.

Отсутствуют проекты собственного будущего, формирование которого является одним из важнейших элементов системы самоорганизации учебной деятельности. Не владеющий методами организации личного времени студент не только не сможет стать полноценным специалистом и участником рынка труда – он не сможет и полноценно учиться.

Многие студенты, особенно в первый год обучения, испытывают большие трудности, связанные с отсутствием навыков самостоятельной учебной работы, они не умеют конспектировать лекции, работать с учебниками, находить и добывать знания из первоисточников, анализировать информацию большого объема, четко и ясно излагать свои мысли.

Одной из основных причин, затрудняющих адаптацию студентов к условиям обучения в университете, свыше 62% опрошенных, назвали «недостаток времени для самостоятельной работы при подготовке домашних заданий», поэтому одной из основных задач работы со студентами является разработка и внедрение методов рационализации и оптимизации самоорганизации учебной деятельности студента.

Для сопоставления и выявления требуемых количественных характеристик нами было проведено исследование особенностей

самоорганизации и саморегуляции при использовании технологии Тайм–менеджмента как средства самоорганизации учебной деятельности студентов первого курса педагогического вуза.

В качестве основных методов получения данных использовались:

1. Опросник самоорганизации деятельности (ОСД) (Е.Ю. Мандрикова).
2. «Диагностика особенностей самоорганизации» (ДОС) (А.Д. Ишков).
3. Опросник «Стиль саморегуляции поведения–ССП–98» (В. И. Моросанова).

На первом этапе диагностика самоорганизации была проведена с помощью опросника самоорганизации деятельности (ОСД), разработанного Е.Ю. Мандриковой [88]. Опросник содержит шесть шкал, отражающих разные аспекты самоорганизации: «Планомерность», «Целеустремленность», «Настойчивость», «Фиксация», «Самоорганизация с помощью использования внешних средств», «Ориентация на настоящее» (см. таблица 1).

Таблица 1

Результаты исследования уровня самоорганизации студентов ИППО по методике ОСД (Е.Ю. Мандрикова)

Шкала	Показатели		
	уровни (%)		
	низкий	средний	высокий
Планомерность	30%	57%	13%
Целеустремленность	14%	65%	21%
Настойчивость	41%	43%	16%
Фиксация	29%	46%	25%
Самоорганизация	32%	54%	14%
Ориентация на настоящее	45%	40%	15%

Результаты, представленные в таблице 1 демонстрируют степень форсированности способностей студентов будущих педагогов–психологов, воспитателей к тактическому планированию и стратегическому целеполаганию.

Так, 16% выборки набрали высокий общий суммарный балл, для таких студентов свойственно видеть и ставить цели, планировать свою деятельность, проявляя при этом волевые качества личности, настойчивость, добиваться поставленных целей. Студенты данной группы достаточно планомерны, предпочитают последовательно реализовывать поставленные цели, имеют развитые навыки тактического планирования, достаточно целеустремлены, организованны, способны усилием воли структурировать свою жизнедеятельность. Они исполнительны и обязательны, обладают высоким уровнем самоорганизации и ориентированы на настоящее.

Для 39% исследуемой выборки характерен средний общий суммарный балл, студентам не всегда свойственно планирование своей активности, не частые проявления волевых качеств. Склонны умеренно разрабатывать четкие планы и следовать им. Достаточно хорошо осознают свои цели и склонны их достигать. Организованны, способны на волевые усилия, возможно переключение на более значимые виды деятельности. В планировании проявляют гибкость. В целом они способны сочетать самоорганизацию со спонтанностью и гибкостью.

Для 45 % выборки характерен балл, характеризующий уровень самоорганизации – ниже среднего: данная категория студентов не всегда доводит до завершения начатое дело, недостаточно быстро перестраиваются на новую деятельность. Таким студентам не всегда дается планирование своей деятельности и следование намеченному плану, не всегда четко видят свои цели. Они легко отвлекаются на посторонние дела. Такие студенты достаточно гибки и легко переключаются на новые виды деятельности. В организации деятельности не склонны пользоваться вспомогательными средствами (ежедневник, планер), что сказывается на самоорганизации. Часто предпочитают действовать спонтанно, не всегда структурируя свою деятельность, не свойственно четкое планирование своей активности.

Таким образом, сравнительный анализ исследуемых выборок студентов показал, что незначительная часть студентов обладает высоким уровнем

самоорганизации. Почти в равной степени распределились показатели среднего и ниже среднего уровня овладения данным навыком. Это говорит о необходимости корректирующих мероприятий для обучения студентов навыкам тайм-менеджмента.

Другими словами, по результатам первого этапа нашего мини-исследования современным студентам свойственно, с одной стороны, наличие качеств личности, разрешающих ставить цели и действовать, зафиксировавшись на решении определенных задач, а с другой – недостаточная планомерность деятельности и нежелание пользоваться внешними средствами планирования.

Желание проверить достоверность результатов обусловило необходимость проведения второго этапа диагностики самоорганизации студентов с использованием другой методики.

Во втором этапе исследования принимали участие те же студенты первого курса Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева. В качестве методики для проведения второго этапа диагностики был выбран опросник «Диагностика особенностей самоорганизации» («ДОС») А.Д. Ишкова [58]. Данная методика предназначена для диагностики индивидуальных особенностей самоорганизации. Опросник «ДОС» имеет 6 частных шкал, характеризующих уровень развития одного из личностных компонентов самоорганизации (волевые усилия), и 5 функциональных компонентов, идентичных общепринятой структуре самоорганизации (целеполагание, анализ ситуации, планирование, самоконтроль, коррекция). Результаты второго этапа диагностики самоорганизации приведены в таблице 2.

Результаты диагностики самоорганизации студентов по опроснику
«ДОС» А.Д. Ишкова

№ п/п	Шкалы опросника	Показатели				
		уровни (%)				
		низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий
1	Целеполагание	0%	31%	54%	10%	5%
2	Анализ ситуаций	2%	38%	45%	11%	4%
3	Планирование	2%	32%	51%	12%	3%
4	Самоконтроль	0 %	10%	57%	14%	17%
5	Коррекция	8%	56%	23%	13%	0%
6	Волевые усилия	0%	16%	62%	22%	0%

По результатам выполнения студентами опросника «Диагностика особенностей самоорганизации» мы можем констатировать, что по шкале «Целеполагание» было выявлено: 5% и 10% респондентов имеют выше среднего и высокий уровень соответственно, что говорит о достаточно хорошем развитии навыков принятия и удержания цели. Однако 31 % респондентов имеют уровень ниже среднего, следовательно, у студентов возникают трудности с постановкой целей принятием решений по их реализации.

Результаты по шкале «Анализ ситуации» следующие: 2 % имеют низкий уровень, 38 % уровень ниже среднего, 45 % средний уровень, 11 % и 4 % имеют уровень выше среднего и высокий соответственно. Мы можем говорить о том, что большинство студентов имеют навыки выявления и анализа обстоятельств, существенных для достижения поставленной цели. 40% испытуемых имеют трудности в анализе препятствий и обстоятельств по реализации поставленной цели.

Результаты по шкале «Планирование» следующие: 2 % имеют низкий уровень, 32 % уровень ниже среднего, 51 % средний уровень, 12 % и 3 % имеют уровень выше среднего и высокий соответственно. Следовательно, 34% респондентов не могут четко спланировать и организовать свою деятельность.

По шкале «Самоконтроль» 57 % средний уровень, 19% и 14% % имеют уровень выше среднего и высокий соответственно. Мы можем сказать, что испытуемые имеют достаточные навыков контроля и оценки собственных действий, психических процессов и состояний. Лишь 10 % имеют уровень ниже среднего, то есть студенты испытывают затруднения в контроле и оценке собственных действий и поступков.

Анализ полученных результатов по шкале «Коррекция» показал, что 23 % испытуемых имеют средний уровень, 12 % имеют уровень выше среднего. Мы можем предположить, что большинство испытуемых могут корректировать свои цели, если они первоначально были не четко поставлены, могут изменять способы их достижения, планы действий и критерии оценки. Однако 8 % имеют низкий уровень по данной шкале и 56 % уровень ниже среднего, то есть, представлена слабая выраженность навыков анализа существенных обстоятельств, плана действий, критериев оценки, форм самоконтроля, волевой регуляции и поведения в целом.

По шкале «Волевые усилия» 62 % испытуемых имеют средний уровень, 22 % имеют уровень выше среднего. Мы можем предположить, что испытуемые вполне успешно регулируют собственные действия, психические процессы и состояния. Проявляют волевые качества, умения по преодолению возникающих на пути к поставленной цели препятствий, а также активно мобилизуют свои физические и психические силы, концентрируют свое внимание на нужное русло деятельности, что обеспечивает необходимое побуждение, иницирующее деятельность и поддерживающее ее по ходу реализации плана. Однако 16 % испытуемых имеют уровень ниже среднего, то есть они не применяют достаточных волевых усилий к достижению поставленной цели и преодолению препятствий, возникающих в процессе деятельности.

Результаты диагностики уровня самоорганизации деятельности студентов по опроснику «ДОС» А.Д. Ишкова

№ п/п	Уровень саморегуляции	Процентная доля выборки (%)
1	Низкий	7%
2	Ниже среднего	20%
3	Средний	49%
4	Выше среднего	19%
5	Высокий	5%

Следовательно, мы можем сказать, что испытуемые имеют достаточно хороший уровень самоорганизации, то есть они способны организовывать процессы собственной деятельности и поведения, однако средний уровень по таким шкалам как коррекция и волевые усилия, свидетельствует о том, что студенты не в полной мере анализируют существующие препятствия и обстоятельства в их учебной деятельности, плана действий, критериев оценки своего результата, форм самоконтроля, применения активных волевых усилий для достижения поставленной цели.

Особый интерес для разработки учебного модуля «Тайм–менеджмент» (практической части нашего исследования) представляют результаты, полученные по опроснику «Стиль саморегуляции поведения–ССП–98» В.И. Моросановой, позволяющему определить типы стиля саморегуляции студентов. (см. табл. 4) [97].

Показатели уровня саморегуляции поведения по опроснику «Стиль саморегуляции поведения–ССП–98» (В.И. Моросановой) в группе студентов первого курса ИППО КГПУ им. В.П. Астафьева

№ п/п	Уровень саморегуляции	Процентная доля выборки (%)
1	Низкий уровень	17 %
2	Средний уровень	51%
3	Высокий уровень	32 %

В ходе исследования мы выявили, что в данной группе студентов преобладает средний общий уровень саморегуляции – у 51 % испытуемых. Это свидетельствует о том, что такие люди неплохо управляют собственным поведением, так как они придерживаются в деятельности определенной последовательности действий, все делают планомерно, вовремя и при этом опираются на детальный план работы. Но, тем не менее, в их деятельности нередко возможны ошибки и просчеты. 32 % испытуемых обладает высоким общим уровнем, что говорит о том, что данные испытуемые самостоятельны, гибко и адекватно на изменение условий, выдвижение и достижение целей у них в значительной степени осознано. И 17 % испытуемых обладают низким общим уровнем саморегуляции. Это свидетельствует о том, что у них потребность в осознанном планировании и программировании своего поведения не сформирована, они более зависимы от ситуации и мнения окружающих людей. У них снижена возможность компенсации для достижения поставленной цели личностными особенностями. Это может быть связано с тем, что такие студенты не имеют желания заниматься тем видом деятельности, который необходимо выполнить, и поэтому не проявляют достаточной усидчивости и настойчивости в этом процессе.

Дальнейшая работа проводилась нами с учетом индивидуальных особенностей самоорганизации студентов и была направлена, в первую очередь, на развитие навыков стратегического планирования и умений своевременной коррекции деятельности, что позволило повысить общий уровень самоорганизации студентов, а главное – гармонизировать развитие ее компонентов, что, в свою очередь, способствует формированию готовности к будущей профессиональной деятельности.

Инструментом формирования готовности студентов к профессиональной деятельности в нашем случае выступило внедрение модуля «Тайм-менеджмент».

Проектный этап.

Проектный этап осуществлялся с января по май 2017 г. и с сентября 2017 г. по март 2018 г. на базе Института психолого–педагогического образования КГПУ им. В.П. Астафьева. Проект был включен в учебно–образовательный процесс направления подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы Дошкольное образование и направления подготовки: 44.03.02 Психолого–педагогическое образование Направленность (профиль) образовательной программы Психология и педагогика дошкольного образования в рамках модуля «Тайм менеджмент» дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм–менеджмент».

С целью реализации образовательной технологии «Тайм–менеджмент» были разработаны и реализованы рабочие программы дисциплин: Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм–менеджмент» и дисциплины Б1.В.ДВ.3.2 «Командообразование и тайм–менеджмент».

Программы разработаны в соответствии с ФГОС ВО 44.03.01 Педагогическое образование и ФГОС ВО 44.03.02 Психолого–педагогическое образование программа бакалавриата соответственно. Обе программы представляют собой дисциплину по выбору вариативной части дисциплин основной профессиональной образовательной программы бакалавра по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы Дошкольное образование и дисциплину по выбору вариативной части дисциплин основной профессиональной образовательной программы бакалавра по направлению подготовки 44.03.02 Психолого–педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы Психология и педагогика дошкольного образования. Дисциплина входит в вариативную часть (дисциплины по выбору) Блока 1 (дисциплины и модули). Обучение осуществляется в очной форме (1 семестр).

Обучение осуществляется в очной форме (1 семестр). Объем программы дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм-менеджмент» составляет 3 з.е. (108 часов). Из них на контактную работу с преподавателем (различные формы аудиторной работы) отводится 36 часов и на самостоятельную работу обучающегося – 72 часа.

Объем программы дисциплины Б1.В.ДВ.3.2 «Командообразование и тайм-менеджмент» составляет 4 з.е. (144 часа). Из них на контактную работу с преподавателем (различные формы аудиторной работы) отводится 36 часов и на самостоятельную работу обучающегося – 72 часа и 36 часов на подготовку к экзамену.

Модуль «Тайм-менеджмент» вышеуказанных программ состоит из лекций и практических занятий. С учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования лекции служили основой для погружения в проблему модуля, историю тайм-менеджмента, знакомство с терминологией, содержали основы теоретических знаний и обозначали вопросы, ответы на которые предстояло искать вместе со студентами в процессе проводимых семинарских занятий-практикумов.

Цель реализации проекта «Тайм-менеджмент как средство самоорганизации студентов педагогического вуза», равно как и освоения модуля дисциплины состоит прежде всего в повышении уровня профессиональной подготовки студентов в области использования современных техник и приемов тайм-менеджмента, для чего необходимо совершенствование умений самоорганизации учебной деятельности, которые включают следующие компоненты: планирование, распределение и управление собственным временем, освоение практических навыков в области целеполагания, развитие навыков расстановки приоритетов в делах, анализа внутренних и внешних помех, самомотивации и саморазгрузки.

Важной составляющей является развитие умений согласования профессиональных целей и временных ресурсов с требованиями современных образовательных организаций.

Лекции строились на использовании активных форм обучения: лекция–беседа, проблемная лекция, лекция–дискуссия. Лекционные занятия предполагали диалог со студентами, развитие метапредметных компетенций, умений «активного слушания», размышления над проблемой, которую формулировали сами студенты в ходе анализа результатов прогностического этапа лекции (обращения к личному опыту самоорганизации, тайм–менеджмента, выполнение мини тестов ...). При разработке материалов мы опирались на базовые теоретические положения ведущих отечественных психологов [28; 31; 126].

Практические занятия по модулю также строились на применении современных активных форм организации деятельности студентов: симуляционная игра, проблемное обучение; интерактивные формы работы; дифференцированное обучение; организация индивидуальной, парной, групповой работы; участия в тренингах и самостоятельное проведение тренинговых упражнений с группой. При разработке учебных занятий были учтены особенности работы в малой группе, принципы распределения ролей [8; 115; 116; 131]. Существенное влияние на разработку занятий модуля оказала работа В.А. Халанской, в которой рассмотрено влияние активных методов работы на самоорганизацию личности студента [134].

Нами были изучены практические задания для совершенствования умений самоорганизации, предлагаемые в книгах по тайм–менеджменту отечественными и зарубежными авторами. Практически все авторы подчеркивают, что не существует универсальной системы тайм–менеджмента и рекомендуют обратить особое внимание на поиск (или выработку) такой системы, которая будет соответствовать особенностям и запросам конкретной личности [35; 36; 42; 48; 94; 101; 106; 124].

Для выбора и адаптации к собственным запросам личной системы тайм-менеджмента при освоении учебного модуля студентам предстояло не просто знания о компонентах самоорганизации учебной деятельности, но в определенной степени совершенствовать свои умения в планировании, принятии решений, целеполагании.

Во время первых занятий выяснилось, что многие студенты-первокурсники не задумываются о графике учебных занятий и экзаменационных сессий. Осознание важности последовательного и целенаправленного освоения техник организации личной и учебной деятельности в повседневной практике для оптимального использования своего времени, для построения личной системы тайм-менеджмента приходило постепенно.

Все виды заданий были направлены на переосмыслении собственного отношения ко времени и самоорганизации вообще и самоорганизации учебной деятельности в частности.

Практические занятия по модулю (аудиторные и внеаудиторные) были направлены на:

- освоение техники «Колесо баланса жизненных ценностей»;
- хронометраж по Любищеву;
- хронокарта Гастева;
- хронофаги или поглотители времени (листок учета дневных помех, ментальная карта хронофагов);
- освоение техники SMART;
- расстановка приоритетов по «Матрице Эйзенхауэра»;
- проектная система постановки целей (по Г. Архангельскому);
- ситуационный анализ по Л. Зайверту;
- планирование по методу «Альпы»;
- пирамида Франклина;
- использование принципа Парето;

- освоение принципов и техник планирования;
- освоение техники «Кайрос– основа контекстного планирования»;
- освоение техник управления учебной нагрузкой;
- освоение приемов делегирования;
- освоение приемов контроля и самоконтроля в тайм–менеджменте;
- знакомство с методом «пяти пальцев» по Л. Зайверту;
- знакомство с приемами обеспечения «ресурсного состояния»;
- знакомство с техниками самомотивации и саморазгрузки;
- анализ причин прокрастинации и некоторыми приемами их устранения;
- знакомство с приемами управления стрессами;
- освоение техники создания интеллект–карт (мобильные и компьютерные версии интеллект–карт);
- обзор интернет–технологий в системе тайм–менеджмента;
- обзор мобильных приложений и компьютерных программ для личного тайм–менеджмента.

Данная работа составила содержание занятий нашего учебного модуля. Студенты последовательно познакомились с каждым компонентом самоорганизации учебной деятельности и личного тайм–менеджмента.

В качестве иллюстрации приведем пример упражнений, которые были предложены студентам на первой лекции «Введение в тайм–менеджмент»: «Мой капитал времени» и «Пирог времени». Отметим, что данные упражнения рекомендуются многими отечественными и зарубежными авторами, но оказывают столь сильное воздействие на аудиторию, что считаем их использование вполне оправданным, так как они позволяют прочувствовать течение времени и его ценность. Мы применяли данные упражнения как при работе со студентами первого курса, так и в ходе тренингов с педагогами–психологами Свердловского района и супервайзерами ХХІХ

Всемирной зимней универсиады 2019 года в г. Красноярске и всегда наблюдали очень яркую реакцию аудитории: шок, потрясение, удивление ...

«Мой капитал времени» это упражнение, в ходе которого предлагается по определенной схеме подсчитать приблизительное количество лет, а затем часов, которые им предстоит прожить, исходя из средней продолжительности жизни в 80 лет.

Студенты познакомились с разными видами тайм-менеджмента и в ходе лекции-беседы был рассмотрен вопрос: «Тайм-менеджмент: самоистязание или самоорганизация?». При обсуждении реактивного и про активного подходов в решению проблем было предложено проиллюстрировать оба подхода собственными примерами. На практическом занятии были обсуждены различные школы тайм-менеджмента и история российского тайм-менеджмента.

Постановка целей – один из важнейших компонентов самоорганизации. На занятиях по теме «Система приоритетов и эффективность достижения целей» студенты выполнили упражнение «Колеса баланса жизненных ценностей». Выполнение данного упражнения позволило каждому наглядно представить свои актуальные жизненные ценности и их иерархию.

При выполнении упражнения студенты вели обсуждение в мини-группах и фиксировали, какие аспекты необходимо учитывать, чтобы правильно поставить цель для гармонизации своих целей и ценностей.

Далее необходимо сделать уточнение по тем приемам, которые были использованы в дополнение к образовательной технологии «Тайм-менеджмент» для активизации речемыслительной деятельности студентов, а именно герменевтический подход к работе с терминологией.

Во введении к данному исследованию уже были упомянуты работы Н.Г. Фроловой, посвященные социально-философским аспектам герменевтики в современном образовании [133]. На занятиях по модулю мы констатировали, что освоение содержания достаточно часто затруднено неполным пониманием студентами используемых терминов, имеющих иностранное происхождение.

Лишь немногие первокурсники могли объяснить значение таких слов как «хронос», «хронофаги», «темпоральный». Трудность вызвало даже слово «телефон» и «смартфон», последнее необходимо было объяснить, чтобы познакомиться с техникой целеполагания SMART (от английского «smart», то есть «умный, ловкий, сообразительный...»). Для компенсации данного дефицита были использованы приемы работы с терминологией на основе греко-латинских семантических компонентов, предложенные Н.Г. Фроловой [133].

На этапе общей дискуссии выяснилось, что существует пять основных принципов постановки целей: точность ее определения, измеримость, достижимость, реалистичность, определенность во времени. Далее, студентам было предложено самостоятельно (опираясь на школьные знания) либо с помощью смартфонов и обращения к онлайн переводчикам перевести слова «точность», «измеримость», «достижимость», «реалистичность» и «определенность по времени» на английский язык. Записав английские слова в столбик, все наглядно увидели, откуда пришел термин SMART и сформулировали определение, что если цель соответствует данным критериям, она называется SMART.

На следующем этапе каждый студент проводил «SMART-тест» одной из своих целей. Формы работы варьировались: фронтальная, индивидуальная, групповая.

Необходимо уточнить, что модуль «Тайм-менеджмент» проводился после модуля «Командообразование» дисциплины «Командообразование и тайм-менеджмент», что, по нашим наблюдениям и по отзывам самих студентов, помогало первокурсникам (встретившихся с товарищами по группе и со студентами из других групп всего лишь полтора месяца назад) эффективно сотрудничать в мини-группах, которые мы называли командами. Данный факт объясняется тем обстоятельством, что студенты уже имели возможность в ходе тренингов и упражнений запомнить имена, узнать особенности друг друга, ознакомиться с принципами распределения ролей в команде. Отметим, что

изначально модуль «Тайм–менеджмент» стоял первым, и мы отмечали затруднения в организации взаимодействия на этапах групповой и парной работы.

Опыт проведения тренинговых упражнений по командообразованию также положительно сказывался на подготовке и проведении студентами мини–тренингов по тайм–менеджменту.

Следующая тема, имеющая особую важность при формировании умений самоорганизации, была связана с планированием и предполагала ознакомление с основами планирования и освоение некоторых техник и приемов планирования, применяемых в современном тайм–менеджменте.

В данном блоке мы рассматривали со студентами планирование, как важнейший элемент самоорганизации. Студентам предлагалось провести обсуждение в мини–группах и найти несколько определений планирования, пользуясь различными источниками информации (Интернет, словари и справочники), рассмотреть различные виды планирования, опираясь на собственный опыт, и составить их список. Затем был составлен общий перечень видов планирования и даны комментарии по каждому виду.

Было дано уточнение, что учеными определены этапы, с обязательным прохождением которых связано планирование: постановка целей и задач, составление программы действий, выявление необходимых ресурсов и их источников, определение непосредственных исполнителей.

На занятии по ознакомлению с инструментами личного планирования работа проходила в три этапа: составление индивидуального списка средств для личного планирования; сравнение списков в мини–группах и выступление спикеров от каждой мини–группы; подведение итогов. На этапе выступлений спикеров студенты составляли финальный список, в который вошли: ежедневники, еженедельники, календари, компьютерные программы и приложения к смартфонам и органайзеры. Выяснилось, что немногие студенты пользуются средствами планирования, единицы используют приложения, несмотря на то, что 100% пользуются смартфонами.

Далее, в ходе дискуссии, был сформулирован вывод, что универсального средства планирования нет, что каждый человек может выбрать и использовать то, что подходит лично ему.

Затем, был сделан акцент на планировании по различным временным промежуткам и предложены некоторые рекомендации, коррективы в которые вносили сами студенты.

В итоге были сформулированы выводы, что у студентов деятельность в течение года, полугодия планируется по дням недели. Исходя из этого в годовой план целесообразно внести расписание занятий, экзамены, каникулы, расписание посещений секций, кружков, различных собраний, в общем, все основные регулярные дела, а также планируемые новые важные дела. Появляющиеся в течение года новые дела рекомендуется заносить в план–график. В конце каждого месяца не выполненные в течение этого месяца дела переносятся в свободные промежутки времени следующих месяцев. Таким образом, план–график служит обозримым средством учета и планирования дел, их более равномерного распределения, поиска резервов времени.

Студенты ознакомились с жестко–гибким планированием и с понятием контекстного планирования. «Кайрос» – основа контекстного планирования. Мы принимали во внимание определение М.А. Реуновой, считающей, что «контекст («кайрос») как совокупность условий, благоприятной для выполнения какой–либо задачи, а контекстное планирование как технику планирования, состоящая в выявлении типовых личных «кайросов», заведении соответствующих списков задач» [111; с. 150]. Однако, воспользовавшись опытом Н.В. Моргуновой и Р.В. Моргуновой, предложили студентам обратиться к древним грекам, которые использовали два совершенно разных понятия для обозначения времени [96].

Первое – «хронос», привычное для наших современников линейное, измеримое, механическое время. Для упорядочения этого времени используются ежедневники и органайзеры, содержащие, как правило, жесткие задачи. Жесткие задачи – задачи, привязанные к определенному времени. При

ознакомлением с данным определением студентам было предложено найти в русском языке слова с корнем «хронос» и провести мини–герменевтический анализ этих слов. Студенты искренне удивлялись, что ранее не задумывались о значении слов «хронометр», «хронометраж», «хронограф», «хронический», что все эти слова имеют греческое происхождение и связаны со временем.

Второе обозначение времени у древних греков – «кайрос», удобный момент; время, подходящее для осуществления конкретного замысла. С понятием «кайрос» связаны дела и задачи, которые называются гибкими. Гибкие задачи не привязаны жестко к определенному времени, а зависят от контекста (условий, обстоятельств).

«Кайросы», или удобные моменты, создают то, что условно принято называть неоднородностью времени, когда речь идет не о конкретном времени (день, час, минуты), а об определенных обстоятельствах, наиболее подходящих для выполнения определенного дела или решения определенной задачи. Эти обстоятельства принято называть контекстами.

Студенты, подготовившие сообщение о контекстном планировании представили четыре группы контекстов (место; человек или группа людей; внешние обстоятельства; внутренние обстоятельства); рассказали о трех шагах, из которых состоит техника контекстного планирования (выделение типовых личных контекстов, составление списка задач под каждый контекст, при приближении контекста «ревизии, соответствующих этому контексту задач). В ходе мини–тренинга студенты вывели «личные кайросы», сформулировали соответствующие им задачи, познакомились и попробовали практически использовать основные инструменты контекстного планирования: ежедневник, стикеры, доску для контекстного планирования, приложения для смартфона и др.

Студенты самостоятельно пришли к выводу, что чаще всего структурирование происходит по таким «кайросам» как «люди», «проекты».

Так как жизнь студента привязана к учебному графику, была обсуждена целесообразность и различные формы планирования на полугодие, месяц, неделю и день, а также целесообразность письменной фиксации планов.

Таким образом был осуществлен переход к следующей теме «Методы планирования». В ходе освоения данной темы студенты познакомились с некоторыми, наиболее часто рекомендуемыми методами планирования.

На занятиях по теме «Система приоритетов и эффективность достижения целей» (как и на занятиях по другим темам модуля), в соответствии с Рабочей программой дисциплин, представлялись мини-доклады с презентациями на основе рефератов, проектные разработки, проводились мини-тренинги с группой.

Выступление с сообщением по реферату (сопровожаемое презентацией) по теме «Пирамида Франклина» предполагало заполнение собственной пирамиды слушателями. Данное упражнение вызвало определенные трудности и показало, что менее половины студентов задумываются о своих главных жизненных ценностях и планах, лежащих в основе «Пирамиды Франклина».

Подобным же образом была организована работа по освоению «Матрицы Эйзенхауэра» и заполнению её квадрантов: «важно/срочно», «важно/не срочно», «срочно/не важно», «не срочно/не важно». Студенты высказывали свое отношение к предложенному Д. Эйзенхауэром правилу определения по таким критериям, как срочность и важность дела и обсуждали содержание заполненных квадрантов.

На аудиторном практическом занятии было представлено сообщение (на основе реферата с презентацией) «Применение методики планирования «Альпы»», включающей пять последовательных стадий: составление заданий дня; оценка необходимого для выполнения задания времени; резервирование времени «про запас»; принятие решений по приоритетным делам, сокращениям и перепоручению (делегирование); контроль и перенос невыполненных дел.

Логическим продолжением темы была дискуссия о «хронофагах», «делегировании» и учете «принципа Парето» при планировании. В ходе

группового обсуждения был составлен перечень внутренних и внешних «хронофагах», выслушаны мнения о способах борьбы с «пожирателями времени». Каждая группа подготовила рекомендации по борьбе с хронофагами и представила результаты обсуждения в виде интеллект-карты.

Отдельное занятие было отведено использованию ментальных карт для самоорганизации учебной деятельности. В качестве подготовки к теме студентам требовалось посмотреть видео-лекции М. Долиновой, посвященные преимуществам использования и рекомендациям по разработке интеллект-карт [159].

В форме групповой работы было организовано обсуждение принципов делегирования, после предварительного (внеаудиторного) просмотра одного из занятий сайта «Универсариум» [160].

Студенты ознакомились с информацией о планировании рабочего дня с учетом принципа дисбаланса, который был предложен итальянским экономистом В. Парето. Применение принципа Парето (соотношение 80:20) состоит в том, что если все рабочие функции рассматривать с точки зрения их эффективности, то окажется, что 80 % конечных результатов достигается за 20 % затраченного времени, тогда как остальные 20 % итога «поглощают» 80 % рабочего времени.

Рассмотрение предложенных примеров и иллюстрация принципа Парето собственными примерами помогли студентам понять практическую пользу принципа Парето, заключающуюся в том, что его применение означает концентрацию всегда ограниченных средств и ресурсов на определенной задаче или задании, вместо привычного «распыления» средств и ресурсов по множеству направлений.

Завершающее занятие по модулю прошло в форме симуляционной игры по теме «Тайм-менеджмент в Дошкольной образовательной организации». Каждая команда разрабатывала тренинг для персонала ДОО и презентовала свою программу тренинга. На разработку тренинга и его презентацию было отведено четыре учебных часа.

Студентам требовалось:

1. Ответить на вопрос: «Почему персоналу ДОО нужен подобный тренинг?»
2. Определить кто проводит тренинг? Руководители, приглашенные специалисты, сами сотрудники.
3. Определить этапы подготовки к тренингу.
4. Отобрать упражнения и выстроить программу тренинга.
5. Определить необходимые ресурсы для проведения тренинга.
6. Распределить обязанности по подготовке тренинга.

Симуляционная игра прошла динамично, студенты продемонстрировали, что теоретические положения тайм-менеджмента усвоены, сформировано осознание значимости применения образовательной технологии «Тайм-менеджмент» для самоорганизации.

Посещаемость занятий была достаточно высокой, все студенты, в соответствии с требованиями программы, выполнили рабочий план освоения дисциплины. В 2017–2018 учебном году программа модуля «Тайм-менеджмент» была актуализирована. Мы можем констатировать, что увеличение использования активных форм проведения учебных занятий, включение элементов герменевтического анализа обогатило образовательную технологию «Тайм-менеджмент».

2.3. Оценка результативности проекта

По результатам проектного этапа работы можно сделать вывод о том, что после апробирования курса «Тайм-менеджмент», использования приемов образовательной технологии тайм-менеджмента для развития самоорганизации организации учебной деятельности студента в целом изменилось отношение студентов к собственным ресурсам в самоорганизации учебной деятельности.

Указанные изменения были выявлены объективно, а в дополнение выразились в рейтинговой оценке предложенного курса студентами очной и заочной формы обучения (см. рис.2).

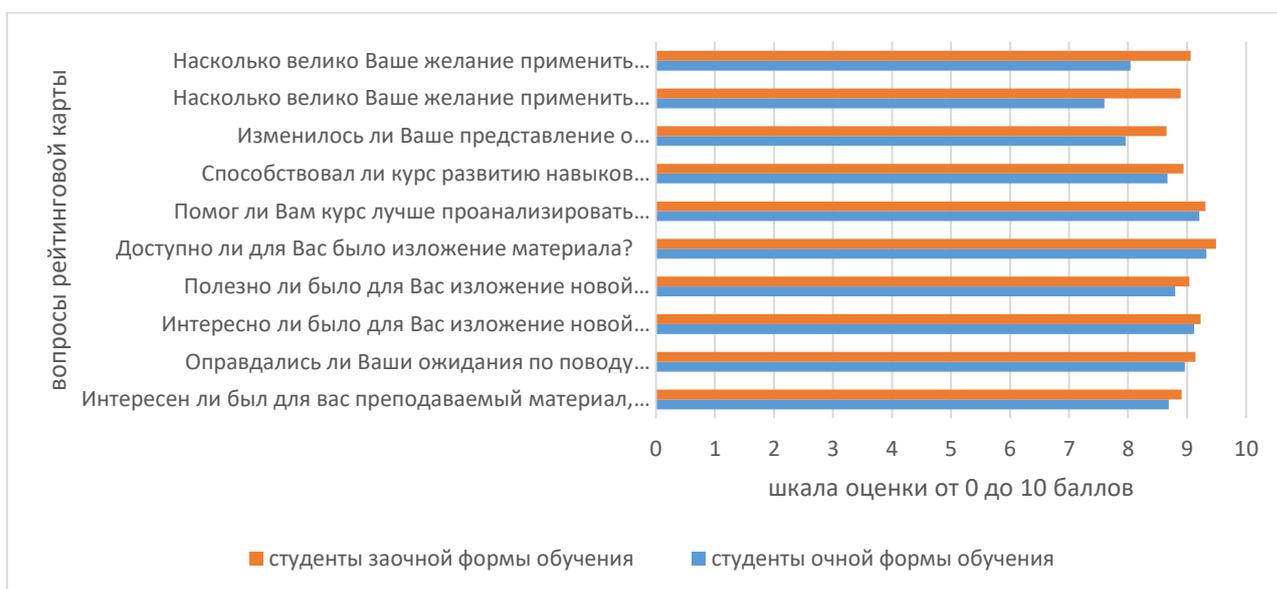


Рис.2. Оценка результативности использования образовательной технологии «Тайм–менеджмент»

Результаты рейтинговой карты (см. Приложение В) продемонстрировали довольно высокую оценку студентами Института психолого–педагогического образования учебного процесса и приемов образовательной технологии «Тайм–менеджмент».

Это еще раз подтверждает необходимость использования данной технологии в учебном процессе в вузе для обеспечения возможности самообразования, саморазвития и самовыражения студентов в ходе обучения, развития умений и навыков самоорганизации собственной деятельности.

Таким образом, полученные результаты подтвердили проектную идею о необходимости использования образовательной технологии «Тайм–менеджмент» в учебном процессе педагогического вуза как эффективного средства развития самоорганизации учебной деятельности студентов.

Выводы по Главе 2

Реализация образовательной технологии «Тайм–менеджмент» прошла во время проведения модуля «Тайм–менеджмент» дисциплины «Командообразование и тайм–менеджмент».

Считаем важным подчеркнуть, что навыки самоорганизации относятся к наиболее медленно осваиваемым навыкам, требующим кропотливой систематической работы, в связи с чем в рамках использования образовательной технологии «Тайм–менеджмент» в курсе по выбору «Командообразование и тайм–менеджмент» можно обеспечить определенный уровень повышения сформированности умений и навыков самоорганизации, закрепление и дальнейшее развитие которых необходимо продолжать в процессе учебной и профессиональной деятельности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исследование проектного типа по теме «Тайм–менеджмент как средство самоорганизации учебной деятельности студентов педагогического вуза» реализовано в полной мере.

В ходе исследования предпринята попытка актуализировать изменения в позиции студента и способствовать его становлению как активного субъекта учебно–профессиональной деятельности и активизировать самоуправляемую творческую учебно–профессиональную деятельность студента педагогического вуза.

Реализация проекта «Тайм–менеджмент как средство самоорганизации студентов педагогического вуза» позволила в определенной степени обеспечить процесс подготовки специалистов, имеющих представления о самоорганизации и владеющих умениями самоорганизации учебной деятельности, что обеспечит приобретение навыков практического применения полученных знаний тайм–менеджмента для рационального планирования и организованности, адекватного оценивания, своевременного корректирования результаты своей учебной.

На основании результатов исследования, представляется возможным сделать вывод об эффективности образовательной технологии «Тайм–менеджмент» для самоорганизации учебной деятельности студентов педагогического вуза.

1. Выделены основные подходы к самоорганизации учебной деятельности в психолого–педагогической литературе.
2. Выявлены особенности самоорганизации учебной деятельности студентов педагогического вуза. Самоорганизация учебной деятельности определена как процесс упорядоченной, сознательной деятельности, побуждаемой и направляемой целями и ценностями профессионально значимой учебной работы,

осуществляемой системой волевых и интеллектуальных действий, адекватных ценностным ориентациям студентов.

3. Определено, что при рассмотрении аспектов включения образовательной технологии «Тайм–менеджмент» в учебный процесс для развития умений самоорганизации у студентов первого курса педагогического вуза следует руководствоваться целостным взглядом на проблему и выходить на метапредметный уровень.
4. Разработано и апробировано методическое обеспечение образовательной технологии «Тайм–менеджмент» для самоорганизации учебной деятельности студентов педагогического вуза. С учетом первого года апробации внесены коррективы в содержание и формы проведения занятий по модулю «Тайм–менеджмент» дисциплины «командообразование и тайм–менеджмент».
5. Разработаны критерии оценки результативности методического обеспечения технологии «Тайм–менеджмент».

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абульханова–Славская К.А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991. 179 с.
2. Абульханова–Славская К.А. О путях построения типологии личности // Психологический журнал. 1983. Т. 4. № 1. С. 14–63.
3. Абульханова К.А., Березина Т.Н. Время личности и время жизни. СПб: Алетейя, 2001. 304 с.
4. Ананьев А.П. Психология и школа / Под ред. А.А. Никольской, М.: Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЕК», 1997. 352 с.
5. Ананьев Б.Г. Психофизиология студенческого возраста и усвоения знаний // Вестник высшей школы. М., 1972. № 7. **страницы**
6. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды: В 2-х т. / Под ред. А. А. Бодалева, Б. Ф. Ломова. Т. 1. М.: Педагогика, 1980. 432 с.
7. Андреев А.А. Педагогика высшей школы: (Прикладная педагогика): Учебное пособие. М., 2000. 145 с.
8. Андреева Г.М. Социальная психология: Учебник для высших учебных заведений. 5-е изд., испр. и доп. М.: Аспект Пресс, 2012. 362 с.
9. Анисимов Ю.С., Дёмкина Е.В. История возникновения и развития дефиниций «самоорганизация и «самообразование»: философский и историко–педагогический аспекты [Электронный ресурс] // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2015. №3(162). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/istoriya-vozniknoveniya-i-razvitiya-definitiy-samoorganizatsiya-i-samoobrazovanie-filosofskiy-i-istoriko-pedagogicheskiy-aspekty> (дата обращения 11.12.2016).

10. Анцыферова Л.И. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. Изд. 2-е, испр. и доп. Ин-т психологии РАН. М.: Типография «Наука», 2006. 510 с.
11. Архангельский Г. Тайм-драйв. Как успевать жить и работать. Манн, Иванов и Фербер, 2016. 260 с.
12. Асмолов А.Г. Психология личности. Культурно-историческое понимание развития человека. М.: Academia, Смысл, 2010. 448 с.
13. Афанасьева Н.А. Самоорганизация – фактор успешности учебной деятельности [Электронный ресурс] // Фундаментальные исследования. 2008. № 2. С. 60–61. URL: <http://www.fundamental-research.ru/ru/article/view?id=2613> (дата обращения: 07.05.2018).
14. Баженова Н.Г. Исследование психологических особенностей самоорганизации личности студентов // Современные научные исследования и инновации. 2015. № 8. Ч. 2 [Электронный ресурс]. URL: <http://web.snauka.ru/issues/2015/08/56836> (дата обращения: 11.01.2018).
15. Белая Г.В. Теоретические основы университетского менеджмента. М.: МГПУ, 2001. 304 с.
16. Белов И.П. Организация старшими школьниками своей учебной деятельности: Автореферат дис. ... канд. пед. наук. СПб., 1994. 22 с.
17. Беспалько В.П. Слагаемые педагогические технологии. М.: Педагогика, 1989. 192 с.
18. Боголюбов В. И. Педагогическая технология: эволюция понятия // Советская педагогика. 1991. № 9. С. 123–128.
19. Богомаз С.А. Типологические особенности самоорганизации деятельности // Вестник Томского государственного университета, 2011. № 344. С. 163–166.
20. Божович Л.И. Изучение мотивации и поведения детей и подростков. М., 1972. 136 с.

21. Болотова А.К., Молчанова О.Н. Психология развития и возрастная психология: учеб. пособие. Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики». М.: Изд. дом Высшей школы экономики, 2012. 526 с.
22. Бордовская Н.В., Реан А.А. Педагогика: учебное пособие. СПб: Питер, 2008. 304 с.
23. Бордовская Н.В. и др. Современные образовательные технологии: учебное пособие / Под ред. Н.В. Бордовской. Москва: КноРус, 2016. 432 с.
24. Бутакова С.М. Организация оценочной деятельности студентов как условие формирования их познавательной мотивации: дисс. ... канд. пед. наук / С.М. Бутакова. Красноярск, 2006. 246 с. <http://www.dissercat.com/content/organizatsiya-otsenochnoi-deyatelnosti-studentov-kak-uslovie-formirovaniya-ikh-poznavatelnoi> (дата обращения: 26.10.2016)
25. Васильченко Ю.Л. Механизмы времени. Тайм-менеджмент: теория, практикум. Механізми часу. Тайм-менеджмент: теорія, практикум. К.: Наша культура і наука, 2001. 220 с.
26. Виллюнас В.К., Психологические механизмы мотивации человека. М.: Изд-во МГУ, 1990. 228 с.
27. Воробьева М.А. Связь мотивации учебной деятельности с самоорганизацией деятельности у студентов [Электронный ресурс] // Педагогическое образование в России. Уральский государственный педагогический университет (Екатеринбург). 2012. №6. С. 184–188. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=18756903> (дата обращения: 20.11.2016).
28. Выготский Л.С. Психология. М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. 1008 с.
29. Высоцкая М.Н. «Некоторые аспекты учебно-познавательной мотивации и учебной самоорганизации» Молодежь и наука XXI века: XVIII Международный научно-практический форум

- студентов, аспирантов и молодых ученых, посвященный 85-летию КГПУ им. В.П. Астафьева Феномены и тенденции развития современной психологии, педагогики и менеджмента в образовании: материалы IV Всероссийской конференции школьников, студентов и молодых ученых, посвященной 155-летию со дня рождения Георгия Ивановича Челпанова / отв. ред. О.В. Груздева; ред. кол.; Электрон. дан. Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2017. С. 64–69.
30. М.Н. Высоцкая, И.В. Коломейцева Отношение студентов КГПУ им. В.П. Астафьева к академической мобильности М 879 Моя академическая мобильность – моя будущая карьера: круглый стол. Красноярск, 29 октября 2015 г. [Электронный ресурс] – Электрон. дан. / науч. рук. М.Н. Высоцкая; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2016. С. 1-3.
31. Гальперин П.Я. Лекции по психологии. КДУ, АСТ, Харвест, 2008, 400 с.
32. Гастев, А.К. Как надо работать. Основные правила, разработанные центральным институтом труда ВЦСПС. Пермь, 1921. 133 с.
33. Гижицкий В.В. Внутренние и внешние мотивы учебной деятельности как факторы академической успешности старшеклассников: Автореферат дис. ... канд. психол. наук. М., 2016. 34 с.
34. Гижицкий, В.В. Мотивация самоуважения и уважения другими как факторы академических достижений и настойчивости в учебной деятельности / Т.О. Гордеева, В.В. Гижицкий, О.А. Сычев, Т.К. Гавриченко // Психологический журнал, 2016. Том 37, № 2. С. 57–68.
35. Глухова Е.С. Тайм-менеджмент: личная эффективность. Учебно-методическое пособие. Томский государственный университет. Томск, 2012. 63 с.

36. Гмызина Г.Н. Формирование культуры самоорганизации учебно–познавательной деятельности курсантов военного вуза. [Электронный ресурс]: Автореферат дис. ... канд. пед. наук. Ульяновск, 2009. 27 с. URL: <https://dlib.rsl.ru/viewer/01003488605#?page=1> (дата обращения: 17 ноября 2017).
37. Гордеева Т.О. Мотивация учебной деятельности школьников и студентов: структура, механизмы, условия развития: Дис. ... д-ра психол. наук. М., 2013. 444 с.
38. Гордеева Т.О., Сычев О.А., Осин Е.Н. Опросник «Шкала академической мотивации» [Электронный ресурс] // 2014. том 35. № 4. URL: http://psylab.info/%D0%A8%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B0_%D0%B0%D0%BA%D0%B0%D0%B4%D0%B5%D0%BC%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B9_%D0%BC%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8 (дата обращения: 15.11.2016).
39. Горцевский А.А., Любицына М.И. Организация самостоятельной работы студента. – Л.: Изд-во Ленинградского ун-та, 1958. 50 с.
40. Граф В. Основы организации учебной деятельности и самостоятельной работы студентов / В. Граф, И. И. Ильясов, В. Я. Ляудис. М.: Изд-во Моск. ун-та., 1991. 195 с.
41. Дёмкина Е.В, Анисимов Ю.С. Ретроспективный анализ взглядов отечественных и зарубежных ученых на классификацию понятий «самообразование» и «самоорганизация» // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология, № 3(162). 2015. С. 44–52 URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/retrospektivnyy-analiz-vzglyadov-otечestvennyh-i-zarubezhnyh-uchyonyh-na-klassifikatsiyu-ponyatiy-samoobrazovanie-i> (дата обращения: 19.03.2017).

42. Доброворский И.Л. Самоменеджмент. Эффективные технологии. Практическое руководство для решения повседневных проблем. М.: Приор–издат, 2003. 272 с.
43. Доброхотова Т.А., Брагина Н.Н. Пространственно–временные факторы организации деятельности // Вопросы философии. 1975. № 5. С. 133–137.
44. Донцов В.Н. Учебная самоорганизация студентов как фактор успеваемости (на материале динамики младших курсов) [Электронный ресурс]: Дис. ... канд. пед. наук. Л., 1977. 256 с. URL: http://www.dissercat.com/content/pedagogicheskaya–tekhnologiya–taim–menedzhment–kak–sredstvo–samoorganizatsii_uchebnoi–deyate (дата обращения: 18.07.2017).
45. Дроботенко Ю.Б. Организация самостоятельной работы студентов в вузе при изучении педагогических дисциплин [Электронный ресурс]: Автореферат дис. ... канд. пед. наук. Омск, 2006. 24 с. URL: <http://www.dissercat.com/content/organizatsiya–samostoyatelnoi–raboty–studentov–v–vuze–pri–izuchenii–pedagogicheskikh–distsip> (дата обращения: 20.04.2018).
46. Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А., Кандыбович С.Л. Психология высшей школы. Учебное пособие. Издательство: АСТ, Харвест. Серия: Библиотека практической психологии, 2006. 416 с.
47. Журавский А.Ф. Научная организация труда: Учебное пособие для школ фабрично–заводского ученичества. М.–Л.: Гос. изд–во, 1926.
48. Заенутдинова, Н.А. Формирование готовности к самоорганизации у студентов педагогического колледжа в образовательном процессе: Дис. канд. пед наук. Магнитогорск, 2000. 159 с.
49. Зайченко П.А. Организация и методика самостоятельной работы студентов младших курсов. Кишинев: Кишиневский гос. ун–т, 1957. 44 с.

50. Засорина Л.Н., Петунов В.Д. Пути и средства формирования учебной самоорганизации // Формирование педагогических умений и профессионально значимых свойств личности у студентов. Межвуз. сб. науч. тр. Ижевск: УГУ, 1988.
51. Зимняя И.А. Педагогическая психология. Учебник для вузов. Изд. второе, доп., испр. и перераб. М.: Издательская корпорация «Логос», 2000. 384 с.
52. Зобков, А. В. Саморегуляция учебной деятельности: монография / А.В. Зобков, А.С. Турчин. Владим. гос. ун-т им. А.Г. и Н.Г. Столетовых, Иван. гос. ун-т. – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2013. 251 с.
53. Изотова Е.Г. Психологическая структура учебной деятельности студентов 1–5 курсов высших учебных заведений [Электронный ресурс]: Автореферат дис. ... канд. психол. наук. URL: <http://www.dissercat.com/content/psikhologicheskaya-struktura-uchebnoi-deyatelnosti-studentov-1-5-kurosov-vyshshikh-uchebnykh-z> (дата обращения: 20.06.2017).
54. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. СПб: Издательство «Питер», 2000. Серия «Мастера психологии». 512 с.
55. Ильясов И.И. Структура процесса учения. М.: Изд-во МГУ, 1986. с. 200.
56. Истомина И.М. Никашин А.И. Опережающие технологии самоорганизации студентов в учебном процессе [Электронный ресурс]: // Известия Волгоградского государственного педагогического университета. № 1 (105), 2016. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/operezhayuschie-tehnologii-samoorganizatsii-studentov-v-uchebnom-protseesse> (дата обращения: 15.06.2017).
57. Ишков А.Д. Связь компонентов самоорганизации и личностных качеств студентов с успешностью в учебной деятельности [Электронный ресурс]: Автореферат дис. ... канд. психол. наук. М.,

2004. с. 24 URL:
<http://www.dissercat.com/content/svyaz-komponentov-samoorganizatsii-i-lichnostnykh-kachestv-studentov-s-uspeshnostyu-v-uchebn>

(дата обращения: 16.01.2017).

58. Ишков А. Д. Учебная деятельность студента: психологические факторы успешности: монография. М.: Издательство АСВ, 2004. 224 с.
59. Калинин С.И. [Электронный ресурс] Тайм-менеджмент: Практикум по управлению временем. СПб.: Речь, 2006. 371 с. URL: http://s-kalinin.blogspot.ru/p/blog-page_26.html (дата обращения: 6.10.2016).
60. Камалетдинова Е.В. Самоорганизация учебной деятельности как фактор становления субъектности старшеклассников в профильном обучении [Электронный ресурс]: Автореферат дис. ... канд. пед. наук. М., 2008. 29 с. URL: <http://www.dissercat.com/content/samoorganizatsiya-uchebnoi-deyatelnosti-kak-faktor-stanovleniya-subektnosti-starsheklassniko> (дата обращения: 20.01.2017).
61. Карпова Е.В. Структура и генезис мотивационной сферы личности в учебной деятельности [Электронный ресурс]: Дис. ... д-ра психол. наук. Ярославль, 2009. 461 с. URL: (дата обращения: 20.07.2017).
62. Керженцев П.М. Принципы самоорганизации. Избранные произведения. М.: Экономика, 1968. 221 с.
63. Кноблаух Йорг. Управление временем / Йорг Кноблаух, Хольгер Вёлтге; [пер. с нем. Д.В. Ковалевой]. 2-е изд., стер. Москва: Омега-Л, 2006. 144 с.
64. Кови Р. Стивен Семь навыков высокоэффективных людей. Альпина Паблишер, 2017. 398 с.
65. Коган Г.В. Формирование мотивации и самоорганизации учебной деятельности студентов при изучении курса педагогики

- [Электронный ресурс]: Автореферат дис. ... канд. пед. наук. М., 2004. 19 с. URL: <http://www.dissercat.com/content/formirovanie-motivatsii-i-samoorga-nizatsii-uchebnoi-deyatelnosti-studentov-pri-izuchenii-kur> (дата обращения: 25.10.2017).
66. Козловская, Т.Н. Самоорганизация времени как фактор формирования «образа будущего» студента университета: [Электронный ресурс]: Дис. ... канд. пед. наук. Оренбург, 2005. 176 с. URL: <http://www.dissercat.com/content/samoorganizatsiya-vremeni-kak-faktor-formirovaniya-obraza-budushchego-studenta-universiteta> (дата обращения: 16.04.2018).
67. Конопкин О.А. Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект) // Вопросы психологии, 1995. № 1. С.5–12.
68. Концепция развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 г. утверждена 19 декабря 2017 г. URL: <https://минобрнауки.рф/документы/11981> (дата обращения: 20.03.2018).
69. Копейна Н.С. Самоорганизация в становлении индивидуальности // Интегральное исследование индивидуальности: теоретические и педагогические аспекты: межвуз. сб. науч. трудов. Пермь: ПГПИ, 1988. С.123–130.
70. Костромина С.Н. Структурно-функциональная модель самоорганизации деятельности // Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер. 12. Вып. 4., 2010. С. 153–160.
71. Котова С.С., Шахматова О.Н. Психологические особенности самоорганизации учебной деятельности студентов // Научные исследования в образовании, 2007. № 4. С. 91–98.

72. Котова С.С. Основы эффективной самоорганизации: учебное пособие / С.С. Котова, О.Н. Шахматова. Екатеринбург: Изд-во ГОУ ВПО «Рос. гос. проф.-пед. ун-т», 2010. 145 с.
73. Кринчик Е.П. Голографическая модель процесса самоорганизации // Фундаментальные проблемы психологии: личность и культура: Материалы научной конференции 23–25 апреля 2002 года / Под ред. П.Д. Шабанова, О.В. Защириной. СПб.: СПбГУ, 2003. 12 с.
74. Кринчик Е.П. Научно-методическая рефлексия актуального образовательного процесса в отдельном вузе как важнейшая составляющая его самообследования и самоидентификации // Вестник московского университета. Серия 14. Психология. 2014. № 4 С.142–153.
75. Круглова Н.Ф. Психодиагностика регуляторно-когнитивной структуры учебной деятельности и школьная неуспешность / Н.Ф. Круглова, В.И. Панов // Прикладная психология. 2001, № 5. С. 40-51.
76. Кузьмина, Н.В. Основы вузовской педагогики: учебное пособие для студентов университета. Л.: Изд-во Ленинградского ун-та, 1972. 167 с.
77. Куликова С.С. Формирование умений самоорганизации будущих педагогов в условиях информатизации образовательной деятельности [Электронный ресурс]: Автореферат дис. ... канд. пед. наук. СПб., 2008. 20 с. URL: <http://www.dissercat.com/content/formirovanie-umenii-samoorganizatsii-budushchikh-pedagogov-v-usloviyakh-informatizatsii-obra> (дата обращения: 6.08.2017).
78. Куницкая О.С. Учебная самоорганизация как фактор развития познавательной мотивации студентов педагогического университета // Актуальные проблемы социальной психологии: сб. науч. тр. / Бел. гос. пед. ун-т им. М. Танка: редкол. Т.В. Гормоза

- (отв. ред.), Я.Л. Коломинский, Л.А. Пергаменщик и др. — Минск: БГПУ, 2014. С. 300–303.
79. Кучинская Н.Л. Тайм–менеджмент как основа успешного обучения в учреждении высшего образования (информационный материал для студентов). Минск, 2015. с. 37.
80. Лакейн А. искусство успевать. Перевод с английского. М.: Агентство «ФИАР», 1996. 240 с.
81. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии. М.: Смысл, Academia, 2007. 512 с.
82. Леонтьев Д.А., Мандрикова Е.Ю., Осин Е.Н., Плотникова А.В., Рассказова Е.И. Опыт структурной диагностики личностного потенциала // Психологическая диагностика, 2007. №1. С. 8–31.
83. Лихачев Б. Г. Педагогика. М., 1992. 464 с.
84. Логвинова О.Н. Развитие функции целеполагания в процессе самоорганизации учебной деятельности школьников [Электронный ресурс] // Вестник МГОУ. Серия: Педагогика. 2011. № 2. С.35–41. URL: <http://vestnik-mgou.ru/Articles/View/5894> (дата обращения: 20.04.2018).
85. Ломин С.А., Осин А.К. Дидактические условия формирования самоорганизации учебной деятельности студентов // Успехи современного естествознания. 2013. № 10. С. 135–136.
86. Львович В.А. Формирование приемов самоорганизации учебной деятельности учащихся старших классов: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 2006.
87. Мандрикова Е. Ю. Современные подходы к изучению временной перспективы личности // Психологический журнал, 2008. Т. 29. № 4. С. 54 – 65.
88. Мандрикова. Е. Ю. Разработка опросника самоорганизации деятельности (ОСД) / Е.Ю. Мандрикова // Психологическая диагностика, 2010. № 2. С. 87–111.

89. Марков С.Л. Механизмы и приемы творческого освоения времени // Время деятельности личности. Психологические исследования: сб. науч. тр. Черновцы, 1991. С. 52–62.
90. Маркова А. К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте. М., 1983., с. 44.
91. Маслоу А.Г. Мотивация и личность. СПб: Евразия, 1999. 478 с.
92. Мельникова Д.М. Понятие временная компетентность как предмет гуманитарного познания [Электронный ресурс] // Мир науки, культуры, образования. Горно–Алтайск. ISSN: 1991–5497eISSN: 1991–5500 № 4 (47) 2014. С.191–193. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=22483146> (дата обращения: 20.08.2017).
93. Монахов В.М. Технологические основы проектирования и конструирования учебного процесса. Волгогр. гос. пед. ун–т. Волгоград: Перемена, 1995. 152 с.
94. Моргенстерн Д. Тайм–менеджмент. Искусство планирования и управления своим временем и своей жизнью / Джулия Моргенстерн; пер. с англ. М.: ООО «Издательство «Добрая книга», 2015. 256 с.
95. Моргенстерн Д., Самоорганизация по принципу «Изнутри наружу» пер. с англ. М.: ООО «Издательство «Добрая книга», 2006. 256 с.
96. Моргунова, Н.В. Тайм–менеджмент: учеб. пособие / Н. В. Моргунова, Р.В. Моргунова; Владим. гос. ун–т им. А. Г. и Н. Г. Столетовых. Владимир: Изд–во ВлГУ, 2014. 72 с.
97. Моросанова В.И. стиль саморегуляции поведения [Электронный ресурс] // Журнал практической психологии и психоанализа. №2 2004. URL: <https://new.psyjournal.ru/psyjournal/articles/detail.php?ID=2946> (дата обращения: 20.10.2016).

98. Найбышева В.Б. Педагогическая система формирования учебной деятельности студентов: Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 : Волгоград, 2000 134 с.
99. Непомнящий А.В., Захаревич В.Г. Самоорганизация, самоконтроль и саморегуляция в учебном процессе. Учебное пособие. Таганрог: ТРТИ, 1989. 82 с.
100. Нюттен Ж. Мотивация, действия и перспектива будущего. М.: Смысл, 2004. 608 с.
101. О'Коннелл Фергюс. Успевай все вовремя. Самоучитель по тайм-менеджменту: пер. с англ. М.: Издательство «Дело и Сервис», 2007. 176 с.
102. Панфилова А.П. Инновационные педагогические технологии: Активное обучение: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. М.: Издательский центр академия, 2009. 192 с.
103. Пейсахов Н.М. Система понятий теории психического самоуправления // Теоретические и прикладные исследования психической самореализации. Казань, 1982. С.5–8.
104. Пласкина М. В. Понятие «технология обучения» в современной педагогике [Электронный ресурс] // Педагогика: традиции и инновации: материалы V Междунар. науч. конф. (г. Челябинск, июнь 2014 г.). Челябинск: Два комсомольца, 2014. С. 9–11. URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/104/5741/> (дата обращения: 06.05.2018).
105. Платонов К. К. Краткий словарь системы психологических понятий. М. Высшая школа, 1987. 174 с.
106. Поздняк С.Н. Методические рекомендации к организации самостоятельной работы студентов. Урал. гос. пед. ун-т. Екатеринбург, 2010. 30 с.

107. Позиции субъекта учения как психологическая система: внешние и внутренние связи: монография / под ред. Е.Д. Божович. М.: Памятники исторической мысли, 2013. 294 с.
108. Полонников А.А. Учебная деятельность студента университета: от управления к самоуправлению [Электронный ресурс] // Материалы Международной научно–практической конференции Минск, 22–23 апреля 2009 г. / под ред. Н. Д. Корчаловой, И. Е. Осипчик. Минск: Изд. центр БГУ, 2009. С.32–36. URL: <http://charko.narod.ru/index63.htm> (дата обращения: 20.04.2018).
109. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии / Л. И. Анцыферова. Изд. 2–е, испр. и доп. Москва: Ин–т психологии РАН, 2006 (М.: Типография "Наука"). 510 с.
110. Ребельский И.В. Азбука умственного труда. Как читать, как слушать, как готовиться к докладу. М.: Ком. ун–т им. Я.М. Свердлова, 1926. 106 с.
111. Реунова М.А. Педагогическая технология «Тайм –менеджмент» как средство самоорганизации учебной деятельности студента университета [Электронный ресурс]: Дис. ... канд. пед. наук. Оренбург, 2013. 222 с. URL: <http://www.dissercat.com/content/pedagogicheskaya–tekhnologiya–taim–menedzhment–kak–sredstvo–samoorganizatsii–uchebnoi–deyatel–nosti> (дата обращения: 20.01.2017).
112. Рыбакова Н.Н. Педагогическое управление развитием самоорганизации подростков в процессе обучения [Электронный ресурс]: Автореферат дис. ... канд. пед. наук. Омск, 2004. 24 с. URL: <http://nauka–pedagogika.com/viewer/108964/a/#?page=1> (дата обращения: 23.07.2017).
113. Рындак В.Г. Личность. Творчество. Развитие: Учебное пособие / В.Г. Рындак, Н.В. Москвина. М.: Педагогический вестник, 2001. 290 с.

114. Селевко Г.К. Энциклопедия образовательных технологий. В 2–х томах. Т. 1. М.: народное образование, 2005. 556 с.
115. Селезнева Н.Т., Дроздова Л.Н., Куркотова Е.А. Субъектно–развивающая парадигма: критерии и уровни субъектности [Электронный ресурс] // Современные наукоемкие технологии. 2010. № 10. С. 153–156. URL: <http://www.top-technologies.ru/ru/article/view?id=26060> (дата обращения: 07.05.2018).
116. Селезнёва Н.Т., Манойленко Е.В., Социальная психология: учебное пособие / Краснояр. гос. пед. ун–т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2016. 252 с.
117. Селезнёва Н.Т., Манойленко Е.В., Тодышева Т.Ю. Успех личности: миг и вечность. Красноярск: Литера-принт, 2014. 305 с.
118. Серый А.В. Психологические механизмы функционирования системы личностных смыслов у студентов вуза в процессе обучения: дис. ... д-ра психол. наук. Иркутск, 2005. 411 с.
119. Серый А.В. Становление компетентности практического психолога // Высшее образование в России, 2005. № 5. С. 63 – 66.
120. Серый А.В., Вечканова Е.М. Темпоральные аспекты актуализации смысловых граней субъективных образов переживания кризиса идентичности в период юности // Вестник Кемеровского государственного университета. 2015. № 3. Т. 3. С. 238 – 247.
121. Сластенин, В. А. Педагогика: Инновационная деятельность / В.А. Сластенин, Л.С. Подымова. М., 1997. 188 с.
122. Смирнов А. В. Учебная самоорганизация как фактор развития познавательной мотивации студентов технического вуза: [Электронный ресурс]: Дис. ... канд. психол. наук. Самара, 2011. 175 с. URL: <http://www.dissercat.com/content/uchebnaya-samoorganizatsiya-kak-f>

- [aktor-razvitiya-poznavatelnoi-motivatsii-studentov-tekhnich](#) (дата обращения 20.11.2016).
123. Современная психология мотивации / Под редакцией Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002. 343 с.
124. Соловова Н.В. Организация и контроль самостоятельной работы студентов: методические рекомендации (под ред. В.П. Гарькина) Самара: Изд-во «Универс-групп», 2006. 15 с.
125. Тайлер Д. Оллок. Управление временем. Пер. с англ. М.: HIPPO PABLISCHING LTD, 2006. 144 с.
126. Талызина Н. Ф. Управление процессом усвоения знаний (психологическая основа). Издание 2-е, дополненное, исправленное. М.: Издательство Московского университета, 1984. 345 с.
127. Трейси Брайан. Управляй своим временем и удвой результаты: Пер. с англ. М.: Издательский дом «Вильямс», 2006. 64 с.
128. Тутышкин Н.К. Основы самоуправления учебной деятельностью: Учебное пособие. Казань: Изд-во КГУ, 1984. 118 с.
129. Узнадзе Д. Н. Мотивация – период, предшествующий волевому акту. СПб., 2001.
130. Устинова Я.О. Формирование умений самоорганизации и самоконтроля учебной деятельности у студентов вузов [Электронный ресурс]: Дис. ... канд. пед. наук. Челябинск, 2000. 191 с. URL: <http://www.dissercat.com/content/formirovanie-umenii-samoorganizatsii-i-samokontrolya-uchebnoi-deyatelnosti-u-studentov-vuzov> (дата обращения: 18.02.2017).
131. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. 490 с.

132. Филиогло Л.Д., Нюренберг В.В. Основы самоорганизации: Учебно–методическое пособие. Тольятти: ТГУ, 2011. 190 с.
133. Фролова Н.Г. Социально-философские аспекты герменевтики в современном образовании: Автореферат дис. ... канд. философ. наук. Красноярск, 2001. 25 с.
134. Халанская В. А. Самоорганизация личности студента в процессе обучения с помощью активных методов: монография. Современная гуманитарная акад. М.: Изд–во СГУ, 2010. 185 с.
135. Харланова Т.Н. Развитие карьерных ориентаций студенческой молодежи в процессе профессиональной подготовки [Электронный ресурс]: Автореферат дис. ... канд. психол. наук. М. 2015. с. 24 URL: http://www.psy.msu.ru/science/autoref/kharlanova/kharlanova_autoref.pdf (дата обращения: 20.08.2017).
136. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность: учебное пособие для студентов вузов / пер. с англ. Х. Хекхаузена; науч. ред. пер. Д.А. Леонтьев, Б.М. Величковский. СПб.: Питер; Москва: Смысл, 2003. 859 с.
137. Цагарелли Ю.А. Системная диагностика человека. Казань, 2002. 156 с.
138. Юдин С. А. Взаимосвязь показателей самоорганизации учебной деятельности студентов вуза и временной перспективы личности // Вестник Кемеровского государственного университета, 2016. № 2. С. 151 – 155. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-pokazateley-samoorganizatsii-uchebnoy-deyatelnosti-studentov-vuza-i-vremennoy-perspektivy-lichnosti> (дата обращения 26.09 2017).
139. Якунин В.А. Обучения как процесс управления. Ленинград: Издательство Ленинградского университета, 1988. 160 с.
140. Bujon Stéphanie, Einfalt Laurence. S'organiser, c'est facile! © Groupe Eyrolles, 2005. ISBN 2-7081-3402-7 URL:

- https://www.eyrolles.com/Chapitres/9782708134027/Chap1_Bujon.pdf
(consulté le 4 octobre 2017).
141. Deci E.L., Ryan R.M. Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development and health // Canadian Psychology, 2008b. V. 49. P. 182–185.
142. Coudry Estelle. Gestion du Temps. 1ère édition © 2013 Cac Consulting – Estelle Coudry & bookboon.com ISBN 978-87-403-0553-1 URL: <http://livresnumeriquesgratuits.com/data/documents/Gestion-du-temps.pdf> (consulté le 27 septembre 2017).
143. Dupont Serge, De Clercq Mikaël et Galand Benoît. Les prédicteurs de la réussite dans l'enseignement supérieur // Revue française de pédagogie [En ligne]. N°191, avril-mai-juin 2015, mis en ligne le 30 juin 2018 (consulté le 19 mai 2018). URL: <http://journals.openedition.org/rfp/4770>; DOI : 10.4000/rfp.4770.
144. Einfalt Laurence, Bujon Stéphanie. S'organiser, tout simplement © Groupe Eyrolles, 2008. (consulté le 17 mars 2018). ISBN: 978-2-212-54199-1 URL: https://www.eyrolles.com/Chapitres/9782212541991/Chap-1_Einfalt.pdf.
145. Fayé Birane. L'intérêt et la motivation en apprentissage : des dispositions psychologiques déterminantes // UCAD. FASTEF. Revue Liens N° 19. ISSN 0850 – 4806. Juillet 2015. (consulté le 14 avril 2017). URL: <http://fastef.ucad.sn/articles-revue19.htm>. 19–26 p.
146. Galand Benoît. «La motivation en situation d'apprentissage : les apports de la psychologie de l'éducation», Revue française de pédagogie [En ligne], 155 | avril-juin 2006, mis en ligne le 21 septembre 2010 (consulté le 20 mai 2018). URL: <http://journals.openedition.org/rfp/59> ; DOI : 10.4000/rfp.59.
147. Hori Shinya. Application de la théorie de l'autodétermination à l'enseignement du FLE : corrélation entre le degré d'autodétermination

- et la performance // Revue japonaise de didactique du français. Études didactiques. 2008. Vol. 3. № 1. P. 84–99. URL: https://www.researchgate.net/publication/303922420_Application_de_la_theorie_de_l'autodetermination_a_l'enseignement_du_FLE_correlation_entre_le_degre_d'autodetermination_et_la_performance_HORI_Shinya (consulté le 20 mai 2017).
148. Ishkov A.D., Miloradova N.G., Chernyshev A.Y. The Features of Students' Self-organization Structure, who Study «MBA in Construction» Program //Procedia-Social and Behavioral Sciences. 2015. T. 171. C. 765–770.
149. Letarte André, Lafond François. La concentration et la gestion du temps. Centre d'orientation et de consultation psychologique de l'Université Laval, 4^{ème} édition. Collection «Condition d'étude», Avril 1999. 20 p.
150. Lieury Alain, Fenouillet Fabien. Motivation et réussite scolaire. 3^{ème} édition. Collection : Psycho Sup. Dunod, 2013. P. 193.
151. Mignon Jacques. Etudes longitudinales de la motivation d'étudiants universitaires de 1^{ère} année. Thèse de doctorat. Université de Liège – Gembloux Agro-Bio Tech, Belgique, 2012. 213 p., 33 tabl., 31 fig. URL: <https://orbi.uliege.be/bitstream/2268/129242/1/Th%C3%A8se%20Jacques%20Mignon%202012%20d%C3%A9but.pdf> (consulté le 24 avril 2017).
152. Montfort Valérie Normes de travail et réussite scolaire chez les étudiants en première année de sciences. In: Sociétés contemporaines N°40, 2000. pp. 57–76; doi : 10.3406/socco.2000.1813 URL: http://www.persee.fr/doc/socco_1150-1944_2000_num_40_1_1813 (consulté le 4 décembre 2017).
153. Morin Edgar. Les sept savoirs nécessaires à l'éducation du futur. © UNESCO 1999 EPD-99/WS/3. P. 67. URL:

- <http://unesdoc.unesco.org/images/0011/001177/117740fo.pdf> (consulté le 20 décembre 2017).
154. Nuttin Joseph. Théorie de la motivation humaine Du besoin au projet d'action Année : 1996 Pages : 384 Collection : Psychologie d'aujourd'hui Éditeur : Presses Universitaires de France ISBN : 9782130442776. ISBN version en ligne : 9782130737063 Site internet.
155. Nuttin Joseph. Problèmes de psychologie de la motivation humaine. In: Revue Philosophique de Louvain. Troisième série, tome 59, n°62, 1961. pp. 348–370; doi : 10.3406/phlou.1961.5078. (consulté le 20 décembre 2017). URL: http://www.persee.fr/doc/phlou_0035-3841_1961_num_59_62_5078.
156. Püschel Edith. Selbstmanagement und Zeitplanung (Uni Tipps, Band 3430) Taschenbuch. 2., aktualisierte und korrigierte Auflage 2017 © 2017 Verlag Ferdinand Schöningh, ein Imprint der Brill-Gruppe. UTB-Band-Nr :3430. ISBN 978-3-8252-3881-9. 150 S.
157. Quinton André, Chassagne Françoise. Les motivations dans l'apprentissage: désir d'apprendre, désir d'enseigner // Psychologie d'apprentissage. Les motivations. DU de pédagogie, juin 2012.
158. Sanséau Pierre-Yves. Mieux gérer son temps. Presses Universitaires de Grenoble, 2012. Collection: Se connaître pour. ISBN-10: 2706116838. ISBN-13: 978-2706116834. 107 p.
159. Viau Rolland, Joly Jacques.. Comprendre la motivation à réussir des étudiants universitaires pour mieux agir // U. de Sherbrooke. Canada. 69^{ème} congrès de l'ACFAS. 2001. (consulté le 20 décembre 2017). URL: https://www.researchgate.net/publication/237662461_Comprendre_la_motivation_a_reussir_des_etudiants_universitaires_pour_mieux_agir.
160. Национальный Исследовательский Университет Высшая школа экономики. Образовательное видео. URL: http://video.hse.ru/video/search/?search_text=%F2%E0%E9%EC%EC

- [%E5%ED%E5%E4%E6%EC%E5%ED%F2](#) (дата обращения; 25.10.2016).
161. Российская межвузовская площадка электронного образования «Универсариум». URL: <https://universarium.org/course/735> (дата обращения: 20.10.2016).
162. Concevoir un Environnement Personnel d'Apprentissage (EPA), est-ce utile pour les étudiants? Stéphanie Mailles-Viard, Emilie Vayre, Chrysta Pelissier
<https://halshs.archives-ouvertes.fr/halshs-01572480/document>. (дата обращения: 18.11.2017).
163. Comment bien gérer son temps quand on st étudiant. URL: <http://www.reussir-examens-concours.com/comment-bien-gerer-son-temps-quand-on-est-etudiant/> (дата обращения: 20.04.2018).
164. L'Etudiant. Ls astuces pour améliorer votre gestion du temps. URL: <http://www.letudiant.fr/trendy/vie-etudiante/etudes/j-ameliore-ma-gestion-du-temps.html> (дата обращения: 20.04.2018).
165. Organiser son temps et son travail : le secret pour étudier sans stress.
URL :
https://www.reussirmavie.net/Organiser-son-temps-et-son-travail-le-secret-pour-etudier-sans-stress_a2327.html (дата обращения: 20.04.2018).
166. Temps Action. Efficacité – Habitudes – Prioritisation.
<http://www.temps-action.com/utilisez-vous-les-5-fondamentaux-dune-bonne-gestion-du-temps> (дата обращения; 25.10.2016).
167. Time Management Tips for Students
<https://www.topuniversities.com/blog/7-time-management-tips-students> (дата обращения; 15.11.2017).
168. The University of Maine
<https://umaine.edu/studentlife/home/time-management/lesson-9-time->

- [management-for-students-in-organizations/](#) (дата обращения: 15.11.2017).
169. Tu réussiras Magazine. La gestion de Temps pour les étudiants. URL: <http://www.tureussiras.com/efficacite-personnelle/la-gestion-du-temps-pour-les-etudiants.html> (дата обращения: 24.10.2017).
170. Université Laval. Direction des services aux étudiants. Centre d'aide aux étudiants. URL: <https://www.aide.ulaval.ca/apprentissage-et-reussite/textes-et-outils/strategies-d-apprentissage/la-gestion-du-temps/> (дата обращения: 03.11.2017).
171. Université Ottawa SASS – Service d'appui au succès scolaire. Méthodes d'études – Gestion du temps. URL: <https://sass.uottawa.ca/fr/mentorat/trousse/gestion-du-temps> (дата обращения: 12.11.2017).
172. Université de Sherbrooke. Etudiants. Gestion du temps. URL: <https://www.usherbrooke.ca/etudiants/spo/soutien-a-lapprentissage/gestion-temps/> (дата обращения: 4.04.2017).

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Методические рекомендации по освоению модуля «Тайм–менеджмент» дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм–менеджмент».

Данные методические рекомендации направлены на помощь студентам в написании реферата, способствующего более углубленному изучению отдельных разделов дисциплины.

Требования к реферату

Реферат выполняется на стандартной бумаге формата А4 (210/297). Поля: левое – 30 мм, правое – 10 мм, верхнее 20 мм и нижнее – 25 мм; интервал полуторный; шрифт в текстовом редакторе Microsoft Word – Times New Roman Cyr; размер шрифта – 14 (не менее 12), выравнивание по ширине.

Стандартный титульный лист студент получает на кафедре.

Содержание начинается со второй страницы, далее должна идти сквозная нумерация. Номер страницы ставится в центре нижней части страницы. Общий объем реферата должен составлять 20–25 страниц (без приложений).

Во введении обосновывается актуальность темы, ее практическая значимость. Содержание должно быть представлено в развернутом виде, из нескольких глав, состоящих из ряда параграфов. Против названий глав и параграфов проставляются номера страниц по тексту. Главы и параграфы нумеруются арабскими цифрами. Допускается не более двух уровней нумерации.

Заголовки, в соответствии с оглавлением реферата, должны быть выделены в тексте жирным шрифтом (названия глав – заглавными буквами, названия параграфов – строчными буквами), выравнивание по центру. Точки в заголовках не ставятся.

Каждая глава должны начинаться с новой страницы. Текст параграфа не должен заканчиваться таблицей или рисунком.

Представленные в тексте таблицы желательно размещать на одном листе, без переносов. Таблицы должны иметь сквозную нумерацию. Номер таблицы проставляется вверху слева. Заголовок таблицы помещается с выравниванием по левому краю через тире после ее номера.

На каждую таблицу и рисунок необходимы ссылки в тексте "в соответствии с рисунком 5 (таблицей 3)", причем таблица или рисунок должны быть расположены после ссылки.

Все расчеты, выполняемые в реферате, излагаются в тексте с обоснованием, указанием размерности величин. Результаты расчетов представляются в табличной форме.

В заключении излагаются краткие выводы по результатам работы, характеризующие степень решения задач, поставленных во введении. Следует уточнить, в какой степени удалось реализовать цель реферирования, обозначить проблемы, которые не удалось решить в ходе написания реферата.

Приложения обозначают заглавными буквами русского алфавита. Каждое приложение имеет свое обозначение.

Подбор литературы осуществляется студентом самостоятельно. Желательно использование материалов, публикуемых в журналах списка ВАК, монографий и других источников. Это обусловлено тем, что в реферате вопросы теории следует увязывать с практикой, анализировать процессы, происходящие как в мировой, так и в российской экономике.

Перечень используемой литературы должен содержать минимум 15 наименований. Список литературы оформляется в алфавитном порядке в соответствии с требованиями ГОСТа: сначала указываются источники законодательной базы (федеральные, региональные, местные нормативные правовые акты), затем – научные публикации (книги, статьи, авторефераты диссертаций, диссертации). По каждому источнику, в том числе по научным статьям, указывается фамилия и инициалы автора, название, место издания, название издательства, год издания. При использовании страниц Internet их перечень дается в конце списка литературы.

Подготовка к семинарским занятиям.

Для подготовки к семинарскому занятию вам необходимо внимательно изучить содержание темы дисциплины; рассмотреть основную и дополнительную литературу к разделу; выбрать литературу, соответствующую теме семинарского занятия; подготовить ответы на вопросы семинарского занятия.

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Планы лабораторных занятий по модулю «Тайм-менеджмент» дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм-менеджмент».

Занятие № 1. Сущность и содержание тайм-менеджмента

Вопросы для подготовки и обсуждения:

1. Цели и задачи тайм-менеджмента. Роль тайм-менеджмента в повышении эффективности деятельности современной организации.
2. Истоки тайм-менеджмента в зарубежной теории и практике.
3. Школы менеджмента и идеи современного тайм-менеджмента.
4. Истоки тайм-менеджмента в теории и практике российских исследователей в области управления.

Практикум:

Заполнение матрицы колеса жизненного баланса.

Литература:

1. Стивен Кови. Семь навыков высокоэффективных людей. –М., Альпина Паблишер, 2015.

<http://www.litres.ru/stiven-kovi/sem-navykov-vysokoeffektivnyh-ludey-11291502/?lfrom=25883111>.

2. Дэвид Аллен. Как привести дела в порядок. –М., Вильямс, 2007.

<http://www.litres.ru/devid-allen/kak-privesti-dela-v-poryadok-iskusstvo-produktivnosti-bez-stressa/?lfrom=25883111>.

3. Глеб Архангельский. Тайм-драйв. –М., Манн, Иванов и Фербер, 2007.

<http://www.mann-ivanov-ferber.ru/books/mif/005/>

4. Дж. Кэнфилд, М. Хансен, Л. Хьюитт. Цельная жизнь. –М., Манн, Иванов и Фербер, 2015. <http://www.mann-ivanov-ferber.ru/books/mif/thepoweroffocus/>
5. А. Маккензи, П. Никерсон. Ловушка времени. –М., Манн, Иванов и Фербер, 2015. http://www.mann-ivanov-ferber.ru/books/lovushka_vremeni/
6. Глеб Архангельский. Организация времени. –СПб., Питер, 2008.
7. Александр Фридман. Тайм-менеджмент и эффективные бизнес-решения. – Аудиокнига
8. Александр Фридман. Вы или хаос. Профессиональное планирование для регулярного менеджмента. –М., Добрая книга, 2015.

Занятие № 2. Время и принципы его эффективного использования

Вопросы для подготовки и обсуждения:

1. Категория «время» в менеджменте.
2. Роль фактора времени в студенческой жизни.
3. Типичные ошибки в процессе управления временем, их анализ.
4. Основные принципы эффективного использования времени.
5. Метода учета и анализа использования времени.

Практикум:

Заполнение пирамиды эффективности и матрицы Эйзенхауэра.

Хронометраж рабочего дня.

Литература:

1. Стивен Кови. Семь навыков высокоэффективных людей. –М., Альпина Паблишер, 2015. <http://www.litres.ru/stiven-kovi/sem-navykov-vysokoeffektivnyh-ludey-11291502/?lfrom=25883111>
2. Дэвид Аллен. Как привести дела в порядок. –М., Вильямс, 2007. <http://www.litres.ru/devid-allen/kak-privesti-dela-v-poryadok-iskusstvo-produktivnosti-bez-stressa/?lfrom=25883111>
3. Глеб Архангельский. Тайм-драйв. –М., Манн, Иванов и Фербер, 2007. <http://www.mann-ivanov-ferber.ru/books/mif/005/>
4. Дж. Кэнфилд, М. Хансен, Л. Хьюитт. Цельная жизнь. –М., Манн, Иванов и Фербер, 2015. <http://www.mann-ivanov-ferber.ru/books/mif/thepoweroffocus/>
5. А. Маккензи, П. Никерсон. Ловушка времени. –М., Манн, Иванов и Фербер, 2015. http://www.mann-ivanov-ferber.ru/books/lovushka_vremeni/

6. Глеб Архангельский. Организация времени. –СПб., Питер, 2008.
7. Александр Фридман. Тайм–менеджмент и эффективные бизнес–решения. – Аудиокнига
8. Александр Фридман. Вы или хаос. Профессиональное планирование для регулярного менеджмента. –М., Добрая книга, 2015

Занятие № 3. Поглотители времени.

Вопросы для подготовки и обсуждения:

1. Поглотители времени и их обнаружение.
2. Основные методы работы с поглотителями времени.
3. Прерывающие события. Время, потраченное впустую. Хаос.
4. Промахи в коммуникациях. Конструктивный отказ.

Практикум:

Метод Уолта Диснея.

Литература:

1. Стивен Кови. Семь навыков высокоэффективных людей. –М., Альпина Паблишер, 2015.
<http://www.litres.ru/stiven-kovi/sem-navykov-vysokoeffektivnyh-ludey-11291502/?lfrom=25883111>
2. Дэвид Аллен. Как привести дела в порядок. –М., Вильямс, 2007.
<http://www.litres.ru/devid-allen/kak-privesti-dela-v-poryadok-iskusstvo-produktivnosti-bez-stressa/?lfrom=25883111>
3. Глеб Архангельский. Тайм–драйв. –М., Манн, Иванов и Фербер, 2007.
<http://www.mann-ivanov-ferber.ru/books/mif/005/>
4. Дж. Кэнфилд, М. Хансен, Л. Хьюитт. Цельная жизнь. –М., Манн, Иванов и Фербер, 2015. <http://www.mann-ivanov-ferber.ru/books/mif/thepoweroffocus/>
5. А. Маккензи, П. Никерсон. Ловушка времени. –М., Манн, Иванов и Фербер, 2015. http://www.mann-ivanov-ferber.ru/books/lovushka_vremeni/
6. Глеб Архангельский. Организация времени. –СПб., Питер, 2008.
7. Александр Фридман. Тайм–менеджмент и эффективные бизнес–решения. – Аудиокнига
9. Дэвид Аллен. Как привести дела в порядок. Изд–во Манн, Иванов и Фербер. 2015
10. Питер Брегман. Правило четырех секунд. Изд–во Манн, Иванов и Фербер. 2015

Занятие № 4. Принятие решений о приоритетах в практике тайм-менеджмента.

Вопросы для подготовки и обсуждения:

1. Значение, особенности и виды принимаемых решений в современной менеджменте.

2. Процесс принятия решений и тайм-менеджмент.

3. Методы принятия решений и влияние на них принципов тайм-менеджмента.

Практикум:

Определение целей по технологии SMART. Решение практических задач.

Литература:

1. Стивен Кови. Семь навыков высокоэффективных людей. –М., Альпина Паблишер, 2015.

<http://www.litres.ru/stiven-kovi/sem-navykov-vysokoeffektivnyh-ludey-11291502/?lfrom=25883111>

2. Дэвид Аллен. Как привести дела в порядок. –М., Вильямс, 2007.

<http://www.litres.ru/devid-allen/kak-privesti-dela-v-poryadok-iskusstvo-produktivnosti-bez-stressa/?lfrom=25883111>

3. Глеб Архангельский. Тайм-драйв. –М., Манн, Иванов и Фербер, 2007.

<http://www.mann-ivanov-ferber.ru/books/mif/005/>

4. Дж. Кэнфилд, М. Хансен, Л. Хьюитт. Цельная жизнь. –М., Манн, Иванов и Фербер, 2015. <http://www.mann-ivanov-ferber.ru/books/mif/thepoweroffocus/>

5. А. Маккензи, П. Никерсон. Ловушка времени. –М., Манн, Иванов и Фербер, 2015. http://www.mann-ivanov-ferber.ru/books/lovushka_vremeni/

6. Глеб Архангельский. Организация времени. –СПб., Питер, 2008.

7. Дэвид Аллен. Как привести дела в порядок. Изд-во Манн, Иванов и Фербер. 2015

Занятие № 5. Технология «Ментальные карты».

Вопросы для подготовки и обсуждения:

1. Использование ментальных карт в образовательном процессе

2. Технология создания ментальных (интеллект)карт

Практикум:

Разработка ментальной (интеллект) карты.

Литература.

1. Бьюзен.Т. Карты памяти. Готовимся к экзаменам. – Минск: Росмэн-Пресс, 2007. – 120 с.

2. Костюкевич Е. Ф. Использование метода интеллект-карт в образовательном процессе
<http://festival.1september.ru/articles/602963>/
<http://festival.1september.ru/articles/602963/>
3. www.mind-map.ru
4. Видео лекция №1 М. Долиновой (ВШЭ) о ментальных картах
<https://academics.hse.ru/adaptation/time>
5. Видео лекция № 2 М. Долиновой (ВШЭ) о ментальных картах
<http://video.edu.ru/video/1762>
6. Видео лекции № 3 М. Долиновой (ВШЭ) о ментальных картах
<http://video.edu.ru/video/1763>

Занятие № 6. Тайм-менеджмент в ДОО.

Вопросы для подготовки и обсуждения:

1. Особенности тайм-менеджмента в ДОО.
2. Роль тайм-менеджмента в становлении организационной культуры.

Практикум:

Круглый стол по проблеме.

Литература:

1. Стивен Кови. Семь навыков высокоэффективных людей. –М., Альпина Паблишер, 2015.

<http://www.litres.ru/stiven-kovi/sem-navykov-vysokoeffektivnyh-ludey-11291502/?lfrom=25883111>

2. Дэвид Аллен. Как привести дела в порядок. –М., Вильямс, 2007.

<http://www.litres.ru/devid-allen/kak-privesti-dela-v-poryadok-iskusstvo-produktivnosti-bez-stressa/?lfrom=25883111>

3. Глеб Архангельский. Тайм-драйв. –М., Манн, Иванов и Фербер, 2007.

<http://www.mann-ivanov-ferber.ru/books/mif/005/>

4. Дж. Кэнфилд, М. Хансен, Л. Хьюитт. Цельная жизнь. –М., Манн, Иванов и Фербер, 2015. <http://www.mann-ivanov-ferber.ru/books/mif/thepoweroffocus/>

5. А. Маккензи, П. Никерсон. Ловушка времени. –М., Манн, Иванов и Фербер, 2015. http://www.mann-ivanov-ferber.ru/books/lovushka_vremeni/

6. Глеб Архангельский. Организация времени. –СПб., Питер, 2008.

7. Александр Фридман. Тайм-менеджмент и эффективные бизнес-решения. –

Аудиокнига

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Фонд оценочных средств

Оценочное средство 1 (итоговая аттестация): экзамен.

Для сдачи экзамена необходимо ответить на 2 теоретических вопроса.

Примерные вопросы к экзамену по модулю «Тайм–менеджмент» дисциплины
Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм–менеджмент»:

1. Понятие «тайм–менеджмент».
2. Основоположники тайм–менеджмента.
3. Этапы развития тайм–менеджмента.
4. Основные типы тайм–менеджмента и их характеристики.
5. Техники учета времени.
6. Хронометраж – фотография рабочего дня.
7. Поглотители времени (хронофаги) и ресурсы времени.
8. Планирование в системе тайм–менеджмента.
9. Инструменты планирования времени (ежедневник, органайзер...).
10. Технические средства управления временем.
11. Системы управления временем – системы тайм–менеджмента.
12. Пирамида эффективности Франклина.
13. Матрица управления временем Эйзенхауэра.
14. Матрица распределения времени Стивена Кови.
15. Тайм–драйв Глеба Архангельского.

Оценочное средство 2 (текущий контроль): Мониторинг посещаемости занятий.

Критерии оценивания по оценочному средству 2: Мониторинг посещаемости занятий и обзор литературы по теме:

<i>Критерии оценивания</i>	<i>Количество баллов (вклад в рейтинг)</i>
Посещение лекций и лабораторных занятий	2
Максимальный балл	5
Обзор литературы по теме	3
Максимальный балл	5

Оценочное средство 3 (текущий контроль): Защита мини-доклада на лекционные темы (на основе реферата).

Критерии оценивания по оценочному средству 3: Защита мини-доклада на лекционные темы (на основе реферата).

<i>Критерии оценивания</i>	<i>Количество баллов (вклад в рейтинг)</i>
Соответствие содержания целям и задачам дисциплины, заявленной теме	1
Способность к анализу и обобщению информационного материала, степень полноты обзора вопроса	2
Соблюдение нормоконтроля: стандарт оформления, цитаты, ссылки	1
Презентация материала	1
Максимальный балл	5

Оценочное средство 4 (текущий контроль): Доклад с презентацией (на основе реферата).

Критерии оценивания по оценочному средству 4: Доклад с презентацией (на основе реферата).

<i>Критерии оценивания</i>	<i>Количество баллов (вклад в рейтинг)</i>
----------------------------	------------------------------------------------

Соответствие содержания целям и задачам дисциплины, заявленной теме	3
Способность к анализу и обобщению информационного материала, степень полноты обзора вопроса	3
Логичность и последовательность подачи материала, аргументированность выводов	3
Презентация материала	3
Максимальный балл	15

Примерная тематика докладов с презентацией (на основе реферата):

1. Становление тайм-менеджмента в России.
2. Становление тайм-менеджмента в зарубежных странах.
3. Способы эффективного использования времени.
4. Тайм-менеджмент как система управления временем.
5. Принципы корпоративного тайм-менеджмента.
6. Тайм-менеджмент как инструмент управления персоналом.
7. Тайм-менеджмент как основа развития организации.
8. Эффективные технологии тайм-менеджмента.
9. Перспективы развития тайм-менеджмента.
10. Культурологические основы тайм-менеджмента.
11. Основные недостатки методов тайм-менеджмента.
12. Функции тайм-менеджмента.
13. Перспективы развития тайм-менеджмента.

Оценочное средство 5 (текущий контроль): реализация проекта – разработка программы мини-тренинга.

Критерии оценивания по оценочному средству 5: реализация проекта – разработка программы мини-тренинга.

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Соответствие содержания целям и задачам дисциплины, заявленной теме	3

Способность к анализу и обобщению информационного материала, степень полноты обзора вопроса	3
Логичность и последовательность подачи материала, аргументированность выводов	3
Самостоятельность в подборе материала и разработке проекта	3
Презентация материала	3
Максимальный балл	15

Оценочное средство 6 (текущий контроль): тест по модулю «Тайм-менеджмент» дисциплины «Командообразование и тайм-менеджмент»

Критерии оценивания по оценочному средству 6: тест № 1 по модулю «Тайм-менеджмент» дисциплины «Командообразование и тайм-менеджмент»

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Ответ верный	1
Максимальный балл	3

Тест

1. Тайм-менеджмент – это:

- ключевые отличия данного подхода от западных технологий;
- выработка мышления, направленного на эффективность;
- управление временем – чем на самом деле мы можем управлять.

2. Аудит потерь и резервов времени – это:

- подсчет количества отвлечений;
- оценка личных временных резервов;
- определение ключевых для обучения блоков ТМ.

3. Чувство времени и его значение в работе связано с:

- областью применения;
- методами выработки;
- искажением чувства времени.

4. Как успевать важное, или расстановка приоритетов – это:

- области применения;

- методы расстановки;
- «АВС» –анализ;
- матрица Эйзенхауэра.

5. Планирование реализуемой деятельности:

- временные масштабы планирования;
- ориентация на текущий день;
- ориентация на ближайшую неделю;
- отдаленный (месяц, год).

6. Умение разбираться с поглотителями времени:

- умение говорить «нет»;
- использование телефона;
- использование Интернета;
- беседы и совещания.

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Карта рейтинговой оценки курса

Уважаемые студенты!

Ваше мнение о прошедшем курсе «Тайм-менеджмент» очень важно для нас. Ваши отзывы помогут сделать нашу совместную работу более эффективной и интересной. Пожалуйста, поставьте свои оценки, отметив их по шкале от 0 до 10.

Интересен ли был для вас преподаваемый материал, получили ли Вы в процессе посещения курса полезные для вас знания и умения?

0 ____ 1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 ____ 5 ____ 6 ____ 7 ____ 8 ____ 9 ____ 10

Оправдались ли Ваши ожидания по поводу содержания курса?

0 ____ 1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 ____ 5 ____ 6 ____ 7 ____ 8 ____ 9 ____ 10

Интересно ли было для Вас изложение новой информации?

0 ____ 1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 ____ 5 ____ 6 ____ 7 ____ 8 ____ 9 ____ 10

Полезно ли было для Вас изложение новой информации?

0 ____ 1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 ____ 5 ____ 6 ____ 7 ____ 8 ____ 9 ____ 10

Доступно ли для Вас было изложение материала?

0 ____ 1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 ____ 5 ____ 6 ____ 7 ____ 8 ____ 9 ____ 10

Помог ли Вам курс лучше проанализировать собственные ресурсы в самоорганизации учебной деятельности?

0 ____ 1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 ____ 5 ____ 6 ____ 7 ____ 8 ____ 9 ____ 10

Способствовал ли курс развитию навыков планирования, целеполагания и коррекции?

0 ____ 1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 ____ 5 ____ 6 ____ 7 ____ 8 ____ 9 ____ 10

Изменилось ли Ваше представление о самоорганизации деятельности после окончания курса?

0 ____ 1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 ____ 5 ____ 6 ____ 7 ____ 8 ____ 9 ____ 10

Насколько велико Ваше желание применить полученные знания и навыки в дальнейшей профессиональной деятельности?

0 ____ 1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 ____ 5 ____ 6 ____ 7 ____ 8 ____ 9 ____ 10

Насколько велико Ваше желание применить полученные знания и навыки в организации личного времени?

0 ____ 1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 ____ 5 ____ 6 ____ 7 ____ 8 ____ 9 ____ 10

Спасибо за сотрудничество!

ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Акт внедрения результатов исследования диссертационной работы магистранта

АКТ

о внедрении (использовании) результатов диссертационной работы
магистранта

Высоцкой Марины Николаевны

Настоящий акт свидетельствует о том, что результаты диссертационной работы по теме «Тайм-менеджмент как средство развития самоорганизации учебной деятельности студентов педагогического вуза» использованы в ИППО КГПУ им. В.П. Астафьева для обучения студентов, обучающихся по программам 44.03.01 и 44.03.02.

Подтверждаем, что Высоцкой Мариной Николаевной были разработаны и реализованы в 2016-2017 и 2017-2018 учебных годах Рабочие программы дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Командообразование и тайм-менеджмент» и дисциплины Б1.В.ДВ.3.2 «Командообразование и тайм-менеджмент», содержащие модуль «Тайм-менеджмент»; в рамках XVIII Международного научно-практического форума студентов, аспирантов и молодых ученых «Молодежь и наука XXI века» и Декадника науки ИППО «Научный портал 2017» проведен Мастер-класс «Тайм-менеджмент в организации студенческой деятельности».

Зав. кафедрой социальной психологии



О.В. Груздева

ПРИЛОЖЕНИЕ Д

Акт внедрения результатов исследования диссертационной работы магистранта

МИНИСТЕРСТВО
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное
бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. В.П. Астафьева»

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

ул. А. Лебедевой д. 59, г. Красноярск, 650049, Россия
Тел. (391) 217-17-77, факс (391) 217-17-17,
E-mail: kspu@kspu.ru

ОКПО 02079135, ОГРН 1022402653008
ИНН/КПП 2486001998/246601001

2004.2018-2 № _____
На № _____ от _____

АКТ

о внедрении (использовании) результатов диссертационной работы
магистранта

Высоцкой Марины Николаевны

Настоящий акт свидетельствует о том, что результаты диссертационной работы по теме «Тайм-менеджмент как средство развития самоорганизации учебной деятельности студентов педагогического вуза» использованы в ИДОиПК КГПУ им. В.П. Астафьева для обучения супервайзеров XXIX Всемирной зимней универсиады 2019 года в г. Красноярске.

Подтверждаем, что Высоцкой Мариной Николаевной были разработаны и проведены в период с 18.11.2017 по 16.12.2017 тематические тренинги: «Самоорганизованность (тайм-менеджмент)», «Управление командой», «Целеполагание».

Ректор



В.А. Ковалевский

Исп. Директор ИДОиПК
Лукьянова А.А.
263-95-83

ПРИЛОЖЕНИЕ



Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Нижегородский государственный университет»

XX Всероссийская студенческая
научно-практическая конференция Нижегородского
государственного университета

СЕРТИФИКАТ

УЧАСТНИКА

вручается

Высоцкой Марине Николаевне

(Красноярский государственный педагогический университет
имени В.П. Астафьева)

Статья «Потенциал технологии «Тайм-менеджмент» в
развитии самоорганизации и учебной мотивации
студентов педагогического вуза»

Научный руководитель: Авдеева Т.Г.

Проректор по научной работе



А.В. Коричко

г. Нижегородск, 3-4 апреля 2018 года

РЕЦЕНЗИЯ

на магистерскую диссертацию по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы Практическая психология в образовательных организациях

магистранта **Высоцкой Марины Николаевны**
на тему **Тайм-менеджмент как средство самоорганизации учебной деятельности студентов педагогического вуза**

Диссертационное исследование М.Н. Высоцкой посвящено актуальной в теоретическом и практическом плане психологической проблеме, сущностью которой является противоречие между возросшей потребностью общества в специалистах, обладающих высоким уровнем самоорганизации профессиональной деятельности и недостаточной разработанностью условий ее развития в профессиональной подготовке в высшей школе. В этой связи, безусловной заслугой диссертанта считаю обращение к проблематике развития самоорганизации учебной деятельности студентов в аспекте проектного исследования с использованием образовательной технологии «Тайм-менеджмент».

Логическая структура диссертации вполне оправдана. Во введении автор убедительно обосновывает актуальность своей работы, четко определяет цель, задачи, проектную идею, методологические основы и методы исследования, раскрывает практическую значимость. Анализ состояния проблемы в полном соответствии с требованиями к научной работе: систематизирован с точки зрения ее терминологического пространства и теоретических аспектов.

В первой главе представлен подробнейший обзор представлений отечественных и зарубежных авторов по проблеме самоорганизации и применения технологии Тайм-менеджмент. Впечатляет огромная работа автора по анализу современных отечественных и зарубежных источников.

Во второй главе обоснована структура и содержание методической работы по развитию самоорганизации учебной деятельности студентов

первого курса посредством технологии Тайм-менеджмент, представлены результаты проверки эффективности разработанного курса.

Стоит отметить серьезную работу М.Н. Высоцкой по разработке и апробации модуля «Тайм-менеджмент» в рамках дисциплины «Командообразование и тайм-менеджмент». Автор убедительно доказывает, что развитие компонентов самоорганизации студентов возможно при использовании в учебном процессе образовательной технологии «Тайм-менеджмент».

Следует подчеркнуть, что магистерская диссертация написана хорошим научным языком. Автор свободно оперирует основными понятиями и широко осведомлен в области изучаемой проблематике. Проектная часть работы весьма существенна по своему объему, что является положительным результатом выполненной работы.

По тексту магистерской диссертации замечаний нет.

Диссертация является самостоятельной и завершенной разработкой, в которой рассматриваются актуальные вопросы, связанные с поиском новых технологий для развития самоорганизации учебной деятельности студентов.

В целом работа свидетельствует о способности автора излагать выявленные им теоретические и эмпирические результаты, разрабатывать методическое сопровождение, что может рассматриваться как определенная степень сформированности профессиональных компетенций, соответствующих степени магистра психологии.

Магистерская диссертация на соискание степени Магистра по направлению 44.04.02 Психолого-педагогическое образование заслуживает оценки «отлично», а ее автор – присвоения искомой квалификации.

Рецензент

к.п.н., доцент кафедры информационных технологий обучения Института педагогики, психологии и социологии СФУ



О.А. Иманова

07.06.2018 г.

ОТЗЫВ

на магистерскую диссертацию по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы Практическая психология в образовательных организациях

магистранта **Высоцкой Марины Николаевны**
на тему «**Тайм-менеджмент как средство развития самоорганизации учебной деятельности студентов педагогического вуза**»

За время обучения в магистратуре М.Н. Высоцкая в установленные сроки написала диссертацию по очень сложной проблеме, вызывающей интерес в психологической науке. Марина Николаевна зарекомендовала себя вполне грамотным, эрудированным профессионалом в области педагогической психологии и показала себя достаточно зрелым и подготовленным специалистом, проявившим способность выполнять теоретическое изучение выбранной научной проблемы и осуществлять необходимую работу по сбору, анализу, обобщению и интерпретации эмпирического и практического материала для ее решения.

В работе четко определены объект, предмет, цель и задачи, сформулирована проектная идея, обоснованы теоретические основы исследования, раскрыта практическая значимость. Методологический уровень исследования, его стратегия, выбор теоретического анализа, понятийный аппарат, заслуживают положительной оценки и свидетельствуют об исследовательской и проектной культуре автора.

Магистерская диссертация написана корректным научным языком, достаточно хорошо технически оформлена. Структура работы характеризуется логичностью и обоснованностью. При написании работы, соискатель использовал не только современную научную отечественную, но и зарубежную литературу.

Можно обоснованно заключить, что в диссертационном исследовании доказана результативность разработанного проекта. Диссертация является законченным научным трудом, выполненным автором самостоятельно на достаточно высоком научном уровне. Анализ содержания работы, позволяет констатировать, что автор корректно использует современную методологию научных исследований, аргументирует собственные выводы результатами исследований других специалистов, что обеспечивает достаточно высокую степень обоснованности основных достижений проекта.

Все вышесказанное свидетельствует о том, что перед нами самостоятельный завершённый проект, оригинальный как по выдвигаемым в нем проблемам, так и по способам их решения, которое является несомненным вкладом в развитие самоорганизации учебной деятельности студенческой молодежи.

В процессе выполнения и доработки проекта М.Н. Высоцкая проявила высокие интеллектуальные и нравственно-психологические качества, преодолела все трудности, которые стояли на пути его завершения, и представила диссертацию к установленное время.

Безусловно, диссертация Марины Николаевны Высоцкой является законченным, самостоятельным исследованием, а саму ее можно охарактеризовать как сложившегося научного работника. Она заслуживает присуждения ей квалификации «магистр» по направлению 44.04.02 Психолого-педагогическое образование и может быть допущена к защите магистерской диссертации.

Научный руководитель
к.п.с.н., доцент кафедры социальной психологии
КГПУ им. В.П. Астафьева



Т.Г.Авдеева

25.05. 2018 г.

Приложение
к Регламенту размещения
выпускной квалификационной работы обучающихся,
по основным профессиональным образовательным программам
в КГПУ им. В.П. Астафьева

Согласие
на размещение текста выпускной квалификационной работы обучающегося
в ЭБС КГПУ им. В.П. Астафьева

Я, Антонова Мария Николаевна
(фамилия, имя, отчество)

разрешаю КГПУ им. В.П. Астафьева безвозмездно воспроизводить и размещать
(доводить до всеобщего сведения) в полном объеме и по частям написанную мною
в рамках выполнения основной профессиональной образовательной программы
выпускную квалификационную работу бакалавра / специалиста / магистра /
аспиранта

на тему: Матрикс-менеджмент как средство само-
организации учебной деятельности студентов пер-
вошского вуза
(название работы)

(далее – ВКР) в сети Интернет в ЭБС КГПУ им. В.П. Астафьева, расположенном по
адресу <http://elib.kspu.ru>, таким образом, чтобы любое лицо могло получить доступ
к ВКР из любого места и в любое время по собственному выбору, в течение всего
срока действия исключительного права на ВКР.

Я подтверждаю, что ВКР написана мною лично, в соответствии с правилами
академической этики и не нарушает интеллектуальных прав иных лиц.

22.05.18

дата

[Подпись]

подпись

*Согласовано
и руководителем
И.И. Афанасьев*

Отчет о проверке на заимствования №1

Автор: Авдеева Татьяна Геннадьевна avd_2005_61@mail.ru / ID: 815245

Проверяющий: Авдеева Татьяна Геннадьевна (avd_2005_61@mail.ru) / ID: 815245)

Отчет предоставлен сервисом «Антиплагиат»- <http://www.antiplagiat.ru>

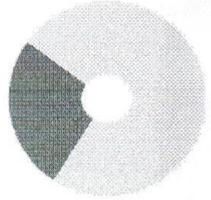
ИНФОРМАЦИЯ О ДОКУМЕНТЕ

№ документа: 404
Начало загрузки: 20.06.2018 09:21:47
Длительность загрузки: 00:00:02
Имя исходного файла: М.Н. Высоцкая Тайм-менеджмент как средство самоорганизации учебной деятельности студентов педагогического вуза
Размер текста: 1631 кБ
Тип документа: Магистерская диссертация
Символов в тексте: 212471
Слов в тексте: 24481
Число предложений: 2822

ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОТЧЕТЕ

Последний готовый отчет (ред.)
Начало проверки: 20.06.2018 09:21:49
Длительность проверки: 00:00:05
Комментарии: не указано
Модули поиска:

ЗАИМСТВОВАНИЯ	ЦИТИРОВАНИЯ	ОРИГИНАЛЬНОСТЬ
26,37%	0%	73,63%



Заимствования — доля всех найденных текстовых пересечений, за исключением тех, которые система отнесла к цитированиям, по отношению к общему объему документа.
Цитирования — доля текстовых пересечений, которые не являются авторскими, но система посчитала их использование корректным, по отношению к общему объему документа. Сюда относятся оформленные по ГОСТу цитаты; общепотребительные выражения; фрагменты текста, найденные в источниках из коллекций нормативно-правовой документации.

Текстовое пересечение — фрагмент текста проверяемого документа, совпадающий или почти совпадающий с фрагментом текста источника.

Источник — документ, проиндексированный в системе и содержащийся в модуле поиска, по которому проводится проверка.

Оригинальность — доля фрагментов текста проверяемого документа, не обнаруженных ни в одном источнике, по которым шла проверка, по отношению к общему объему документа.

Заимствования, цитирования и оригинальность являются отдельными показателями и в сумме дают 100%, что соответствует всему тексту проверяемого документа.

Обращаем Ваше внимание, что система находит текстовые пересечения проверяемого документа с проиндексированными в системе текстовыми источниками. При этом система является вспомогательным инструментом, определение корректности и правомерности заимствований или цитирований, а также авторства текстовых фрагментов проверяемого документа остается в компетенции проверяющего.

№	Доля в отчете	Доля в тексте	Источник	Ссылка	Актуален на	Модуль поиска	Блоков в отчете	Блоков в тексте
[01]	3,6%	4,27%	Феномены и тенденции раз...	http://kspu.ru	30 Ноя 2017	Модуль поиска Интернет	56	68
[02]	2,48%	2,96%	Скачать БЕЗ архива "Учебна...	http://bookap.info	09 Ноя 2017	Модуль поиска Интернет	54	67
[03]	2,88%	2,94%	Педагогическая технология ...	http://netess.ru	26 Ноя 2014	Модуль поиска Интернет	71	72

Еще источников: 17

Еще заимствований: 17,429