ŋqdqȺeɎ bɆ dәdɆbɎɜә d ɕɔɑbɔȺ Ɉqddɖ̃ɎqȺè

УДК 378:005.32(07)
ББК 74.58я7
Р 44

Рецензенты
доктор педагогических наук, профессор **А.В.Кирьякова**
доктор педагогических наук, профессор **А.Н.Ксенофонтова**

Реунова, М.А.
Р 44 Тайм-менеджмент студента университета : учебное пособие / М.А. Реунова; Оренбургский гос.ун-т. - Оренбург : ОГУ, 2012. – 103с.
ISBN

В учебном пособии к спецкурсу раскрываются теоретические основы изучения дисциплины «тайм-менеджмент». Данное пособие поможет развить умения самоорганизации студента университета: целеполагания, планирования, расстановку приоритетов, научиться рационально использовать свое время, высвобождать временные ресурсы, стать организованным, выполнять любые учебные задания с меньшими затратами времени, активизировать мотивацию учебной деятельности, достигать профессиональных и жизненных целей кратчайшим путем.

Учебное пособие предназначено для студентов, обучающихся по программам высшего профессионального образования по направлению подготовки 080200.62 Менеджмент.

Может быть рекомендовано студентам всех направлений подготовки, а также преподавателям и аспирантам.

УДК 378:005.32(07)
ББК 74.58я7
ISBN

© Реунова М.А., 2012
© ОГУ, 2012

ŋqdqȺeɎ bɆ dәdɆbɎɜә d ɕɔɑbɔȺ Ɉqddɖ̃ɎqȺè

ŋqdqɐeɎ bɆ dədɆbɎɜə d ɕɔɑbɔɐ Ɉqddɏqɐè

Содержание

Введение

1История становления и развития тайм-менеджмента……………………………..7

1.1 Предпосылки возникновения тайм-менеджмента…………………...………..7

1.2 Эволюция теории об эффективной организации времени в начале XX века: Развитие теории в западном менеджменте………………………………..………..9

1.3 Развитие теории в отечественной науке……………………………………....10

1.4 Период «классического» тайм-менеджмента в 50-90-е гг. XX века. Становление «классического» тайм-менеджмента на Западе и разработки советских ученых……………………………………………………………………………..13

1.5 Современный тайм-менеджмент: развитие консалтинговых услуг…….….…19

2 Тайм-менеджмент студента университета……………………………..……….23

2.1 Аксиологический аспект тайм-менеджмента студента университета………..…23

2.2 Структура тайм-менеджмента…………………………………………………...29

2.3 Технологии тайм-менеджмента……………………..……………………..…..38

2.4«Мобилизация и электрификация» тайм-менеджмента………………………………………………………………….……53

2.5Шаги создания личной системы тайм-менеджмента…………………………………………………………………..……65

3Технологии самоменеджмента в организации учебной деятельности студентов….69

3.1 Ежедневник студента ОГУ и образовательная технология портфолио………....69

3.2 Литература, рекомендуемая студентам для изучения дисциплины «тайм-менеджмент»……………………………………………………………………..…76

Список использованных источников……………………………………………...…80

Приложение А – Глоссарий……………………………………………………......81

Приложение Б – 18 эффективных советов по борьбе с нехваткой времени………..95

Приложение В – Тайм-менеджмент: 5 «золотых талантов» успешного студента……………………………………………………………………………...…99

ŋqdqɐeɎ bɆ dədɆbɎɜə d ɕɔɑbɔɐ Ɉqddɏqɐè

ŋqdqɏeɎ bɆ dədɆbɎɜə d ɕɔɑbɔɏ Ɉqddɏqɏè

Введение

В настоящее время современное информационное общество ставит перед всеми типами образовательных учреждений и университетом, в частности, задачу подготовки студентов, способных гибко адаптироваться в меняющихся жизненных ситуациях. Они должны самостоятельно приобретать знания, и критически мыслить, принимать решения, используя современные технологии, быть способными генерировать новые идеи, делать аргументированные выводы, применять полученные выводы для выполнения и решения новых проблем, максимально использовать собственные возможности, сознательно управлять личным временем, течением своей жизни. Об этом говорят многочисленные публикации специализированных журналов, доклады на международных конференциях и симпозиумах.

Студенческий возраст характерен тем, что в этот период достигаются многие оптимумы развития интеллектуальных и физических сил. Время учебы в вузе совпадает со вторым периодом юности или первым периодом зрелости, который отличается сложностью становления личностных черт – процесс, проанализированный в работах таких ученых, как Б. Г. Ананьев, А. В. Дмитриев, И. С. Кон, В. Т. Лисовский, З. Ф. Есарева и др. Характерной чертой нравственного развития в этом возрасте является усиление сознательных мотивов поведения. Заметно укрепляются следующие качества – целеустремленность, решительность, настойчивость, самостоятельность, инициатива.

Сегодня неотъемлемым качеством будущего профессионала в любой динамично развивающейся области должно быть умение эффективно организовать свою работу, рационально расходовать свое время. В современном обществе студент не может быть успешен без сознательного отношения к своей учебе и наличия стратегии жизни.

ŋqdqɏeɎ bɆ dədɆbɎɜə d ɕɔɑbɔɏ Ɉqddɏqɏè

ŋqdqyeY bĘ dəqĘbYɜə d ɛəɑɓɔy ɹqddYqyè

Самоорганизация – это показатель личной зрелости человека, интегрированная совокупность природных и социально приобретенных свойств человека.

В качестве наиболее естественного инструмента обучения студентов умениям саморганизации своей деятельности рассматривается методика тайм-менеджмент (управления временем, организации времени). Тайм-менеджмент – это технология организации времени и повышения эффективности его использования.

Цель предлагаемого спецкурса состоит в обеспечении развития первичных умений и навыков тайм-менеджмента: целеполагания, грамотной расстановки приоритетов, планирования времени на кратко-, средне- и долгосрочную перспективу, а также в передаче студентам необходимых знаний и умений тайм-менеджменту, закрепление и развитие которых необходимо продолжить в процессе дальнейшей учебной и профессиональной деятельности.

Предметом изучения является овладение понятиями «самоорганизация времени», «тайм-менеджмент», «технологии тайм-менеджмента».

Содержание данного спецкурса поможет организовать учебный процесс, соединяя в себе методику лекций-дисскуссий, тренингов, семинаров и практических занятий.

Данное учебное пособие поможет студентам сформировать и развить теоретические знания о самоорганизации времени и тайм-менеджменте и развить практические умения тайм-менеджмента (целеполагания, расстановки приоритетов, планирования).

По исследованиям А.Д. Ишкова успешно обучающиеся студенты, имеют более высокий уровень самоорганизации, чем неуспешные. Успеваемость успешно обучающихся студентов в большей степени определяется уровнем их самоорганизации.

Время является одной из важнейших ценностей жизни. Время – это самая дорогая единица валюты в мире. Английский ученый, политик и философ Фрэнсис Бэкон писал, что выбирать время правильно – значит владеть жизнью.

ŋqdqyeY bĘ dəqĘbYɜə d ɛəɑɓɔy ɹqddYqyè