

УДК 378 147 004 774 6

ОПТИМІЗАЦІЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ ТЕХНОЛОГІЇ ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТУ

Світлана БОЯРЧУК (Луцьк)

Постановка проблеми. Система сучасної освіти покликана не лише давати студентам певну систему знань, формувати в них відповідні вміння та навички, розвивати творче мислення, але й озброювати методикою самостійного пошуку і здобуття інформації, необхідної для подальшої професійної діяльності. Провідною тенденцією навчальних закладів стає збільшення обсягу й підвищення якості самостійної навчальної діяльності студентів як основного чинника їхнього особистісного розвитку й набуття професійної компетентності.

Актуальність означеної проблеми зумовлена концептуальними засадами модернізації педагогічної освіти в Україні. Пріоритетним напрямом розвитку освіти є впровадження сучасних технологій, що забезпечують подальше вдосконалення навчально-виховного процесу, ефективність освіти, підготовку майбутніх педагогів до професійної діяльності. Час сьогодні є цінністю, і від того, наскільки правильно студент організує свою працю, залежить його подальше особистісне зростання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання організації самостійної навчальної роботи у системі освіти постійно знаходяться в сфері інтересів дослідників. Так, ґрунтовні дослідження А. Алексюка, П. Підкасистого, В. Козакова присвячені організації самостійної роботи студентів в умовах інтенсифікації навчання.

Загалом, проблема оптимізації процесу навчання досліджувалася у таких основних напрямках: обґрунтування теоретичних основ оптимізації (Ю. Бабанський, В. Беспалько, В. Сухомлинський, М. Скаткін, Н. Талізіна та інші); застосування новітніх технологій у педагогічному процесі (П. Гусак, А. Нісімчук, І. Підласий, І. Смолюк та інші); вивчення інноваційної діяльності педагога, впровадження досягнень педагогічної науки та поширення передового педагогічного досвіду (Ю. Бабанський, Т. Сікорський та інші); застосування оптимальних принципів, методів, форм, засобів, видів у навчанні (Л. Виготський, І. Зимня, І. Лернер, С. Рубінштейн та інші) [5, с. 113].

Проблема управління часом розглядається у працях зарубіжних авторів, таких як А. Бішоф, Л. Зайверт, С. Кові, П. Форсайт, Д. Фернер. У контексті зарубіжного досвіду ці аспекти досліджували такі вчені, як Г. Архангельський, О. Богданов, Ю. Васильченко, Н. Сидорова та ін.

Мета статті. Висвітлити значення використання технології тайм-менеджменту для забезпечення ефективності та оптимальності розв'язання проблеми самостійної роботи студентів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Одним з важливих завдань підвищення ефективності освіти є формування творчих та професійних умінь студентів через їх внутрішнє прагнення до самоактуалізації, саморозвитку, тобто реалізації всіх своїх потенційних можливостей через самостійну діяльність. У навчальних планах дедалі більше зростає частка самостійної роботи, тому саме цей вид роботи студентів поступово стає головним в освітньому процесі. Самостійна робота студентів – це організована активна діяльність, спрямована на виконання поставленої дидактичної мети у спеціально відведений для цього час.

Самостійна навчальна діяльність є специфічною організаційною формою навчально-виховного процесу, яка охоплює як позааудиторну, так і аудиторну діяльність. Вона сприяє розвитку мислення, творчому підходу до питань, що вирішуються, самостійному пошуку і запам'ятовуванню інформації, самоорганізації й самоконтролю, що значно підвищує ефективність навчання.

У зв'язку з цим актуалізується проблема вдосконалення системи організації самостійної роботи студентів – майбутніх педагогів, яка б формувала здатність особистості до творчого саморозвитку, самоосвіти, як підґрунтя інноваційної педагогічної чи науково-педагогічної діяльності. Самостійна робота особистості має бути не просто важливою формою освітнього процесу, а повинна стати його основою [4, с. 213–214].

У педагогіці вищої школи традиційно виділяють такі напрямки самостійної роботи: репродуктивний, репродуктивно-конструктивний, конструктивний, дослідницький, творчий. У змісті курсу фахових дисциплін студентам пропонуються завдання всіх зазначених типів, наприклад, репродуктивний рівень: конспектування статей, складання бібліографічного списку за темами; конструктивний рівень: підготовка конспектів занять, добір та виготовлення дидактичного матеріалу, підготовка та презентація проєктів; дослідницький рівень в полі науково-дослідної діяльності передбачає: діагностику сформованості мовленнєвих умінь та навичок дітей дошкільного

віку, визначення ефективних умов навчання, презентація результатів власного дослідження за визначеною темою, добір матеріалів для написання курсових робіт, виступи на конференціях, педагогічних читаннях; виконання дослідницьких завдань проблемно-пошукового характеру під час вивчення окремих тем; проведення мікродосліджень під час проходження практики сприяє; творчий рівень: створення навчальних відеороликів, презентацій у програмі, створення та презентація власних творчих проєктів.

У сучасному інформаційному просторі майбутній фахівець повинен вміти самостійно отримувати та здобувати знання для їх подальшого застосування в ході вирішення практичних завдань, раціонально використовуючи час. Саме з цих позицій потрібно підходити до використання технології тайм-менеджменту як засобу оптимізації самостійної роботи студентів.

Саме поняття «тайм-менеджмент» походить від англійського «time management» і означає технологію організації людиною свого часу і збільшення ефективності його використання.

Тайм-менеджмент студента – це систематичне використання комплексу методик організації навчальної діяльності в повсякденній практиці з метою підвищення ефективності самоорганізації. Валерій Усов детально аналізує головні аспекти управління часом, на основі яких формує своє визначення. На думку Усова, тайм менеджмент – це управління перерозподілом обсягу роботи, необхідних ресурсів та зміни її змісту в заданому часі і просторі [8, с. 57–59]. Методику тайм-менеджмент розглядають не лише як організацію часу, а як комплексну систему управління персональною діяльністю та частину самоменеджменту.

Зазначимо, що за кредитно-модульною системою навчання значна частина у навчальних планах відводиться на самостійну роботу студентів. Тому для правильного, ефективного планування та організації самостійної роботи необхідно забезпечити певні умови: навчально-методичну підтримку та індивідуальність завдань для самостійної роботи студентів; розробку поточних та рубіжних форм контролю; чітке визначення викладачем форм звітності, обсягу роботи, терміну її представлення. Однією з умов є опанування методик тайм-менеджменту, що використовуються у самостійній діяльності студентів та сприяють раціональному використанню та збереженню власного часу як одного з важливих особистісних ресурсів.

Тайм-менеджмент як педагогічна технологія в житті студента – це послідовна й цілеспрямована діяльність, що ґрунтується на застосуванні технік організації особистості та навчальної діяльності в повсякденній практиці з

метою оптимального використання власного вільного часу [3, с. 20–23].

Вважаємо, що ефективність самостійного освоєння студентами навчальної дисципліни багато в чому залежить від визначення головних та другорядних завдань, оволодіння уміннями контролювати робочий час, нормувати його витрати на позааудиторну роботу.

Головним завданням оптимізації самостійної роботи студентів засобами тайм-менеджменту має бути забезпечення підвищення рівня професійної підготовки майбутніх педагогів, ефективності та якості педагогічного процесу, мета якого досягається при мінімально необхідних витратах часу, засобів і зусиль педагогів та студентів. Отже, завдання оптимізації розв'язуються учасниками навчально-виховного процесу – педагогічним, студентським колективом [5, с. 118].

Критерієм цієї оптимізації буде рівень самостійного засвоєння знань студентів у відповідності змісту навчальної дисципліни, витрати часу на досягнення результату, міра використання існуючих методик тайм-менеджменту, які набувають особливої ваги та є значущими у самостійній діяльності студентів.

Важливим для тайм-менеджменту є використання ефективної методики. Саме такою вважають всесвітньо відому матрицю, створену відомим американським вченим Дуайтом Девідом Ейзенхауером, що складається з 4-х квадратів, які мають різний пріоритет: Квадрат 1: Термінові і неважливі справи (кореспонденція, наради, телефонні дзвінки). Квадрат 2: Термінові і важливі справи (кризові ситуації, невідкладні справи та проєкти). Квадрат 3: Нетермінові і неважливі справи (дрібні, неважливі справи на зразок перегляду телепередач, гри в комп'ютерні ігри). Квадрат 4: Нетермінові і важливі справи (профілактика кризових ситуацій, планування, підготовка).

Методики «тайм-менеджменту» допоможуть студентам у самоорганізації, плануванні, визначенні пріоритетів, сприятимуть виконанню самостійної роботи з меншими затратами часу, активізують мотивацію навчальної діяльності.

Самостійна діяльність студентів складається з короткочасних та довготривалих циклів. Використання методик тайм-менеджменту буде сприяти послідовному плануванню виконання циклів роботи, допоможе визначати пріоритети, диференційовано підійти до здійснення самостійних завдань щодо їх нагальності, оптимізувати час для їх виконання та досягнення цілей самостійної роботи.

При цьому найважливішим є виконання правил ефективного тайм-менеджменту. До базових правил тайм-менеджменту відносять: дотримання порядку, визначення цілей, ведення

календаря-щоденника, оцінювання тривалості виконання кожного виду роботи, розподілення завдань на довгострокові та короткострокові, врахування буферного часу.

Опитування та анкетування майбутніх педагогів показали, що виконання самостійної роботи планується переважно у традиційних рамках оперування часом та мало орієнтується на нововведення, студенти недостатньо враховують та керуються принципами тайм-менеджменту, частково, через свою необізнаність з даною технологією.

Зауважимо, що вже на першому курсі перед студентами постає завдання професійного самовиховання та саморозвитку, самоорганізації, адже з перших днів навчання у коледжі відбувається складний процес професійного становлення особистості. Ефективність цього процесу залежить від усвідомленого самовиховання, самоосвіти, що передбачає формування ціннісних орієнтацій, настанов і мотивів самостійної навчальної діяльності майбутнього вихователя, усвідомлення студентом мотивів самостійної роботи, визначення її мети, вибір форм, методів та відповідного інструментарію і, зокрема, використання нових технологій при самостійному опрацюванні навчального матеріалу [4, с. 213–217].

Аналіз невдач виконання самостійної роботи, особливо першокурсниками, свідчить про неефективне використання часу для досягнення певних цілей. Тому особливо важливим є вирішення проблеми організації часу для студентів першого курсу у зв'язку зі збільшенням обсягу самостійної роботи, підвищеними вимогами до навчання, запам'ятовуванням великого об'єму інформації. Звісно, інтенсивність навчального навантаження вимагає від майбутніх педагогів значної мобілізації своїх можливостей, якісно іншого використання часу. Дослідження свідчать, що не всі студенти об'єктивно оцінюють свою компетентність в певних питаннях, володіють навичками самоорганізації, внаслідок чого неправильно планують свій час для виконання самостійної роботи. З допомогою тайм-менеджменту кожний студент має можливість ефективно спланувати свій розпорядок дня.

Також актуальним є використання технології тайм-менеджменту для студентів випускних курсів, що перейшли на індивідуальну форму навчання. Вони повинні спланувати витрати часу на самостійне засвоєння нового матеріалу, вивчення окремих дисциплін, працюючи індивідуально.

За методиками тайм-менеджменту організацію власного часу слід починати з планування. Час, який витрачається на планування, може значно підвищити ефективність

управління робочим часом за умови відображення на папері або моніторі плану дій [6]. В ефективному плануванні часу студентами можна виділити такі етапи: визначення мети роботи загалом, конкретних етапів досягнення цілей; детальний аналіз розпорядку дня, відстеження використання часу, застосування хронометражу, що допоможе визначити неважливі справи, акцентувати увагу на «пожирачах» часу; складання списку справ у відповідності вищевказаної матриці Ейзенхауера, записування довго- та короткотермінових планів. Наявність таких записів у щоденнику дисциплінує і допомагає чітко бачити завдання, способи їх реалізації, терміни виконання, сприяє плануванню відпочинку і чергуванню різних видів діяльності.

Студентам, що суміщають роботу з навчанням важливо усвідомлювати, що потрібно правильно розподіляти обсяг виконання роботи, і планувати потрібно не час, який буде витрачено на виконання, а обсяг роботи, який може бути зроблений за відповідний проміжок часу. Тому тайм-менеджмент – це не вміння керувати часом, а вміння керувати роботою в часі і просторі [8, с. 57–59].

Таким чином, своєчасному виконанню студентами самостійної роботи сприяє використання педагогічної технології тайм-менеджменту, яка дозволяє структурувати час відповідно до завдань, відкриває перед студентами більш широкі можливості для самостійного отримання оперативної інформації, необхідної для засвоєння програмного матеріалу та матеріалу, що виходить за межі навчальної програми.

Погоджуємося також із твердженням О.А. Коновал, Т.І. Туркот, про те, що побудова дидактичного процесу з використанням комп'ютерних засобів навчання (електронні навчально-методичні комплекси дисциплін, розсилання завдань для самостійної роботи) дозволить значно активізувати самостійну роботу студентів, створить комфортний режим для самоосвіти та зменшить непродуктивні витрати часу [4, с. 215].

Завдяки оволодінню студентами методиками «тайм-менеджменту» та їх використанню для доцільної організації часу підвищується якість виконання самостійної роботи та навчання загалом. Педагогічний контекст технології дозволяє раціоналізувати вільний час студента відповідно до особистісних і навчальних цілей та цінностей. Досліджувана технологія слугує основою оптимізації самостійної роботи, допомагає самоорганізації навчальної діяльності, формує стійку орієнтацію студентів на час як цінність [3, с. 20–23].

Висновки. Завдання методик тайм-менеджменту – раціональне використання часу

для організації самостійної діяльності студентів, яка є важливою складовою у реалізації особистісних стратегій навчання майбутніх фахівців в галузі дошкільної освіти. Ми переконані, що створивши необхідні умови для оволодіння методиками тайм-менеджменту, студенти будуть більш усвідомлено підходити до організації власного часу щодо виконання завдань самостійної роботи. Систему організації самостійної роботи можна розглядати як цілісність певних компонентів, яка спрямована на досягнення студентами оптимальних навчальних результатів через збереження часу як одного з важливих особистісних ресурсів.

Подальші перспективи вбачаємо у дослідженні проблеми мотивації самостійної позааудиторної роботи студентів та вплив мотивів на ефективність самостійної роботи.

БІБЛІОГРАФІЯ

1. Алексюк А. М., Аюрзян А. А., Підкасистий П. І. та ін. Організація самостійної роботи студентів в умовах інтенсифікації навчання: навчальний посібник. – К.: ІСДО, 1993. – 336 с.
2. Беленька Г. В. Вихователь дітей дошкільного віку: становлення фахівця в умовах навчання. Монографія. – К.: Світич, 2006. – 304 с.
3. Дудка Т. Педагогічна технологія тайм-менеджмент як засіб формування професійного інтересу студентів до туристичної діяльності. / Т. Дудка // Обрії: науково-педагогічний журнал. – Івано-Франківський ОШПО. – 2014. – №1 (38). – С.20–23.
4. Коновал О. А., Туркот Т. І. Нові концептуальні підходи до організації самостійної роботи студентів. // Педагогіка вищої та середньої школи: зб. наук. праць. Криворізь. держ. пед. у-т. – Кривий Ріг. 2013. – Вип. 38. – С. 213–217.
5. Ковальчук З. Я. Критерії оптимізації навчання у вищому навчальному закладі. // Наукові записки. Серія: Психологія і педагогіка: зб. наук. праць. – / Нац. ун-т «Острозька академія». – Острого: 2013. – Вип. 38. – С. 113–118.
6. Скибицкая Л. И. Тайм-менеджмент: уч. пособие для студ. эконом. вузов / Л. И. Скибицкая – К.: Кондор, 2009. – 528 с.

7. Тайм-менеджмент. Полный курс / Г. Архангельский, М. Лукашенко, Т. Телегина. – М.: Альпина Паблишер, 2012. – 312 с.
8. Усов В. Тайм-менеджмент в системе внутреннего обучения / В. Усов, С. Французова // Менеджмент и менеджер. – 2006. – №5. – С. 57–59.

BIBLIOGRAFIYA

1. Aleksyuk A. M., Ayurzanyan A. A., Pidkasytyy P. I. ta in, Orhanizatsiya samostiyanoi roboty studentiv v umovakh intensyfikatsiyi navchannya: navchal'nyy posibnyk. – K.: ISDO, 1993. – 336 s.
2. Byelyenka H. V. Vykhovatel ditey doshkilnoho viku: stanovlennya fakhivtsya v umovakh navchannya, Monohrafiya. – K: Svitych, 2006, – 304 s.
3. Dudka T. Pedahohichna tekhnolohiya taym-menedzhment yak zasib formuvannya profesiynoho interesu studentiv do turystychnoyi diyalnosti // Obriyi: naukovopedahohichnyy zhurnal. – 2014, –№1 (38), – S. 20–23.
4. Konoval O. A., Turkot T. I. Novi kontseptualni pidkhody do orhanizatsiyi samostiyanoi roboty studentiv, Pedahohika vyshchoyi ta serednoyi shkoly, zbirnyk naukovykh prats, Kryvoriz. derzh. ped. u-t. – Kryvyi Rih, 2013, – Vyp. 38, – S. 213–217.
5. Kovalchuk Z. Ya. Kryteriyi optymizatsiyi navchannya u vyshchomu navchal'nomu zakladi, Naukovi zapysky, Seriya: Psykholohiya i pedahohika: zbirnyk naukovykh prats, Nats. un-t «Ostroz'ka akademiya», Ostroh: 2013, – Vyp. 38, – S. 113–118.
6. Skybytskaya L. Y. Taym-menedzhment uch. posobyе dlya stud. ekonom. vuzov, L. Y. Skybytskaya, –K, Kondor, 2009, – 528 s.
7. Taym-menedzhment. Polniy kurs, H. Arkhanshelskiy, M. Lukashenko, T. Telehyna, – M Alpyna Pablysher, 2012, – 312 s.
8. Usov V. Taym-menedzhment v systeme vnutrenneho obuchenyya, V. Usov, S. Frantsuzova, Menedzhment y menedzher, 2006, – №5, – S. 57–59.

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

Боярчук Світлана Іванівна – старший викладач Луцького педагогічного коледжу.

Наукові інтереси: організація самостійної роботи студентів в умовах кредитно-модульного навчання

УДК 796.011.3:613-053.5

ДИНАМІКА РОЗВИТКУ УМОВ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ

Аліна ВАКОЛЮК (Рівне)

Постановка проблеми. Важливим завданням розвитку сучасної школи є збереження здоров'я й забезпечення безпеки особистості через освіту. При цьому найефективнішим засобом виступає збереження й удосконалення здоров'я людини шляхом утвердження здорового способу життя, що ґрунтується на культурних нормах, цінностях, формах і способах діяльності, що зміцнює здоров'я, сприяє гармонійному фізичному, духовному, соціальному розвитку

людини. Сьогодні в Україні склалася непроста ситуація зі станом здоров'я населення і з недосконалістю організації надання медичної допомоги, було вжито й проведено ряд відповідних заходів щодо пропаганди й популяризації цінностей здоров'я. Важливим напрямом розв'язання цієї проблеми є формування здорового способу життя школярів і вдумливе осмислення, об'єктивна оцінка теоретичних і практичних надбань вітчизняної