

УДК 37.013.78

РАЦИОНАЛЬНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВРЕМЕНИ

Юсупова Г.Р.

к.э.н., доцент кафедры менеджмента

НЧФ КИУ им. В.Г. Тимирязова (ИЭУП), г. Казань, Россия

Аннотация: Данное исследование позволило определить рациональность использования времени учениками пятых классов. Школьники имели возможность выбора наиболее предпочтительных высказываний. Исследование показало необходимость организации просветительской работы по рациональному планированию режима дня современного школьника.

Ключевые слова: рациональное использование времени, режим дня, оценка планирования времени школьниками, рейтинг ответов.

RATIONAL USE OF TIME

Yusupova G. R.

PhD Econ., the associate professor of management of NChF KIU of V. G. Timiryasov (IEUP),

Kazan, Russia

Summary: This research allowed to determine rationality of use of time by pupils of the fifth classes. School students had a possibility of the choice of the most preferable statements. The research showed need of the organization of educational work on rational planning of a day regimen of the modern school student.

Keywords: rational use of time, day regimen, assessment of planning of time by school students, rating of answers.

В школьном возрасте учащиеся наиболее удачно воспринимают информацию об управлении временем. Они расценивают свою новую деятельность как игру и активно в ней участвуют. Управление временем учит детей правильному чередованию труда и отдыха; рациональному

планированию предстоящих событий и наиболее важных дел; распределению времени на выполнение того или иного дела; контролированию и оцениванию своих результатов, эффективному анализу своей деятельности; составлению каждодневного плана и учета времени; создает умение работать с целями; вырабатывает привычки, которые так необходимы при применении законов тайм-менеджмента.

Тайм-менеджмент воспитывает у детей следующие качества: самостоятельность, ответственность, целеполагание, рефлексия, опыт по развитию интеллектуальной и волевой сферы. Все это неразрывно связано с умением организовывать свою деятельность и время.

В целях изучения использования времени школьниками, автор провел опрос 119 учеников 5 классов. Оценка изучения использования времени школьников проводилась в 2016 году в школах города Набережные Челны Республики Татарстан. Школьникам были предложены ряд высказываний, среди которых они должны были выделить, те которые для них более близки. Результаты ответов школьников были расставлены в порядке убывания, для выявления высказываний имеющих максимальное число выборов.

Наибольшее число школьников выбрали высказывания «Мой режим дня меня вроде устраивает, но у меня нет времени на прогулки» -79 выборов, «Когда я учился еще в начальной школе, мои родители помогли мне с правильным режимом дня, и сейчас мне хватает времени, чтобы заниматься спортом и хорошо учиться в школе» - 60 выборов, «У меня в голове есть определенные мысли по поводу «что нужно сделать», но четкого плана нет» - 59 выборов, «Меня сильно отвлекает телевизор – я и хочу делать уроки, но не могу от него оторваться» - 57 выборов (табл. 1).

Таблица 1 - **Рейтинг ответов школьников**

| Высказывание | Количество ответов | Место в рейтинге |
|---|--------------------|------------------|
| «Мой режим дня меня вроде устраивает, но у меня нет времени на прогулки». | 79 | 1 |
| «Когда я учился еще в начальной школе, мои родители помогли мне с правильным режимом дня, и сейчас мне хватает времени, чтобы заниматься спортом и хорошо учиться в школе». | 60 | 2 |

| | | |
|--|----|----|
| «У меня в голове есть определенные мысли по поводу «что нужно сделать», но четкого плана нет». | 59 | 3 |
| «Меня сильно отвлекает телевизор – я и хочу делать уроки, но не могу от него оторваться». | 57 | 4 |
| «Я занимаюсь футболом (хоккей, музыка, танцы) и мне бывает некогда гулять или учить уроки». | 54 | 5 |
| «...Мой день примерно такой... Утром встаю, ем, смотрю телевизор, гуляю. Потом опять ем, вновь телевизор и вновь прогулка. Затем опять еда, телик и прогулка...» | 47 | 6 |
| «Я долго настраиваюсь на выполнение чего-либо: вначале чаю попью, с кошкой поиграю, телик посмотрю... А потом уже и за полезные дела...» | 45 | 7 |
| «Я делаю уроки иногда по 5 часов до 22:00 вечера». | 44 | 8 |
| «Я – отличница и мне нужно успевать сделать все уроки, и поэтому я допоздна делаю домашние задания и не высыпаюсь». | 44 | 9 |
| «Свои выходные я провожу так: Можно спать до одиннадцати, потом телевизор смотреть часами, затем компьютер до ночи». | 43 | 10 |
| «Очень часто я не успеваю выучить все уроки, потому что устаю, а устаю, потому что ложусь поздно и встаю рано». | 42 | 11 |
| «А вот это мой учебный день: Я люблю много гулять, а уроки – к ним я приступаю, когда мама на меня наорет». | 40 | 12 |
| «Я раньше пыталась себе составить план на день, но никогда не получалось его выполнять». | 39 | 13 |
| «Мне постоянно не хватает времени и я не знаю, что с этим делать». | 37 | 14 |
| «Из-за того, что я быстро утомляюсь, я часто болею, мне определенно нужно составить правильный режим дня, но я не знаю как». | 34 | 15 |
| «У меня плотный режим дня, который мне составила мама, даже в Интернете не могу «посидеть». | 25 | 16 |
| «Я уроки начинаю делать в 20.30, когда мама скандал закатит, а до этого играю в куклы». | 23 | 17 |
| «Я всегда тяну время, когда надо делать что-то по дому». | 17 | 18 |
| «Я постоянно не высыпаюсь, какой режим дня?». | 15 | 19 |
| «У меня получается соблюдать режим дня, но очень это сложно, может есть выход сделать что-то?». | 13 | 20 |
| «Я много времени сижу в Интернете, и не знаю как оторваться, как меньше времени на него тратить». | 12 | 21 |

Распределив ответы респондентов на несколько блоков (табл. 2) можно констатировать, что наибольшее количество выборов среди школьников набрал блок «Не умение организовывать свое время» 387 выбора. Данное распределение ответов респондентов свидетельствует о том, что большая часть опрошенных учеников не умеют правильно управлять своим временем. А это приводит к смещению режима дня школьников, низкой успеваемости в школе, переутомлению. Второе место по количеству выборов набрал блок

«Последствия отсутствия организации времени» 246 выборов. Этот блок является свидетельством следствия неумелой организации взрослыми режима дня учащихся школ. Некоторые из этих ребят, на данный момент, возможно, неплохо учатся и на первый взгляд много успевают, но неумелая организация времени требует от них больших усилий, чем необходимо на самом деле. Наименьшее число выборов набрал блок «Умение и попытки организовать свое время» -136 выборов.

Хотя некоторые и более эффективно используют свое время, чем их одноклассники, потеря времени все равно происходит по понятным причинам.

Таблица 2 - Результаты оценки планирования времени школьниками

| Высказывание | Количество ответов |
|--|--------------------|
| Последствия отсутствия организации времени | |
| «Мой режим дня меня вроде устраивает, но у меня нет времени на прогулки». | 79 |
| «Мне постоянно не хватает времени и я не знаю, что с этим делать». | 37 |
| «Из-за того, что я быстро утомляюсь, я часто болею, мне определенно нужно составить правильный режим дня, но я не знаю как». | 34 |
| «Очень часто я не успеваю выучить все уроки, потому что устаю, а устаю, потому что ложусь поздно и встаю рано». | 42 |
| «Я постоянно не высыпаюсь, какой режим дня?». | 15 |
| «Я раньше пыталась себе составить план на день, но никогда не получалось его выполнять». | 39 |
| Итого по блоку | 246 |
| Умение и попытки организовать свое время | |
| «У меня плотный режим дня, который мне составила мама, даже в Интернете не могу «посидеть». | 25 |
| «Я – отличница и мне нужно успевать сделать все уроки, и поэтому я допоздна делаю домашние задания и не высыпаюсь». | 44 |
| «Я занимаюсь футболом (хоккей, музыка, танцы) и мне бывает некогда гулять или учить уроки». | 54 |
| «У меня получается соблюдать режим дня, но очень это сложно, может есть выход сделать что-то?». | 13 |
| Итого по блоку | 136 |
| Не умение организовывать свое время | |
| «У меня в голове есть определенные мысли по поводу «что нужно сделать», но четкого плана нет». | 59 |
| «Меня сильно отвлекает телевизор – я и хочу делать уроки, но не могу от него оторваться». | 57 |
| «Я делаю уроки иногда по 5 часов до 22:00 вечера». | 44 |
| «Я долго настраиваюсь на выполнение чего-либо: вначале чаю попью, с кошкой поиграю, телик посмотрю... А потом уже и за полезные дела...» | 45 |
| «...Мой день примерно такой... Утром встаю, ем, смотрю телевизор, гуляю. Потом опять ем, вновь телевизор и вновь прогулка. Затем опять еда, телик и прогулка...» | 47 |

| | |
|---|------------|
| «Свои выходные я провожу так: _Можно спать до одиннадцати, потом телевизор смотреть часами, затем компьютер до ночи». | 43 |
| «А вот это мой учебный день: Я люблю много гулять, а уроки – к ним я приступаю, когда мама на меня наорет». | 40 |
| «Я уроки начинаю делать в 20.30, когда мама скандал закатит, а до этого играю в куклы». | 23 |
| «Я всегда тяну время, когда надо делать что-то по дому». | 17 |
| «Я много времени сижу в Интернете, и не знаю как оторваться, как меньше времени на него тратить». | 12 |
| Итого по блоку | 387 |

Как показывают результаты исследования, ученики и их родители не владеют в достаточной степени знаниями и умениями строить режим дня школьника и планировать время. Вместе с тем, умения тайм - менеджмента являются одними из основных в обучении в школе, и во взрослой жизни. Когда человек тратит время впустую, вместе с ним он теряет тот стержень, который позволяет конструктивно управлять собственной деятельностью и жизнью в целом.

В ходе проведенного исследования автору удалось изучить, и провести анализ того как управляют и планируют время ученики средней школы.

Библиографический список

1. Архангельский Г.А., Организация Времени. – СПб: Питер, 2003
2. Зайверт Л. Ваше время в Ваших руках: советы деловым людям, как эффективно использовать рабочее время – М.: Интерэксперт, 1995
3. Кови С. Семь навыков лидера. – Минск: Вегапринт, 1996.
4. Кук М., Эффективный тайм-менеджмент. – М.: ИТД ГРАНД, 2003.
5. Лайкен А. Искусство успевать. – М.: Издательство Рефл – Бук, 2000.
6. Сафиуллин, Л.Н., Маратканова, Э.М. Управленческие инновации - гарант успешной деятельности организации. / Л.Н. Сафиуллин, Э.М. Маратканова. // Актуальные проблемы экономики и права. – 2011. – № 4. – С. 213-217.
7. Форсайт П. Делу – время: Как правильно распоряжаться своим временем Минск: Амалфея, 1998.