

## Використання тайм-менеджменту для навчання

**Карина Жигadlo**

здобувачка групи МА-21К-1,

Фаховий коледж Університету КРОК,

ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,

e-mail: ZhyhadloKV@krok.edu.ua

**Ганна Пазєєва**

науковий керівник, кандидат економічних наук,

доцент кафедри управлінських технологій,

ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,

e-mail: PazeevaA@krok.edu.ua,

ORCID: 0000-0002-6557-6890

**Актуальність дослідження.** Останнім часом, тема тайм-менеджменту стає все більш популярною, і відповідно, з'являється все більше наукових робіт та досліджень, які стосуються цієї теми. Багато робіт досліджують саме вплив тайм-менеджменту на успішність студентів, адже з розвитком технологій з'явилося багато нових чинників, які негативно впливають на продуктивність здобувачів освіти. Окрім цього, дистанційне навчання стало доволі поширеним, і досі багато студентів навчаються частково, або й повністю дистанційно. Дистанційна форма навчання хоч і дозволяє заощадити час, що витрачається на дорогу до закладів освіти, але й робить фокусування на завданнях значно складнішим. Багатьом студентам вдома значно важче сконцентруватися на завданнях, аніж перебуваючи в коледжі. Також багато здобувачів освіти паралельно з навчанням ще й працюють. Як результат, студенти часто стикаються з проблемою організації часу та не можуть ефективно поєднати всі свої види діяльності, що має негативний вплив на їхню академічну успішність.

**Об'єктом дослідження** є використання тайм-менеджменту для навчання.

**Предметом дослідження** є використання тайм-менеджменту.

**Метою дослідження** є аналіз способів використання тайм-менеджменту для навчання та їхнього впливу на показники успішності студентів.

Для досягнення мети дослідження в роботі поставлено та вирішено наступні **завдання:**

- аналіз наукових джерел щодо використання тайм-менеджменту в навчанні;
- збір та систематизація інформації про способи використання тайм-менеджменту для навчання;
- аналіз впливу застосування тайм-менеджменту на показники академічної успішності студентів.

**Інформаційна база досліджень.** Питання та способи застосування тайм-менеджменту в різних сферах життя є об'єктом дослідження багатьох вчених. Серед них можна виділити таких українських вчених, як Білявська Ю. В., Білявський В. М., Микитенко Н. В., Мовчан Т. С., Гаврись О. М., Колпаченко Н. М., Голованова А. Є., Іваницька С. Б., Галайда Т. О., Толочій Р. М., Причепа І. В., Соломонюк І. Л., Лесько Т. В., Маслак Т. О. та інші. Дослідженням цього

питання займалися й зарубіжні вчені, серед яких: Б. Трейсі, Дж. Ягер, Дж. Сміт, С. Кові, Р. Варлі, Г. Ж. Верра, М. Дурбану, М. Дж. Зенору, М. Рафіку, У. А. Таєру, Ф. Шпеєру та багато інших.

Джерелами дослідження є наукові фахові публікації, що стосуються теми застосування тайм-менеджменту та його впливу на академічну успішність студентів.

**Методологія дослідження.** Для збору інформації щодо використання тайм-менеджменту для навчання використовувались методи спостереження, порівняння, та систематизації даних. Аналіз зібраної інформації здійснювався з використанням методів порівняльного та системного аналізу. Для узагальнення інформації було використано метод синтезу.

**Етапи та результати дослідження.** Під час першого етапу дослідження здійснювали аналіз наукових джерел, що стосуються питання застосування тайм-менеджменту у сфері навчання. Тайм-менеджмент – це здатність оптимально організувати власний час та поєднувати різні види діяльності. Ця здатність є вкрай важливим фактором, який безпосередньо впливає на якість життя людей, а особливо студентів., адже саме вона дозволяє ефективно виконувати всі завдання та отримувати достатню кількість відпочинку. В деяких наукових роботах зазначається спорідненість тайм-менеджменту з самодисципліною та самоконтролем [1]. Фактично, самодисципліна та самоконтроль є ключовими складовими тайм-менеджменту.

Протягом другого етапу дослідження ми систематизували інформацію про способи використання тайм-менеджменту для навчання. Існують спеціальні методи, які допомагають значно оптимізувати витрати часу на навчання та полегшити виконання завдань. Одним з них є принцип Парето, або правило 80-20 – принцип, що полягає у визначенні 20% ключових завдань, які дають 80% результату. За допомогою нього вдасться правильно провести пріорітизацію завдань та визначити найважливіші, що в свою чергу дозволить досягти максимальних результатів з мінімальними витратами часу. Іншим методом, що допоможе ще точніше розподілити завдання за їхньою важливістю, є дослідження тайм-менеджменту Кові. Його суть полягає в розподіленні завдань на важливі, не важливі, термінові та не термінові. Формуються чотири види завдань: важливі та термінові, важливі та не термінові, неважливі та термінові, неважливі та не термінові. За допомогою такого розподілу завдань набагато легше зрозуміти, які завдання треба виконати найпершими, а які можна відкласти до моменту появи вільного часу. Це лише два методи з безлічі наявних способів оптимізації часу та пріорітизації завдань, але їхнє застосування допомагає в раціональному розподілі часу [1-2].

Під час завершального етапу дослідженнями аналізували вплив застосування тайм-менеджменту на академічну успішність студентів. Наукові дослідження показують, що тайм-менеджмент позитивно впливає на показники академічної успішності студентів [1, 3-4]. Згідно з дослідженнями, близько 70% здобувачів освіти, що мають високі оцінки, планували свій час так, щоб вчасно здавати

завдання, та хоча б мінімально розподіляли завдання за ступенем їх важливості та терміновості [4]. Тож можна зазначити, що навіть мінімальне застосування тайм-менеджменту вкрай позитивно впливає на оцінки студентів.

**Практична значущість результатів дослідження.** В результаті дослідження ми вияснили, що застосування способів тайм-менеджменту значно покращує академічну успішність здобувачів освіти та допомагає впоратися з різноманітними чинниками, що можуть відволікати студентів від навчання. Існує багато різних технік оптимізації часу та розставлення пріоритетів, і їх застосування є ключем до підвищення оцінок та раціонального розподілу часу.

**Ключові слова:** тайм-менеджмент, навчання, здобувачі.

### **Список використаних джерел**

1. Jinalee, N., & Singh, A. K. (2018). *A descriptive study of time management models and theories. International Journal of Advanced Scientific Research and Management*, 3(9), 141-147.
2. Griffin, R. W. (2022). *Fundamentals of management. Cengage Learning, Inc.*
3. Razali, S. N. A. M., Rusiman, M. S., Gan, W. S., & Arbin, N. (2018, April). *The impact of time management on students' academic achievement. In Journal of Physics: Conference Series (Vol. 995, p. 012042). IOP Publishing.*
4. Alyami, A., Abdulwahed, A., Azhar, A., Binsaddik, A., & Bafaraj, S. M. (2021). *Impact of time-management on the student's academic performance: a cross-sectional study. Creative Education*, 12(3), 471-485.