

Литература:

1. Holmes, W. Artificial Intelligence in Education: Promises and Implications for Teaching and Learning / W. Holmes, M. Bialik, C. Fadel. – Boston: Center for Curriculum Redesign, 2022. – 180 p.
2. Luckin, R. Designing AI for Education: A Critical Review / R. Luckin, M. Cukurova // British Journal of Educational Technology. – 2021. – Vol. 52(4). – P. 98–115.
3. Zawacki-Richter, O. Systematic review of research on artificial intelligence applications in higher education – where are the educators? / O. Zawacki-Richter, I. Marin, M. Bond, F. Gouverneur // International Journal of Educational Technology in Higher Education. – 2019. – Vol. 16, № 39. – P. 1–27.
4. D'Mello, S. The Affective Computing Approach to Affect Measurement / S. D'Mello, A. Kappas, J. Gratch // Emotion Review. – 2020. – Vol. 12(1). – P. 80–85.

ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ В УСЛОВИЯХ АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Мацкевич М. А., Шевчик-Гирис Е. М.

Гродненский государственный медицинский университет
г. Гродно, Республика Беларусь

Адаптация студентов к обучению в высшем учебном заведении – это сложный системный процесс, который, как считают ученые, формирует когнитивные, мотивационно-волевые и социально-коммуникативные связи, определяющие то, как будет функционировать студент в образовательной среде, являющейся для него новым этапом жизни.

При изучении важной составляющей компетенции «тайм-менеджмент» приходят к выводу, что она представляет собой оптимальное использование ресурсов, в частности времени [1, с. 44]. Анализ научных источников показывает, что исследователи Поддубная М. Н. и Шалбарова А. И. [2, с. 181] считают понятие «тайм-менеджмент» инструментом планирования деятельности, а Лысикова О. В. [3, с. 23] – основой личной эффективности. Применяя тайм-менеджмент к сфере образования, его считают неотъемлемым компонентом самоорганизации студентов.

Время – это ценный ресурс, научиться управлять которым, представляется нелегкой задачей в современном огромном потоке информации. Одна из самых значимых надпрофессиональных компетенций, которые могут обусловить успех будущего специалиста, является именно тайм-менеджмент.

Для того, чтобы не оказаться в состоянии стресса при информационной перегрузке, студентов в высшем учебном заведении надо обучать и навыкам повышения личной эффективности, помимо профессиональных навыков. Результаты адаптации иностранных студентов в совокупности с различными факторами зависят и от их способности управлять своим временем.

Основой тайм-менеджмента студентов считается планирование. Это процесс, в ходе которого происходит составление перечня задач, необходимых выполнить за определенный промежуток времени. Савина Н. В., Лопанова Е. В. указывают на то, что список задач и действий, составленный заблаговременно, может увеличить продуктивность любого вида деятельности [4, с. 20].

Исследователи считают, что умение эффективно управлять задачами и рационально планировать заключается в том, чтобы научиться сконцентрироваться на одной проблеме, не забывая при этом об остальных, но не пытаться решить их всех одновременно.

Тайм-менеджмент – это планирование не только времени, отводимого на учебу, но и личного времени студента. Краткосрочное, среднесрочное и долгосрочное планирование – это этапы, выделяемые в классическом планировании.

Выделяют следующие эффективные модели планирования:

- список дел – задачи на день, неделю, месяц, который составляется в свободном порядке;
- план на день – алгоритм четко выполняемых действий к конкретно определенной дате;
- четкий список задач – перечень дел, которые надо выполнить, когда настанет удобное время для этого;
- майнд-менеджмент – составление интеллект-карт при планировании.

Таким образом, планирование является основополагающей составляющей тайм-менеджмента обучающегося высшего учебного заведения. Для того, чтобы научиться эффективно организовать свою жизнь, студенту необходимо овладеть навыком управления временем в процессе профессионального становления.

Литература:

1. Шакирова, Д. М. Тайм-менеджмент как инструмент планирования деятельности / Д. М. Шакирова, К. Е. Подыганова, Д. В. Дятлова, Д. С. Савельева // Наука Красноярья. – 2022. – № 1–1. – С. 40–52.
2. Поддубная, М. Н. Тайм-менеджмент как эффективный инструмент управления в условиях дистанционной работы / М. Н. Поддубная, А. И. Шалбарова // Экономика и бизнес: теория и практика. – 2022. – № 1–1(83). – С. 180–183.
3. Лысикова, О. В. Тайм-менеджмент как основа личной эффективности в сервисе и туризме / О. В. Лысикова // Сервис plus. – 2022. – № 4. – С. 18–26.
4. Савина, Н. В. Тайм-менеджмент в образовании / Н. В. Савина, Е. В. Лопанова. — М. : Издательство Юрайт, 2023. – 162 с.