**ТЕМА 4.**

**ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ И ОРГАНИЗАЦИЯ**

**Проблемная ситуация:** бывали ли у вас ситуации, когда не хватало времени на выполнение какой-либо задачи? Приведите примеры. Почему?

На этом занятии вы проведете собеседование с учениками, зададите вопросы и запишете ответы, чтобы заполнить анкету использования времени для дальнейшего размышления и планирования на будущее. Это поможет им подумать о том, как они используют время.

**Вопросы:**

* Сколько времени вы тратите на учебу или выполнение домашних заданий каждый день?
* Это определенный промежуток времени, или вы работаете до тех пор, пока не закончите свою домашнюю работу?
* Есть ли у вас дома особая зона для учебы / работы? На что это похоже?
* Вы учитесь / работаете примерно в одно и то же время каждый вечер?
* Легко ли вы отвлекаетесь от своей работы дома? Что вас отвлекает?
* Как долго вы можете учиться / работать за один присест? Делаете ли вы перерывы? Как часто и как долго?
* Бывают ли определенные дни, когда к учебе труднее приспособиться?
* Есть ли время года, когда к учебе труднее приспособиться?
* Ведете ли вы учет своих домашних заданий и проектов в блокноте или в календаре?
* Если вам нужно изучить или поработать над несколькими вещами за один вечер, как вы решаете, что делать? У вас есть какой-нибудь план? Расставляете ли вы приоритеты?
* Знаете ли вы, когда истекают все ваши крайние сроки?
* В какое время суток вам лучше всего заниматься?
* Склонны ли вы откладывать свою работу на последнюю минуту?
* Можете ли вы точно оценить, сколько времени займет выполнение конкретной проблемы /задания/проекта?

После собеседования вам следует назначить время для участия учеников в следующих мероприятиях.

Первое задание для учеников: Схема управления временем

Учащимся понадобится таблица с указанием дней недели по горизонтальной оси и 24 часов по вертикальной оси. Это даст им наглядное представление о том, как они проводят свое время.

**Таблица 1.**

**ИНСТРУКЦИИ:** Записывайте свои ежедневные действия и сколько времени они занимают, включая выходные. Используйте разные цвета для каждого вида деятельности (например, прием пищи, сон, время в пути в школу и обратно, время занятий, внеклассные кружки/мероприятия, время учебы, домашнее задание, отдых).

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
| 00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 |  |  |  |  |  |  |  |
| 18 |  |  |  |  |  |  |  |
| 19 |  |  |  |  |  |  |  |
| 20 |  |  |  |  |  |  |  |
| 21 |  |  |  |  |  |  |  |
| 22 |  |  |  |  |  |  |  |
| 23 |  |  |  |  |  |  |  |

**Задание для учеников:**

Записывайте свои ежедневные действия и сколько времени они занимают, включая выходные. Используйте разные цвета для каждого вида деятельности (например, прием пищи, сон, время в пути в школу и обратно, время занятий, внеклассные кружки / мероприятия, домашнее задание, досуг).

Как только ваш график будет завершен, оцените проблемные области. Например, если в один и тот же день у вас спортивные тренировки и уроки музыки, это сократит количество времени, которое у вас останется на домашнюю работу или досуг в этот день. Каждое воскресенье составляйте еженедельный план, соответствующий вашей школе и другим обязательствам, и размещайте его там, где вы сможете увидеть его в качестве напоминания.

**Задание для учеников:** График учебного времени

Учебное время включает в себя все академические занятия, включая работу над домашними заданиями или проектами, просмотр заметок, подготовку к тестированию или организацию и составление расписания.

**Таблица времени обучения**

Учебное время включает в себя всю академическую деятельность, в том числе работу над домашними заданиями или проектами, просмотр заметок, подготовку к тесту или организацию, а также составление расписания. После того, как вы определили, сколько времени вы будете выделять на учебу или выполнение домашних заданий, следите за тем, как вы используете это учебное время.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **День и дата** | **Задание** | **Время****начала** | **Потраченное время** | **Место** | **С кем вы занимаетесь** | **Отвлечения** |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

Как только вы определите, сколько времени вы будете отводить на учебу или выполнение домашних заданий, проследите за тем, как вы используете это учебное время. Составьте таблицу со следующими столбцами: день недели и дата; задание; время начала; потраченное время; где вы находитесь; с кем вы занимаетесь; и отвлекающие факторы. Ведите записи в течение недели, затем оцените свои проблемные зоны. Например, вы можете потратить больше времени на домашнее задание, если начнете его позже или если будете заниматься с кем-то вместе.

Ваш график учебного времени может помочь вам проанализировать, как вы лучше всего учитесь / работаете, и вы можете использовать его для принятия решения об изменениях, которые вы хотите внести, чтобы повысить эффективность вашего учебного времени. Возможно, вы захотите установить регулярное время для начала занятий или выделять определенное количество времени каждый вечер. Например, для учащихся 6 класса рекомендуется выполнять домашнее задание по 20-30 минут 5 дней в неделю. Для учащихся 7 и 8 классов рекомендуется уделять 45-60 минут 5-6 дней в неделю. В дополнение к разумному и регулярному графику занятий, вы можете узнать из своего графика, что вам лучше всего работать в тихом месте, вдали от отвлекающих факторов, таких как телефонные звонки или семейные мероприятия. Если это так, возможно, вы захотите найти в своем доме обычное место для занятий, удобное, хорошо освещенное и удаленное от семейного шума. Тогда вы сможете сэкономить больше времени, постоянно оснащая свое помещение всем необходимым для работы.

Не забудьте начать свое учебное время с составления списка того, что необходимо сделать (в порядке приоритета), и обязательно запланируйте перерыв (не более 10 минут), который добавляется к вашему учебному времени.

**Дополнительные материалы**

1. Тайм-менеджмент для детей. URL: <https://t.me/vvkuchurin/408>
2. Семейный тайм-менеджмент. URL: <https://t.me/vvkuchurin/406>
3. Обучение навыкам тайм-менеджмента. URL: <https://t.me/vvkuchurin/405>
4. Преподавание тайм-менеджмента в школе. URL: <https://t.me/vvkuchurin/404>
5. Тайм-менеджмент для школьника. URL: <https://t.me/vvkuchurin/282>