

Дата поступления рукописи в редакцию: 13.05.2026 г.

DOI: 10.24412/2782-3849-2026-6-627-634

Дата принятия рукописи в печать: 25.06.2026 г.

КОШЕЛЕНКО Любовь Владимировна,

кандидат педагогических наук, доцент кафедры философии Уральского государственного аграрного университета,

e-mail: lubov-koshelenko@mail.ru

ЕГОРОВ Сергей Георгиевич,

кандидат исторических наук, доцент кафедры философии Уральского государственного аграрного университета,

e-mail: palamit@rambler.ru

ЗАРУБИНА Елена Васильевна,

кандидат философских наук, доцент, заведующий кафедрой философии Уральского государственного аграрного университета,

e-mail: ethos08@mail.ru

СИМАЧКОВА Наталья Николаевна,

кандидат исторических наук, доцент кафедры менеджмента и экономической теории Уральского государственного аграрного университета,

e-mail: nikolina73@yandex.ru

СТАХЕЕВА Любовь Михайловна,

кандидат экономических наук, доцент кафедры бухгалтерского учета и аудита Уральского государственного аграрного университета,

e-mail: staheeva53@mail.ru

ЧУПИНА Ирина Павловна,

доктор экономических наук, профессор кафедры философии Уральского государственного аграрного университета,

e-mail: irinacupina716@gmail.com

ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ВРЕМЕНИ СОВРЕМЕННЫМИ СТУДЕНТАМИ

Аннотация. Проблема эффективного использования времени является актуальной для каждого человека. Особенно актуальной сегодня она является для студентов, график учебы и работы которых довольно насыщен. Каждый из них должен многое успевать каждый день. Как именно студенты распределяют собственное время, на что они ориентируются и каковы их предпочтения сегодня?

Предметом исследования в статье являются навыки тайм-менеджмента у современных студентов на примере студентов Уральского государственного аграрного университета. Методами исследования были выбраны анализ литературы, анализ локальных нормативных актов, устный опрос и письменное анкетирование студентов, а также экспертные интервью.

Анализ результатов проведенного социологического исследования показал, что только 20% студентов имеют устойчивые навыки тайм-менеджмента. Такие студенты, как правило, хорошо учатся, большинство из них являются отличниками. 70% респондентов показали, что их навыки управления своим временем не являются устойчивыми, часто такие студенты недостаточно эффективно используют свое время. 10% студентов показали низкий результат,

что свидетельствует о том, что они находятся в кризисном состоянии, что отражается на их самочувствии, самооценке и отношении с окружающими.

В качестве рекомендации по проведенному исследованию было предложено вводить изучение тайм-менеджмента в образовательных учреждениях либо как самостоятельной учебной дисциплины, либо как блока других учебных дисциплин с отработкой навыков управления своим временем на практических занятиях.

Ключевые слова: время, управление временем, тайм-менеджмент, эффективность планирования, стрессовые ситуации, здоровье, режим труда и отдыха, социологическое исследование, опрос.

KOSHELENKO Lyubov Vladimirovna,

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Philosophy Ural State Agrarian University

EGOROV Sergey Georgievich,

Candidate of Historical Sciences, Associate Professor of Philosophy Ural State Agrarian University

ZARUBINA Elena Vasilyevna,

PhD, Associate Professor, Head of the Department of Philosophy Ural State Agrarian University

SIMACHKOVA Natalia Nikolaevna,

Candidate of Historical Sciences, Associate Professor of the Department management and economic theory Ural State Agrarian University

STAKHEEVA Lyubov Mihailovna,

PhD in Economics, Associate Professor of Accounting and Auditing Department Ural State Agrarian University

CHUPINA Irina Pavlovna,

Doctor of Economics, Professor of Philosophy of the Department of Philosophy, Ural State Agrarian University

STUDY OF THE EFFECTIVENESS OF TIME USE BY MODERN STUDENTS

Annotation. *The problem of effective use of time is relevant for every person. It is especially relevant today for students, whose study and work schedules are quite busy. Each of them must manage a lot every day. How do students allocate their time, what do they focus on, and what are their preferences today?*

The subject of this article is the time management skills of modern students, as exemplified by students at the Ural State Agrarian University. The research methods included literature analysis, analysis of local regulations, oral and written surveys of students, and expert interviews.

An analysis of the results of the conducted sociological research showed that only 20% of students have stable time management skills. Such students tend to be good students, and most of them are top students. 70% of the respondents showed that their time management skills are not stable, and they often do not use their time effectively. 10% of the students showed a low result, which indicates that they are in a crisis state, which affects their well-being, self-esteem, and relationships with others.

As a recommendation based on the study, it was suggested that time management should be introduced in educational institutions either as a standalone subject or as a block of other subjects, with practical training in time management.

Key words: *time, time management, time-management, planning efficiency, stressful situations, health, work and rest regime, sociological research, survey.*

В настоящее время, в эпоху высокого уровня технических достижений, которые позволяют нам экономить время за счет скоростных транспортных средств, четкого удобного расписания занятий и др., многие студенты отмечают постоянную нехватку времени и, как следствие, – возникновение множества проблем из-за этого. Ускорение темпа жизни, стремление успеть, все чаще приводит к стрессовым ситуациям, перегрузкам, напряжению, дискомфорту, ущербу своему здоровью. Какова же эффективность использования рабочего и свободного времени студентов? «Время – важнейший ресурс каждого человека. Именно оно упорядочивает нашу жизнь, определяет ее смысл, дает возможности для самореализации. Часто мы тратим его, не замечая, ждем, когда же закончится определенный период нашей жизни, не вкладывая в него никаких целей и смысла. Просто тратим свою жизнь и не знаем, зачем. Одна из главных ценностей нашего существования – время – часто не ценится нами, не воспринимается, как вся наша жизнь» [7].

Наша жизнь – это время, которое нам дано, чтобы расти и развиваться, чтобы достигать жизненных целей, чтобы оставить после себя память. Поэтому время – наш главный ресурс – необходимо тратить эффективно, рационально, а не «в пустую». Счастье, любовь, милосердие, добро, долг, а также самореализация, – необходимы человеку в его жизни. В процессе своего развития и роста, человек должен понять, что жизнь прекрасна, что жить без эстетических категорий нельзя. «В отечественной литературе идут споры о необходимости давать студентам знания об эстетической составляющей, в то время как другие ученые считают, что студенты нуждаются в практических навыках в сфере эстетики в профессиональной деятельности специалиста» [6, с. 153].

Студенты – это молодые люди, постигающие будущую профессию. Они только определяют собственные цели, однако их профессиональное становление также требует определенного времени и сил. Время в университете они тратят по-разному: учатся, занимаются физкультурой, получают опыт самостоятельности, работают, отдыхают, обустраивают свой быт. Определиться в поиске себя бывает очень непросто, однако, будущая профессия, выбранная молодым человеком, направляет его по жизни. «Проблема дефицита времени – это повсеместное явление, которое возникает вовсе не от того, что в сутках только 24 часа, а от неумения эти часы рационально распределить» [4, с. 31].

Конечно, студентам очень трудно вступать в новый, самостоятельный мир после

обучения в школе и проживания вместе с родителями. Теперь они почти взрослые люди и им приходится принимать самостоятельные решения, совершать поступки взрослых людей. Ответственности становится больше, меняется поведение, привычки, стереотипы, происходит переоценка ценностей.

«Молодые люди в студенческие годы ищут себя. Не только профессионально, но и личностно. Они все еще формируют свою систему ценностей, опираясь на ценности общества, авторитетных для себя людей, ищут примеры успешной самореализации, ориентируются на них, выбирают свой собственный путь» [4, с. 35].

В этой ситуации молодым людям нужно становиться более дисциплинированными, учиться планировать свое время. Им нужно успеть обучиться профессии, построить карьеру, создать семью, свой дом, воспитать детей и так далее. Однако не все молодые люди успевают это сделать. Многие исследователи отмечают довольно позднее взросление новых поколений. Они не хотят взрослеть. Многие из них постоянно живут с родителями, долго находятся под их покровительством и контролем. Это происходит в силу разных причин: финансовых проблем в семье, инфантильности детей и отсутствия самостоятельности. Но время – это наш главный ресурс. А это значит, что только оно определяет наши возможности. «Человек, умеющий эффективно распоряжаться своим временем, всегда будет более успешен, добьется больших высот в жизни и в конечном итоге сможет наиболее полным образом себя реализовать. В конечном итоге неумение распоряжаться временем влечет за собой множество неприятных факторов и проблемы со здоровьем» [8].

С раннего детства необходимо воспитывать и формировать в человеке умение рационально и эффективно распоряжаться временем. Только так человек будет осознанно и эффективно проживать свою жизнь, то время, которое у него есть. Мы знаем множество великих людей, успевавших за свою недолгую жизнь оставить после себя огромное наследие. Знаем и такие примеры, которые могут «просто проживать» свое время и не думать ни о чем, кроме комфорта. Многие факторы, не зависящие от нас, поглощают наше время, независимо от наших желаний. Так, исследователи: Москалюк А.М., Сиренко Д.П., Некрасова О.О. отмечают внутренние и внешние причины дефицита времени. «Внешние причины связаны с воздействиями окружающей среды и не зависят от личных качеств и способностей:

Нагромождение работ – сводится к принципу «сделай сам», поэтому он стремится делать всю работу сам и за выполнением мелких

и незначительных дел не успевает заняться наиболее важными.

Неэффективный информационный обмен – низкая организация информирования занимает дополнительное время на получение необходимой информации.

Слабая мотивация труда – отсутствие стремления эффективно наладить свой рабочий процесс, что в результате способствует несвоевременному выполнению заданий и хронической нехватке времени» [8].

Можно добавить еще и стояние в пробках, постоянные телефонные звонки или сообщения, компьютерные игры, социальные сети, «ничего не делание» – вид досуга, который сегодня становится все более популярным. «Внутренние причины зависят от характеристик личности. К ним относятся:

Постоянная спешка – данная причина свидетельствует о неорганизованности. Студент постоянно спешит и никуда не успевает, тем самым показывает своим однокурсникам неправильную модель поведения, что, в свою очередь, приводит к ошибкам в работе и негативно сказывается на общих результатах деятельности.

Постоянные доработки дома – отсутствие достаточного времени для отдыха сказывается на его работоспособности.

Суетливость – студент мечется от одного дела к другому и в конце рабочего дня остается ощущение, что не сделано ничего.

Нежелание видеть проблему – студент склонен к отрицанию постоянной нехватки времени в деятельности и оправдывает это накоплением большого количества дел.

Все это отнимает много времени и отвлекает от действительно важных дел» [8].

Время – самое дорогое, что есть у каждого человека. Оно измеряет нашу жизнь, устремления, поступки. Образование сегодня – это необходимое условие успешного существования. Оно требует много времени. И чем эффективнее мы его используем, тем качественнее становится наша жизнь. Студенту было трудно во все времена: нужно многое успеть, обиходить себя, усвоить много информации и др. «Учеба в высшем учебном заведении ставит перед студентами очень сложные задачи, которые предполагают не только усвоение большого количества информации, но и обучение качественной концентрации этой информации для того, чтобы человек мог буквально превзойти свои прежние возможности. ... Всему этому необходимо учиться и очень быстро. Студент должен научиться планировать свой рабочий день так, чтобы ему можно было бы заниматься не только учебой, но и увеличить количество свободного времени для вне учебной деятельности и отдыха» [1].

В настоящее время большой популярностью пользуется тайм-менеджмент. «Тайм-менеджмент – это не просто «управление физическим временем», а, прежде всего, организация и самоорганизация человека или группы людей для того, чтобы в отведенное для работы или учебы время, порученные задания не только были бы выполнены, но и было бы достигнуто удовлетворение выполняемой работой так, чтобы не было каких бы то ни было субъективных препятствий, барьеров для продолжения работы. Кроме того, в процессе выполнения этой работы, возникали бы резервы для повышения эффективности использования имеющихся ресурсов в следующий аналогичный период времени, когда ему будет поручаться аналогичная задача» [1].

«Тайм-менеджмент (англ. управление временем) – это учёт, распределение и оперативное планирование собственных ресурсов времени. Современный тайм-менеджмент – это комплексная система управления собой и своей деятельностью, основанная на принципах:

Время – невозполнимый ресурс.

Успешен тот, кто успевает.

Успевать – значит делать все вовремя» [3].

Человек сам учится управлять своим временем, а значит и жизнью. Однако, этот путь довольно трудный. «У него (студента) не хватает времени для подготовки к учебным занятиям, к экзаменам и зачетам, выполнения заданий практики, написания отчетов или выполнения курсовой работы. Именно в этих обстоятельствах эффективной помощью в работе с такими студентами является использование технологии «тайм-менеджмент» [5, с. 135]. «Тайм-менеджмент» – это технология рациональной организации времени для решения поставленных проблем и достижения личных целей» [10, с. 15].

«В России вместо термина «тайм-менеджмент» существует понятие НОТ (научная организация труда) и оно начинает широко использоваться в 80-е годы. С переходом к рыночной экономике в России появился термин «time management», и соответствующие тренинги. Первым основателем технологии «Тайм-менеджмент» в России стал Глеб Архангельский, который возглавил консалтинговую компанию «Организация времени» и написал много книг, связанных с проблемой управления временем» [2].

Для более глубокого изучения проблемы, мы обратились к самим студентам, которые поделились своим опытом распределения времени. Нами было проведено исследование по выявлению эффективности использования рабочего времени. В исследовании приняло участие 100 человек. В этой работе была

применена методика тестирования, которую предложили в своем учебном пособии авторы: С.Д. Резник, С.Н. Соколов и В.В. Бондаренко. Эта методика представляла собой оценку эффективности труда и отдыха работника. Она включала в себя 16 вопросов, в которых было по три варианта ответов. Полученные результаты были подвергнуты следующему анализу.

По первому вопросу о выяснении обязательности студентов при необходимости вставать рано утром, было определено, что 80% студентов чувствуют эту ответственность и обязательно страхуют себя, заводя будильник в таких случаях. Остальные 20%, к сожалению, не показали высокий уровень ответственности. Они отметили, что не чувствуют напряжения, если опаздывают куда-либо.

Второй вопрос определял особенности поведения ребят во время утреннего вставания. 60% студентов любят понежиться под одеялом, что говорит об отсутствии четкого распределения времени и наличии слабости в характере. Только 5% респондентов встают и делают гимнастику. 35% быстро вскакивают с постели и включаются в работу. При этом, 35% респондентов способны проснуться рано утром и бодро себя чувствовать.

Следующий вопрос касался полноценности завтрака студентов. 70% опрошенных показали, что обычно на завтрак у них кофе и бутерброды – то есть быстрый завтрак. 20% респондентов отметили добротный полноценный завтрак в виде каши или мясного блюда, кофе или чая. 10% предпочитают не завтракать вообще, а перекусить в институте на первой или второй перемене. Эти результаты обусловлены не только основательностью студентов, но и помощью их родителей: студенты, проживающие дома, пользуются уже приготовленными их родителями завтраками, что конечно, экономит много их утреннего времени.

Четвертый вопрос о предпочитаемом графике работы был воспринят студентами однозначно. Все они хотели бы работать по гибкому графику. Мы полагаем, что это неплохо, так как студенты выразили инициативу самостоятельно распределять свое рабочее время. При этом, стремление к самостоятельности отмечается у большинства молодых людей. Но дистанционный или смешанный графики работы с неизбежностью порождают проблемы вопросы профессиональной социализации и трудовой дисциплины сотрудников [10, с. 83].

Следующий вопрос о регламенте обеденного перерыва показал, что студентам в обеденное время хотелось бы успевать не только поесть, но еще и отдохнуть. Варианты отдыха предлагались разные. Студенты склонялись и к активному, и к пассивному отдыху, что зависит от

основного вида деятельности.

Шестой вопрос был посвящен анализу возможности пошутить с друзьями в напряженной рабочей обстановке. 90% респондентов отметили, что делают это постоянно. Вызывают тревогу остальные 10%, которые отметили невозможность шутить каждый день. Они подчеркнули, что делают это редко. Возможно, это вызвано складом их характера и другими личностными качествами.

Свое поведение в споре в виде активных дискуссий отметили 60% респондентов. Самоустраиваются в таких ситуациях обычно 40% ребят. Не вступают в споры вообще 20% студентов. Здесь необходимо отметить не очень высокий уровень культуры делового взаимодействия у студентов. С одной стороны, это нормальное явление, так как они еще только учатся этому взаимодействию. С другой стороны, они уже достаточно взрослые люди, чтобы вести себя более сдержанно в одних ситуациях и раскованно в других.

Средний интервал времени, на которое студенты способны задержаться в университете составил не более 20 минут. Этот показатель отметили 55% студентов. На 1 час способны задержаться 35% ребят. По этим результатам можно судить об усталости и стремлении скорее отправиться домой, там отдохнуть, а может быть о недостаточной сплоченности ребят в студенческих группах и наличии у них разных интересов и друзей вне университета. Те, кто часто остается в университете на время более часа – 20%. Это говорит о том, что им интересно в университете, что здесь у них есть друзья, они стремятся к общению.

Хобби и домашние дела явились основным компонентом свободного времени студентов. 60% студентов заняты домашними делами, 38% – имеют свое хобби. 2% опрошенных отметили, что занимаются общественной работой. Это соотношение говорит о том, что необходимость выполнения домашней работы часто превращает их досуг в вынужденные дела, которые требуют больших потерь времени и сил. Те студенты, которые имеют собственное хобби, скорее всего, жители города, они занимаются любимыми делами дома или посещают секции и кружки. У тех же, у кого не хватает на это времени, скорее всего – иногородние студенты. Им некогда отвлекаться, так как они часто находятся в дороге, или вынуждены выполнять домашние дела: готовить, убирать, стирать и др.

Вопрос об отношении к приходу гостей вызвал неоднозначные ответы. Мнения студентов разделились. Так, 45% респондентов отметили, что любят приход гостей, так как считают это возможностью пообщаться, отдохнуть от

повседневности и отключиться от нее, а также весело провести время. 55% опрошенных отметили, что приход гостей обычно для них означает потерю времени и денег. С позиции рационализма – это не совсем желательное для них явление, они предпочитают сами сходить к кому-нибудь в гости.

Регулярный отход ко сну отвергли все респонденты. Основная масса студентов отметила, что идет спать по настроению и таких 65% случаев. 25% показали, что считают возможным идти спать только тогда, когда все дела сделаны. Эти мнения характеризуются недостатком ответственности среди молодежи, но возможно, это естественно в их молодом возрасте. 10% респондентов отмечают, что спать ложатся только под утро. Они любят общаться ночью в социальных сетях или играть в интернет игры. Конечно, они знают о вреде здоровью такого режима, однако, признают свою зависимость и невозможность справиться с такой привычкой.

90% студентов предпочитают использование каникул полностью в одно и то же время. 10% респондентов хотели бы отдыхать в два раза меньше, но два раза в год. Это показывает, что насыщенность и загруженность их в университете часто сводит их учебу в большей степени к ожиданию каникул. Кто-то предпочитает отдыхать долго, но редко, а кто-то – часто и небольшими порциями.

Отношение к спорту практически у всех студентов положительное. Тем не менее, все они подчеркивают свою нехватку времени для занятий спортом. Специально отводят время на спорт лишь 20% обучающихся. Следует отметить силу воли у этих ребят, так как они уже занимаются спортом постоянно и целенаправленно. Роль болельщика выбрали 20% студентов, так как предпочитают наблюдать спортивные состязания по телевизору или на стадионе, чем бегать по стадиону самим. Остальные студенты – 60% – довольствуются повседневными нагрузками и считают их вполне достаточными для поддержания формы.

В течение двух последних недель студенты успели потанцевать – таких было 60%, позаниматься физическим трудом или просто пройтись пешком смогли 40%. Несмотря на нехватку времени, студенты все же ведут активный образ жизни. Они посещают дискотеки, гуляют по улице, организуют свой круг друзей, а их отдых обычно имеет подвижный характер.

Летние каникулы студенты проводят по-разному. 20% гуляют и занимаются спортом, 30% трудятся в саду или на даче, 50% отдыхают пассивно или работают. Здесь нужно учитывать и возможности студентов во время каникул. Многое зависит от материального уровня семьи. Поедет

студент в путешествие, проведет каникулы дома или устроится на работу – это чаще всего вопрос финансовых возможностей.

20% студентов в ходе исследования показали хорошие результаты. Так они правильно организуют свой режим дня, оставляют резервы времени для непредвиденных ситуаций. Эти студенты действительно являются успевающими, большинство из них – отличники учебы, активисты, участники общественной работы, просто ответственные люди. Некоторые из них планируют свое время на неделю, фиксируют необходимые для выполнения дела, самостоятельно контролируют себя, делают самоотчеты. При этом, они отмечают, что отдых для них – это смена деятельности. Они говорят о том, что мало смотрят телевизор – если смотрят, то только любимые передачи, которые активно воспринимают и анализируют. Данные студенты не проводят время «просто так», они всегда стараются потратить время с пользой. Они менее подвержены стрессам, неадекватным реакциям, противоречиям в контактах с собеседниками. Как правило, они – оптимисты.

70% респондентов показали, что они еще не достигли совершенства в эффективном использовании своего времени. У этих студентов, возможно, недостаточно проявляется воля, сила характера, они не занимаются четким планированием времени, не контролируют себя и не делают самоотчетов. Несмотря на эти факторы, у них есть все предпосылки сформировать в себе правильное, рациональное отношение к использованию собственных временных ресурсов. Если они поставят перед собой такую цель.

10% студентов показали низкий результат. Это говорит о том, что они находятся в кризисном состоянии, что отражается на их самочувствии, самооценке и отношении с окружающими. Этим студентам необходима помощь извне и, конечно, желание изменить свой образ жизни.

«В целом, необходимо отметить, что данная работа по организации учебной деятельности студентов вуза уже сейчас дает им возможность отработать навыки эффективной организации профессиональной деятельности специалиста, которые им пригодятся в дальнейшем. Поэтому, необходимо в профессиональной подготовке специалистов уделять внимание данному вопросу» [5, с. 131].

Таким образом, отметим, что время – это важнейший ресурс нашей жизни. От того, как мы им распоряжаемся, зависит наша жизнь и, часто жизнь других людей. Умение распоряжаться временем, планирование, распределение жизненных ресурсов позволяет значительно повысить его эффективность. При этом привычка

рационально и эффективно использовать свое и чужое время закладывается в детстве [9, с. 33].

Сегодня многие молодые люди учатся управлять временем самостоятельно, бессистемно. Однако, мы надеемся, что в ближайшем будущем, этим умениям будут обучать в образовательных учреждениях с самого раннего возраста.

Список литературы:

[1] Авраменко М.А. Использование тайм-менеджмента студентами // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. - 2020. - №12-4. - [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-taym-menedzhmenta-studentami>

[2] Архангельский Г.А. Тайм-драйв. Как успевать жить и работать. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2012. - 272 с.

[3] Горшенина Е.В. Рациональное использование ресурса времени // Экономические исследования. 2023. - №1. - [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ratsionalnoe-ispolzovanie-resursa-vremeni>

[4] Исмагилов Р. Х., Фаттахов Х. И. Повышение эффективности планирования и контроля производственных процессов на промышленных предприятиях за счет применения инструмента бережливого производства «Shop floor management» // Организатор производства. - 2014. - №1. - С. 30-36.

[5] Кошеленко Л.В. Изучение смысла жизни подрастающего поколения // Междисциплинарные аспекты современной науки: социокультурные и духовные основы философии, экономики, туризма: материалы Всероссийской национальной научно – практической конференции. Уральский государственный аграрный университет. 11 ноября 2025 года. – Екатеринбург, 2025. – Часть 1. – С. 129 – 135.

[6] Кошеленко Л.В. Организация досуга студенческой молодежи // Междисциплинарные аспекты современной науки: социокультурные и духовные основы философии, экономики, туризма: материалы Всероссийской национальной научно – практической конференции. Уральский государственный аграрный университет. 11 ноября 2025 года. – Екатеринбург, 2025. – Часть 1. – С. 151 – 158.

[7] Максимова А.А., Митичева Е.В., Феоктистова Е.А. Технология «Тайм-менеджмент» в организации учебной деятельности студентов университета // Приволжский научный вестник. - 2014. - № 12 - 4 (40). - [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tehnologiya-taym-menedzhment-v-organizatsii-uchebnoy-deyatelnosti-studentov-universiteta>

universiteta

[8] Москалюк А.М., Сиренко Д.П., Некрасова О.О. Причины дефицита времени и методы их устранения // Вестник молодежной науки. - 2017. - № 3 (10) – [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-defitsita-vremeni-i-metody-ih-ustraneniya>

[9] Трейси Б. Мастер времени. - М.: Попурри, 2022. - 144 с.

[10] Хайнц М. Позитивный тайм-менеджмент. - М.: Альпина, 2019. - 128 с.

References:

[1] Avramenko M.A. The Use of Time Management by Students // International Journal of Humanities and Natural Sciences. - 2020. - № 12-4. - [Electronic resource]. - Access mode: URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-taym-menedzhmenta-studentami>

[2] Arkhangelsky G.A. Time-drive. How to manage to live and work. - M.: Mann, Ivanov and Ferber, 2012. - 272 p.

[3] Gorshenina E.V. Rational use of time resource // Economic research. 2023. - № 1. - [Electronic resource]. - Access mode: URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ratsionalnoe-ispolzovanie-resursa-vremeni>

[4] Ismagilov R. Kh., Fattakhov Kh. I. Improving the efficiency of planning and control of production processes at industrial enterprises by using the lean production tool “Shop floor management” // Organizer of Production. - 2014. - № 1. - Pp. 30-36.

[5] Koshelenko L.V. Studying the Meaning of Life of the Younger Generation // Interdisciplinary Aspects of Modern Science: Sociocultural and spiritual foundations of philosophy, economics, and tourism: materials of the All-Russian National Scientific and Practical Conference. Ural State Agrarian University. November 11, 2025. – Yekaterinburg, 2025. – Part 1. – Pp. 129 – 135.

[6] Koshelenko L.V. Organization of Leisure Activities for Student Youth // Interdisciplinary Aspects of Modern Science: Sociocultural and Spiritual Foundations of Philosophy, Economics, and Tourism: Materials of the All-Russian National Scientific and Practical Conference. Ural State Agrarian University. November 11, 2025. – Yekaterinburg, 2025. – Part 1. – С. 151 – 158.

[7] Maksimova A.A., Miticheva E.V., Feoktistova E.A. Technology of “Time management” in the organization of educational activities of university students // Privolzhsky Scientific Bulletin. - 2014. - № 12 - 4 (40). - [Electronic resource]. - Access mode: URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tehnologiya-taym-menedzhment-v-organizatsii-uchebnoy-deyatelnosti-studentov-universiteta>

[8] Moskalyuk A.M., Sirenko D.P., Nekrasova

O.O. Causes of Time Shortage and Methods of Its Elimination // Bulletin of Youth Science. - 2017. - № 3 (10). – [Electronic resource]. – Access mode: URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-defitsita-vremeni-i-metody-ih-ustraneniya>

[9] Tracy B. Master of Time. – Moscow: Popuri, 2022. – 144 p.

[10] Heinz M. Positive Time Management. – Moscow: Alpina, 2019. – 128 p.



**ЮРИДИЧЕСКОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО
«ЮРКОМПАНИ»**

Издание учебников,
учебных и методических
пособий, монографий,
научных статей.

Профессионально.

В максимально
короткие сроки.

Размещаем
в РИНЦ, E-Library.

ЮРКОМПАНИ

www.law-books.ru