**СОЦИАЛЬНЫЙ SELF-MOTION ИЛИ СОЦИАЛЬНАЯ САМООРГАНИЗАЦИЯ И ЛИЧНАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ**

**Цель:** формирование у студентов базовых профессиональных знаний и практических навыков в области управления временными ресурсами и повышение личной эффективности.

**Задачи:**

- освоение компетенций, необходимых для управления временными ресурсами;

- формирование системы знаний, необходимых для самоорганизации и личной эффективности;

- освоение инструментов в области тайм-менеджмента, самоконтроля, самоорганизации.

**Требования к результатам освоения:** в результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции: УК-6.

**Краткое содержание:** Социальная самоорганизация: сущность и понятие. Целеполагание в процессах самоорганизации. Планирование своего времени. Расстановка приоритетов. Технологии достижения результатов. Методы развития личной эффективности.