**TRƯỜNG CAO ĐẲNG CÔNG THƯƠNG TP.HCM**

**KHOA QUẢN TRỊ KINH DOANH**

**Ảnh có chứa biểu tượng, Nhãn hiệu, Phông chữ, vòng tròn

Mô tả được tạo tự động🙡 🕮 🙣**

**MÔN HỌC: KỸ NĂNG MỀM 1**

**ĐỀ TÀI: THỰC HIỆN MỤC TIÊU THEO SMART**

GVHD: Ths. Lê Thị Thanh Hà

SVTH: Nguyến Thị Kiều Ly

Lớp: CCQ2327C

*TP. HCM, 31 tháng 12 năm 2023*

**1. Tên mục tiêu theo SMART**: **Tôi học bài mới (S)**/ **vào 5h-5h30 sáng (T1)**/ **mỗi ngày (M)**/ từ **ngày 24/12/2023 đến ngày 30/12/2023 (T2)**

**2. Kế hoạch thực hiện:**

4h30: thức dậy

4h30-4h55: vệ sinh thay đồ

4h-5h: chuẩn bị, ngồi vào bàn học

5h-5h30: học bài

**3. Quá trình thực hiện:**

**24/12/2023:** [**https://youtu.be/8mvG29AnUIo?feature=shared**](https://youtu.be/8mvG29AnUIo?feature=shared)

**25/12/2023:** [**https://youtu.be/TzvFKd7Xd2s?feature=shared**](https://youtu.be/TzvFKd7Xd2s?feature=shared)

**26/12/2023:** [**https://youtu.be/FQ-06RSC7lk?feature=shared**](https://youtu.be/FQ-06RSC7lk?feature=shared)

**27/12/2023:** [**https://youtu.be/I36VvkAfGZI?feature=shared**](https://youtu.be/I36VvkAfGZI?feature=shared)

**28/12/2023:** [**https://youtu.be/2sHLtPs6X50?feature=shared**](https://youtu.be/2sHLtPs6X50?feature=shared)

**29/12/2023:** [**https://youtu.be/5Jb\_6GRC-Xg?feature=shared**](https://youtu.be/5Jb_6GRC-Xg?feature=shared)

**30/12/2023:** [**https://youtu.be/JyBGcoSIjzY?feature=shared**](https://youtu.be/JyBGcoSIjzY?feature=shared)

* NGUYỄN HOÀNG LANH

1 Ma trận Smart mục tiêu

Tôi hoàn thành đi bộ( s) 3km lúc 6 giờ tối .Với thời gian 25 phút(M) .Bắt đầu từ ngày 25/12/2023 – 31/12/2023(T)

2. Kế hoạch thực hiện mục tiêu.

Ngày 25 : Có khi ngủ trễ quên ăn sáng:học trên trường trưa về ăn cơm, ngủ nghỉ tơi 2h dậy học bài . Xong đến 4h chiều ăn chút gì cho có sức rồi làm tí việc lặt vặt. cho khoảng gần 6h đúng chay.

Ngày 26: Đánh răng rưa mặt, ăn sáng :học trên trường lúc 7:30 và ở lại trường học cho tới chiều học thêm bằng cách vào thư viện cho khoảng chạy xe 4h chiều về nghỉ ngơi tí khoảng 4h 30 ăn nhẹ cho có sức khoảng gần 6h tối tiếp tục tập.

Ngày 27: Bổ xung thực phẩm có sức làm việc. Rồi ở nhà giặt đồ rồi, khoảng 10h lên trường. Chờ cho đến 12h20 lên lớp bắt đầu học cho đến 3h45 chiều ra khỏi lớp là đã 4h. Đi về 15p có khi còn làm việc khác quên ăn và cho tới 6h lại làm việc đi bộ.

Ngày 28: Vẫn học một ngày ở trên trường trưa nghỉ ngơi ăn tại trường luôn. Có khi học xong buổi chiều đói quá mua thêm gì bỏ bụng. Và sau đó đi học thêm nhà thầy cô 1 ít . Xong rồi tranh thủ về nhà 6h tối thực hiện nhiệm vụ.

Ngày 29: Tương Đối giống ngày 4

Ngày 30: thì tương đối giống ngày 3

Ngày 31: Tập thể dục sáng, ăn sáng . Xem lại những bài kiến thức mình đã học. Ăn trưa tại nhà. Có thể lấy xe đi cho quen đường . Ngủ nghỉ , Trưa vẫn học bài, Ăn thức ăn gì đó để bổ xung năng lượng và Thực hiện công việc 6h tối của mình.

Very GooD

3 Đường link video đã thực qua công việc đi bộ 7 ngày liên tục.

[toàn bộ link](http://www.youtube.com/@hoanglanhnguyen2052)

Kỹ năng mềm 1

* MAI HUỲNH BÍCH LOAN

**1. Tên mục tiêu theo SMART**: Tôi học 5 từ vận tiếng anh, 5 phút mỗi ngày từ ngày 25/12/2023 đến ngày 31/12/2023.

**2. Kế hoạch thực hiện:**

Từ 18h30-18h40: Học tiếng anh.

**3. Quá trình thực hiện:**

Ngày 25/12:<https://studio.youtube.com/video/tZfSi_sRb7o/edit>

Ngày 26/12: <https://studio.youtube.com/video/GY7d2ESBNNM/edit>

Ngày 27/12: <https://studio.youtube.com/video/x-B3mny3PPs/edit>

Ngày 28/12: <https://studio.youtube.com/video/9XTDhk6YE7s/edit>

Ngày 29/12: <https://studio.youtube.com/video/SDl4GMNDUnQ/edit>

Ngày 30/12: <https://studio.youtube.com/video/4gibOS0hG6I/edit>

Ngày 31/12: <https://studio.youtube.com/video/T1dIYxoW5RY/edit>

**TRƯỜNG CAO ĐẲNG CÔNG THƯƠNG TP.HCM**

**KHOA QUẢN TRỊ KINH DOANH**

**Ảnh có chứa biểu tượng, Nhãn hiệu, Phông chữ, vòng tròn

Mô tả được tạo tự động🙡 🕮 🙣**

**MÔN HỌC: KỸ NĂNG MỀM 1**

**ĐỀ TÀI: THỰC HIỆN MỤC TIÊU THEO SMART**

GVHD: Ths. Lê Thị Thanh Hà

SVTH: Đinh Thị Mai Lệ

Lớp: CCQ2327D

*TP. HCM, tháng 12 năm 2023*

**1. Tên mục tiêu theo SMART**: Tôi học tiếng anh 45 phút mỗi ngày từ ngày 24/12/2023 đến ngày 30/12/2023.

**2. Kế hoạch thực hiện:**

Từ 21h-21h45: Học tiếng anh.

**3. Quá trình thực hiện:**

Ngày 24/12: <https://www.youtube.com/watch?v=e2hmVsbxLOE>

Ngày 25/12: <https://www.youtube.com/watch?v=xyvvU0j8T_I>

Ngày 26/12: <https://www.youtube.com/watch?v=_bvdiCgLaB4>

Ngày 27/12: [https://www.youtube.com/watch?v=fE9-LNRlCbc](%20https://www.youtube.com/watch?v=fE9-LNRlCbc)

Ngày 28/12: <https://www.youtube.com/watch?v=kC5w2cTTX8Q>

Ngày 29/12: <https://www.youtube.com/watch?v=ebYkKmJvU-8>

Ngày 30/12: <https://www.youtube.com/watch?v=0DoyWE1tDmE>

* NGUYỄN THỊ TRÚC LINH

I Tên mục tiêu SMART

Tôi đọc (S) sách “làm chủ số phận” vào lúc 8h-8h30 (M)

phút mỗi sáng bắt đầu từ 25/12/2023-31/12/2023 (T)

II Kế hoạch thực hiện

6h00 : Ngủ dậy

6h00-6h30: vệ sinh cá nhân

6h30-7h00: tập thể dục

7h15-7h40: chuẩn bị và ăn sáng

7h45-8h00: nghe nhạc thư giãn

8h00-8h30: bắt đầu đọc sách

III Thực hiện

25/12 : <https://youtu.be/dyHcSZ_itss?si=HomV23vV-gPzsLnb>

26/12

<https://youtu.be/qjis7uEwXP0?si=NKzmeR-hVUkxew1A>

27/12

<https://youtu.be/YNAvJWpXdxk?si=CtirgzEgNGMW2Sqw>

28/12

<https://youtu.be/uvPmkk_xxz8?si=ySwm3wYvMrqZfZ1F>

29/12

<https://youtu.be/GG1hTky8qpQ?si=TcyU5YABucx1sPbw>

30/12

<https://youtu.be/ZKZbDLfEoMo?si=G4a9AxkDsKjdG270>

31/12 <https://youtu.be/h7rJA8dRyAw?si=SlFOH-DiMW0YERVy>

**TRƯỜNG CAO ĐẲNG CÔNG THƯƠNG TP.HCM**

**KHOA QUẢN TRỊ KINH DOANH**

**Ảnh có chứa biểu tượng, Nhãn hiệu, Phông chữ, vòng tròn

Mô tả được tạo tự động🙡 🕮 🙣**

**MÔN HỌC: KỸ NĂNG MỀM 1**

**ĐỀ TÀI: THỰC HIỆN MỤC TIÊU THEO SMART**

GVHD: Ths. Lê Thị Thanh Hà

SVTH: VÒNG MỸ LINH

Lớp: CCQ2327C

*TP. HCM, 31 tháng 12 năm 2023*

**1. Tên mục tiêu theo SMART**: **Tôi đọc sách (S)**/ **mỗi ngày (M)**/ từ **ngày 24/12/2023 đến ngày 30/12/2023 (T2)**

**2. Kế hoạch thực hiện:**

22h-22h30: đọc sách

22h30: vệ sinh cá nhân

22h45: đi ngủ

**3. Quá trình thực hiện:**

**24/12/2023:** [**https://youtu.be/tDD9U7tg6C8?si=FFX53tA41h86cG2r**](https://youtu.be/tDD9U7tg6C8?si=FFX53tA41h86cG2r)