BÁO CÁO THỰC HÀNH – LAB 09 (TIẾT 2)  
**TỰ RÈN KỸ NĂNG BẢO MẬT TÀI KHOẢN / PRACTICE REPORT – ACCOUNT SECURITY SKILLS**

## I. MỤC TIÊU / OBJECTIVE

Giúp sinh viên hiểu rõ tầm quan trọng của bảo mật tài khoản, biết cách kiểm tra độ mạnh mật khẩu, bật xác minh hai bước (2FA) và tự xây dựng checklist bảo mật cá nhân.  
Help students understand the importance of account security, learn to check password strength, enable two-factor authentication (2FA), and create a personal security checklist.

## II. CÁC BƯỚC THỰC HIỆN / STEPS

### Bước 1 / Step 1: Kiểm tra độ mạnh mật khẩu – Check Password Strength

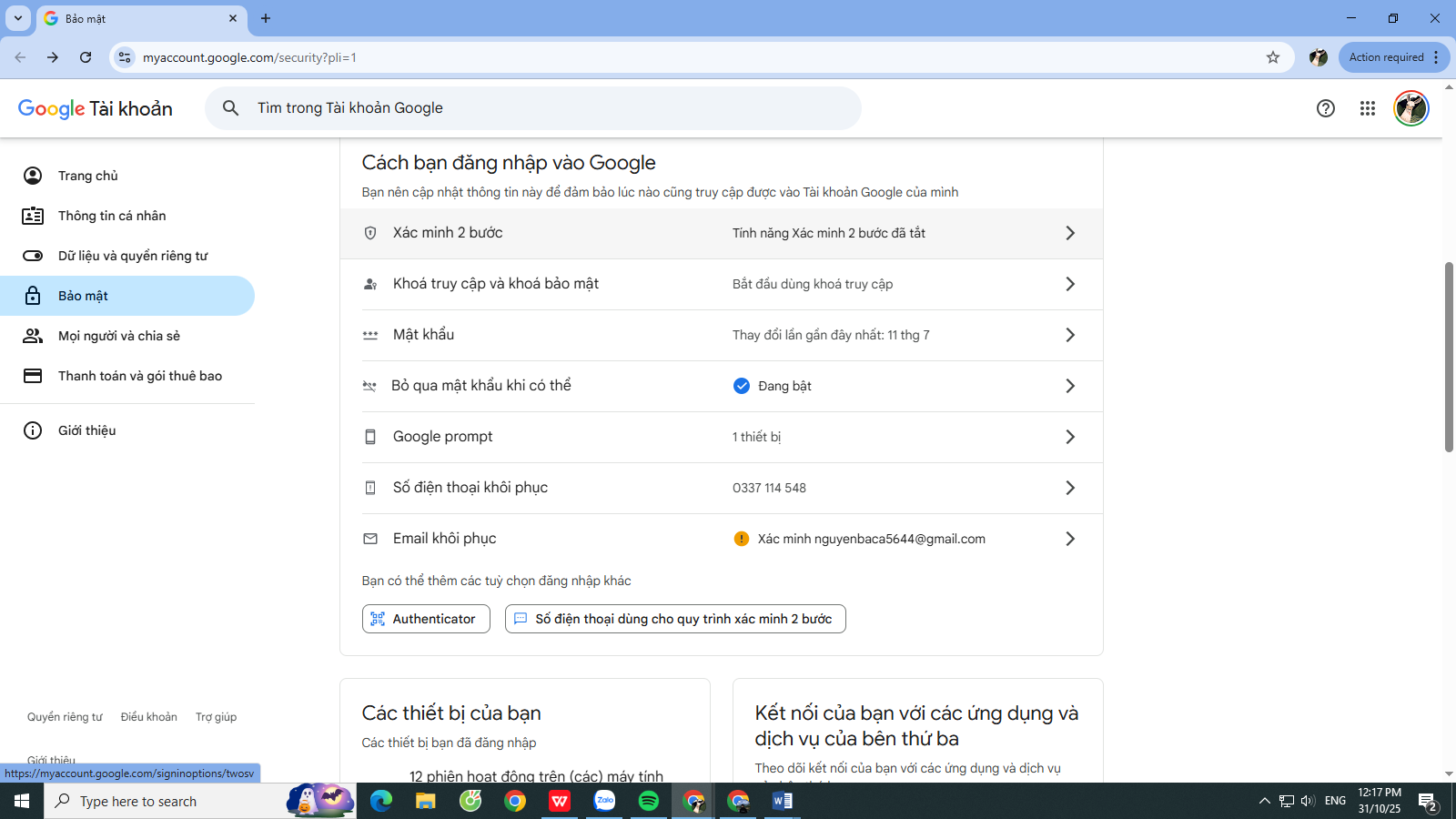
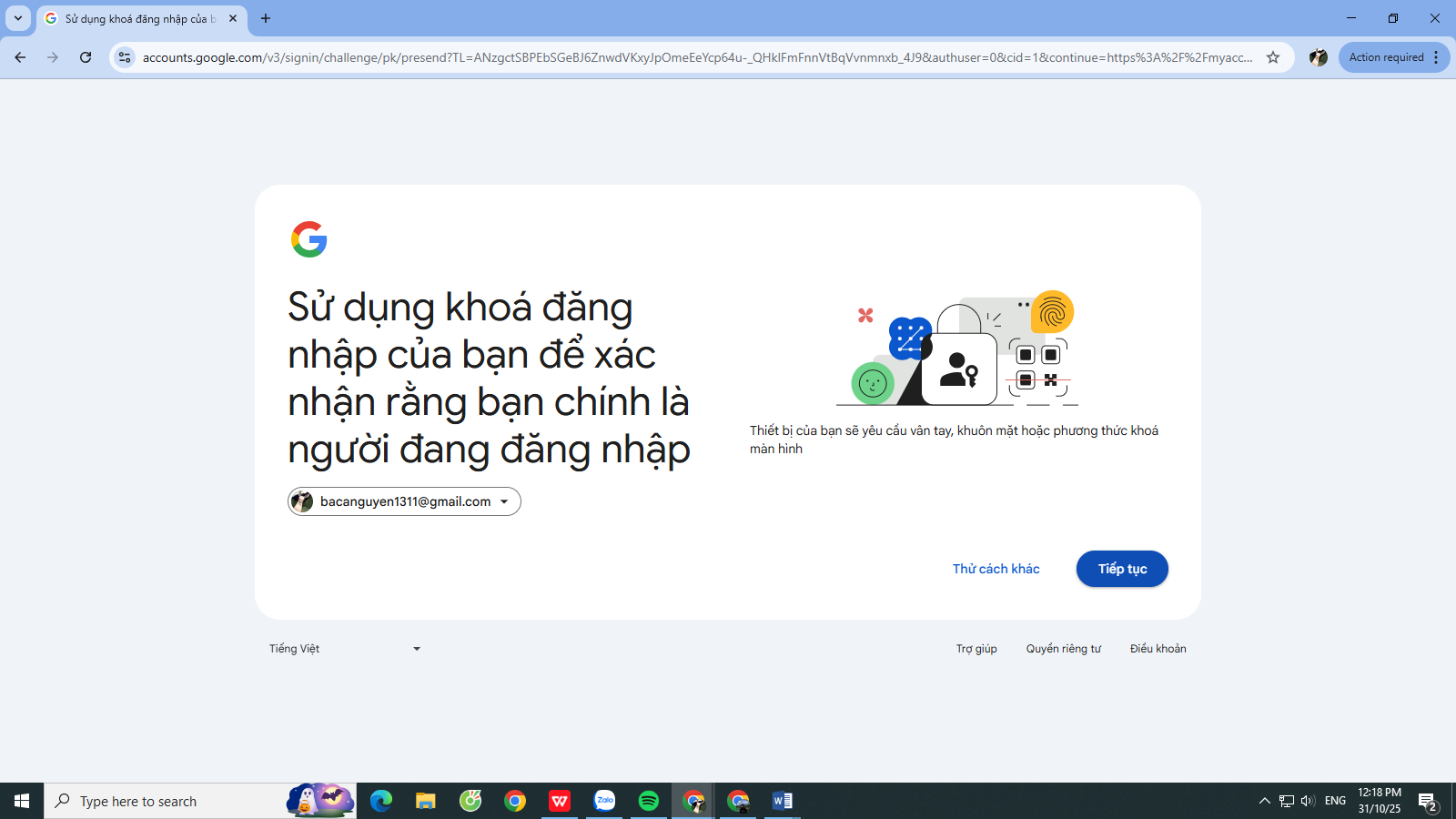
• Truy cập / Visit: https://password.kaspersky.com hoặc https://www.security.org/how-secure-is-my-password/  
• Nhập mật khẩu mẫu (không dùng mật khẩu thật) / Enter a sample password (not your real one).  
• Ví dụ / Example:  
 Mật khẩu mẫu / Sample Password: T@iKhoanCTU2025!  
 Độ mạnh / Strength: Strong  
 Nhận xét / Comment: Có đủ chữ hoa, thường, số, ký tự đặc biệt, >12 ký tự.

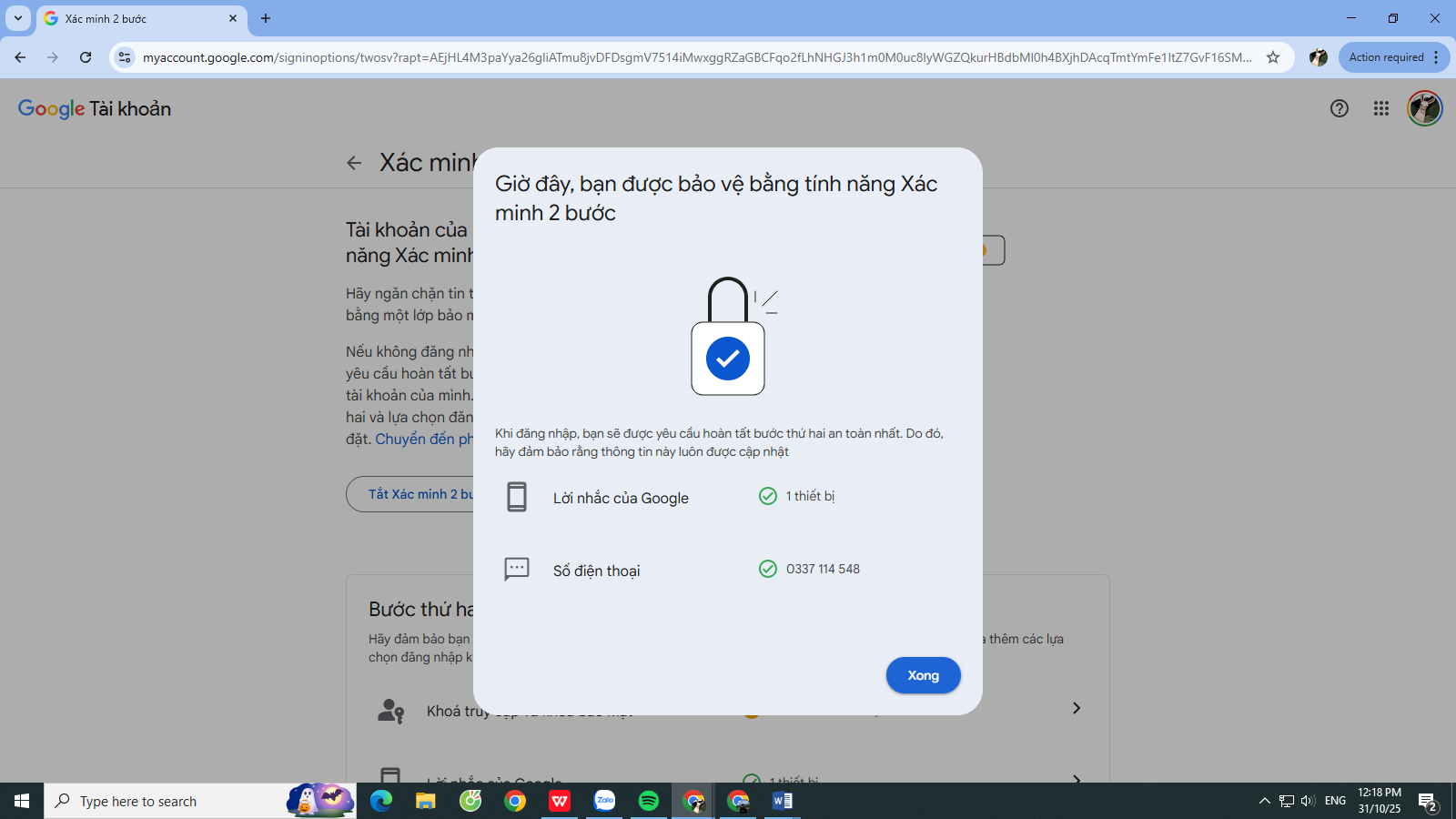
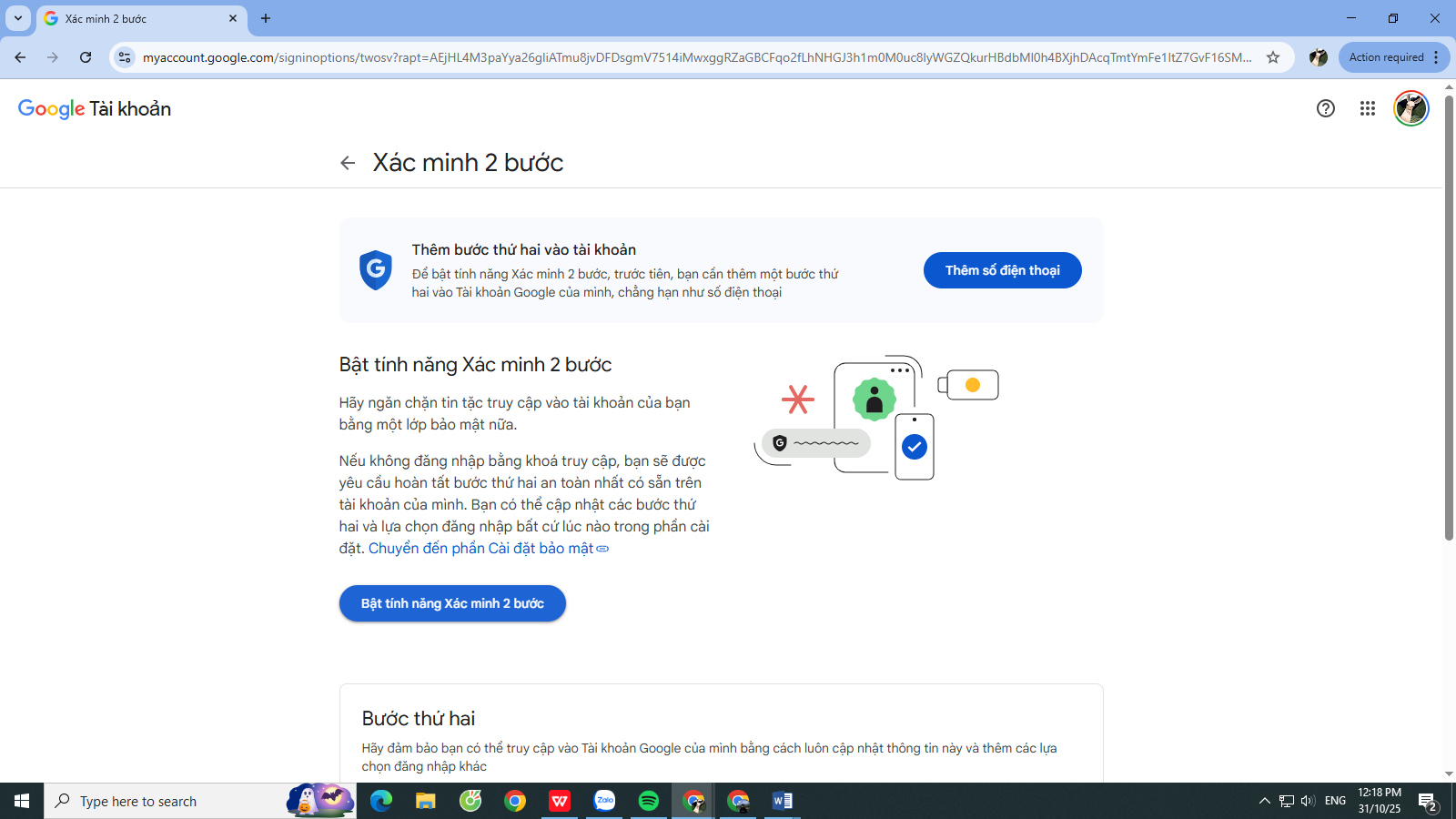


### Bước 2 / Step 2: Thảo luận cặp – Rút ra công thức mật khẩu mạnh / Partner Discussion – Strong Password Formula

• Hai bạn cùng chia sẻ cách đặt mật khẩu, sau đó thống nhất công thức chung.  
• Discuss with your partner how you create passwords and summarize a strong formula.  
• Công thức / Formula:  
 [Cụm dễ nhớ / Memorable phrase] + [Ký tự đặc biệt / Special symbol] + [Số ý nghĩa / Meaningful number] + [Chữ hoa/thường xen kẽ / Mixed case letters]  
• Ví dụ / Examples:  
 TraiCTU#2006  
 MonHocYeuThich!2025  
 Cafe☕+13/11

### Bước 3 / Step 3: Thực hành bật xác minh hai lớp (2FA) / Enable Two-Factor Authentication (2FA)

• Truy cập / Go to: https://myaccount.google.com/security  
• Chọn / Select: “Xác minh 2 bước / 2-Step Verification”.  
• Cài đặt ứng dụng / Install app: Google Authenticator hoặc Microsoft Authenticator.  
• Quét mã QR, nhập mã xác thực, và bật 2FA / Scan QR code, enter the verification code, and enable 2FA.  
• Chụp ảnh minh chứng (che thông tin nhạy cảm) / Take a screenshot (hide sensitive info).  
• Ví dụ ghi chú / Example note:  
 Đã bật 2FA cho Gmail và Facebook.  
 Ứng dụng xác thực / Authenticator app: Google Authenticator.  
 Đã lưu mã dự phòng an toàn / Backup codes stored securely.



### Bước 4 / Step 4: Checklist bảo mật tài khoản / Account Security Checklist

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Nội dung kiểm tra / Item | Đã thực hiện (✓/✗) / Done | Ghi chú / Notes |
| Mật khẩu ≥12 ký tự, có chữ hoa/thường/số/ký tự đặc biệt / Password ≥12 characters, includes upper/lowercase, digits, symbols | ✓ |  |
| Không dùng lại mật khẩu cũ / No password reuse | ✓ |  |
| Bật xác minh 2 bước (2FA) cho Gmail / Enable 2FA for Gmail | ✓ |  |
| Bật 2FA cho Facebook/Zalo/Instagram / Enable 2FA for Facebook/Zalo/Instagram | ✓ |  |
| Lưu mã dự phòng ở nơi an toàn / Store backup codes securely | ✓ |  |
| Kiểm tra lịch sử đăng nhập định kỳ / Check login history regularly | ✓ |  |

## III. TỔNG KẾT / SUMMARY

Qua buổi thực hành, sinh viên hiểu rõ tầm quan trọng của mật khẩu mạnh và 2FA trong bảo vệ tài khoản cá nhân. Thông qua checklist, mỗi cá nhân có thể tự đánh giá và duy trì thói quen an toàn thông tin.  
Through this lab, students understand the importance of strong passwords and 2FA in protecting personal accounts. The checklist helps individuals self-evaluate and maintain secure digital habits.

Tài liệu được hỗ trợ hướng dẫn bởi AI ChatGPT