Họ và tên: Nguyễn Quang Danh

Lớp: C0620G1

***Bài 1:***

Tăng năng suất làm việc 5% vào tuần tới

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Cụ thể  Specific |  | x |  |  |
| Đo được  Measurable |  | x |  |  |
| Khả thi  Attainable |  | x |  |  |
| Thực tế  Relevant |  | x |  |  |
| Ràng buộc thời gian  Time bound | x |  |  |  |

Tặng cho vợ một chiếc máy tính mới nếu trúng xổ số

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Cụ thể  Specific |  |  |  | *x* |
| Đo được  Measurable |  |  |  | *x* |
| Khả thi  Attainable |  |  |  | *x* |
| Thực tế  Relevant |  |  |  | *x* |
| Ràng buộc thời gian  Time bound | x |  |  | *x* |

Tiết kiệm đủ tiền để mua một chiếc máy tính mới

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Cụ thể  Specific |  | x |  |  |
| Đo được  Measurable |  |  | x |  |
| Khả thi  Attainable | x |  |  |  |
| Thực tế  Relevant |  | x |  |  |
| Ràng buộc thời gian  Time bound |  |  | x |  |

Tuần tới sẽ dọn dẹp lại khu vườn

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Cụ thể  Specific |  |  | x |  |
| Đo được  Measurable |  |  |  | *x* |
| Khả thi  Attainable |  |  |  | *x* |
| Thực tế  Relevant |  |  |  | x |
| Ràng buộc thời gian  Time bound |  | x |  |  |

Tự thành lập một công ty của riêng mình

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Cụ thể  Specific |  |  | x |  |
| Đo được  Measurable |  |  |  | *x* |
| Khả thi  Attainable |  |  |  | *x* |
| Thực tế  Relevant |  |  |  | x |
| Ràng buộc thời gian  Time bound |  |  |  | *x* |

***Bài 2:***

Điều chỉnh tăng tính thực tế lên để chúng tốt hơn theo tiêu chuẩn SMART

***Bài 3:***

Hoàn thành khóa học Java tại Codygym

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Cụ thể  Specific |  | x |  |  |
| Đo được  Measurable | x |  |  |  |
| Khả thi  Attainable | x |  |  |  |
| Thực tế  Relevant |  | x |  |  |
| Ràng buộc thời gian  Time bound | x |  |  |  |

Cụ thể:

1. Mình muốn cái gì? Muốn hoàn thành khóa học để kiếm một công việc phù hợp
2. Điều đó có nghĩa là gì? Giúp bản than có 1 công vệc mới
3. Những ai có liên quan? Trung tâm đào tạo Codegym, giảng viên hướng dẫn, tutor
4. Ở đâu? Tại Trung tâm Codygym
5. Khi nào? Đã bắt đầu ngày 26/6/2020
6. Yêu cầu gì? Khó khăn gì khi thực hiện mục tiêu này? Yêu cầu phải hoàn thành đúng theo nguyên tắc khóa học, khó khan là người mới bắt đầu cho một khái niệm mới, chưa có căn bản
7. Tại sao mình lại có mục tiêu này? Muốn theo đuổi đam mê

Đo được:

1. Tiêu chí đo là định lượng hay mô tả? Tiêu chí mô tả
2. Theo dõi như thế nào? Theo dõi hằng ngày

Khả thi:

1. Có trở ngại gì? người mới bắt đầu
2. Mình có đủ thời gian không? Có đủ
3. Mình có đủ sức không? Đủ sức
4. Mình có mơ mộng quá không? không
5. Mình có cam kết thực sự không? có
6. Có cần điều chỉnh gì không? Có, cách học

Thực tế:

1. Thực sự mình có cần điều này hay không? có
2. Có mâu thuẫn gì xảy ra với mình hay không? Có các vấn đề khi học
3. Bỏ cái này đi có được hay không? không

Ràng buộc về thời gian:

1. Bắt đầu từ lúc nào? Ngày 26/6/2020
2. Trong bao lâu? 6 tháng
3. Bao lâu thì kiểm tra một lần? 1 tháng
4. Mình làm gì trong tuần này?
5. Mình làm gì trong tháng này?