[Bài tập]Thực hiện cải tiến cá nhân

Thực hiện buổi cải tiến cá nhân hằng tuần

Cuối ngày làm việc cuối cùng trong tuần (thứ 6 hoặc thứ 7), hãy dành 30 phút để thực hiện buổi cải tiến nhằm tìm ra những hành động cải thiện hiệu quả làm việc trong tuần sau. Các bước để thực hiện buổi cải tiến này là:

**Bước 1.**Hãy viết 03 điều bạn đã làm tốt & 03 điều bạn làm chưa tốt trong tuần vừa rồi

3 điều đã làm tốt:

* Hoàn thành chương CSCD Kanban
* Không vắng nghỉ học
* Học tham khảo thêm tài liệu ngoài

3 điều chưa làm tốt:

* Thức khuya, dậy trễ
* Không hoàn thành bài tập vượt tiến độ
* Năng suất học tập kém

**Bước 2.**Sử dụng 5WHYs để điều tra nguyên nhân của 03 điều tốt và 03 điều chưa tốt bạn vừa liệt kê ra - **Bước 3.**Tìm và đưa ra 01- 03 hành động để cải tiến

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | 5WHYs | | Hành động cải tiến |
| 3 điều đã làm tốt | Hoàn thành chương CSCD Kanban | -Tại sao ?  -Tại sao ?  -Tại sao ?  -Tại sao ?  -Tại sao ? |  |  |
| Không vắng nghỉ học | -Tại sao ?  -Tại sao ?  -Tại sao ?  -Tại sao ?  -Tại sao ? |  |  |
| Học tham khảo thêm tài liệu ngoài | -Tại sao ?  -Tại sao ?  -Tại sao ?  -Tại sao ?  -Tại sao ? |  |  |
| 3 điều chưa làm tốt | Thức khuya, dậy trễ | -Tại sao thức khuya, dậy trễ ?  -Tại sao quản lý tốt thời gian?  -Tại sao ko có kỷ luật ?  -Tại sao quá dễ dãi với bản thân?  -Bây giờ phải cải tiến sao ? | -Ko quản lý tốt thời gian  -Ko có kỷ luật  - Do quá dễ dãi với bản thân  - Do ko có thúc ép về thời gian  -Đặt báo thức đi ngủ/dậy đúng giờ |  |
| Không hoàn thành bài tập vượt tiến độ | -Tại sao ko hoàn thành bài tập vượt tiến độ?  -Tại sao sức khỏe ko tốt?  -Làm thế nào để ko lười vận động, uống nước, thức khuya dậy trễ  - Làm thế nào để chạy bài vượt tiến độ? | -Do kiến thức khó + sức khỏe ko tốt  - Do lười vận động, uống nước, thức khuya dậy trễ  -Cứ 45 phút là đi vận động, uống nước  -Tập trung đọc kiến thức, động não bài 30ph ko được thì next bài khác rồi sau đó quay lại. Ko đc nữa thì tham khảo google | -Đặt deadline  -Ưu tiên hoàn thành hết bài dễ trước |
| Năng suất học tập kém | -Tại sao năng suất học tập kém?  -Tại sao ko hiểu sâu 1 số dạng bài tập?  -Tại sao không tìm hiểu trước CSS chưa học đến  -Làm thế nào để sắp xếp đc thời gian học thêm CSS | -Do ko hiểu sâu 1 số dạng bài tập  -Do bài nâng cao và liên quan đến CSS chưa học đến  -Vì ko sắp xếp được thời gian học ngoài module 1  -Mỗi ngày 2 bài CSS | - Tìm đọc thêm tài liệu ngoài  -Ghi chép lại vấn đề và cách giải của bài toán |

**Bước 4.** Đưa ra kế hoạch hành động và cho vào bảng Kanban của bạn

**Bước 5.**Cuối tuần sau hãy rà soát lại xem kết quả của cải tiến thế nào.

**Bước 6:** Chụp lại ảnh bảng kanban có 01-03 hành động cải tiến và đưa lên đây để hoàn thành bài tập