**Phần 1:  Lợi ích thực tiễn của AI trong học tập và lập trình**

**Yêu cầu**:

1. **Liệt kê ít nhất 3 lợi ích thực tế khi bạn sử dụng AI trong học tập hoặc làm bài tập lập trình (ví dụ: ChatGPT, Copilot, Cursor, v.v.)**
   * Học kiến thức đào sâu về kiến thức
   * Kiểm tra lỗi và sửa chữa lỗi
   * Giải quyết những vấn đề khó nhanh hơn
2. **Phân tích ngắn (3–5 câu) cho từng lợi ích, nêu rõ cách AI giúp bạn học nhanh hơn, code nhanh hơn hoặc tăng khả năng phản biện**
   * Làm rõ vấn đề kiến thức em đang học
   * Học kiến thức mới để chuẩn bị bài cho ngày hôm sau
   * Hiểu rõ luồng chạy chương trình
3. **Minh họa bằng một ví dụ cụ thể: bạn đã từng dùng AI để hiểu, học hoặc viết lại đoạn code nào?**

**Phần 2: Hệ quả tiêu cực khi lạm dụng AI**

**Yêu cầu:**

1. **Mô tả 3 tình huống thực tế khi sinh viên lạm dụng AI (ví dụ: dùng để làm hết bài, copy nguyên văn câu trả lời...)**
   * Dùng AI để làm toàn bộ bài tập
   * Copy nguyên văn câu trả lời AI vào bài báo cáo hoặc bài tập
   * Phụ thuộc hoàn toàn vào AI khi học lập trình
2. **Phân tích hệ quả lâu dài của từng tình huống đối với kỹ năng học tập, tư duy phản biện và tính sáng tạo**
   * Làm mất khả năng tự học, mất khả năng tư duy giải quyết vấn đề, khi không có AI sẽ khiến sinh viên bối rối và không có định hướng làm bài.
   * Dễ vi phạm đạo văn , giảm tính trung thực học thuật. Ngoài ra, việc không phân tích lại thông tin khiến kỹ năng phản biện và tổng hợp bị yếu đi.
   * Mất khả năng tư duy và phân tích lỗi; khi làm việc thực tế, khó gỡ lỗi hoặc tối ưu code vì không hiểu bản chất.
3. **Tự đánh giá bản thân: bạn đã từng “lạm dụng AI” ở mức độ nào? Nêu kế hoạch để cải thiện thói quen sử dụng AI có trách nhiệm**
   * Bản thân em đã dùng AI khá thường xuyên trong quá trình học lập trình và hỗ trợ giải các bài tập , tuy nhiên hiện tại mình đã nhận ra việc lạm dụng AI thường xuyên và đã hạn chế sử dụng AI, sử dụng AI có chọn lọc hơn.
   * Kế hoạch cải thiện thoái quen sử dụng AI có trách nhiệm :

+) Chỉ sử dụng AI để tham khảo không sao chép ngyên văn bài AI đưa ra

+) Tự suy luận, tư duy kiến thức trước khi hỏi AI trong trường hợp thực sự bế tắc

+) Luôn đọc lại, chỉnh sửa và kiểm chứng thông tin AI cung cấp.

**Phần 3: Các rủi ro thực tế khi sử dụng AI**

**Yêu cầu:**

1. **Nêu ít nhất 3 rủi ro phổ biến khi sử dụng AI (ví dụ: thông tin sai, mất bảo mật, code không kiểm chứng)**

**-** Thông tin sai lệch hoặc thiếu chính xác

- Mất bảo mật dữ liệu cá nhân

- Code do AI tạo ra có thể sai hoặc kém an toàn

1. **Mô tả một ví dụ cụ thể trong lĩnh vực học tập hoặc lập trình mà rủi ro này có thể xảy ra**
   * AI đôi khi tạo ra những câu trả lời thiếu chính xác và thông tin chưa có xác thực hoặc có thể bịa thông tin
   * Khi dữ liệu cá nhân hoặc dữ liệu nhạy cảm của cá nhân vào trong phần mềm AI có thể bị chia sẻ thông tin cá nhân ngoài ý muốn
   * Code AI sinh ra có thể chạy được nhưng không tối ưu, có lỗ hổng bảo mật hoặc logic sai.
2. **Đề xuất biện pháp phòng tránh hoặc kiểm chứng đầu ra từ AI trong từng trường hợp**

- Luôn kiểm chứng thông tin bằng cách tra cứu trên các trang uy tín

- So sánh câu trả lời của AI với bài giảng hoặc tài liệu có sẵn

- Không nhập thông tin cá nhân, mật khẩu, hoặc dữ liệu thật lên AI.

- Ẩn hoặc thay đổi thông tin nhạy cảm trước khi gửi nội dung cho AI.

- Luôn đọc kỹ và hiểu code AI tạo ra trước khi chạy hoặc nộp bài.

**Phần 4: Trách nhiệm của người học & cách kiểm chứng đầu ra từ AI**

**Yêu cầu:**

1. **Trình bày quan điểm cá nhân: “Người học có trách nhiệm gì khi sử dụng AI để hỗ trợ học tập và lập trình?” (tối thiểu 5 câu)**

- Người học cần **coi AI là công cụ hỗ trợ**, không phải là người làm thay.

- Có trách nhiệm **hiểu và kiểm chứng nội dung** do AI tạo ra trước khi sử dụng.

- Phải **giữ trung thực học thuật**, không sao chép nguyên văn câu trả lời của AI.

- Cần tôn trọng quyền sở hữu trí tuệ và trích dẫn nguồn khi cần thiết.

- Sử dụng AI với mục tiêu học hỏi, rèn luyện tư duy và phát triển kỹ năng, không chỉ để hoàn thành bài nhanh.

1. **Đề xuất 3 cách cụ thể để kiểm chứng đầu ra từ AI, đảm bảo tính chính xác, minh bạch và phù hợp đạo đức**
   * Đối chiếu với nguồn chính thống: So sánh nội dung AI tạo ra với giáo trình, bài giảng hoặc tài liệu uy tín
   * Kiểm thử thực tế: Với code, hãy chạy thử nhiều trường hợp để kiểm tra độ chính xác, tránh lỗi
   * Tham khảo ý kiến con người: Nhờ giảng viên hoặc bạn học xem lại kết quả AI đưa ra để đảm bảo đúng
2. **Viết cam kết cá nhân (3–4 câu) về việc sử dụng AI đúng mục đích trong học tập**

- Mình **chỉ sử dụng AI với mục đích học tập và rèn luyện tư duy**, không gian lận.

- Mình **sẽ không sao chép nguyên văn** nội dung từ AI mà luôn đọc hiểu, chỉnh sửa và trích nguồn khi cần.

- Mình **cam kết sử dụng AI một cách có trách nhiệm**, đảm bảo mọi sản phẩm học tập phản ánh năng lực thật của bản thân.