[Bài tập]Thực hiện cải tiến cá nhân

**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:

* Chuẩn bị bài mới đầy đủ
* Hoàn thành bài tập đúng hạn
* Tham gia đầy đủ các buổi học

03 điều bạn làm chưa tốt

* Làm bài tập còn mất nhiều thời gian
* Vẫn còn thức khuya
* Chưa tham gia tập luyện thể thao như kế hoạch

**Bước 2.**Sử dụng 5WHYs để điều tra nguyên nhân của 03 điều tốt và 03 điều chưa tốt bạn vừa liệt kê ra

Nguyên nhân điều tốt:

* Sắp xếp thời gian hợp lý
* Hỏi trợ giúp nếu thấy bí 1 vấn đề gì đấy
* Nâng cao ý thức tự học của cá nhân

Nguyên nhân chưa tốt:

* Ngủ trễ dẫn đến dậy sớm không được
* Làm bài tập còn ít
* Ý thức về việc rèn luyện sức khỏe còn chưa tốt

**Bước 3.**Tìm và đưa ra 01- 03 hành động để cải tiến

Hành động cải tiến:

* Ngủ đúng giờ, đủ giấc
* Làm bài tập nhiều hơn

Hình ảnh bảng Kan ban

