



Kurs na relacje

Załącznik nr 2

Cel wyznaczony zgodnie z metodą SMART to cel, który jest konkretny, mierzalny, osiągalny, realny i określony w czasie.

Wskaż, które cele spełniają te kryteria:

1. Zostanę laureatką olimpiady z przedsiębiorczości.
2. W ciągu miesiąca pójdę z tatą do parku trampolin.
3. Przez tydzień każdego dnia będę korzystała ze smartfona nie dłużej niż godzinę.
4. W przyszłym miesiącu poprawię matematykę.
5. Będę dbać o porządek.
6. Codziennie będę się uczyć 5 nowych słów po angielsku.
7. Do końca roku nauczę się robić zdjęcia portretowe.

Odpowiedzi.

1. NIE, ponieważ nie jest określone, kiedy chcesz to zrobić, poza tym ta olimpiada jest dla uczniów szkół ponadpodstawowych.
2. TAK.
3. TAK.
4. NIE, ponieważ nie wiadomo do kiedy chcesz to zrobić i co dokładnie chcesz poprawić.
5. NIE, ponieważ nie wiadomo o jaki porządek (w pokoju, na biurku, w plecaku, w szafce), jak długo i od kiedy chcesz dbać.
6. TAK.
7. TAK.