TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG NGHỆ THÔNG TIN &

TRUYỀN THÔNG VIỆT HÀN

**Khoa Khoa Học Máy Tính**



BÁO CÁO HỌC PHẦN   
NHẬP MÔN NGÀNH VÀ KỸ NĂNG MỀM

**KẾ HOẠCH PHÁT TRIỂN BẢN THÂN**

Sinh viên: **ABC**

Lớp: **xyz**

Đà Nẵng, tháng 12 năm 2023

TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG NGHỆ THÔNG TIN &

TRUYỀN THÔNG VIỆT HÀN

**Khoa Khoa Học Máy Tính**



BÁO CÁO HỌC PHẦN

NHẬP MÔN NGÀNH VÀ KỸ NĂNG MỀM

**KẾ HOẠCH PHÁT TRIỂN BẢN THÂN**

Sinh viên: **ABC** Mã SV:

Giảng viên hướng dẫn: ……………………….

Đà Nẵng, tháng 12 năm 2023

NHẬN XÉT CỦA GIẢNG VIÊN HƯỚNG DẪN

# 

# 

# 

# 

**MỤC LỤC**

**KẾ HOẠCH PHÁT TRIỂN BẢN THÂN**

**1. Nhận thức về bản thân và ngành nghề**

**1.1. Giới thiệu bản thân**

Tôi là [Họ và tên], sinh viên ngành [Tên ngành] tại [Tên trường đại học]. Điểm mạnh của tôi nằm ở sự sáng tạo, khả năng làm việc nhóm và sự ham học hỏi. Tuy nhiên, điểm yếu của tôi là thường cảm thấy áp lực khi đối mặt với thách thức lớn. Sở thích của tôi bao gồm [Sở thích 1, Sở thích 2, Sở thích 3].

**1.2. Cơ hội và thách thức của ngành nghề**

Ngành [Tên ngành] đang mở ra nhiều cơ hội trong lĩnh vực [Lĩnh vực cụ thể]. Tuy nhiên, thách thức lớn nhất đối với ngành này là [Thách thức cụ thể]. Tôi chọn ngành này vì [Lý do 1, Lý do 2, Lý do 3].

**2. Xác định mong muốn của bản thân**

Bánh xe cuộc đời - [Wheel of Life](https://www.mindtools.com/ak6jd6w/the-wheel-of-life) - là một công cụ đồ họa thể hiện các khía cạnh khác nhau của cuộc đời mỗi con người, bao gồm: sức khỏe, sự nghiệp, gia đình, mối quan hệ, cảm xúc, phát triển bản thân, tài chính,...



Mỗi khía cạnh trong bộ công cụ sẽ có thang điểm từ 1-10, từ tâm vòng tròn ra bên ngoài, thể hiện mức độ hài lòng của mỗi người. Thông qua cách cho điểm từng khía cạnh, bạn có cái nhìn tổng quan về mọi mặt trong cuộc sống hiện tại. Người ta nói rằng, cuộc sống của một người là cân bằng và hạnh phúc khi bánh xe cuộc đời của họ tương đối tròn tức là các khi cạnh của cuộc đời đồng đều nhau. Không quan trọng là bánh xe đó lớn hay nhỏ, chỉ cần tròn đều thì cuộc sống của người đó sẽ tương đối hạnh phúc.

Với bạn, bánh xe cuộc đời của bạn như thế nào? Hãy mô tả bánh xe hiện tại của bạn.

Trong tương lai ngắn hạn và dài hạn, bạn dự định xây dựng bánh xe cuộc đời của bạn như thế nào? Hay mô tả bánh xe của bạn trong 5 năm (ngắn hạn) và 20 năm (dài hạn).

**2.1. Các khía cạnh phát triển bản thân**

1. **Học Tập:**
   * Nâng cao kiến thức chuyên môn và phát triển kỹ năng học tập hiệu quả.
   * Đạt mục tiêu GPA cao và tham gia các hoạt động ngoại khóa.
2. **Sự Nghiệp:**
   * Xây dựng sự nghiệp ổn định và có ảnh hưởng trong lĩnh vực chọn ngành.
   * Có ít nhất một kinh nghiệm thực tế và tham gia các dự án quan trọng.
3. **Gia Đình:**
   * Dành thời gian chất lượng với gia đình để củng cố mối quan hệ.
   * Tham gia ít nhất một sự kiện gia đình lớn mỗi năm.
4. **Sức Khỏe:**
   * Duy trì lối sống lành mạnh và rèn luyện thể chất.
   * Thực hiện ít nhất 3 buổi tập mỗi tuần và duy trì chế độ ăn uống cân đối.
5. **Tích Lũy Tài Chính:**
   * Quản lý tài chính thông minh để có tương lai tài chính ổn định.
   * Tiết kiệm và đầu tư có mục đích để tích lũy tài sản.

Mỗi khía cạnh của bánh xe cuộc đời đều quan trọng và đóng góp vào sự phát triển toàn diện của bản thân. Đặt những mục tiêu cụ thể và hợp lý trong từng lĩnh vực sẽ giúp định hình và đạt được mong muốn của bạn.

**2.2. Mục tiêu dài hạn**

1. **Học tập**
   * **Mục Tiêu:** Đạt GPA 3.8 trở lên vào cuối khóa học.
   * **Động Lực:** Mong muốn có kiến thức sâu rộng để tự tin và thành công trong sự nghiệp.
2. **Sự Nghiệp:**
   * **Mục Tiêu:** Có việc làm tại công ty hàng đầu trong ngành trong vòng 2 năm sau tốt nghiệp.
   * **Động Lực:** Xây dựng sự nghiệp ổn định và có ảnh hưởng tích cực.
3. **Gia Đình:**
   * **Mục Tiêu:** Tham gia ít nhất một sự kiện gia đình lớn mỗi năm.
   * **Động Lực:** Tăng cường mối quan hệ gia đình và tạo những kỷ niệm đáng nhớ.
4. **Sức Khỏe:**
   * **Mục Tiêu:** Duy trì lối sống lành mạnh và có thể tham gia một sự kiện thể thao lớn.
   * **Động Lực:** Cải thiện sức khỏe và tăng cường năng lượng hàng ngày.
5. **Tích Lũy Tài Chính:**
   * **Mục Tiêu:** Tiết kiệm và đầu tư để có một khoản tiết kiệm đáng kể vào cuối 5 năm.
   * **Động Lực:** Tạo ra tài chính ổn định và có khả năng đầu tư vào tương lai.

**2.3. Mục tiêu ngắn hạn**

Trong vòng một năm đến:

1. **Học Tập:**
   * Hoàn thành mỗi bài tập đều đặn và tham gia ít nhất một nhóm học tập mỗi kỳ.
   * Tham gia cuộc thi chuyên ngành để áp dụng kiến thức thực tế.
2. **Sự Nghiệp:**
   * Thực hiện ít nhất một dự án thực tế tại trường trong năm nay.
   * Nộp đơn tham gia các sự kiện mạng lưới và tìm hiểu thêm về ngành nghề.
3. **Gia Đình:**
   * Tổ chức buổi họp gia đình vào mỗi Chủ nhật.
   * Dành ít nhất một buổi tối mỗi tuần cho gia đình.
4. **Sức Khỏe:**
   * Tham gia lớp thể dục hoặc thể thao yêu thích ít nhất 2 lần mỗi tuần.
   * Bắt đầu lên kế hoạch chế độ ăn uống cân đối.
5. **Tích Lũy Tài Chính:**
   * Thiết lập một kế hoạch tiết kiệm và xác định nguồn thu nhập thêm.
   * Tìm hiểu về đầu tư cơ bản và bắt đầu tích lũy tiền tiết kiệm.

**3. Lập kế hoạch**

Kế Hoạch Đạt Các Mục Tiêu Ngắn Hạn (Trong 1 Năm)

| **Mục Tiêu** | **Kế Hoạch Thực Hiện** | **Thời Gian Dự Kiến** |
| --- | --- | --- |
| **Học Tập** | - Lên lịch ôn tập đều đặn theo kế hoạch học tập hàng ngày. | Hàng Ngày |
| - Tham gia nhóm học tập và thảo luận để tận dụng kiến thức cộng đồng. | Hàng Tuần |
| **Sự Nghiệp** | - Xác định và chuẩn bị tài liệu để ứng tuyển vào dự án thực tế. | Khi có dự án |
| - Tham gia sự kiện mạng lưới để mở rộng mối quan hệ chuyên nghiệp. | Hàng Quý |
| **Gia Đình** | - Lên kế hoạch buổi họp gia đình đều đặn vào cuối tuần. | Hàng Tuần |
| - Tổ chức một sự kiện gia đình đặc biệt trong quý. | Hàng Quý |
| **Sức Khỏe** | - Bắt đầu lịch trình tập luyện đều đặn và chọn một hoạt động thể thao yêu thích. | Hàng Tuần |
| - Đặt mục tiêu về chế độ ăn uống cân đối và thực hiện theo lịch trình. | Bắt đầu ngay |
| **Tài Chính** | - Thiết lập kế hoạch tiết kiệm và xem xét các nguồn thu nhập thêm. | Băt đầu ngay |
| - Nghiên cứu về đầu tư cơ bản và xác định các cơ hội đầu tư mới. | Hàng Quý |

Có thể yêu cầu thêm SV mô tả về việc sử dụng thời gian của bản thân thông qua hình ảnh sau để cảnh tỉnh.

Hình ảnh sau đây thống kê quỹ thời gian được sử dụng như thế nào. Bạn hãy cho nhận xét về cách sử dụng quỹ thời gian của hình ảnh.

Với cá nhân bạn, hiện tại bạn sử dụng quỹ thời gian như thế nào?

