**Bài tập 1:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 4 | 3 | 2 | 1 |
| S | 4 |  |  |  |
| M |  | 3 |  |  |
| A | 4 |  |  |  |
| R | 4 |  |  |  |
| T |  | 3 |  |  |

Tăng năng suất làm việc 5% vào tuần tới bằng cách làm việc theo kanban, và đặt mục tiêu theo tiêu chuẩn SMART

**Bài tập 2:**

Đặt lại mục tiêu:

Tăng năng suất làm việc 5% vào tuần tới bằng cách làm việc theo podomoro và kanban, ở codegym để tăng hiệu quả học tập, có ích cho công việc sau này.

Công việc sẽ hoàn thành trước 17h hằng ngày. Chất lượng công việc không thay đổi.

Không có gì ràng buộc hết, hoàn toàn có thể làm được vì đủ sức khỏe

Bắt đầu ngay tuần sau

Kiểm tra vào cuối ngày làm việc xem có hiệu quả không.

**Bài tập 3:**

Đặt 5 mục tiêu cho công việc hiện tại, có mục tiêu ngắn hạn và dài hạn

1, Hoàn thành khóa học Java tại Codegym Đà Nẵng đúng hạn (đầu tháng 11).

2, Hoàn thành chỉ tiêu Toeic 750 vào cuối khóa Codegym để có việc tốt hơn.

3, Đệm hát guitar hoàn chỉnh sau 5 năm nữa.

4, Mua xe máy vào cuối năm sau.

5, Mua nhà sau 4 năm nữa.