Chào hỏi – tên nhóm – tên thành viên – thầy hướng dẫn

* Introduction
  + Thói quen là gì?
    - Chuỗi phản xạ có điều kiện do rèn luyện:
      * Lúc nhỏ
      * Qua học tập
      * Tập luyện
  + Vì sao phải xây dựng thói quen tốt và từ bỏ thói quen xấu?
  + Bằng cách nào?
* Issues
  + Cách thủ công:
    - Theo ghi chép, tự nhớ, tự muốn thay đổi
    - Trình bày theo flow và ví dụ cụ thể từ bản thân hoặc một đối tượng nhất định có tính trực quan
    - Ưu/Nhược điểm
    - Cách khắc phục -> Sang phần 2
  + Sử dụng ứng dụng to do list, báo thức, ghi chú cơ bản trên điện thoại
    - Trình bày theo flow và ví dụ cụ thể từ bản thân hoặc một đối tượng nhất định có tính trực quan
    - Ưu/Nhược điểm
    - Cách khắc phục -> Tóm tắt chung nhược điểm của 2 Issues -> đưa ra giải pháp là VHT
* Idea & Solution
* Outcome
* Future Plan
* Q & A

**Thói quen là gì?**

**Phản xạ có điều kiện do rèn luyện**

**Lặp đi lặp lại**

**Tốt và xấu**

**Tại sao phải xây dựng thói quen tốt và từ bỏ thói quen xấu?**