

# SMARTE mål

Dato:	Klasse/fag/emne:
Navn:	

<b>S - specifikt</b>  <i>Spørg dig selv: Hvad er det helt specifikt, jeg vil opnå med mit mål? Gør målet specifikt ved at undersøge, om det besvarer: hvem, hvad og hvor?</i>	
<b>M - målbart</b>  <i>Spørg dig selv: Hvordan ved jeg, hvornår jeg har opnået mit mål? Hvilke tegn kan jeg se, høre og føle, når jeg bevæger mig mod målet?</i>	
<b>A - aktioner</b>  <i>Spørg dig selv: Hvad vil jeg gøre for at nå målet? Lav en handleplan eller liste med handlingsforslag og aktioner. Her kan du overveje, hvad der kan forhindre dig i at nå målet.</i>	
<b>R - relevant</b>  <i>Spørg dig selv: Hvorfor er målet relevant for mig? Sørg for, at det er et mål, du selv finder vigtigt, og som du reelt set selv har kontrol over.</i>	
<b>T - tidsbestemt</b>  <i>Spørg dig selv: Hvornår er min deadline for målet? Tænk, hvilken tidsramme der er for at nå dit mål. Dit mål skal kunne opnås inden for en overskuelig fremtid, så du får en oplevelse af mestring.</i>	
<b>E - evaluering</b>  <i>Spørg dig selv: Hvordan vil jeg evaluere det og fejre min læring? Overvej, hvordan du vil samle op på det og fejre din læring.</i>	