

A2.31.1 SMART doelen



1. Wat is een voorbeeld van een specifiek doel in de tekst?
 - a. Ik wil meer vrije tijd.
 - b. Ik wil fitter zijn.
 - c. Ik wil gaan hardlopen.
 - d. Ik wil gezonder leven.
2. Hoe wordt het hardloopdoel meetbaar gemaakt?
 - a. Twee keer per week vijf kilometer lopen.
 - b. Drie keer per week vier kilometer lopen.
 - c. Eén keer per maand tien kilometer lopen.
 - d. Elke dag één kilometer lopen.
3. Wat is volgens de tekst niet realistisch voor een beginner?
 - a. Direct tien kilometer hardlopen.
 - b. Beginnen met vier kilometer.
 - c. Eerst een klein doel maken.
 - d. Een duidelijk begin en einde kiezen.
4. Welke tip wordt gegeven voor het maken van doelen?
 - a. Maak alleen doelen voor je werk.
 - b. Maak eerst een klein doel en maak het daarna groter.
 - c. Begin meteen met een groot doel.
 - d. Schrijf je doelen niet op, maar onthoud ze.

1-c 2-a 3-a 4-b

2. Lees de dialoog en beantwoord de vragen.

Joris: Ik wil iets groots bereiken, misschien een wereldreis maken.

Nine: Dat klinkt leuk, maar heb je daar al een plan voor?

Joris: Nog niet precies, maar ik zou beginnen met Europa.

Nine: Slim, dat is een realistisch doel om mee te starten.

Joris: Ja, ik wil het specifiek en meetbaar maken: elk jaar één land.

Nine: Goed idee, ik zou ook graag mijn dromen willen realiseren.

Joris: Wat zou jij graag willen doen of bereiken dan?

Nine: Ik droom van een eigen café, maar dat is moeilijk. Ik vind ons leven nu ook fijn.

Joris: Ik zou je missen, maar toch zou ik het proberen, stap voor stap, heel realistisch.

Nine: Wat bemoedigend. Je hebt gelijk, ik maak eerst een klein plan en dan een groter plan.

Joris: Perfect, zo worden onze dromen echte doelen!

1. Lees de dialoog. Wat wil Joris graag doen in de toekomst?
 - a. Hij wil een eigen café beginnen.
 - b. Hij wil stoppen met werken.
 - c. Hij wil alleen in Nederland reizen.
 - d. Hij wil een wereldreis maken.
2. Waarom begint Joris met Europa?
 - a. Omdat hij niet van de wereld houdt.
 - b. Omdat dat een realistisch begin is.
 - c. Omdat hij liever alleen buiten Europa reist.
 - d. Omdat hij vliegen onmogelijk vindt.

1-d 2-b