

Ngày soạn:

Ngày dạy:

Tiết:

CHỦ ĐỀ 2. THAY ĐỔI ĐỂ TRƯỞNG THÀNH

I. MỤC TIÊU

Sau chủ đề này, HS có khả năng:

- Nhận diện được sự trưởng thành của bản thân.
- Nhận diện được phẩm chất, ý chí và sự đam mê của bản thân.
- Nhận diện được khả năng tư duy độc lập và khả năng thích ứng với sự thay đổi của bản thân.
- Điều chỉnh được cảm xúc của bản thân và ứng xử hợp lý trong những tình huống giao tiếp khác nhau.

TUẦN 1:

XEM KỊCH CÂM – ĐOÁN TÍNH CÁCH NHÂN VẬT

I. MỤC TIÊU

Sau khi tham gia hoạt động này, HS có khả năng:

- Nhận diện được một số nét tính cách qua các hành động không lời;
- Có tâm thế tích cực để chuẩn bị tham gia hoạt động giáo dục theo chủ đề về xác định tính cách của bản thân.

II. CHUẨN BỊ

1. Đối với Bí thư Đoàn trường, BGH và GV

- Phân công một số nhóm HS xây dựng kịch bản và trình diễn 2 - 3 vở kịch câm ngắn trong đó bao gồm các nhân vật có những nét tính cách như: vui vẻ, lạc quan, cởi mở, giản dị, cẩn thận, chu đáo, quan tâm đến mọi người, nóng nảy, hay cáu giận, ưa bạo lực....
- Phần thưởng cho những HS đoán đúng và nhanh các nét tính cách (nếu có điều kiện).
- Phân công HS làm người điều khiển trò chơi.

2. Đối với HS:

- Đối với những nhóm HS được phân công diễn kịch câm: xây dựng kịch bản, phân công vai diễn và tập luyện diễn kịch câm.
- Đối với những HS khác: Nghiên cứu trước về một số nét tính cách và biểu hiện của tính cách.

II. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG

Hoạt động 1. Chào cờ, báo cáo theo dõi thi đua tuần cũ

Hoạt động 2. Sinh hoạt theo chủ đề - Xem kịch câm – đoán tính cách nhân vật

a) **Mục tiêu:** HS nhận diện được một số nét tính cách biểu hiện qua các hành động không lời; nhận thức được: Mỗi cá nhân có những đặc điểm tính cách riêng.

b) **Nội dung - Tổ chức thực hiện:**

- NDCT phổ biến yêu cầu quan sát kịch câm và đoán tính cách của các nhân vật trong vở kịch.
- HS lần lượt xem các vở kịch câm ngắn do các nhóm trình bày.
- Sau mỗi vở kịch, NDCT tổ chức cho HS đoán tính cách của các nhân vật trong vở kịch dựa trên sự quan sát của bản thân. Ưu tiên những HS giơ tay xung phong.
- Ai đoán đúng và nhanh nhất sẽ được phần thưởng (nếu nhà trường có điều kiện).

- Thảo luận chung: Qua hoạt động này, bạn rút ra được điều gì?

ĐÁNH GIÁ

Một số HS chia sẻ những điều các em rút ra được sau khi tham gia hoạt động.

HOẠT ĐỘNG TIẾP NỐI

HS suy nghĩ, xác định một số nét tính cách của bản thân trong: học tập, công việc, sinh hoạt hằng ngày, thiết lập quan hệ với người khác,... để chuẩn bị tham gia hoạt động giáo dục theo chủ đề.

* * * * *

TUẦN 1: HĐGD – TÌM HIỂU HOẠT ĐỘNG 1, 2, 3 CHỦ ĐỀ 2

I. MỤC TIÊU:

1. Kiến thức:

- Nhận diện những biểu hiện của sự trưởng thành.
- Tìm hiểu biểu hiện của phẩm chất ý chí.
- Nhận diện đam mê của bản thân

2. Năng lực

a. Năng lực chung

- **Năng lực giao tiếp, hợp tác:** Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo nhóm và thể hiện sự sáng tạo.
- **Năng lực tự chủ, tự học:** khám phá ra đam mê của bản thân và có thể biết cách nhận diện biểu hiện ý chí của bản thân

b. Năng lực đặc thù môn học:

- **Năng lực thích ứng với cuộc sống:** khám phá ra đam mê của bản thân và có thể biết cách nhận diện biểu hiện ý chí của bản thân biết cách định hướng nghề nghiệp trong tương lai để phù hợp với điểm mạnh của bản thân.

3. Phẩm chất

- Có thái độ hứng thú trong học tập.
- Có sự yêu thích tìm hiểu và liên hệ các vấn đề thực tế liên quan.
- Có thái độ khách quan trung thực, nghiêm túc học tập.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

1. Đối với GV:

- Giáo án, SGK, SGV
- Máy tính, máy chiếu (nếu có)
- Biện pháp thu hút HS vào những hoạt động chung

2. Đối với HS:

- SGK, SBT hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 12

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG KHỞI ĐỘNG

a. **Mục tiêu:** Kích thích sự tò mò và nhận biết được tầm quan trọng về vấn đề thể hiện sự trưởng thành của bản thân thông qua trò chơi “Hiểu ý đồng đội”

b. **Nội dung:** Học sinh tiếp nhận vấn đề từ giáo viên

c. **Sản phẩm:** Nhận thức được vấn đề cần nghiên cứu của HS

d. **Tổ chức thực hiện**

HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS

DỰ KIẾN SẢN PHẨM

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV tổ chức cho HS chơi trò chơi “*Tìm từ khoá*”
- GV phổ biến cách chơi và luật chơi:

Từ khoá:

Thích ứng, chủ động, tự lập,
trưởng thành, thay đổi

<p>+ <i>Gợi ý: Có 5 từ khoá trong ô chữ thể hiện những nội dung chính cho bài học hôm nay</i></p> <p>+ <i>Nhóm tìm được 5 từ khoá nhanh nhất sẽ chiến thắng trò chơi.</i></p> <p>- Nếu HS không tìm ra từ khoá, GV có thể gợi ý các hàng</p> <p>Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập</p> <p>- HS lắng nghe và tham gia chơi trò chơi dưới sự hướng dẫn của GV</p> <p>Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận</p> <p>- GV nhận xét, đánh giá, tuyên dương đội dành chiến thắng.</p> <p>Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập</p> <p>- GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức.</p> <p>- Đặt vấn đề vào chủ đề mới: Cuộc sống không ngừng thay đổi và quá trình trưởng thành của chúng ta là 1 hành trình đầy thách thức và khám phá. Trong bài học này, chúng ta không chỉ nói về những thay đổi tất yếu trong cuộc sống mà còn tìm hiểu cách để chúng ta có thể thích ứng với những thay đổi đó, cách để chúng ta chủ động hơn và sẵn sàng đối mặt với những thách thức trong tương lai, giúp chúng ta trưởng thành hơn trong cuộc sống.</p>	
---	--

HOẠT ĐỘNG KHÁM PHÁ – KẾT NỐI

Hoạt động 1: Nhận diện những biểu hiện của sự trưởng thành.

a. Mục tiêu:

- Nhận diện những biểu hiện trưởng thành của cá nhân.
- Chia sẻ những biểu hiện thể hiện sự trưởng thành

b. **Nội dung:** GV hướng dẫn học sinh thực hiện nhiệm vụ theo nhóm thảo luận hoàn thành yêu cầu dựa trên gợi ý của giáo viên.

c. **Sản phẩm:** HS có thể khám xác định những biểu hiện trưởng thành của cá nhân

d. Tổ chức thực hiện

HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS	DỰ KIẾN SẢN PHẨM
------------------------------	-------------------------

Nhiệm vụ 1. Chỉ ra những biểu hiện của sự trưởng thành.

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu HS thảo luận nhóm chỉ ra những đặc điểm để nhận diện những biểu hiện trưởng thành.

- Yêu cầu HS liệt kê theo các mục:

+ Trưởng thành về thể chất

+ Trưởng thành về tâm lí

+ Trưởng thành về xã hội

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS thảo luận nhóm thực hiện nhiệm vụ

- GV quan sát, hỗ trợ HS trong quá trình chia sẻ

Bước 3: Báo cáo kết quả thực hiện hoạt động

- GV mời đại diện các nhóm trình bày kết quả thảo luận

- GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các nhóm

1. Chỉ ra những biểu hiện của sự trưởng thành.

-Kiểm soát được cảm xúc của bản thân.

-Dám làm, dám chịu trách nhiệm đối với những việc mình làm.

-Nhận ra những hạn chế của bản thân và mạnh dạn thay đổi nhận thức, thói quen hành vi không phù hợp.

-Biết, lắng nghe và thấu hiểu mọi người xung quanh

Bước 4. Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ

- GV tổng hợp nội dung các nhóm trình bày và kết luận

- GV bổ sung thêm: **Ngoài ra, những biểu hiện**

trưởng thành của cá nhân còn có thể bao gồm:

- **Có lòng tin vào bản thân:** Cá nhân tin tưởng vào khả năng của bản thân và có thể đạt được mục tiêu của mình.
- **Có lòng biết ơn:** Cá nhân biết ơn những gì mình đang có và trân trọng những người xung quanh.
- **Có lòng vị tha:** Cá nhân sẵn sàng giúp đỡ người khác mà không mong đợi.
- **Có tinh thần trách nhiệm:** Cá nhân ý thức được trách nhiệm của bản thân đối với cộng đồng và xã hội.

Nhiệm vụ 2. Chia sẻ những thay đổi thể hiện sự trưởng thành của bản thân.

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu HS thực hiện nhiệm vụ cá nhân: Chia sẻ những thay đổi thể hiện sự trưởng thành của bản thân.

- Yêu cầu HS liệt kê theo các mục:

+ Những thay đổi trong nhận thức, suy nghĩ, nhìn nhận các sự việc từ nhiều góc độ khác nhau, biết đặt mình vào vị trí của người khác để suy nghĩ, xác định được hành vi, thói quen chưa tích cực.

+ Những thay đổi trong cảm xúc, thái độ bình tĩnh 9 chấn thận trọng hơn. Kiểm soát được cảm xúc tiêu cực.

+ Những thay đổi trong hành vi, thói quen thực hành thường xuyên hành vi tốt để hình thành thói quen, nỗ lực thay đổi thói quen chưa tốt.

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS thực hiện nhiệm vụ cá nhân: Chia sẻ những thay đổi thể hiện sự trưởng thành của bản thân.

- GV quan sát, hỗ trợ HS trong quá trình chia sẻ

Bước 3: Báo cáo kết quả thực hiện hoạt động

- GV mời đại diện các cá nhân trình bày kết quả thảo luận

- GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các nhóm

Bước 4. Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ

- GV tổng hợp nội dung các cá nhân chia sẻ và trình bày và kết luận

để xây dựng các mối quan hệ tốt đẹp.

- Linh hoạt, sáng tạo để giải quyết các vấn đề gặp phải trong học tập và cuộc sống một cách hiệu quả.

2. Nhận diện những biểu hiện trưởng thành của cá nhân

- Trưởng thành về thể chất:

+ Tăng chiều cao.

+ Thay đổi cân nặng.

+ Thay đổi giọng nói.

- Trưởng thành về tâm lí:

+ Có ý chí và kiên định với mục tiêu đề ra.

+ Có đam mê riêng của cá nhân và quyết tâm theo đuổi đam mê.

+ Có khả năng tư duy độc lập.

+ Có khả năng linh hoạt thích ứng với sự thay đổi của cuộc sống.

- Trưởng thành về xã hội:

+ Nhận biết quyền và trách nhiệm công dân.

+ Có ý thức thực hiện quyền và trách nhiệm công dân của bản thân.

+ Chủ động thiết lập và duy trì các mối quan hệ xã hội.

+ Thực hiện việc làm thể hiện quyền và trách nhiệm của bản thân trong gia đình.

+ Có khả năng tổ chức cuộc sống cá nhân, công việc và quản lí bản thân.

Hoạt động 2: Tìm hiểu đặc điểm của phẩm chất ý chí.

a. Mục tiêu:

- Thảo luận xác định những biểu hiện của phẩm chất ý chí.

- Chỉ ra những biểu hiện của phẩm chất ý chí.

b. **Nội dung:** GV hướng dẫn học sinh thực hiện nhiệm vụ theo nhóm thảo luận hoàn thành yêu cầu dựa trên gợi ý của giáo viên

c. **Sản phẩm:**

HS thảo luận, chia sẻ để có thể nhận diện biểu hiện thể hiện ý chí của bản thân

d. **Tổ chức thực hiện**

HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS	DỰ KIẾN SẢN PHẨM
-----------------------	------------------

Nhiệm vụ 1. Chỉ ra việc làm thể hiện ý chí của nhân vật trong tình huống sau.

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu HS thảo luận chỉ ra việc làm thể hiện ý chí của nhân vật trong tình huống sau.

Hồng nhận thấy năng lực ngoại ngữ của bản thân còn nhiều hạn chế, trong khi những trường đại học mà Hồng có nguyện vọng dự thi nếu đều yêu cầu tương đối cao về ngoại ngữ. Thời gian trước đây, Hồng không tập trung học ngoại ngữ nên bị hổng, nhiều kiến thức.

Bên cạnh đó, điều kiện kinh tế của gia đình không cho phép Hồng tham gia các khóa học bên ngoài. Hồng quyết tâm cải thiện kết quả học tập ngoại ngữ bằng cách xác định mục tiêu và lập kế hoạch cụ thể cho từng tuần. Hồng giảm bớt những buổi đi chơi để dành thời gian tập trung học. Dù có nhiều khó khăn khi thực hiện theo kế hoạch nhưng Hồng luôn kiên trì cố gắng tiến bộ từng chút một.

- Các nhóm chú ý chỉ rõ, cụ thể các biểu hiện và giải thích lí do vì sao lại có những biểu hiện như vậy

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS tiếp nhận các nhiệm vụ và thảo luận nhóm
- + Chia sẻ thảo luận với các thành viên trong nhóm
- GV hỗ trợ HS trong quá trình thảo luận

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời đại diện các nhóm trình bày kết quả
- GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các nhóm

Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập

- GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức.
- GV tổng hợp những biểu hiện cụ thể của phẩm chất ý chí.

Nhiệm vụ 2. Thảo luận về những đặc điểm của phẩm chất, ý chí.

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

1. Chỉ ra việc làm thể hiện ý chí của nhân vật trong tình huống sau.

- Xác định mục tiêu và lập kế hoạch cụ thể: Hồng nhận thức hạn chế về ngoại ngữ và quyết tâm cải thiện. Việc xác định mục tiêu và lập kế hoạch cụ thể cho từng tuần là biểu hiện của ý chí mạnh mẽ và sự tự quản lí.

- Giảm bớt hoạt động giải trí: Hồng tự giảm bớt những buổi đi chơi để tạo ra thời gian tập trung học. Điều này cho thấy sự quyết tâm của Hồng đối với mục tiêu học tập.

- Kiên trì và cố gắng tiến bộ: Mặc dù gặp nhiều khó khăn khi thực hiện kế hoạch, Hồng vẫn kiên trì và cố gắng tiến bộ từng chút một. Điều này thể hiện sự kiên nhẫn vượt qua thách thức.

- Tự quản lí học tập: Vì không có điều kiện tham gia các khóa học bên ngoài, Hồng tự quản lí học tập bằng cách xây dựng kế hoạch học tập cá nhân. Điều này là biểu hiện của sự tự chủ và ý chí tự giác.

- Quyết tâm cải thiện kết quả: Hồng quyết tâm cải thiện kết quả ngoại ngữ mặc dù hạn chế trước đó. Sự quyết tâm này là động lực để vượt qua những khó khăn và đạt được mục tiêu cá nhân.

2. Thảo luận về những đặc điểm của phẩm chất, ý chí.

- Biểu hiện của phẩm chất ý chí:
 - + Xác định mục đích rõ ràng.
 - + Độc lập ra quyết định và hành động theo quyết định.

- GV yêu cầu HS làm nhiệm vụ theo nhóm, Thảo luận về những đặc điểm của phẩm chất, ý chí.

- GV gợi ý:

+ Tính mục đích

+ Tính độc lập

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS thực hiện nhiệm vụ cá nhân

- GV quan sát, hỗ trợ HS trong quá trình thực hiện nhiệm vụ

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời đại HS trình bày kết quả.

- Các nhóm bạn sau chỉ bổ sung ý kiến khác với các bạn đã trình bày trước.

Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập

- GV cùng HS phân tích, tổng hợp và khái quát, bổ sung các ý mà HS đưa ra.

- GV mở rộng thêm những kiến thức các đặc điểm của ý chí:

+ Mục tiêu rõ ràng: Người có ý chí thường có mục tiêu sống rõ ràng và luôn hướng tới nó.

+ Kiên trì: Không dễ dàng nản lòng, luôn tìm cách vượt qua khó khăn.

+ Quyết đoán: Dám nghĩ, dám làm và dám chịu trách nhiệm về quyết định của mình.

+ Sáng tạo: Luôn tìm kiếm những cách thức mới để giải quyết vấn đề.

+ Tự chủ: Có khả năng kiểm soát bản thân, không dễ bị tác động bởi yếu tố bên ngoài.

Nhiệm vụ 3. Chia sẻ những việc làm thể hiện ý chí của bản thân trong học tập và cuộc sống.

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu cá nhân HS chia sẻ những việc làm thể hiện ý chí của bản thân trong học tập và cuộc sống.

- Hướng dẫn HS chia sẻ

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS tiến hành chia sẻ về những biểu hiện của ý chí và đam mê của mình

Bước 3: Báo cáo kết quả thực hiện hoạt động

- GV mời đại diện 3-5 HS chia sẻ

- GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các cá nhân.

+ Hành động quyết đoán, kiên định thực hiện mục đích.

+ Kiên trì tìm cách vượt qua khó khăn để hoàn thành nhiệm vụ.

+ Kiên định từ chối những hành vi trái với mục đích của bản thân.

+ Tự chủ, kiểm soát các hành vi, cảm xúc của bản thân.

3. Chia sẻ những việc làm thể hiện ý chí của bản thân trong học tập và cuộc sống.

Những việc làm nhỏ thể hiện ý chí:

- Dậy sớm để học bài: Thể hiện sự tự giác và quyết tâm.

- Làm bài tập đầy đủ: Cho thấy sự nghiêm túc trong học tập.

- Tham gia các câu lạc bộ: Mở rộng mối quan hệ và rèn luyện kỹ năng.

- Giúp đỡ gia đình làm việc nhà: Thể hiện sự trách nhiệm.

- Tập thể dục đều đặn: Giúp cơ thể khỏe mạnh và tinh thần minh mẫn.

- Đọc sách thường xuyên: Mở rộng vốn kiến thức và rèn luyện tư duy.

4. Chia sẻ về những tấm gương có ý chí và bài học em nhận được từ những tấm gương đó.

Thomas Edison - Bài học: Dù từng bị thầy giáo đánh giá là "quá ngu ngốc", Edison vẫn không ngừng nỗ lực, sáng tạo và cuối cùng trở thành một nhà phát minh vĩ đại. Từ đó, mình học được rằng thất bại chỉ là tạm thời, quan trọng là không bao giờ từ bỏ ước mơ.

Stephen Hawking - Bài học: Bị mắc bệnh hiểm nghèo, nhưng Stephen Hawking vẫn sống một cuộc đời đầy ý nghĩa, có những đóng góp to lớn cho khoa học. Ông đã dạy mình rằng, dù gặp phải khó

Bước 4. Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ

khăn nào, chúng ta vẫn có thể sống một cuộc sống trọn vẹn và có ý nghĩa.

<p>- GV tổng hợp nội dung các nhóm trình bày và kết luận</p> <p>Nhiệm vụ 4. Chia sẻ về những tấm gương có ý chí và bài học em nhận được từ những tấm gương đó. Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập</p> <p>- GV yêu cầu cá nhân HS chia sẻ về những tấm gương có ý chí và bài học em nhận được từ những tấm gương đó.</p> <p>- Hướng dẫn HS chia sẻ</p> <p>Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập</p> <p>- HS chia sẻ về những tấm gương có ý chí và bài học mình nhận được từ những tấm gương đó.</p> <p>Bước 3: Báo cáo kết quả thực hiện hoạt động</p> <p>- GV mời đại diện 3-5 HS chia sẻ</p> <p>- GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các cá nhân.</p> <p>Bước 4. Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ</p> <p>- GV tổng hợp nội dung các nhóm trình bày và kết luận</p>	<p>Marie Curie - Bài học: Bà là một nhà khoa học nữ xuất sắc, đã phải đối mặt với rất nhiều khó khăn và định kiến trong xã hội. Nhưng với ý chí kiên cường, bà đã đạt được những thành công vang dội. Từ đó, mình học được rằng phụ nữ hoàn toàn có thể đạt được những thành công lớn trong mọi lĩnh vực.</p> <p>Chủ tịch Hồ Chí Minh - Bài học: Bác Hồ là một tấm gương sáng về sự kiên trì, quyết tâm và lòng yêu nước. Bác đã dành cả cuộc đời để đấu tranh cho độc lập dân tộc. Từ Bác, mình học được ý nghĩa của việc sống có lí tưởng và luôn hướng tới những điều tốt đẹp.</p>
---	---

Hoạt động 3: Nhận diện đam mê của bản thân.

a. Mục tiêu:

- Thảo luận xác định những biểu hiện của sự đam mê của bản thân.
- Chỉ ra những biểu hiện của sự đam mê của cá nhân
- Nhận biết những khó khăn trong việc theo đuổi đam mê của bản thân và đề xuất các biện pháp để vượt qua khó khăn đó.

b. **Nội dung:** GV hướng dẫn học sinh thực hiện nhiệm vụ theo nhóm thảo luận hoàn thành yêu cầu dựa trên gợi ý của giáo viên

c. Sản phẩm:

HS thảo luận, chia sẻ để có thể nhận diện biểu hiện thể hiện ý chí của bản thân

d. Tổ chức thực hiện

HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS	DỰ KIẾN SẢN PHẨM
-----------------------	------------------

Nhiệm vụ 1. Trao đổi về những biểu hiện của sự đam mê.

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu HS thảo luận trao đổi về những biểu hiện của sự đam mê.
- Các nhóm chú ý chỉ rõ, cụ thể các biểu hiện và giải thích lí do vì sao lại có những biểu hiện như vậy

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS tiếp nhận các nhiệm vụ và thảo luận nhóm
- + Chia sẻ thảo luận với các thành viên trong nhóm

1. Trao đổi về những biểu hiện của sự đam mê.

- Yêu thích khát khao theo đuổi một lĩnh vực nào đó.
- Cảm thấy vui vẻ, hạnh phúc khi được làm việc yêu thích.
- Xác định được những việc cần làm để thành công trong lĩnh vực mà mình yêu thích.
- Không ngừng học hỏi với niềm say mê để đạt kết quả tốt hơn.

2. Chia sẻ về những đam mê của bản thân.

- GV hỗ trợ HS trong quá trình thảo luận

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời đại diện các nhóm trình bày kết quả

- GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các nhóm

Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập

- GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức.

- GV tổng hợp những biểu hiện cụ thể của sự đam mê của cá nhân.

Nhiệm vụ 2. Chia sẻ về những đam mê của bản thân.

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu HS làm nhiệm vụ cá nhân: Chia sẻ về những đam mê của bản thân.

- GV gợi ý:

+ Trong học tập các lĩnh vực học tập môn học yêu thích khát khao tìm hiểu.

+ Trong cuộc sống, các hoạt động lĩnh vực mong muốn được tham gia và cảm thấy hạnh phúc mỗi khi tham gia các hoạt động đó.

+ Trong định hướng nghề nghiệp nghề nghiệp, em quyết tâm theo đuổi trong tương lai.

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS làm nhiệm vụ cá nhân: Chia sẻ về những đam mê của bản thân.

- GV quan sát, hỗ trợ HS trong quá trình thực hiện nhiệm vụ

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời đại HS trình bày kết quả.

- Các nhóm bạn sau chỉ bổ sung ý kiến khác với các bạn đã trình bày trước.

Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập

- GV cùng HS phân tích, tổng hợp và khái quát, bổ sung các ý mà HS đưa ra.

- GV tổng hợp lại những chia sẻ của các cá nhân

Nhiệm vụ 3. Trao đổi với những khó khăn trong việc theo đuổi đam mê của bản thân

-Đam mê sáng tạo: Nhiều người đam mê vẽ tranh, viết văn, sáng tác nhạc, thiết kế đồ họa... Họ tìm thấy niềm vui trong việc tạo ra những sản phẩm mang đậm dấu ấn cá nhân.

-Đam mê thể thao: Có người yêu thích bóng đá, bóng rổ, bơi lội, chạy bộ... Thể thao giúp con người rèn luyện sức khỏe, tăng cường sự dẻo dai và tinh thần đồng đội.

-Đam mê khám phá: Nhiều người thích du lịch, tìm hiểu về các nền văn hóa khác nhau, khám phá những điều mới lạ.

-Đam mê học hỏi: Có người đam mê khoa học, lịch sử, ngôn ngữ... Họ luôn tò mò và muốn tìm hiểu sâu hơn về thế giới xung quanh.

- Đam mê giúp đỡ người khác: Nhiều người tham gia các hoạt động tình nguyện, giúp đỡ những người khó khăn. Họ cảm thấy hạnh phúc khi mang lại niềm vui cho người khác.

3. Trao đổi với những khó khăn trong việc theo đuổi đam mê của bản thân và đề xuất các biện pháp để vượt qua khó khăn đó.

Những Khó Khăn Thường Gặp

● **Áp lực từ gia đình, xã hội:** Nhiều khi, đam mê của bạn lại không được gia đình hoặc xã hội ủng hộ, khiến bạn cảm thấy cô đơn và hoang mang.

● **Thiếu kinh phí:** Để theo đuổi đam mê, bạn cần có những khoản đầu tư nhất định, mà không phải ai cũng có đủ điều kiện.

● **Thiếu thời gian:** Công việc, học tập, các mối quan hệ xã hội... chiếm quá nhiều thời gian của bạn, khiến bạn khó có thể dành thời gian cho đam mê.

● **Sợ thất bại:** Bạn lo lắng rằng mình sẽ không thành công, hoặc không đủ tài năng để theo đuổi đam mê.

● **Thiếu kiến thức và kĩ năng:** Bạn

<i>và đề xuất các biện pháp để vượt qua khó khăn đó.</i>	chưa có đủ kiến thức và kỹ năng để
--	------------------------------------

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu cá nhân HS thực hiện nhiệm vụ theo nhóm: Trao đổi với những khó khăn trong việc theo đuổi đam mê của bản thân và đề xuất các biện pháp để vượt qua khó khăn đó.

- Hướng dẫn HS thực hiện

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS thực hiện nhiệm vụ theo nhóm: Trao đổi với những khó khăn trong việc theo đuổi đam mê của bản thân và đề xuất các biện pháp để vượt qua khó khăn đó.

Bước 3: Báo cáo kết quả thực hiện hoạt động

- GV mời đại diện các nhóm trình bày kết quả thảo luận.

- GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các nhóm

Bước 4. Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ

- GV tổng hợp nội dung các nhóm trình bày và kết luận

- GV đưa ra một số gợi ý thêm:

- **Bắt đầu từ những điều nhỏ nhất:** Đừng quá áp lực bản thân phải đạt được thành công ngay lập tức. Hãy bắt đầu từ những việc nhỏ, dần dần hoàn thiện bản thân.
- **Tìm kiếm sự cân bằng:** Đừng quá tập trung vào đam mê mà quên đi những trách nhiệm khác trong cuộc sống.
- **Đừng sợ thất bại:** Thất bại là điều không thể tránh khỏi. Quan trọng là bạn học được gì từ những thất bại đó.
- **Luôn giữ lửa đam mê:** Hãy tìm cách để duy trì niềm đam mê của mình, ví dụ như đọc sách, xem phim, nghe nhạc liên quan đến đam mê.

theo đuổi đam mê một cách chuyên nghiệp.

Các Biện Pháp Vượt Qua Khó Khăn

- **Giao tiếp với gia đình, bạn bè:** Thẳng thắn chia sẻ đam mê của bạn với gia đình và bạn bè. Hãy cho họ thấy sự nghiêm túc và quyết tâm của bạn.
- **Lập kế hoạch tài chính:** Lên kế hoạch chi tiêu hợp lí, tìm kiếm các nguồn tài trợ hoặc làm thêm để có thể theo đuổi đam mê.
- **Quản lí thời gian hiệu quả:** Lập lịch làm việc và học tập khoa học, dành thời gian nhất định cho đam mê.
- **Xây dựng tinh thần lạc quan:** Luôn tin vào bản thân và khả năng của mình. Hãy coi thất bại là một phần của quá trình học hỏi và trưởng thành.
- **Học hỏi và rèn luyện:** Tham gia các khóa học, workshop, hoặc tìm kiếm những người có kinh nghiệm để học hỏi.
- **Tìm kiếm sự hỗ trợ:** Tham gia các cộng đồng, nhóm người cùng đam mê để có thêm động lực và sự hỗ trợ.

*** Hướng dẫn về nhà:**

- Tiếp tục tìm hiểu về khám phá sự đam mê của bản thân và nhận diện biểu hiện ý chí của bản thân
- Xem trước nội dung hoạt động 4, 5 chủ đề 2

* * * * *

TUẦN 1: SHL
SINH HOẠT THEO CHỦ ĐỀ “CHIA SẺ VỀ CÁCH THỂ HIỆN SỰ TRƯỞNG THÀNH CỦA BẢN THÂN”

a. Mục tiêu:

- Sơ kết tuần và thông qua kế hoạch tuần sau
- Chia sẻ về cách thể hiện sự trưởng thành của bản thân

b. Nội dung – Tổ chức thực hiện:

1. Sơ kết tuần. Chia sẻ về đam mê của bản thân

- GV yêu cầu HS đại diện các tổ báo cáo tình hình các mặt nề nếp – học tập và hoạt động phong trào của lớp trong tuần
- GV nhận xét chung tình học của lớp trong tuần và thông qua các kế hoạch cho tuần sau
- Đại diện một số HS chia sẻ về cách thể hiện sự trưởng thành của bản thân: Một số biểu hiện khác của sự trưởng thành có thể kể đến:
 - Biết cách tha thứ cho bản thân và người khác.
 - Biết cách học hỏi từ những sai lầm của bản thân.
 - Biết cách chấp nhận những điều không thể thay đổi.
 - Biết cách trân trọng những gì mình đang có.
 - Biết cách sống một cuộc sống trọn vẹn và hạnh phúc.
- Các tổ khác lắng nghe để cùng chia sẻ và góp ý cho bạn
- Cả lớp thảo luận và kết luận về những việc phải làm để rèn luyện ý chí để vượt qua chính mình tiến tới theo đuổi đam mê của bản thân

2. Thảo luận về biện pháp thực hiện

- GV khích lệ HS chia sẻ về cách thể hiện sự trưởng thành của bản thân

Ngày soạn:

Ngày dạy:

TUẦN 2: SHDC

CHỦ ĐỀ “TRAO ĐỔI VỀ ĐẶC ĐIỂM CỦA GIỚI TRẺ HIỆN NAY VÀ NHỮNG YÊU CẦU, THÁCH THỨC MÀ XÃ HỘI HIỆN ĐẠI ĐẶT RA CHO NHỮNG NGƯỜI TRẺ TUỔI”

Sau khi tham gia hoạt động này, HS có khả năng:

- Trình bày trước mọi người về đặc điểm của giới trẻ hiện nay và những yêu cầu, thách thức trong xã hội.
- Tranh luận, biện luận và biết cách bảo vệ quan điểm của mình;
- Có ý thức về sự thích ứng với sự thay đổi của bản thân;

II. CHUẨN BỊ

1. Đối với Bí thư Đoàn trường, BGH và GV

- Phối hợp với lớp trực tuần xây dựng kịch bản tổ chức chương trình buổi trao đổi về đặc điểm của giới trẻ hiện nay và những yêu cầu, thách thức mà xã hội hiện đại đặt ra cho những người trẻ tuổi
- Phối hợp với lớp trực tuần xây dựng kế hoạch: thành lập ban tổ chức, biên soạn câu hỏi và đáp án, thể lệ tham gia, cách tính điểm cho những câu trả lời đúng,... Các câu hỏi được biên soạn xoay quanh nội dung về đặc điểm của giới trẻ hiện nay và những yêu cầu, thách thức mà xã hội hiện đại đặt ra cho những người trẻ tuổi
- Phân công các lớp chuẩn bị các tiết mục văn nghệ thể hiện xen kẽ trong quá trình trả lời câu hỏi.
- Chuẩn bị phương tiện: âm li, loa đài, micro; đàn đệm cho các tiết mục văn nghệ.
- Chuẩn bị phần thưởng cho lớp có số điểm cao nhất (nếu có điều kiện).

2. Đối với HS

- Tìm hiểu về vấn đề sẽ tranh biện trong buổi sinh hoạt
- Chuẩn bị các tiết mục văn nghệ tham gia trình diễn.

III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG

Hoạt động 1. Chào cờ, sơ kết thi đua tuần và phổ biến nhiệm vụ tuần mới

Hoạt động 2. Sinh hoạt theo chủ đề - " Trao đổi về đặc điểm của giới trẻ hiện nay và những yêu cầu, thách thức mà xã hội hiện đại đặt ra cho những người trẻ tuổi"

a) Mục tiêu:

- Trình bày trước mọi người về đặc điểm của giới trẻ hiện nay và những yêu cầu, thách thức trong xã hội.
- Tranh luận, biện luận và biết cách bảo vệ quan điểm của mình;

b) Nội dung - Tổ chức thực hiện

- Tổ chức buổi trao đổi về đặc điểm của giới trẻ hiện nay và những yêu cầu, thách thức trong xã hội.
- + HS cùng hát bài văn nghệ xen giữa chương trình
- + Tuyên bố lí do, mục đích diễn đàn, nội dung chủ đề buổi trao đổi
- + Hs chia sẻ ý kiến, có thể dùng tranh, ảnh, video
- + HS khác lắng nghe
 - Lựa chọn một tình huống về những yêu cầu, thách thức trong xã hội mà giới trẻ gặp phải
 - Liệt kê các vấn đề có thể phát sinh trong tình huống đó.

- Thảo luận và xác định cách ứng phó với từng vấn đề.

- Xác định các nhân vật tham gia và xây dựng lời thoại để thể hiện các cách ứng phó.
- Chuẩn bị một số câu hỏi để trao đổi:
- + *Bạn nhận định như thế nào về giới trẻ trong giai đoạn hiện nay? Theo bạn, trong giai đoạn khó khăn này, đâu là thách thức của người trẻ và họ phải làm gì?*
 - + *Nếu đặt vị trí mình là một người trẻ mới bước vào đời, bạn sẽ hành xử như thế nào trong bối cảnh hiện nay?*
 - + *Theo bạn, người trẻ phải chuẩn bị gì để không bị đón ngã?*
 - + *Bạn có nói rằng người trẻ cần phải đi tìm cho mình những năng lực mới. Vậy họ có thể tìm ở đâu?*

ĐÁNH GIÁ

Mời một số HS chia sẻ thu hoạch sau khi tham gia trả lời và lắng nghe các bạn trả lời các câu hỏi.

HOẠT ĐỘNG TIẾP NỐI

Về lớp, HS chia sẻ cảm xúc về buổi trao đổi về đặc điểm của giới trẻ hiện nay và những yêu cầu, thách thức với giới trẻ trong xã hội

* * * * *

TUẦN 2: HĐGD – TÌM HIỂU HOẠT ĐỘNG 4,5 CHỦ ĐỀ 2

I. MỤC TIÊU:

1. Kiến thức:

- Khám phá khả năng tư duy độc lập và khả năng thích ứng với sự thay đổi của bản thân.
- Tìm hiểu cách điều chỉnh cảm xúc của bản thân và ứng xử hợp lý trong những tình huống giao tiếp khác nhau.

2. Năng lực

a. Năng lực chung

- **Năng lực giao tiếp, hợp tác:** Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo nhóm và thể hiện sự sáng tạo.
- **Năng lực tự chủ, tự học:** xác định được nhiệm vụ học tập một cách tự giác, chủ động; tự đặt được mục tiêu học tập để đòi hỏi sự nỗ lực phấn đấu thực hiện; thực hiện các phương pháp học tập hiệu quả; điều chỉnh những sai sót, hạn chế của bản thân

b. Năng lực đặc thù môn học:

- **Năng lực thích ứng với cuộc sống:** từ bài học biết cách nhận diện đặc điểm của người có tư duy độc lập từ đó biết cách thích ứng với sự thay đổi và trưởng thành hơn trong cuộc sống

3. Phẩm chất

- Có thái độ hứng thú trong học tập.
- Có sự yêu thích tìm hiểu và liên hệ các vấn đề thực tế liên quan.
- Có thái độ khách quan trung thực, nghiêm túc học tập.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

1. Đối với GV:

- Giáo án, SGK, SGV
- File bài hát chơi trò chơi khởi động
- Máy tính, máy chiếu sử dụng trong các hoạt động.

2. Đối với HS:

- SGK, SBT hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 12

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG KHỞI ĐỘNG

a. **Mục tiêu:** Tạo tâm thế hào hứng và phấn khởi cho HS trước khi vào nội dung bài học thông qua trò chơi.

b. **Nội dung:** GV mời 6 bạn tham gia chơi trò chơi, HS còn lại cổ vũ cho các bạn

c. **Sản phẩm học tập:** HS nêu tên được các bài hát nói về trường học

d. **Tổ chức thực hiện:**

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV chia lớp thành 4 tổ tham gia trò chơi “*Ai nhanh nhất*”.

- Lần lượt các đội kể tên những đặc điểm chỉ ra một người có tư duy độc lập, yêu cầu những đặc điểm của nhóm sau không trùng với nhóm trước đó.

- Đội nào kể tên được nhiều nhất các đặc điểm, đội đó dành chiến thắng

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS hào hứng, chăm chú, tích cực tham gia trò chơi

Bước 3, 4: Báo cáo, đánh giá kết quả hoạt động

- GV tổng kết điểm của hai đội, tuyên bố đội dành chiến thắng, dẫn dắt HS vào nội dung bài học hôm nay.

HÌNH THÀNH KIẾN THỨC

Hoạt động 4: Khám phá khả năng tư duy độc lập và khả năng thích ứng với sự thay đổi của bản thân.

a. **Mục tiêu:**

- Chỉ ra những biểu hiện của khả năng tư duy độc lập trong học tập và cuộc sống

- Chỉ ra những biểu hiện của khả năng thích ứng với sự thay đổi

- Tự nhận xét, đánh giá khả năng tư duy độc lập và thích ứng với sự thay đổi của bản thân

b. **Nội dung:** GV hướng dẫn học sinh thực hiện nhiệm vụ theo nhóm thảo luận hoàn thành yêu cầu dựa trên gợi ý của giáo viên

c. **Sản phẩm:** HS có thể nhận diện đặc điểm của người có tư duy độc lập

d. **Tổ chức thực hiện**

HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS	DỰ KIẾN SẢN PHẨM
<p>Nhiệm vụ 1. Thảo luận với những biểu hiện của khả năng tư duy độc lập trong học tập và cuộc sống.</p> <p>Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập</p> <p>- GV yêu cầu HS thảo luận theo nhóm về những biểu hiện của khả năng tư duy độc lập trong học tập và cuộc sống.</p> <p>+ Thực hiện các nhiệm vụ học tập.</p> <p>+ Tham gia các cuộc tranh biện thảo luận</p> <p>Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập</p> <p>- HS thực hiện nhiệm vụ theo nhóm</p> <p>- Chuẩn bị sản phẩm để tranh biện trước lớp</p> <p>Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận</p>	<p>1. Thảo luận với những biểu hiện của khả năng tư duy độc lập trong học tập và cuộc sống.</p> <p>- Thực hiện các nhiệm vụ học tập.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Suy nghĩ chính chắn kĩ. lường trước các vấn đề, tình huống gặp phải. • Tập trung suy nghĩ, tìm hướng giải quyết mới. • Tự nghiên cứu tự tìm tòi để đưa ra cách giải quyết tối ưu. • Tin tưởng và các quyết định của bản thân.,

- GV mời đại diện các nhóm trình bày về những biểu hiện của khả năng tư duy độc lập trong học tập và cuộc sống.

- GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các nhóm

Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập

- GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức.

Nhiệm vụ 2. Thảo luận về những biểu hiện của khả năng thích ứng với sự thay đổi.

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu HS thảo luận về những biểu hiện của khả năng thích ứng với sự thay đổi.

- GV gợi ý:

+ Nhận diện được. Những yêu cầu của hoàn cảnh, môi trường mới.

+ Nhanh chóng hòa nhập, thích ứng với hoàn cảnh và môi trường mới.

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS thực hiện nhiệm vụ theo nhóm

- Chuẩn bị sản phẩm để tranh biện trước lớp

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời đại diện các nhóm trình bày kết quả thảo luận

- GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các nhóm

Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập

- GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức

Nhiệm vụ 3. Nhận xét, đánh giá khả năng tư duy độc lập và thích ứng với sự thay đổi của bản thân.

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu HS thực hiện nhiệm vụ cá nhân: Nhận xét, đánh giá khả năng tư duy độc lập và thích ứng với sự thay đổi của bản thân.

- GV gợi ý:

+ Xác định những tình huống thay đổi cần đến khả năng tư duy độc lập và thích ứng

+ Chia sẻ, các em đã thực hiện để thể hiện khả năng tư duy độc lập và thích ứng với sự thay đổi

+ Nêu kết quả đã đạt được và tự nhận xét về khả năng tư duy độc lập thích ứng với sự thay đổi của

• Không bị chi phối bởi những ý kiến khác nhau của các bạn.

• ...

Tham gia các cuộc tranh biện thảo luận.

• Đưa ra các ý kiến dựa trên sự đánh giá, phân tích, suy ngẫm của bản thân.

• Lập luận, để bảo vệ ý kiến của bản thân.

• Có chính kiến không bị phụ thuộc vào ý kiến của số đông.

2. Thảo luận về những biểu hiện của khả năng thích ứng với sự thay đổi.

- Nhận diện được. Những yêu cầu của hoàn cảnh, môi trường mới.

- Nhanh chóng hòa nhập, thích ứng với hoàn cảnh và môi trường mới.

- Hợp tác tốt được với mọi người.

- Có khả năng tiếp nhận, xử lý tình huống và giải quyết các vấn đề phát sinh.

- Nhận biết được những đặc điểm mới, khác biệt so với trước kia qua quan sát và giao tiếp.

- Bình tĩnh chấp nhận sự thay đổi.

- Sẵn sàng học hỏi và thay đổi quan điểm, thói quen cũ của bản thân để phù hợp với hoàn cảnh.

- Dự đoán tình huống có thể xảy ra nếu không thay đổi hành vi.

- Xác định những điều cần điều chỉnh hoặc bổ sung trong hành vi, trong nhận thức của bản thân.

- Lựa chọn những điều cần ưu tiên thay đổi.

- Tìm cách điều chỉnh hoặc thay đổi hành vi phù hợp với yêu cầu mới.

- Chủ động tham gia các hoạt động cộng đồng và thiết lập quan hệ thân thiện với người xung quanh.

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập	
--	--

<ul style="list-style-type: none"> - HS thực hiện nhiệm vụ cá nhân: Nhận xét, đánh giá khả năng tư duy độc lập và thích ứng với sự thay đổi của bản thân. - Chuẩn bị sản phẩm để tranh biện trước lớp <p>Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV mời đại diện 3-5HS trình bày kết quả thảo luận - GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các cá nhân <p>Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức 	<ul style="list-style-type: none"> - Chủ động học hỏi và tìm hiểu những điều mới để tìm cách ứng xử, thích nghi với sự thay đổi. - Thể hiện thái độ và suy nghĩ tích cực về những điều khác biệt đó. - Đánh giá sự điều chỉnh xem đã phù hợp/chưa phù hợp với sự thay đổi. <p>3. Nhận xét, đánh giá khả năng tư duy độc lập và thích ứng với sự thay đổi của bản thân.</p> <ul style="list-style-type: none"> + Xác định những tình huống thay đổi cần đến khả năng tư duy độc lập và thích ứng + Chia sẻ, các em đã thực hiện để thể hiện khả năng tư duy độc lập và thích ứng với sự thay đổi + Nêu kết quả đã đạt được và tự nhận xét về khả năng tư duy độc lập thích ứng với sự thay đổi của
---	--

Hoạt động 5: Tìm hiểu các điều chỉnh cảm xúc của bản thân và ứng xử hợp lý trong những tình huống giao tiếp khác nhau.

a. Mục tiêu:

- Xác định cách điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý trong những tình huống giao tiếp khác nhau
- Xác định những biểu hiện của người có khả năng thích ứng với sự thay đổi.

b. **Nội dung:** GV hướng dẫn học sinh thực hiện nhiệm vụ theo nhóm thảo luận hoàn thành yêu cầu dựa trên gợi ý của giáo viên

c. Sản phẩm:

HS biết cách thể nhận diện khả năng thích ứng với sự thay đổi

d. Tổ chức thực hiện

HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS	DỰ KIẾN SẢN PHẨM
------------------------------	-------------------------

Nhiệm vụ 1. Xác định cách điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý trong những tình huống giao tiếp khác nhau

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu HS thảo luận nhóm: Xác định cách điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý trong những tình huống giao tiếp khác nhau

Gợi ý.

- Nhận diện những tình huống cần điều chỉnh cảm xúc.

1. Xác định cách điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý trong những tình huống giao tiếp khác nhau

- Nhận diện những tình huống cần điều chỉnh cảm xúc.
- Chấp nhận cảm xúc của bản thân và tìm cách để vượt qua.
- Giữ bình tĩnh khi giao tiếp.
- Suy nghĩ theo hướng tích cực.
- Chia sẻ cảm xúc, câu chuyện với những người mà mình tin tưởng.

- Chấp nhận cảm xúc của bản thân và tìm cách để vượt qua.
- Giữ bình tĩnh khi giao tiếp.

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS tiếp nhận các nhiệm vụ của GV

+ Chuẩn bị giấy A4

+ HS thảo luận nhóm: Xác định cách điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý trong những tình huống giao tiếp khác nhau

- GV hỗ trợ HS trong quá trình hoạt động

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời đại diện các nhóm trình bày kết quả

- GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các nhóm

Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập

- GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức.

- GV tổng hợp những các xác định cách điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý trong những tình huống giao tiếp khác nhau

Nhiệm vụ 2. Chia sẻ tình huống cụ thể mà em đã điều chỉnh cảm xúc phù hợp và ứng xử hợp lý.

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu HS làm nhiệm vụ cá nhân: Chia sẻ tình huống cụ thể mà em đã điều chỉnh cảm xúc phù hợp và ứng xử hợp lý.

- GV gợi ý:

+ Câu chuyện

+ Cách mình xử lý

+ Kết quả

+ Bài học rút ra

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS làm nhiệm vụ cá nhân: Chia sẻ tình huống cụ thể mà em đã điều chỉnh cảm xúc phù hợp và ứng xử hợp lý.

- GV hỗ trợ HS trong quá trình

- Động viên, khích lệ bản thân và người khác.

2. **Chia sẻ tình huống cụ thể mà em đã điều chỉnh cảm xúc phù hợp và ứng xử hợp lý.** Trong một buổi thảo luận nhóm, mình có một ý tưởng mà mình nghĩ là rất hay. Tuy nhiên, khi đưa ra ý kiến, một thành viên khác lại phản đối gay gắt và cho rằng ý tưởng của mình không khả thi. Lúc đó, mình cảm thấy rất tức giận và muốn tranh cãi để bảo vệ ý tưởng của mình. Nhưng rồi mình đã kịp thời dừng lại và suy nghĩ lại.

Cách mình điều chỉnh:

- **Nhận biết cảm xúc:** Đầu tiên, mình nhận ra rằng mình đang cảm thấy tức giận và muốn phản ứng lại một cách tiêu cực.
- **Tìm hiểu nguyên nhân:** Mình cố gắng hiểu lý do tại sao người kia lại phản đối ý tưởng của mình. Có thể họ có những quan điểm khác hoặc những thông tin mà mình chưa biết.
- **Điều chỉnh suy nghĩ:** Thay vì tập trung vào việc bảo vệ ý tưởng của mình, mình cố gắng lắng nghe ý kiến của người khác và tìm kiếm những điểm chung.
- **Ứng xử phù hợp:** Thay vì tranh cãi, mình đã chọn cách đặt câu hỏi để hiểu rõ hơn về quan điểm của người kia và cùng nhau tìm ra giải pháp tốt nhất.

Kết quả:

Cuối cùng, chúng mình đã cùng nhau đưa ra một ý tưởng mới, kết hợp những điểm mạnh của cả hai ý tưởng ban đầu. Nhờ đó, buổi thảo luận trở nên hiệu quả hơn và mình cũng học được cách lắng nghe và tôn trọng ý kiến của người khác.

Bài học rút ra:

- **Nhận biết cảm xúc:** Khi cảm thấy tức giận hoặc khó chịu, hãy cố gắng xác định cảm xúc đó.
- **Tìm hiểu nguyên nhân:** Tìm hiểu lý do tại sao mình lại có cảm xúc như vậy và tại sao người khác lại hành động như vậy.

<p>hoạt động Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận</p> <ul style="list-style-type: none">- GV mời đại 3-5HS chia sẻ trước lớp- Các nhóm bạn sau chỉ bổ sung ý kiến khác với các nhóm đã trình bày trước.	
---	--

<p>Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập - GV tổng kết hoạt động</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Điều chỉnh suy nghĩ: Thay đổi cách suy nghĩ về tình huống để có cách ứng xử phù hợp hơn. ● Lắng nghe và tôn trọng người khác: Mọi người đều có những quan điểm khác nhau, hãy lắng nghe và tôn trọng ý kiến của họ. ● Tìm kiếm giải pháp chung: Cùng nhau tìm ra giải pháp tốt nhất cho mọi người.
--	---

*** Hướng dẫn về nhà:**

- Thực hiện tốt việc thực hiện kế hoạch mình đã xây dựng
- Xem trước nội dung hoạt động 6,7,8 chủ đề 2.

TUẦN 2: SHL –

SINH HOẠT THEO CHỦ ĐỀ “CHIA SẺ VỀ CÁCH ĐIỀU CHỈNH BẢN THÂN VÀ ỨNG XỬ HỢP LÝ TRONG NHỮNG TÌNH HUỐNG GIAO TIẾP KHÁC NHAU”

Hoạt động 1. Sơ kết tuần và thông qua kế hoạch tuần sau

Hoạt động 2. Sinh hoạt theo chủ đề “Chia sẻ về cách điều chỉnh bản thân và ứng xử hợp lý trong những tình huống giao tiếp khác nhau”

a) **Mục tiêu:** HS chia sẻ về cách điều chỉnh bản thân và ứng xử hợp lý trong những tình huống giao tiếp khác nhau

b) Nội dung - Tổ chức thực hiện:

- GV yêu cầu HS chia sẻ về cách điều chỉnh bản thân và ứng xử hợp lý trong những tình huống giao tiếp khác nhau

+ Nhận biết cảm xúc:

- Quan sát cơ thể: Khi cảm xúc thay đổi, cơ thể chúng ta cũng có những phản ứng khác nhau. Hãy chú ý đến nhịp tim, hơi thở, hoặc các biểu hiện trên khuôn mặt để nhận biết cảm xúc của mình.
- Ghi nhật ký: Viết nhật ký mỗi ngày để theo dõi và hiểu rõ hơn về cảm xúc của bản thân.
- Thở sâu: Khi cảm thấy căng thẳng hoặc tức giận, hãy thử hít thở sâu để làm dịu cơ thể và tâm trí.

+ Lắng nghe tích cực:

- Tập trung vào người nói: Duy trì giao tiếp bằng mắt, gật đầu và đưa ra những phản hồi tích cực để cho người khác biết bạn đang lắng nghe.
- Tránh ngắt lời: Đợi đến khi người khác nói xong mới đưa ra ý kiến của mình.
- Đặt câu hỏi: Đặt những câu hỏi mở để hiểu rõ hơn về quan điểm của người khác.

+ Xác định mục tiêu giao tiếp:

- Hiểu rõ mục đích: Trước khi bắt đầu một cuộc trò chuyện, hãy xác định rõ mục tiêu mà bạn muốn đạt được.
- Lựa chọn ngôn ngữ phù hợp: Sử dụng ngôn ngữ phù hợp với từng đối tượng và từng hoàn cảnh.
- Tập trung vào thông điệp: Truyền đạt thông điệp của mình một cách rõ ràng và ngắn gọn.

+ Điều chỉnh ngôn ngữ cơ thể:

- Ngồi thẳng lưng: Tạo cảm giác tự tin và chuyên nghiệp.
 - Tránh cử chỉ tay chân quá nhiều: Có thể gây mất tập trung cho người nghe.
 - Mím cười: Tạo không khí thoải mái và thân thiện.
- GV biểu dương những HS đã thực hiện tốt việc chia sẻ về cách điều chỉnh bản thân và ứng xử hợp lí trong những tình huống giao tiếp khác nhau
- GV đề nghị HS chia sẻ về những điều học tập được từ bạn.

Ngày soạn:

Ngày dạy:

TUẦN 3: SHDC

DIỄN ĐÀN TRAO ĐỔI VỀ ẢNH HƯỞNG CỦA HỨNG THÚ, SỞ TRƯỜNG ĐẾN ĐỊNH HƯỚNG NGHỀ NGHIỆP TRONG TƯƠNG LAI CỦA GIỚI TRẺ

I. MỤC TIÊU

Sau khi tham gia hoạt động này, HS có khả năng:

- Xác định những ảnh hưởng của hứng thú, sở trường đến định hướng nghề nghiệp trong tương lai của giới trẻ

II. CHUẨN BỊ

1. Đối với Bí thư Đoàn trường, BGH và GV

- Phối hợp với lớp trực tuần xây dựng kịch bản chương trình tổ chức diễn đàn
- Mời một số tấm gương trong khởi nghiệp thành công ở trong và ngoài nhà trường để HS giao lưu. Công bố danh sách khách mời đến các lớp.
- Chuẩn bị một số câu hỏi cốt lõi dành cho khách mời, ví dụ:
 - + *Theo anh/ chị/ bạn hứng thú và sở thích có mối quan hệ như thế nào đến lựa chọn nghề nghiệp*
 - + *Khi lựa chọn nghề nghiệp mà không dựa trên sở thích và hứng thú thì có thể thành công hay không?*
 - + *Ngoài tâm huyết của bản thân, anh/ chị/ bạn đã nỗ lực như thế nào khi khởi nghiệp?*
 - + *Anh/ chị/ bạn đã bao giờ cảm thấy công việc hiện tại không phù hợp với sở thích của mình không?*
 - + *Anh/ chị/ bạn cho biết hiệu quả của công việc lựa chọn nghề nghiệp không dựa trên năng lực, sở trường và hứng thú?*
 - + ...
- Tư vấn cho lớp trực tuần hoặc HS được chọn làm NDCT cách đặt câu hỏi để dẫn cho các khách mời và khích lệ các bạn tham gia giao lưu (nếu NDCT không phải là Bí thư Đoàn trường).
- Trang trí phòng buổi giao lưu, chuẩn bị bàn ghế ngồi cho các khách mời trên sân khấu.
- Yêu cầu HS các lớp chuẩn bị câu hỏi tham gia giao lưu với khách mời.
- Phân công các lớp chuẩn bị các tiết mục văn nghệ thể hiện xen kẽ trong giao lưu.
- Chuẩn bị phương tiện, hệ thống âm thanh phục vụ hoạt động.
- Chuẩn bị hoa hoặc quà lưu niệm cho các khách mời.

2. Đối với HS

- Chuẩn bị câu hỏi/ ý kiến tham gia giao lưu.
- Chuẩn bị các tiết mục văn nghệ tham gia trình diễn

III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG

Hoạt động 1. Chào cờ, sơ kết thi đua tuần và phổ biến nhiệm vụ tuần mới

Hoạt động 2. Sinh hoạt chủ đề thảo luận về cách thực hiện công việc theo kế hoạch

a) Mục tiêu:

- HS nhận thức được tầm quan trọng của việc thực hiện công việc theo kế hoạch
- Có ý thức tự giác, tích cực tham gia các hoạt động chung.

b) Nội dung - Tổ chức thực hiện

- NDCT lần lượt giới thiệu các đội tham luận để trao đổi trong diễn đàn
- NDCT giới thiệu khách mời của diễn đàn

- NDCT đặt từng câu hỏi cho các khách mời theo nội dung đã chuẩn bị.

- NDCT quan tâm khai thác khách mời là HS trong trường (nếu có) vì HS sẽ có tác dụng giáo dục đồng đẳng đến HS trong toàn trường.
- Yêu cầu HS toàn trường lắng nghe và suy ngẫm về trách nhiệm của mình, đồng thời đặt thêm các câu hỏi để hiểu rõ hơn ý nghĩa của những hoạt động chung.
- NDCT giới thiệu xen kẽ các tiết mục văn nghệ để thay đổi không khí của chương trình
- Sau khi khách mời và HS trong trường hết ý kiến trao đổi và thảo luận, NDCT chốt lại bài học kinh nghiệm
- NDCT cảm ơn các thầy cô và các bạn trong trường đã tham gia diễn đàn

ĐÁNH GIÁ

Kích lệ một vài HS chia sẻ thu hoạch và cảm hứng nhận được sau diễn đàn

HOẠT ĐỘNG TIẾP NỐI

Về lớp, HS tiếp tục chia sẻ cảm xúc khi tham gia diễn đàn trao đổi về ảnh hưởng của hứng thú, sở trường đến định hướng nghề nghiệp trong tương lai của giới trẻ

* * * * *

TUẦN 3: HĐGD – TÌM HIỂU HOẠT ĐỘNG 6, 7, 8 CHỦ ĐỀ 2

I. MỤC TIÊU:

1. Kiến thức:

- Thể hiện sự trưởng thành của bản thân
- Rèn luyện phẩm chất ý chí và theo đuổi đam mê
- Rèn luyện khả năng tư duy độc lập và khả năng thích ứng với sự thay đổi.

2. Năng lực

a. Năng lực chung

- *Năng lực giao tiếp, hợp tác*: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo nhóm và thể hiện sự sáng tạo.

- *Năng lực tự chủ, tự học*: xác định được nhiệm vụ học tập một cách tự giác, chủ động; tự đặt được mục tiêu học tập để đòi hỏi sự nỗ lực phấn đấu thực hiện; thực hiện các phương pháp học tập hiệu quả; điều chỉnh những sai sót, hạn chế của bản thân

b. Năng lực đặc thù môn học:

- *Năng lực thích ứng với cuộc sống*: Thể hiện sự tự tin theo đuổi đam mê của bản thân và rèn luyện khả năng tư duy độc lập

3. Phẩm chất

- Có thái độ hứng thú trong học tập.
- Có sự yêu thích tìm hiểu và liên hệ các vấn đề thực tế liên quan.
- Có thái độ khách quan trung thực, nghiêm túc học tập.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

1. Đối với GV:

- Giáo án, SGK, SGV
- Video phim hoạt hình phần khởi động

2. Đối với HS:

- SGK, SBT hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 12

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG KHỞI ĐỘNG

- a. **Mục tiêu:** Tạo tâm thế hào hứng và phần khởi cho HS trước khi vào nội dung bài

học thông qua xem video.

b. **Nội dung:** GV tổ chức cho HS xem video và trả lời câu hỏi

c. **Sản phẩm học tập:** HS nhắc được truyền thống tôn sư trọng đạo của câu chuyện và nêu lên chia sẻ của mình.

d. **Tổ chức thực hiện:**

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV chiếu cho HS xem video: <https://www.youtube.com/watch?v=v7ApViKmh3g>

- GV đặt câu hỏi: *Video nói về vấn đề gì? Em thấy vấn đề video nói đến có tầm quan trọng như thế nào trong bối cảnh hiện nay?*

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS chăm chú xem nội dung video, suy nghĩ câu trả lời

Bước 3, 4: Báo cáo, đánh giá kết quả hoạt động

- GV mời một số HS đứng dậy chia sẻ câu trả lời của mình

- GV ghi nhận câu trả lời của HS, dẫn dắt HS vào nội dung bài học:

Bối rối trước thông tin ngành học khi bằng đại học chưa thể quyết định việc làm đã trở thành nội dung chủ điểm, đứng đầu xu hướng bàn luận của giới trẻ. Ngay tại Việt Nam, không ít học sinh cuối cấp tỏ ra bối rối khi đây là thời gian cao điểm chọn trường chọn ngành để theo học với mong muốn một công việc phù hợp trong tương lai.

HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM KẾT NỐI

Hoạt động 6: Thể hiện sự trưởng thành của bản thân.

a. **Mục tiêu:**

- Thể hiện sự trưởng thành của bản thân trong các tình huống cụ thể

b. **Nội dung:** GV hướng dẫn học sinh thực hiện nhiệm vụ theo nhóm thảo luận hoàn thành yêu cầu dựa trên gợi ý của giáo viên

c. **Sản phẩm:**

HS biết cách thể hiện sự trưởng thành của bản thân trong cuộc sống

d. **Tổ chức thực hiện**

HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS	DỰ KIẾN SẢN PHẨM
------------------------------	-------------------------

Nhiệm vụ 1. Thể hiện sự trưởng thành của bản thân trong các tình huống sau:

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu các nhóm lựa chọn 1 trong 2 tình huống sắm vai và thể hiện sự trưởng thành của bản thân trong các tình huống sau:

+ **TH1:** Mai có tình cảm với một bạn khác giới trong lớp. Bố mẹ rất phản đối chuyện này và tỏ thái độ gay gắt. Nếu là Mai, em sẽ làm gì?

+ **TH2:** Hoàn cảnh kinh tế gia đình Khang rất khó khăn nhiều lần Khang đã nghĩ đến việc nghỉ học để giảm bớt gánh nặng chi phí cho

1. Thể hiện sự trưởng thành của bản thân trong các tình huống sau:

Tình huống 1:

Tìm hiểu nguyên nhân: Mai bắt đầu bằng việc tìm hiểu nguyên nhân mà bố mẹ phản đối mối quan hệ của cô. Cô có thể thảo luận và lắng nghe để hiểu rõ hơn về quan điểm của họ.

Chấp nhận ý kiến và hiểu biết: Mai hiểu rằng bố mẹ có quan điểm khác với cô và chấp nhận sự đa dạng ý kiến. Cô không phải làm thay đổi họ mà tập trung vào việc hiểu rõ và chấp nhận.

Thể hiện tình cảm và trung thực: Mai mở lời và chia sẻ với bố mẹ về tình cảm của mình. Cô thể hiện tình cảm của mình một cách trung thực và chân thành, giải thích lí do mà cô cảm thấy quan trọng.

Kiên nhẫn và tôn trọng: Trong quá trình thảo luận, Mai giữ thái độ kiên nhẫn và tôn trọng, dù cho có những ý kiến khác biệt. Cô thể truyền đạt sự trưởng

bố mẹ. Nếu là Khang, em sẽ làm gì?

+ **TH3:** Gần đây, Huy mãi chơi điện tử nên kết quả học tập sa sút so với các giai đoạn trước. Các kỳ thi quan trọng đang ngày một đến gần khiến Huy lo lắng. Nếu là Huy, em sẽ làm gì?

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- Thảo luận lựa chọn tình huống và phân vai tập luyện
- HS tiến hành thảo luận và thống nhất cách xử lý tình huống
- GV quan sát, hỗ trợ HS trong quá trình thảo luận, đưa ra gợi ý cho HS về cách xử lý tình huống sao cho hiệu quả nhất.

Bước 3: Báo cáo kết quả thực hiện hoạt động

- GV mời các nhóm đại diện trình bày kết quả
- GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các nhóm và các nhóm

Bước 4. Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ

- GV tổng hợp nội dung các nhóm trình bày và kết luận

Nhiệm vụ 2. Chia sẻ một tình huống cụ thể mà em đã thể hiện sự trưởng thành của bản thân.

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu HS thực hiện nhiệm vụ cá nhân chia sẻ một tình huống cụ thể mà em đã thể hiện sự trưởng thành của bản thân.

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS thực hiện nhiệm vụ cá nhân chia sẻ một tình huống cụ thể mà em đã thể hiện sự trưởng thành của bản thân.

thành bằng cách đối diện với khó khăn một cách nhẹ nhàng.

Tìm kiếm hỗ trợ ngoại viện: Nếu tình huống không thể giải quyết được bằng cách nội tâm, Mai có thể tìm kiếm sự hỗ trợ ngoại viện, chẳng hạn như từ người hướng dẫn học tập, người lớn có kinh nghiệm, hoặc tư vấn tâm lý.

Chấp nhận quyết định: Nếu cuộc trao đổi và thảo luận không đưa ra kết quả tích cực, Mai có thể phải chấp nhận quyết định của bố mẹ và tìm cách xây dựng mối quan hệ tích cực mà không làm tổn thương quá mức.

Tập trung vào sự phát triển cá nhân: Quan trọng nhất, Mai tập trung vào sự phát triển cá nhân và hạnh phúc của mình. Cô có thể thể hiện sự trưởng thành bằng cách tiếp tục xây dựng sự độc lập và tự chủ trong cuộc sống.

Tình huống 2:

Tìm hiểu thêm về tình hình gia đình: Khang có thể tìm hiểu thêm về tình hình kinh tế gia đình bằng cách trò chuyện với bố mẹ và hiểu rõ hơn về những khó khăn và áp lực mà họ đang phải đối mặt.

Thảo luận với gia đình: Khang có thể mở cuộc thảo luận với gia đình để chia sẻ cảm xúc và ý kiến của mình về việc nghỉ học. Việc trò chuyện có thể giúp gia đình hiểu rõ hơn về quyết định của Khang.

Tìm kiếm giải pháp khác: Thay vì nghỉ học, Khang có thể tìm kiếm giải pháp khác như xin học bổng, tham gia các chương trình hỗ trợ học sinh sinh viên, hoặc tìm kiếm cơ hội làm thêm để giúp giảm áp lực tài chính cho gia đình mà không cần phải nghỉ học.

Thảo luận với trường học: Khang có thể thảo luận với giáo viên hoặc người quản lý trường học để tìm hiểu về các tùy chọn hỗ trợ hoặc chương trình giảm học phí có thể áp dụng cho tình hình gia đình của mình.

Xem xét tình hình nghỉ học tạm thời: Nếu không có giải pháp nào khác, Khang có thể xem xét việc nghỉ học tạm thời và tập trung vào việc kiếm sống để giúp gia đình. Tuy nhiên, cần đảm bảo rằng quyết định này được thảo luận và đưa ra một cách chín chắn.

Lập kế hoạch tương lai: Khang có thể lập kế hoạch cho tương lai bằng cách xác định mục tiêu học tập

	và	
--	----	--

<p>- GV hỗ trợ HS trong quá trình hoạt động</p> <p>Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận</p> <p>- GV mời đại 3-5HS trình bày kế hoạch của mình</p> <p>- Các nhóm bạn sau chỉ bổ sung ý kiến khác với các nhóm đã trình bày trước.</p> <p>Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập</p> <p>- GV tổng kết hoạt động</p>	<p>nghe nghiệp, để khi gia đình có điều kiện tốt hơn, Khang có thể quay lại học tập mà không làm mất liên kết với học vấn.</p> <p>Giữ tâm lí lạc quan: Trong quá trình đối mặt với khó khăn, Khang cần giữ tâm lí lạc quan và tìm sự hỗ trợ từ bạn bè, gia đình, hoặc người thầy cô để vượt qua thời kỳ khó khăn này một cách tích cực.</p> <p>Tình huống 3:</p> <p>Phân tích tình huống:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Nguyên nhân: Huy dành quá nhiều thời gian cho việc chơi game, dẫn đến xao nhãng việc học tập. ● Hậu quả: Kết quả học tập giảm sút, gây lo lắng và áp lực trước các kỳ thi quan trọng. ● Cảm xúc của Huy: Có thể Huy đang cảm thấy bối rối, lo lắng, thậm chí có chút hối hận. <p>Nếu là Huy, em sẽ làm gì?</p> <p>- Nhận thức rõ vấn đề:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Thừa nhận: Huy cần thừa nhận rằng việc chơi game quá nhiều đang ảnh hưởng đến học tập của mình. + Xác định mục tiêu: Huy cần đặt ra mục tiêu rõ ràng về việc cải thiện kết quả học tập. <p>- Lập kế hoạch cụ thể:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Giảm thời gian chơi game: Dần dần giảm thời gian chơi game, có thể bắt đầu bằng việc đặt ra giới hạn thời gian mỗi ngày. + Lên lịch học tập: Lập một lịch học tập khoa học, phân chia thời gian cho từng môn học. + Tìm một nơi học tập yên tĩnh: Chọn một góc học tập riêng, không có sự xao nhãng. <p>- Tìm kiếm sự giúp đỡ:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Chia sẻ với bố mẹ, thầy cô: Nói chuyện với bố mẹ và thầy cô về tình hình của mình để được động viên và hỗ trợ. + Hỏi bạn bè: Hỏi những bạn học giỏi về cách học hiệu quả. <p>- Thay đổi thói quen:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Tìm những sở thích khác: Tham gia các hoạt động thể thao, câu lạc bộ để giải tỏa căng thẳng và có thêm bạn bè. + Giữ gìn sức khỏe: Ngủ đủ giấc, ăn uống điều độ để có một cơ thể khỏe mạnh và tinh thần minh
---	--

	mãn.
--	------

	<p>- Khen thưởng bản thân: Khi đạt được mục tiêu nhỏ, hãy tự thưởng cho mình để có thêm động lực.</p> <p>2. Chia sẻ một tình huống cụ thể mà em đã thể hiện sự trưởng thành của bản thân.</p> <p>Hồi năm lớp 9, mình và bạn thân xảy ra một mâu thuẫn khá lớn. Cả hai đều cố chấp và không chịu nhường nhịn nhau, dẫn đến việc chúng mình không nói chuyện với nhau trong một thời gian dài. Lúc đầu, mình cảm thấy rất buồn và giận dữ, muốn tìm cách để bạn ấy phải xin lỗi mình trước. Tuy nhiên, sau một thời gian suy nghĩ, mình nhận ra rằng việc giữ mối quan hệ bạn bè tốt đẹp quan trọng hơn rất nhiều so với việc ai đúng ai sai.</p> <p>Cách mình giải quyết:</p> <p>Mình đã chủ động tìm đến bạn ấy để nói chuyện. Mình bắt đầu bằng việc xin lỗi vì những điều mà mình đã làm sai, sau đó mình cũng thẳng thắn bày tỏ cảm xúc của mình. Mình lắng nghe bạn ấy chia sẻ quan điểm của bạn ấy và cố gắng hiểu rõ hơn về góc nhìn của bạn ấy. Cuối cùng, chúng mình đã cùng nhau tìm ra cách giải quyết và làm lành.</p> <p>Điều mình học được:</p> <p>Qua tình huống này, mình nhận ra rằng:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Sự trưởng thành không chỉ là về tuổi tác mà còn là về cách chúng ta xử lý các mối quan hệ: Thay vì cố chấp và bảo vệ cái tôi của mình, mình đã chọn cách nhường nhịn và lắng nghe để giữ gìn tình bạn. ● Giao tiếp cởi mở và chân thành là rất quan trọng: Việc thẳng thắn chia sẻ cảm xúc và lắng nghe người khác giúp mình giải quyết mâu thuẫn một cách hiệu quả. ● Không ai là hoàn hảo: Mình cũng mắc sai lầm và cần phải học cách tha thứ cho bản thân và người khác.
--	---

Hoạt động 7: Rèn luyện phẩm chất ý chí và theo đuổi đam mê

a. Mục tiêu:

- Lựa chọn một việc cần thể hiện ý chí, lập kế hoạch và thực hiện công việc đó.
- HS biết cách duy trì ý chí của bản thân khi thực hiện công việc.

b. **Nội dung:** GV hướng dẫn học sinh thực hiện nhiệm vụ theo nhóm thảo luận hoàn thành yêu cầu dựa trên gợi ý của giáo viên

c. Sản phẩm:

- HS biết cách rèn luyện ý chí và theo đuổi đam mê của bản thân

d. Tổ chức thực hiện

HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS	DỰ KIẾN SẢN PHẨM
------------------------------	-------------------------

Nhiệm vụ 1. Trao đổi về cách rèn luyện phẩm chất ý chí.

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu các nhóm thảo luận để trao đổi về cách rèn luyện phẩm chất ý chí.

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- Thảo luận để trao đổi về cách rèn luyện phẩm chất ý chí.

- GV quan sát, hỗ trợ HS trong quá trình thảo luận.

Bước 3: Báo cáo kết quả thực hiện hoạt động

- GV mời các nhóm đại diện trình bày kết quả

- GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các nhóm và các nhóm

Bước 4. Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ

- GV tổng hợp nội dung các nhóm trình bày và kết luận

Nhiệm vụ 2. Đóng vai xử lý các tình huống để thể hiện phẩm chất ý chí và quyết tâm theo đuổi đam mê

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu các nhóm lựa chọn 1 trong 2 tình huống sắm vai và giải quyết tình huống

+ **TH1:** An luôn nâng cao sức khỏe thể lực và cải thiện vóc dáng của bản thân bằng việc chạy bộ mỗi ngày. Tuy nhiên, gần đây có nhiều ngày thời tiết bất lợi, bạn bè An cũng hay rủ đi chơi.

+ **TH2:** Linh rất đam mê hội họa nên thường dành nhiều thời gian để vẽ và xem các buổi triển lãm tranh. Tuy nhiên, bố mẹ Linh không ủng hộ vì cho rằng điều này ảnh hưởng đến việc học tập, hơn nữa đây không phải lĩnh vực mà Linh sẽ phát triển nghề nghiệp sau này vì vậy không nên tốn nhiều thời gian.

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- Thảo luận lựa chọn tình huống và phân vai tập luyện

- HS tiến hành thảo luận và thống nhất cách xử lý tình huống

- GV quan sát, hỗ trợ HS trong quá trình thảo luận, đưa ra gợi ý cho HS về cách xử lý tình huống sao cho hiệu quả nhất.

Bước 3: Báo cáo kết quả thực hiện hoạt động

1. Trao đổi về cách rèn luyện phẩm chất ý chí.

- Xác định mục tiêu rõ ràng, chia nhỏ mục tiêu để bảo đảm thực hiện có kết quả.
- Xây dựng kế hoạch hành động cụ thể, hợp lí.
- Kiểm soát cảm xúc tiêu cực, lưu diễn cảm xúc tích cực.
- Kiểm soát hành vi không có lợi cho việc thực hiện mục tiêu.
- Học hỏi những người có chung mục tiêu và quan điểm trong học tập, trong cuộc sống.
- Nỗ lực tìm cách vượt qua khó khăn, thờ thốt trong quá trình thực hiện mục tiêu

2. Đóng vai xử lý các tình huống để thể hiện phẩm chất ý chí và quyết tâm theo đuổi đam mê

Tình huống 1:

Tình Huống: Gần đây, thời tiết không thuận lợi cho việc chạy bộ của An, và bạn bè thường rủ An đi chơi.

Phản ứng cảm xúc ban đầu: An có thể cảm thấy thách thức và buồn vì thời tiết không phù hợp với lịch trình tập luyện của mình.

Hiểu rõ mục tiêu cá nhân: An nên nhắc nhở bản thân về mục tiêu cá nhân của mình là nâng cao sức khỏe và cải thiện vóc dáng, điều này giúp An duy trì đam mê và quyết tâm.

Thể hiện ý chí và quyết tâm: An có thể thể hiện ý chí và quyết tâm bằng cách tìm kiếm giải pháp để tập luyện trong điều kiện thời tiết khắc nghiệt, chẳng hạn như tập trong phòng hoặc chọn những hoạt động thể lực khác.

Giao tiếp với bạn bè: An có thể chia sẻ với bạn bè về mục tiêu cá nhân của mình và lí do tại sao An quyết tâm duy trì lịch trình tập luyện.

- GV mời các nhóm đại diện trình bày kết quả
- GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các nhóm và các nhóm **Bước 4. Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ**

- GV tổng hợp nội dung các nhóm trình bày và kết luận

Nhiệm vụ 3. Thực hành rèn luyện phẩm chất ý chí và nuôi dưỡng đam mê của em trong học tập và trong cuộc sống.

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu cá nhân HS: Thực hành rèn luyện phẩm chất ý chí và nuôi dưỡng đam mê của em trong học tập và trong cuộc sống.

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS: Thực hành rèn luyện phẩm chất ý chí và nuôi dưỡng đam mê của em trong học tập và trong cuộc sống.

- GV hỗ trợ HS trong quá trình hoạt động

Bước 3: Báo cáo kết quả thực hiện hoạt động

- GV yêu cầu HS chuẩn bị kết quả để chia sẻ với thầy cô và các bạn

- Những điều rút ra su khi thực hiện

Bước 4. Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ

- GV tổng hợp nội dung các nhóm trình bày và kết luận

Nhiệm vụ 4. Chia sẻ kết quả rèn luyện

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu HS thực hiện nhiệm vụ cá nhân chia sẻ những cách duy trì ý chí của bản thân khi thực hiện công việc

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS tiếp nhận các nhiệm vụ của GV

+ Chuẩn bị giấy A4

+ chia sẻ những cách duy trì ý chí của bản thân khi thực hiện công việc

- GV hỗ trợ HS trong quá trình hoạt động

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời đại diện 3-5HS trình bày kết quả

- GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các cá nhân.

Đề xuất lịch trình thay thế: An có thể đề xuất lịch trình hoạt động thể lực thay thế, chẳng hạn như tham gia các lớp thể dục trong nhà hoặc tìm kiếm các hoạt động khác có thể thay thế chạy bộ.

Kiên nhẫn và linh hoạt: An cần kiên nhẫn và linh hoạt trong việc điều chỉnh lịch trình tập luyện theo điều kiện thời tiết và các sự kiện xã hội mà bạn bè tổ chức.

Tạo điểm nhấn cho sức khỏe: An có thể nhìn nhận việc tập luyện là một điểm nhấn cho sức khỏe và hạnh phúc của bản thân, điều này giúp An duy trì động lực và quyết tâm.

Tình huống 2:

Phản ứng cảm xúc ban đầu: Linh có thể cảm thấy thất vọng khi bố mẹ không ủng hộ đam mê của mình.

Hiểu rõ quan điểm của bố mẹ: Linh cần dành thời gian để hiểu rõ hơn về quan điểm của bố mẹ và tìm hiểu vì sao họ có lo ngại về ảnh hưởng đến học tập và sự nghiệp sau này.

Thảo luận và chia sẻ: Linh có thể thảo luận với bố mẹ về đam mê của mình, chia sẻ vì sao nghệ thuật quan trọng đối với Linh và làm thế nào nó có thể đóng góp vào sự phát triển cá nhân.

Mục tiêu nghề nghiệp: Linh nên chia sẻ với bố mẹ về kế hoạch nghề nghiệp của mình và làm thế nào đam mê hội họa có thể kết hợp với mục tiêu sự nghiệp của cô.

Lập kế hoạch quản lý thời gian: Linh có thể đề xuất lập kế hoạch quản lý thời gian hiệu quả để có thể cân bằng giữa học tập và đam mê hội họa mà không làm ảnh hưởng đến hiệu suất học tập.

Thể hiện tính tự chủ và trách nhiệm: Linh có thể thể hiện tính tự chủ và trách nhiệm bằng cách tự quản lý thời gian một cách hiệu quả và đảm bảo rằng công việc học tập vẫn được ưu

Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập	tiên.
---	-------

<ul style="list-style-type: none"> - GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức. - GV tổng hợp những chia sẻ những cách duy trì ý chí của bản thân khi thực hiện công việc 	<p>Thực hiện đam mê theo cách tự chủ: Nếu việc hội họa không ảnh hưởng đến học tập và mục tiêu nghề nghiệp, Linh có thể thực hiện đam mê của mình theo cách tự chủ và đồng thời chứng minh được rằng cô có khả năng quản lí thời gian của mình.</p> <p>Tìm kiếm sự hỗ trợ ngoại viện: Linh có thể tìm sự hỗ trợ từ người hướng dẫn nghệ thuật hoặc giáo viên để chứng minh rằng việc thực hiện đam mê nghệ thuật cũng có thể là một hình thức phát triển kĩ năng và tư duy sáng tạo.</p> <p>3. Thực hành rèn luyện phẩm chất ý chí và nuôi dưỡng đam mê của em trong học tập và trong cuộc sống.</p> <p>4. Chia sẻ kết quả rèn luyện</p> <ul style="list-style-type: none"> - Xây dựng những thói quen tốt thông qua một quá trình nỗ lực với ý chí bền bỉ - Tự khen thưởng nỗ lực của mình khi hoàn thành một mục tiêu hoặc vượt qua một thử thách - Suy nghĩ tích cực về bản thân mình, tự tin rằng bản thân mình làm được - Dành thời gian nghỉ ngơi để phục hồi năng lượng, giải tỏa căng thẳng và duy trì sức khỏe
--	---

Hoạt động 8: Rèn luyện khả năng tư duy độc lập và khả năng thích ứng với sự thay đổi.

a. Mục tiêu:

- HS biết cách rèn luyện khả năng tư duy độc lập và khả năng thích ứng với sự thay đổi của bản thân

b. **Nội dung:** GV hướng dẫn học sinh thực hiện nhiệm vụ theo nhóm thảo luận hoàn thành yêu cầu dựa trên gợi ý của giáo viên

c. **Sản phẩm:** Kết quả rèn luyện của HS

d. Tổ chức thực hiện

HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS	DỰ KIẾN SẢN PHẨM
------------------------------	-------------------------

Nhiệm vụ 1. Trao đổi về cách rèn luyện khả năng tư duy độc lập và khả năng thích ứng với sự thay đổi của bản thân.

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

1. Trao đổi về cách rèn luyện khả năng tư duy độc lập và khả năng thích ứng với sự thay đổi của bản thân.

- Chủ động tìm kiếm thông tin về các vấn đề cần giải quyết.

- GV yêu cầu HS thảo luận theo nhóm, trao đổi về cách rèn luyện khả năng tư duy độc lập và khả năng thích ứng với sự thay đổi của bản thân.

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS thực hiện nhiệm vụ theo nhóm

- Chuẩn bị sản phẩm để tranh biện trước lớp

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời đại diện các nhóm cùng tranh biện

- GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các nhóm

Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập

- GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức.

- GV bổ sung:

Rèn Luyện Tư Duy Độc Lập

- **Đặt câu hỏi:** Hãy luôn đặt câu hỏi về mọi thứ xung quanh. Đừng ngại thắc mắc và tìm kiếm câu trả lời.
- **Tìm kiếm nhiều nguồn thông tin:** Đọc sách, báo, tạp chí, xem phim, nghe nhạc... từ nhiều nguồn khác nhau để có cái nhìn đa chiều về vấn đề.
- **Suy nghĩ phản biện:** Đừng vội vàng đồng ý với bất kỳ ý kiến nào. Hãy phân tích, đánh giá và đưa ra quan điểm của riêng mình.
- **Thử nghiệm và sáng tạo:** Đừng sợ thất bại, hãy mạnh dạn thử nghiệm những ý tưởng mới.
- **Học hỏi từ những người khác:** Giao tiếp với nhiều

● Học cách tự đưa ra quyết định theo quan điểm của bản thân.

● Tham gia các hoạt động hùng biện tranh biện để học hỏi cách lập luận chặt chẽ của người khác.

- Rèn luyện khả năng thích ứng với sự thay đổi.

● Xác định tâm thế vững vàng trước những thay đổi của cuộc sống.

● Tham gia tích cực vào các hoạt động và thử thách mới.

● Chủ động kết nối hợp tác với mọi người.

2. Đóng vai thể hiện khả năng tư duy độc lập và khả năng thích ứng với sự thay đổi trong những tình huống sau.

Tình huống 1:

Phản ứng cảm xúc ban đầu: Hoàng có thể cảm thấy thất vọng và tức giận vì không có sự đồng thuận với ý kiến của mình.

Giữ tinh thần tích cực: Trước hết, Hoàng cần giữ tinh thần tích cực và không để cảm xúc tiêu cực chi phối tư duy và hành động của mình.

Lắng nghe và hiểu ý kiến khác biệt: Hoàng cần lắng nghe ý kiến của nhóm và cố gắng hiểu rõ hơn về quan điểm của họ. Có thể có thông tin quan trọng mà Hoàng chưa nắm bắt, chấp nhận sự khác biệt ý kiến và nhận thức rằng mọi người có quan điểm và hiểu biết khác nhau

Đề xuất các sửa đổi: Nếu có thông tin mới hoặc các lập luận mạnh mẽ hơn, Hoàng có thể đề xuất các sửa đổi để làm cho ý kiến của mình trở nên thuyết phục hơn.

Tìm kiếm hỗ trợ bổ sung: Nếu cần thiết, Hoàng có thể tìm kiếm hỗ trợ từ nguồn thông tin bổ sung hoặc chuyên gia để minh chứng cho ý kiến của mình.

Thể hiện linh hoạt và sẵn sàng học hỏi: Hoàng có thể thể hiện sự linh hoạt và sẵn sàng học hỏi từ ý kiến của người khác, làm cho mình trở nên mạnh mẽ và chín chắn trong quá trình thảo luận.

Giữ mối quan hệ tích cực: Quan trọng nhất, Hoàng cần giữ mối quan hệ tích cực với các thành viên trong nhóm. Điều này có thể giúp tạo ra môi trường làm việc tích cực và xây dựng sự hỗ trợ trong tương lai.

Tình huống 2:

người, lắng nghe ý kiến của họ để mở rộng tầm nhìn.

Rèn Luyện Khả Năng Thích Ứng

- **Chấp nhận thay đổi:** Thay đổi là điều không thể tránh khỏi. Hãy đón nhận thay đổi như một cơ hội để học hỏi và phát triển.
- **Lập kế hoạch linh hoạt:** Đừng quá cứng nhắc với kế hoạch đã đặt ra. Hãy sẵn sàng điều chỉnh khi cần thiết.
- **Học hỏi những kỹ năng mới:** Luôn tìm kiếm cơ hội để học hỏi những kỹ năng mới, giúp bạn thích nghi với những tình huống mới.
- **Thay đổi thói quen:** Thử làm những điều mới mẻ để thoát khỏi vùng an toàn.
- **Tập trung vào giải pháp:** Khi gặp khó khăn, hãy tập trung vào việc tìm giải pháp thay vì than vãn.

Nhiệm vụ 2. Đóng vai thể hiện khả năng tư duy độc lập và khả năng thích ứng với sự thay đổi trong những tình huống sau.

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu các nhóm lựa chọn 1 trong 3 tình huống sắm vai và giải quyết tình huống

+ **TH1:** Trong một buổi làm việc nhóm, ý kiến của Hoàng không được mọi người đồng tình mặc dù Hoàng đã tìm hiểu kỹ lưỡng và đưa ra những lập luận. Nhiều thành viên trong nhóm cho rằng ý kiến của Hoàng là khó khả thi vì thiếu cơ sở khoa học và thực tiễn. Nếu là Hoàng, em sẽ ứng xử thế nào với các bạn trong nhóm để thể hiện khả năng tư duy độc lập của bản thân?

Hiểu rõ thay đổi: Hùng cần dành thời gian để hiểu rõ về những thay đổi cụ thể trong quy chế tuyển sinh của trường X, đặc biệt là yêu cầu đạt điểm cao ở tất cả các môn trong tổ hợp xét tuyển.

Đánh giá kỹ năng và điểm mạnh: Hùng nên đánh giá kỹ năng và điểm mạnh của mình trong từng môn học để xem liệu có cơ hội cải thiện và đạt điểm cao hay không.

Lên kế hoạch học tập: Nếu có khả năng cải thiện điểm, Hùng cần lên kế hoạch học tập có tổ chức và hệ thống để đảm bảo đạt được kết quả tốt.

Tìm kiếm hỗ trợ: Hùng có thể tìm kiếm sự hỗ trợ từ giáo viên, gia đình, hoặc người hướng dẫn để có những chiến lược học tập hiệu quả.

Khám phá tùy chọn khác: Nếu khả năng cải thiện điểm không cao, Hùng có thể khám phá các tùy chọn khác trong quy chế tuyển sinh, chẳng hạn như các chương trình chuyển tiếp, hoặc tìm hiểu về các ngành học liên quan mà yêu cầu ít môn học cụ thể. Hoặc Hùng nên tìm hiểu về các trường đại học khác có chương trình học phù hợp với mong muốn và kỹ năng của mình

Xây dựng kế hoạch B: Dựa trên thông tin thu thập được, Hùng cần xây dựng một kế hoạch B hoặc các phương án dự phòng để không phụ thuộc hoàn toàn vào một trường duy nhất.

Thiết lập mục tiêu và động lực: Hùng cần thiết lập mục tiêu học tập cụ thể và tìm nguồn động lực để vượt qua những thách thức trong quá trình chuẩn bị cho kỳ thi tuyển sinh.

Tư duy linh hoạt và tự tin:

Cuối cùng, Hùng cần phải có tư duy linh hoạt và tự tin để đối mặt với sự thay đổi, và tin rằng sẽ có cách giải quyết phù hợp cho tình huống của mình.

Tình huống 3:

Tạo mối quan hệ tại nơi mới: Lan có thể tham gia các hoạt động cộng đồng, như câu lạc bộ, sự kiện hàng xóm hoặc các buổi gặp mặt để tạo mối quan hệ mới và nhanh chóng làm quen với cộng đồng mới.

Giao tiếp với bạn bè tại trường: Lan có thể tích cực giao tiếp với các bạn học mới tại trường, tham gia các hoạt động nhóm, và tìm hiểu về đời sống học thuật và văn hóa tại trường mới.

+ **TH2:** Hùng luôn mơ ước được học ở trường đại học X sau khi tốt nghiệp. Tuy nhiên, từ kỳ thi năm trước thì trường X có những thay đổi trong quy chế tuyển sinh, đòi hỏi các thí sinh phải đạt điểm cao ở tất cả các môn trong tổ hợp xét tuyển. Hùng thấy bối rối và lo lắng vì hiện tại Hùng chưa tốt một trong các môn tổ hợp xét tuyển của trường. Nếu là Hùng, em sẽ làm gì để thích ứng với sự thay đổi trong định hướng học tập?

+ **TH3:** Mẹ Lan thay đổi vị trí công tác nên cả nhà chuyển chỗ ở. Tại nơi ở mới, Lan chưa quen biết ai và mọi thứ đều xa lạ. Hơn nữa, từ nhà tới trường mới, Lan phải di chuyển bằng xe buýt. Trường mới, bạn mới cũng khiến Lan có nhiều bỡ ngỡ và lo lắng. Nếu là Lan, em sẽ thể hiện khả năng thích ứng với sự thay đổi về hoàn cảnh, môi trường sống như thế nào?

+ **TH4:** Trà được giao nhiệm vụ học tập khó. Vì vậy, Trà gặp một số bạn để xin ý kiến. Tuy nhiên, ý kiến góp ý của các bạn theo hướng khác nhau khiến Trà thêm bối rối. Nếu là Trà em sẽ làm gì để thể hiện khả năng tư duy độc lập của mình khi được giao nhiệm vụ học tập?

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- Thảo luận lựa chọn tình huống và phân vai tập luyện
- HS tiến hành thảo luận và thống nhất cách xử lý tình huống
- GV quan sát, hỗ trợ HS trong quá trình thảo luận, đưa ra gợi ý cho HS về cách xử lý tình huống sao cho hiệu quả nhất.

Bước 3: Báo cáo kết quả thực hiện hoạt động

Tìm hiểu về điều kiện giao thông: Lan cần tìm hiểu về hệ thống giao thông tại địa điểm mới, đặc biệt là cách di chuyển bằng xe buýt từ nhà đến trường. Có thể thảo luận với người lớn hoặc bạn bè để đảm bảo việc đi lại thuận tiện và an toàn.

Sử dụng công nghệ: Lan có thể sử dụng các ứng dụng và trang web để tìm hiểu về địa điểm mới, thời gian di chuyển bằng xe buýt, và các điểm quan trọng xung quanh như siêu thị, nhà hàng, hay cửa hàng tiện lợi.

Chủ động học tập và tìm hiểu: Lan nên chủ động học tập về trường mới và các bạn mới, tìm hiểu về các khóa học, hoạt động ngoại khóa, và các dịch vụ hỗ trợ.

Thể hiện tính tự lập: Lan có thể thể hiện tính tự lập bằng cách tự chủ trong việc quản lý thời gian, sắp xếp lịch trình, và tự giải quyết các vấn đề hàng ngày.

Nhận thức và giải quyết lo lắng: Nếu Lan cảm thấy lo lắng, cô nên nhận thức và chia sẻ cảm xúc của mình với người lớn hoặc bạn bè tin tưởng. Sự hỗ trợ tâm lý có thể giúp Lan vượt qua giai đoạn bỡ ngỡ và lo lắng.

Thiết lập mục tiêu ngắn hạn và dài hạn: Lan nên thiết lập mục tiêu ngắn hạn và dài hạn để tạo động lực và hướng dẫn cho bản thân trong quá trình thích ứng và phát triển tại địa điểm mới.

Tìm cơ hội tham gia: Lan có thể tìm các cơ hội tham gia nhóm ngoại ngữ, câu lạc bộ, hoặc các hoạt động khác để kết nối với người mới và phát triển kỹ năng xã hội.

Giữ tư duy tích cực: Quan trọng nhất, Lan cần giữ tư duy tích cực và tin rằng sẽ có những trải nghiệm mới tốt đẹp tại địa điểm mới, và mọi thứ sẽ trở nên quen thuộc hơn theo thời gian.

Tình huống 4:

Lắng nghe ý kiến khác nhau: Trà nên bắt đầu bằng việc lắng nghe một cách chân thành ý kiến góp ý của các bạn, không phê phán hay đánh giá ngay từ ban đầu.

Hiểu rõ các quan điểm: Trước khi quyết định, Trà cần hiểu rõ các quan điểm khác nhau và cố gắng xem xét từng ý kiến theo chiều sâu.

<ul style="list-style-type: none"> - GV mời các nhóm đại diện trình bày kết quả - GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phân trình bày của các nhóm và các nhóm <p>Bước 4. Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV tổng hợp nội dung các nhóm trình bày và kết luận 	<p>Tư duy độc lập: Trà có thể tư duy độc lập bằng cách dành thời gian để tự suy nghĩ, đánh giá mức độ phù hợp của từng ý kiến với bản thân và nhiệm vụ học tập của mình.</p> <p>Thể hiện ý kiến cá nhân: Trà nên thể hiện ý kiến cá nhân một cách rõ ràng, giải thích lí do mà cô chọn lựa một hướng đi cụ thể. Điều này sẽ giúp các bạn hiểu rõ hơn về quan điểm của Trà.</p> <p>Tìm giải pháp kết hợp: Trà có thể thử tìm giải pháp kết hợp, chọn những ý kiến hay nhất từ mỗi bạn và kết hợp chúng thành một phương án toàn diện.</p> <p>Tìm kiếm sự hỗ trợ từ người hướng dẫn: Trà có thể tìm sự hỗ trợ từ giáo viên hoặc người hướng dẫn để có góc nhìn chuyên môn và hướng dẫn chi tiết về nhiệm vụ học tập.</p> <p>Chấp nhận quyết định cuối cùng: Trà nên tự tin và chấp nhận quyết định cuối cùng dựa trên sự cân nhắc kĩ lưỡng và tư duy độc lập của mình.</p> <p>Học hỏi từ trải nghiệm: Cuối cùng, Trà nên xem xét trải nghiệm này như một cơ hội học hỏi và phát triển kĩ năng quản lí ý kiến khác nhau trong tương lai.</p> <p>3. Chia sẻ những cách duy trì ý chí của bản thân khi thực hiện công việc</p> <ul style="list-style-type: none"> - Xây dựng những thói quen tốt thông qua một quá trình nỗ lực với ý chí bền bỉ - Tự khen thưởng nỗ lực của mình khi hoàn thành một mục tiêu hoặc vượt qua một thử thách - Suy nghĩ tích cực về bản thân mình, tự tin rằng bản thân mình làm được - Dành thời gian nghỉ ngơi để phục hồi năng lượng, giải tỏa căng thẳng và duy trì sức khỏe
--	---

*** Hướng dẫn về nhà:**

- Hoàn thành các nhiệm vụ được giao
- Xem trước hoạt động 9, 10 chủ đề 2

* * * * *

TUẦN 3: SHL

SINH HOẠT THEO CHỦ ĐỀ “GIỚI THIỆU ĐAM MÊ CỦA BẢN THÂN THỂ HIỆN Ý CHÍ, KHẢ NĂNG TƯ DUY ĐỘC LẬP ĐỊNH HƯỚNG THEO ĐUÔI ĐAM MÊ”

Hoạt động 1. Sơ kết tuần và thông qua kế hoạch tuần sau

Hoạt động 2. Sinh hoạt theo chủ đề “Giới thiệu đam mê của bản thân thể hiện ý chí, khả năng tư duy độc lập định hướng theo đuổi đam mê”

a. **Mục tiêu:** HS có thể giới thiệu đam mê của bản thân thể hiện ý chí, khả năng tư duy độc lập định hướng theo đuổi đam mê

b. Nội dung – tổ chức thực hiện:

- GV yêu cầu HS các yêu cầu khi chia sẻ:

- Hình thức: thuyết trình, đoạn phim ngắn,...

- Nội dung:

+ Lĩnh vực đam mê.

+ Lí do đam mê.

+ Những việc đã và đang làm để thực hiện đam mê.

+ Những thay đổi của bản thân khi theo đuổi đam mê.

- GV biểu dương những HS đã thực hiện tốt việc giới thiệu đam mê của bản thân thể hiện ý chí, khả năng tư duy độc lập định hướng theo đuổi đam mê

Ngày soạn:

Ngày dạy:

TUẦN 4: SHDC GIAO LƯU CHỦ ĐỀ “TÔI TỰ TIN”

I. MỤC TIÊU

Sau khi tham gia hoạt động này, HS có khả năng: thể hiện sự tự tin của mình trước mọi người

II. CHUẨN BỊ

1. Đối với Bí thư Đoàn trường, BGH và GV

- Xác định mục tiêu của buổi biểu diễn, thành lập ban tổ chức.
- Ban tổ chức xây dựng kế hoạch:
 - + Yêu cầu các lớp đăng ký các tiết mục văn nghệ xoay quanh chủ đề sự tự tin
 - + Duyệt các tiết mục đăng kí để lựa chọn.
 - +
- Ban tổ chức phối hợp với lớp trực tuần xây dựng kịch bản tổ chức chương trình biểu diễn văn nghệ để các bạn HS tự tin thể hiện năng khiếu của mình.
- Trang trí phòng phù hợp với chương trình biểu diễn văn nghệ.
- Chuẩn bị phương tiện: âm li, loa đài, micro; đàn đệm cho các tiết mục văn nghệ.
- Chuẩn bị phần thưởng cho các tiết mục xuất sắc.

2. Đối với HS

- Đăng kí các tiết mục văn nghệ tham gia và tập luyện.
- Chuẩn bị trang phục, đạo cụ phù hợp với các tiết mục đã được ban tổ chức lựa chọn.
- Chuẩn bị hoa để tặng các bạn tham gia biểu diễn.

III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG

Hoạt động 1. Chào cờ, sơ kết thi đua tuần và phổ biến nhiệm vụ tuần mới

Hoạt động 2. Sinh hoạt theo chủ đề - Giao lưu chủ đề “Tôi tự tin”

a) Mục tiêu

- HS có thể nhận diện khả năng tư duy độc lập qua các tình huống và chia sẻ kinh nghiệm cá nhân trong tư duy độc lập khi giải quyết vấn đề.
- HS thể hiện sự tự tin của mình trước đám đông

b) Nội dung - Tổ chức thực hiện

- NDCT thay mặt ban tổ chức giới thiệu mục tiêu và nội dung chương trình văn nghệ.
- Các lớp trình bày các tiết mục đã được lựa chọn.
- Yêu cầu HS toàn trường ngồi đúng vị trí, lắng nghe và xem các tiết mục văn nghệ, cảm thụ cái hay của nội dung và giai điệu bài hát, điệu múa...trải nghiệm các cung bậc cảm xúc về trường, lớp, thầy cô, bạn bè.
- Sau mỗi tiết mục, HS các lớp có thể lên tặng hoa
- Ban tổ chức hội ý xếp loại các tiết mục và công bố kết quả xếp loại, trao phần thưởng cho các tiết mục xuất sắc.
- Kết thúc chương trình, NDCT nói lời cảm ơn với các “diễn viên” và với toàn thể các bạn tham dự.

ĐÁNH GIÁ

Mời một số HS các lớp chia sẻ cảm xúc về buổi giao lưu

HOẠT ĐỘNG NÓI TIẾP

Về lớp, HS tiếp tục chia sẻ cảm xúc và rèn luyện khả năng thể hiện sự tự tin của mình

* * * * *

TUẦN 4: HDGD – TÌM HIỂU HOẠT ĐỘNG 9,10 CHỦ ĐỀ 2.

I. MỤC TIÊU:

1. Kiến thức:

- Rèn luyện kỹ năng điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý trong các tình huống giao tiếp.
- Xây dựng và thực hiện kế hoạch rèn luyện, phát triển bản thân.

2. Năng lực

a. Năng lực chung

- **Năng lực giao tiếp, hợp tác:** Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo nhóm và thể hiện sự sáng tạo.

- **Năng lực tự chủ, tự học:** xác định được nhiệm vụ học tập một cách tự giác, chủ động; tự đặt được mục tiêu học tập để đòi hỏi sự nỗ lực phấn đấu thực hiện; thực hiện các phương pháp học tập hiệu quả; điều chỉnh những sai sót, hạn chế của bản thân

b. Năng lực đặc thù môn học:

- **Năng lực thích ứng với cuộc sống:** từ những kiến thức đã tiếp thu HS có thể lập và thực hiện kế hoạch rèn luyện phẩm chất ý chí, sự đam mê, tư duy độc lập và khả năng thích ứng của bản thân.

3. Phẩm chất

- Có thái độ hứng thú trong học tập.
- Có sự yêu thích tìm hiểu và liên hệ các vấn đề thực tế liên quan.
- Có thái độ khách quan trung thực, nghiêm túc học tập.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

1. Đối với GV:

- Giáo án, SGK, SGV
- Biện pháp thu hút HS vào những hoạt động chung
- Máy chiếu, máy tính (nếu có)

2. Đối với HS:

- SGK, SBT hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 12

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

Hoạt động 9: Rèn luyện kỹ năng điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý trong các tình huống giao tiếp

a. Mục tiêu:

- Xây dựng các tình huống giao tiếp để rèn luyện kỹ năng, điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý

- Đóng và xử lý các tình huống tại xây dựng để thể hiện khả năng điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý trong giao tiếp

b. **Nội dung:** HS thực hiện nhiệm vụ theo sự hướng dẫn của GV

c. **Sản phẩm:** Kết quả rèn luyện của bản thân

d. Tổ chức thực hiện

HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS	DỰ KIẾN SẢN PHẨM
-----------------------	------------------

Nhiệm vụ 1. Xây dựng các tình huống giao tiếp để rèn luyện kỹ năng, điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý.

1. Xây dựng các tình huống giao tiếp để rèn luyện kỹ năng, điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý.

- + Trong giao tiếp với bạn bè
- + Trong giao tiếp với thầy cô
- + Trong giao tiếp với người thân

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu các nhóm HS xây dựng các tình huống giao tiếp để rèn luyện kỹ năng, điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý.

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS xây dựng các tình huống giao tiếp để rèn luyện kỹ năng, điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý.

- GV quan sát, hỗ trợ HS trong quá trình thảo luận, đưa ra gợi ý cho HS về cách xử lý tình huống sao cho hiệu quả nhất.

Bước 3: Báo cáo kết quả thực hiện hoạt động

- GV mời các nhóm đại diện trình bày kết quả

- GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các nhóm và các nhóm

Bước 4. Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ

- GV tổng hợp nội dung các nhóm trình bày và kết luận

Nhiệm vụ 2. Đón và xử lý các tình huống tự xây dựng để thể hiện khả năng điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý trong giao tiếp.

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV giáo viên yêu cầu HS thực hiện nhiệm vụ theo nhóm đón và xử lý các tình huống tự xây dựng để thể hiện khả năng điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý trong giao tiếp.

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS thực hiện nhiệm vụ theo nhóm đón và xử lý các tình huống

2. Đón và xử lý các tình huống tự xây dựng để thể hiện khả năng điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý trong giao tiếp.**Trong giao tiếp với bạn bè:**

* Gặp Bất Đồng Quan Điểm: Bạn đang tham gia một cuộc thảo luận với bạn bè về một chủ đề nào đó, và có ý kiến bất đồng đến mức gây mất lòng tin. Làm thế nào để điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý?

- Xử Lý:

- Giữ bình tĩnh và lắng nghe ý kiến của người khác.
- Tránh lên tiếng hay phản ứng quá mạnh.
- Nếu có thể, đặt câu hỏi để hiểu rõ hơn về quan điểm của người khác.
- Tìm điểm chung hoặc mối liên kết để tạo sự hiểu biết chung.

* Xây Ra Hiểu Lầm Trong Giao Tiếp: Bạn nhận ra rằng có một hiểu lầm trong giao tiếp với bạn bè, và nó có thể làm tổn thương mối quan hệ. Làm thế nào để điều chỉnh cảm xúc và giải quyết hiểu lầm?

- Xử Lý:

- Nhanh chóng thừa nhận và sửa lỗi nếu bạn là người gây hiểu lầm.
- Mở lời trò chuyện để hiểu rõ hơn về quan điểm và cảm xúc của đối tác.
- Tránh đổ lỗi hoặc bảo thủ, tập trung vào giải quyết vấn đề.
- Nếu cần, đề xuất giải pháp xây dựng và hỗ trợ nhau để khắc phục hiểu lầm.

* Cảm Thấy Áp Lực Trong Nhóm Bạn Bè: Bạn cảm thấy áp lực từ nhóm bạn bè để tham gia vào một hoạt động hoặc quyết định mà bạn không muốn. Làm thế nào để thể hiện khả năng điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý?

- Xử Lý:

- Trung thực với bản thân và người khác về cảm xúc và giới hạn của bạn.
- Giải thích rõ ràng về lý do bạn không tham gia và đề xuất các giải pháp thay thế.
- Tìm sự hiểu biết từ bạn bè và thương lượng nếu cần.
- Đặt rõ biên giới cá nhân và giữ vững quyết định của mình.

* Cảm Giác Cô Đơn Trong Nhóm Bạn Bè: Bạn cảm

tự xây dựng để thể hiện khả năng	thầy cô đơn hoặc không được chấp nhận trong nhóm
----------------------------------	--

điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý trong giao tiếp.

- Ghi lại kết quả của mình đã đạt được

Bước 3: Báo cáo kết quả thực hiện hoạt động

- GV mời các nhóm lên đóng vai và xử lý các tình huống tự xây dựng để thể hiện khả năng điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý trong giao tiếp.

- GV yêu cầu HS chú ý lắng nghe bạn chia sẻ và cùng trao đổi, thảo luận

Bước 4. Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ

- GV tổng hợp những tình huống HS xây dựng

- GV nhận xét, tổng kết hoạt động. *Nhiệm vụ 3. Chia sẻ những bài học kinh nghiệm của em trong việc điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý khi giao tiếp.*

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV giáo viên yêu cầu HS thực hiện nhiệm vụ cá nhân chia sẻ những bài học kinh nghiệm của em trong việc điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý khi giao tiếp.

- GV gợi ý

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS thực hiện nhiệm vụ cá nhân

- Ghi lại kết quả của mình đã đạt được

Bước 3: Báo cáo kết quả thực hiện hoạt động

- GV mời 3-5HS chia sẻ

- GV yêu cầu HS chú ý lắng nghe bạn chia sẻ và cùng trao đổi, thảo luận

Bước 4. Đánh giá kết quả thực

bạn bè. Làm thế nào để điều chỉnh cảm xúc và ứng xử một cách tích cực?

- Xử lý:

- Tìm cách tham gia tích cực vào các hoạt động nhóm.
- Tìm hiểu về sở thích và quan điểm của người khác để tạo điểm chung.
- Mở lời và thể hiện ý kiến của mình, nhưng cũng lắng nghe ý kiến của người khác.
- Nếu cảm giác cô đơn vẫn kéo dài, xem xét việc tìm hiểu thêm về nhóm khác hoặc tìm kiếm sự hỗ trợ ngoại lệ.

Trong giao tiếp với thầy cô:

* Không hiểu bài giảng: Bạn không hiểu rõ một phần trong bài giảng và cảm thấy ngần ngại khi hỏi thầy cô. Làm thế nào để điều chỉnh cảm xúc và giao tiếp hiệu quả?

- Xử lý:

- Chủ động hỏi thầy cô một cách lịch sự và mô tả rõ vấn đề bạn đang gặp.
- Dùng ngôn ngữ tích cực và yêu cầu sự giúp đỡ một cách xây dựng.
- Nhớ rằng hỏi là một phần quan trọng của quá trình học, và thầy cô thường trân trọng sự tò mò của học sinh.

* Phải tham gia bài giảng trước lớp: Bạn được yêu cầu tham gia bài giảng trước lớp, và điều này khiến bạn cảm thấy lo lắng và căng thẳng. Làm thế nào để điều chỉnh cảm xúc và giao tiếp tự tin?

- Xử lý:

- Chuẩn bị kỹ lưỡng trước khi tham gia bài giảng để tăng cường sự tự tin.
- Nếu cảm thấy căng thẳng, thực hành trước lúc tham gia để làm quen với tình huống.
- Hỏi thầy cô về các điểm mạnh và cải thiện của bạn để có sự hỗ trợ và định hình đúng hướng.

* Nhận phản hồi không mong muốn: Bạn nhận phản hồi từ thầy cô mà bạn cảm thấy không hài lòng hoặc không công bằng. Làm thế nào để điều chỉnh cảm xúc và giao tiếp một cách xây dựng?

- Xử lý:

- Hãy giữ bình tĩnh và không phản ứng một cách tức giận ngay lập tức.

hiện nhiệm vụ	
----------------------	--

- GV tổng hợp những chia sẻ với GV
- GV nhận xét, tổng kết hoạt động.

- Nếu có thể, hãy thảo luận riêng với thầy cô để hiểu rõ hơn về phản hồi và trình bày quan điểm của bạn.

- Hỏi về những điểm mạnh và điều cần cải thiện, và yêu cầu gợi ý để có sự hỗ trợ xây dựng.

* Cần hỗ trợ hoặc giải đáp thắc mắc: Bạn có một thắc mắc hoặc cần sự giúp đỡ từ thầy cô. Làm thế nào để giao tiếp một cách hiệu quả để có được sự hỗ trợ?

- Xử lí:

- Hãy đặt câu hỏi một cách rõ ràng và có sự chuẩn bị.
- Nêu lên vấn đề của bạn một cách chân thành và miêu tả cụ thể để thầy cô hiểu rõ.
- Chấp nhận sự giúp đỡ một cách tích cực và thể hiện lòng biết ơn.
- Nếu cần, hãy thảo luận thêm để đảm bảo bạn hiểu rõ hơn về chủ đề hoặc bài giảng.

Trong giao tiếp với người thân:

* Bất đồng quan điểm với phụ huynh: Bạn có ý kiến bất đồng với quan điểm của phụ huynh về một quyết định quan trọng. Làm thế nào để điều chỉnh cảm xúc và giao tiếp một cách hiệu quả?

- Xử lí:

- Lắng nghe ý kiến của phụ huynh một cách tôn trọng và không đánh giá ngay từ đầu.
- Thể hiện sự hiểu biết về quan điểm của họ trước khi chia sẻ quan điểm của bạn.
- Thảo luận mở cửa để tìm ra giải pháp đồng thuận hoặc giải pháp trung gian.
- Đề cao sự hợp tác và sẵn lòng đưa ra bằng chứng hay dẫn chứng hỗ trợ ý kiến của bạn.

* Thảo luận về kế hoạch tương lai: Bạn muốn thảo luận với gia đình về kế hoạch tương lai của mình, nhưng cảm thấy lo lắng về phản ứng của họ. Làm thế nào để điều chỉnh cảm xúc và giao tiếp một cách hiệu quả?

- Xử lí:

- Chọn thời điểm thích hợp và không áp đặt ý kiến của bạn.
- Diễn đạt ý kiến của bạn một cách rõ ràng và chân thành.
- Lắng nghe phản hồi một cách mở lòng và sẵn lòng thảo luận.

- | | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• Đề xuất giải pháp cụ thể và giải thích lợi ích của kế hoạch tương lai của bạn. |
|--|--|

	<p>* Gặp khó khăn trong mối quan hệ gia đình: Mối quan hệ gia đình có thể gặp khó khăn và bạn cảm thấy khó chịu. Làm thế nào để điều chỉnh cảm xúc và tìm giải pháp trong giao tiếp gia đình?</p> <p>- Xử lí:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Thảo luận với thành viên gia đình một cách trung thực về cảm xúc của bạn. ● Tránh lời nói tổn thương và tìm kiếm sự thấu hiểu. ● Nếu cần, sử dụng ngôn ngữ cơ học và kĩ thuật giao tiếp khác nhau để tránh bất đồng và xung đột. ● Đề xuất thảo luận gia đình để giải quyết mọi vấn đề và cùng nhau đặt ra giải pháp. <p>* Mối quan hệ đối tác: Trong mối quan hệ tình cảm, bạn có mâu thuẫn hoặc cảm xúc tiêu cực. Làm thế nào để điều chỉnh cảm xúc và cải thiện giao tiếp trong mối quan hệ?</p> <p>- Xử lí:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Chia sẻ cảm xúc và suy nghĩ của bạn một cách trung thực nhưng không tuyên bố. ● Lắng nghe đối tác một cách tôn trọng và không đánh giá. ● Thảo luận về những điểm chung và mục tiêu chung của cả hai. ● Nếu cần, sử dụng sự giúp đỡ của một chuyên gia hoặc tìm kiếm sự hỗ trợ gia đình để giải quyết vấn đề. <p>3. Chia sẻ những bài học kinh nghiệm của em trong việc điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lí khi giao tiếp.</p>
--	---

Hoạt động 10: Xây dựng và thực hiện kế hoạch rèn luyện, phát triển bản thân

a. Mục tiêu:

- HS có thể lập kế hoạch rèn luyện, phát triển bản thân
- HS thực hiện kế hoạch rèn luyện, phát triển bản thân
- Phân tích và báo cáo kết quả thực hiện kế hoạch rèn luyện, phát triển bản thân

b. Nội dung:

- GV hướng dẫn học sinh lựa chọn và lập kế hoạch
 - Tiến hành khảo sát, đánh giá hiệu quả hoạt động theo kế hoạch đã xây dựng
 - Viết báo cáo kết quả đánh giá hoạt động
 - Trình bày kết quả đánh giá hoạt động

c. **Sản phẩm:** HS có thể lập và thực hiện kế hoạch rèn luyện phẩm chất ý chí, sự đam mê, tư duy độc lập và khả năng thích ứng của bản thân

Kế hoạch rèn luyện, phát triển bản thân.

✦ Họ tên:

- ✦ Ngày tháng, năm sinh: Nam nữ:
- ✦ Lớp: Trường:
- ✦ Mục tiêu rèn luyện, phát triển bản thân:
- ✦ Kế hoạch cụ thể:

<i>Mục tiêu</i>	<i>Biện pháp</i>
...	...
...	...
...	...

d. Tổ chức thực hiện

HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS	DỰ KIẾN SẢN PHẨM
<p><i>Nhiệm vụ 1. Xây dựng kế hoạch rèn luyện, phát triển bản thân.</i></p> <p>Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV yêu cầu HS thực hiện nhiệm vụ cá nhân lập kế hoạch rèn luyện phẩm chất ý chí, sự đam mê, tư duy độc lập và khả năng thích ứng của bản thân. - GV yêu cầu HS lập kế hoạch có tính khả thi, thực tế có thể hoạch rèn luyện phẩm chất ý chí, sự đam mê, tư duy độc lập và khả năng thích ứng của bản thân. <p>Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập</p> <ul style="list-style-type: none"> - HS lập kế hoạch rèn luyện phẩm chất ý chí, sự đam mê, tư duy độc lập và khả năng thích ứng của bản thân. - GV quan sát, hỗ trợ HS trong quá trình thực hiện nhiệm vụ. <p>Bước 3: Báo cáo kết quả thực hiện hoạt động</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV mời các nhóm đại diện trình bày kết quả. - GV yêu cầu HS nêu những điều rút ra được qua phần trình bày của các nhóm và các nhóm. <p>Bước 4. Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV tổng hợp nội dung các nhóm trình bày và kết luận. <i>Nhiệm vụ 2. Thực hiện kế hoạch và báo cáo kết quả.</i> <p>Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV giáo viên yêu cầu HS thực hiện kế hoạch rèn luyện phẩm chất ý chí, sự đam mê, tư duy độc lập và khả năng thích ứng của bản thân. <p>Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập</p> <ul style="list-style-type: none"> - HS thực hiện nhiệm vụ cá nhân - Ghi lại kế quả của mình đã đạt được <p>Bước 3: Báo cáo kết quả thực hiện hoạt động</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV mời 3-5HS chia sẻ kết quả thực hiện kế hoạch - GV yêu cầu HS chú ý lắng nghe bạn chia sẻ và cùng trao đổi, thảo luận 	<p>1. Xây dựng kế hoạch rèn luyện, phát triển bản thân.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Xác định những mục tiêu cần đạt của bản thân trong thời gian tới (ngắn hạn và dài hạn) và sắp xếp theo thứ tự ưu tiên. - Liệt kê những vấn đề cần ưu tiên khi rèn luyện phẩm chất ý chí, sự đam mê, tư duy độc lập và khả năng thích ứng của bản thân. - Dự kiến kết quả cần đạt sau từng khoảng thời gian. <p>2. Thực hiện kế hoạch và báo cáo kết quả.</p> <ul style="list-style-type: none"> - HS thực hiện kế hoạch - HS báo cáo kết quả thực hiện

Bước 4. Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ

- GV tổng hợp những chia sẻ với GV
- GV nhận xét, tổng kết hoạt động.

* * * * *

TUẦN 4: SHL**ĐÁNH GIÁ VIỆC THỰC HIỆN KẾ HOẠCH RÈN LUYỆN, PHÁT TRIỂN BẢN THÂN***Hoạt động 1. Sơ kết tuần và thông qua kế hoạch tuần sau**Hoạt động 2. Đánh giá việc thực hiện kế hoạch rèn luyện, phát triển bản thân.*a. **Mục tiêu:** HS đánh giá việc thực hiện kế hoạch rèn luyện, phát triển bản thân.b. **Nội dung – tổ chức thực hiện:**

- GV yêu cầu HS các yêu cầu khi chia sẻ:
- Hình thức: thuyết trình, đoạn phim ngắn,...
- Nội dung: đánh giá việc thực hiện kế hoạch rèn luyện, phát triển bản thân.
- GV biểu dương những HS đã thực hiện tốt kế hoạch rèn luyện, phát triển bản thân.

1. Cá nhân tự đánh giá

Các tiêu chí	Cá nhân tự đánh giá
	Đạt
1. Nêu được các biểu hiện sự trưởng thành của bản thân trong học tập và trong cuộc sống.	
2. Thể hiện được sự trưởng thành của bản thân.	
3. Xác định được đặc điểm của phẩm chất ý chí.	
4. Xác định được đam mê của bản thân.	
5. Tích cực rèn luyện phẩm chất ý chí và nuôi dưỡng đam mê của bản thân.	
6. Đánh giá được khả năng tư duy độc lập của bản thân.	
7. Xác định được khả năng thích ứng với sự thay đổi của bản thân.	
8. Rèn luyện được khả năng tư duy độc lập của bản thân.	
9. Rèn luyện được khả năng thích ứng với sự thay đổi của bản thân.	

ĐÁNH

GIÁ

CUỐI

CHỦ

ĐỀ 2

PHIẾ

U TỰ

ĐÁNH

GIÁ

10. Điều chỉnh được cảm xúc trong các tình huống giao tiếp.						
11. Ứng xử hợp lí trong các tình huống giao tiếp khác nhau.						
12. Xây dựng và thực hiện được kế hoạch rèn luyện, phát triển bản thân.						

- **Đạt:** Đạt ít nhất 8 trong 12 tiêu chí;
- **Chưa đạt:** Chỉ đạt được từ 7 tiêu chí trở xuống.

ĐẠT:

CHƯA ĐẠT:

IV. ĐIỀU CHỈNH, THAY ĐỔI, BỔ SUNG (NẾU CÓ)

.....

.....

.....

.....

.....