Ngày soạn:…/…/…

Ngày dạy:…/…/…

## **TUẦN 4: HĐGD – TÌM HIỂU HOẠT ĐỘNG 7, 8 CHỦ ĐỀ 3**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Kiến thức**

*Sau bài học này, HS sẽ:*

* Thực hiện công việc theo kế hoạch, tuân thủ thời gian và cam kết đã đề ra trong kế hoạch.
* Thực hành điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lí trong những tình huống giao tiếp khác nhau.

**2. Năng lực**

***Năng lực chung:***

* *Giao tiếp và hợp tác:* Thảo luận, trao đổi ý kiến với bạn bè và thầy cô; Thu thập thông tin để chuẩn bị thích ứng với cuộc sống.
* *Tư duy phản biện:* Xác định quan điểm của cá nhân trước một vấn đề trong cuộc sống.
* *Giải quyết vấn đề và sáng tạo:* Tìm cách xử lí phù hợp khi giải quyết vấn đề trong cuộc sống.

***Năng lực riêng:***

* *Thích ứng với cuộc sống:* Ứng xử hợp lí trong các tình huống, điều chỉnh công việc để thực hiện theo kế hoạch, tuân thủ thời gian và thực hiện cam kết đề ra.
* *Thiết kế và tổ chức hoạt động:* Thực hành điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lí trong những tình huống giao tiếp khác nhau.

**3. Phẩm chất**

* *Nhân ái:* Quản lí cảm xúc và ứng xử hợp lí trong các tình huống.
* *Chăm chỉ, trách nhiệm:* Tuân thủ thời gian và cam kết đã đề ra trong kế hoạch; tuân thủ nội quy, quy định của pháp luật trong đời sống

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC**

**1. Đối với giáo viên**

* Giáo án, SGK, SGV, SBT *Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 12 – Kết nối tri thức với cuộc sống.*
* Thu thập tranh ảnh liên quan đến chủ đề.
* Sưu tầm những tấm gương người thật, việc thật về việc sống có trách nhiệm.
* Hướng dẫn HS chuẩn bị các nhiệm vụ cần thực hiện trong SBT và rèn luyện tại nhà để tham gia các buổi hoạt động trên lớp được hiệu quả.

**2. Đối với học sinh**

* SGK, SBT *Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 12 – Kết nối tri thức với cuộc sống.*
* Tranh, ảnh liên quan đến chủ đề.
* Kế hoạch rèn luyện bản thân trong cuộc sống hằng ngày.
* Kế hoạch tuyên truyền về tinh thần trách nhiệm, sự trung thực, tuân thủ nội quy, quy định của pháp luật trong đời sống.
* Giấy A0, A4, bút dạ, bảng dính/nam châm dính bảng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC**

**A. HOẠT ĐỘNG KHỞI ĐỘNG**

**a. Mục tiêu:** Giúp HS hứng thú với chủ đề; tạo tâm thế cho HS trước khi bước vào các hoạt động chính của chủ đề.

**b. Nội dung:** GV tổ chức cho HS chơi trò chơi để tạo không khí vui tươi cho các em trước khi bước vào hoạt động.

**c. Sản phẩm:** HS tham gia chơi trò chơi nhiệt tình.

**d. Tổ chức thực hiện:**

**Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**

- GV tổ chức cho HS chơi trò chơi công não: ***“Liệt kê cảm xúc”.***

- GV phổ biến luật chơi: *GV mời 4 bạn lên bảng, lần lượt từ trái qua phải, các bạn kể tên các cảm xúc của con người mà ta bắt gặp trong cuộc sống hằng ngày (bạn trả lời sau không được trùng với đáp án bạn trả lời trước).Tới lượt ai mà người đó không kể tên được sẽ bị thua cuộc.*

- Sau khi chơi trò chơi, GV đặt câu hỏi: *Theo em, những cảm xúc mà các bạn đã kể có ảnh hưởng như thế nào đến cuộc sống của mỗi chúng ta?*

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

- HS cùng tham gia trò chơi, các bạn khác cổ vũ nhiệt tình cho các bạn.

- HS tiếp nhận câu hỏi của GV và suy nghĩ trả lời.

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

- GV mời đại diện 1 -2 HS chia sẻ câu trả lời, GV ghi nhận.

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

- Thông qua câu trả lời của HS, GV dẫn dắt HS vào bài học: *Trong cuộc sống hằng ngày, hẳn ai cũng trải qua nhiều cung bậc cảm xúc khác nhau: Lúc buồn, lúc vui, lúc bực bội, lúc trầm ngâm…Và nếu chúng ta để các loại cảm xúc này chi phối thì thực sự rất nguy hiểm. Do đó, việc của chúng ta là phải quản lý được cảm xúc, quản lý được bản thân. Để hiểu rõ hơn, chúng ta cùng đi vào bài học ngày hôm nay:* ***Chủ đề 3 – Tuần 4 – Hoạt động Khám phá, kết nối (Hoạt động 8, 9, 10).***

**B. HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC**

**Hoạt động 7. Thực hiện công việc theo kế hoạch, tuân thủ thời gian và cam kết đề ra**

**a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS xử lí được các tình huống đòi hỏi sự tuân thủ thời gian và cam kết đã đề ra trong kế hoạch.

**b. Nội dung:** GV hướng dẫn HS thực hiện công việc theo kế hoạch, tuân thủ thời gian và cam kết đề ra.

**c. Sản phẩm:** HS thực hiện công việc theo kế hoạch, tuân thủ thời gian và cam kết đề ra.

**d. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS** | **DỰ KIẾN SẢN PHẨM** |
| **Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - GV chia lớp thành 4 nhóm (2 nhóm thực hiện 1 nhiệm vụ).  - GV yêu cầu các nhóm đọc tình huống 1, 2 SGK tr.30, 31 để thực hiện nhiệm vụ:  **+ Nhóm 1, 2:** *Thảo luận, xác định cách xử lí trong tình huống dưới đây:*   |  | | --- | | **Tình huống 1.** Sơn đã có thời gian biểu cho ngày nghỉ cuối tuần, theo đó Sơn sẽ thức dậy lúc 6 giờ để chạy bộ. Sáng Chủ nhật, nghe chuông báo thức Sơn đã ngồi dậy, rồi lại nằm ngủ tiếp. Sau đó bố gọi, Sơn đã tỉnh ngủ, nhưng lại nghe thấy mẹ bảo bố: “Ngày cuối tuần cứ để cho con ngủ thêm.”  *Nếu là Sơn, em sẽ quyết định như thế nào?* |   **+ Nhóm 3, 4:** *Thảo luận, xác định cách xử lí trong tình huống dưới đây:*   |  | | --- | | **Tình huống 2.** Theo kế hoạch, chiều nay Long phải phác thảo kế hoạch phát triển tài chính của bản thân để chuẩn bị cho tiết Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp vào ngày mai. Nhưng Long vừa được lớp trưởng thông báo tiết Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp tuần này sẽ chuyển sang tuần sau.  *Nếu là Long, em sẽ quyết định như thế nào?* |   **Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập**  - HS vận dụng hiểu biết, liên hệ bản thân và thảo luận với nhóm để xử lí các tình huống.  - GV quan sát, hướng dẫn, hỗ trợ HS (nếu cần thiết).  **Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận**  - GV mời các nhóm sắm vai, xử lí tình huống trước lớp.  - GV yêu cầu các nhóm còn lại lắng nghe, nhận xét, bổ sung ý kiến (nếu có).  **Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập**  - GV nhận xét, đánh giá và kết luận: ***Việc thực hiện công việc theo kế hoạch, tuân thủ thời gian và cam kết đề ra tạo ta thói quen làm việc kỉ luật và khoa học, tạo ra sự tự chủ, tự tin cho bản thân và niềm tin cho mọi người.***  - GV chuyển sang hoạt động tiếp theo. | **7. Thực hiện công việc theo kế hoạch, tuân thủ thời gian và cam kết đề ra**  **- Tình huống 1.** Nếu là Sơn, em phải dậy lúc 6 giờ theo kế hoạch để rèn tính kỉ luật. Hơn nữa 6 giờ không phải là sớm, đó là thời gian thức dậy có tác dụng tốt cho sức khoẻ. Sơn nên tranh thủ ngủ vào buổi trưa sẽ tốt hơn.  **- Tình huống 2.** Nếu là Long, em không nên để việc phác thảo kế hoạch phát triển tài chính của bản thân đến cuối tuần, mà cần phải làm luôn theo kế hoạch vừa để rèn tính ki luật (tuân thủ thời gian và kế hoạch), hơn nữa cuối tuần lại có thể phải thực hiện những công việc phát sinh khác. |

**Hoạt động 8. Thực hành điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lí trong những tình huống giao tiếp khác nhau**

**a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS luyện tập và thể hiện được kĩ năng điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lí trong một số tình huống giao tiếp.

**b. Nội dung:** GV hướng dẫn HS thực hành điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lí trong những tình huống giao tiếp khác nhau.

**c. Sản phẩm:** HS rèn luyện điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lí trong những tình huống giao tiếp khác nhau.

**d. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS** | **DỰ KIẾN SẢN PHẨM** |
| **Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - GV chia lớp thành 6 nhóm (2 nhóm thực hiện 1 nhiệm vụ).  - GV yêu cầu các nhóm đọc tình huống 1, 2, 3 trong SGK tr.31, 32 và thực hiện nhiệm vụ:  **+ Nhóm 1, 2:** *Sắm vai thể hiện cách xử lí tình huống dưới đây:*   |  | | --- | | **Tình huống 1.** Nam và Ngọc thầm có tình cảm với nhau. Hôm nay, Nam tình cờ nhìn thấy Ngọc đi cùng với Tuấn (học ở lớp khác), cả hai cười nói với nhau rất tình cảm. Nam cảm thấy rất bực bội.  *Nếu là Nam, em sẽ điều chỉnh cảm xúc và ứng xử như thế nào?* |   **+ Nhóm 3, 4:** *Sắm vai thể hiện cách xử lí tình huống dưới đây:*   |  | | --- | | **Tình huống 2.** Hôm nay, Hạnh bị cảm cúm và thấy rất mệt nên chưa nấu được cơm tối. Em trai đi học về thấy chị chưa chuẩn bị gì cho bữa tối, không tìm hiểu nguyên nhân, đã lớn tiếng với chị. Hạnh cảm thấy tủi thân và đã quát em.  *Nếu là Hạnh, em sẽ điều chỉnh cảm xúc và ứng xử như thế nào với em trai?* |   **+ Nhóm 5, 6:** *Sắm vai thể hiện cách xử lí tình huống dưới đây:*   |  | | --- | | **Tình huống 3.** Giờ ra chơi, các bạn đang ngồi bày tỏ sự cảm thông, chia sẻ với bạn Huyền vì mẹ bạn bị ung thư. Cùng lúc đó, Minh chạy vào, không để ý đến mọi người và hét to “tớ thành công rồi” vì biết tin mình đã đoạt giải Nhất trong kì thi chọn học sinh giỏi cấp Tỉnh môn Ngữ văn.  *Nếu là Minh, em sẽ điều chỉnh cảm xúc và ứng xử như thế nào?* |   - GV trình chiếu cho HS xem clip về kỹ năng kiềm chế sự nóng giận và kỹ năng giải quyết vấn đề:  <https://www.youtube.com/watch?v=mClBkFwKcZs>  <https://www.youtube.com/watch?v=Wj3nNUb_480>  **Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập**  - HS đọc tình huống và thảo luận xử lí tình huống.  - GV quan sát, hướng dẫn, hỗ trợ HS (nếu cần thiết).  **Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận**  - GV mời đại diện các nhóm trình bày kết quả thảo luận.  - GV yêu cầu HS còn lại lắng nghe, nhận xét, bổ sung ý kiến (nếu có).  **Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập**  - GV nhận xét, đánh giá và kết luận: ***Việc điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lý không chỉ giúp cải thiện sức khỏe tinh thần và thể chất, mà còn xây dựng và duy trì các mối quan hệ tốt đẹp, giải quyết xung đột hiệu quả, tăng cường sự hợp tác và phát triển cá nhân. Đây là những kỹ năng quan trọng giúp mỗi người đạt được thành công và hạnh phúc trong cuộc sống.***  - GV chuyển sang hoạt động tiếp theo. | **8. Thực hành điều chỉnh cảm xúc và ứng xử hợp lí trong những tình huống giao tiếp khác nhau**  **- Tình huống 1.** Nếu là Nam, em sẽ điều chỉnh cảm xúc bằng cách hít thở sâu kết hợp với suy nghĩ tích cực, tự nhủ những biểu hiện của Ngọc và Tuấn chỉ là cử chỉ, thái độ tự nhiên của tình bạn.  - **Tình huống 2.** Nếu là Hạnh, em sẽ điều chỉnh cảm xúc bằng cách hít thở sâu kết hợp với suy nghĩ tích cực là do em không biết mình đang ốm và cách ứng xử tốt nhất là bình tĩnh nói cho em trai biết là chị đang rất mệt nên chưa nấu bữa tối được, và nhờ em chuẩn bị bữa tối giúp chị.  **- Tình huống 3.**  + Minh có thể điều chỉnh và giấu đi cảm xúc vui mừng của mình khi nhìn thấy các bạn bày tỏ sự cảm thông, chia sẻ với bạn Huyền.  + Minh cũng thể hiện sự đồng cảm, chia sẻ nỗi buồn với Huyền, còn thông tin đoạt giải sẽ thông báo cho các bạn vào lúc khác. |

**C. HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP**

**a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố kiến thức, kĩ năng đã học để hoàn thành Phiếu trắc nghiệm.

**b. Nội dung:** GV cho HS trả lời câu hỏi trắc nghiệm tổng kết nội dung bài học.

**c. Sản phẩm:** Đáp án phần trả lời trắc nghiệm của HS và chuẩn kiến thức của GV.

**d. Tổ chức thực hiện:**

**Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**

- GV tổ chức cho HS trả lời nhanh một số câu hỏi trắc nghiệm tổng kết nội dung bài học.

- GV lần lượt đọc câu hỏi:

**Câu 1:** Khi em nhận được một nhiệm vụ quan trọng với thời hạn cụ thể, điều đầu tiên em nên làm là gì?

A. Bắt tay vào làm ngay mà không cần lập kế hoạch.

B. Lập kế hoạch chi tiết và phân chia thời gian hợp lý để hoàn thành.

C. Chờ đến gần ngày hết hạn mới bắt đầu làm.

D. Giao nhiệm vụ cho người khác

**Câu 2:** Điều gì là quan trọng nhất để duy trì sự điều chỉnh cảm xúc trong giao tiếp?

A. Luôn luôn giữ ý kiến của mình dù người khác không đồng ý.

B. Đặt cảm xúc của mình lên trên cảm xúc của người khác

C. Luôn né tránh các tình huống có thể gây ra căng thẳng.

D. Tôn trọng cảm xúc của người khác và điều chỉnh hành vi của mình cho phù hợp.

**Câu 3:** Khi thực hiện công việc theo kế hoạch, bạn cần làm gì để đảm bảo tuân thủ thời gian?

A. Theo dõi tiến độ thường xuyên và điều chỉnh nếu cần.

B. Chỉ kiểm tra tiến độ khi gần đến thời hạn.

C. Tập trung vào một nhiệm vụ duy nhất và bỏ qua các nhiệm vụ khác.

D. Làm việc theo cảm hứng mà không cần theo dõi kế hoạch.

**Câu 4:** Trong một cuộc thảo luận căng thẳng, cách tốt nhất để kiểm soát cảm xúc là gì?

A. Nói to để át đi người khác.

B. Tạm dừng cuộc thảo luận nếu cần để giữ bình tĩnh.

C. Bỏ qua ý kiến của người khác và chỉ tập trung vào quan điểm của mình.

D. Bày tỏ sự thất vọng một cách rõ ràng.

**Câu 5:** Chỉ ra điểm tích cực trong hành vi giao tiếp, ứng xử của các nhân vật trong tình huống sau:

*Tình huống:* Na và các bạn trong nhóm rủ nhau vào thư viện trường để tìm tư liệu cho một dự án học tập. Nhờ sự hướng dẫn, hỗ trợ của cô phụ trách thư viện nên các bạn đã nhanh chóng tìm được tài liệu cần thiết. Các bạn mừng rỡ, hăng hái cùng nhau thảo luận, lựa chọn thông tin trong tài liệu mà quên cảm ơn cô. Trong khi trao đổi, một vài bạn trong nhóm còn cười rất to khiến cô phụ trách thư viện phải nhắc nhở.

A. Sự đoàn kết của Na và các bạn trong thảo luận nhóm.

B. Sự trao đổi, phân công công việc phù hợp của các thành viên trong nhóm Na.

C. Sự hướng dẫn, hỗ trợ tìm tài liệu của cô phụ trách thư viện.

D. Sự hăng hái cùng nhau thảo luận của nhóm Na trước lớp.

**Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập**

- HS vận dụng kiến thức đã học về thực hiện công việc theo kế hoạch, tuân thủ thời gian và cam kết đã đề ra trong kế hoạch; ứng xử hợp lí trong cuộc sống để trả lời câu hỏi.

- GV quan sát, hướng dẫn, hỗ trợ HS (nếu cần thiết).

**Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận**

- GV mời đại diện 1 – 2 HS lần lượt đọc đáp án đúng.

- GV yêu cầu các HS khác lắng nghe, đọc đáp án khác (nếu có).

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

- GV nhận xét, đánh giá và chốt đáp án:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Câu hỏi** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **Đáp án** | **B** | **D** | **A** | **B** | **C** |

- GV chuyển sang nội dung mới.

**D. HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG**

**a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS vận dụng kiến thức, kĩ năng đã học vào thực tế cuộc sống.

**b. Nội dung:** GV yêu cầu HS làm việc cá nhân, đưa ra lời khuyên cho nhân vật trong tình huống.

**c. Sản phẩm:** Xử lí tình huống và đưa ra lời khuyên cho nhân vật trong tình huống đã cho.

**d. Tổ chức thực hiện:**

**Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**

GV yêu cầu HS làm việc cá nhân, thực hiện nhiệm vụ:

*Đưa ra lời khuyên giao tiếp, ứng xử hợp lí cho nhân vật trong tình huống sau:*

|  |
| --- |
| **Tình huống:** Trong buổi thảo luận về dự án của nhóm, với tư cách là trưởng nhóm, M luôn cho rằng chỉ có ý kiến của mình là hợp lí, yêu cầu mọi người làm theo. |

**Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập**

- HS liên hệ thực tế, liên hệ bản thân và vận dụng kiến thức đã học để trả lời câu hỏi.

- GV quan sát, hướng dẫn, hỗ trợ HS (nếu cần thiết).

**Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận**

- GV mời đại diện 1 – 2 HS đưa ra lời khuyên cho nhân vật M về cách giao tiếp, ứng xử hợp lí cho nhân vật trong tình huống.

- GV yêu cầu các HS khác lắng nghe, nhận xét, bổ sung ý kiến (nếu có).

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

- GV nhận xét, đánh giá và kết luận:

*Lời khuyên về cách giao tiếp, ứng xử hợp lí cho nhân vật M trong tình huống:*

*Để tạo nên một môi trường làm việc nhóm hiệu quả và hài hòa, M nên lắng nghe ý kiến của tất cả các thành viên trong nhóm, tôn trọng sự đóng góp của họ, và thảo luận cùng nhau để tìm ra giải pháp tối ưu nhất cho dự án. Hành động này không chỉ giúp nhóm đạt được kết quả tốt hơn mà còn củng cố tinh thần đồng đội và sự hợp tác trong nhóm.*

- GV kết thúc tiết học.

**HƯỚNG DẪN VỀ NHÀ**

- Ôn lại kiến thức đã học: ***Tuần 5 – Hoạt động 7, 8.***

- Thực hành và rèn luyện: *Thực hiện công việc theo kế hoạch, tuân thủ thời gian và cam kết đã đề ra trong kế hoạch; Thực hiện điều chỉnh cảm xúc phù hợp trong các tình huống.*

- Đọc và tìm hiểu trước nội dung ***Tuần 5 – Hoạt động 9, 10.***