# TUẦN 1,2,3,4

# CHỦ ĐỀ 1: RÈN LUYỆN THÓI QUEN

Thời gian thực hiện: (04 tiết)

Tháng 9: Loại hình HĐTN, HN: Sinh hoạt GD theo chủ đề lớp 7A2

**I/MỤC TIÊU**

## Về kiến thức

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

* Biết được những điểm mạnh và những điểm hạn chế của bản thân trong HT, LĐ và trong cuộc sống.
* Biết cách kiểm soát cảm xúc của bản thân trước mọi tình huống.
* Thể hiện rõ được thói quen tốt của thân trong cuộc sống, học tập, lao động.

## Năng lực

### Năng lực chung:

* Biết tự giải quyết nhiệm vụ học tập và các nhiệm vụ, công việc khác một cách độc lập, theo nhóm và thể hiện sự sáng tạo.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động nhóm và trao đổi công việc với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:*** Có khả năng tự giải quyết công việc bản thân được giao; đồng thời biết hợp tác giải quyết những vấn đề được đặt ra trong buổi tọa đàm một cách triệt để, hài hòa, hiệu quả.

## Phẩm chất

* Ý thức tự giác: HS biết tự giải quyết công việc mà trách nhiệm mình cần phải làm, không cần ai phải nhắc nhở.
* Trung thực: HS nhận ra được thói quen tốt và thói quen xấu từ đó tự thay đổi. Mạnh dạn hợp tác với bạn bè thầy cô để giải quyết, thay đổi những thói quen xấu.
* Chăm chỉ: HS chăm chỉ trong việc học – rèn luyện thói quen tốt, biết vượt qua khó khăn.
* Trách nhiệm: HS có ý thức trong học tập, lao động; Ở nhà biết giúp đỡ gia đình; Ở trường có trách nhiệm xây dựng và giữ gìn trường lớp gọn gàng, sạch đẹp.

# THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

* Hình ảnh một số tấm gương tiêu biểu.
* SGK, SGV Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp lớp 7.

# TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

* 1. **HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU** 
     1. **Mục tiêu:** Tạo tâm thế hứng thú cho học sinh và từng bước làm quen bài học.
     2. **Nội dung:** GV tổ chức cho HS chơi trò trơi **Tiếp sức**.
     3. **Sản phẩm học tập:** HS tham gia trò chơi.

## Tổ chức thực hiện:

* GV tổ chức cho HS chơi trò chơi *Tiếp sức.*
* GV phổ biến cách chơi và luật chơi:

*+ Gv chia lớp thành 2 đội, mỗi đội cử 05 bạn xếp thành 2 hàng trong lớp học. Trong thời gian 1 phút, lần lượt nêu tên các công việc mà bản thân làm hàng ngày ( ở nhà và ở trường).*

*+ Đội nào nêu được nhiều, đúng tên các công việc mà bản thân làm hàng ngày thì đội đó giành được chiến thắng.*

* HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ và tham gia trò chơi.
* GV dẫn dắt HS vào hoạt động:

# HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

## Hoạt động 1: Xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân

## 1.Mục tiêu: Thông qua hoạt động:

* HS nêu và chỉ ra được những điểm mạnh và điểm hạn chế của bản thân;
* Biết chia sẻ điểm mạnh của mình cho các bạn học tập. Bên cạnh đó cũng mạnh dạn chỉ ra điểm hạn chế của mình để các bạn rút kinh nghiệm.
* Nêu ra những cách thức để phát huy thế mạnh của mình và khắc phục điểm hạn chế của bản thân.

1. **Nội dung:** GV trình bày vấn đề; HS lắng nghe, thảo luận và trả lời câu hỏi.
2. **Sản phẩm học tập:**

* Điểm mạnh: Có khả năng thuyết trình, tính kỉ luật cao,…
* Điểm yếu: Hay lo lắng, không có năng khiếu học mĩ thuật,…dễ nổi nóng,..

## Tổ chức thực hiện:

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

- GV dẫn dắt: Trong mỗi con người chúng ta ai cũng có điểm mạnh ( thế mạnh ) và điểm hạn chế. Người thành công là người biết phát huy thế mạnh của mình và khắc phục những điểm hạn chế. Vậy các em đã biết được những điểm mạnh và điểm hạn chế của mình chưa?

- GV yêu cầu HS trả lời câu hỏi:

**?** Chỉ ra một số điểm mạnh, điểm hạn chế của em trong học tập và trong cuộc sống?

**?** Nêu điểm mạnh mà em tự hào nhất và điểm hạn chế mà em muốn khắc phục nhất?

**?** Để phát huy điểm mạnh, khắc phục điểm hạn chế em bản thân em làm như thế nào?

**?** Điểm mạnh đã đem lại và giúp ích gì cho bản thân em. Và ngược lại điểm hạn chế có tác động như thế nào ?

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

- HS thảo luận và trả lời câu hỏi

- GV hướng dẫn, theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.

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

- GV mời một số cá nhân HS trình bày

- GV mời đại diện HS trả lời.

- GV mời HS khác nhận xét, bổ sung.

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

- GV đánh giá, nhận xét kết quả thảo luận của HS

- GV chiếu các thông tin về truyền thống nhà trường

- GV chốt kiến thức, chuyển sang nội dung mới.

**Hoạt động 2: Kĩ năng kiểm soát cảm xúc bản thân**

**1.Mục tiêu:**

-HS có cách giải quyết tình huống theo suy nghĩ và nhận thức của bản thân.

-HS đưa ra những cách xử lý, giải quyết tình huống kiểm soát cảm xúc

**2.Nội dung:** GV trình bày vấn đề; HS lắng nghe, thảo luận và giải quyết tình huống, đề xuất cách xử lý.

## 3.Sản phẩm học tập:

-Cách giải quyết tình huống và câu trả lời của HS.

-Những phương án và cách thức để kiểm soát cảm xúc bản thân mà hs nêu ra.

+ Hít thở đều và tập trung.

+ Suy nghĩ về những điều tích cực.

+ Nên tâm sự với người thân hoặc bạn thân, không giữ cảm xúc tiêu cực trong lòng…

## 4.Tổ chức thực hiện:

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

**-** Tiến hành phương pháp thảo luận nhóm. Tiến hành phương pháp đóng vai.

* GV chia HS thành 03 nhóm và yêu cầu HS thực hiện nhiệm vụ:
* Nội dung thảo luận đưa ra những cách xử lý, giải quyết - kiểm soát cảm xúc của bản thân trong các tình huống: Tình huống 1,2,3. Từ tình huống dựng lên hoạt cảnh( đóng vai)

+ ***Tình huống 1:*** Nghe bạn thân không nói đúng về mình.

+ ***Tình huống 2:*** Bị bố, mẹ mắng nặng lời

+ ***Tình huống 3:*** Bị các bạn trong nhóm phản bác ý kiến khi tranh luận.

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

- HS thảo luận và trả lời câu hỏi

- GV hướng dẫn, theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.

- HS thảo luận và trả lời câu hỏi. Xây dựng tình huống

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

- GV mời đại diện nhóm HS trả lời.

- GV mời HS khác nhận xét, bổ sung.

- GV mời các nhóm thể hiện các tình huống qua các hoạt cảnh

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

GV đánh giá kết quả

+ Nhận xét về các cách thức để kiểm soát cảm xúc mà hs nêu và chỉ ra.

**Hoạt động 3: Tìm hiểu thói quen ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ của em khi ở gia đình và ở trường.**

**1.Mục tiêu:**

-HS thể hiện được sự gọn gàng ngăn nắp của bản thân khi ở gia đình và ở trường.

-HS đưa ra những việc làm để rèn luyện thói quen ngăn nắp gọn gàng hàng ngày.lợi ích của việc sắp xếp đồ đạc ngăn nắp gọn gàng.

**2.Nội dung:** GV trình bày vấn đề; HS lắng nghe, thảo luận và giải quyết tình huống, đề xuất cách xử lý.

## 3.Sản phẩm học tập:

- Câu trả lời của HS.

-Những việc làm để rèn luyện thói quen ngăn nắp gọn gàng hàng ngày:

+ Sắp xếp tài liệu sách vở ngay ngắn

+ Gấp chăn màn mỗi khi ngủ dậy

+ Qui định vị trí cho mỗi đồ dùng.

+ Đánh răng rửa mặt mỗi ngày

+ Ngủ đúng giờ….

**4.Tổ chức thực hiện:**

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

**-** Tiến hành phương pháp thảo luận nhóm.

- GV chia HS thành 04 nhóm và yêu cầu HS thực hiện nhiệm vụ:

1/ Chia sẻ những việc làm thể hiện sự gọn gàng, ngăn nắp, sạch sẽ của em ở gia đình và ở trường?

2/Dựa vào gợi ý trang 10, hãy chỉ ra những việc làm đã trở thành thói quen của em.

3/ Em đã thực hiện thường xuyên những việc làm nào để rèn luyện thói quen ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ trong học tập và cuộc sống?

4/ Chỉ ra ảnh hưởng của thói quen ngăn nắp, gọn gàng sạch sẽ đến học tập và cuộc sống của em?

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

- HS thảo luận và trả lời câu hỏi

- GV hướng dẫn, theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.

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

- GV mời đại diện nhóm HS trả lời.

- GV mời HS khác nhận xét, bổ sung.

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

GV đánh giá kết quả.

**Hoạt động 4: Rèn luyện thói quen ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ tại gia đình**

**1.Mục tiêu:**

-HS rèn luyện được sự gọn gàng, sạch sẽ của bản thân khi ở gia đình.

**2.Nội dung:** GV trình bày vấn đề; HS lắng nghe, thảo luận và giải quyết tình huống, đề xuất cách xử lý.

## 3.Sản phẩm học tập:

- Câu trả lời của HS.

-Những việc làm để rèn luyện thói quen sự gọn gàng, sạch sẽ của bản thân khi ở gia đình

+ Loại bỏ những đồ dùng không cần thiết.

+ Phân loại vị trí các đồ dùng

+ Vệ sinh cá nhân,...

+ Lau chùi nhà cửa thường xuyên,..

+ Ăn sạch,uống sạch,.

**4.Tổ chức thực hiện:**

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

GV đặt câu hỏi:

- Em hãy chia sẻ kết quả thự hiện những việc làm trên (1 và 2) và những việc làm thường xuyên khác của em để tạo thói quen ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ tại gia đình.

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

- HS thảo luận và trả lời câu hỏi

- GV hướng dẫn, theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.

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

- GV mời đại diện nhóm HS trả lời.

- GV mời HS khác nhận xét, bổ sung.

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

GV đánh giá kết quả.

**Hoạt động 5: Rèn luyện thói quen ngăn nắp, gọn gàng sạch sẽ tại trường**

**1.Mục tiêu:**

-HS rèn luyện được sự gọn gàng, sạch sẽ của bản thân khi ở trường.

**2.Nội dung:** GV trình bày vấn đề; HS lắng nghe, thảo luận và giải quyết tình huống, đề xuất cách xử lý.

## 3.Sản phẩm học tập:

- Câu trả lời của HS.

-Những việc làm để rèn luyện thói quen sự gọn gàng, sạch sẽ của bản thân khi ở trường

+ Kê bàn ghế ngay ngắn, thẳng hàng

+ Đặt sách vở ngay ngắn trên bàn khi dùng

+ Giữ vệ sinh lớp học, sân trường.

+………

**4.Tổ chức thực hiện:**

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

- Em hãy nêu nhữngviệc làm để rèn luyện thói quen sự gọn gàng, sạch sẽ của bản thân khi ở trường

- Chia sẻ cảm xúc của em khi luôn giữ được sự ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ tại trường?

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

- HS thảo luận và trả lời câu hỏi

- GV hướng dẫn, theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.

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

- GV mời đại diện nhóm HS trả lời.

- GV mời HS khác nhận xét, bổ sung.

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

GV đánh giá kết quả.

**Hoạt động 6: Phát huy điểm mạnh, khắc phục điểm hạn chế trong học tập và cuộc sống.**

**1.Mục tiêu:**

-HS nêu và chỉ ra được những điểm mạnh và điểm hạn chế của bản thân trong học tập và cuộc sống

-Biết chia sẻ điểm mạnh trong học tập và cuộc sống của mình cho các bạn học tập. Bên cạnh đó cũng mạnh dạn chỉ ra điểm hạn chế của mình để các bạn rút kinh nghiệm.

-Nêu ra những cách thức để phát huy thế mạnh của mình và khắc phục điểm hạn chế của bản thân trong học tập và cuộc sống

**2.Nội dung:** GV trình bày vấn đề; HS lắng nghe, thảo luận và giải quyết tình huống, đề xuất cách xử lý.

## 3.Sản phẩm học tập:

- Câu trả lời của HS.

**4.Tổ chức thực hiện:**

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

- Duy trì những điểm mạnh của bản thân trong học tập, cuộc sống và chia sẻ với bạn những cách em đã rèn luyện.

- Lựa chọn một số điểm hạn chế của bản thân cần khắc phục trong học tập, cuộc sống và lập kế hoạch để khắc phục.

- Chia sẻ kết quả phát huy điểm mạnh , khắc phục điểm hạn chế của em trong học tập và cuộc sống.

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

- HS thảo luận và trả lời câu hỏi

- GV hướng dẫn, theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.

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

- GV mời đại diện nhóm HS trả lời.

- GV mời HS khác nhận xét, bổ sung.

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

GV đánh giá kết quả.

**Hoạt động 7: Duy trì thói quen tích cực trong cuộc sống**

**1.Mục tiêu:**

-HS nêu được những thói quen trong cuộc sống

-Biết lựa chọn thói quen tích cực cho bản thân.

**2.Nội dung:** GV trình bày vấn đề; HS lắng nghe, thảo luận và giải quyết tình huống, đề xuất cách xử lý.

## 3.Sản phẩm học tập:

- Câu trả lời của HS.

**4.Tổ chức thực hiện:**

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

- Lựa chọn và duy trì những thói quen tích cực.

- Chia sẻ bài học rút ra được từ sự hình thành và phát triển thói quen tích cực của bản thân.

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

- HS thảo luận và trả lời câu hỏi

- GV hướng dẫn, theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.

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

- GV mời đại diện nhóm HS trả lời.

- GV mời HS khác nhận xét, bổ sung.

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

GV đánh giá kết quả.

**Hoạt động 8: Tự đánh giá**

**1.Mục tiêu:**

-Học sinh nêu được những thuận lợi và khó khăn khi thực hiện các hoạt động trong chủ đề Rèn luyện thói quen.

- Lựa chọn được nội dung đánh giá phù hợp với bản thân.

**2.Nội dung:** GV trình bày vấn đề; HS lắng nghe, thảo luận và giải quyết tình huống, đề xuất cách xử lý.

## 3.Sản phẩm học tập:

- Câu trả lời của HS.

**4.Tổ chức thực hiện:**

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

-Đánh giá về những thuận lợi và khó khăn khi thực hiện các hoạt động trong chủ đề

- Lựa chọn nội dung đánh giá phù hợp với em nhất (trang 14.)

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

- HS thảo luận và trả lời câu hỏi

- GV hướng dẫn, theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.

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

- GV mời đại diện nhóm HS trả lời.

- GV mời HS khác nhận xét, bổ sung.

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

GV đánh giá kết quả.

**C/HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP**

**1.Mục tiêu:** Củng cố lại kiến thức đã học thông qua trả lời câu hỏi.

## 2.Nội dung:

+ *Trình bày những công việc hàng ngày của bản thân em:về học tập, văn nghệ, thể dục-thể thao.*

*+ Em đã rèn luyện thói quen đó như thế nào*

*+Để kiềm chế cảm xúc mỗi chúng ta cần phải là gì và ntn.*

**3.Sản phẩm học tập:** Câu trả lời của HS.

## 4.Tổ chức thực hiện:

GV giao nhiêm vụ cho HS: *Trình bày những công việc hàng ngày của bản thân em:về học tập, văn nghệ, thể dục-thể thao.*

HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ:

*+ Về học tập:*

*+ Về văn nghệ, thể dục - thể thao: tích cực tham gia vào các hội diên văn nghệ, hội thao,….*

GV nhận xét, đánh giá.

## D/HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

+ Có những điểm mạnh thói quen tốt

+ Những tình huống mà em biết khi người khác biết kiểm soát cảm xúc của bản thân

+ Tên bạn học sinh, Những điểm mạnh và thói quen tốt của bạn:.

+ Em học được điều gì từ bạn

*-Chuẩn bị chủ đề 2: Rèn luyện sự kiên trì và chăm chỉ.*