**Ngày soạn : 25/9/2022**

**CHỦ ĐỀ 2: KHÁM PHÁ BẢN THÂN**

**YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

- Nhận diện được điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân trong học tập và cuộc sống

- Nhận ra được khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân

- Phát triển phẩm chất, trách nhiệm, năng lực tự chủ và tự học, năng lực giao tiếp và hợp tác, năng lực lập kế hoạch cá nhân và năng lực tư duy phê phán.

**TUẦN : 4**

**TIẾT : 10**

**SINH HOẠT DƯỚI CỜ:**

**NGHE NÓI CHUYỆN VỀ GƯƠNG TỰ HOÀN THIỆN BẢN THÂN**

**CỦA MỘT SỐ DANH NHÂN VIỆT NAM VÀ THẾ GIỚI**

**I. MỤC TIÊU:**

**1. Năng lực**

**1.1. Năng lực chung**

***- Năng lực chung:*** Giao tiếp, hợp tác, tự chủ, tự học, giải quyết vấn đề

**1.2. Năng lực đặc thù**

+ Xác định được những nét đặc trưng về hành vi và lời nói của bản thân

+ Rèn luyện kĩ năng tự nhận thức bản thân, kĩ năng lắng nghe tích cực, kĩ năng trình bày suy nghĩ, ý tưởng,... góp phần hình thành năng lực tự chủ, giao tiếp, hợp tác,...

**2. Phẩm chất :** Nhân ái, trung thực, trách nhiệm.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với GV:**

- Video, bài hát, bài viết nói về về gương hoàn thiện bản thâncủa một số danh nhân Việt Nam và thế giới.

- Trò chơi khởi động.

**2. Đối với HS:**

- Những tấm gương hoàn thiện bản thân mà em biết.

**III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG**

**A. HOẠT ĐỘNG KHỞI ĐỘNG (MỞ ĐẦU)**

**a. Mục tiêu:**Tạo tâm thế hứng thú cho học sinh và từng bước làm quen bài học.

**b. Nội dung:** GV tổ chức hoạt động

**c. Sản phẩm:** Kết quả thực hiện của HS

**d. Tổ chức thực hiện:**

- GV cho HS hát hoặc chơi một trò chơi để tạo không khí vui vẻ trước khi vào hoạt động.

**B. HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động** | **Mô tả hoạt động** |
| **Hoạt động khởi động** |  |
| **Hoạt động 1: Nghe nói chuyện về gương hoàn thiện bản thân của một số danh nhân Việt Nam và thế giới.** | **a. Mục tiêu:**  - Hs biết được một số gương hoàn thiện bản thân của một số doanh nhân Việt Nam và thế giới  - Phát triển kĩ năng tự nhận thức bản thân.  **b. Nội dung:**  **c. Sản phẩm:**  **d. Tổ chức thực hiện:**  **Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - GV yêu cầu HS làm việc cá nhân, suy ngẫm kể tên một số gương hoàn thiện bản thân của một số doanh nhân ở Việt Nam và thế giới mà em biết.  **Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập**  + HS suy nghĩ, nghiên cứu và thực hiện yêu cầu.  + GV đến các nhóm theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.  **Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận**  + GV đại diện Hs các lớp trả lời.  + GV gọi HS khác nhận xét, đánh giá  **Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập**  + GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức.  + HS ghi bài.  **1. Một số gương hoàn thiện bản thân của một số doanh nhân Việt Nam và thế giới.**  - Một số gương hoàn thiện bản thân của một số doanh nhân Việt Nam và thế giới:  + Nguyễn Thành Trung là đồng sáng lập và CEO của Sky Mavis, công ty sở hữu game blockchain. Là một trong các trò chơi ứng dụng công nghệ blockchain đầu tiên trên thế giới.  +Trần Hoài Phương là trưởng bộ phận đầu tư của Wavemaker Partners – quỹ chuyên đầu tư vào các công ty khởi nghiệp công nghệ trong lĩnh vực công nghệ sâu ở giai đoạn khởi đầu  + Lê Yên Thanh sáng lập và điều hành BusMap – dự án bản đồ xe buýt lớn nhất Việt Nam |
| **Hoạt động 2: Hoạt động nối tiếp** | **a. Mục tiêu:**Học sinh đưa ra được kế hoạch hoàn thiện bản thân  **b. Nội dung:** Lập bảng kế hoạch để hoàn thiện bản thân ghi rõ thời gian hoàn thành  **c. Sản phẩm:**Kế hoạch hoàn thiện của bản thân.  **d. Tổ chức thực hiện:**  - GV yêu cầu mỗi HS viết một kế hoạch hoàn thiện bản thân  + Những mặt hạn chế chưa làm được  + Cách khắc phục  - Tổ chức cho HS trao đổi với nhau  - HS đọc bản kế hoạch hoàn thiện bản thân trên lớp  GV yêu cầu và hướng dẫn HS thực hiện những việc sau:  - Hoàn thiện bản thân bằng cách: Rèn luyện học tập tốt để có kết quả cao trong học tập.  - Rèn luyện, khắc phục, thay đổi những những mặt còn hạn chế của bản thân. |

**Ngày soạn : 25/9/2022**

**TUẦN : 4**

**TIẾT : 11**

**CHỦ ĐỀ 2: KHÁM PHÁ BẢN THÂN**

**HOẠT ĐỘNG THEO CHỦ ĐỀ:**

**NỘI DUNG 1: ĐIỂM MẠNH , ĐIỂM HẠN CHẾ CỦA TÔI**

**(2 Tiết)**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Năng lực:**

***1.1. Năng lực chung:***

- Năng lực tự chủ: Chủ động, tích lập kế hoạch khắc phục điểm hạn chế để tự hoàn thiện bản thân.

- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Thể hiện lắng nghe tích cực, và biết cách thỏa thuận, thuyết phục bạn trong nhóm để được hỗ trợ, chia sẻ khi cần, và biết hỗ trợ bạn cùng thực hiện nhiệm vụ nhóm; bước đầu xác định được vai trò của từng cá nhân trong hoạt động và khả năng đóng góp của bản thân trong nhóm và nhận nhiệm vụ phù hợp và thể hiện trách nhiệm hoàn thành công việc được giao.

***1.2. Năng lực đặc thù***

Rèn luyện kỹ năng lập và thực hiện kế hoạch phát huy điểm mạnh, khắc phục điểm hạn chế để tự hoàn thiện bản thân.

- Năng lực thiết kế và tổ chức hoạt động:

+ Kĩ năng lập và thực hiện kế hoạch phát huy điểm mạnh, khắc phục điểm hạn chế để tự hoàn thiện bản thân.

+ Kĩ năng thực hiện kế hoạch và điều chỉnh hoạt động: Thực hiện được kế hoạch hoạt động của cá nhân và linh hoạt điều chỉnh khi cần. Thể hiện được sự hợp tác, giúp đỡ, hỗ trợ mọi người để cùng thực hiện nhiệm vụ

+ Kĩ năng đánh giá hoạt động: Rút kinh nghiệm học được khi tham gia hoạt động.

**2. Phẩm chất**

- Chăm chỉ: Ý thức hoàn thành nhiệm vụ được giao;

- Trách nhiệm: Có ý thức trách nhiệm trong học tập và rèn luyện.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên:**

- Lập mẫu kế hoạch tự hoàn thiện bản thân.

- Sơ đồ các bước tự nhận thức điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân.

- Lấy giấy A4 và bút dạ.

**2. Đối với học sinh:**

- SGK hoạt động trải nghiện, hướng nghiệp 7

- Bìa màu, bút để chơi trò chơi “Tôi trong mắt bạn bè”

- Giấy A4,bút dể lập kế hoạch thực hiện của bản thân.

- Bút dạ, giấy A1,A2 để ghi kết quả thảo luận nhóm

**III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động** | **Mô tả hoạt động** |
| **1. Khởi động** | **a. Mục tiêu:**Tạo tâm thế hứng thú cho học sinh và từng bước làm quen bài học.  **b. Nội dung:** GV tổ chức hoạt động  **c. Sản phẩm:** kết quả thực hiện của HS  **d. Tổ chức thực hiện:**  - GV cho HS xem video tâm sự về điểm mạnh, điểm hạn chế:  + Qua video đã xem em bản thân mình có điểm mạnh và điểm yếu gì?  + Em cần phát huy điểm mạnh, khắc phục điểm hạn chế như thế nào?  - GV ghi những ý kiến không trùng lặp của HS lên bảng, phân tích và cùng HS chốt lại**.** |
| **2. Khám phá-Kết nối:**  ***2.1. Xác định điểm mạnh điểm hạn chế của bản thân:*** | **a. Mục tiêu:** Chỉ ra các điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân trong học tập và trong cuộc sống.  **b. Nội dung:** Giao nhiệm vụ yêu cầu HS nghiêm cứu gợi ý điểm mạnh, điểm hạn chế trong SGK.  **c. Sản phẩm:**  **d. Tổ chức thực hiện:**  \* Giao nhiệm vụ:  Em hãy xác định và chia sẻ với bạn bè về những điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân trong học tập, trong cuộc sống.   |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Nội dung** | **Điểm mạnh** | **Điểm yếu** | | **1. Trong học tập**  **2. Trong cuộc sống** | - Trung thực, không quay cóp trong giờ kiểm tra.  - Mạnh dạn xung phong trả lời  - Ghi chép nhanh, đầy đủ, sẵn sàng hỏi lại giáo viên khi chưa hiểu…  - Vui vẻ, hòa đồng với mọi người  - Sẵn sàng giúp đỡ mọi người  - Tự tin trước đám đông… | - Nói chuyện riêng trong lớp học  - Trêu các bạn nữ…  - Chưa gọn gàng, ngăn nắp trong sinh hoạt  - Dễ nóng tính |  \*HS thực hiện nhiệm vụ học tập:+ HS đọc sgk và thực hiện yêu cầu. + GV đến các nhóm theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.  \***Báo cáo kết quả thảo luận và học tập:**  + GV gọi đại diện các nhóm trả lời.  + GV gọi HS khác nhận xét, đánh giá.  **\* Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập:**  + GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức.  + HS ghi bài.  \*GV kết luận, nhận định: *Ai cũng có những điểm mạnh, điểm hạn chế trong học tập và trong cuộc sống. Xác định được điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân là việc làm cần thiết để mỗi chúng ta tự hoàn thiện trên cơ sở phát huy điểm mạnh và từng bước khắc phục điểm hạn chế của bản thân.* |
| ***2.2: Hoạt động 2:***  ***Tìm hiểu nhận xét của bạn về điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân*** | **a. Mục tiêu:** HS nhận ra rằng,lắng nghe nhận xét của những người xung quanh là một trong những bước cần thiếtđể xác định điểm mạnh, điểm yếu cảu bản thân.  **b. Nội dung:** Sử dụng sgk, kiến thức đã học để nhận biết.  **c. Sản phẩm:**Kết quả của HS.  **d. Tổ chức thực hiện:**  **\* Giao nhiệm vụ:**  Thảo luận về cách thức xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân trong học tập và trong cuộc sống.  1. Em hãy cùng các bạn chơi trò chơi “Tôi trong mắt bạn bè”  2. Suy ngẫm về nhận xét của các bạn:  **Gợi ý:**  - Những nhận xét nào của các bạn trùng với tự nhận xét về điểm mạnh, điểm hạn chế của em?  - Những nhận xét nào của các bạn khác với tự nhận xét của em?  - Suy nghĩ của em về những nhận xét khác biệt đó.  Kế hoạch khắc phục những điểm hạn chế để tự hoàn thiện bản thân: \*HS thực hiện nhiệm vụ học tập: + HS đọc sgk và thực hiện yêu cầu.  + GV đến các nhóm theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.  **\*Báo cáo kết quả thảo luận và học tập:**  + GV gọi đại diện các nhóm trả lời.  + GV gọi HS khác nhận xét, đánh giá.  **\*Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập:**  + GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức.  + HS ghi bài.  **\*GV kết luận, nhận định:**  ***-*** *Có thể có sự khác biệt giữa nhận thức của em về điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân với nhận xét của các bạn về em. Điều đó có thể do nhiều nguyên nhân, trong đó có các nguyên nhân sau:*  *+ Do em chưa nhận thức đúng về điểm mạnh, điểm hạn chế của mình. Nếu vậy thì em cần phải rèn luyện về kỹ năng tự nhận thức.*  *+ Do các bạn hiểu chưa đúng về em. Nếu vậy thì em cần giao tiếp nhiều hơn với các bạn, cần tích cực tham gia và tự khẳng định mình tron các hoạt động chung để giúp mọi người nhìn nhận, đánh giá đúng hơn về mình.* |
| ***2.3. Hoạt động 3: Cách thức xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân*** | **a. Mục tiêu:** Nêu được điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân trong học tập và trong cuộc sống.  **b. Nội dung:**  - GV yêu cầu HS thảo luận điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân trong SGK Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 7.  - HS thảo luận và ghi kết quả vào giấy A1, A2  **c. Sản phẩm:** Kết quả của HS  **d. Tổ chức thực hiện:**  \* Giao nhiệm vụ:  - GV yêu cầu HSthảo luận về cách thức xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân trong học tập và trong cuộc sống. \*HS thực hiện nhiệm vụ học tập: + HS đọc sgk và thực hiện yêu cầu.  + GV đến các nhóm theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.  \*Báo cáo kết quả thảo luận và học tập:  + GV gọi đại diện các nhóm trả lời.  + GV gọi HS khác nhận xét, đánh giá.  **\***Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập:  + GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức.  + HS ghi bài.  \*GV kết luận, nhận định:  *Để tự nhận thức được điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân trong học tập và trong cuộc sống chúng ta cần:*  *+ Tích cực tham gia các hoạt động học tập, lao động, giao tiếp, các hoạt động cộng đồng,…*  *+ Tự đánh giá dựa trên kết quả học tập, lao động, giao tiếp…*  *+ Lắng nghe nhận xét của mọi người xung quanh về bản thân.*  *+ So sánh, đối chiếu giữa tự đánh giá của bản thân với nhận xét của mọi người xung quanh.*  *+ Nếu nhận xét của mọi người xung quan trùng với tự đánh giá của bản thân tức là em đã xác định đúng điểm mạnh và hạn chế của mình. Còn nếu nhận xé của mọi người xung quanh có sự khác biệt với tự đánh giá của em thì caand xem lại kỹ năng tự nhận thức của mình; hoặc cần tích cực tham gia và tự khẳng định mình trong các hoạt động chung để giúp mọi người nhìn nhận, đánh giá đúng hơn về em.* |

**Ngày soạn : 25/9/2022**

**TUẦN : 4**

**TIẾT : 12**

**CHỦ ĐỀ 2: KHÁM PHÁ BẢN THÂN**

**SINH HOẠT LỚP :**

**TRANH BIỆN VỀ Ý NGHĨA CỦA KĨ NĂNG TỰ NHẬN THỨC**

**ĐIỂM MẠNH , ĐIỂM HẠN CHẾ CỦA BẢN THÂN**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Năng lực:**

**1.1. Năng lực chung**

Giao tiếp, hợp tác: Hiểu rõ nhiệm vụ của nhóm, thể hiện khả năng hợp tác với các bạn trong nhóm; mạnh dạn trong việc trao đổi, tranh luận với GV và các nhóm khác.

**1.2. Năng lực đặc thù**:

HS đưa ra được những lý lẽ, lập luận, ví dụ để ủng hộ hoặc phản đối khi tranh biện về ý nghĩa của việc tự nhận thức điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân.

**2. Phẩm chất**

- Chăm chỉ: Ý thức hoàn thành mọi nhiệm vụ được giao, tích cực học tập.

- Nhân ái: Thiết lập được mối quan hệ hài hoà với mọi người xung quanh.

- Trách nhiệm: Nêu cao trách nhiệm trong hoạt động tập thể.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với GV**

- Nội dung liên quan buổi sinh hoạt lớp.

- Kế hoạch tuần mới

**2. Đối với HS:**

- Bản sơ kết tuần

- Kế hoạch tuần mới.

**III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động** | **Mô tả hoạt động** |
| **Phần 1. Sinh hoạt lớp (10 phút)** | - Gv yêu cầu cán sự lớp điều hành lớp tự đánh giá và sơ kết tuần, xây dựng kế hoạch tuần mới.  - Gv nhận xét bổ xung, động viên, khen ngợi, giải quyết những khó khăn cùng HS. |
| **Phần 2: Sinh hoạt theo chủ đề (35 phút)**  Tranh biện về ý nghĩa của kỹ năng tự nhận thức điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân. | **a. Mục tiêu hoạt động**  HS đưa ra được những lý lẽ, lập luận, ví dụ để ủng hộ hoặc phản đối khi tranh biện về ý nghĩa của việc tự nhận thức điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân.  **b. Nội dung:**  GV lần lượt đưa ra từng ý kiến, quan điểm về nhận thức điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân.  + Biết điểm mạnh của bản thân khiến con người thêm tự cao, tự đại; biết điểm hạn chế của bản thân khiến con người tự ti.  + Mỗi người đều có điểm mạnh, hạn chế riêng, không có ai hoàn thiện, hoàn mĩ, cũng như không có ai là chỉ có điểm hạn chế.  + Tự nhận thức được điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân sẽ giúp con người giao tiếp hiệu quả đưa ra quyết định phù hợp và phát huy điểm mạnh, khắc phục điểm hạn chế để tự hoàn thiện mình.  **c. Sản phẩm**: Sản phẩm hoạt động của HS về việc tranh biện về ý nghĩa của kỹ năng tự nhận thức điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân.  **d. Cách thức hoạt động**  \* GV giao nhiệm vụ  - GV chia HS ra thành 2 nhóm: Nhóm ủng hộ và nhóm phản đối.  \* HS thực hiện nhiệm vụ  - HS mỗi nhóm thảo luận để thống nhất những lý lẽ, lập luận , ví dụ để bảo vệ ý kiến của nhóm mình và phản bác ý kiến của nhóm bạn.  - Tranh biện giữa 2 nhóm.  \* Báo cáo kết quả và thảo luận  - GV yêu cầu Hs lắng nghe và tư duy phản biện, chia sẻ suy nghĩ của mình.  - Đại diện nhóm trình bày kết quả, các nhóm khác nhận xét bổ sung  \* Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ  - GV nhận xét chung và nêu quan điểm của cá nhân mình là ủng hộ ý kiến (2) và (3); không đồng tình với ý kiến (1). |

**Ngày soạn : 02/10/2022**

**TUẦN : 5**

**TIẾT : 13**

**SINH HOẠT DƯỚI CỜ**

**CHÚNG MÌNH ĐỀU GIỎI**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Năng lực**

***1.1. Năng lực chung***

Rèn luyện năng lực tự chủ, giao tiếp, năng lực tham gia các hoạt động tập thể và năng lực hợp tác.

***1.2. Năng lực đặc thù***

- HS có kĩ năng thiết kế và tổ chức các hoạt động.

- Tạo sự tự tin trong các hoạt động tập thể.

**2. phẩm chất :** Nhân ái, trung thực, trách nhiệm, tự tin.

**II. THIẾT BỊ ĐẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

1. **Đối với giáo viên:**

- Địa điểm, máy chiếu, máy tính, chuông, BTC và Ban GK chấm điểm.

- Bộ câu hỏi các lĩnh vực: KHTN, KHXH, văn học, thể thao, văn nghệ…

**2. Đối với học sinh:**

- Đăng kí thể hiện tài năng theo năng lực.

- Ba câu hỏi để bạn trả lời, bài hùng biện về trách nhiệm của học sinh với gia đình, nhà trường, xã hội, một tiết mục đơn ca.

**III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động** | **Mô tả hoạt động** |
| **Hoạt động 1: Chào cờ**  **b. Nội dung:**  - nghi lễ chào cờ: hát quốc ca, đội ca.  - Nhận xét các hoạt động tuần trước  - Nêu phương hướng hoạt động của tuần sau. | **a. Mục tiêu:**  - HS nắm được ưu nhược điểm các mặt hoạt động của tuần trước. Từ đó điều chỉnh các mặt hoạt động cho phù hợp.  - Biết được phương hướng hoạt động tuần tới.  **c. Sản phẩm:**  - Kết quả làm việc của học sinh và giáo viên.  **d. Tổ chức thực hiện:**  - HS lớp trực tuần điều khiển lễ chào cờ và nhận xét thi đua.  - GV TPT đội hoặc đại diện ban giám hiệu bổ sung nhận xét.  - TPT phổ biến công việc tuần tới. |
| **Hoạt động 2: Thi tài cùng bạn**  **a. Mục tiêu:**  - Bình tĩnh, tự tin, thể hiện khả năng.  **b. Nội dung:**  - Phần 1: Nghe câu hỏi trả lời kiến thức tổng hợp  - Phần 2: thử tài của bạn  - Phần 3: Hùng biện tranh luận về chủ đề  **c. Sản phẩm:**  Kết quả của học sinh sau khi tham gia hoạt động. | **d. Tổ chức thực hiện:**  - Lớp trực tuần dẫn CT.  - Mời hai HS khối 7 vào vị trí thi tài.  **\* Phần 1:** Nghe câu hỏi, bấm chuông giành quyền trả lời kiến thức tổng hợp.  - Cá nhân tự giới thiệu bản thân, mục đích tham gia, ước mơ tương lai.  - Hai HS bắt tay, oẳn tù tì để giành quyền chọ lĩnh vực thể hiện khả năng.  - GV đọc câu hỏi lĩnh vực HS đã chọn, HS lắng nghe nhanh tay bấm chuông để giành quyền trả lời. mỗi câu trả lời đúng có 10 điểm. sau ba câu ai được nhiều điểm hơn được chọn lĩnh vực tiếp theo.  **\* Phần 2:** Thử tài của bạn  - Hai HS thử tài lẫn nhau. Mỗi HS đưa ra ba câu hỏi để bạn trả lời. Mỗi câu đúng có 10 điểm, sai sẽ chuyển 10 điểm sang cho bạn.  **\* Phần 3:** Hùng biện, tranh luận theo chủ đề  - BTC đưa ra chủ đề: thể thao, bóng đá, hội họa, âm nhạc, môi trường, giao thông.  - HS tranh luận, hùng biện để chứng minh hiểu biết của bản thân.  - BGK chấm điểm thang điểm 10. |
| **HOẠT ĐỘNG NỐI TIẾP** | - HS tìm hiểu kiến thức về KHTN, xã hội, văn hóa, thể thao, hội họa để bổ sung kiến thức.  - Rèn luyện thói quen tự lực, chăm chỉ học tập, bản lĩnh trình bày ý kiến trước tập thể hằng ngày. |

**Ngày soạn : 02/10/2022**

**TUẦN : 5**

**TIẾT : 14**

**CHỦ ĐỀ 2: KHÁM PHÁ BẢN THÂN**

**HOẠT ĐỘNG THEO CHỦ ĐỀ:**

**NỘI DUNG 1: ĐIỂM MẠNH , ĐIỂM HẠN CHẾ CỦA TÔI**

**(Tiếp theo)**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

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

- Nhận diện được điểm mạnh , điểm hạn chế của bản thân trong học tập và cuộc sống

- Rèn luyện kỹ năng tự nhận thức điểm mạnh , điểm hạn chế cua bản thân

- Rèn luyện kỹ năng lập và thực hiện kế hoạch phát huy điểm mạnh, khắc phục điểm hạn chế để khắc phục bản thân.

**2. Năng lực**

***\* Năng lực chung:***

- Giải quyết được những nhiệm vụ học tập 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 hợp tác giải quyết những vấn đề một cách triệt để, hài hòa.

- Chỉ ra được những đặc điểm tính cách và biết cách phát huy điểm mạnh, yếu của bản thân.

- Nhận diện được khả năng điều chỉnh tư duy theo hướng tích cực cho bản thân.

**3. Phẩm chất**

- Chăm chỉ: HS chăm chỉ trong việc học chủ đề, trung thực, trách nhiệm, nhân ái

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

- Tranh ảnh, tư liệu, giấy A1, bút dạ , Mẫu lập kế hoạch tự hoàn thiện bản thân,

- SGK, SGV Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp lớp 7.

- Hình ảnh, video clip liên quan đến hoạt động.

- Máy tính, máy chiếu (Tivi) (nếu có).

- Phiếu học tập, giấy A0, thẻ màu, giấy nhớ

**2. Đối với học sinh**

- SGK, SBT.

- Giấy A4, bút (sử dụng cho các hoạt động ở phần Rèn luyện).

- Bút dạ, giấy khổ A1, A2 (sử dụng cho các hoạt động thảo luận nhóm).

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

**1. Ổn định tổ chức : KTSS lớp.**

**2. Kiểm tra bài cũ.**

**- KT sự chuẩn bị bài của HS.**

**3. Bài mới.**

**A. HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU (5 phút)**

**a. Mục tiêu:**Tạo tâm thế thoải mái, hứng thú, từng bước làm quen bài học.

**b. Nội dung:**GV trình bày vấn đề, HS trả lời câu hỏi.

**c. Sản phẩm học tập:**HS lắng nghe và tiếp thu kiến thức.

**d. Tổ chức thực hiện:**

- GV cho HS xem một số video clip thể hiện lối sống tích cực, tiêu cực.

- HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ.

- GV dẫn dắt vào hoạt động: *Để hiểu rõ hơn về những đặc điểm tính cách, biết cách phát huy điểm mạnh, yếu của bản thân và nhận diện được khả năng điều chỉnh tư duy theo hướng tích cực cho bản thân, chúng ta sẽ cùng đi khám phá những hoạt động trong ngày hôm nay –****Khám phá bản thân.***

**B. HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI**

**Hoạt động 3 : Cách thức xác đinh điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân.**

**a. Mục tiêu:** HS nêu đuwọc cách thức để xác định điểm mạnh và điểm hạn chế của bản thân trong học tập và cuộc sống.

**b. Nội dung:** GV cho HS làm việc nhóm

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

**d. Tổ chức hoạt động:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS** | **SẢN PHẨM** |
| ***2.3. Hoạt động 3: Cách thức xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân*** | **a. Mục tiêu:** Nêu được điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân trong học tập và trong cuộc sống.  **b. Nội dung:**  - GV yêu cầu HS thảo luận điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân trong SGK Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 7.  - HS thảo luận và ghi kết quả vào giấy A1, A2  **c. Sản phẩm:** Kết quả của HS  **d. Tổ chức thực hiện:**  \* Giao nhiệm vụ:  - GV yêu cầu HSthảo luận về cách thức xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân trong học tập và trong cuộc sống.  \*HS thực hiện nhiệm vụ học tập:  + HS đọc sgk và thực hiện yêu cầu.  + GV đến các nhóm theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.  \*Báo cáo kết quả thảo luận và học tập:  + GV gọi đại diện các nhóm trả lời.  + GV gọi HS khác nhận xét, đánh giá.  **\***Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập:  + GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức.  + HS ghi bài.  \*GV kết luận, nhận định:  *Để tự nhận thức được điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân trong học tập và trong cuộc sống chúng ta cần:*  *+ Tích cực tham gia các hoạt động học tập, lao động, giao tiếp, các hoạt động cộng đồng,…*  *+ Tự đánh giá dựa trên kết quả học tập, lao động, giao tiếp…*  *+ Lắng nghe nhận xét của mọi người xung quanh về bản thân.*  *+ So sánh, đối chiếu giữa tự đánh giá của bản thân với nhận xét của mọi người xung quanh.*  *+ Nếu nhận xét của mọi người xung quan trùng với tự đánh giá của bản thân tức là em đã xác định đúng điểm mạnh và hạn chế của mình. Còn nếu nhận xé của mọi người xung quanh có sự khác biệt với tự đánh giá của em thì caand xem lại kỹ năng tự nhận thức của mình; hoặc cần tích cực tham gia và tự khẳng định mình trong các hoạt động chung để giúp mọi người nhìn nhận, đánh giá đúng hơn về em.* |
| **3. Hoạt động luyện tập/thực hành:** | **a. Mục tiêu:** HS lập được kế hoạch khắc phục điểm hạn chế để tự hoàn thiện bản thân  **b. Nội dung:** HS lập kế hoạch để hoàn thiện bản thân  **c. Sản phẩm:** Kế hoạch của HS  **d. Tổ chức thực hiện:**  \*Giao nhiệm vụ:  - GV giao nhiệm vụ cho HS:Dựa trên những điểm mạnh và hạn chế của bản thân trong học tập và trong cuộc sống, lập kế hoạch để tự hoàn thiện bản thân.  - GV hướng dẫn HS cách lập kế hoạch tự hoàn thiện bản thân theo bảng gợi ý trong sgk.  \*Thực hiện nhiệm vụ:  - HS lập kế hoạch hoàn thiện bản thân.  - GV theo dõi, hỗ trợ HS khi cần  \*Báo cáo, thảo luận:  - GV gọi 4 em đại diện 4 nhóm chia sẻ kế hoạch trước lớp.  - GV gọi HS khác nhận xét, đánh giá.  \*Kết luận nhận định:  GV tổng hợp lại ý kiến của HS:  *- Việc tự nhận thức được điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân giúp chúng ta lập được kế hoạch khắc phục những điểm hạn chế để tự hoàn thiện mình.*  *- Lập kế hoạch tự hoàn thiện bản thân rất cần thiết, tuy nhiên đó, chỉ là bước khởi đầu. Điều quan trọng là chúng ta phải quyết tâm, kiên trì thực hiện theo kế hoạch đã xây dựng. Các em hãy quyết tâm, kiên trì thực hiện kế hoạch đã đặt ra và ghi lại từng kết quả mình đã thực hiện được, kể cả những khó khăn đã gặp phải trong quá trình thực hiện để cùng nhau chia sẻ với các bạn trong giờ sinh hoạt lớp.* |
| **4. Hoạt động vận dụng** | **a. Mục tiêu:** HS thực hiện rèn luyện, tự hoàn thiện bản thân theo kế hoạch đã xây dựng.  **b. Nội dung:** HS tự rèn luyện bản thân theo kế hoạch.  **c. Sản phẩm:** Kết quả tự rèn luyện của HS  **d. Tổ chức thực hiện:**  - HS kiên trì rèn luyện, tự hoàn thiện bản thân theo kế hoạch đã xây dựng.  - Tranh thủ sự giúp đỡ, hỗ trợ từ thầy cô, các bạn và người thân trong gia đình.  - Ghi lại từng kết quả mình đã thực hiện được kể cả những khó khăn đã gặp phải trong quá trình thực hiện và biện pháp vượt qua khó khăn nếu có. |

**IV. TỔNG KẾT:**

**-** Yêu cầu một số HS chia sẻ những điều học hỏi được, cảm nhận của bản thân sau khi tham gia các hoạt động.

- Kết luận chung: *Mỗi người đều có điểm mạnh, điểm hạn chế riêng trong học tập cũng như trong cuộc sống, không ai hoàn thiện, hoàn mmyx cũng như không ai chỉ có toàn điểm hạn chế. Xác định đúng điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân là một kỹ năng quan trọng giúp cho mỗi người có thể rèn luyện, tự hoàn thiện bản thân trên cơ sở phát huy điểm mạnh, khắc phục điểm hạn chế. đồng thời cũng giúp cho mỗi người ra quyết định đúng đắn và giao tiếp hiệu quả với người khác.*

**E. KẾ HOẠCH ĐÁNH GIÁ   (2 phút)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Hình thức đánh giá** | **Phương pháp đánh giá** | **Công cụ đánh giá** | **Ghi chú** |
| Đánh giá thường xuyên (GV đánh giá HS,  HS đánh giá HS) | - Vấn đáp.  - Kiểm tra thực hành, kiểm tra viết. | - Các loại câu hỏi vấn đáp, bài tập thực hành.  - Các tình huống thực tế trong cuộc sống |  |

- **Hướng dẫn về nhà**

Đọc soạn nhiệm vụ tiếp theo:

**Ngày soạn : 02/10/2022**

**TUẦN : 5**

**TIẾT : 15**

**SINH HOẠT LỚP :**

**CHIA SẺ VỀ KẾT QUẢ RÈN LUYỆN TỰ HOÀN THIỆN**

**BẢN THÂN THEO KẾ HOẠCH ĐÃ XÂY DỰNG**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Năng lực:**

**1.1. Năng lực chung**

Giao tiếp, hợp tác: Hiểu rõ nhiệm vụ của nhóm, thể hiện khả năng hợp tác với các bạn trong nhóm; mạnh dạn trong việc trao đổi, tranh luận với GV và các nhóm khác.

**1.2. Năng lực đặc thù:**

HS chia sẻ được về kết quả bước dầu rèn luyện, tự hoàn thiện bản thân theo kế hoạch đã xây dựng.

**2. Phẩm chất**

- Chăm chỉ: Ý thức hoàn thành mọi nhiệm vụ được giao, tích cực học tập.

- Nhân ái: Thiết lập được mối quan hệ hài hoà với mọi người xung quanh.

- Trách nhiệm: Nêu cao trách nhiệm trong hoạt động tập thể.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với GV**

- Nội dung liên quan buổi sinh hoạt lớp.

- Kế hoạch tuần mới

**2. Đối với HS**

Bản sơ kết tuần

Kế hoạch tuần mới.

**III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC CÁC HOẠT ĐỘNG**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động** | **Mô tả hoạt động** |
| **Phần 1. Sinh hoạt lớp** (10 phút) | - Gv yêu cầu cán sự lớp điều hành lớp tự đánh giá và sơ kết tuần, xây dựng kế hoạch tuần mới.  - Gv nhận xét bổ xung, động viên, khen ngợi, giải quyết những khó khăn cùng HS. |
| **Phần 2**: Sinh hoạt theo chủ đề (35 phút)  Chia sẻ về kết quả rèn luyện tự hoàn thiện bản thân theo kế hoạch đã xây dựng. | **a. Mục tiêu hoạt động**  HS chia sẻ được về kết quả bước dầu rèn luyện, tự hoàn thiện bản thân theo kế hoạch đã xây dựng.  **b. Nội dung:**  HS chia sẻ trong nhóm về kết quả bước đầu rèn luyện tự hoàn thiện bản thân theo kế hoạch; những khó khăn gặp phải và những biện pháp đã thực hiện để vượt qua khó khăn nếu có.  **c. Sản phẩm:** Kết quả bước đầu rèn luyện tự hoàn thiện bản thân theo kế hoạch của học sinh.  **d. Cách thức hoạt động**  \* GV giao nhiệm vụ  - GV mời một số HS chia sẻ trước lớp .  - GV tổ chức cho HS chia sẻ về:  - GV hướng dẫn HS cả lớp thảo luận về những khó khăn trong quá trình các em rèn luyện bản thân và các biện pháp khắc phục.  + HS thực hiện nhiệm vụ  - HS điều hành nhóm thảo luận, cử nhóm trưởng, thư ký,…  - HS thảo luận và viết hoặc dán vào giấy A0 sp của nhóm mình  \* Báo cáo kết quả và thảo luận  - GV yêu cầu Hs lắng nghe và tư duy phản biện, chia sẻ suy nghĩ của mình.  - Đại diện nhóm trình bày kết quả, các nhóm khác nhận xét bổ sung  \* Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ  - GV tổng kết các ý kiến và lưu ý HS cần quyết tâm, kiên trì rèn luyện và tìm kiếm sự hỗ trợ, giúp đỡ của những người thân trong gia đình, thầy cô, bạn bè thân thiết và những người tin cậy khi gặp khó khăn trong quá trình tự hoàn thiện bản thân.. |

# **Ngày soạn : 09/10/2022**

# **TUẦN : 6**

**TIẾT : 16**

# **SINH HOẠT DƯỚI CỜ**

**TRÒ CHƠI “NHÌN HÀNH ĐỘNG, ĐOÁN CẢM XÚC”**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Năng lực:**

***1.1. Năng lực chung:*** Giao tiếp, hợp tác, tự chủ, tự học, giải quyết vấn đề

***1.2. Năng lực đặc thù:***

+ Làm chủ được cảm xúc của bản thânthể hiện và nhận biết cảm xúc của họ trong các tình huống giao tiếp, ứng xử khác nhau.

+ Rèn kĩ năng tự học, phối hợp trong công việc, tổ chức hoạt động;

**2. Phẩm chất:**Nhân ái, trung thực, trách nhiệm, chăm chỉ.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với GV:**

- Một số phiếu giấy nhỏ, trên mỗi phiếu có ghi một cảm xúc (cả tích cực và tiêu cực) như: vui vẻ, mừng rỡ, tự hào, đau khổ, tức giận, tuyệt vọng,…

- Phần thưởng nhỏ cho những người thắng trong cuộc chơi.

- Văn nghệ chào mừng;

**2. Đối với HS:**

- Tìm hiểu về biểu hiện của một số cảm xúc qua ngôn ngữ cơ thể.

- Lớp trực tuần chuẩn bị văn nghệ và dẫn chương trình.

**III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động** | **Mô tả hoạt động** |
| **Hoạt động 1:**  **Chào cờ** | **a. Mục tiêu:** HS hiểu được chào cờ là một nghi thức trang trọng thể hiện lòng yêu nước, tự hào dân tộc, và sự biết ơn đối với các thế hệ cha anh đã hi sinh xương máu để đổi lấy độc lập, tự do cho Tổ quốc, có ý nghĩa giáo dục sâu sắc, giúp mỗi học sinh biết đoàn kết để tạo nên sức mạnh, biết chia sẻ để phát triển.  **b. Nội dung:** HS hát quốc ca. TPT hoặc BGH nhận xét.  **c. Sản phẩm:** kết quả làm việc của HS và TPT.  **d. Tổ chức thực hiện:**  - HS điều khiển lễ chào cờ.  - Lớp trực tuần nhận xét thi đua.  - TPT hoặc đại diện BGH nhận xét bổ sung và triển khai các công việc tuần mới. |
| **Hoạt động 2:**  Sinh hoạt theo chủ đề: Tham gia trò chơi “Nhìn hành động, đoán cảm xúc”: | **a. Mục tiêu:** Biết được mục đích, ý nghĩa, nội dung và các biện pháp để thể hiện cảm xúc của mình và nhận biết được cảm xúc của mọi người qua ngôn ngữ cơ thể của họ trong giao tiếp ứng xử  **b. Nội dung:** Thể hiện được cảm xúc qua ngôn ngữ cơ thể và nhận biết được cảm xúc của người khác qua ngôn ngữ cơ thể của họ  **c. Sản phẩm:** kết quả của HS  **d. Tổ chức thực hiện:**  - Quản trò phổ biến cách chơi và luật chơi  - Mời một số HS xung phong lên bốc thăm. Sau khi bốc thăm, mỗi bạn sẽ suy nghĩ nhanh trong khoảng 1 phút về cách mình thể hiện cảm xúc được ghi trên phiếu bốc được.  - Lần lượt từng bạn lên thể hiện cảm xúc qua ngôn ngữ cơ thể. Các bạn khác quan sát và đoán cảm xúc mà bạn đã thể hiện. Ai đoán đúng và nhanh nhất, người đó sẽ được thưởng một phần quà.  \* HS lắng nghe và thực hiện nhiệm vụ. |
| **HOẠT ĐỘNG NỐI TIẾP** | HS tìm hiểu về kĩ năng kiểm soát cảm xúc. |

**Ngày soạn : 09/10/2022**

**TUẦN : 6**

**TIẾT : 17**

**CHỦ ĐỀ 2: KHÁM PHÁ BẢN THÂN**

**NỘI DUNG 2 : KIỂM SOÁT CẢM XÚC CỦA BẢN THÂN**

**(02 tiết)**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

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

- Nhận ra được khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân.

- Rèn luyện kỹ năng lập kiểm soát cảm xúc của bản thân , đặc biệt là kỹ năng giải tỏa những cảm xúc tiêu cực.

**2. Năng lực**

***\* Năng lực chung:***

- Giải quyết được những nhiệm vụ học tập 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 hợp tác giải quyết những vấn đề một cách triệt để, hài hòa.

- Chỉ ra được những đặc điểm tính cách và biết cách phát huy điểm mạnh, yếu của bản thân.

- Nhận diện được khả năng điều chỉnh tư duy theo hướng tích cực cho bản thân.

**3. Phẩm chất**

- Chăm chỉ: HS chăm chỉ trong việc học chủ đề, trung thực, trách nhiệm, nhân ái

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

- Tranh ảnh, tư liệu, giấy A1, bút dạ , Mẫu lập kế hoạch tự hoàn thiện bản thân,

- SGK, SGV Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp lớp 7.

- Hình ảnh, video clip liên quan đến hoạt động.

- Máy tính, máy chiếu (Tivi) (nếu có).

- Phiếu học tập, giấy A0, thẻ màu, giấy nhớ

**2. Đối với học sinh**

- SGK, SBT.

- Giấy A4, bút (sử dụng cho các hoạt động ở phần Rèn luyện).

- Bút dạ, giấy khổ A1, A2 (sử dụng cho các hoạt động thảo luận nhóm).

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

**1. Ổn định tổ chức : KTSS lớp.**

**2. Kiểm tra bài cũ.**

**- KT sự chuẩn bị bài của HS.**

**3. Bài mới.**

**A. HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU (5 phút)**

**a. Mục tiêu:**Tạo tâm thế thoải mái, hứng thú, từng bước làm quen bài học.

**b. Nội dung:**GV cho HS chơi trò chơi hoặc hát 1 bài hát liên quan đến hoạt động

**c. Sản phẩm học tập:**HS thực hiện và lắng nghe

**d. Tổ chức thực hiện:**

- GV cho HS hát một bài hát có nội dung liên quan đến hoạt động

- HS : Hát 1 bài hát

- GV dẫn dắt vào hoạt động:

**B. HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI**

**1. Hoạt động 1: Tìm hiểu biểu hiện của kiểm soát cảm xúc.**

**a. Mục tiêu :** HS biết được biểu hiện của kĩ năng kiểm soát cảm xúc.

**b. Nội dung**: GV hướng dẫn HS thực hiện hoạt động .

**c. Sản phẩm học tập:**HS thực hành hoạt động .

**d. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GIÁO VIÊN - HỌC SINH** | **SẢN PHẨM** |
| **Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - GV: Yêu cầu HS đọc trường hợp trong SGK trang 16 , thảo luận nhóm trả lời câu hỏi  ? Long và Kiên cảm thấy thế nào kh bị nước làm ướt hết tóc và quần áo ?  ? Cách thể hiện cảm xúc của mỗi bạn Long, Kiên trong trường hợp này ra sao?  ? Em đồng tình với cách thể hiện cảm xúc của bạn nào ?Vì sao.  **Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập**  - HS làm việc theo nhóm và ghi kết quả thảo luận vào giấy.  **Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận**  - GV mời đại diện nhóm trình bày kết quả thảo luận  - GV mời HS nhóm khác nhận xét, bổ sung.  **Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập**  - GV : Tổng kết các ý kiến và kết luận | **1. Tìm hiểu biểu hiện của kiểm soát cảm xúc**    + Trong cùng 1 tình huống , cùng chịu sự tác động như nhau nhưng cách thể hiện cảm xúc cùa 2 bạn lại khác nhau  + Cách thể hiện thái độ , cảm xúc cua Kiên là biểu hiện của người có kĩ năng kiểm soát cảm xúc.  +Kĩ năng kiểm soát cảm xúc : Là khả năng của cá nhân nhận biết được cảm xúc của bản thân một cách phù hợp với tình huống , hoàn cảnh , đối tượng. |

**2. Hoạt động 2: Tìm hiểu về cách giải tỏa cảm xúc tiêu cực.**

**a. Mục tiêu :** HS biết được sự cần thiết phải giải tỏa cảm xúc tiêu cực và một số cách phổ biến để giải tỏa cảm xúc tiêu cực.

**b. Nội dung**: GV hướng dẫn HS thực hiện hoạt động .

**c. Sản phẩm học tập:**HS thực hành hoạt động .

**d. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GIÁO VIÊN - HỌC SINH** | **SẢN PHẨM** |
| **Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - GV: yêu cầu HS chia sẻ  ? Những cảm xúc tiêu cực (Tức giận , đau khổ, lo buồn ….) thường xuất hiện trong những tình huống như thế nào ?  ? Cảm xúc tiêu cực thường ảnh hưởng như thế nào đến bản thân em và những người xung quanh ?  ? Em thường sử dụng những cách nào để giải tỏa cảm xúc tiêu cực ?  - GV : giao nhiệm vụ cho HS thảo luận nhóm để xác định các cách giải tỏa cảm xúc tiêu cực.  **Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập**  - HS chia sẻ và làm việc trước lớp  - HS làm việc theo nhóm  **Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận**  - GV mời đại diện nhóm trình bày kết quả thảo luận  - GV mời HS nhóm khác nhận xét, bổ sung.  **Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập**  - GV : Tổng kết các ý kiến và chốt lại | **2: Tìm hiểu về cách giải tỏa cảm xúc tiêu cực**  - Có nhiều cách giải tỏa cảm xúc tiêu cực ..  + Tâm sự với người thân trong gia đình , thầy cô bạn bè thân thiết.  + Hít thở sâu  + Đi dạo  + Ngồi thiền  + Chơi môn thể thao, nhạc cụ yêu thích  + Đi tắm  +Tìm đến một nơi vắng vẻ và hét thật to  + Nhờ sự hỗ trợ của chuyên gia tư vấn tâm lý. |

**Ngày soạn : 09/10/2022**

**TUẦN : 6**

**TIẾT : 18**

**SINH HOẠT LỚP**

**LUYỆN TẬP “VŨ ĐIỆU MANG LẠI NIỀM VUI”**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Năng lực:**

**1.1. Năng lực chung**

Giao tiếp, hợp tác: Hiểu rõ nhiệm vụ của nhóm, thể hiện khả năng hợp tác với các bạn trong nhóm; mạnh dạn trong việc trao đổi, tranh luận với GV và các nhóm khác.

**1.2. Năng lực đặc thù:**

- HS luyện tập được một số điệu nhảy vui nhộn để giải tỏa cảm xúc tiêu cực.

**2. Phẩm chất**

- Chăm chỉ: Ý thức hoàn thành mọi nhiệm vụ được giao, tích cực học tập.

- Nhân ái: Thiết lập được mối quan hệ hài hoà với mọi người xung quanh.

- Trách nhiệm: Nêu cao trách nhiệm trong hoạt động tập thể.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với GV**

- Nội dung liên quan buổi sinh hoạt lớp.

- Kế hoạch tuần mới

**2. Đối với HS**

- Bản sơ kết tuần

- Kế hoạch tuần mới.

**III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC CÁC HOẠT ĐỘNG**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động** | **Mô tả hoạt động** |
| **Phần 1. Sinh hoạt lớp** (10 phút) | - Gv yêu cầu cán sự lớp điều hành lớp tự đánh giá và sơ kết tuần, xây dựng kế hoạch tuần mới.  - Gv nhận xét bổ xung, động viên, khen ngợi, giải quyết những khó khăn cùng HS. |
| **Phần 2**: Sinh hoạt theo chủ đề (35 phút)  **Luyện tập vũ điệu mang lại niềm vui.** | **a. Mục tiêu hoạt động**  HS luyện tập được một số điệu nhảy vui nhộn để giải tỏa cảm xúc tiêu cực..  **b. Nội dung:**  Các nhóm tập nhảy một điệu nhảy vui nhộn phù hợp với lứa tuổi.  **c. Sản phẩm:** Kết quả luyện tập của HS  **d. Cách thức hoạt động**  \* GV giao nhiệm vụ  - Các nhóm tập nhảy một điệu nhảy vui nhộn phù hợp với lứa tuổi.  \* HS thực hiện nhiệm vụ  - HS điều hành nhóm tập luyện vũ điệu của nhóm mình.  \* Báo cáo kết quả và thảo luận  - Từng nhóm lên trình diễn trước lớp. có thể hướng dẫn cả lớp cùng nhảy theo.  \* Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ  - Cả lớp nhận xét, bình chọn 1-2 điệu nhảy vui và đẹp nhất để trình diễn trước toàn trường trong giờ sinh hoạt dưới cờ đầu tuần tới. |

**Ngày soạn : 16/10/2022**

**TUẦN : 7**

**TIẾT : 19**

**SINH HOẠT DƯỚI CỜ**

**CUỘC THI : VŨ ĐIỆU MANG LẠI NIỀM VUI**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Năng lực:**

***1.1. Năng lực chung:*** Giao tiếp, hợp tác, tự chủ, tự học, giải quyết vấn đề

***1.2. Năng lực riêng:***

+ Làm chủ được cảm xúc của bản thân trong các tình huống giao tiếp, ứng xử khác nhau.

+ Rèn luyện tham gia các điệu nhảy thể thao/dân vũ vui khỏe, phù hợp với lứa tuổi THCS để có sức khỏe, tinh thần lành mạnh, vượt qua các cảm xúc tiêu cực;

**2. Phẩm chất:** Nhân ái, trung thực, trách nhiệm.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với TPT, BGH và GV**

- Thành lập BTC và BGK cuộc thi.

- Xây dựng kế hoạch tổ chức cuộc thi.

- Phổ biến trước về mục đích, nội dung, thể lệ cuộc thi tới các lớp.

- Nhận đăng ký tham dự của các nhóm, các lớp và lên chương trình.

- Cử MC. Phần thưởng cho các nhóm nhảy tốt.

- Sân khấu và các thiết bị âm thanh, ánh sáng.

**2. Đối với HS:**

- Tập các điệu nhảy khỏa khoắn, vui nhộn, phù hợp với lứa tuổi theo nhóm hoặc theo lớp. Khuyến khích các điệu nhảy tập thể, các điệu nhảy do HS tự sáng tác.

- Đăng ký tham gia với BTC cuộc thi.

**III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG**

**A. HOẠT ĐỘNG KHỞI ĐỘNG (MỞ ĐẦU)**

**a. Mục tiêu:**Tạo tâm thế hứng thú cho học sinh và từng bước làm quen với giờ chào cờ.

**b. Nội dung:** HS ổn định vị trí chỗ ngồi, chuẩn bị chào cờ.

**c. Sản phẩm:** Thái độ của HS

**d. Tổ chức thực hiện:**

*- GV chủ nhiệm yêu cầu HS của lớp mình chuẩn chỉnh trang phục, ổn định vị*

*trí, chuẩn bị làm lễ chào cờ.*

**B. HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động** | **Mô tả hoạt động** |
| **Hoạt động 1: Chào cờ**  **b. Nội dung:** HS hát quốc ca. TPT hoặc BGH nhận xét.  **c. Sản phẩm:** kết quả làm việc của HS và TPT. | **a. Mục tiêu:** HS hiểu được chào cờ là một nghi thức trang trọng thể hiện lòng yêu nước, tự hào dân tộc, và sự biết ơn đối với các thế hệ cha anh đã hi sinh xương máu để đổi lấy độc lập, tự do cho Tổ quốc, có ý nghĩa giáo dục sâu sắc, giúp mỗi học sinh biết đoàn kết để tạo nên sức mạnh, biết chia sẻ để phát triển.  **d. Tổ chức thực hiện:**  - HS điều khiển lễ chào cờ.  - Lớp trực tuần nhận xét thi đua.  - TPT hoặc đại diện BGH nhận xét bổ sung và triển khai các công việc tuần mới. |
| **Hoạt động 2: Tham gia cuộc thi “Vũ điệu mang lại niềm vui”** | **a. Mục tiêu:** Cảm nhận được cảm xúc tích cực do các điệu nhảy thể thao/dân vũ khỏe khoắn, vui nhôn, phù hợp với lứa tuổi mang lại.  **b. Nội dung:** HS biểu diễn các điệu nhảy  **c. Sản phẩm:**Kết quả cuộc thi  **d. Tổ chức thực hiện:**  - Đại diện BTC tuyên bố lý do, giới thiệu BGK.  - Đại diện BGK công bố nội dung và thể lệ cuộc thi.  - MC lần lượt giới thiệu các nhóm nhảy lên biểu diễn điệu nhảy của mìn  - Sau mỗi tiết mục từng thành viên BGK sẽ cho điểm công khai bằng hình thức giơ bảng điểm.  - Sau khi tất cả các nhóm nhảy đã hoàn thành phần dự thi của mình, BGK công bố kết quả cuộc thi.  - Phát phần thưởng cho các nhóm nhảy có thành tích tốt nhất. |
| **HOẠT ĐỘNG TIẾP NỐI** | - Tích cực tập các môn thể thao các điệu nhảy thể thao/dân vũ khỏe khoắn, vui vẻ, phù hợp với lứa tuổi để có sức khỏe, tinh thần lành mạnh, vượt qua các cảm xúc tiêu cực. |

**Ngày soạn : 16/10/2022**

**TUẦN : 7**

**TIẾT : 20**

**CHỦ ĐỀ 2: KHÁM PHÁ BẢN THÂN**

**NỘI DUNG 2 : KIỂM SOÁT CẢM XÚC CỦA BẢN THÂN**

**(02 tiết)**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

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

- Nhận ra được khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân.

- Rèn luyện kỹ năng lập kiểm soát cảm xúc của bản thân , đặc biệt là kỹ năng giải tỏa những cảm xúc tiêu cực.

**2. Năng lực**

***\* Năng lực chung:***

- Giải quyết được những nhiệm vụ học tập 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 hợp tác giải quyết những vấn đề một cách triệt để, hài hòa.

- Chỉ ra được những đặc điểm tính cách và biết cách phát huy điểm mạnh, yếu của bản thân.

- Nhận diện được khả năng điều chỉnh tư duy theo hướng tích cực cho bản thân.

**3. Phẩm chất**

- Chăm chỉ: HS chăm chỉ trong việc học chủ đề, trung thực, trách nhiệm, nhân ái

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

- Tranh ảnh, tư liệu, giấy A1, bút dạ , Mẫu lập kế hoạch tự hoàn thiện bản thân,

- SGK, SGV Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp lớp 7.

- Hình ảnh, video clip liên quan đến hoạt động.

- Máy tính, máy chiếu (Tivi) (nếu có).

- Phiếu học tập, giấy A0, thẻ màu, giấy nhớ

**2. Đối với học sinh**

- SGK, SBT.

- Giấy A4, bút (sử dụng cho các hoạt động ở phần Rèn luyện).

- Bút dạ, giấy khổ A1, A2 (sử dụng cho các hoạt động thảo luận nhóm).

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

**A. HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU (5 phút)**

**a. Mục tiêu:**Tạo tâm thế thoải mái, hứng thú, từng bước làm quen bài học.

**b. Nội dung:**GV cho HS chơi trò chơi hoặc hát 1 bài hát liên quan đến hoạt động

**c. Sản phẩm học tập:**HS thực hiện và lắng nghe

**d. Tổ chức thực hiện:**

- GV cho HS hát một bài hát có nội dung liên quan đến hoạt động

- HS : Hát 1 bài hát

- GV dẫn dắt vào hoạt động:

**B. HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI**

**C. HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP (10 phút)**

**Hoạt động 3 : Rèn luyện kĩ năng giải tỏa cảm xúc tiêu cực**

**a. Mục tiêu:**HS biết thực hành một số cách giải tỏa cảm xúc tiêu cực và đóng vai thể hiện kĩ năng kiểm soát cảm xúc trong một số tình huống giả định.

**b. Nội dung:**HS sử dụng kiến thức đã học, GV hướng dẫn (nếu cần thiết) để trả lời câu hỏi.

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

**d. Tổ chức thực hiện:**

- GV tổ chức cho cả lớp cùng thực hiện một số cách giải tỏa cảm xúc tiêu cực như nhảy một điệu nhảy vui nhộn, hít thở sâu , ngồi thiền ….

- GV: giao nhiệm vụ cho mỗi nhóm thảo luận, xây dựng kịch bản và đóng vai thể hiện kĩ năng kiểm soát cảm xúc (tình huống 1 trong SGK trang)

- HS làm việc theo nhóm

- GV: mời 1 nhóm lên đóng vai thể hiện cách ứng xử trong tình huống cả pứo cùng quan sát .

- GV tổ chức cho cả lớ thảo luận , nhận xét theo các câu hỏi

? Trong tiểu phẩm đóng vai của nhóm bạn vừa rồi , nhân vật Lan đã ứng xử như thế nào khi tức giận.

? Em có đồng tình với cách ững xử như vậy không ? Vì sao ? cách ứng xử ấy đã thể hiện được kĩ năng kiểm soát cảm xúc chưa .

? Nhóm nào có cách ứng xử khác trong tình huống này.

- GV: mời nhóm có cách ứng xử khác lên đóng vai thể hiện trước lớp.

- GV: Nhận xét cách ứng xử của các nhóm và chốt lại

+Trong tình huống 1 mặc dù đang rất giận nhưng bạn nên hít thở sâu để lấy lại bình

tĩnh . Sau đó có thể tìm một dịp thích hợp để nói chuyện với 2 bạn Mai và Ly . Đề nghị 2 bạn ấy có gì thì nên góp ý thẳng với mình , không nên nói sau lưng, rằng việc làm ấy của các bạn đã khiến mình bị tổn thương, mong các bạn lần sau đừng như vậy nữa .

- GV : Tổ chức cho HS đóng vai tình huống 2 ,

- GV: Nhận xét , kết luận

+Trong tình huống 2 :Mặc dù đang rất buồn nhưng Nam lên giữ bình tĩnh , chờ lúc thích hợp giải thích cho Hòa về tình cảm của mình với Hòa , giải thích lí do mình không thể cho bạn chép bài

**D. HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG (5 phút)**

**4. Hoạt động 4 : Vận dụng kĩ năng kiểm soát cảm xúc**

**a. Mục tiêu:**HS vận dụng được kĩ năng kiểm soát cảm xúc trong thực tế cuộc sống

**b. Nội dung:**GV hướng dẫn HS thực hiện hoạt động .

**c. Sản phẩm học tập:**HS thực hành hoạt động .

**d. Tổ chức thực hiện:**

- GV giao nhiệm vụ cho HS vận dụng kĩ năng kiểm soát cảm xúc vào các tình huống trong cuộc sống hàng ngày .

- GV: Hướng dẫn HS thực hiện kĩ năng kiểm soát cảm xúc theo các bước sau

+Nhận biết cảm xúc ->điều chỉnh cảm xúc->Thể hiện cảm xúc của bản thân , cách thể hiện cảm xúc mà em đã thực hiện và kết quả

- GV: giải đáp những câu hỏi của HS

- GV : Yêu cầu một số HS chia sẻ những điều học hỏi được và cảm nhận của bản thân sau khi tham gia các hoạt động.

- GV: Kết luận

+Kĩ năng kiểm soát cảm xúc : là khả năng của cá nhân nhận biết được cảm xúc của bản thân tại 1 thời điểm nào đó , biết điều chỉnh cảm xúc và biết thể hiện cảm xúc của bản thân một cách phù hợp với tình huống , hoàn cảnh , đối tượng. Kĩ năng kiểm soát cảm xúc rất quan trọng giúp con người giao btiếp học tập, làm việc hiệu quả , bảo vệ sức khỏe bản thân và không làm ảnh hưởng đến những người xung quanh.

- GV: Nhận xét thái độ tham gia của các HS , động viên khen thưởng những cá nhân, nhóm tích cực có nhiều đóng góp cho các hoạt động.

**E. KẾ HOẠCH ĐÁNH GIÁ   (2 phút)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Hình thức đánh giá** | **Phương pháp đánh giá** | **Công cụ đánh giá** | **Ghi chú** |
| Đánh giá thường xuyên (GV đánh giá HS,  HS đánh giá HS) | - Vấn đáp.  - Kiểm tra thực hành, kiểm tra viết. | - Các loại câu hỏi vấn đáp, bài tập thực hành.  - Các tình huống thực tế trong cuộc sống |  |

**- Hướng dẫn về nhà**

Đọc soạn chủ đề tiếp theo:

**Ngày soạn : 16/9/2022**

# **TUẦN :7**

# **TIẾT : 21**

# **CHIA SẺ KẾT QUẢ RÈN LUYỆN KĨ NĂNG**

# **KIỂM SOÁT CẢM XÚC CỦA BẢN THÂN**

# **TRONG MỘT SỐ TÌNH HUỐNG CỤ THỂ.**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Năng lực:**

**1.1. Năng lực chung** : Giao tiếp, hợp tác: Hiểu rõ nhiệm vụ của nhóm, thể hiện khả năng hợp tác với các bạn trong nhóm; mạnh dạn trong việc trao đổi, tranh luận với GV và các nhóm khác.

**1.2. Năng lực đặc thù:**

HS chia sẻ được về kết quả rèn luyện kỹ năng kiểm soát cảm xúc bản thân.

**2. Phẩm chất**

- Chăm chỉ: Ý thức hoàn thành mọi nhiệm vụ được giao, tích cực học tập.

- Nhân ái: Thiết lập được mối quan hệ hài hoà với mọi người xung quanh.

- Trách nhiệm: Nêu cao trách nhiệm trong hoạt động tập thể.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với GV**

- Nội dung liên quan buổi sinh hoạt lớp.

- Kế hoạch tuần mới

**2. Đối với HS:**

- Bản sơ kết tuần. - Kế hoạch tuần mới.

**III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC CÁC HOẠT ĐỘNG**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động** | **Mô tả hoạt động** |
| **Phần 1. Sinh hoạt lớp**  (10 phút) | - Gv yêu cầu cán sự lớp điều hành lớp tự đánh giá và sơ kết tuần, xây dựng kế hoạch tuần mới.  - Gv nhận xét bổ xung, động viên, khen ngợi, giải quyết những khó khăn cùng HS. |
| HS chia sẻ trong nhóm về một số tình huống các em đã thành công hoặc chưa thành công trong việc kiểm soát cảm xúc theo các câu hỏi gợi ý sau:  **Phần 2**: Sinh hoạt theo chủ đề (35 phút)  Chia sẻ kết quả rèn luyện kỹ năng kiểm soát cảm xúc bản thân trong một số tình huống cụ thể. | **a. Mục tiêu hoạt động**  HS chia sẻ được về kết quả rèn luyện kỹ năng kiểm soát cảm xúc bản thân.  **b. Nội dung:**  + Tình huống xảy ra như thế nào?  + Cảm xúc của em khi đó ra sao?  + Em đã điều chỉnh và thể hiện cảm xúc của mình như thế nào?  +Kết quả ra sao?  **c. Sản phẩm:** Chia sẻ của HS về một số tình huống các em đã thành công, chua thành công trong việc kiểm soát cảm xúc bản thân.  **d. Cách thức hoạt động**  \* GV giao nhiệm vụ  - GV mời một số HS chia sẻ trước lớp.  \* HS thực hiện nhiệm vụ  - Chia sẻ tình huống của bản thân trước lớp.  \* Báo cáo kết quả và thảo luận  - GV yêu cầu Hs lắng nghe  - HS trình bày kết quả, các bạn khác nhận xét bổ sung  \* Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ  - GV NX chung, khen những HS đã bước đầu rèn luyện tốt và động viên HS cả lớp tiếp tục vận dụng, rèn luyện kỹ năng kiểm soát cảm xúc trong cuộc sống hàng ngày. |

**IV. ĐÁNH GIÁ CHỦ ĐỀ 2**

**1. Cá nhân tự đánh giá**

**PHIẾU TỰ ĐÁNH GIÁ**

Tên thành viên…………………………………………………….

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tiêu chí** | **Yêu cầu cần đạt** | **Đạt (Đ)** | **Chưa đạt** |
| 1 | Xác định được ít nhất 3 điểm mạnh của bản thân trong học tập và cuộc sống. |  |  |
| 2 | Xác định được ít nhất 3 điểm hạn chế của bản thân trong học tập và cuộc sống. |  |  |
| 3 | Lập được kế hoạch tự rèn luyện bản thân. |  |  |
| 4 | Nêu những cách kiểm soát cảm xúc tiêu cực. |  |  |
| 5 | Nhận ra dược khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân. |  |  |

Xếp loại: + Đạt (Thực hiện được 3/5 tiêu chí)

+ Không đạt (Chỉ thực hiện được 2 tiêu chí trở xuống)

Cá nhân tự xếp loại:……….

**2. Đánh giá trong nhóm**

Tổ chức cho HS đánh giá đồng đẳng trong nhóm.

**3. GV đánh giá**

GV đánh giá chung theo hướng dẫn đánh giá thường xuyên. động viên khen ngợi những HS có tinh thần thái độ tham gia các hoạt độn tốt, đạt được các yêu cầu của chủ đề.

**KÍ DUYỆT CỦA TỔ CHUYÊN MÔN**

Ngày :