# CHỦ ĐỀ 2. TÔI TRƯỞNG THÀNH

## Hoạt động 1: Xác định những biểu hiện trưởng thành của cá nhân

1. Chơi trò chơi “Đoán xem người đó là ai”.

Mỗi nhóm bí mật chọn một bạn học trong lớp và mô tả 5 biểu hiện của sự trưởng thành.

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

Hướng dẫn chi tiết:

1. Bạn V đã có những biểu hiện trưởng thành như sau:

- Có giọng đọc thơ rất hay, thường xuyên phát biểu ý kiến trong giờ học môn Ngữ văn.

- So với năm trước đã cao vọt.

- Trước kia thường nghe theo ý kiến của bạn bè, ít khi thể hiện suy nghĩ của mình. Hiện tại đã biết trình bày và bảo vệ quan điểm của bản thân trước người khác.

- Tự tin khi giao tiếp ở nơi công cộng.

- Hiểu và chủ động thực hiện các quy định ở ngoài cộng đồng.

- Tích cực tham gia các hoạt động tập thể của nhà trường và Đoàn Thanh niên.

2. Những biểu hiện trưởng thành của cá nhân:

- Trưởng thành về mặt thể chất: tăng chiều cao, thay đổi cân nặng, thay đổi giọng nói.

- Trưởng thành về mặt 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 mặt 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 biểu hiện của phẩm chất ý chí và sự đam mê

1. Thảo luận xác định những biểu hiện của phẩm chất ý chí, sự đam mê của cá nhân.

- Chỉ ra những biểu hiện của phẩm chất ý chí và sự đam mê trong trường hợp dưới đây:

*Khánh mong muốn trở thành cầu thủ bóng rổ chuyên nghiệp. Bạn chơi bóng rổ từ năm học lớp 8 và là thành viên Câu lạc bộ Bóng rổ của trường. Khánh tìm đọc sách báo, thường xuyên xem các video quay những trận đấu bóng rổ đỉnh cao, tìm hiểu về những vận động viên và câu lạc bộ bóng rổ nổi tiếng trên thế giới, tìm hiểu về kĩ thuật, về chiến thuật chơi bóng rổ. Khánh tự tạo cho mình một chỗ chơi bóng rổ ngay cạnh nhà, bất cứ lúc nào rảnh rỗi là ban lại luyện tập. Khánh tham gia đều đặn các buổi tập bóng rổ dù đôi khi bạn thấy mệt mỏi, thiếu thời gian nghỉ ngơi vi việc học tập năm cuối cấp rất bận rộn.*

- Nêu những biểu hiện của phẩm chất ý chí, sự đam mê của cá nhân.

2. Chia sẻ những biểu hiện của phẩm chất ý chí và sự đam mê của em.

Hướng dẫn chi tiết:

1. - Những biểu hiện của phẩm chất ý chí và sự đam mê trong trường hợp:

+ Khánh chơi bóng rổ từ năm học lớp 8 và là thành viên Câu lạc bộ Bóng rổ của trường

+ Khánh tìm hiểu các thông tin liên quan đến bóng rổ thông qua đọc sách báo, xem các video

+ Khánh dành thời gian tự tạo cho mình một chỗ chơi bóng rổ ngay cạnh nhà

+ Khánh cố gắng vượt qua sự mệt mỏi, thiếu thời gian nghỉ ngơi để tham gia đều đặn các buổi tập bóng rổ

- Những biểu hiện của phẩm chất ý chí là:

+ Xác định mục đích rõ ràng.

+ Độc lập ra quyết định và hành động theo quyết định.

+ 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.

- Những biểu hiện của sự đam mê là:

+ Luôn nghĩ về điều yêu thích, hứng thú.

+ Có niềm vui, sự phấn khích, hào hứng và thường xuyên nói về điều yêu thích.

+ Hào hứng trao đổi, bàn luận về vấn đề quan tâm.

+ Dành nhiều thời gian và công sức cho việc mình yêu thích.

+ Luôn cố gắng, quyết tâm vượt qua những khó khăn, rào cản để thực hiện.

2. Những biểu hiện của phẩm chất ý chí và sự đam mê của em là:

- Xác định được mục đích của bản thân và đề ra mục tiêu để theo đuổi và hoàn thành

- Kiên định trong hành động và suy nghĩ khi thực hiện mục đích

- Luôn nỗ lực, cố gắng, quyết tâm vượt qua những khó khăn

- Có suy nghĩ tích cực, niềm vui, hào hứng khi nghĩ và nói về điều yêu thích

## Hoạt động 3: Nhận diện đặc điểm của người có tư duy độc lập

1. Tranh biện về các ý kiến dưới đây và đưa ra những ví dụ cụ thể làm minh chứng.

- Người tư duy độc lập là người luôn giữ ý kiến của mình trong bất cứ hoàn cảnh nào.

- Người có tư duy độc lập là người luôn có cách nhìn riêng, biết thu thập, phân tích thông tin đa chiều trước khi đưa ra kết luận.

2. Thảo luận, xác định những biểu hiện của tư duy độc lập.

Hướng dẫn chi tiết:

1. – Người tư duy độc lập là người luôn giữ ý kiến của mình trong bất cứ hoàn cảnh nào

=> Không đúng vì người có tư duy độc lập sẽ có cái nhìn đa chiều, lắng nghe và ghi nhận ý kiến của người khác từ đó đánh giá dựa trên quan điểm cá nhân chứ không phải là người bảo thủ, luôn giữ ý kiến của mình mà không đổi

Ví dụ: Khi có tranh cãi xảy ra, nên lắng nghe mọi ý kiến và phân tích, suy xét xem ý kiến của mình là đúng hay sai để có cách giải quyết kịp thời. Nếu biết bản thân mình sai mà vẫn giữ nguyên ý kiến không chịu thay đổi thì đấy là người có tính bảo thủ chứ không phải tư duy độc lập

- Người có tư duy độc lập là người luôn có cách nhìn riêng, biết thu thập, phân tích thông tin đa chiều trước khi đưa ra kết luận”

=> Đúng vì đấy là đặc điểm của người có tư duy độc lập

Ví dụ: Khi một cuộc họp diễn ra, có quá nhiều ý kiến và quan điểm của nhân viên được nêu ra, lúc này người lãnh đạo sẽ phải là người thu thập, phân tích ý kiến của mọi người rồi sau đó sẽ đưa ra kết luận mang tính khách quan nhất

2. Những biểu hiện của tư duy độc lập là:

- Không lệ thuộc vào ý kiến của người khác.

- Biết lắng nghe ý kiến hợp lí của người khác.

- Có cách nhìn riêng dựa trên quan sát và kinh nghiệm của cá nhân.

- Biết tự đánh giá, tự kiểm chứng thông tin trước khi đưa ra ý kiến.

- Có thái độ bình tĩnh, không vội vàng nghe theo ý kiến của người khác.

- Có kĩ năng thu thập thông tin từ nhiều nguồn khác nhau.

- Phân tích, xác định những dấu hiệu bản chất của sự vật.

## Hoạt động 4: Nhận diện khả năng thích ứng với sự thay đổi

1. Chia sẻ về những tình huống thích ứng với sự thay đổi mà em đã trải qua hoặc đã biết.

2. Chỉ ra những biểu hiện thích ứng với sự thay đổi của Quân trong trường hợp dưới đây:

*Quân chuyển đến một trường học mới, đường đi đến trường cũng xa hơn. Bố mẹ đi làm cả ngày, không về nhà buổi trưa như trước kia. Lớp của Quân có nhiều bạn học giỏi, đặc biệt là môn Tiếng Anh.*

*Quân tìm hiểu đường giao thông để kịp đưa em đi học và đến trường đúng giờ. Bạn sắp xếp thời gian, phân công em cùng làm việc nhà. Bạn chủ động hỏi thầy cô và các bạn khi chưa hiểu bài, tự đọc và nghe thêm các video để rèn luyện khả năng nghe, nói tiếng Anh. Quân tích cực tham gia các hoạt động tập thể ở lớp, trường, ở khu dân cư để làm quen với các bạn trong lớp và nơi cư trú.*

3. Thảo luận, xác định những biểu hiện của người có khả năng thích ứng với sự thay đổi.

Hướng dẫn chi tiết:

1. Những tình huống thích ứng với sự thay đổi mà em đã trải qua hoặc đã biết:

- Thay đổi về môi trường sống

- Thay đổi môi trường học tập

- Thay đổi trong quan hệ gia đình

2. Những biểu hiện thích ứng với sự thay đổi của Quân trong trường hợp trên:

- Quân đã chủ động tìm hiểu đường giao thông để thích ứng với việc chuyển đến một trường học mới

- Quân sắp xếp thời gian, phân công em cùng làm việc nhà vì bố mẹ đi làm cả ngày

- Quân sẵn sàng học hỏi, chủ động hỏi thầy cô và các bạn khi chưa hiểu bài, tự đọc và nghe thêm các video để rèn luyện khả năng nghe, nói tiếng Anh

- Quân tích cực tham gia các hoạt động tập thể ở lớp, trường, ở khu dân cư để làm quen với các bạn trong lớp và nơi cư trú.

3. Những biểu hiện của người có khả năng thích ứng với sự thay đổi là:

- 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.

- 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.

## Hoạt động 5: Thể hiện sự trưởng thành của bản thân trong cuộc sống

1. Sắm vai thể hiện cách ứng xử của người trưởng thành trong các tình huống dưới đây:

***+ Tình huống 1:*** Em vi phạm luật giao thông. Công an yêu cầu dừng xe và lập biên bản.

Em sẽ ứng xử như thế nào?

***+ Tình huống 2:*** Em nhận nhiệm vụ tổ chức hoạt động thiện nguyện tại địa phương. Các bạn trong nhóm nghi ngờ khả năng tổ chức và điều hành nhóm của em, không cảm thấy thoải mái khi hợp tác cùng em.

Em sẽ làm gì để thể hiện sự trưởng thành của bản thân?

2. Đề xuất và lập kế hoạch thực hiện những việc em dự định làm để thể hiện sự

trưởng thành.

Hướng dẫn chi tiết:

1. Xử lý tình huống:

- Tình huống 1: Em sẽ bình tĩnh dừng xe lại, chấp hành hiệu lệnh của công an, nghe giải thích về lỗi sai của mình đồng thời xin lỗi, hứa sẽ rút kinh nghiệm và đóng phạt nếu có

- Tình huống 2: Em sẽ thuyết phục các bạn về khả năng tổ chức và điều hành nhóm của bản thân, thuyết phục các bạn tin tưởng mình bằng cách cố gắng làm tốt nhất có thể

2. Đề xuất và lập kế hoạch thực hiện những việc em dự định làm để thể hiện sự

trưởng thành:

- Chăm sóc và dạy em nhỏ trong gia đình.

- Tổ chức hoạt động tập thể của lớp.

- Kết hợp với cán bộ đoàn ở địa phương tổ chức sinh nhật cho thiếu niên, nhi đồng trong dịp hè.

## Hoạt động 6: Giới thiệu đam mê của bản thân

1. Giới thiệu đam mê của bản thân và quá trình theo đuổi đam mê.

2. Kết nối với những bạn có cùng đam mê để chia sẻ, hỗ trợ nhau.

Hướng dẫn chi tiết:

- 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.

## Hoạt động 7: Rèn luyện ý chí của bản thân

1. Sắm vai thể hiện ý chí của bản thân trong những trường hợp dưới đây:

***+ Trường hợp 1:***

Tiến đặt mục tiêu điểm thi tốt nghiệp môn Ngữ văn phải đạt tối thiểu là 7 điểm. Tuy nhiên, kết quả học tập hiện tại môn này của Tiến lại không như mong muốn.

***+ Trường hợp 2:***

Ngọc là thành viên đội tuyển điền kinh của trường. Việc tập luyện trong đội tuyển được tổ chức hằng tuần và duy trì chạy trên đoạn đường dài thường xuyên. Ngoài lịch học khá dày, Ngọc còn phải làm việc nhà. Bố mẹ Ngọc không đồng ý việc tham gia đội tuyển điền kinh của bạn.

2. Lựa chọn một việc cần thể hiện ý chí, lập kế hoạch và thực hiện công việc đó.

3. Chia sẻ những cách duy trì ý chí của bản thân khi thực hiện công việc.

Hướng dẫn chi tiết:

1.

- Trường hợp 1:

+ Nếu là Tiến, em sẽ đặt mục tiêu thi tốt nghiệp môn Ngữ văn đạt tối thiểu 7 điểm lên hàng đầu.

+ Từ đó, tìm ra được điểm yếu của bản thân khi học môn Ngữ văn để tìm ra giải pháp, nỗ lực, chăm chỉ cải thiện tình hình học tập hiện tại

- Trường hợp 2:

+ Nếu là Ngọc, em sẽ thuyết phục bố mẹ về việc cân bằng giữa việc học, việc luyện tập điền kinh và việc nhà.

+ Từ đó, sẽ đảm bảo rằng việc tham gia đội tuyển sẽ không ảnh hưởng đến kết quả học tập cũng như ảnh hưởng đến cuộc sống hằng ngày

2. Kế hoạch:

- Mục tiêu: giảm 5 cân

- Thời hạn: trong vòng 1 tháng

- Những việc phải làm để đạt được mục tiêu đề ra:

+ Mỗi ngày chạy bộ 30 phút, kết hợp các môn thể thao khác như: nhảy dây, cầu lông,...

+ Giảm lượng thịt và tinh bột trong chế độ ăn hằng ngày, tăng cường ăn rau, củ quả

+ Bữa tối sẽ không ăn cơm mà chỉ ăn thức ăn

3. Những cách duy trì ý chí của bản thân khi thực hiện công việc:

- 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: Thể hiện khả năng tư duy độc lập

1. Tranh biện về những nhận định dưới đây:

- Nên chọn nghề nghiệp theo lời khuyên của bố mẹ hơn là theo sở thích, khả năng của bản thân.

- Chỉ nên chơi với những bạn giỏi hơn mình vì "gần mực thì đen, gần đèn thì rạng". 2. Sắm vai xử lí các tình huống dưới đây thể hiện là người có tư duy độc lập.

***+ Tình huống 1:***

Phúc và Nhân là bạn của Thanh. Hai bạn có mâu thuẫn và không chơi với nhau. Phúc nói rằng Nhân ích kỉ, đề nghị Thanh cắt đứt tình bạn với Nhân. Nếu Thanh không đồng ý thì Phúc cũng sẽ chấm dứt tình bạn với Thanh.

***+ Tình huống 2:***

Gia đình Liên có hoàn cảnh khó khăn. Hàng xóm nhà Liên giới thiệu cho bạn một công việc làm thêm qua mạng được hưởng lương cao. Bố mẹ Liên rất mừng và hối thúc Liên sớm nhận lời để giảm bớt khó khăn cho gia đình. Nhưng Liên đọc báo và được biết có nhiều người đã bị lừa khi tìm kiếm việc làm thêm.

**+ Tình huống 3:**

Mai rủ Hùng tham gia câu lạc bộ ngoại khoá vì phù hợp với đam mê của Hùng. Nhưng Tuấn lại rủ Hùng đi làm thêm để có tiền mua đồ yêu thích. Các bạn chỉ ra những lợi ích và hứng thú khi tham gia câu lạc bộ hay lao động kiếm tiền để thuyết phục Hùng.

Hướng dẫn chi tiết:

1. Tranh biện về những nhận định trên:

- Nên chọn nghề nghiệp theo lời khuyên của bố mẹ hơn là theo sở thích, khả năng của bản thân

=> Sai vì chỉ khi chọn nghề nghiệp theo sở thích, khả năng của bản thân thì mới có thể được tiếp thêm sức mạnh, động lực hoàn thành tốt công việc

- Chỉ nên chơi với những bạn giỏi hơn mình vì "gần mực thì đen, gần đèn thì rạng".

=> Sai vì đây là sự ích kỉ, thực dụng. Mỗi một người đều có những thế mạnh của riêng mình, người không học giỏi không có nghĩa là họ sẽ gây ảnh hưởng xấu đến mình.

2. Xử lý tình huống:

- Tình huống 1: Nếu là Thanh, em sẽ phân tích và giải thích cho Phúc hiểu rằng suy nghĩ cũng như hành động của bạn là sai, từ đó khuyên bạn nên có những ứng xử và lời nói phù hợp hơn

- Tình huống 2: Nếu là Liên, em sẽ đưa tờ báo cho bố mẹ xem, phân tích để bố mẹ hiểu và cảnh giác trước những vụ lừa đảo qua mạng thông qua hình thức làm thêm

- Tình huống 3: Nếu là Hùng, em sẽ lắng nghe ý kiến của các bạn, sau đó tự đánh giá và bình tĩnh suy xét trên góc nhìn của bản thân để đưa ra được lựa chọn phù hợp nhất

## Hoạt động 9: Thể hiện khả năng thích ứng trước sự thay đổi

1. Nêu những việc cần làm để thích ứng trong những trường hợp dưới đây:

***+ Trường hợp 1:***

Minh thay đổi nguyện vọng ngành học nên cần thay đổi một số môn học để kịp chuẩn bị cho kì thi vào đại học. Thời gian còn lại đến kì thi không còn nhiều, chỉ còn vài tháng.

***+ Trường hợp 2:***

Do hoàn cảnh gia đình nên bố mẹ phải đi làm xa. Tùng đến sống cùng ông bà trong thời gian bố mẹ không ở nhà. Ông bà Tùng đã già và thường xuyên đau ốm. Khi ở nhà ông bà, Tùng phải đi học xa hơn, đường truyền internet nhà ông bà không ổn định nên khá khó khăn khi cần sử dụng mạng.

***+ Trường hợp 3:***

Chiến chuẩn bị thi đại học và có thể sẽ sống xa gia đình. Chiến biết rằng môi trường học tập ở trường đại học có nhiều thay đổi, khác so với trường trung học phổ thông. Cuộc sống khi xa gia đình sẽ là một thách thức đối với Chiến khi bạn phải tự làm mọi việc.

2. Liệt kê những thay đổi đang và sẽ diễn ra trong cuộc sống của em.

3. Chỉ ra những việc cần làm để thích ứng với những thay đổi.

Hướng dẫn chi tiết:

1. Những việc cần làm để thích ứng trong những trường hợp trên:

- Trường hợp 1: Minh nên tập trung ôn luyện, bổ túc với những môn học mới, nếu gặp nhiều khó khăn có thể tìm đến sự trợ giúp của thầy cô, bạn bè

- Trường hợp 2: Tùng nên học cách thích nghi với môi trường mới, chủ động xin sự trợ giúp của hàng xóm, những người xung quanh nếu như có gặp chuyện gì khó khăn

- Trường hợp 3: Chiến nên chuẩn bị sẵn tinh thần chuẩn bị bước vào môi trường mới với nhiều thách thức và đòi hỏi sự tự lập. Bạn nên tâm sự và xin lời khuyên từ bố mẹ cũng như những người người lớn về kinh nghiệm sống tự lập

2. Những thay đổi đang và sẽ diễn ra trong cuộc sống của em:

- Em ngày càng lớn lên và trưởng thành, sau này sẽ phải sống tự lập và tự lo cho bản thân mình

- Cuộc sống ngày càng hiện đại và phát triển, các công nghệ tiên tiến không ngừng đổi mới và phát triển

3. Những việc cần làm để thích ứng với những thay đổi là:

|  |  |
| --- | --- |
| Thay đổi | Những việc cần làm để thích ứng |
| Sống xa gia đình | - Tập nấu các món ăn đơn giản, đủ dinh dưỡng và phù hợp khả năng tài chính.  - Biết cách chăm sóc bản thân: đảm bảo dinh dưỡng, sử dụng đúng thuốc khi đau ốm,...  - Tập thể dục để nâng cao sức khoẻ.  - Lập kế hoạch chi tiêu phù hợp với số tiền mình có.  - Biết sử dụng tài khoản ngân hàng. |

## Hoạt động 10: Thể hiện khả năng thích ứng trước sự thay đổi

1. Lập kế hoạch rèn luyện phẩm chất ý chí, sự đam mê, tư duy độc lập và khả năng thích ứng của bản thân.

- 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.

2. Thực hiện kế hoạch rèn luyện phẩm chất ý chi, sự đam mê, tư duy độc lập và khả năng thích ứng của bản thân.

3. Ghi chép, theo dõi quá trình thực hiện và sự thay đổi của bản thân theo thời gian thực hiện kế hoạch.

4. Phân tích và báo cáo kết quả thực hiện kế hoạch rèn luyện phẩm chất ý chi, sự đam mê, tư duy độc lập và khả năng thích ứng của bản thân với sự thay đổi trong cuộc sống.

Hướng dẫn chi tiết:

1. Lập kế hoạch rèn luyện phẩm chất ý chí, sự đam mê, tư duy độc lập và khả năng thích ứng của bản thân.

- Những mục tiêu cần đạt của bản thân trong thời gian tới:

+ Đạt học sinh giỏi trong kì học này

+ Tham gia các lớp về kỹ năng sống, rèn luyện bản thân

+ Học thêm một môn thể thao mới

- Dự kiến kết quả cần đạt: hoàn thành hết những mục tiêu đề ra

2. Từ kế hoạch đã vạch ra ở nhiệm vụ 1 hoạt động 10, học sinh tiến hành thực hiện

3. Ghi chép, theo dõi quá trình thực hiện và sự thay đổi của bản thân theo thời gian thực hiện kế hoạch.

4. Phân tích và báo cáo kết quả thực hiện kế hoạch:

- Đánh giá kết quả thực hiện, những điểm mạnh và những tồn tại khi thực hiện kế hoạch.

- Phân tích và xác định nguyên nhân dẫn đến việc thực hiện kế hoạch chưa thành công.

- Điều chỉnh kế hoạch để tiếp tục rèn luyện sau phân tích, đánh giá kết quả thực hiện và thực hiện theo kế hoạch mới.