Ngày 19 tháng 1 năm 2025

**Bài 7:**

**THÍCH ỨNG VỚI THAY ĐỔI**

***Thời gian thực hiện: ( Số tiết 1 tiết : tiết 20)***

**I. MỤC TIÊU:**

**1. Về kiến thức:**

- Nêu được một số thay đổi có khả năng xảy ra trong cuộc sống của bản thân và gia đình.

- Nhận biết được ý nghĩa của việc thích ứng trước những thay đổi trong cuộc sống.

- Nêu được các biện pháp để thích ứng với thay đổi trong cuộc sống.

**2. Về năng lực:**

\* Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học để có những kiến thức cơ bản về thích ứng với thay đổi

- Giao tiếp và hợp tác trong làm việc nhóm để thực hiện các nhiệm vụ được phân công.

\* Năng lực đặc thù:

*Năng lực điều chỉnh hành vi và phát triển bản thân:* Nhận biết và điều chỉnh để thích ứng được với một số thay đổi (nếu có) trong cuộc sống của bản thân.

**3. Về phẩm chất:**

*Trách nhiệm:* Có trách nhiệm với cuộc sống của bản thân và những người xung quanh, hỗ trợ người gặp khó khăn trước những thay đổi trong hoàn cảnh sống.

- Cóý thức học tập, ý thức tìm tòi, khám phá và sáng tạo từ nguồn tài liệu ở thư viện.

- Chăm chỉ tích cực xây dựng bài, có trách nhiệm, chủ động chiếm lĩnh kiến thức theo sự hướng dẫn của GV.

\*Tích hợp quyền con người

Nhận biết được ý nghĩa của việc thích ứng trước những thay đổi trong cuộc sống.

\*Cách thực hiện

Giáo viên căn cứ vào nội dung quyền con người để thiết kế các hoạt động tích hợp với các quyền con người nhằm giúp học sinh có cơ hội thể nghiệm, thử đưa ra cách xử lý hoạt động đó để thích ứng với thay đổi trong cuộc sống.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU:**

1.Học liệu

- SGK, SGV, SBT GDCD 9.

- Giấy A4, phiếu học tập.

2. Học liệu số phần mềm thiết bị công nghệ

- Tranh/ảnh, clip và các mẩu chuyện về chủ đề; tranh về thích ứng thay đổi theo Thông tư số 38/2021/TT–BGDĐT.

- Máy tính, máy chiếu, bài giảng số hoá,… (nếu có).

- Phối hợp với nhân viên thư viện chuẩn bị tài liệụ, phương tiện dạy học…

- Hy vọng từ câu chuyện không thành- TK00378

- Kỹ năng sống cho học sinh ỨNG XỬ VÀ GIAO TIẾP- NXB Phụ nữ- TN 02040

- Tuyển chọn những câu chuyện hay HẠT GIỐNG TÂM HỒN – TN 02093

III.**TIẾN TRÍNH DẠY HỌC:**

**1.Hoạt động 1: Mở đầu ( 4 phút)**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Mục tiêu:***  Gợi mở, HS nhắc lại về những thay đổi và thái độ với những thay đổi trong cuộc sống để dẫn dắt vào bài học. | |
| ***Nội dung:***  GV mời HS nhắc lại nội dung tiết 1 những thay đổi trong cuộc sống.  GV mời 1 – 2 HS trình bày câu trả lời, các HS khác nhận xét, bổ sung. | |
| ***Tổ chức thực hiện*** | ***Sản phẩm*** |
| **Bước 1: Giao nhiệm vụ học tập:**  GV mời HS nhắc lại nội dung tiết 1 những thay đổi trong cuộc sống.  GV mời 1 – 2 HS trình bày câu trả lời, các HS khác nhận xét, bổ sung.  **Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ**  HS suy nghĩ và trả lời câu hỏi.  **Bước 3: Báo cáo, thảo luận**  - Giáo viên yêu cầu một số học sinh trình bày  - Các học sinh khác chủ động tìm hiểu, góp ý, bổ sung hoàn thiện  **Bước 4: Kết luận, nhận định**  GV nhận xét và kết nối vào bài mới. | HS trả lời các nhân, nhắc lại những thay đổi trong cuộc sống đã học ở tiết 1 |

**2.Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới. ( ph)**

***Nội dung 2: Tìm hiểu ý nghĩa của sự thích ứng với những thay đổi (75 ph)***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Mục tiêu:***  HS nhận biết được ý nghĩa của việc thích ứng trước những thay đổi trong cuộc sống.  HS biết áp dụng để thích ứng với thay đổi trong cuộc sống của bản thân (nếu có) hoặc tư vấn cho bạn bè. | |
| ***Nội dung:***  GV mời HS đọc cho cả lớp nghe nội dung các cách để thích ứng với sự thay đổi trong SGK.  GV yêu cầu HS làm việc cá nhân, nghiên cứu các cách để thích ứng với sự thay đổi, có thể sơ đồ hoá nội dung. Sau đó, HS thảo luận nhóm để trả lời câu hỏi:  *1/ Theo em, việc chấp nhận sự thay đổi, giữ bình tĩnh và tìm cách giải quyết vấn đề có ý nghĩa như thế nào đối với mỗi người khi phải đối mặt với thay đổi lớn trong cuộc sống?*  *2/ Em hãy áp dụng thông tin trên để tư vấn giúp bạn T và V ở mục 1 có cách thích ứng phù hợp.*  *3/ Theo em, việc thích ứng được với những thay đổi trong cuộc sống có ý nghĩa như thế nào đối với mỗi người?* | |
| ***Tổ chức thực hiện*** | ***Sản phẩm*** |
| **Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ**  GV mời HS đọc cho cả lớp nghe nội dung các cách để thích ứng với sự thay đổi trong SGK.  GV yêu cầu HS làm việc cá nhân, nghiên cứu các cách để thích ứng với sự thay đổi, có thể sơ đồ hoá nội dung. Sau đó, HS thảo luận nhóm để trả lời câu hỏi:  *1/ Theo em, việc chấp nhận sự thay đổi, giữ bình tĩnh và tìm cách giải quyết vấn đề có ý nghĩa như thế nào đối với mỗi người khi phải đối mặt với thay đổi lớn trong cuộc sống?*  *2/ Em hãy áp dụng thông tin trên để tư vấn giúp bạn T và V ở mục 1 có cách thích ứng phù hợp.*  *3/ Theo em, việc thích ứng được với những thay đổi trong cuộc sống có ý nghĩa như thế nào đối với mỗi người?*  *GV yêu cầu học sinh đọc tham khảo các sách sau*  - Hy vọng từ câu chuyện không thành- TK00378  - Kỹ năng sống cho học sinh ỨNG XỬ VÀ GIAO TIẾP- NXB Phụ nữ- TN 02040  - Tuyển chọn những câu chuyện hay HẠT GIỐNG TÂM HỒN – TN 02093  **Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ**  GV yêu cầu HS gạch ý câu trả lời ra giấy, phiếu bài tập.  GV theo dõi, hỗ trợ HS  **Bước 3: Báo cáo thảo luận**  GV mời đại diện các nhóm trả lời câu hỏi, các HS khác lắng nghe, nhận xét, bổ sung câu trả lời.  **Bước 4: Kết luận, nhận định**  GV nhận xét việc thực hiện nhiệm vụ học tập của HS; định hướng sản phẩm học tập (câu trả lời đúng):  + Việc chấp nhận sự thay đổi, giữ bình tĩnh và tìm cách giải quyết vấn đề có ý nghĩa giúp chúng ta thích ứng được với những thay đổi trong cuộc sống, giúp mỗi người có thể sống phù hợp hoàn cảnh, phát triển bản thân.  + Tư vấn giúp các bạn trong hai trường hợp ở mục 1:  Trường hợp 1: Sự ra đi của bà nội là một thay đổi lớn trong cuộc sống của bạn T. Thay đổi này cần thời gian và cả sự hỗ trợ mới có thể chấp nhận được. T cần dành thời gian cho bản thân, ở bên cạnh gia đình, bạn bè để có thêm sức mạnh. T cũng cần hiểu rằng bà già yếu và qua đời là một sự thật không thể thay đổi được, chỉ có thể chấp nhận. Sau đó, T có thể học cách nhìn nhận vấn đề theo nhiều góc nhìn, thấy rằng mình vẫn còn bố mẹ, còn ông, còn gia đình, bạn bè, cần biết yêu thương và trân trọng thời gian còn ở bên gia đình. T cũng có thể suy nghĩ theo hướng mình chăm chỉ học giỏi, sống tốt, hạnh phúc sẽ làm bà yên lòng và tự hào.  Trường hợp 2: Lũ quét là một loại thiên tai, xảy ra nằm ngoài sự kiểm soát của mỗi người nên bạn V cần đối diện và chấp nhận. Dù khó khăn, mất mát về tài sản nhưng ở mặt tích cực, V và gia đình vẫn an toàn, dù phải sơ tán nhưng vẫn có nơi ở, có thức ăn. Thay vì buồn rầu, than phiền thì hãy biết ơn những gì mình đang có. Sau đó, V hãy học cách thích nghi với hoàn cảnh mới, nơi ở mới, cùng với gia đình mình và những người xung quanh ổn định cuộc sống và việc học tập. Nếu những điều xảy ra và việc thích nghi là quá sức với V, bạn cần tìm sự hỗ trợ, ủng hộ từ người thân, bạn bè và những người xung quanh.  + Việc thích ứng được với những thay đổi trong cuộc sống có ý nghĩa giúp chúng ta vượt qua khó khăn, sự thay đổi của hoàn cảnh, sống phù hợp với hoàn cảnh, không ngừng tự hoàn thiện và phát triển bản thân.  **\*Tích hợp quyền con người**  Nhận biết được ý nghĩa của việc thích ứng trước những thay đổi trong cuộc sống.  **\*Cách thực hiện**  Giáo viên căn cứ vào nội dung quyền con người để thiết kế các hoạt động tích hợp với các quyền con người nhằm giúp học sinh có cơ hội thể nghiệm, thử đưa ra cách xử lý hoạt động đó để thích ứng với thay đổi trong cuộc sống. | Trường hợp 1: Sự ra đi của bà nội là một thay đổi lớn trong cuộc sống của bạn T. Thay đổi này cần thời gian và cả sự hỗ trợ mới có thể chấp nhận được. T cần dành thời gian cho bản thân, ở bên cạnh gia đình, bạn bè để có thêm sức mạnh. T cũng cần hiểu rằng bà già yếu và qua đời là một sự thật không thể thay đổi được, chỉ có thể chấp nhận. Sau đó, T có thể học cách nhìn nhận vấn đề theo nhiều góc nhìn, thấy rằng mình vẫn còn bố mẹ, còn ông, còn gia đình, bạn bè, cần biết yêu thương và trân trọng thời gian còn ở bên gia đình. T cũng có thể suy nghĩ theo hướng mình chăm chỉ học giỏi, sống tốt, hạnh phúc sẽ làm bà yên lòng và tự hào.  Trường hợp 2: Lũ quét là một loại thiên tai, xảy ra nằm ngoài sự kiểm soát của mỗi người nên bạn V cần đối diện và chấp nhận. Dù khó khăn, mất mát về tài sản nhưng ở mặt tích cực, V và gia đình vẫn an toàn, dù phải sơ tán nhưng vẫn có nơi ở, có thức ăn. Thay vì buồn rầu, than phiền thì hãy biết ơn những gì mình đang có. Sau đó, V hãy học cách thích nghi với hoàn cảnh mới, nơi ở mới, cùng với gia đình mình và những người xung quanh ổn định cuộc sống và việc học tập. Nếu những điều xảy ra và việc thích nghi là quá sức với V, bạn cần tìm sự hỗ trợ, ủng hộ từ người thân, bạn bè và những người xung quanh.  *2/ Thích ứng được với những thay đổi trong cuộc sống sẽ giúp chúng ta vượt qua khó khăn, sự thay đổi của hoàn cảnh, sống phù hợp với hoàn cảnh, không ngừng tự hoàn thiện và phát triển bản thân.* |

**3. Hoạt động 3: Luyện tập ( 5 ph)**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Mục tiêu:***  Học sinh bày tỏ ý kiến của bản thân | |
| ***Nội dung.***  GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ cho HS mỗi nhóm đọc một nhận định và trả lời câu hỏi tương ứng với nhận định đó ở bài tập 2 trong SGK. | |
| ***Tổ chức thực hiện*** | ***Sản phẩm*** |
| **Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ**  GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ cho HS mỗi nhóm đọc một nhận định và trả lời câu hỏi tương ứng với nhận định đó ở bài tập 2 trong SGK.  **Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ**  HS thực hiện nhiệm vụ học tập theo nhóm, viết câu trả lời vào bảng nhóm, giấy và chuẩn bị trình bày trước lớp.  **Bước 3: Báo cáo thảo luận**  GV tiến hành lần lượt từng trường hợp. Mời đại diện một nhóm lên trình bày, các nhóm khác lắng nghe và nhận xét, bổ sung, phản biện.  **Bước 4: Kết luận, nhận định**  GV nhận xét việc thực hiện nhiệm vụ học tập của HS, sau đó đưa ra kết luận cuối cùng cho mỗi trường hợp: | ***Bài tập 2***  ***Sản phẩm phụ lục 1*** |

*Phụ lục 1*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nhận định** | **Đồng tình** | **Không đồng tình** | **Giải thích** |
| a) Thay đổi xảy đến luôn đi cùng với khó khăn và tiêu cực, càng tránh được thay đổi thì càng tốt. |  | X | Thay đổi xảy đến có thể đi cùng với khó khăn và tiêu cực nhưng luôn có nhiều cách để nhìn nhận vấn đề: ẩn trong khó khăn cũng có cơ hội và bên cạnh tiêu cực cũng có những mặt tích cực. Nên khi thay đổi xảy đến, điều quan trọng là cần lựa chọn góc nhìn phù hợp và hữu ích với bản thân. |
| b) Thích ứng với thay đổi là một trải nghiệm giúp  con người học hỏi để trưởng thành. | X |  | Cuộc sống luôn biến động không ngừng, chính nhờ việc thích ứng với thay đổi thì mỗi người mới học được cách đối diện, cách thích ứng, từ đó học hỏi thêm những điều mới, khám phá khả năng của bản thân, áp dụng những kiến thức, kĩ năng đã học để giải quyết vấn đề, từ đó phát triển và trưởng thành. |
| c) Ngay cả khi cuộc sống ổn định, chúng ta vẫn cần học tập và rèn luyện kĩ năng thích ứng với sự thay đổi. | X |  | Cuộc sống hiện tại dù ổn định nhưng trong tương lai cũng không thể biết trước được. Đặc biệt trong thời đại hiện nay, những thay đổi về thiên nhiên, môi trường sống, khoa học công nghệ diễn ra không ngừng nên ngay cả khi cuộc sống ổn định, chúng ta vẫn luôn cần học tập, rèn luyện kĩ năng thích ứng với thay đổi để sẵn sàng ứng phó khi cần thiết. |
| d) Chúng ta có thể không  kiểm soát được thay đổi xảy đến trong cuộc sống nhưng luôn kiểm  soát được cách chúng ta thích ứng với thay đổi đó. | X |  | Có rất nhiều thay đổi xảy ra nằm ngoài tầm kiểm soát như thay đổi về môi trường, kinh tế, khoa học công nghệ, hay những tai nạn, rủi ro bất ngờ. Nhưng cho dù thay đổi như thế nào thì chúng ta vẫn kiểm soát được cách chúng ta thích ứng với thay đổi đó, bao gồm kiểm soát thái độ, hành vi và cách nhìn nhận, giải quyết vấn đề của bản thân. |