**CHỦ ĐỀ 2: KHÁM PHÁ BẢN THÂN**

Tổng số tiết: 12 tiết; từ tiết 10 đến tiết 21

**MỤC TIÊU CHUNG:**

Sau chủ đề này, HS:

* 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.
* ***YCCĐ về Giáo dục đạo đức lối sống:*** *Nhận ra được giá trị của bản thân.*

Ngày soạn: 18/9/2023

SINH HOẠT DƯỚI CỜ

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

**CỦA MỘT SỐ DOANH NHÂN VIỆT NAM VÀ THẾ GIỚI**Thời gian thực hiện: 01 tiết

**I. MỤC TIÊU**

**1. Kiến thức:**

Sau khi tham gia hoạt động này, HS:

- Học hỏi được những tấm gương tự hoàn thiện bản thân của một số danh nhân Việt Nam và thế giới.

- Rèn luyện bản thân theo những tấm gương tự hoàn thiện bản thân.

**2. Năng lực:**

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

***Năng lực đặc thù***

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

+ Rèn luyện kĩ năng thiết kế và tổ chức hoạt động, giao tiếp và hợp tác;

**3. Phẩm chất:** nhân ái, trung thực, trách nhiệm.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với GV:**

- Dàn âm thanh, máy chiếu, máy tính hoặc ti vi (nếu có)

**2. Đối với HS:**

**III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG**

**1.** **Hoạt động 1: Mở đầu (5 ph)**

**a. Mục tiêu:** Tạo tâm thế hứng thú cho học sinh.

**b. Nội dung:** HS ổn định vị trí chỗ ngồi, chuẩn bị cho buổi sinh hoạt

**c. Sảm phẩm:** Thái độ của HS

**d. Tổ chức thực hiện:**

- Chi đội trưởng thực hiện điều chỉnh đội hình, đội ngũ của lớp.

- Hát một bài hát tập thể

**2. Hoạt động 2: Thực thi nhiệm vụ (30 ph)**

**Sinh hoạt theo chủ đề:**

**Nghe nói chuyện về gương tự hoàn thiện bản thân của một số danh nhân**

**a. Mục tiêu:**

- Hs biết được một số gương hoàn thiện bản thân của một số danh nhân Việt Nam và thế giới

- Phát triển kĩ năng tự nhận thức bản thân.

**b. Nội dung:** Nói chuyện về một số danh nhân

**c. Sản phẩm:** GV và HS giao lưu, chia sẻ

**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

- 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.

**Bước 4: Đánh giá**

+ HS chia sẻ cảm nhận và những điều học hỏi được qua tấm gương tự hoàn thiện bản thân của các danh nhân.

+ GV đánh giá, nhận xét chung.

**3. Hoạt động 3: Đánh giá (5ph)**

- Học sinh chia sẻ cảm nhận và những điều học hỏi được qua tấm gương tự hoàn thiện bản thân của các danh nhân.

- Nhận xét tinh thần, thái độ tham gia của các lớp.

**4. Hoạt động 4: Hoạt động tiếp nối (5 ph)**

**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.

**IV. PHỤ LỤC**

Ngày soạn: 18/9/2023

HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THEO CHỦ ĐỀ

**ĐIỂM MẠNH , ĐIỂM HẠN CHẾ CỦA TÔI**

**NGÀY HỘI “AN TOÀN GIAO THÔNG CHO NỤ CƯỜI NGÀY MAI”**

Thời gian thực hiện: 02 tiết

**I. MỤC TIÊU**

**1. Kiến thức**

Sau khi tham gia hoạt động này, HS:

- 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:*** Giao tiếp, hợp tác, tự chủ, tự học, giải quyết vấn đề.

***Năng lực đặc thù***

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

+ Rèn luyện kĩ năng thiết kế và tổ chức hoạt động, giao tiếp và hợp tác;

**3. Phẩm chất:** nhân ái, trung thực, trách nhiệm.

**II.** **THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với GV:**

- Tranh ảnh, tư liệu, giấy A1, bút dạ

- 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).

- Phần thưởng, mũ bảo hiểm, xe máy để chạy mẫu...

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

**2. Đối với HS:**

- 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.** **Hoạt động 1: Mở đầu (5 phút)**

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.

**2. Hoạt động 2: Thực thi nhiệm vụ (55 ph)**

**Ngày hội “An toàn giao thông cho nụ cười ngày mai”**

**a. Mục tiêu:**

- Có những hiểu biết cơ bản về an toàn khi tham gia giao thông và ý thức tuân thủ luật giao thông để tự bảo vệ bản thân khi tham gia giao thông.

- Thông qua các hoạt động thấy được những điểm mạnh và hạn chế của bản thân trong cuộc sống.

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

**b. Nội dung:** Tuyên truyền về an toàn giao thông

**c. Sản phẩm:** Học sinh tham gia các hoạt động tìm hiểu về Luật giao thông

**d. Tổ chức thực hiện:**

**-** Giới thiệu đại biểu và đơn vị tham gia (Honda Hồng Phước)

- Tuyên truyền về Luật giao thông (Cảnh sát giao thông), kết hợp các câu hỏi về an toàn khi tham gia giao thông.

- Học sinh giơ tay nhanh để giành quyền trả lời và nhận các phần quà nếu trả lời đúng.

- Hướng dẫn học sinh đội mũ bảo hiểm đúng cách và cách ngồi sau an toàn. (Đại diện Honda Hồng Phước).

- Đại diện một số lớp lên thực hành thông qua một số trò chơi và nhận quà

- Nhà tài trợ trao các suất học bổng.

**3. Hoạt động 3: Luyện tập** (20 ph)

**Xây dựng kế hoạch tự hoàn thiện bản thân**

**a. Mục tiêu:** HS lập được kế hoạch khắc phục điểm hạn chế để tự hoàn thiện bản thân.

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

**c. Sản phẩm:** Câu trả lời của HS.

**d. Tổ chức thực hiện:**

- GV giao nhiêm vụ cho HS: dựa trên những điểm mạnh và hạn chế của bản thân trong học tập và cuộc sống , lập kế hoạch để tự hoàn thiện bản thân.

- GV: Hướng dẫn HS cách lập kế hoạch để tự hoàn thiện bản thân theo bảng gợi ý SGK

- HS lập kế hoạch để tự hoàn thiện bản thân

- HS: Chia sẻ kế hoạch trong nhóm và lắng nghe ý kiến góp ý của các bạn trong nhóm

- GV: mời 1 số HS chia sẻ trước lớp , cả lớp cùng trao đổi rút kinh nghiệm chung khi xây dựng kế hoạch tự rèn luyện bản thân

- GV: Nhận xét kết luận chung

+ Việc tự nhận thức được điểm mạnh , điểm hạn chế của bản thân giúp chúng ta lập được kế hoạch , khắc phục những hạn chế để tự hoàn thiện bản thân mình.

+ Về nhà các em cần chia sẻ kế hoạch này với người than trong gia đình , lắng nghe ý kiến góp ý của mọi người và điều chỉnh , hoàn thiện kế hoạch cho phù hợp khả thi hơn.

+ Lập kế hoạch tự hoàn thiện bản thân là rất cần thiết , tuy nhiên đó chỉ là bước khởi đầu . Điều quan trọng là chúng ta phait quyết tâm , kiên trì thực hiện theo kế hoạch đã xây dựng .Các em 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 lớp.

- GV nhận xét, đánh giá.

**4. Hoạt động 4: Vận dụng (5 ph)**

**Rèn luyện theo kế hoạch tự rèn luyện bản thân**

**a. Mục tiêu:** HS thực hiện rèn luyện , tự hoàn thiện bản thân theo kế hoạch đã xây dựng

**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 yêu cầu HS kiên trì rèn luyện , tranh thủ sự giúp đỡ , hỗ trợ của thầy cô bạn bè và người thân trong gia đình. Sau đó ghi lại 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).

- HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ.

- GV nhận xét, đánh giá.

**5. Hoạt động 5: Tổng kết (5ph)**

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

-GV 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 mĩ cũng như không ai chỉ có toàn điểm hạn chế. Xác định đúng điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân là một kĩ 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.*

- GV nhận xét chung, tuyên dương, khen ngợi những cá nhân, nhóm tích cực tham gia các hoạt động.

**IV. PHỤ LỤC**

Ngày soạn: 20/9/2023

SINH HOẠT LỚP

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

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

Thời gian thực hiện: 01 tiết

**I. MỤC TIÊU**

**1. Kiến thức:**

Sau khi tham gia hoạt động này, 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. Năng lực:**

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

***Năng lực đặc thù***

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

+ Rèn luyện kĩ năng thiết kế và tổ chức hoạt động, giao tiếp và hợp tác;

**3. Phẩm chất:** nhân ái, trung thực, trách nhiệm.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với GV**

- Nội dung sinh hoạt theo chủ đề

**-** Ti vi, máy tính...

**2. Đối với HS:**

* Nội dung sơ kết tuần
* Bút viết bảng, bảng nhóm hoặc giấy khổ A2/A3 để HS ghi kết quả thảo luận nhóm.
* Các ý kiến, đề xuất...

**III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG**

**1.** **Hoạt động 1: Mở đầu (5 ph)**

**a. Mục tiêu:** Tạo tâm thế hứng thú cho học sinh khi vào giờ sinh hoạt lớp

**b. Nội dung:** HS ổn định vị trí chồ ngồi, chuẩn bị sinh hoạt lớp.

**c. Sản phẩm:** Thái độ của HS

**d. Tổ chức thực hiện:**

- GV yêu cầu HS của lớp ổn định vị trí, chuẩn bị sinh hoạt lớp

- Lớp phó văn thể mỹ bắt cho cả lớp hát một bài hát .

**2.** **Hoạt động 2: Thực thi nhiệm vụ (35 ph)**

**Sinh hoạt theo chủ đề**

**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. Tổ chức thực hiện:**

\* 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).

**3. Hoạt động 3: Tổng kết (5 ph)**

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

- GV nhận xét chung, tuyên dương, khen ngợi những cá nhân, nhóm tích cực tham gia các hoạt động.

**IV. PHỤ LỤC**

Ngày soạn: 24/9/2023

SINH HOẠT DƯỚI CỜ

**CHÚNG MÌNH ĐỀU GIỎI**Thời gian thực hiện: 01 tiết

**I. MỤC TIÊU**

**1. Kiến thức:**

Sau khi tham gia hoạt động này, HS:

- Nhận thức được điểm mạnh của bản thân, tự tin và biết thể hiện điểm mạnh của mình qua các hoạt động/ sản phẩm cụ thể.

- Rèn luyện tính tự tin và khả năng tự nhận thức bản thân.

**2. Năng lực:**

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

***Năng lực đặc thù***

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

+ Rèn luyện kĩ năng thiết kế và tổ chức hoạt động, giao tiếp và hợp tác;

**3. Phẩm chất:** nhân ái, trung thực, trách nhiệm.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với GV:**

- Chuẩn bị cơ sở vật chất, phương tiện kĩ thuật cần thiết

- Dàn âm thanh, máy chiếu, máy tính hoặc ti vi (nếu có)

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

**2. Đối với HS:**

- Thành lập nhóm học sinh cùng điểm mạnh về một lĩnh vực nào đó

- Đăng kí thể hiện tài năng theo năng lực.

**III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG**

**1.** **Hoạt động 1: Mở đầu (5 phút)**

**a. Mục tiêu:** Tạo tâm thế hứng thú cho học sinh.

**b. Nội dung:** HS ổn định vị trí chỗ ngồi, chuẩn bị cho buổi sinh hoạt

**c. Sảm phẩm:** Thái độ của HS

**d. Tổ chức thực hiện:**

- Chi đội trưởng thực hiện điều chỉnh đội hình, đội ngũ của lớp.

- Hát một bài hát tập thể

**2. Hoạt động 2: Thực thi nhiệm vụ**

**Sinh hoạt theo chủ đề : “Chúng mình đều tài giỏi”** (30ph)

**a. Mục tiêu:**

- Hs tự tin, thể hiện khả năng của bản thân

**b. Nội dung:** Học sinh thi tài năng

**c. Sản phẩm:** HS giao lưu, học hỏi.

**d. Tổ chức thực hiện:**

- Theo sự giới thiệu của MC, từng nhóm học sinh sẽ lên thực hiện một hoạt động hoặc giới thiệu một sản phẩm thể hiện điểm mạnh chung của nhóm. Ví dụ: hát tốp ca, hòa tấu một bản nhạc, biểu diễn một bài võ Karatedo hay giới thiệu một bức tranh, một món ăn, một món đồ thủ công mà cả nhóm đã cùng thực hiện.

- Các học sinh khác quan sát, lắng nghe và cổ vũ các bạn.

**3. Hoạt động 3: Đánh giá (5ph)**

- HS chia sẻ cảm xúc sau khi tham gia hoạt động.

- GVCN nhận xét tinh thần, thái độ tham gia của cả lớp.

**4. Hoạt động 4: Hoạt động tiếp nối (5 ph)**

- 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, tự tin phát huy điểm mạnh của bản thân hằng ngày.

**IV. PHỤ LỤC**

Ngày soạn: 25/9/2023

.

SINH HOẠT LỚP

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

**THEO KẾ HOẠCH ĐÃ XÂY DỰNG.**

Thời gian thực hiện: 01 tiết

**I. MỤC TIÊU**

**1. Kiến thức:**

Sau khi tham gia hoạt động này, HS:

- Có ý thức rèn luyện trong học tập và các phong trào khác của lớp.

- Chia sẻ được về kết quả bước đầu rèn luyện, tự hoàn thiện bản thân theo kế hoạch đã xây dựng.

**2. Năng lực:**

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

***Năng lực đặc thù***

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

+ Rèn luyện kĩ năng thiết kế và tổ chức hoạt động, giao tiếp và hợp tác;

**3. Phẩm chất:** nhân ái, trung thực, trách nhiệm.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với GV**

- Nội dung sinh hoạt theo chủ đề

**-** Ti vi, máy tính...

**2. Đối với HS:**

- Nội dung sơ kết tuần

- Bảng nhóm

- Các ý kiến, đề xuất...

**III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG**

**1.** **Hoạt động 1: Mở đầu (5 ph)**

**a. Mục tiêu:** Tạo tâm thế hứng thú cho học sinh khi vào giờ sinh hoạt lớp

**b. Nội dung:** HS ổn định vị trí chồ ngồi, chuẩn bị sinh hoạt lớp.

**c. Sản phẩm:** Thái độ của HS

**d. Tổ chức thực hiện:**

- GV yêu cầu HS của lớp ổn định vị trí, chuẩn bị sinh hoạt lớp

- Lớp phó văn thể mỹ bắt cho cả lớp hát một bài hát .

**2.** **Hoạt động 2: Thực thi nhiệm vụ (35 ph)**

**Sinh hoạt theo chủ đề**

**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 bảng 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 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.

**3. Hoạt động 3: Tổng kết (5 ph)**

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

- GV nhận xét chung, tuyên dương, khen ngợi những cá nhân, nhóm tích cực tham gia các hoạt động.

**IV. PHỤ LỤC**

Ngày soạn: 04/10/2023

SINH HOẠT DƯỚI CỜ

**CHƠI TRÒ CHƠI: “NHÌN HÀNH ĐỘNG, ĐOÁN CẢM XÚC”**Thời gian thực hiện: 01 tiết

**I. MỤC TIÊU**

**1. Kiến thức:**

Sau khi tham gia hoạt động này, HS:

- 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.

**2. Năng lực:**

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

***Năng lực đặc thù***

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

+ Rèn luyện kĩ năng thể hiện và nhận biết cảm xúc.

**3. Phẩm chất:** nhân ái, trung thực, trách nhiệm.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với TPT, BGH và GV:**

- Dàn âm thanh, máy chiếu, máy tính hoặc ti vi (nếu có)

- 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**

**1.** **Hoạt động 1: Mở đầu (5 phút)**

**a. Mục tiêu:** Tạo tâm thế hứng thú cho học sinh.

**b. Nội dung:** HS ổn định vị trí chỗ ngồi, chuẩn bị cho buổi sinh hoạt

**c. Sảm phẩm:** Thái độ của HS

**d. Tổ chức thực hiện:**

- Chi đội trưởng thực hiện điều chỉnh đội hình, đội ngũ của lớp.

- Hát một bài hát tập thể

**2. Hoạt động 2: Thực thi nhiệm vụ (30 ph)**

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.

**3. Hoạt động 3: Đánh giá (5ph)**

- Kết quả thể hiện cảm xúc qua ngôn ngữ cơ thể của HS.

- Kết quả nhận biết cảm xúc của người khác qua ngôn ngữ cơ thể.

- Chia se của HS về ý nghĩa của việc thể hiện và nhận biết cảm xúc qua ngôn ngữ cơ thể.

- GVCN nhận xét tinh thần, thái độ tham gia của cả lớp.

**4. Hoạt động 4: Hoạt động tiếp nối (5 ph)**

Học sinh tìm hiểu về kĩ năng kiểm soát cảm xúc

**IV. PHỤ LỤC**

Ngày soạn: 05/10/2023

HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THEO CHỦ ĐỀ

**KIỂM SOÁT CẢM XÚC BẢN THÂN**

Thời gian thực hiện: 02 tiết

**I. MỤC TIÊU**

**1. Kiến thức**

Sau khi tham gia hoạt động này, HS:

- 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:*** Giao tiếp, hợp tác, tự chủ, tự học, giải quyết vấn đề.

***Năng lực đặc thù***

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

+ Rèn luyện kĩ năng thiết kế và tổ chức hoạt động, giao tiếp và hợp tác.

**3. Phẩm chất:** nhân ái, trung thực, trách nhiệm.

**II.** **THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với GV:**

- Nghiên cứu tài liệu tham khảo về kĩ năng kiểm soát cảm xúc.

- Sưu tầm một số câu chuyện có thật về kĩ năng kiểm soát cảm xúc.

- 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, thẻ màu, giấy nhớ...

**2. Đối với HS:**

- SGK, SBT.

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

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

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

**1.** **Hoạt động 1: Mở đầu (10 phút)**

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.

**2. Hoạt động 2: Thực thi nhiệm vụ (45 ph)**

**Nội dung 1: Tìm hiểu biểu hiện của kiểm soát cảm xúc (20 ph)**

**a. Mục tiêu**

- Thông qua hoạt động, học sinh nhận ra được khả năng khả năng kiểm soát của bản thân.

- Có ý thức chú ý tới sự thay đổi trạng thái của bản thân để có thể kiểm soát cảm xúc tốt hơn.

- Xử lí các tình huống để giải quyếtcách kiểm soát bản thân.

**b. Nội dung**- Thảo luận, và trả lời các câu hỏi, chia sẻ cách thể hiện cảm xúc của bản thân

**c. Sản phẩm**

- Học sinh làm việc nhóm, chia sẻ của học sinh về cách thể hiện cảm xúc của bản thân

**d. Tổ chức thực hiện**

\*GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV chia HS thành các nhóm, yêu cầu HS thảo luận và đưa ra cách kiểm soát cảm xúc của bản thân trong tình huống trong SGK:

*TH 1: Long và Kiên cảm thấy như thế nào khi bị ướt tóc và quần áo*

*TH 2: Cách thể hiện cảm xúc của mỗi bạn Long, Kiên trong trường hợp này như thế nào*

*TH 3: Em đồng tình với cách thể hiện cảm xúc của bạn nào? Vì sao*

- Trong quá trình HS làm việc nhóm, GV đến vị trí các nhóm quan sát và nghe các em trao đổi chia sẻ.

\* Học sinh thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS hình thành nhóm, đóng vai, thảo luận, xử cách kiểm soát cảm xúc

\* Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời đại diện các nhóm thực hành trước lớp

\* Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập

- GV cùng HS phân tích cách các bạn trong từng nhóm đã kiểm soát cảm xúc, sau đó nhận xét và kết luận:

*+ Trong cùng một tình huống, cùng chịu sự tác động như nhau nhưng cách thể hiện cảm xúc của hai bạn Long và Kiên lại rất khác nhau. Cách thể hiện thái độ cảm xúc của Kiên là biểu hiện của người có kỹ năng kiểm soát cảm xúc.*

*+ Kỹ băng kiểm soát cảm xúc là khả năng của cá nhân nhận biết được cảm xúc của bản thân tại một thời điểm nào đó, biết điều chỉnh cảm xúc và biết thể hiện cảm xuccs của bản thân một cách phù hợp với tình huống, hoàn cảnh, đối tượng*

**Nội dung 2: Tìm hiểu về cách giải tỏa cảm xúc tiêu cực (25 ph)**

**a. Mục tiêu**

- Vận dụng được những điều đã học hỏi được để chia sẻ về cách em thường dùng để giải tỏa cảm xúc tiêu cực

**b. Nội dung**

- GV trình bày vấn đề, HS lắng nghe, thảo luận và trả lời các câu hỏi, chia sẻ về cách thường dùng để giải tỏa cảm xúc tiêu cực

**c. Sản phẩm**

- HS làm việc nhóm và trả lời câu hỏi

**d. Tổ chức thực hiện**

- GV chia HS thành các nhóm và phân công nhiệm vụ:

**Nhiện vụ 1: Chia sẻ về cách em thường dùng để giải tỏa cảm xúc tiêu cực**

\* GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

Giáo viên chia lớp thành các nhóm, yêu cầu học sinh thảo luận đưa ra cách giải tỏa cảm xúc tiêu cực trong các tình hướng sau:

*TH1: Em thường có những cảm xúc tiêu cực (tức giận, đau khổ, đau buồn….) trong những tình huống như thế nào?*

*TH 2: Cảm xúc tiêu cực ảnh hưởng như thế nào đến bản thân em và những người xung quanh?*

*TH 3: Em thường sử dụng những cách nào để giải tỏa cảm xúc tiêu cực?*

\* Học sinh thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS hình thành nhóm, đóng vai, thảo luận, xử cách kiểm soát cảm xúc

\* Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời đại diện các nhóm thực hành trước lớp

\* Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập

- GV cùng HS phân tích, chia sẻ về cách để giải tỏa cảm xúc tiêu cực , sau đó nhận xét và kết luận

**Nhiệm vụ 2: Xác định cách giải tỏa cảm xúc tiêu cực**

\* GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV yêu cầu HS chia sẻ cách giải tỏa cảm xúc tiêu cực

\* Thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS hình thành nhóm, đóng vai, thảo luận, xử lí cách để giải tỏa cảm xúc tiêu cực

\*Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời đại diện các nhóm thực hành trước lớp

**\* Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập**

- GV nhận xét, kết luận:

***-*** *Những cảm xúc tiêu cực như tức giận, đau khổ, lo lắng, tuyệt vọng…thường ảnh hưởng không tốt đến sức khỏe, học tập, công việc của chính mình, đồng thời thường dẫn đến những hành vi ứng xử không phù hợp, gây tổn thương cho đối tượng giao tiếp và những người xung quanh. Do vậy chúng ta nên biết cách giải tỏa những cảm xúc tiêu cực để cân bằng và làm hài hòa các mối quan hệ xung quanh.*

*- Có nhiều cách để giải tỏa cảm xúc tiêu cực. Tuy nhiên, tùy từng tình huống, camrxucs và hoàn cảnh, điều kiện cụ thể em hãy lựa chọn cho mình cách giải tỏa phù hợp trong số các cách sau:*

*+ 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 yêu thích.*

*+ Nghe bản nhạc yêu thích.*

*+ Chơi một 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 lí.*

**3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 ph)**

**Rèn luyện kỹ 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

**4. Hoạt động 4: Vận dụng** (10 ph)

**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

**5. Hoạt động 5: Tổng kết (5ph)**

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

-GV kết luận chung: *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 chung, tuyên dương, khen ngợi những cá nhân, nhóm tích cực tham gia các hoạt động.

**IV. PHỤ LỤC**

Ngày soạn: 06/10/2023

.

SINH HOẠT LỚP

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

Thời gian thực hiện: 01 tiết

**I. MỤC TIÊU**

**1. Kiến thức:**

Sau khi tham gia hoạt động này, HS:

- Sơ kết tuần và xây dựng được kế hoạch tuần học mới.

- Biết cách để giải tỏa cảm xúc tiêu cực

**2. Năng lực:**

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

***Năng lực đặc thù***

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

+ Rèn luyện kĩ năng thiết kế và tổ chức hoạt động, giao tiếp và hợp tác.

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

**3. Phẩm chất:** nhân ái, trung thực, trách nhiệm.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với GV**

- Nội dung liên quan buổi sinh hoạt lớp.

- Ti vi, máy tính...

**2. Đối với HS:**

- Luyện tập vũ đạo

- Chuẩn bị trang phục, âm nhạc để biểu diễn

**III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG**

**1.** **Hoạt động 1: Mở đầu (5 ph)**

**a. Mục tiêu:** Tạo tâm thế hứng thú cho học sinh khi vào giờ sinh hoạt lớp

**b. Nội dung:** HS ổn định vị trí chồ ngồi, chuẩn bị sinh hoạt lớp.

**c. Sản phẩm:** Thái độ của HS

**d. Tổ chức thực hiện:**

- GV yêu cầu HS của lớp ổn định vị trí, chuẩn bị sinh hoạt lớp

- Lớp phó văn thể mỹ bắt cho cả lớp hát một bài hát .

**2.** **Hoạt động 2: Thực thi nhiệm vụ** (35 ph)

**Sinh hoạt theo chủ đề**

**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. Tổ chức thực hiện:**

\* 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.

**3. Hoạt động 3: Tổng kết (5 ph)**

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

- GV nhận xét chung, tuyên dương, khen ngợi những cá nhân, nhóm tích cực tham gia các hoạt động.

**IV. PHỤ LỤC**

Ngày soạn: 10/10/2023

SINH HOẠT DƯỚI CỜ

**CUỘC THI “VŨ ĐIỆU MANG LẠI NIỀM VUI”**Thời gian thực hiện: 01 tiết

**I. MỤC TIÊU**

**1. Kiến thức:**

Sau khi tham gia hoạt động này, HS:

- Cảm nhận được cảm xúc tích cực do các điệu nhảy thể thao/ dân vũ khỏe khoắn, vui nhộn, phù hợp với lứa tuổi mang lại.

- 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 cảm xúc tiêu cực.

**2. Năng lực:**

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

***Năng lực đặc thù***

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

+ Rèn luyện kĩ năng thiết kế và tổ chức hoạt động, giao tiếp và hợp tác;

**3. Phẩm chất:** nhân ái, trung thực, trách nhiệm.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với GV:**

- Địa điểm: sân trường

- Dàn âm thanh, máy chiếu, máy tính hoặc ti vi (nếu có)

- 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 khỏe 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**

**1.** **Hoạt động 1: Mở đầu (5 phút)**

**a. Mục tiêu:** Tạo tâm thế hứng thú cho học sinh.

**b. Nội dung:** HS ổn định vị trí chỗ ngồi, chuẩn bị để tham gia hoạt động

**c. Sảm phẩm:** Thái độ của HS

**d. Tổ chức thực hiện:**

- Chi đội trưởng thực hiện điều chỉnh đội hình, đội ngũ của lớp, báo cáo sĩ số.

- Hát một bài hát tập thể

**2. Hoạt động 2: Thực thi nhiệm vụ (30 ph)**

**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 nhộn, 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 mình.

- 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.

**3. Hoạt động 3: Đánh giá (5ph)**

Kết quả thi nhảy của các nhóm học sinh

- Chia sẻ của học sinh về tác dụng của các điệu nhảy thể thao/ dân vũ vui khỏe, phù hợp với lứa tuổi để có sức khỏe tinh thần lành mạnh, vượt qua các cảm xúc tiêu cực.

- GV nhận xét tinh thần, thái độ tham gia của cáclớp.

**4. Hoạt động 4: Hoạt động tiếp nối (5 ph)**

- 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.

**IV. PHỤ LỤC**

Ngày soạn: 12/10/2023

.

SINH HOẠT LỚP

**CHIA SẺ KẾT QUẢ RÈN LUYỆN KĨ NĂNG KIỂM SOÁT CẢM XÚC**

**CỦA BẢN THÂN TRONG MỘT SỐ TÌNH HUỐNG CỤ THỂ.**

Thời gian thực hiện: 01 tiết

**I. MỤC TIÊU**

**1. Kiến thức:**

Sau khi tham gia hoạt động này, HS chia sẻ được về kết quả rèn luyện kĩ năng kiểm soát cảm xúc của bản thân.

**2. Năng lực:**

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

***Năng lực đặc thù***

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

+ Rèn luyện kĩ năng thiết kế và tổ chức hoạt động, giao tiếp và hợp tác;

**3. Phẩm chất:** nhân ái, trung thực, trách nhiệm.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với GV**

**-** Ti vi, máy tính...

- Nội dung sinh hoạt

- Phiếu đánh giá

**2. Đối với HS:**

- Nội dung sơ kết tuần

- Bút dạ, Giấy khổ A2/A3 để HS ghi kết quả thảo luận nhóm.

- Các ý kiến, đề xuất...

**III. TIẾN TRÌNH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG**

**1.** **Hoạt động 1: Mở đầu (5 ph)**

**a. Mục tiêu:** Tạo tâm thế hứng thú cho học sinh khi vào giờ sinh hoạt lớp

**b. Nội dung:** HS ổn định vị trí chồ ngồi, chuẩn bị sinh hoạt lớp.

**c. Sản phẩm:** Thái độ của HS

**d. Tổ chức thực hiện:**

- GV yêu cầu HS của lớp ổn định vị trí, chuẩn bị sinh hoạt lớp

- Lớp phó văn thể mỹ bắt cho cả lớp hát một bài hát .

**2.** **Hoạt động 2: Thực thi nhiệm vụ (25 ph)**

**Sinh hoạt theo chủ đề**

**Chia sẻ kết quả rèn luyện kỹ năng kiểm soát cảm xúc bản thân trong một số tình huống cụ thể.**

**a. Mục tiêu**

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

**b. Nội dung:**

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:

+ 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. Tổ chức thực hiện:**

\* 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 nhận xét 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.

**3. Hoạt động 3: Tổng kết (15 ph)**

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

- GV nhận xét chung, tuyên dương, khen ngợi những cá nhân, nhóm tích cực tham gia các hoạt động.

**ĐÁNH GIÁ CHỦ ĐỀ 2**

**1. Cá nhân tự đánh giá**

\* GV yêu cầu học sinh đọc các tiêu chí đánh giá chủ đề 2

- Xác định được ít nhất 3 điểm mạnh của bản thân trong học tập và cuộc sống.

- Xác định được ít nhất 3 hạn chế của bản thân trong học tập và cuộc sống.

**-** Lập được kế hoạch tự hoàn thiện bản thân.

- Nêu được những cách kiểm soát tiêu cực

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

\* GV hướng dẫn học sinh tự đánh giá với 2 mức độ:

+ Đạt: *thực hiện được ít nhất 3 trong 5 tiêu chí*

+ Chưa đạt: *chỉ thực hiện được 2 tiêu chí trở xuống.*

**2. Đánh giá trong nhóm/ tổ**

- GV hướng dẫn tổ trưởng/ nhóm trưởng điều hành để các thành viên trong tổ/ nhóm đánh giá đồng đẳng dựa vào các biểu hiện sau:

- Sự chuẩn bị cho hoạt động của chủ đề;

- Thái độ tham gia: tự giác, tích cực;

- Trách nhiệm và hợp tác khi thực hiện nhiệm vụ.

**3. Đánh giá chung của giáo viên**

- GV dựa vào quan sát, đánh giá của từng cá nhân và của các tổ nhóm kết hợp với đánh giá của gia đình (nếu có) để đưa ra nhận xét, đánh giá chung, biểu dương những cá nhân tự giác tích cực.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lớp | Sĩ số | Đạt | | Chưa đạt | |
| SL | % | SL | % |
| 7A4 | 45 |  |  |  |  |

**IV. PHỤ LỤC**

**PHIẾU TỰ ĐÁNH GIÁ CHỦ ĐỀ 2**

**MÔN: HĐTNHN7**

Họ và tên HS…………………………………………………

Lớp ..............

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tiêu chí** | **Yêu cầu cần đạt** | **Đạt (Đ)** | **Chưa đạt (CĐ)** |
| 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 được 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 ít nhất 3/5 tiêu chí)

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

Cá nhân tự xếp loại:……….