**SINH HOẠT LỚP – NHẬT KÍ KIỂM SOÁT CẢM XÚC CỦA EM**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**1. Năng lực đặc thù**

- HS chia sẻ được nhật kí kiểm soát cảm xúc của bản thân.

- HS học hỏi được những kinh nghiệm kiểm soát cảm xúc của các bạn.

**2. Năng lực chung**

- NL tự chủ và tự học, NL giao tiếp và hợp tác, NL giải quyết vấn đề và sáng tạo, NL thiết kế và tổ chức hoạt động.

**3. Phẩm chất**

- Trung thực, kỉ luật, trách nhiệm.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY – HỌC**

**1. Giáo viên:** Một số tình huống, chương trình, các bài hát.

**2. Học sinh:** Nhật kí kiểm soát cảm xúc của bản thân

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY –HỌC CHỦ YẾU**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV** | **HOẠT ĐỘNG CỦA HS** |
| **A. HOẠT ĐỘNG KHỞI ĐỘNG**  **a) Mục tiêu:** Tạo tâm thế cho HS, giúp đỡ HS ý thức được nhiệm vụ học tập, hứng thú với bài học mới. | |
| **b) Cách tiến hành**  - Tổ chức cho HS vận động theo bài hát: *Em đi chơi thuyền*  *-* GV hỏi: cảm xúc của bạn nhỏ trong bài hát thế nào?  + Vậy cảm xúc của các em trong những ngày gần đây có được kiểm soát tốt không? Chúng ta hãy cùng chia sẻ với cả lớp qua tiết học ngày hôm nay nhé! | - HS thực hiện.  - Bạn nhỏ rất vui  - Liên hệ và bắt đầu vào tiết học chia sẻ với bạn cảm xúc của mình. |
| **B.  HOẠT ĐỘNG THỰC HÀNH – LUYỆN TẬP**  **a) Mục tiêu:**  - HS chia sẻ được nhật kí kiểm soát cảm xúc của bản thân.  - HS học hỏi được những kinh nghiệm kiểm soát cảm xúc của các bạn. | |
| **b) Cách tiến hành**  - GV hướng dẫn HS chia sẻ theo nhóm về nhật kí kiểm soát cảm xúc của bản thân theo các gợi ý:  + Tình huống xảy ra  + Cách ứng xử của em  + Tự đánh giá khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân trong các tình huống đó: tốt, trung bình hay chưa tốt.  - GV mời một số HS chia sẻ trước lớp theo gợi ý:  + Điều em học hỏi được về kinh nghiệm kiểm soát cảm xúc của các bạn;  + Điều em thấy mình cần rèn luyện để có khả năng kiểm soát cảm xúc tốt hơn. | - HS chia sẻ trong nhóm theo nhật kí đã ghi    - HS chia sẻ trước lớp, các em khác lắng nghe, góp ý hay học hỏi ở bạn về cách kiểm soát cảm xúc. |
| **C.  HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG**  **a) Mục tiêu:**  - Biết chia sẻ cảm xúc với bạn bè, người thân trong cuộc sống hằng ngày.  - HS tự đánh giá kết quả kiểm soát cảm xúc và rút ra bài học cho bản thân. | |
| **b) Cách tiến hành**  - GV hướng dẫn HS chia sẻ cảm xúc với bạn bè, người thân nhiều hơn trong cuộc sống hằng ngày.  -  GV hướng dẫn HS tự đánh giá kết quả kiểm soát cảm xúc và rút ra bài học cho bản thân từ đó có thể kiểm soát cảm xúc tốt hơn và luôn giữ được tinh thần vui vẻ, lạc quan trong học tập, vui chơi.  - GV nhận xét tiết học. | - HS thực hành chia sẻ cảm xúc với mọi người nhiều hơn.  - HS tự đánh giá và rút ra bài học cho bản thân để cuộc sống luôn vui vẻ, lạc quan.  - HS lắng nghe. |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY**

……………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………