**HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM**

**HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THEO CHỦ ĐỀ:**

**EM VÀ TRƯỜNG TIỂU HỌC THÂN YÊU**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

– Chia sẻ được cảm xúc của bản thân trong thời gian vừa qua và nêu được ảnh hưởng của cảm xúc đó với cuộc sống của mình.

– Nhận diện được khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân thông qua những tình huống cụ thể.

–Học sinh hiểu biết hơn về bản thân thông qua các hoạt động hồi tưởng và rèn luyện khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân. HS có trách nhiệm với bản thân hơn khi xác định được khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân.

- Biết điều chỉnh cảm xúc và suy nghĩ của bản thân trong một số tình huống đơn giản. Biết trao đổi, góp ý cùng bạn trong giao tiếp.

- Yêu thương bản thân, tôn trọng sự khác biệt của bạn bè

-Tích hợp NDGD LTCM, ĐĐ, LS

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Kế hoạch bài dạy, bài giảng Power point.

- SGK và các thiết bị, học liệu phục vụ cho tiết dạy.

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

| **Hoạt động của giáo viên** | **Hoạt động của học sinh** |
| --- | --- |
| **1. Hoạt động Mở đầu** |  |
| - GV tổ chức trò chơi: Bó hoa cảm xúc. Cách chơi như sau: |  |
| + Cô giáo / quản trò sẽ chọn bất kì trái tim cảm xúc nào trong hộp cảm xúc mà các em đã viết sau Lễ khai giảng. Bạn có trái tim được chọn sẽ lên để chia sẻ cảm xúc về Ngày khai giảng của mình. Sau đó, dán trái tim vào tờ giấy mà cô đã chuẩn bị. Các bạn dán sau hãy cố gắng sắp xếp để sao cho khi kết thúc, chúng ta có một bó hoa trái tim cảm xúc. | + HS nghe GV hướng dẫn, sau đó thực hiện chơi theo hướng dẫn. |
| – GV kết nối vào chủ đề: *Cảm xúc có ý nghĩa quan trọng đối với cuộc sống chúng ta. Khi ta vui vẻ, hạnh phúc ta học tập, giao lưu tốt hơn và ngược lại. Tiết trải nghiệm hôm nay, chúng ta cùng nhìn lại khả năng kiểm soát cảm xúc của mình để từ đó rèn luyện một cách phù hợp.* |  |
| **2. Hoạt động Nhận diện - Khám phá** |  |
| **Hoạt động 1. Hồi tưởng cảm xúc của em** |  |
| – GV mời HS đọc thầm nhiệm vụ 1, trang 6, SGK HĐTN5, trong thời gian đó, GV cũng phát phiếu học tập có nội dung bảng chia sẻ cảm xúc cho HS. | – Đọc thầm nhiệm vụ và nhận phiếu học tập. |
| – GV trao đổi để làm rõ nhiệm vụ của hoạt động:  + *Hãy nêu các cảm xúc mà hoạt động đề nghị chúng ta hồi tưởng?*  + *Chúng ta sẽ suy nghĩ về cảm xúc của bản thân trong bao nhiêu ngày vừa qua?* | – HS trả lời theo suy nghĩ.  + Vui vẻ, buồn bã, tức giận, sợ hãi, lo lắng.  + Bảy ngày. |
| – GV hướng dẫn thêm: *Có thể nhớ đến sự việc xảy ra trong những ngày đó và hồi tưởng về cảm xúc của con, rồi đánh dấu vào cảm xúc tương ứng. Mỗi ngày, con có thể có nhiều cảm xúc khác nhau nên có thể đánh dấu vào nhiều ô.* | – HS nghe hướng dẫn. |
| – GV chiếu slide hướng dẫn và đề nghị HS tổ chức cho HS tự thực hiện nhiệm vụ theo hai bước:  Bước 1: Làm việc cá nhân để hoàn thành phiếu hồi tưởng cảm xúc.  Bước 2: Chia sẻ kết quả hồi tưởng của mình với bạn bên cạnh (cặp đôi) theo các yêu cầu cầu mục 2:  + Cảm xúc em có nhiều nhất;  + Cảm xúc em có ít nhất;  + Cảm xúc ảnh hưởng đến cuộc sống của em;  + Cảm xúc mà em cần kiểm soát. | – HS thực hiện làm việc cá nhân, sau đó làm việc trong nhóm đôi, chia sẻ về cảm xúc. |
| – GV tổ chức lấy kết quả của bảng hồi tưởng theo hình thức giơ tay.  + Những bạn có nhiều cảm xúc vui nhất, mời giơ tay?  + Những bạn có nhiều cảm xúc buồn bã nhất, mời giơ tay?  + Những bạn có nhiều cảm xúc tức giận, mời giơ tay?  + Những bạn có nhiều cảm xúc sợ hãi nhất, mời giơ tay?  + Những bạn có nhiều cảm xúc lo lắng nhất, mời giơ tay? | – HS giơ tay theo đề nghị của GV: |
| – GV tổ chức cho HS chia sẻ trước lớp:  *+ Trong các cảm xúc này em thích nhất cảm xúc nào? Vì sao?*  *+ Cảm xúc nào em không mong muốn? Vì sao?* | – HS chia sẻ. |
| – GV nhận xét hoạt động và kết nối sang hoạt động 2: *Trong cuộc sống, các cảm xúc vui, buồn, lo lắng, sợ hãi, tức giận sẽ ảnh hưởng đến học tập, vui chơi, giao tiếp,… của chúng ta và của cả những người xung quanh. Vì vậy, chúng ta cần luôn biết kiểm soát cảm xúc cá nhân mình.* | -HS lắng nghe và tự điều chỉnh đạo đức lối sống của bản thân. |
| **Hoạt động 2.** **Nhận diện khả năng kiểm soát cảm xúc của em** |  |
| – GV mời HS tự đọc yêu cầu của hoạt động 2, nhiệm vụ 1 và nhiệm vụ 2. | – HS đọc trước lớp.  Nhiệm vụ 1: Trao đổi về những tình huống mà em không kiểm soát được cảm xúc.  Nhiệm vụ 2: Trao đổi về những tình huống mà em kiểm soát được cảm xúc. |
| – GV trao đổi GV trao đổi để làm rõ nhiệm vụ của hoạt động:  + *Chúng ta cần chia sẻ những tình huống như thế nào?* | – HS trả lời:  + Tình huống mà chúng ta kiểm soát được cảm xúc  + Tình huống mà chúng ta không kiểm soát được cảm xúc. |
| – GV tổ chức cho HS chia sẻ tình huống không kiểm soát được cảm xúc và tình huống kiểm soát được cảm xúc bằng cách viết vào tờ giấy màu theo quy ước, sau đó dán lên bảng: *Trong cuộc sống hằng ngày, chúng ta cần giao tiếp, hợp tác với mọi người. Quá trình đó có thể dẫn đến nhiều cảm xúc. Hãy chia sẻ bằng cách viết vào tờ giấy màu đỏ một tình huống con không kiểm soát được cảm xúc, viết vào tờ giấy màu xanh một tình huống con kiểm soát được cảm xúc và dán vào bảng vào cột thích hợp.* (chiếu Slide hướng dẫn) | – HS thực hiện viết vào giấy màu đỏ tình huống mình không kiểm soát được cảm xúc, giấy màu xanh tình huống mình kiểm soát được cảm xúc.  – HS chia sẻ tình huống của mình trong nhóm theo gợi ý của SGK. |
| – GV tổ chức cho HS dán các tình huống lên bảng thành hai cột. GV chia sẵn bảng thành 2 cột “Kiểm soát được cảm xúc” và “Không kiểm soát được cảm xúc”. GV nhớ nhắc HS ghi tên mình vào tờ giấy viết tình huống. | – HS dán tình huống lên bảng. |
| – GV chọn và cho HS chia sẻ tình huống của mình. | – HS được chia sẻ theo tinh thần xung phong hoặc GV chọn. |
| – GV kết nối vào nhiệm vụ 3: *Chúng ta vừa cùng nhau hồi tưởng về cảm xúc trong 7 ngày vừa qua, kể về tình huống mà chúng ta kiểm soát được cảm xúc và không kiểm soát được cảm xúc. Sau đây, các con hãy tự đánh giá khả năng kiểm soát của mình bằng cách hoàn thành phiếu học tập:* | – HS thực hiện nhiệm vụ theo phiếu học tập. |
| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Phiếu học tập 2**  Em hãy tự đánh giá khả năng kiểm soát cảm xúc của mình bằng cách đánh dấu x vào cột phù hợp:   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Nội dung đánh giá | Thường xuyên | Thỉnh thoảng | Hiếm khi | | Kiểm soát được cảm xúc |  |  |  | | Không kiểm soát được cảm xúc |  |  |  | | |  |
| – GV tổ chức cho HS báo cáo kết quả tự đánh giá của mình và trao đổi thêm: *Con thường xuyên không kiểm soát được cảm xúc nào? Mỗi khi có cảm xúc đó, con thấy hơi thở, nhịp tim, nhiệt độ cơ thể mình thế nào? Con muốn làm gì khi ấy? Con đã thử tự kiểm soát cảm xúc của mình chưa?* | – HS báo cáo và trả lời câu hỏi. |
| GV nhận xét và tổng kết hoạt động |  |
| **4. Tổng kết tiết trải nghiệm** |  |
| – GV tổ chức vận động theo nhạc để tạo cảm xúc vui vẻ cho HS. Sau đó, nêu lợi ích của các cảm xúc tích cực như vui vẻ, hạnh phúc, yêu thương.  - GV nêu yêu cầu và hướng dẫn học sinh về nhà tổ chức trò chơi, kể chuyện,... tạo bầu không khí vui vẻ cho mình và gia đình.  - Nhận xét sau tiết dạy, dặn dò về nhà. | - HS vận động theo nhạc, bài hát vui vẻ.  - Học sinh tiếp nhận thông tin và yêu cầu để về nhà ứng dụng.  - HS lắng nghe, rút kinh nghiệm |

**IV.ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY (nếu có)**

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………