**Tuần: 5, 6, 7**

**Tiết PPCT: 13 -> 21**

**Ngày soạn: 17/09/2023**

**Ngày dạy: 02->21/10/2023**

**CHỦ ĐỀ 2: QUẢN LÝ BẢN THÂN**

**I. MỤC TIÊU CHỦ ĐỀ**

**1. Kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ:

* Quản lí được cảm xúc của bản thân và ứng xử hợp lí trong các tình huống giao tiếp khác nhau.
* Làm chủ và kiểm soát được các mối quan hệ với bạn bè ở trường cũng như qua mạng xã hội.

**2. Năng lực**

***Năng lực chung:***

* *Tự chủ, tự học*: Thể hiện khả năng làm chủ, kiểm soát mối quan hệ bạn bè ở trường và qua mạng xã hội; làm chủ, kiểm soát được cảm xúc của bản thân.
* *Giải quyết vấn đề sáng tạo*: Giải quyết các tình huống hợp lí, có sự sáng tạo, linh hoạt giúp giao tiếp hiệu quả.
* *Giao tiếp và hợp tác*: Ứng xử phù hợp trong các tình huống giao tiếp khác nhau.

***Năng lực riêng:***

* *Thích ứng với cuộc sống:* Tìm hiểu được cách quản lí cảm xúc và ứng xử phù hợp trong giao tiếp; Tìm hiểu về việc làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè.
* *Thiết kế và tổ chức hoạt động:* Rèn luyện được khả năng làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè; Rèn luyện quản lí cảm xúc và ứng xử hợp lí trong giao tiếp; Duy trì việc quản lí cảm xúc và làm chủ mối quan hệ bạn bè.

**3. Phẩm chất:**

* *Nhân ái:* Thể hiện ở việc quản lí được cảm xúc và ứng xử hoà nhã với mọi người.
* *Trách nhiệm:* Quan tâm đến bạn bè, chia sẻ và giúp đỡ các bạn trong khả năng của mình.
* *Trung thực:* Chân thành trong các mối quan hệ, tôn trọng cảm xúc của bản thân và của mọi người.
* *Chăm chỉ*: Tích cực hoàn thành các nhiệm vụ học tập.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

1. **Đối với giáo viên**

* Máy tính, máy chiếu, âm thanh, các tranh ảnh liên quan đến chủ đề
* Sưu tầm các tài liệu, bài viết, câu chuyện về cách quản lí cảm xúc cá nhân.
* Xây dựng các tình huống về giao tiếp, ứng xử đòi hỏi khả năng làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè.
* Giới thiệu về các bài tập thực hành để rèn kĩ năng quản lí cảm xúc cá nhân.

**2. Đối với học sinh**

* Tìm hiểu về cách làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè ở tr 2 và qua mạng xã hội.
* Tham khảo những kinh nghiệm về cách quản lí cảm xúc và ứng xử phù h
* Suy nghĩ những biện pháp để quản lí cảm xúc bản thân và làm chủ các quan hệ với bạn bè.
* Chuẩn bị một số tình huống có liên quan đến chủ đề.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

**HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THEO CHỦ ĐỀ**

**A. HOẠT ĐỘNG KHỞI ĐỘNG**

**a. Mục tiêu:** Giúp HS hứng thú với chủ đề; tạo tâm thế cho HS trước khi bước vào các hoạt động chính của chủ đề.

**b. Nội dung:** GV tổ chức cho HS chơi trò chơi để tạo không khí vui tươi cho các em trước khi bước vào hoạt động.

**c. Sản phẩm:** HS tham gia chơi trò chơi nhiệt tình.

**d. Tổ chức thực hiện:**

**Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**

- GV tổ chức cho HS chơi trò chơi công não: ***“Liệt kê cảm xúc”.***

- GV phổ biến luật chơi: *GV mời 4 bạn lên bảng, lần lượt từ trái qua phải, các bạn kể tên các cảm xúc của con người mà ta bắt gặp trong cuộc sống hằng ngày (bạn trả lời sau không được trùng với đáp án bạn trả lời trước).Tới lượt ai mà người đó không kể tên được sẽ bị thua cuộc.*

- Sau khi chơi trò chơi, GV đặt câu hỏi: *Theo em, những cảm xúc mà các bạn đã kể có ảnh hưởng như thế nào đến cuộc sống của mỗi chúng ta?*

**Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập**

- HS cùng tham gia trò chơi, các bạn khác cổ vũ nhiệt tình cho các bạn.

- HS tiếp nhận câu hỏi của GV và suy nghĩ trả lời.

**Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận**

- GV mời đại diện 1 -2 HS chia sẻ câu trả lời, GV ghi nhận.

**Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập**

- Thông qua câu trả lời của HS, GV dẫn dắt HS vào bài học: *Trong cuộc sống hằng ngày, hẳn ai cũng trải qua nhiều cung bậc cảm xúc khác nhau: Lúc buồn, lúc vui, lúc bực bội, lúc trầm ngâm…Và nếu chúng ta để các loại cảm xúc này chi phối thì thực sự rất nguy hiểm. Do đó, việc của chúng ta là phải quản lý được cảm xúc, quản lý được bản thân. Nội dung chủ đề hôm nay cũng liên quan đến nội dung này, chúng ta cùng đến với* ***Chủ đề 2: Quản lý bản thân.***

**B. HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC**

**Hoạt động 1: Tìm hiểu về cách quản lí cảm xúc và ứng xử hợp lí trong giao tiếp**

**a. Mục tiêu:** Sau hoạt động, HS sẽ:

- Hiểu được cách quản lí cảm xúc và ứng xử phù hợp trong giao tiếp.

- Biết cách quản lí cảm xúc và ứng xử phù hợp trong các tình huống giao tiếp ăn khác nhau.

**b. Nội dung:** GV hướng dẫn HS tìm hiểu cách quản lí cảm xúc bằng hai nhiệm vụ chính:

1. Xác định cảm xúc và cách ứng xử phù hợp trong các tình huống giao tiếp
2. Trao đổi về cách quản lí cảm xúc và ứng xử hợp lí trong giao tiếp.

**c. Sản phẩm:** HS đưa ra được các cách ứng xử phù hợp với cảm xúc và cách quản lý trong giao tiếp.

**d. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS** | **DỰ KIẾN SẢN PHẨM** |
| ***Nhiệm vụ 1: Xác định cảm xúc và cách ứng xử phù hợp trong các tình huống giao tiếp.***  **Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - GV yêu cầu: Từ tên các loại cảm xúc mà các bạn đã kể tên ở trò chơi khởi động, các em hãy bắt cặp và tìm ra những tình huống làm nảy sinh những cảm xúc đó.  - Sau đó, HS tiếp tục thảo luận về cách ứng xử phù hợp với cảm xúc trong các tình huống giao tiếp khác nhau:  *+ Khi vui vẻ.*  *+ Khi buồn bã.*  *+ Khi sợ hãi.*  *+ Khi chán ghét.*  *+ Khi tức giận.*  *+ Khi ngạc nhiên.*  *+ Khi tin tưởng.*  *+ Khi hi vọng.*  *+...*  **Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập**  - HS bắt cặp với bạn bên cạnh, tiếp nhận và thực hiện nhiệm vụ.  - GV quan sát quá trình HS thực hiện và hỗ trợ khi cần.  **Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận**  - GV mời đại diện các nhóm cùng báo cáo kết quả trao đổi và thảo luận của cặp mình.  **Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập**  - GV nhận xét, đánh và kết luận.  - GV chuyển sang tìm hiểu nhiệm vụ 2.  ***Nhiệm vụ 2: Trao đổi về cách quản lí cảm xúc và ứng xử hợp lí trong giao tiếp.***  **Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - GV yêu cầu HS chia sẻ tình huống thể hiện cách quản lí cảm xúc và ứng xử phù hợp trong giao tiếp hoặc những tình huống thể hiện việc quản lí chưa tốt cảm xúc và ứng xử chưa phù hợp.  - HS nêu ra những bài học rút ra từ những tình huống đó, cách khắc phục những hạn chế còn tồn tại trong quản lí cảm xúc và ứng xử.  **Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập**  - HS tiếp nhận yêu cầu của GV và thực hiện  - GV quan sát thái độ học tập của HS, hỗ trợ khi HS cần.  **Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận**  - GV mời đại diện 3 – 4 HS chia sẻ trước lớp.  - GV yêu cầu các HS khác lắng nghe, đặt câu hỏi cho bạn (nếu có).  **Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập**  - GV nhận xét, đánh và kết luận  - GV chuyển sang nội dung mới. | **I. Tìm hiểu về cách quản lí cảm xúc và ứng xử hợp lí trong giao tiếp**  ***1. Xác định cảm xúc và cách ứng xử hợp lí trong giao tiếp***  *Gợi ý****:***   |  |  |  | | --- | --- | --- | | Cảm xúc | Tình huống làm nảy sinh cảm xúc | Cách ứng xử hợp lí | | Vui vẻ | Em được thầy cô ghi nhận sự tiến bộ trong học tập. | - Thể hiện sự vui vẻ  - Tự hào về bản thân  - Nói lời cảm ơn | | Tức giận | Trong giờ ra chơi, cả nhóm bạn trêu em và cười ầm lên | Giữ bình tĩnh  - Nói rõ rằng mình không thích  - Đi ra chỗ khác. | | Buồn bã | Kết quả bài kiểm tra thấp điểm hơn mình mong đợi | - An ủi bản thân sẽ cố gắng lần sau đạt điểm cao hơn.  - Vui chơi cùng các bạn để giải tỏa tâm trạng… |   ***2. Cách quản lí cảm xúc và ứng xử hợp lí trong giao tiếp***  Gợi ý:  - Nhận diện đúng cảm xúc của mình trong tình huống giao tiếp và xác định cách ứng xử hợp lí.  - Giữ thái độ bình tĩnh, tự tin.  - Đặt mình vào vị trí của người khác để hiểu cảm xúc và hành vi của họ.  - Thể hiện suy nghĩ, cảm xúc của mình bằng lời nói, hành động đúng mực.  - Cố gắng tìm ra điều tích cực trong tình huống giao tiếp.  - Cẩn trọng với lời nói và hành động khi nóng giận.  - Dừng cuộc trò chuyện và chuyển sang hoạt động khác giúp tạo ra năng lượng tích cực cho bản thân…  **\*Kết luận:** Trong mỗi chúng ta đều tồn tại những loại cảm xúc khác nhau, chúng ảnh hưởng đến lối sống và sự tương tác của chúng ta với mọi người. Vì vậy, cần hiểu được cả loại cảm xúc cơ bản thường có ở con người, từ đó có cách quản lí và điều chỉnh cảm xúc cho phù hợp trong các tình huống giao tiếp khác nhau. |

**Hoạt động 2: Tìm hiểu về việc làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè**

**a. Mục tiêu:** Sau hoạt động, HS sẽ:

- Phân tích được ý nghĩa của việc làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè

- Biết cách làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè.

- Vận dụng hiệu quả việc làm chủ và kiểm soát mối quan hệ với bạn bè trong th học tập và trong cuộc sống.

**b. Nội dung:** GV hướng dẫn HS tìm hiểu việc làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ bằng ba nhiệm vụ chính:

1. Thảo luận về các tình huống
2. Xác định biểu hiện của việc làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè.
3. Chia sẻ khó khăn và cách khắc phục trong việc làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè.

**c. Sản phẩm:** HS hoàn thành các nhiệm vụ của GV đưa ra.

**d. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS** | **DỰ KIẾN SẢN PHẨM** |
| ***Nhiệm vụ 1: Thảo luận về các tình huống***  **Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - GV chia lớp 4 nhóm, yêu cầu thảo luận về hai tình huống sgk trang 17 theo gợi ý:  *+ Chỉ ra nhân vật đã thể hiện và chưa thể hiện khả năng làm chủ, kiểm soát được mối quan hệ với bạn bè. Giải thích tại sao.*  *+ Nêu yếu tố có thể ảnh hưởng đến khả năng làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè của các nhân vật.*      **Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập**  - HS thảo luận theo nhóm, giải quyết 2 tình huống, các thành viên đóng góp ý kiến nhiệt tình, xây dựng nội dung GV yêu cầu.  - GV quan sát và theo dõi HS hoạt động nhóm, hỗ trợ các em khi cần.  **Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận**  - GV mời đại diện các nhóm cùng báo cáo kết quả trao đổi và thảo luận của nhóm.  **Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập**  - GV nhận xét, đánh và kết luận.  - GV chuyển sang tìm hiểu nhiệm vụ 2.  ***Nhiệm vụ 2: Xác định biểu hiện của việc làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè.***  **Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - GV chia lớp thành các nhóm, yêu cầu:  *+ Nhóm lẻ: Thảo luận cách làm chủ và kiểm soát mối quan hệ với bạn bè ở trường.*  *+ Nhóm chẵn: Thảo luận cách làm chủ và kiểm soát mối quan hệ với bạn bè qua mạng xã hội.*  **Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập**  - HS hình thành nhóm được phân công, tiếp nhận nhiệm vụ của nhóm mình.  - Các thành viên cùng đóng góp ý kiến, xây dựng nội dung tốt nhất theo yêu cầu của GV.  **Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận**  - GV mời các nhóm đứng dậy trình bày, trao đổi kết quả thảo luận.  **Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập**  - GV nhận xét, đánh giá và kết luận  - GV chuyển sang nội dung mới.  ***Nhiệm vụ 3: Chia sẻ khó khăn và cách khắc phục trong việc làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè.***  **Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - GV sử dụng kĩ thuật “khăn trải bàn” thảo luận: *Những khó khăn và cách khắc phục trong việc làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè ở trường cũng như qua mạng xã hội?*  **Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập**  - HS hình thành nhóm được phân công, tiếp nhận nhiệm vụ của nhóm mình.  - Các thành viên cùng đóng góp ý kiến, có thể nhờ sự giúp đỡ của GV khi cần.  **Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận**  - GV mời các nhóm đứng dậy trình bày  - GV mời các nhóm khác bổ sung.  **Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập**  - GV nhận xét, đánh giá và kết luận | **II. Tìm hiểu về việc làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè**  ***1. Xử lí tình huống***  - Tình huống 1: Ngọc chưa thể hiện khả năng làm chủ, kiểm soát được mối quan hệ với bạn bè.  - Tình huống 2. Dương đã thể hiện khả năng làm chủ, kiểm soát được mối quan hệ.  => Yếu tố có thể ảnh hướng đến khả năng làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ: thái độ, nhận thức, hành vi cư xử…  ***2. Biểu hiện của việc làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè.***  - Ở trường:   * *Chủ động kết bạn, chia sẻ, giúp đỡ các bạn.* * *Hiểu và tin tưởng bạn bè* * *Biết từ chối những đề nghị làm việc xấu từ bạn.* * *Biết điều chỉnh cảm xúc, hành vi của mình đúng mực.* * *Thái độ bình tĩnh, tự tin…*   - Qua mạng xã hội   * *Không tùy tiện kết bạn với người lạ* * *Chia sẻ thông tin, hình ảnh tích cực* * *Không chia sẻ những thông tin không chính xác không có căn cứ về bạn bè trên mạng xã hội.* * *Chủ động trò chuyện, trao đổi thông tin tài liệu học tập với các bạn…*   ***3. Chia sẻ khó khăn và cách khắc phục trong việc làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè.***  - HS liên hệ bản thân và chia sẻ  **\*Kết luận:** Tìm hiểu việc làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè là một việc làm rất có ý nghĩa đối với mỗi người. Từ nhận thức đúng, mỗi người sẽ có thái độ và hành vi, thói quen hành vi cư xử phù hợp với các chuẩn mực đạo đức xã hội. Trên cơ sở đó, các mối quan hệ đã gây dựng sẽ ngày càng trở nên gắn bó, bền chặt. |

**Hoạt động 3: Rèn luyện khả năng làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè**

**a. Mục tiêu:** Sau hoạt động, HS sẽ:

- Có kĩ năng làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè.

- Xử lí hiệu quả các tình huống nảy sinh trong mối quan hệ với bạn bè.

**b. Nội dung:** GV hướng dẫn HS cách làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ, thực hành đóng vai xử lí tình huống.

**c. Sản phẩm:** HS biết cách làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè.

**d. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS** | **DỰ KIẾN SẢN PHẨM** |
| **Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - GV chia nhóm, yêu cầu HS thảo luận cách làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè ở trường và qua mạng xã hội.  - Yêu cầu các nhóm, đóng vai xử lí tình huống trang 19 sgk.  ***+ Tình huống 1****: Ánh và Thủy là bạn thân. Gần đây, Thủy hay đi học cùng Hà và có vẻ thân thiết. Một hôm, Ánh vô tình nghe thấy Hà đang nói với một nhóm bạn rằng Thủy không muốn chơi với mình nữa.*  ***+ Tình huống 2****: Minh nhận được lời mời kết bạn từ một tài khoản lạ. Minh vào tài khoản của bạn đó để xem nhưng chỉ thấy hình đại diện chụp từ phía sau, còn lại không tìm thấy thông tin gì. Minh rất băn khoăn không biết có nên đồng ý kết bạn và trả lời tin nhắn không.*  **Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập**  - HS thảo luận theo nhóm, bàn bạc và đưa ra cách làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè ở trường và qua mạng xã hội.  - HS cùng nhau đóng vai và xử lí tình huống  - GV quan sát và theo dõi HS hoạt động nhóm, hỗ trợ các em khi cần.  **Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận**  - GV mời đại diện các nhóm cùng báo cáo kết quả trao đổi và thảo luận của nhóm.  **Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập**  - GV nhận xét, đánh và kết luận.  - GV chuyển sang tìm hiểu hoạt động 4 | **III. Rèn luyện khả năng làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với bạn bè**  - Ở trường:   * *Chủ động, tự tin nêu ý kiến, quan điểm của mình với bạn trong học tập và giao tiếp.* * *Tôn trọng, lắng nghe bạn bè chia sẻ, tư vấn và góp ý.* * *Kiểm soát cảm xúc tiêu cực và điều chỉnh hành vi theo hướng tích cực khi xảy ra mâu thuẫn với các bạn.* * *Suy nghĩ kĩ trước những lời đề nghị, lời mời của các bạn.*   - Qua mạng xã hội:   * *Cân nhắc trước khi đồng ý kết bạn với người chưa quen biết trên mạng xã hội.* * *Chủ động tìm hiểu kĩ về người mà mình dự định kết bạn trên mạng xã hội.* * *Không tham gia các hội, nhóm trên mạng xã hội có thể chia sẻ nội dung không lành mạnh*.   \*Xử lí tình huống:  Gợi ý:  ***- Tình huống 1***. Ánh bình tĩnh gặp Hà nói chuyện, mong Hà tôn trọng tình bạn của Ánh và Thủy, nếu bản thân Ánh và Thủy có chuyện gì thì để hai bạn tự giải quyết với nhau.  ***- Tình huống 2.*** Minh chưa vội đồng ý, cần tìm hiểu thông tin của tài khoản Fb đó trước.  \***Kết luận**: Để có khả năng làm chủ và kiểm soát tốt các mối quan hệ với bạn bè ở trường và bạn bè qua mạng xã hội đòi hỏi mỗi người cần phải có ý thức rèn luyện mọi lúc mọi nơi, qua mọi người và qua từng trường hợp. Biết lắng nghe, tôn trọng và học hỏi chính là chìa khoá cho việc thiết lập và duy trì các mối quan hệ tốt đẹp. |

**Hoạt động 4: Rèn luyện quản lí cảm xúc và ứng xử hợp lí trong giao tiếp**

**a. Mục tiêu:** Sau hoạt động, HS sẽ:

- Biết cách rèn luyện quản lí cảm xúc và ứng xử hợp lí trong giao tiếp.

- Thực hiện hiệu quả việc rèn luyện quản lí cảm xúc và ứng xử hợp lí trong giao tiếp.

**b. Nội dung:** GV hướng dẫn HS cách rèn luyện quản lí cảm xúc và ứng xử hợp lí trong giao tiếp.

**c. Sản phẩm:** HS hoàn thành các nhiệm vụ được giao.

**d. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS** | **DỰ KIẾN SẢN PHẨM** |
| **Nhiệm vụ 1. Đóng vai thể hiện cách quản lí cảm xúc để ứng xử hợp lí trong các tình huống giao tiếp.**  **Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - GV chia nhóm, yêu cầu HS đóng vai và xử lí các tình huống sgk trang 20, 21.  ***Tình huống 1****: Nga đã hẹn cùng Hương sáng nay đi mua sách. Nhưng đến sát giờ hẹn Hương mới thấy Nga đến và nói rằng không đi được.*  ***Tình huống 2****: Phương nhận nhiệm vụ thuyết trình kết quả làm việc nhóm. Khi cô giáo thông báo điểm, kết quả của nhóm không được tốt như mọi người kì vọng. Một số bạn tỏ ra bức xúc và đổ lỗi do Phương thuyết trình không tốt nên ảnh hưởng đến kết quả chung.*  ***Tình huống 3****: Hùng không thích việc mẹ thường xuyên vào phòng mình dọn dẹp. Hôm nay, Hùng đi học về và lại thấy mẹ đang ở trong phòng trên tay mẹ là cuốn nhật kí của Hùng.*  ***Tình huống 4****: Khang bị thầy giáo khiển trách trước lớp vì một lỗi mà mình không gây ra.*  **Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập**  - HS thảo luận theo nhóm, bàn bạc và đưa ra cách ứng xử hợp lí nhất  - GV quan sát và theo dõi HS hoạt động nhóm, hỗ trợ các em khi cần.  **Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận**  - GV mời đại diện các nhóm cùng báo cáo kết quả trao đổi và thảo luận của nhóm.  **Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập**  - GV nhận xét, đánh và kết luận.  - GV chuyển sang tìm hiểu nhiệm vụ 2  ***Nhiệm vụ 2. Thực hành các cách phù hợp để quản lí cảm xúc để ứng xử hợp lí trong các tình huống giao tiếp hằng ngày***  **Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - GV yêu cầu HS giữ nguyên nhóm, vận dụng các cách quản lí cảm xúc và ứng xử hợp lí đã biết vào các tình huống giao tiếp hằng ngày.  **Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập**  - HS thảo luận theo nhóm, bàn bạc và đưa ra cách ứng xử hợp lí nhất  - GV quan sát và theo dõi HS hoạt động nhóm, hỗ trợ các em khi cần.  **Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận**  - GV mời đại diện các nhóm cùng báo cáo kết quả trao đổi và thảo luận của nhóm.  **Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập**  - GV nhận xét, đánh và kết luận.  - GV chuyển sang tìm hiểu nhiệm vụ 3  ***Nhiệm vụ 3. Chia sẻ tình huống thực tế và cách em đã quản lí cảm xúc để ứng xử phù hợp trong tình huống đó.***  **Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - GV yêu cầu mỗi HS tìm một tình huống mình đã trải qua để chia sẻ cho các bạn trong nhóm.  **Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập**  - HS chia sẻ các tình huống thực tế đã trải qua và cách quản lí cảm xúc để ứng xử phù hợp trong tình huống đó.  **Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận**  - GV gọi một số HS chia sẻ tình huống của bản thân cho các bạn trong lớp cùng nghe,  - GV đặt câu hỏi: *Em thu nhận lại được những điều gì từ trải nghiệm của bản thân và của các bạn?*  **Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập**  - GV nhận xét, đánh và kết luận. | **IV. Rèn luyện quản lí cảm xúc và ứng xử hợp lí trong giao tiếp**  \***Kết luận**: Quản lí cảm xúc chính là biện pháp sử dụng lí trí để có thể điều khiển một phần các biểu hiện của cảm xúc, nhờ vậy sẽ làm thay đổi các hành động, phản ứng trước các tác động và điều chỉnh chúng theo hướng tích cực hơn. Trải qua mỗi một tình huống, chúng ta sẽ có thêm những kinh nghiệm để quản lí tốt cảm xúc và ứng xử phù hợp hơn trong các mối quan hệ giao tiếp. |

**Hoạt động 5: Duy trì việc quản lí cảm xúc và làm chủ mối quan hệ bạn bè.**

**a. Mục tiêu:** Sau hoạt động, HS sẽ:

- Biết cách duy trì việc quản lí cảm xúc và làm chủ mối quan hệ bạn bè.

- Thực hiện tốt việc quản lí cảm xúc và làm chủ mối quan hệ với bạn bè.

**b. Nội dung:** GV hướng dẫn HS sưu tầm và chia sẻ những cuốn sách hay về quản lí cảm xúc và giao tiếp ứng xử, mở buổi tọa đàm liên quan để biết thêm cách quản lí cảm xúc và ứng xử trong cuộc sống hằng ngày.

**c. Sản phẩm:** HS hoàn thành các nhiệm vụ được giao.

**d. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV - HS** | **DỰ KIẾN SẢN PHẨM** |
| **Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - GV mỗi HS chia sẻ về một cuốn sách mình đã biết hoặc đã sưu tầm về quản lí cảm xúc và giao tiếp, ứng xử.  - GV tổ chức cho cả lớp buổi tọa đàm: “ Quan hệ bạn bè – từ trường học đến mạng xã hội”.  - GV đưa ra gợi ý:   * ***Nội dung****: Làm chủ và kiểm soát mối quan hệ với bạn bè ở trường; Làm chủ và kiểm soát mối quan hệ bạn bè trên mạng xã hội; Cách thức xây dựng và phát triển mối quan hệ bạn bè trong thời đại 4.0…* * ***Hình thức****: Trao đổi trực tiếp trong tập thể lớp.*   - GV yêu cầu các nhóm chuẩn bị nội dung tham luận. Trao đổi, tranh luận về các nội dung tham luận.  **Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập**  - HS tìm hiểu về một cuốn sách quản lí cảm xúc và giao tiếp ứng xử.  - HS chuẩn bị nội dung tham luận cho buổi tọa đàm.  **Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận**  - GV tổ chức tọa đàm, các HS đưa ra ý kiến bàn luận, giải quyết vấn đề.  **Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập**  - GV nhận xét, đánh và kết luận. | **V. Duy trì việc quản lí cảm xúc và làm chủ mối quan hệ bạn bè.**  \***Kết luận**: Bất kì mối quan hệ bạn bè nào cũng cần sự lắng nghe, tôn trọng, thấu hiểu, chân thành. Để có những tình bạn đẹp và bền vững, mỗi người cần rèn luyện không ngừng cách bày tỏ cảm xúc cũng như hành vi ứng xử một cách phù hợp, thiện chí. |

**C. HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP**

**a. Mục tiêu:** HS vận dụng kiến thức, hoàn thành bài tập phần luyện tập.

**b. Nội dung:** GV giao nhiệm vụ, HS thảo luận

**c. Sản phẩm học tập:** HS chọn được đáp án đúng cho câu hỏi trắc nghiệm và trả lời câu hỏi phần Luyện tập.

**d. Tổ chức thực hiện:**

**Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**

- GV nêu yêu cầu: *Khoanh tròn vào đáp án đặt trước câu trả lời đúng*

**Câu 1.** Đâu không phải là cách điều chỉnh cảm xúc theo hướng tích cực?

A. Suy nghĩ lạc quan.

B. Chia sẻ cảm xúc của mình với người thân và bạn bè.

C. Nghe nhạc.

D. Viết các dòng trạng thái với những lời lẽ không hay trên mạng xã hội.

**Câu 2.** Khi em nghe thấy một bạn nói xấu mình, em làm thế nào để điều chỉnh cảm xúc theo hướng tích cực?

A. Em đi nói xấu lại bạn đó.

B. Em cãi nhau với bạn đó.

C. Em nói chuyện rõ ràng với bạn đó để giải quyết hiểu lầm.

D. Em đăng dòng trạng thái chửi bới bạn đó.

**Câu 3.** Khi gặp khó khăn trong việc kết nối với bạn bè, em nên tìm sự giúp đỡ của ai?

A. Thầy cô giáo. B. Người lạ.

C. Bạn bè trên mạng xã hội. D. Bác bảo vệ.

**Câu 4.** Bạn Minh đang gặp vấn đề về tâm lý vì có quá nhiều áp lực từ bố mẹ cho kì thi học sinh giỏi sắp tới, bạn nên tìm ai để giải tỏa cảm xúc của mình?

A. Tâm sự với người lạ trên Facebook. B. Nói chuyện với bác sĩ tâm lý.

C. Không nói với ai cả. D. Bạn bè trong lớp.

**Câu 5.** Hôm nay, Linh rất háo hức vì được chị Thảo cho đi xem phim. Nhưng chị Thảo đột xuất phải tăng ca nên hẹn Linh hôm khác, Linh rất buồn. Linh nên làm gì để có cảm xúc tích cực trong trường hợp trên?

A. Linh nghĩ rằng chị Thảo rất bận nên mình cần thông cảm cho chị.

B. Linh vùng vằng, bỏ lên phòng một mình.

C. Linh khóc lóc gọi điện mách mẹ.

D. Linh gọi điện cho chị Thảo đòi đi bằng được.

**Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập**

- HS vận dụng kiến thức đã học và trả lời câu hỏi.

- GV hướng dẫn, theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.

**Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận**

- GV mời đại diện HS trả lời:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Câu 1** | **Câu 2** | **Câu 3** | **Câu 4** | **Câu 5** |
| D | C | A | B | A |

- GV mời đại diện HS khác nhận xét, bổ sung.

**Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập**

- GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức.

- GV chuyển sang nội dung mới.

**D. HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG**

**a. Mục tiêu:** HS vận dụng được tri thức, kinh nghiệm mới đã tiếp thu được vào đời sống thực tiễn.

**b. Nội dung:** GV giao nhiệm vụ, HS về nhà thực hiện**.**

**c. Sản phẩm học tập:** Kịch bản và phần đóng vai xử lí tình huống của HS.

**d. Tổ chức thực hiện:**

**Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập**

- GV giao nhiệm vụ cho HS về nhà: *Các nhóm hãy đưa ra phương án ứng xử của mỗi cá nhân trong mỗi tình huống. Sau đó xây dựng kịch bản và đóng vai xử lí tình huống:*

***Tình huống 1.*** *Đi học về, M thấy bàn học của mình bị thay đổi cách sắp đặt khiến M không tìm thấy món đồ mình để trên bàn. M thấy khó chịu và rất muốn hỏi mẹ.*

***Tình huống 2.*** *T được một bạn trong lớp nói lại rằng H đã nói xấu T với các bạn. T nghe vậy gương mặt biến sắc.*

**Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập**

- Các nhóm thảo luận và thực hiện nhiệm vụ ở nhà, sau đó trình bày vào tiết Sinh hoạt lớp.

- GV hướng dẫn, theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.

**Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận**

- GV đánh giá mức độ hiểu nhiệm vụ của HS.

**Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập**

- GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức.

- GV kết thúc bài học.

**ĐÁNH GIÁ CUỐI CHỦ ĐỀ 2**

**a. Mục tiêu:**

* HS rèn luyện được khả năng tự nhận xét, tự đánh giá bản thân sau các hoạt động
* HS đánh giá được thái độ tham gia hoạt động trong chủ đề.
* HS đánh giá được kết quả thực hiện các nhiệm vụ đặt ra trong chủ đề của bản thân và các bạn

**b. Nội dung:** GV lần lượt cho HS thực hiện các nhiệm vụ:

* Tự xếp loại kết quả thực hiện các nhiệm vụ của chủ đề
* Tự đánh giá mức độ tham gia của mình vào các hoạt động trong chủ đề
* Đánh giá đồng đẳng trong hoạt động nhóm.

**c. Sản phẩm:** HS đánh giá kết quả thực hiện dựa theo sự hướng dẫn của GV.

**d. Tổ chức thực hiện:**

***Nhiệm vụ 1.*** ***Tự xếp loại kết quả thực hiện các nhiệm vụ của chủ đề***

Chọn một trong ba mức độ sau để đánh giá kết quả thực hiện các nhiệm vụ

chủ đề theo các tiêu chí.

1. Hoàn thành tốt 2. Hoàn thành 3. Chưa hoàn thành.

Các tiêu chí đánh giá:

(1) Xác định được cách quản lí cảm xúc để ứng xử hợp lí trong những tình huống giao tiếp khác nhau.

(2) Quản lí được cảm xúc và ứng xử hợp lí trong giao tiếp.

(3) Chỉ ra được biểu hiện của làm chủ và kiểm soát cảm xúc trong các mối quan hệ bạn bè.

(4) Chủ động thực hiện các biện pháp cụ thể để làm chủ và kiểm soát mối quan hệ bạn bè ở trường và qua mạng xã hội.

***Nhiệm vụ 2. Tự đánh giá mức độ tham gia của mình vào các hoạt động trong chủ đề***

HS chọn một trong ba mức độ dưới đây để đánh giá sự tham gia của mình vào các hoạt động:

1. Rất tích cực 2. Tích cực 3. Chưa tích cực

***Nhiệm vụ 3. Đánh giá đồng đẳng trong hoạt động nhóm***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **PHIẾU TỰ ĐÁNH GIÁ**  Tên chủ đề: ………………………….  Tên nhóm: …………………………..  Em hãy đánh giá sự tích cực tham gia hoạt động của các bạn trong nhóm khi thực hiện các nhiệm vụ của chủ đề bằng cách đánh dấu X vào những ô phù hợp:   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | ***STT*** | ***Tên các bạn trong nhóm*** | ***Mức độ tham gia*** | | | | ***Rất tích cực*** | ***Tích cực*** | ***Chưa tích cực*** | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | |

**HƯỚNG DẪN VỀ NHÀ:**

* Ôn lại kiến thức đã học.
* Rèn luyện các kĩ năng để quản lí cảm xúc, phát triển các mối quan hệ bạn bè, thầy cô.
* Đọc và tìm hiểu trước nội dung ***chủ đề 3: Hoàn thiện bản thân***

**Ngày duyệt: 25/09/2023**

**Giáo viên TTCM**