**HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM LỚP 12**

**CHỦ ĐỀ 2: THAY ĐỔI ĐỂ TRƯỞNG THÀNH**

Thay đổi để trưởng thành là điều rất cần thiết và có ý nghĩa đối với mỗi cá nhân. Tuy nhiên, để thực sự hoàn thiện bản thân, có sự trưởng thành cả về thể chất, suy nghĩ và hành động, chúng ta cần có ý thức chủ động và quyết tâm học hỏi, nắm bắt những cơ hội và thách thức trong cuộc sống, trân trọng những trải nghiệm giúp ta trở thành phiên bản tốt hơn của chính mình.

Việc thay đổi bản thân không chỉ đơn thuần là học hỏi kiến thức mới, mà còn bao gồm: việc nhận thức về bản thân, sẵn sàng nhìn thẳng vào những sai lầm để từ đó sửa chữa và hoàn thiện. Những người thành công thường là những người có ý thức chủ động về việc thay đổi của bản thân và có khả năng thích nghi với mọi thay đổi trong cuộc sống.

**Hoạt động 1** **Nhận diện những biểu hiện của sự trưởng thành.**

1. Em hãy chỉ ra những biểu hiện của sự trưởng thành ở bản thân trong hiện tại (so với lúc em học lớp 10, 11).

 ………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

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

………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

2. Em hãy ghi lại những thay đổi thể hiện sự trưởng thành của bản thân theo gợi ý sau:

 + Những thay đổi trong nhận thức, suy nghĩ:

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

+ Những thay đổi trong cảm xúc, thái độ:

…………………………………………………………………………………………………..

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

+ Những thay đổi trong hành vi, thói quen:

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………..

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………..

**CHỦ ĐỀ 2: THAY ĐỔI ĐỂ TRƯỞNG THÀNH**

**Hoạt động 2.** **Tim hiểu đặc điểm của phẩm chất ý chí.**

**Đọc kĩ tình huống sau (trong SGK tr.15, 16) và trả lời cho yêu cầu số 1:**

*Hồng nhận thấy năng lực ngoại ngữ của bản thân còn nhiều hạn chế. Trong khi những trường đại học mà Hồng có nguyện vọng dự thi đều yêu cầu tương đối cao về ngoại ngữ. Thời gian trước đây, Hồng không tập trung học ngoại ngữ nên bị hồng nhiều kiến thức.*

*Bên cạnh đó, điều kiện kinh tế của gia đình không cho phép Hồng tham gia | các khoá học bên ngoài. Hồng quyết tâm cải thiện kết quả học tập ngoại ngữ bằng cách xác định mục tiêu và lập kế hoạch cụ thể cho từng tuần. Hồng giảm bớt những buổi đi chơi để dành thời gian tập trung học. Dù có nhiều khó khăn khi thực hiện theo kế hoạch nhưng Hồng luôn kiên trì, cố gắng tiến bộ từng chút một.*

1. Em hãy nhận diện và mô tả việc làm thể hiện ý chí của bạn Hồng trong tỉnh huống đó.

…………………………………………………………………………………………………..

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

2. Hãy ghi lại những đặc điểm của phẩm chất ý chỉ theo quan điểm của em.

Gợi ý:

-Tính mục đích:

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

-Tính độc lập

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

-Tính quyết đoán

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

-Tính kiên trì

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

-Tính tự chủ

…………………………………………………………………………………………………..

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

3. Chia sẻ những việc làm thể hiện ý chí của bản thân trong học tập và cuộc sống.

Gợi ý:

+ Xác định mục tiêu phấn đấu, rèn luyện cụ thể;

………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

+ Chủ động tìm cách giải quyết các vấn đề gặp phải;

………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

+ Tự điều chỉnh suy nghĩ, cảm xúc, hành vi của bản thân để đạt được mục tiêu đã đặt ra;

………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

+ Kiên trì vượt qua những khó khăn hay thất bại;

………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

+ Khác

……………………………………………………………………………………….………

……………………………………………………………………………………………..

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

4. Chia sẻ về những tấm gương có ý chí mà em ấn tượng nhất. Em học tập được gì từ những tấm gương đó.

……………………………………………………………………………………….………

………………………………………………………………………………………………..

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

**CHỦ ĐỀ 2: THAY ĐỔI ĐỂ TRƯỞNG THÀNH**

**Hoạt động 3:** **Nhận diện đam mê của bản thân.**

1. Chỉ ra những biểu hiện của sự đam mê.

Gợi ý:

+ Yêu thích, khát khao theo đuổi một lĩnh vực nào đó;

………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

+ Cảm thấy vui vẻ, hạnh phúc khi được làm việc yêu thích;

………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

+ Xác định được những việc cần làm để thành công trong lĩnh vực mà mình yêu thích;

………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

+ Không ngừng học hỏi với niềm say mê để đạt kết quả tốt hơn;

………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

2. Chia sẻ về những đam mê của bản thân.

-Trong học tập:

……………………………………………………………………………………….………

……………………………………………………………….………………………………..

…………………………………………………………………………………………………

-Trong cuộc sống:

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

 -Trong định hướng nghề nghiệp:

…………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

3. Trong học tập và cuộc sống, em gặp những khó khăn gì trong việc theo đuổi đam mê?

Đưa ra những định hướng để khắc phục những khó khăn đó.

- Những khó khăn:

……………………………………………………………………………………………..

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………

- Định hướng để khắc phục: …………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………