

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO

PGS. TS. HUỖNH VĂN SƠN (Chủ biên)

THỰC HÀNH KĨ NĂNG SỐNG

Dành cho học sinh lớp

2



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

GIỚI THIỆU VÀ HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG SÁCH

Các em thân mến!

Việc làm quen với các tri thức khoa học trong quá trình học tập ở lứa tuổi các em là một yêu cầu rất quan trọng. Thế nhưng, cuộc sống đa dạng, không ngừng biến đổi và có nhiều thách thức buộc các em phải thích nghi. Kỹ năng sống sẽ giúp các em làm được điều đó. Cùng với tri thức khoa học, việc hình thành và rèn luyện kỹ năng sống được xem là chìa khoá quan trọng giúp các em tồn tại, phát triển và mở cánh cửa thành công.

Các em muốn hiểu hơn về chính mình, có thêm sự tự tin, muốn rèn luyện để hoàn thiện và phát triển bản thân, các em cần trang bị cho mình nhiều kỹ năng như: *Kỹ năng bảo vệ và phát triển bản thân; Kỹ năng giao tiếp bạn bè; Kỹ năng ứng xử trong gia đình; Kỹ năng học tập và giao tiếp trong trường học; Kỹ năng giao tiếp và ứng xử xã hội; Kỹ năng sinh tồn,...* Những kỹ năng sống được trình bày trong quyển sách này sẽ là một món quà thú vị, giúp các em tự tin hơn trong giao tiếp, thành công trong học tập và vui sống mỗi ngày bên gia đình thân yêu.

MỤC LỤC

NHÓM KỸ NĂNG BẢO VỆ VÀ PHÁT TRIỂN BẢN THÂN	Bài 1 Kỹ năng bảo vệ bản thân.....4
	Bài 2 Kỹ năng xây dựng sự tự tin vào bản thân.....8
	Bài 3 Kỹ năng quan tâm, giúp đỡ bạn.....12
NHÓM KỸ NĂNG GIAO TIẾP BẠN BÈ	Bài 4 Kỹ năng chia sẻ cùng bạn...15

Sách gồm 12 bài thực hành, mang đến cho các em những cảm xúc mới mẻ, những kiến thức có liên quan đến các kỹ năng và những cách thức giúp các em thực hành, rèn luyện hay sử dụng kỹ năng để giải quyết vấn đề. Mỗi bài học gồm các hoạt động phù hợp với các em.

Các em hãy sử dụng cuốn sách này và cố gắng không bỏ sót một hoạt động nào. Phiếu tự kiểm tra sau mỗi nhóm kỹ năng sẽ giúp các em nhìn lại những gì đã trải nghiệm và rèn luyện.

Hãy tin vào chính mình để trang bị và rèn luyện cho bản thân những kiến thức, kỹ năng và vận dụng thành thạo chúng vào trong học tập và cuộc sống.

Chúc các em thành công.

Các tác giả

Bài 5

NHÓM KỸ NĂNG ỨNG XỬ TRONG GIA ĐÌNH	Kỹ năng thể hiện tình yêu thương18
	Bài 6 Kỹ năng thể hiện trách nhiệm khi làm việc nhà21

Bài 7

NHÓM KỸ NĂNG HỌC TẬP VÀ GIAO TIẾP Ở TRƯỜNG HỌC	Kỹ năng làm việc nhóm ..25
	Bài 8 Kỹ năng giao tiếp ở trường học29

Bài 9

NHÓM KỸ NĂNG GIAO TIẾP VÀ ỨNG XỬ XÃ HỘI	Kỹ năng giao tiếp nơi công cộng32
	Bài 10 Kỹ năng quan sát hiệu quả35

Bài 11

NHÓM KỸ NĂNG SINH TỒN	Kỹ năng ứng xử khi ở nhà một mình.....38
	Bài 12 Kỹ năng phân biệt thực phẩm an toàn.....41

Thực hành xong bài này, em:



- Biết được các tình huống nguy hiểm có thể xảy ra với bản thân.
- Hiểu được các biện pháp cơ bản để bảo vệ bản thân.
- Bước đầu vận dụng các biện pháp để bảo vệ bản thân trong một số tình huống nguy hiểm.



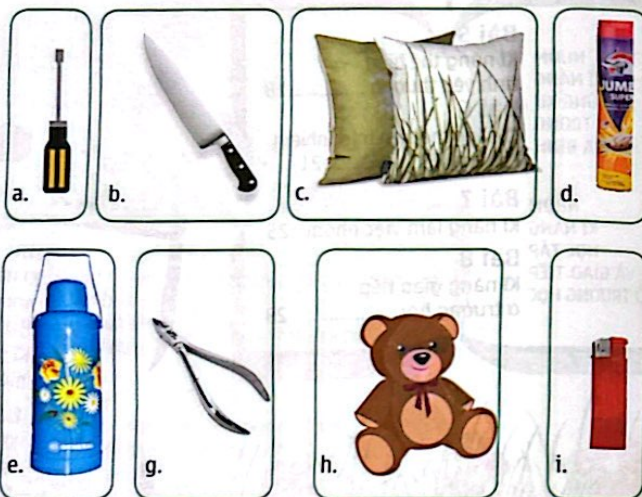
HOẠT ĐỘNG CƠ BẢN

Trải nghiệm

Bé Su ở nhà một mình. Su muốn khám phá mọi thứ. Trong nhà bé có rất nhiều đồ vật nguy hiểm. Hãy dán tem cảnh báo lên các đồ vật có thể gây nguy hiểm cho Su.



Tem cảnh báo



Sau đây là hình ảnh của một bé trai và một bé gái. Em hãy:

- Vẽ hoa lên những "vị trí an toàn" trên cơ thể của hai bé ấy.
- Đánh dấu X lên những vị trí trên cơ thể của bé trai hoặc bé gái mà người khác tuyệt đối không được chạm vào (ngoại trừ những người thân trong gia đình).

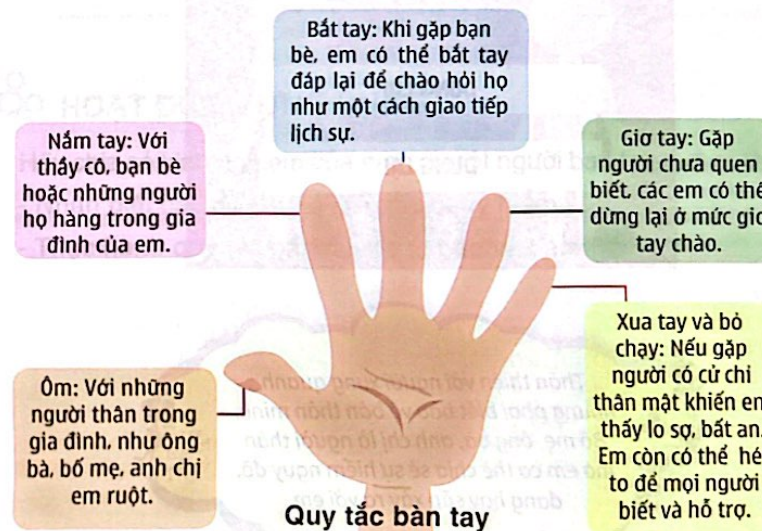


Chia sẻ - Phản hồi

Khi thấy những vật nguy hiểm như ổ điện, con dao, bình nước nóng,... em cần làm gì để không bị nguy hiểm? Hãy điền tiếp các chữ cái thích hợp vào ô trống để có câu trả lời đúng nhất.

T		A		X	
---	--	---	--	---	--

Hãy nhớ Quy tắc bàn tay dưới đây để tự bảo vệ mình.



Xử lý tình huống

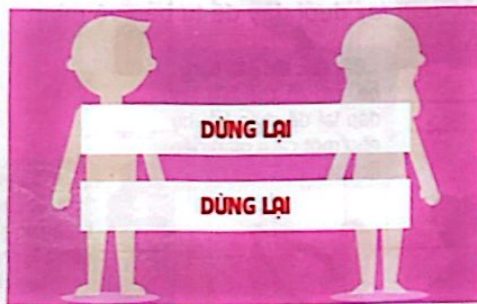
Em sẽ nói gì để bảo vệ bản thân mình trong một số tình huống sau?

	Tình huống	Cách nói để bảo vệ bản thân
1	Con có thích đồ chơi không, chú dắt ra ngoài kia mua cho nhé!	
2	Cô cho con kẹo ngon này, ăn đi con!	
3	Bố mẹ con bận việc nên nhờ chú đến đón con về nhà. Con lên xe nhanh đi!	
4	Bố mẹ con nhờ chú đến lấy ít đồ. Mở cửa cho chú vào nhà đi con!	
5	Con dễ thương quá. Chú ôm con một cái nào!	

Rút kinh nghiệm

Em đã lớn, phải biết bảo vệ chính mình. Chỉ có những người thân yêu nhất trong gia đình mới được chăm sóc, chạm vào những "vùng riêng tư" trên cơ thể của em. Đó là:

- Vùng từ dưới bờ vai xuống đến ngực.
- Vùng từ dưới rốn xuống đến đùi.



Thân thiện với người xung quanh nhưng phải biết bảo vệ bản thân mình. Bố mẹ, ông bà, anh chị là người thân mà em có thể chia sẻ sự hiểm nguy đã, đang hay sắp xảy ra với em.



HOẠT ĐỘNG THỰC HÀNH

Rèn luyện

Hãy chọn ra ba người bạn thân nhất của mình và chia sẻ "quy tắc bàn tay" với các bạn.



Định hướng ứng dụng

Hãy dựa vào thứ tự các hình bên dưới để kể thành một câu chuyện có ý nghĩa.



Câu chuyện:



HOẠT ĐỘNG ỨNG DỤNG

Hãy chia sẻ kinh nghiệm của em với một người bạn thân về cách:

- Nhận biết các đồ vật có thể gây nguy hiểm.
- Thực hành quy tắc bàn tay để tự bảo vệ bản thân mình.

Bài 2

KĨ NĂNG XÂY DỰNG SỰ TỰ TIN VÀO BẢN THÂN

Thực hành xong bài này, em:

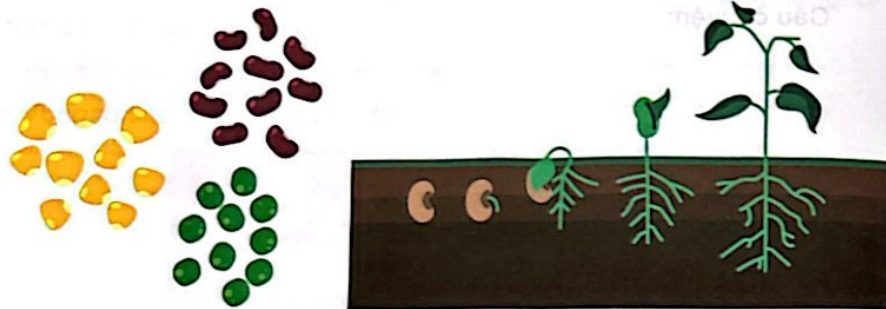
- Biết được điểm mạnh và điểm hạn chế của mình.
- Hiểu được ý nghĩa của sự tự tin, biết được một vài yêu cầu để xây dựng sự tự tin cho mình.
- Bước đầu vận dụng một số yêu cầu để xây dựng sự tự tin trong cuộc sống.



HOẠT ĐỘNG CƠ BẢN

Trải nghiệm

Hãy tưởng tượng em được tặng 10 hạt giống tốt. Em đem gieo hết số hạt ấy, em nghĩ sẽ có bao nhiêu hạt giống nảy mầm?



Em nghĩ số hạt sẽ nảy mầm là:

Số hạt giống nảy mầm theo dự đoán của em sẽ liên quan đến một bí mật mà em cần tìm hiểu. Đó là bí mật của sự tự tin.

Ít hơn 3 hạt: Rất thiếu tự tin
3 đến 4 hạt: Còn thiếu tự tin
5 đến 7 hạt: Chưa tự tin lắm
8 đến 9 hạt: Tự tin
10 hạt: Hoàn toàn tự tin

Chia sẻ - Phản hồi

Đánh dấu ✓ vào ☐ ở những biểu hiện của sự tự tin. Em đang có những biểu hiện nào trong số đó?

- | | | |
|--|---|-------------------------------------|
| a. Nói to, rõ. | b. Nói lí nhí. | c. Dám đặt câu hỏi nếu có thắc mắc. |
| d. Trả lời thẳng vào câu hỏi. | e. Không dám hỏi vì mắc cỡ, sợ sai, sợ bị cười chê. | |
| g. Đi khom lưng, đứng run rẩy. | h. Đi thẳng, đứng vững. | i. Trả lời lòng vòng. |
| k. Nhìn lên trần nhà, nhìn xuống dưới khi nói. | l. Nhìn thẳng vào mắt người khác khi nói. | |



Xử lí tình huống

Tình huống:

Kiên là học sinh lớp 2. Bạn ấy có thể giải được hầu hết các bài toán của cô giáo giao cho. Thế nhưng Kiên không dám xung phong lên bảng giải bài, vì e ngại nhiều điều: sợ làm sai các bạn sẽ chê cười, sợ cô giáo phê bình thì sẽ xấu hổ.

Hôm nay, cô giáo bảo:

- Ai giải được bài toán này sẽ nhận được một món quà thú vị. Cô sẽ dành ưu tiên cho những em ít xung phong lên bảng.



Ứng xử của em:

Nếu là Kiên, em sẽ làm gì?

Rút kinh nghiệm

Hãy tìm một người thân hoặc bạn bè trong lớp để cùng chơi trò nhìn thẳng vào mắt nhau. Chú ý: Không được chớp mắt hoặc nhắm mắt.

Em chuẩn bị sẵn chữ N (vẽ hay cắt dán). Hãy tự giới thiệu về em với một người nào đó. Lưu ý là nhìn thẳng vào người chơi, nói to, rõ, rành mạch, đầy đủ cả tên, họ của em. Sau đó, em có thể trao cho người ấy chữ N. Luật chơi nói rõ ràng, nếu người ấy giữ chữ N, nghĩa là em tự tin rồi đấy. Còn nếu chữ N được gửi trả lại cho em, nghĩa là em tự ti mà chưa thật tự tin. Vì tự tin với tự ti chỉ hơn kém nhau ở chữ N.

Tự tin vào bản thân
là hiểu được chính mình, nhận biết
ưu điểm và hạn chế để phát huy
khả năng của mình.



HOẠT ĐỘNG THỰC HÀNH

Rèn luyện

Em hãy liệt kê các ưu điểm hoặc nhược điểm của em bằng các viên sỏi. Mỗi ưu điểm sẽ là một viên sỏi trắng. Mỗi nhược điểm sẽ là một viên sỏi đen.

Bỏ lần lượt sỏi trắng và sỏi đen lên chiếc cân phía dưới. Em cân xem bên nào nặng hơn. Nếu có quá ít ưu điểm, em đừng lo, hãy cố gắng phát huy những ưu điểm và khắc phục nhược điểm của mình.



Định hướng ứng dụng

Hãy viết một bức thư chia sẻ những bí quyết để tạo nên sự tự tin trong các tình huống sau đây và nhờ chú chim bồ câu mang đến những người bạn chưa có sự tự tin.



Thuyết trình trước lớp

Handwriting practice lines for the activity.

Tham gia hoạt động tập thể

Handwriting practice lines for the activity.



Tự giới thiệu về mình trước lớp

Handwriting practice lines for the activity.



HOẠT ĐỘNG ỨNG DỤNG

Ghi vào nhật kí những điều em đã làm được nhờ sự tự tin. Hãy thường xuyên theo dõi sự tiến bộ của mình.

Hãy thực hiện PHIẾU TỰ KIỂM TRA ở trang 47

Bài 3

KĨ NĂNG QUAN TÂM, GIÚP ĐỠ BẠN



Thực hành xong bài này, em:

- Biết được ý nghĩa của việc quan tâm, giúp đỡ bạn bè.
- Hiểu được một số yêu cầu khi quan tâm, giúp đỡ bạn.
- Bước đầu vận dụng để thể hiện sự quan tâm, giúp đỡ bạn bè bằng một số việc làm cụ thể.



HOẠT ĐỘNG CƠ BẢN

Trải nghiệm

BỐ CẦU VÀ KIẾN

Ngày nọ, Kiến ra dòng suối gần nhà dạo mát. Nó bước hụt lên hòn đá nền trượt chân rơi tòm xuống nước. Kiến vờ vùng vẫy vừa la to: "Có ai không? Cứu tôi với!". Bó Cầu đang bay ngang, nhanh trí nhặt chiếc lá gần đó và thả xuống cho Kiến. Kiến bám vào chiếc lá và được Bó Cầu kéo lên bờ. Kiến nói "Cảm ơn bạn ...".

Bỗng một người thợ săn xuất hiện ở gần đó, giương cung nhắm vào Bó Cầu. Kiến chạy nhanh đến bên chân người thợ săn, cắn thật mạnh. Ông ta đau quá, kêu lên. Bó Cầu nhân cơ hội vỗ cánh bay đi. Rồi Bó Cầu tìm đến chỗ Kiến, cảm động nói: "Cảm ơn cậu đã cứu tớ." Kiến đáp: "Không đâu, cậu giúp tớ thoát chết trước. Nếu cậu không giúp tớ thì tớ đâu thể cứu cậu được".

(Theo Lép Tôn-xtôi)



Hành động nào trong câu chuyện thể hiện sự giúp đỡ?

Chia sẻ - Phản hồi

Hãy đánh dấu ✓ vào ○ ở những biểu hiện của sự quan tâm, giúp đỡ người khác.

- | | |
|--|---|
| ☐ 1. Nhớ sinh nhật của bạn. | ☐ 4. Trêu chọc về ngoại hình của bạn. |
| ☐ 2. Biết cảm xúc của bạn. | ☐ 5. Viết bài giúp bạn khi bạn bị ốm. |
| ☐ 3. Hiểu được khả năng của bạn. | |

Xử lí tình huống

Tình huống:

Hùng và Trang được xếp ngồi cạnh nhau. Tiết kiểm tra hôm nay gặp bài toán khó, Hùng không giải được. Tranh thủ lúc cô giáo không để ý, Hùng khẽ gọi Trang và ra hiệu xin bạn ấy cho xem bài. Trang cảm thấy khó xử quá.



Ứng xử của em:

Các em hãy đóng vai các nhân vật trong tình huống trên và xử lí tình huống theo suy nghĩ của mình.

Rút kinh nghiệm

Hãy nối các nội dung ở cột A với cột B sao cho phù hợp.

Cột A	Cột B
1. Em nhắc nhở	a. khi bạn ngủ gục trong giờ học.
2. Em giảng giải	b. khi bạn nói chuyện trong giờ học.
3. Em khẽ gọi bạn thức dậy	c. khi bạn để quên sách ở nhà.
4. Em giúp bạn lau bảng	d. khi bạn chưa hiểu bài.
5. Em cho bạn cùng xem chung	e. khi bạn trực nhật một mình.



HOẠT ĐỘNG THỰC HÀNH

Rèn luyện

Quan sát những hình ảnh sau đây. Sau đó, hãy vẽ một ♥ vào ○ ở hình ảnh thể hiện hành vi quan tâm, giúp đỡ bạn.



a. Đỡ bạn khi bạn ngã



c. Gây sự với bạn



b. Bao che khi bạn làm sai



d. Thăm bạn khi bạn bị ốm

Định hướng ứng dụng

Mỗi khi em quan tâm hay giúp đỡ bạn, hãy vẽ một mặt cười vào cánh hoa dành tặng mình.

Mỗi khi em được bạn giúp đỡ, hãy vẽ một trái tim vào cánh hoa dành tặng bạn, và nhớ nói "Cảm ơn bạn!".



HOẠT ĐỘNG ỨNG DỤNG

Hãy thực hiện:

- Ba hành động thể hiện sự quan tâm, giúp đỡ bạn bè trong học tập.
- Ba hành động thể hiện sự quan tâm, giúp đỡ bạn bè trong hoạt động vui chơi hoặc khi bạn bị ốm.



Bài 4

KĨ NĂNG CHIA SẺ CÙNG BẠN

Thực hành xong bài này, em:



- Biết được ý nghĩa của việc chia sẻ với bạn bè.
- Hiểu được một số yêu cầu và cách chia sẻ với bạn bè trong cuộc sống.
- Bước đầu vận dụng để chia sẻ với bạn bè, tích cực và thân thiện khi được bạn bè chia sẻ.



HOẠT ĐỘNG CƠ BẢN

Trải nghiệm

NGƯỜI BẠN THẬT SỰ

Hoàng và Vũ là đôi bạn thân ở lớp 2E. Hoàng đánh cờ vua rất giỏi nên được trường cử đi thi cấp Thành phố. Nhưng Hoàng không chiến thắng nên rất buồn. Vũ đã an ủi Hoàng nhưng Hoàng vẫn không hết buồn.

Ba ngày sau, Vũ hớn hơ ôm bộ cờ vua đến bên cạnh Hoàng. Hoàng ngạc nhiên:

- Ôi, hôm nay cậu cũng chơi cờ vua nữa à?

Vũ cười tủm tỉm:

- Mình chưa chơi cờ vua bao giờ. Nhưng thấy cậu ốm ức mãi, mình cũng buồn lắm. Thôi thì năm sau mình sẽ thay cậu đi thi nhé?

Hoàng bật cười:

- Cậu tự tin ghê nhỉ. Được rồi, lát nữa ra chơi, mình sẽ chỉ cho cậu cách đánh cờ.

Nụ cười đã trở lại trên gương mặt Hoàng. Vũ thấy lớp học hôm nay vui hẳn lên.

(Diễm My)



Hành động nào của Vũ khiến Hoàng vui trở lại?

Chia sẻ - Phản hồi

Hãy vẽ và tô trái tim màu đỏ vào ở hình ảnh thể hiện sự quan tâm chia sẻ với bạn bè; vẽ và tô trái tim màu đen vào ở hình ảnh không thể hiện điều đó.



a. Hoàng mang sữa đến thăm bạn ở phòng y tế.



b. Hoàng trêu đùa khi Ánh đang mang chồng sách nặng.



c. Vì quên mang sách nên Hoàng giặt sách của Vũ để dùng.



d. Ánh cho Hoàng mượn bút.

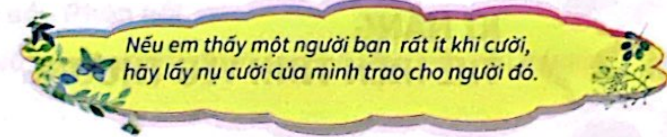
Xử lý tình huống

Hãy tìm cách ứng xử thích hợp trong các tình huống sau:

Tình huống	Cách ứng xử
Em nhìn thấy An ngồi khóc một mình trong lớp.	
Cả lớp tổ chức chúc mừng sinh nhật em.	
Em biết Phúc bị mất cục tẩy, trong khi chuẩn bị đến giờ vẽ.	

Rút kinh nghiệm

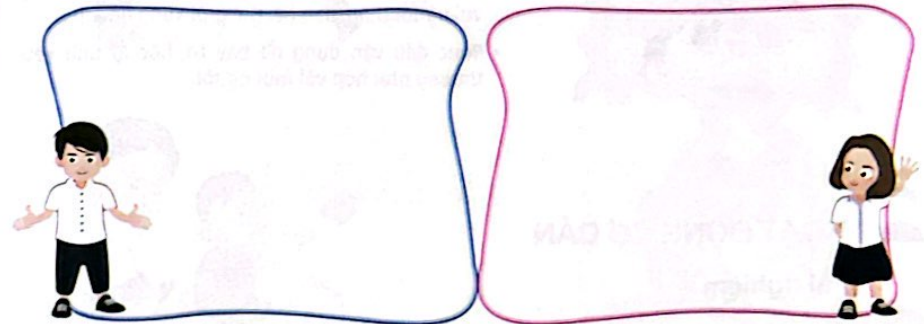
Hãy liệt kê ít nhất 5 hành động em có thể làm để giúp bạn bớt buồn bã.



HOẠT ĐỘNG THỰC HÀNH

Rèn luyện

Hãy liệt kê những đồ dùng em có thể chia sẻ với các bạn trong lớp.



Định hướng ứng dụng

Hôm qua, vì giận Tiến chuyện tự ý lấy bút chì của mình để dùng mà không nói, Phượng đã dùng phấn chia đôi cái bàn học. Cả hai quy ước, ai để tay qua phần bàn của người kia sẽ bị phạt. Không may Phượng vi phạm. Thế là Tiến đã dùng thước đánh nhẹ vào tay bạn ấy. Phượng đã khóc. Tiến bối rối, không biết phải làm sao. Hãy giúp Tiến bằng cách vẽ 😊 vào ○ ở lựa chọn mà em cho là đúng.

- ☐ Xoá vạch phấn ngăn đôi bàn học.
- ☐ Bình thản, ung dung như không có chuyện gì.
- ☐ Xin lỗi bạn một cách thật lòng và hứa sẽ đối xử tốt với bạn.



HOẠT ĐỘNG ỨNG DỤNG

- Quan sát các bạn trong lớp và đoán xem bạn nào đang cần sự quan tâm của em. Hãy thực hiện nhanh chóng.
- Hãy tập chia sẻ sở thích, ước mơ... với vài anh chị ở lớp lớn hơn hay bạn bè ở khu phố.

Hãy thực hiện PHIẾU TỰ KIỂM TRA ở trang 19



Bài 5

KĨ NĂNG THỂ HIỆN TÌNH YÊU THƯƠNG



Thực hành xong bài này, em:

- Biết được ý nghĩa và một số hành động để thể hiện tình yêu thương.
- Hiểu được một số cách thể hiện tình yêu thương với người thân, bạn bè, thế giới xung quanh...
- Bước đầu vận dụng để bày tỏ, bộc lộ tình yêu thương phù hợp với mọi người.



HOẠT ĐỘNG CƠ BẢN

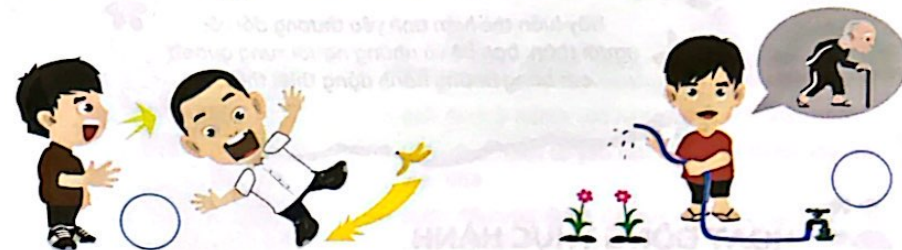
Trải nghiệm

Hành động nào thể hiện sự yêu thương của cháu đối với ông?



Chia sẻ - Phản hồi

Hãy vẽ 😊 vào ○ ở hình ảnh thể hiện tình yêu thương.



Xử lý tình huống

Tình huống:

Long đi học về, thấy bố nằm trên ghế sofa. Long tiến lại gần thì biết bố đang ngủ say. Chiếc quạt dưới chân bố vẫn quay vù vù, ti vi vẫn mở tiếng rất to.

Ứng xử của em:

Nếu em là Long, em sẽ làm gì?



Rút kinh nghiệm

Hãy luôn thể hiện tình yêu thương đối với người thân, bạn bè và những người xung quanh em bằng những hành động thiết thực.



HOẠT ĐỘNG THỰC HÀNH

Rèn luyện

Hãy ghi lại ứng xử của em trong các tình huống sau.

Tình huống	Ứng xử của em
Mẹ đi chợ về, trên tay xách rất nhiều túi đồ.	
Bà bị đau nhức mấy hôm nay vì trời trở lạnh.	
Trong lúc giảng bài, cô giáo ho nhiều.	

Định hướng ứng dụng

Mỗi ngày, thực hiện ít nhất 2 hành động thể hiện sự quan tâm của mình đối với người thân.



HOẠT ĐỘNG ỨNG DỤNG

Hãy chọn 1 trong 3 vật dưới đây: cây bút, tấm thiệp, bông hoa.

- Chọn cây bút: Viết 1 lá thư gửi người em yêu thương nhất.
- Chọn tấm thiệp: Tự em làm một tấm thiệp tặng người thân hoặc người bạn để chúc mừng sinh nhật.
- Chọn bông hoa: Em để dành tiền ăn vặt mua một bông hoa tặng bà hoặc mẹ và hãy nói lời yêu thương với người được tặng.



Bài 6

KĨ NĂNG THỂ HIỆN TRÁCH NHIỆM KHI LÀM VIỆC NHÀ

Thực hành xong bài này, em:



- Biết được ý nghĩa của hành động làm việc nhà.
- Hiểu được một số yêu cầu và trách nhiệm khi làm việc nhà.
- Bước đầu vận dụng để giúp người thân làm việc nhà một cách có trách nhiệm.



HOẠT ĐỘNG CƠ BẢN

Trải nghiệm

CÂU CHUYỆN CỦA HUNG

Hàng ngày, Hung thường phụ giúp việc nhà cho bố mẹ. Một hôm, Hung nói: "Mẹ ơi, mẹ trả tiền công cho con mẹ nhé! Công dọn dẹp phòng ngủ của con: 10 ngàn; đi chợ cùng với mẹ: 2 ngàn; trông em giúp mẹ: 5 ngàn; đổ rác: 1 ngàn; quét dọn sân: 2 ngàn; kết quả học tập tốt: 10 ngàn. Tổng cộng mẹ nợ con 30 ngàn".



Sau khi nghe Hung nói, mẹ nhẹ nhàng bảo: "Ừ, mẹ sẽ trả tiền cho con. Nhưng trước khi nhận tiền, con phải biết điều này: Chín tháng mười ngày con nằm trong bụng mẹ; khi con ốm, mẹ phải thức trắng đêm chăm sóc con; tất cả đồ chơi, thức ăn, quần áo mẹ đã mua cho con và cả tình yêu mẹ dành cho con, tất cả đều miễn phí con ạ!".

Nghe mẹ nói, Hung bật khóc, cậu thì thầm với mẹ: "Mẹ ơi, con xin lỗi mẹ!".

(Phỏng theo Inspiration Speak)

Em học được gì từ câu chuyện của Hung?

Chia sẻ - Phản hồi

Hãy đánh dấu ✓ vào ○ ở những việc em đã từng làm để giúp đỡ bố mẹ.

quét nhà	rửa chén	tưới cây	dọn dẹp bàn ăn
nấu ăn	phơi quần áo	ủi (là) quần áo	lau nhà

Xử lý tình huống

Tình huống:

Sáng nay, bỗng dưng chiếc điện thoại của mẹ không dùng được. Khó chịu, mẹ Hưng cau mày, nói: "Không biết ai đã làm gì chiếc điện thoại? Nó hỏng mất rồi!".

Thấy vậy, bố hỏi: "Em để điện thoại ở đâu?"

Mẹ bảo: "Em để ở bàn..."

Buổi trưa đi làm về, mẹ thấy một tờ giấy vẽ bình hoa. Dưới đó có dòng chữ: "Xin lỗi mẹ! Đêm qua bình hoa hư quá... Các bông hoa sắp héo khi không được tưới mát nên nó chạy đi tìm nước và rồi bị ngã nên nước đổ ra ướt cả chiếc điện thoại của mẹ... Bình hoa xin lỗi mẹ!".

Ứng xử của em:

- Nếu là em, em có viết bức thư tự bạch của chiếc bình hoa như Hưng không? (Đánh dấu ☒ vào ☐)



Có



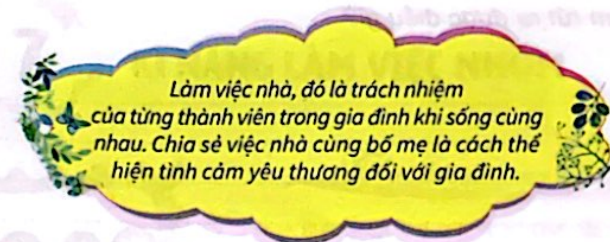
Không

- Nếu không thì em sẽ nói gì với mẹ?

Rút kinh nghiệm

Hãy ghi vào cột bên trái những việc em chưa tự giác làm để giúp gia đình. Sau đó, ghi lời hứa vào cột bên phải.

Làm việc nhà chưa tự giác	Lời hứa
Chỉ rửa chén, bát khi bố mẹ yêu cầu	Tự giác rửa chén, bát sau mỗi bữa ăn



HOẠT ĐỘNG THỰC HÀNH

Rèn luyện



Em hãy chọn ít nhất 3 đồ dùng ở trên mà em thường dùng để làm việc nhà. Sau đó chia sẻ một số yêu cầu và thao tác khi sử dụng các đồ dùng đó.

Định hướng ứng dụng

Em thử giúp mẹ phơi 1 chiếc áo với động tác thật nhanh.

Em tiếp tục phơi thêm 1 chiếc áo nữa thật cẩn thận, tỉ mỉ.

Sau 2 tiếng, hãy kiểm tra kết quả từ hai chiếc áo em đã phơi.

Qua đó, em rút ra được điều gì?



HOẠT ĐỘNG ỨNG DỤNG

Hãy xin phép bố mẹ làm 1 công việc nhà mà em chưa bao giờ làm. Em thực hiện vài lần và chia sẻ theo gợi ý sau:

Em đã làm	Em nên làm

Hãy thực hiện PHIẾU TỰ KIỂM TRA ở trang 51



Bài 7

KĨ NĂNG LÀM VIỆC NHÓM



Thực hành xong bài này, em:

- Biết được vai trò, vị trí của các thành viên trong nhóm.
- Hiểu được một số yêu cầu khi làm việc nhóm.
- Bước đầu vận dụng một số yêu cầu đã học để hợp tác được với các thành viên khác khi làm việc nhóm.



HOẠT ĐỘNG CƠ BẢN

Trải nghiệm

- Chọn một ngón tay tùy ý.
- Dùng ngón tay ấy để lấy một đồ dùng học tập hoặc đồ vật phía trước mặt của em.
- Nếu muốn, em có thể đổi một ngón tay khác và thực hiện điều tương tự.

Em có thể lấy (cầm, nắm) được đồ vật đó bằng một ngón tay không?



Bây giờ, thử dùng ngón tay em đã chọn kết hợp cùng với ngón cái để thực hiện hành động như lúc trước.

Kết quả lần này như thế nào? Theo em, vì sao các ngón tay cần "hợp tác" với nhau?

Chia sẻ - Phản hồi

- Chuẩn bị: Giấy trắng khổ A3, giấy báo đã qua sử dụng, băng keo, hồ dán, bút màu,...

Lập một nhóm, sau đó các bạn trong nhóm thảo luận, lên ý tưởng về chủ đề: Vườn hoa.

Các thành viên hãy cùng cắt, xé, dán thành bức tranh như ý tưởng mà cả nhóm đã thống nhất.

Hãy trả lời những câu hỏi sau đây khi bức tranh đã hoàn thành:

- Để hoàn thành bức tranh, công đoạn nào theo em là khó nhất?

- Cần làm gì để cả nhóm vẽ bức tranh hiệu quả?



Xử lý tình huống

Tình huống:

Em được giao làm nhóm trưởng của một nhóm trong lớp. Tuy nhiên, có một bạn trong nhóm không vui khi làm việc chung với em.



Ứng xử của em:

Rút kinh nghiệm

Hãy đánh dấu ✓ vào ○ ở điều cần thực hiện khi làm việc nhóm.

a. Làm theo phân công của nhóm trưởng.

b. Thống nhất với các bạn cách làm trước khi thực hiện.

c. Biết tôn trọng lẫn nhau, không tỏ ra xem thường bạn.

d. Không lắng nghe ý kiến của nhau.

e. Có quyền làm theo điều mình thích.

g. Không chịu hợp nhóm. Đùn đẩy trách nhiệm.

h. Khi xong việc thì cần hỗ trợ các bạn khác.



HOẠT ĐỘNG THỰC HÀNH

Rèn luyện

Sắp tới, nhà trường sẽ tổ chức buổi văn nghệ. Lớp 2A đã thống nhất chọn 6 bạn để thành lập nhóm nhạc. Hãy phân công nhiệm vụ của từng thành viên cho phù hợp.

NHÓM NHẠC



Thành viên/Đặc điểm	Phản công
Huân giọng thấp	
Đan hát hay	
Làm nhảy giỏi	
Kiệt trách nhiệm	
Ảnh xinh đẹp	
Liên giọng cao	

Định hướng ứng dụng

Mỗi nhóm sẽ được phát 1 tờ giấy màu khổ A4, bút màu, keo dán, kéo, giấy đã qua sử dụng. Em và các bạn trong nhóm sẽ bàn bạc để thống nhất ý tưởng thiết kế thiệp tặng thầy cô.

Dưới đây là một số hoạ tiết và hình vẽ mẫu, hãy sử dụng để trang trí cho tấm thiệp thêm đẹp.



HOẠT ĐỘNG ỨNG DỤNG

Em hãy cùng bạn thực hiện kế hoạch nhỏ góp sách vở cũ để bán. Số tiền thu được mua đồ dùng học tập tặng bạn có hoàn cảnh khó khăn trong lớp.

Bài 8

KĨ NĂNG GIAO TIẾP Ở TRƯỜNG HỌC



Thực hành xong bài này, em:

- Biết được một vài yêu cầu khi giao tiếp với bạn bè.
- Hiểu được một số lưu ý khi giao tiếp trong trường học.
- Bước đầu vận dụng một vài yêu cầu, lưu ý đã biết để giao tiếp tự tin, tích cực trong trường học.



HOẠT ĐỘNG CƠ BẢN

Trải nghiệm

CÔ LAO CÔNG THẨM LẶNG

Hôm nay, công việc của cô lao công vất vả hơn mọi ngày, vì có đêm diễn văn nghệ. Mồ hôi nhễ nhại, vậy mà cô vẫn vui vẻ làm việc. Gặp cô, My chào và nói: "Chúng con cảm ơn cô! Nhờ cô mà trường mình luôn sạch đẹp ạ".

Cô lao công xúc động: "Cảm ơn các con...".

My và các bạn đứng nhìn theo bóng dáng của cô cùng với chiếc xe khuất ở cuối đường.

(Mai Hạnh)



Điều đáng quý ở My trong câu chuyện trên là gì?

Chia sẻ - Phản hồi

Dưới đây là các nhân vật: thầy hiệu trưởng, cô giáo, bác bảo vệ, cô lao công, phụ huynh, chị lớp lớn.



CÔ LAO CÔNG



BÁC BẢO VỆ



CÔ GIÁO



PHỤ HUYNH



THẦY HIỆU TRƯỞNG



CHỊ LỚP LỚN

Hãy điền tên gọi các nhân vật vào khung dưới đây sao cho phù hợp với lời nói và hành động em sẽ thực hiện.

Lời nói	Hành động	Nhân vật
Dạ, con chào cô ạ!	Khoanh tay, cúi đầu	
Dạ, con chào bác ạ!	Khoanh tay, cúi đầu	
Em xin lỗi chị, em không cố ý!	Đặt tay lên bàn tay chị	
Thưa thầy....	Đứng nghiêm túc, nhìn thẳng	
Con cảm ơn ạ!	Khoanh tay, cúi đầu	
Em cảm ơn chị!	Cười tươi	
Con xin phép....	Khoanh tay, nhìn thẳng	

Xử lý tình huống

Tình huống:

Từ nhỏ, em và An đã là đôi bạn thân. Lớn lên, hai đứa lại được học cùng lớp. Một hôm, An quên không mang bút nên hỏi mượn em. Em không thể cho An mượn được vì em chỉ có một cây bút. An đã giận em vì chuyện đó.

Ứng xử của em:

Em sẽ nói gì để An hiểu và giữ được tình bạn như trước?

Rút kinh nghiệm

* Với thầy cô và người lớn, cần tôn trọng.
Khi nói chuyện phải biết xưng hô, dạ thưa,
tránh lối nói trống không...

* Với bạn bè, cần yêu quý, công bằng trong ứng xử.
Không nói xấu, không bắt nạt, xem thường bạn;
không được xúc phạm đến gia đình
hay nhược điểm về năng lực,
tính cách của bạn.



HOẠT ĐỘNG THỰC HÀNH

Rèn luyện

Hãy ghi lời khuyên cho các bạn có những hành động chưa thật lịch sự trong mỗi hình ảnh dưới đây.



Đưa sách cho cô giáo



Cãi vạ, to tiếng

Định hướng ứng dụng

Cả lớp chuẩn bị một trái bóng ten-nít nhỏ, rồi cùng đóng vai chú Vành Khuyên trong bài hát của nhạc sĩ Hoàng Vân.

Khi trái bóng chuyển đến đoạn "Chim gặp bác Chào Mào,..." hoặc "Chim gặp cô Sơn Ca,...", thì bạn đó cầm bóng rồi ngay lập tức đứng lên chào thật to, rõ: "Chào bác!", "Chào cô!",...



HOẠT ĐỘNG ỨNG DỤNG

- Hãy nêu 2 tình huống em cần nói lời cảm ơn ở trường học và cho biết em sẽ nói gì.
- Hãy luôn nở nụ cười, nói những điều hay với thầy cô, bạn bè trong một tuần. Sau đó, ghi lại cảm xúc của em khi nhận được những phản ứng tích cực từ thầy cô, bạn bè.

Hãy thực hiện PHIẾU TỰ KIỂM TRA ở trang 53

Bài 9

KĨ NĂNG GIAO TIẾP NƠI CÔNG CỘNG

Thực hành xong bài này, em:

- Biết được những nơi nào được gọi là nơi công cộng.
- Hiểu được một số yêu cầu khi giao tiếp nơi công cộng.
- Bước đầu vận dụng được một số yêu cầu giao tiếp nơi công cộng.



HOẠT ĐỘNG CƠ BẢN

Trải nghiệm

Hãy liệt kê những nơi đông người, nơi vui chơi giải trí em từng đến. Em thích đến nơi nào nhất?



- Những nơi công cộng em đã đến:

- Nơi em thích đến nhất là:

Chia sẻ - Phản hồi

Hãy sắp xếp lại thứ tự các sự việc trong tranh theo trình tự hợp lí bằng cách ghi số 1, 2, 3 vào ☐ phù hợp:



Xử lý tình huống

Tình huống:

Trung và hai bạn đang đi tập văn nghệ thì một chú cao lớn, chạy xe máy tới. Dừng lại trước mặt các bạn, chú hỏi:

- Các cháu chỉ giúp chú khu phố 8, phường 5, đường X đi hướng nào?

Trung chỉ mới nghe loáng thoáng đã nhanh nhẩu:



- Dạ, đi hướng kia là đến chú ạ.

Buổi chiều, khi đang đọc sách, cậu bỗng nghe tiếng của ai hỏi nhà ngoài cửa. Trung lắng nghe tiếp:

- Xin lỗi anh, từ sáng đến giờ, tôi tìm nhà anh không ra. Có người chỉ sai đường nên tôi giao hàng trễ ạ, mong anh thông cảm.

Ứng xử của em:

- Nếu em là Trung, khi nghe chú giao hàng hỏi đường, em sẽ làm gì?

- Hãy đánh dấu ☒ vào ☐ ở lời khuyên em dành cho Trung.

- ☐ a. Không cần quan tâm chú ấy hỏi gì, vì chú ấy là người lạ.
- ☐ b. Cẩn lắng nghe cẩn thận và tận tình chỉ đường cho chú ấy.
- ☐ c. Không nên chỉ sai đường cho người khác nếu không nắm rõ địa chỉ.

Rút kinh nghiệm

Trong các từ ngữ in đậm ở bên dưới, từ ngữ nào chỉ nơi công cộng? Hãy đánh dấu ☒ vào cột tương ứng bên phải.

a. Nam đang ở **siêu thị** với mẹ. Ở đây, dù có nhiều đồ chơi đẹp nhưng Nam không vội vớ lấy mẹ mua.

b. Vân đến **nhà Lan** cùng ôn bài tập. Khi vừa bước vào nhà, Vân đã chào hỏi bố mẹ Lan một cách lịch sự.

c. Chủ nhật, nhóm Hùng, Bình và An rủ nhau ra **công viên** để chơi đá bóng. Trước khi đi, cả nhóm thống nhất cần phải xin phép bố mẹ mình.

d. Lần đầu tiên Lâm được bố mẹ dẫn đi **sở thú**. Do mãi vui đùa, bạn ấy đã tách khỏi bố mẹ, rồi đi lạc. Cũng may bạn ấy nhớ được số điện thoại bố mẹ nên nhờ bác bảo vệ liên lạc và đã tìm được bố mẹ của mình.



HOẠT ĐỘNG THỰC HÀNH

Rèn luyện

Hãy đánh dấu ☒ vào ☐ ở những hành động/ việc làm mà em nghĩ rằng mình nên thực hiện khi ở nơi công cộng.



1. Nhận quà từ người lạ.



2. Không theo sát bố mẹ.



3. Luôn theo sát bố mẹ và nhớ số điện thoại của bố mẹ.



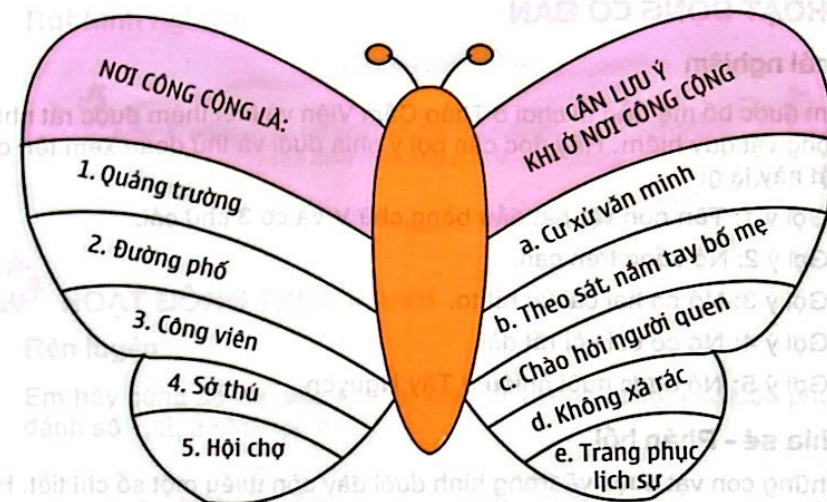
4. Ghi nhớ lời bố mẹ dặn phòng khi đi lạc.



5. Ăn mặc gọn gàng, sạch sẽ khi đến chỗ đông người.

Định hướng ứng dụng

Hãy nối thông tin ở bên trái với thông tin ở bên phải trong hình sau sao cho hợp lí.



HOẠT ĐỘNG ỨNG DỤNG

Em sẽ ứng xử như thế nào khi gặp những trường hợp sau?

- Muốn đi vệ sinh trong khi đang xem phim ở rạp.
- Người lạ mặt đến hỏi đường và cho em bánh kẹo, đồ chơi rồi nhờ em dẫn họ đi đến địa điểm nào đó.

Bài 10

KĨ NĂNG QUAN SÁT HIỆU QUẢ



Thực hành xong bài này, em:

- Biết được tầm quan trọng của kĩ năng quan sát.
- Hiểu được một số yêu cầu, biện pháp quan sát hiệu quả.
- Bước đầu vận dụng một số yêu cầu, biện pháp đã học để quan sát hiệu quả trong một số tình huống.



HOẠT ĐỘNG CƠ BẢN

Trải nghiệm

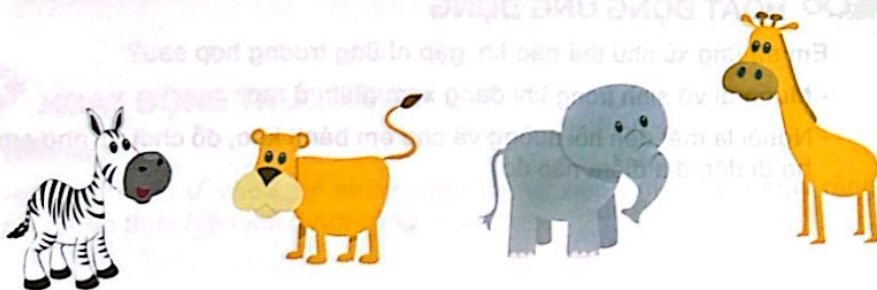
Em được bố mẹ dẫn đi chơi ở Thảo Cầm Viên và biết thêm được rất nhiều động vật quý hiếm. Hãy đọc các gợi ý phía dưới và thử đoán xem tên con vật này là gì.

- * Gợi ý 1: Tên con vật bắt đầu bằng chữ V và có 3 chữ cái.
- * Gợi ý 2: Nó sống trên cạn.
- * Gợi ý 3: Nó có hai cái tai rất to.
- * Gợi ý 4: Nó có cái vòi rất dài.
- * Gợi ý 5: Nó được nuôi nhiều ở Tây Nguyên.

Chia sẻ - Phản hồi

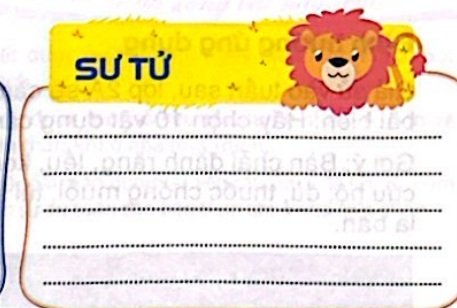
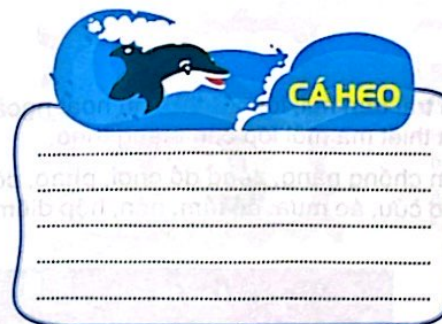
Những con vật được vẽ trong hình dưới đây còn thiếu một số chi tiết. Hãy bổ sung những chi tiết đó bằng cách vẽ thêm vào hình mỗi con vật.

Gợi ý: Đó là các con vật: ngựa vằn, sư tử, voi và hươu cao cổ.

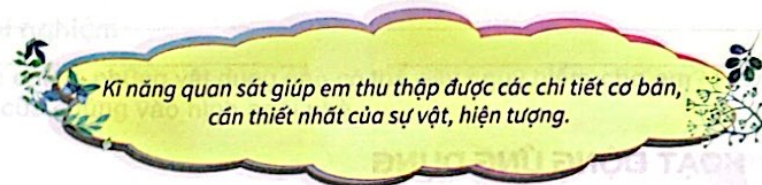


Xử lí tình huống

Dưới đây là hình vẽ sư tử và cá heo. Hãy cùng một vài bạn quan sát và ghi ra những điểm đặc trưng của hai con vật này. Sau đó, so sánh xem ai tìm được nhiều hơn.



Rút kinh nghiệm



HOẠT ĐỘNG THỰC HÀNH

Rèn luyện

Em hãy cùng bố mẹ sắp xếp lại các đồ vật bên dưới vào các phòng có đánh số 1, 2, 3 cho hợp lí.



Phòng 1	Phòng 2	Phòng 3

Định hướng ứng dụng

Giả sử vào tuần sau, lớp 2A sẽ cắm trại trên núi; lớp 2B thì sinh hoạt ngoài bãi biển. Hãy chọn 10 vật dụng cần thiết mà mỗi lớp cần mang theo.

Gợi ý: Bàn chải đánh răng, lược, kem chống nắng, xăng đồ chơi, phao, còi cứu hộ, dù, thuốc chống muỗi, túi sơ cứu, áo mưa, đồ tắm, nón, hộp diêm, la bàn.

Lớp 2A	Lớp 2B



HOẠT ĐỘNG ỨNG DỤNG

Hãy quan sát thế giới xung quanh mỗi ngày ít nhất 30 phút. Sau đó, tìm ra những câu hỏi để đổ bộ mẹ, bạn bè.



Hãy thực hiện PHIẾU TỰ KIỂM TRA ở trang 55



Bài 11 KĨ NĂNG ỨNG XỬ KHI Ở NHÀ MỘT MÌNH



Thực hành xong bài này, em:

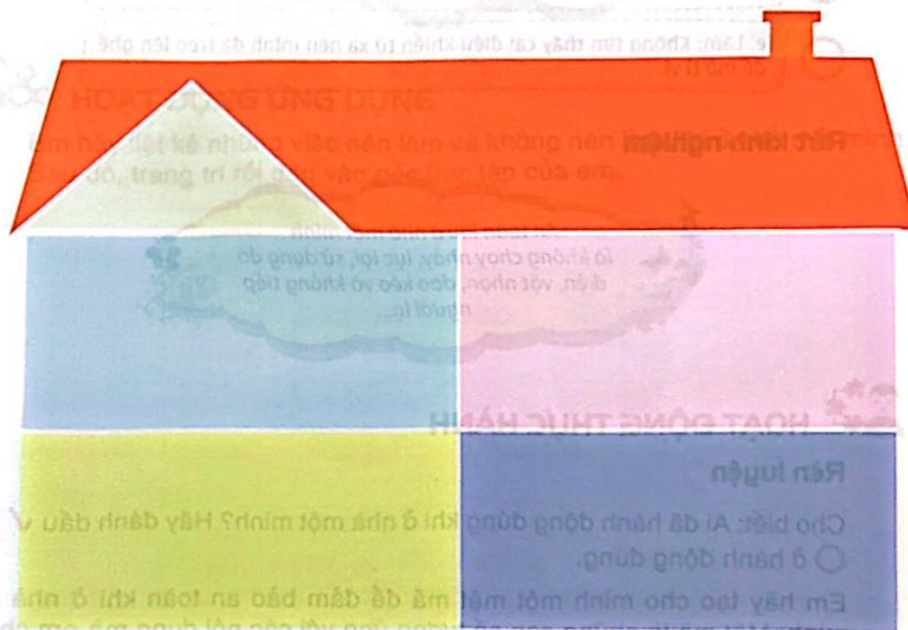
- Biết được một số mối nguy hiểm khi ở nhà một mình.
- Hiểu được một số yêu cầu, lưu ý nhằm tự bảo vệ bản thân khi ở nhà một mình.
- Bước đầu vận dụng các yêu cầu, lưu ý đã học để đảm bảo sự an toàn cho bản thân khi ở nhà một mình.



HOẠT ĐỘNG CƠ BẢN

Trải nghiệm

Nhà em có những vật dụng nào có thể gây nguy hiểm cho em? Hãy ghi rõ tên của chúng vào hình ngôi nhà.



Vì sao những vật trên có thể gây nguy hiểm cho em?

Chia sẻ - Phản hồi

Hãy quan sát những hình ảnh bên dưới, dùng bút gạch chéo lên hình những đồ vật mà em cho là không nên tự sử dụng.

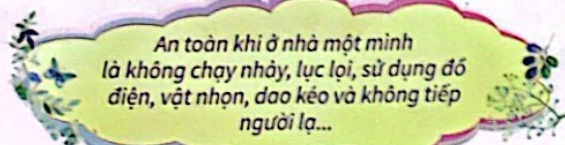


Xử lý tình huống

Đọc các lời tự kể sau và đánh dấu ✓ vào ○ ở hành động sai.

- ☐ a. An: Hôm nay, có một người lạ gọi điện và mình đã cho người đó biết địa chỉ nhà của mình.
- ☐ b. Đông: Mình đã ghi nhớ lời dặn và nhiệm vụ mà bố mẹ giao cho trước khi đi vắng. Mình sẽ cố gắng hoàn thành nó.
- ☐ c. Hằng: Hôm nay mình ở nhà một mình, mình tự tin là có thể giữ nhà nên không khoá cửa.
- ☐ d. Khang: Hôm nay mẹ về trễ, mình đã tự mở bếp ga để nấu mì gói để ăn.
- ☐ e. Lâm: Không tìm thấy cái điều khiển từ xa nên mình đã trèo lên ghế để mở tivi.

Rút kinh nghiệm



An toàn khi ở nhà một mình
là không chạy nhảy, lục lọi, sử dụng đồ
điện, vật nhọn, dao kéo và không tiếp
người lạ...



HOẠT ĐỘNG THỰC HÀNH

Rèn luyện

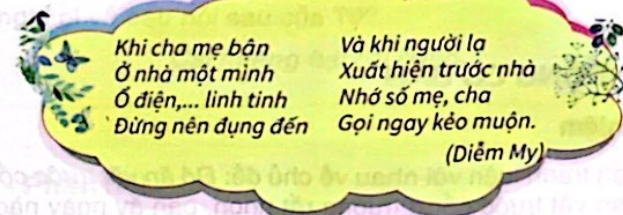
Cho biết: Ai đã hành động đúng khi ở nhà một mình? Hãy đánh dấu ✓ vào ○ ở hành động đúng.

Em hãy tạo cho mình một mật mã để đảm bảo an toàn khi ở nhà một mình. Mật mã là những con số tương ứng với các nội dung mà em chọn.

Mật mã của em là:

1. Lấy bài tập ra tự làm
2. Cho người lạ vào nhà.
3. Khoá cửa cẩn thận
4. Cho người khác biết mình đang ở nhà một mình.
5. Tự ý sử dụng dao, kéo, vật sắc nhọn trong nhà.
6. Biết chỗ thoát hiểm
7. Bật nhạc nhảy múa làm phiền hàng xóm.
8. Nhớ số điện thoại người thân.
9. Bày đồ ra chơi rồi không dọn dẹp.

Định hướng ứng dụng



Khi cha mẹ bận
Ở nhà một mình
Ồ điện,... linh tinh
Đứng nên đừng đến

Và khi người lạ
Xuất hiện trước nhà
Nhớ số mẹ, cha
Gọi ngay kéo muộn.

(Diễm My)



HOẠT ĐỘNG ỨNG DỤNG

Em hãy liệt kê những việc nên làm và không nên làm khi ở nhà một mình. Sau đó, trang trí rồi dán vào góc học tập của em.

Bài 12

KĨ NĂNG PHÂN BIỆT THỰC PHẨM AN TOÀN



Thực hành xong bài này, em:

- Biết được một vài dấu hiệu của thực phẩm an toàn.
- Hiểu được một số yêu cầu để phân biệt thực phẩm an toàn và thực phẩm không an toàn.
- Bước đầu vận dụng các yêu cầu đã học để nhận biết và nói không với những thực phẩm không an toàn mà em tiếp xúc trong cuộc sống.



HOẠT ĐỘNG CƠ BẢN

Trải nghiệm

Em và bạn tranh luận với nhau về chủ đề: *Đồ ăn vặt trước cổng trường*. Bạn bảo, đồ ăn vặt trước cổng trường rất ngon, bạn ấy ngày nào cũng ăn. Còn em thì không ủng hộ điều đó. Em hãy ghi ra những điều để thuyết phục bạn không ăn đồ ăn vặt trước cổng trường nữa.



ĐỒ ĂN TRƯỚC
CỔNG TRƯỜNG

BẠN TÝ HAM ĂN

Một hôm, mẹ đi chợ mua về một túi trái cây chín mọng, nhìn rất hấp dẫn. Bạn Tý thèm quá liền lấy ăn ngay mà không rửa sạch. Ăn xong, Tý còn uống thêm một li nước ngọt thật đầy. Một lúc sau, Tý bị đau bụng dữ dội, phải đến gặp bác sĩ để kiểm tra. Vừa đi vừa khóc, Tý gõ vào bụng mình và nói: "Cái miệng hại cái bụng..."

(Thanh Huân)



Vì sao Tý lại bị đau bụng?

Em suy nghĩ gì về câu nói sau của Tý?

Cái miệng hại cái bụng

Chia sẻ - Phản hồi

Làm cách nào để chọn thực phẩm an toàn? Hãy viết Đ vào ☐ ở gợi ý đúng, viết S vào ☐ ở gợi ý sai.

- ☐ 1. Thực phẩm an toàn phải có nguồn gốc rõ ràng.
- ☐ 2. Nhìn bề ngoài, thực phẩm còn tươi mới.
- ☐ 3. Dấu hiệu bị hỏng của thực phẩm là: bị mốc, đổi màu, lên men, có mùi chua...
- ☐ 4. Phải rửa thực phẩm thật kĩ trước khi ăn, chế biến.
- ☐ 5. Phải xem hạn sử dụng trên bao bì sản phẩm trước khi sử dụng.

Xử lý tình huống

Tình huống:

Sáng nay đi học, em được bạn mời ăn chung gói xôi mà bạn đã mua ở trước cổng trường. Trước đó, khi đi ngang qua, vô tình em đã nhìn thấy ruồi bâu nhiều trên thúng xôi bán trước cổng trường.

Ứng xử của em:

Em sẽ nói gì với bạn trong tình huống này?

Rút kinh nghiệm

* Chọn thực phẩm
an toàn là thương yêu người thân
và gia đình chúng ta.
* Hãy thay đổi thói quen ăn uống mất
vệ sinh và vận động gia đình mình thay đổi
các thói quen không tốt về ăn uống.



HOẠT ĐỘNG THỰC HÀNH

Rèn luyện

Dưới đây là một số thực phẩm em thường dùng. Hãy chia sẻ kinh nghiệm của em về cách chọn thực phẩm an toàn (Ví dụ: Khi chọn thực phẩm, em chú ý điều gì?).



Chọn sữa, nước giải khát



Chọn bánh mì, trứng

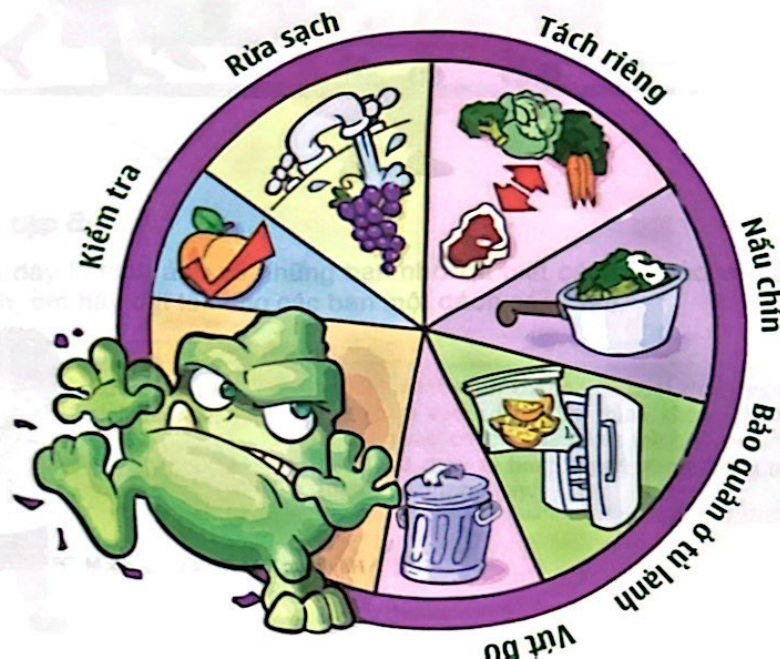


Chọn hoa quả



Định hướng ứng dụng

Giả sử em vừa chiến thắng cuộc thi "Vua đầu bếp nhí", hãy hướng dẫn cho các bạn cách giữ thực phẩm an toàn.





HOẠT ĐỘNG ỨNG DỤNG

- Hãy cùng với mẹ đi chợ hoặc siêu thị chọn thực phẩm an toàn vào ngày cuối tuần.
- Hãy chia sẻ với bạn bè hay người thân về cách lựa chọn thực phẩm an toàn.



Hãy thực hiện PHIẾU TỰ KIỂM TRA ở trang 57



PHIẾU TỰ KIỂM TRA

Tên: Lớp: Tổ:

NHÓM KĨ NĂNG BẢO VỆ VÀ PHÁT TRIỂN BẢN THÂN

Bài tập 1:

Hãy viết vào những trái tim ở bên dưới tên của 5 người lớn. Đó là những người mà em có thể chia sẻ mỗi khi cảm thấy buồn, khó chịu, tức giận hay sợ hãi. Đó cũng là những người sẽ luôn ở bên cạnh để bảo vệ, giúp đỡ và che chở cho em được an toàn. Họ là ai?



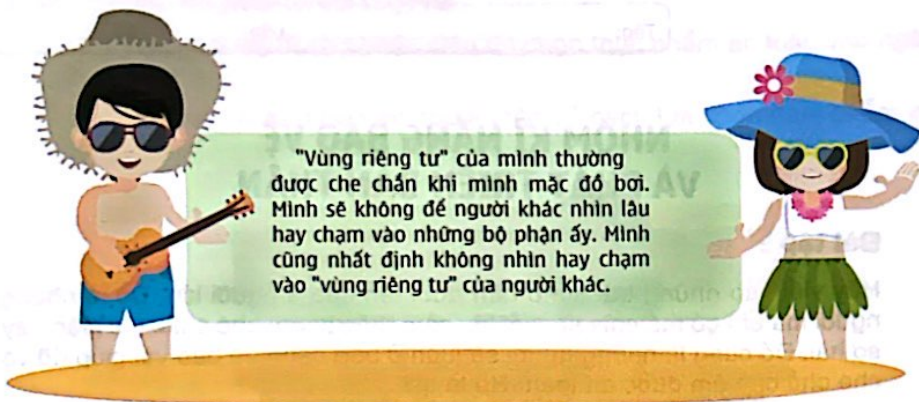
Bài tập 2:

Sau đây là hình ảnh về những bạn nhỏ đã biết cách tự bảo vệ bản thân mình, em hãy đặt tên cho các bạn một cách sáng tạo.



Minh là "ông chủ" của cơ thể mình đấy nhé!

Minh nhất định không để người khác ôm, hôn hay chạm vào cơ thể khi mình không thích. Nếu ai đụng vào cơ thể của mình, mình sẽ nói: "Không được!" và chạy đi tìm 5 người trong "vòng tròn an toàn" của mình ngay.



"Vùng riêng tư" của mình thường được che chắn khi mình mặc đồ bơi. Mình sẽ không để người khác nhìn lâu hay chạm vào những bộ phận ấy. Mình cũng nhất định không nhìn hay chạm vào "vùng riêng tư" của người khác.

Mình có thể kể tên và số điện thoại của 5 người trong "vòng tròn an toàn" của mình đấy! Mình biết 5 người đó có thể giúp đỡ và bảo vệ mình mỗi khi mình gặp chuyện buồn hay sợ hãi.



Bài tập 3:

Hãy tìm và khoanh tròn 3 điểm khác biệt giữa hai bạn học sinh dưới đây. Sau đó, tô màu thật đẹp cho bạn nào tỏ ra tự tin hơn.



Tên: Lớp: Tổ:

NHÓM KĨ NĂNG GIAO TIẾP BẠN BÈ

Bài tập 1:

Hành động của bạn nam ở hình nào là hành động tốt?



Giật tóc bạn



Học bài cùng nhau



Đỡ bạn dậy khi thấy bạn bị ngã

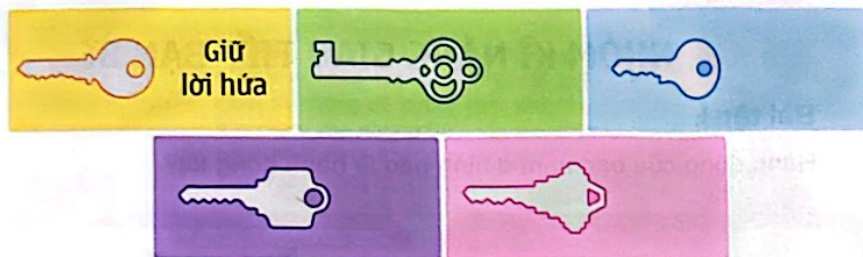


Chơi đùa cùng bạn



Bài tập 2:

Sau đây là những chiếc chìa khoá tình bạn mà cái tên của nó sẽ giúp em trở thành một người bạn đáng yêu. Hãy đoán và viết tên của từng chiếc chìa khoá.



Bài tập 3:

Hôm nay, trong thời khoá biểu có giờ tập vẽ, nhưng Minh lại dễ quên hộp bút màu ở nhà. Minh ngồi im và không biết làm gì.



Em sẽ nói gì để an ủi Minh?

Sau đó, em sẽ làm gì để giúp Minh?



Tên: Lớp: Tổ:

NHÓM KĨ NĂNG ỨNG XỬ TRONG GIA ĐÌNH

Bài tập 1:

Hãy thực hiện theo các bước sau:

- Vẽ hình ♥ lên một trang giấy.
- Cắt/ xé ♥ khỏi trang giấy.
- Gấp đôi ♥ lại.
- Gấp đôi ♥ lại thêm một lần nữa.
- Mở ♥ ra.

♥ của em bây giờ đã có rất nhiều nếp gấp rồi. Em thử cố gắng vuốt làm sao cho ♥ phẳng và đẹp lại như ban đầu.



Trước khi nói hay làm một việc gì đó, em hãy suy nghĩ thật kĩ. Vì rất khó để hàn gắn lại một trái tim đã bị tổn thương.

Bài tập 2:

Hãy đánh dấu ✓ vào ○ ở những hành động mà em sẽ làm để giúp đỡ những người em yêu thương.

- ☐ a. Rót nước và mời mẹ uống sau khi mẹ đi làm về.
- ☐ b. Giúp mẹ quét nhà, lau nhà.
- ☐ c. Giúp bà khâu chỉ vào kim, dọn đồ dùng khâu vá.
- ☐ d. Cười khi thấy bạn bị ngã.
- ☐ e. Tặng quà sinh nhật cho bố.
- ☐ g. Không ăn cơm đúng giờ do mải chơi.
- ☐ h. An ủi và động viên khi bạn buồn.

Bài tập 3:

Hãy nối những việc em sẽ làm mỗi ngày để thể hiện trách nhiệm của mình trong gia đình với hình ảnh ở giữa.

Dọn chén, bát trước khi ăn cơm

Nấu cơm

Quét nhà



Đi làm thêm để kiếm tiền

Gấp chăn màn

Rửa chén, bát



Tên: Lớp: Tổ:

NHÓM KĨ NĂNG HỌC TẬP VÀ GIAO TIẾP Ở TRƯỜNG HỌC

Bài tập 1:

Những việc nào nên làm việc nhóm?

- ☐ a. Làm vệ sinh lớp học.
- ☐ b. Tập đồng diễn.
- ☐ c. Làm bài tập nhóm.
- ☐ d. Tập hát tốp ca.

Bài tập 2:

Dưới đây là một số hành động của các bạn học sinh lớp 2. Em hãy tô màu mặt vui cho những hành động đúng và tô màu mặt buồn cho những hành động chưa đúng ở bên dưới.



Lấy trộm đồ dùng của bạn.



Giơ tay khi muốn phát biểu.



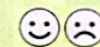
Xin lỗi khi làm sai.



Nói chuyện riêng trong lớp.



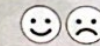
Nói cảm ơn.



Thực hiện nội quy trường học.



Chen ngang hàng.



Nói lời chào khi gặp người lớn.



Xin phép cô giáo khi muốn ra khỏi lớp.



Giận dỗi khi các bạn không làm theo ý của mình.

Bài tập 3:

Em nói lời cảm ơn khi nào?

- ☐ a. Khi cô chủ quán trao cho em cái bánh.
- ☐ b. Khi bạn cho em mượn bút.
- ☐ c. Khi bạn của bố đến chơi và tặng cho em đồ chơi.
- ☐ d. Khi em làm bạn ngã đau.
- ☐ e. Khi em nhận được lời cảm ơn từ bạn.



Tên: Lớp: Tổ:

NHÓM KỸ NĂNG GIAO TIẾP VÀ ỨNG XỬ XÃ HỘI

Bài tập 1:

Hãy viết lại những thông tin em cần nhớ khi đi đến nơi công cộng:

TÊN EM:

**THẺ
KHÔNG
SỢ
LẠC**

TÊN NGƯỜI THÂN CỦA EM:

SỐ ĐIỆN THOẠI:

ĐỊA CHỈ HOẶC CHI TIẾT NHÀ CỦA EM:

Bài tập 2:

Hãy chọn và điền những từ ngữ thích hợp vào chỗ trống ở các câu bên dưới:



Cô/ chú công an



Cha mẹ/ ông bà



Cô/ chú lao công



Người lạ

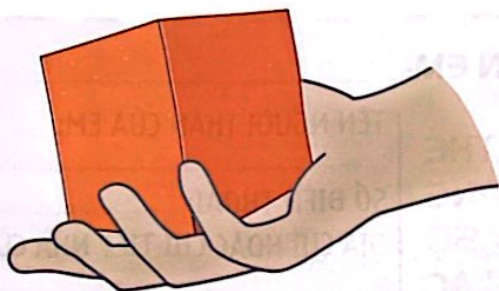


Cô/ chú bảo vệ

- Không nói chuyện, nhận quà hay đi theo mà chưa xin phép bố mẹ.
- Luôn nắm tay khi đi đến nơi công cộng.
- Nếu chẳng may bị lạc, em có thể tìm để nhờ giúp đỡ.

Bài tập 3:

Hãy mời thêm 3 người bạn cùng tham gia hoạt động này.



- Đầu tiên, em chuẩn bị 1 đồ vật bí mật.
- Sau đó, em bịt mắt 3 người bạn cùng chơi.
- Tiếp theo, em lần lượt đặt đồ vật lên tay của từng bạn.
- Cuối cùng, em yêu cầu từng bạn mô tả hình dáng, cân nặng của đồ vật bí mật mà các bạn được cầm trên tay.

Các bạn mô tả có giống nhau không?
Hãy thử giải thích lí do.



Tên: Lớp: Tổ:

NHÓM KĨ NĂNG SINH TỒN

Bài tập 1:

Hãy tìm và tô màu những đồ vật mà em được phép sử dụng khi ở nhà một mình.



xe ô tô đồ chơi



cái nồi



cái tách/ chén



muỗng, nĩa



cái chảo



con dao



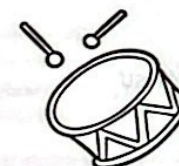
bong bóng



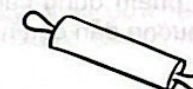
máy bay đồ chơi



ấm nước



cái trống



cây cán bột



trái bóng

Bài tập 2:

Hãy đánh dấu ✓ vào ○ trước những hành động đúng khi ở nhà một mình.



Đun nước để nấu mì gói.



Làm bài tập về nhà.



Gọi cho bố mẹ khi có người lạ đến nhà.



Nghịch xà phòng.



Mở cửa cho người lạ.

- Ngồi sát tivi để xem cho rõ.
- Mở cửa nhà và đi ra ngoài chơi.
- Ăn trái cây chưa rửa ở trong tủ lạnh.
- Quét nhà.

Bài tập 3:

Sau đây là 4 bước đơn giản để bảo quản thực phẩm. Hãy sắp xếp theo thứ tự hợp lý rồi ghi số 1, 2, 3, 4 vào ☐ và ghi nhớ 4 bước này cho thật kỹ.

☐ Làm lạnh

Đặt những thực phẩm chưa sử dụng vào tủ lạnh theo sự hướng dẫn của người lớn.



☐ Rửa

Rửa tay trước, trong và sau khi chạm vào thực phẩm.

Rửa các đồ vật dùng để đựng, chuẩn bị hay nấu nướng thực phẩm.



☐ Nấu

Nấu các thực phẩm đúng cách dưới sự cho phép và hướng dẫn của người lớn.



☐ Tách rời

Tách và để các thực phẩm sống và chín ở những khu vực khác nhau.



GỢI Ý - ĐÁP ÁN

Bài 1. Kỹ năng bảo vệ bản thân

Trải nghiệm 1: Các đồ vật có thể gây nguy hiểm: a, b, d, e, g, i.

Chia sẻ - Phản hồi: Ô chữ: TRÁNH XA

Rèn luyện: Quy tắc bàn tay bao gồm những lưu ý về các hành động: nắm tay, bắt tay, ôm, giơ tay, xua tay và bỏ chạy.

Bài 2. Kỹ năng xây dựng sự tự tin vào bản thân

Chia sẻ - Phản hồi: - Những biểu hiện của sự tự tin: a, c, d, h, i.

- Những biểu hiện của sự thiếu tự tin: b, e, g, i, k.

Xử lý tình huống: Gợi ý: Nếu là Kiên, em sẽ tự tin xưng phong lên giải bài tập.

Bài 3. Kỹ năng quan tâm, giúp đỡ bạn

Trải nghiệm: Hành động thể hiện sự giúp đỡ:

- Bỏ Cầu nhật chiếc lá thả xuống cho Kiến. Nhờ vậy, Kiến không bị đuối nước.

- Kiến cắn vào chân người thợ săn. Nhờ vậy, Bọ Cầu thoát khỏi mùi tên của người thợ săn.

Chia sẻ - Phản hồi: - Biểu hiện của sự quan tâm, giúp đỡ người khác: 1, 2, 3, 5.

- Biểu hiện tiêu cực: 4

Rút kinh nghiệm: 1b, 2d, 3a, 4e, 5c.

Rèn luyện: Hành vi quan tâm, giúp đỡ bạn: a, d.

Bài 4. Kỹ năng chia sẻ cùng bạn

Trải nghiệm: Hành động của Vũ khiến Hoàng vui trở lại: Vũ đem bộ cờ vua đến chơi cùng Hoàng. Vũ chia sẻ nỗi buồn với Hoàng.

Chia sẻ - Phản hồi: Hình ảnh thể hiện sự quan tâm: a, d.

Rèn luyện:

- Những đồ dùng có thể chia sẻ với bạn: tẩy, bút, sách, bánh kẹo...

- Tuy nhiên, em nên chuẩn bị đầy đủ những đồ dùng học tập trước khi đến lớp.

Bài 5. Kỹ năng thể hiện tình yêu thương

Trải nghiệm: Hành động thể hiện sự yêu thương: Châu điu ông đi vì ông bị đau chân.

Chia sẻ - Phản hồi: Hình ảnh thể hiện tình yêu thương: Nhổ tóc sâu cho bà, giúp ông tưới cây.

Xử lý tình huống: Nếu là Long, em sẽ bật quạt nhỏ lại, tắt tivi và đi nhẹ nhàng.

Bài 6. Kỹ năng thể hiện trách nhiệm khi làm việc nhà

Trải nghiệm: Bài học rút ra từ câu chuyện: Hưng không nên tính toán với mẹ mình. Mẹ là người yêu thương, chăm sóc và quan tâm Hưng rất nhiều. Nếu yêu quý mẹ, Hưng nên thể hiện điều đó bằng cách phụ giúp mẹ với những việc làm vừa sức mình.

Định hướng ứng dụng: Bài học rút ra: Phơi quần áo cẩn thận sẽ không bị rơi và nhanh khô hơn.

Bài 7. Kỹ năng làm việc nhóm

Trải nghiệm: Các ngón tay cũng giống như các thành viên trong nhóm, luôn cùng hợp tác, hỗ trợ nhau để hoàn thành công việc nhanh hơn, tốt hơn.

Xử lý tình huống: Em hỏi riêng bạn xem bạn không thích mình vì điều gì và thuyết phục bạn tham gia vì mục tiêu chung của nhóm.

Rút kinh nghiệm: a, b, c, h.

Bài 8. Kỹ năng giao tiếp ở trường học

Xử lý tình huống: Em sẽ giải thích cho An hiểu.

Rèn luyện: - Hành động đưa sách cho cô giáo: Nền đưa bằng hai tay với thái độ lễ phép.
- Hành động cãi và to tiếng: Nền nói chuyện nhỏ nhẹ với nhau và giải thích cho nhau hiểu.

Bài 9. Kỹ năng giao tiếp nơi công cộng

Trải nghiệm: Nơi công cộng: nhà ga, nhà hát, công viên, rạp chiếu phim, khu phố, khu ăn uống... những nơi đông người qua lại.

Chia sẻ - Phản hồi: 1c 2b, 3a.

Xử lý tình huống: b, c.

Rút kinh nghiệm: a, c, d.

Rèn luyện: 3, 4, 5.

Bài 10. Kỹ năng quan sát hiệu quả

Trải nghiệm: Voi.

Chia sẻ - Phản hồi: - Ngựa vằn: thiếu bờm.

- Sư tử: Thiếu bờm, thiếu râu.

- Voi: thiếu ngà, tai.

- Hươu cao cổ: thiếu vằn, đuôi.

Rèn luyện: Gợi ý: - Phòng ngủ thường có: Đèn bàn, đồng hồ báo thức, gối, đèn ngủ....

- Phòng ăn thường có: Lò nướng, tủ lạnh....

- Phòng khách thường có: Ghế sofa....

Định hướng ứng dụng:

- Cắm trại trên núi cần mang theo: bàn chải và kem đánh răng, lều, kem chống nắng, giày leo núi, kem chống côn trùng, túi sơ cứu, áo mưa, mũ, la bàn, hộp diêm, đoạn dây làm dấu....

- Cắm trại dưới biển cần mang theo: bàn chải và kem đánh răng, kem chống nắng, xẻng đồ chơi, áo phao, còi cứu hộ, dù, đồ bơi, kính bơi....

Bài 11. Kỹ năng ứng xử khi ở nhà một mình

Trải nghiệm: Gợi ý những vật dụng có thể gây nguy hiểm: dao, bật lửa, phích nước (bình thủy), ổ cắm điện, vật sắc nhọn....

Xử lý tình huống: a, c, d, e.

Rèn luyện: 1, 3, 6, 8.

Bài 12. Kỹ năng phân biệt thực phẩm an toàn

Trải nghiệm 1: Gợi ý: Đồ ăn ở trước cổng trường không được che đậy kĩ nên có nhiều ruồi nhặng bâu vào, không đảm bảo vệ sinh.

Trải nghiệm 2: - Gấu con bị đau bụng vì ăn thức ăn không được rửa sạch.

- "Cái miệng" ăn uống không đảm bảo vệ sinh làm cho "cái bụng" bị đau.

Chia sẻ - Phản hồi: - Điện Đ: 1, 3, 4, 5.

- Điện S: 2.

Chịu trách nhiệm xuất bản:

Tổng Giám đốc HOÀNG LÊ BÁCH

Chịu trách nhiệm nội dung:

Tổng biên tập PHẠM VINH THÁI

Tổ chức và chịu trách nhiệm bản thảo:

Phó Tổng biên tập

kiêm Giám đốc Công ty CP Dịch vụ xuất bản Giáo dục tại Đà Nẵng BÙI DUY NGHĨA

Biên tập lần đầu:

NGUYỄN THỊ MINH CHÂU

Biên tập tái bản:

TRẦN THỊ THU HƯƠNG

Trình bày bìa:

NGUYỄN NỮ ĐOÀN THỰC

Minh họa:

NGUYỄN LÊ BẢO HOÀNG

Thiết kế sách và chế bản:

NGUYỄN DƯƠNG KHÔI NGUYỄN

Sửa bản in:

TỔNG THỊ KIM PHƯỢNG

Bản quyền thuộc Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam, Công ty CP Dịch vụ xuất bản Giáo dục tại Đà Nẵng và Công ty CP Đầu tư và Xuất bản Giáo dục.

Tất cả các phần của nội dung cuốn sách này đều không được sao chép, lưu trữ, chuyển thể dưới bất kì hình thức nào khi chưa có sự cho phép bằng văn bản của Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam, Công ty CP Dịch vụ xuất bản Giáo dục tại Đà Nẵng và Công ty CP Đầu tư và Xuất bản Giáo dục.

THỰC HÀNH KỸ NĂNG SỐNG

Dành cho học sinh lớp 2

Mã số: T2G16n3

In 5.000 bản (QĐ: 12/STK), khổ 19 x 26,5 cm.

Đơn vị in: Công ty TNHH Thương mại và Dịch vụ in Huyền Linh.

Địa chỉ: Số 48 ngõ 145 Phố Vĩnh Hưng, P. Vĩnh Hưng, Q. Hoàng Mai, TP. Hà Nội.

Cơ sở in: Lô 55-56 LN4 Khu dân cư Hương Mạc, đường 277 phường Hương Mạc, TP. Từ Sơn, Bắc Ninh.

Số ĐKXB: 784-2023/CXBIPH/4-652/GD

Mã số ISBN: 978-604-0-37803-3

Số QĐXB: 2700/QĐ-GD-HN ngày 20 tháng 07 năm 2023

In xong và nộp lưu chiểu tháng 08 năm 2023