

MỤC LỤC

PHẦN I. ĐẶT VẤN ĐỀ	1
1. Lí do chọn đề tài.....	1
2. Mục đích nghiên cứu.....	2
3. Đối tượng nghiên cứu.....	2
4. Nhiệm vụ nghiên cứu	2
5. Phương pháp nghiên cứu.....	2
6. Giới hạn và phạm vi nghiên cứu	2
PHẦN II. GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ.....	3
1. NHỮNG VẤN ĐỀ LÍ LUẬN LIÊN QUAN ĐẾN ĐỀ TÀI:	3
1.1 Cơ sở lí luận	3
1.2. Cơ sở thực tiễn	3
2. THỰC TRẠNG	6
2.1. Thực trạng về các kĩ năng tự bảo vệ bản thân của học sinh lớp Một	6
2.2. Đánh giá thực trạng về các kĩ năng tự bảo vệ bản thân của học sinh lớp Một trường tôi.	6
3. MỘT SỐ BIỆN PHÁP DẠY TRẺ CÁC KĨ NĂNG TỰ BẢO VỆ BẢN THÂN.	6
3.1. Dạy trẻ các kĩ năng cần thiết để tự bảo vệ bản thân	6
3.1. 1.Kỹ năng an toàn khi tự chơi, khi tham gia các hoạt động.	7
3.1.2. Kỹ năng phòng tránh bị xâm hại cơ thể.....	10
3.1.3. Kỹ năng ứng xử khi bị lạc.....	13
3.1.4. Kỹ năng an toàn khi tham gia giao thông	14
3.1.5. Kỹ năng đề phòng bị bắt cóc.....	15
3.2. Tuân thủ một số nguyên tắc khi dạy con kỹ năng bảo vệ bản thân	16
3.3. Kết hợp với cha mẹ học sinh.....	17
3.4. Kết quả của sáng kiến	19
PHẦN III: KẾT LUẬN VÀ KHUYẾN NGHỊ	21
1. Kết luận	21
2. Khuyến nghị	21

PHẦN I. ĐẶT VẤN ĐỀ

1. Lí do chọn đề tài

Xã hội hiện đại mang đến cho cuộc sống con người nhiều tiện ích, sự thoải mái nhưng cũng tiềm ẩn nhiều mối nguy hiểm, đặc biệt là đối với con trẻ. Điều này đòi hỏi mỗi trẻ đều phải có những kỹ năng để xử lý cũng như bảo vệ chính bản thân mình. Khi mới sinh ra, đứa trẻ nào cũng nhận được sự bao bọc kĩ càng của bố mẹ và những người thân yêu nhất. Gia đình là “môi trường an toàn” cho sự phát triển của trẻ. Tuy nhiên, cùng với thời gian, trẻ lớn lên cũng đồng nghĩa với việc sẽ tiếp xúc với nhiều môi trường khác nhau, ngoài môi trường gia đình. Trong khi đó, bố mẹ không thể lúc nào cũng ở bên trẻ 24/24 vì vậy cần dạy trẻ biết cách bảo vệ bản thân để trẻ nhận thức về những mối nguy hiểm hay các đối tượng nguy hiểm.

Bất cứ một sự vật nào hiện ra đều trở thành một đề tài thu hút đối với trẻ. Đó được coi là cơ hội để mở rộng kiến thức nhưng đồng thời cũng có thể là mối nguy hại khôn lường đối với trẻ. Việc trang bị cho trẻ những kỹ năng bảo vệ bản thân sẽ giúp trẻ có thể an toàn hơn và tự tin hơn để khám phá cuộc sống muôn màu. Giáo dục kỹ năng tự bảo vệ cho học sinh là một việc làm rất quan trọng và cần thiết. Nhất là đối với HS lớp 1, các con còn rất bé, mọi kỹ năng tự bảo vệ bản thân đều không có, thể lực cũng chưa đủ để chống lại những xâm hại cơ thể về mọi mặt. Nhưng ở lứa tuổi này, nếu các con được rèn luyện thường xuyên để tự đối phó với các tình huống có thể xảy ra thì các con hoàn toàn có thể tự bảo vệ được bản thân mình. Giáo dục kỹ năng tự bảo vệ là cung cấp cho các con những kiến thức cơ bản nhất với những hình thức phù hợp nhất cho các con, giúp các con dễ nhớ, ấn tượng sâu sắc với các tình huống có thể xảy ra, vận dụng những kiến thức được học để tự bảo vệ bản thân. Đây cũng là phương pháp mà người lớn có thể bảo vệ cho trẻ một cách tốt nhất khi các con gặp phải nguy hiểm mà không có cha, mẹ, anh, chị hoặc cô giáo bên cạnh. Các con cần được dạy và rèn luyện kỹ năng tự bảo vệ trong nhiều tình huống khác nhau, trong nhiều hoàn cảnh và không gian khác nhau, đồng thời có kỹ năng so sánh, phân tích, tổng hợp.... nâng hiểu biết nhất định của các con về các sự việc, hiện tượng xung quanh. Đây cũng là một nhiệm vụ quan trọng đối với giáo viên chủ nhiệm của học sinh lớp Một, là bước đầu chuẩn bị cho các con hành trang bước vào đời, bảo vệ sự an toàn cho trẻ nhỏ không chỉ là trách nhiệm của gia đình, nhà trường mà là trách nhiệm của toàn xã hội....

Trong suốt một thời gian dài những suy nghĩ làm thế nào để giúp các con tránh được những tai nạn một cách tốt nhất luôn thường trực trong tôi, tôi hiểu tâm lí và trình độ nhận thức của học sinh lớp 1, tôi đã vận dụng những biện pháp rèn luyện kỹ năng tự bảo vệ cho học sinh của mình liên tục trong nhiều năm và đã thu được những kết quả không nhỏ. Với mong muốn những kinh nghiệm bản

thân được phổ biến rộng rãi cho các giáo viên cấp tiểu học, đặc biệt là với giáo viên lớp 1 để bảo vệ được các con an toàn nhất có thể, tôi đã viết sáng kiến kinh nghiệm với đề tài : ***“Kinh nghiệm dạy trẻ lớp Một các kỹ năng tự bảo vệ bản thân”***

2. Mục đích nghiên cứu

Thông qua đề tài này, bản thân tôi hy vọng có thể giúp các con có được một số kỹ năng tự vệ nhằm giúp các con tránh được những tai nạn trong cuộc sống một cách tốt nhất.

3. Đối tượng nghiên cứu

- Kinh nghiệm dạy trẻ lớp một các kỹ năng tự bảo vệ bản thân cho học sinh lớp Một.
- Đối tượng khảo sát: Học sinh lớp 1C, trường Tiểu học.
- Đối tượng thực nghiệm: Học sinh lớp 1 trường Tiểu học.

4. Nhiệm vụ nghiên cứu

- Nghiên cứu tổng quan các cơ sở lý luận liên quan đến vấn đề kỹ năng tự bảo vệ bản thân của học sinh lớp 1.
- Phân tích lý thuyết và tìm hiểu thực trạng về vấn đề kỹ năng tự bảo vệ của học sinh lớp 1. Đề xuất một số kỹ năng tự bảo vệ cho học sinh lớp Một. Thực nghiệm sư phạm nhằm kiểm tra đánh giá kết quả, so sánh, nhận xét, rút ra kết luận.
- Xây dựng một số biện pháp nhằm cung cấp kỹ năng tự bảo vệ mình cho học sinh lớp Một.

5. Phương pháp nghiên cứu

Để hoàn thành đề tài này tôi phải kết hợp nhiều phương pháp và nhóm phương pháp nghiên cứu:

- + Nhóm phương pháp nghiên cứu lý luận: gồm các phương pháp: Đọc sách, báo, tạp chí, văn bản có liên quan đến đề tài nghiên cứu.
- + Nhóm phương pháp điều tra: là phương pháp dùng một hệ thống câu hỏi theo những nội dung xác định để thu thập những thông tin có liên quan đến đề tài.
- + Nhóm phương pháp tổ chức hoạt động thực tiễn: Bao gồm các phương pháp vấn đáp, sắm vai, quan sát, phát hiện và giải quyết vấn đề.

Các phương pháp này nhằm làm cho học sinh tích cực chủ động hành vi của mình trong đời sống.

6. Giới hạn và phạm vi nghiên cứu

- Đề tài được nghiên cứu và hoàn thành trên chương trình hoạt động ngoại khóa lớp Một. Thời gian thực hiện đề tài trong suốt năm học 2018 – 2019.
- Học sinh lớp 1C, trường Tiểu học.
- Kinh nghiệm dạy trẻ lớp Một các kỹ năng tự bảo vệ bản thân.

PHẦN II. GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ

1. NHỮNG VẤN ĐỀ LÝ LUẬN LIÊN QUAN ĐẾN ĐỀ TÀI:

1.1 Cơ sở lý luận

Đối với trẻ Tiểu học, mà đặc biệt là trẻ lớp Một “điểm khởi đầu” của quá trình hình thành nhân cách con người thì việc giáo dục kỹ năng sống cho trẻ là quan trọng và rất cần thiết. Bởi trẻ đang chập chững bước những bước đầu tiên vào đời, đang từng bước “ học làm người”. Nếu các kỹ năng sớm được hình thành thì trẻ sẽ có nhân cách phát triển toàn diện và bền vững. Có nhiều công trình khoa học đã chứng minh rằng: Giáo dục kỹ năng, những thói quen tốt cho trẻ từ lúc đầu đời là chìa khoá thành công cho tương lai của mỗi đứa trẻ.

Tuy nhiên hiện nay vẫn còn nhiều phụ huynh chưa nhận thức rõ ràng về việc cần dạy kỹ năng cần thiết trong cuộc sống như kỹ năng tự bảo vệ bản thân, tính tự lập, tự tin cho trẻ. Trên thực tế có rất nhiều trẻ thiếu kỹ năng bảo vệ bản thân và sự mạnh dạn tự tin, tính tự lập: Trẻ sống thụ động, không biết ứng phó trong những hoàn cảnh nguy cấp, không biết cách tự chăm sóc, tự bảo vệ bản thân trước nguy hiểm, luôn tìm kiếm sự giúp đỡ của người lớn, hay ỉ lại tất cả các việc lớn, nhỏ cho bố mẹ, cô giáo. Và trẻ chưa có kinh nghiệm trong việc phòng tránh tai nạn và đảm bảo an toàn cho chính mình dẫn tới trẻ có thể bị mất an toàn bất cứ lúc nào.

Kỹ năng bảo vệ bản thân là những hiểu biết của một người về những sự việc xung quanh mình cũng như cách để hành động đúng, an toàn đối với sự vật đó. Trẻ có kỹ năng bảo vệ bản thân sẽ biết cách làm thế nào để tránh xa những mối nguy hiểm hoặc khám phá thế giới trong phạm vi an toàn.

Giai đoạn từ 4 đến 12 tuổi có thể coi là giai đoạn mà trẻ dễ gặp phải nhiều mối nguy hiểm nhất. Bởi ở giai đoạn này, trẻ thích khám phá nhưng lại chưa có những kỹ năng cơ bản để tìm hiểu thế giới.

Chính vì vậy vai trò của giáo viên là ngoài việc cung cấp kiến thức trên lớp cho các con, thì việc dạy các con những kỹ năng tự bảo vệ mình là một việc không thể không làm, ngoài ra giáo viên phải luôn kết hợp với cha mẹ học sinh để bảo vệ sự an toàn tuyệt đối cho con trẻ. Trẻ em có quyền được bảo vệ dưới mọi hình thức.

1.2. Cơ sở thực tiễn

Sự phát triển toàn diện nhân cách của trẻ Tiểu học được hình thành và phát triển trong quá trình vui chơi và học tập, trong quá trình giao tiếp với mọi người xung. Muốn trẻ lĩnh hội được hành vi phải cho trẻ hoạt động tích cực đặc biệt là các hoạt động mà trẻ thích. Để những hành vi của trẻ thể hiện một cách đúng đắn đưa trẻ cần có sự giáo dục của người lớn, của gia đình của cô giáo trong môi trường gia đình, trường học và xã hội.

Với nhiều hình thức khác nhau trẻ sẽ có sự tiếp thu ghi nhớ khác nhau và có cách thể hiện sự hiểu biết, thái độ, ứng xử có văn hóa đối với từng sự kiện, từng câu chuyện. Qua khảo sát đầu năm số học sinh đến lớp còn có thói quen chơi tự do, ngôn ngữ chưa mạch lạc, chưa tuân thủ nguyên tắc, văn minh lớp học, chưa biết chơi đoàn kết, chơi an toàn với các bạn cùng lớp với các loại đồ dùng đồ chơi là tương đối cao.

Đứng trước tình hình như vậy tôi rất băn khoăn lo lắng phải dạy trẻ như thế nào và bằng phương pháp gì để tất cả trẻ của lớp tôi có thói quen tự lập, có kỹ năng cần thiết bảo vệ mình và bảo vệ bạn trong cuộc sống sinh hoạt hàng ngày. Với đề tài này tôi tìm ra những phương pháp giáo dục rèn luyện các kỹ năng tự bảo vệ bản thân và tính tự lập cho trẻ một cách triệt để nhất, quan tâm đến đặc điểm cá nhân của trẻ, đưa vào các hoạt động hàng ngày, rèn trẻ ở mọi lúc, mọi nơi, trong mọi hoạt động. Trong quá trình nghiên cứu đề tài tôi thấy có những thuận lợi và khó khăn như sau:

*** Thuận lợi:**

Ngay từ khi nhận lớp tôi đã nhận được sự quan tâm chỉ đạo sát sao của Ban giám hiệu nhà trường về thực hiện nhiệm vụ chuyên môn và đầu tư về cơ sở vật chất.

- Môi trường trong và ngoài lớp học sạch sẽ, thoáng mát, trang thiết bị của lớp tương đối đầy đủ, sắp xếp gọn gàng, thân thiện gần gũi đảm bảo an toàn cho trẻ hoạt động.

- Học trò của lớp tôi khỏe mạnh, nhanh nhẹn, tỷ lệ suy dinh dưỡng và thấp còi không nhiều, trẻ rất ham học hỏi, thích khám phá những điều mới lạ từ cuộc sống hàng ngày.

- Các con đã học qua lớp mẫu giáo lớn nên đã có kiến thức và kỹ năng nhất định.

- Bản thân tôi luôn nghiên cứu và tuyên truyền tới các bậc phụ huynh biết về việc giáo dục rèn luyện, kỹ năng tự bảo vệ bản thân cùng những thói quen tốt cho trẻ để phụ huynh cùng phối hợp giáo dục các con tại gia đình.

*** Khó khăn**

Bên cạnh những thuận lợi trên tôi cũng gặp không ít khó khăn đó là:

- Chưa có nhiều tài liệu sách báo về giáo dục kỹ năng sống cho trẻ để giáo viên nghiên cứu, tham khảo.

- Hầu hết các con trong lớp được cha mẹ cưng chiều. Một số nghịch ngợm quá, chơi với bạn thiếu an toàn như: Trọng Tiến, Tùng Dương, Anh Tùng, Bình Tâm, Minh Khánh, Trường Mạnh nên ảnh hưởng đến các hoạt động trong ngày và sự an toàn của các con.

- Về phía các bậc cha mẹ trẻ em luôn nóng vội trong việc dạy con học và chiều chuộng, cưng phụng con cái khiến trẻ không có kỹ năng tự phục vụ, chỉ chú ý đến khâu dạy, không chú ý đến con mình ăn, uống như thế nào, trẻ có biết sử dụng

những đồ dùng, vật dụng trong ăn uống hay không? Và vì sao chúng ta cần những đồ dùng, vật dụng đó? Những đồ dùng đó để làm gì? Hay con nên chơi những đồ chơi gì và nên chơi với bạn như thế nào để đảm bảo an toàn.

- Kỹ năng hợp tác, làm việc theo nhóm của trẻ còn rất hạn chế; Chơi với bạn thiếu an toàn như: con tranh giành đồ dùng học tập, chơi đánh nhau đùa, cào, cắn, cắn bạn vẫn còn.

- Một số trẻ chưa biết tự cất đồ dùng cá nhân khi đến lớp mà cha mẹ vẫn phải làm hộ .

- Một số phụ huynh của lớp do mãi làm kinh tế nên ít quan tâm đến con em mình mà phó mặc sự chăm sóc giáo dục con cho ông bà và cô giáo. Còn có phụ huynh nhận thức về giáo dục rèn luyện kỹ các kỹ năng cần thiết không quan trọng mà chỉ là phụ, không quan tâm việc đến trường con mình được học những gì mà chỉ gửi con để đi làm.

Để nắm được tình hình, khả năng của trẻ, từ đó lên kế hoạch giáo dục kỹ năng cần thiết cho trẻ, tôi đã tiến hành xây dựng các tiêu chí đánh giá kỹ năng của trẻ lớp mình như sau:

*** Bảng tiêu chí đánh giá kỹ năng đầu năm của lớp 1C**

Kỹ năng	Tiêu chí đánh giá
Sự tự tin, tự lập	Trẻ biết được mình là ai, cả về trong cá nhân và trong mối quan hệ với người khác, biết tự phục vụ.
Kỹ năng hợp tác	Trẻ biết phân công công việc trong quá trình chơi với nhau, biết trao đổi ý kiến của mình với các bạn, biết cảm thông và giúp đỡ bạn trong quá trình học tập.
<i>Kỹ năng tự bảo vệ bản thân</i>	Trẻ biết bảo vệ bản thân, biết chơi an toàn với bạn cùng lớp khi gặp nguy hiểm, biết đề nghị sự giúp đỡ của người khác khi cần thiết, biết tránh xa những đồ vật và những nơi gây nguy hiểm.

Dựa vào các tiêu chí trên tôi đã tiến hành khảo sát học trò đầu năm và thu được kết quả như sau:

STT	Kỹ năng	Tổng số h.s	Đạt		Chưa đạt	
			Số HS	Tỉ lệ %	Số HS	Tỉ lệ %
1	Tính tự tin, tự lập	46	14	30.4	32	69.6
2	Kỹ năng hợp tác		10	21.7	36	78.3
3	<i>Kỹ năng tự bảo vệ bản thân</i>		10	21.7	36	78.3

2. THỰC TRẠNG

2.1. Thực trạng về các kỹ năng tự bảo vệ bản thân của học sinh lớp Một

Là một giáo viên dạy tiểu học nhiều năm trong nghề, đặc biệt là lớp 1, tôi không khỏi lo lắng khi những nguy hiểm đang ngày ngày rình rập các con. Báo giấy, báo mạng tràn ngập những thông tin về các vụ tai nạn đáng tiếc cho con trẻ, ngã, bỏng nước sôi, bỏng lửa, rơi từ tầng cao xuống đất, kẹt thang máy, bị bắt cóc, bị lừa bán, bị xâm hại tình dục... Đọc những tin tức ấy mà đau xót, phần uất.... Trong tình hình xã hội như hiện nay, cách tốt nhất là dạy các con cách tự bảo vệ mình. Một số bậc phụ huynh cho rằng, không nên cho trẻ biết về những tiêu cực của cuộc sống quá sớm khi họ muốn xây dựng cho con cái của mình một môi trường hoàn toàn trong sạch. Song, thực tế các bậc phụ huynh không phải lúc nào cũng có thể bảo đảm tuyệt đối sẽ luôn ở bên con mỗi khi xảy ra tình huống xấu. Do vậy, tập dần thói quen tự nhận biết và cách tránh xa nơi nguy hiểm, tình huống nguy hiểm là cách tốt nhất để bảo vệ sự an toàn cho các con.

2.2. Đánh giá thực trạng về các kỹ năng tự bảo vệ bản thân của học sinh lớp Một trường tôi.

Trường tôi có gần 1112 HS, trong đó có 4 lớp 1, tổng số HS lớp 1C năm học 2018 - 2019 là 46, 29 nam, 17 nữ. Là ngôi trường có bề dày truyền thống lịch sử: Dạy tốt - Học tốt. Với đông đảo cha mẹ đều chung lòng quan tâm đến con em học sinh. Tuy nhiên do điều kiện hoàn cảnh phải bận công tác, đâu đó còn vài PHHS còn lo kiếm kế sinh nhai nên ít có thời gian dành cho con em. Hơn nữa nhiệm vụ giáo dục kỹ năng tự bảo vệ bản thân cho các con là việc làm vô cùng quan trọng đối với các giáo viên chủ nhiệm. Trước thực trạng bạo lực xã hội gia tăng, sự an toàn của các con phải được đặt lên hàng đầu.

HS lớp Một hầu như không biết tự bảo vệ mình trước những tình huống có thể khiến sự an toàn của các con bị đe dọa. Để có một thói quen bình tĩnh khi xử lý những tình huống bất ngờ, trẻ cần được rèn khả năng quan sát, biết xác định vấn đề, tìm nguyên nhân và các phương án có thể giải quyết. Cần giúp trẻ biết tiếp nhận thông tin, chọn lọc và xử lý thông tin, tìm ra cách giải quyết vấn đề phù hợp, nhanh và hiệu quả. Những phương pháp và hình thức giáo dục kỹ năng tự bảo vệ cho trẻ cần được đơn giản, dễ nhớ, lặp lại nhiều lần trong nhiều tình huống và hoàn cảnh, không gian khác nhau.

3. MỘT SỐ BIỆN PHÁP DẠY TRẺ CÁC KỸ NĂNG TỰ BẢO VỆ BẢN THÂN.

3.1. Dạy trẻ các kỹ năng cần thiết để tự bảo vệ bản thân

Để trẻ bình tĩnh, trước hết trẻ phải xác định rằng, nguy hiểm có thể xảy ra mọi lúc mọi nơi, có thể đã được báo trước và đôi khi không được báo trước. Không thể loại bỏ được nguy hiểm, mà phải tìm cách ứng phó với nó. Nhưng đương đầu với lí trí sáng suốt, bằng khả năng dự đoán nhạy cảm và bằng mẹo chứ không phải lúc nào cũng hoàn toàn bằng sức lực.

Trẻ cần nhận biết được dấu hiệu của sự nguy hiểm. Mỗi hiện tượng khi xảy ra đều có nguyên nhân. Vì thế, suy luận hợp lý sẽ giúp trẻ lường trước và tìm cách để giảm bớt hậu quả nghiêm trọng.

Có rất nhiều tình huống xảy ra có thể đe dọa đến sự an toàn của các con, vì thế các con cần hiểu được trong tình huống nào thì phải làm gì để tránh sự nguy hiểm. Tôi đã đưa ra các tình huống cụ thể, mỗi một tình huống rèn một kỹ năng tự bảo vệ bản thân khác nhau.

3.1. 1.Kỹ năng an toàn khi tự chơi, khi tham gia các hoạt động.

Đây được coi là mối quan tâm hàng đầu của hầu hết các bậc phụ huynh trong thời gian gần đây. Hiện nay do tính chất của công việc cũng như điều kiện của mỗi gia đình, việc tự chơi của các con rất phổ biến. Trong quá trình chơi, các con có thể gặp phải những mối nguy hiểm từ những đồ vật trong gia đình như phích nước, ổ điện, bếp ga, đồ dùng nhà bếp, cầu thang và những đồ vật nhỏ. Các con cần hiểu được đâu là đồ chơi, đâu là đồ dùng trong gia đình; đâu là đồ vật an toàn và đồ vật không an toàn,...



Học sinh đang xử lý tình huống bị trầy xước khi vui chơi trong sân trường.

Hoạt động ngoài trời cũng là một hoạt động mà ở đó tôi có thể lồng ghép tích hợp giáo dục nhiều kỹ năng cần thiết. Khi cho các con chơi tự do trong hoạt động ngoài trời, tôi vừa quan sát các con chơi, vừa hướng dẫn trẻ cách chơi an toàn như: Cách lên xuống cầu thang, hướng dẫn các con cách kiên trì chờ đến lượt mình chơi, tuyệt đối không xô đẩy, tranh giành đồ chơi, chỗ chơi với bạn. Nếu không thực hiện đúng thì sẽ bị ngã, mất an toàn cho bản thân và bạn khác nữa. Khi chơi, không nên chơi ở những khu vực ẩm thấp, tối tăm các con sẽ biết tự bảo vệ mình phòng tránh muỗi đốt...



Các con rất tin khi đi tham quan, dã ngoại



Các con vui chơi an toàn trong giờ ra chơi

Ngay cả giờ ăn, giờ ngủ ở trường, tôi cũng rèn cho các con một số thói quen hành vi văn minh trong ăn uống. Các con biết mời cô, mời bạn, biết vệ sinh cá nhân trước và sau khi ăn để tự mình biết bảo vệ cơ thể, biết giữ vệ sinh chung và hành vi văn hoá như không nói chuyện khi ăn, ho hoặc ngáp phải quay ra ngoài đồng thời lấy tay che miệng để không ảnh hưởng đến các bạn khác, biết nhặt cơm rơi bỏ vào đĩa và lau tay. Khi tổ chức giấc ngủ cho các con, tôi dạy các con biết cùng cô trải chiếu, biết tự mình lấy, cất gối đúng nơi quy định, biết lau chùi chân trước khi lên giường, đi nhẹ, nói khẽ, không làm ồn khi bạn đang ngủ.

Khi đi rửa tay, đi vệ sinh nhớ phải đi dép để tránh bị trơn ngã, tôi nhắc nhở các con nhiều lần để trẻ ghi nhớ và trở thành thói quen.

Ngoài ra, để học sinh của tôi có được các kĩ năng này, ngoài việc nhắc nhở thường xuyên, tôi đã dạy học lồng ghép trong các hoạt động của môn “Tự nhiên xã hội”

Khi dạy bài “An toàn khi ở nhà” tôi đã đưa ra các tình huống cụ thể, chia lớp thành nhiều nhóm nhỏ, khi đưa tình huống tôi yêu cầu các nhóm thảo luận câu trả lời phải giải quyết tình huống đó thế nào?, sau đó các nhóm nghe và nhận xét cách giải quyết, cuối cùng thì phân vai đóng để các con nhớ được nhanh và lâu hơn.

•Tình huống thứ nhất.

Cháy nhà ; Khi ở gần chỗ các con chơi có một đám cháy, các con thấy đám cháy có nguy hiểm không? Vì sao?

Hầu hết các con đều cho rằng mình sẽ tránh xa nơi có đám cháy đó, cũng có trẻ không trả lời được phải làm gì, khi cô giáo gợi hỏi thì lại khóc, đây cũng là một khó khăn không nhỏ cho giáo viên lớp 1, bởi muốn các con hiểu được vấn đề cần kiên nhẫn và mất nhiều thời gian.

Trước tiên tôi giải thích cho các con vì sao đám cháy lại nguy hiểm, lửa rất nóng, nó có thể làm các con bị bỏng, khi bị bỏng thì da rất rát, rất đau đớn, và sau đó có thể bị nhiễm trùng, lửa có thể khiến các con bị thương, thậm chí có thể lấy đi sinh mạng của các con nữa. Khi các con hiểu được sự nguy hiểm của lửa, thì các

con ý thức được rằng nên tránh xa những đám cháy, báo cho người lớn biết để xử lý. Nếu không may bị bỏng thì phải ngâm ngay chỗ bị bỏng vào nước mát. Hướng dẫn các con số điện thoại gọi cứu hỏa 114.



Hình ảnh minh họa đám cháy lớn, nguy hiểm đến tính mạng

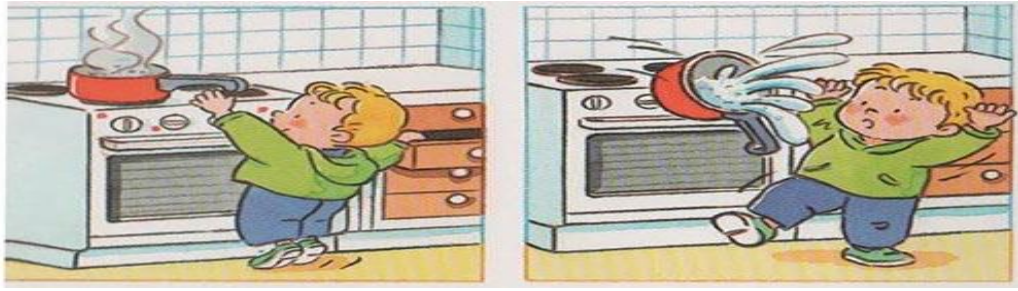


Cô trò tập huấn cách thoát hiểm khi gặp hỏa hoạn

Tình huống thứ hai.

Nước sôi: Nếu các con nhìn thấy một nồi nước đang sôi các con phải nghĩ ngay đến nguy hiểm có thể đến với mình như: Bị bỏng, bị ngã vào nồi nước.. Trong trường hợp đó các con phải nhanh chóng tránh xa nơi có nồi nước sôi và hết sức cẩn thận không chơi đùa ở khu vực gần đó bởi vì:

Nước sôi nhiệt độ rất cao, nếu không may bị ngã hoặc bị nước sôi đổ vào cơ thể thì cơ thể sẽ bị bỏng cũng gây ra đau đớn giống như lửa. Dẫn đến thân thể bị thương tổn, bị tàn phế hoặc có thể bị chết. Với HS lớp 1 những điều này đều phải giải thích rất cặn kẽ để các con hiểu được và ý thức được sự nguy hiểm do nước sôi gây ra, khi nhận thức được vấn đề các con sẽ có ý thức tránh xa khỏi nơi có thể gây tai nạn cho bản thân. Với tình huống này tôi cũng phải cho các con diễn tập nhiều lần để các con tạo thành thói quen tự bảo vệ mình khi có nguy hiểm.



Tranh minh họa tình huống 2



Cách xử lí khi bị bỏng

3.1.2. Kỹ năng phòng tránh bị xâm hại cơ thể

Ở Việt Nam, vấn đề cho con tìm hiểu về vấn đề này chưa thực sự được quan tâm đúng mức. Tuy nhiên, đây lại là vấn đề khá nhức nhối trong xã hội hiện nay. Để đảm bảo cho con có những kiến thức cơ bản về vấn đề bảo vệ thân thể cũng như cách phòng tránh khi bị xâm hại cơ thể, cha mẹ cần trang bị cho con những kiến thức cần thiết. Cha mẹ hãy giúp con hiểu được thế nào là hành động xâm phạm thân thể, nếu bị xâm hại cơ thể các con nên ứng xử ra sao.

Là một giáo viên chủ nhiệm, tôi cần dạy trẻ các kỹ năng tự bảo vệ bản thân mình trước các đối tượng nguy hiểm càng sớm càng tốt để giúp trẻ không rơi vào các tình huống xấu có thể xảy ra.

Gần đây, việc nghệ sĩ hài Minh Béo bị bắt tại Mỹ vì tội quấy rối tình dục trẻ em hay em nhỏ Nguyễn Nhật Linh người Việt bị hãm hiếp và giết chết ngay trên đường đi học ở Nhật, đến nay tòa án vẫn chưa tìm ra thủ phạm, dư luận vẫn còn đang bức xúc, càng khiến bố mẹ Việt thực sự lo lắng trước vấn nạn “xâm hại tình dục” trẻ em có thể xảy ra với con em mình. Không những thế, hàng loạt vụ việc liên quan đến nạn bắt cóc trẻ em cũng khiến bố mẹ lo ngại.



Qua tìm hiểu, tôi nhận thấy, con trẻ 6 tuổi bắt đầu tò mò và hỏi về các bộ phận cơ thể. Con nhận thức được sự khác nhau về cơ thể của mình và bạn khác phái, luôn tìm kiếm câu trả lời từ cha mẹ, thầy cô. Năm bắt được điều đó, tôi dạy các con rằng những bộ phận riêng tư, vùng kín của riêng con không ai được phép chạm vào, ngoại trừ cha mẹ hoặc người chăm sóc y tế làm vệ sinh vùng kín cho con dưới sự giám sát của cha mẹ. Cũng cho con biết không chạm vào phần riêng tư của người khác dù người đó mời chào.

Vấn đề đặt ra là tôi cần giúp con hiểu trong độ tuổi lên 6 là “đụng chạm tốt” và “đụng chạm xấu”. Đụng chạm tốt cảm giác bình thường, khi con đang ở chỗ đông người, cái chạm không làm con khó chịu. Ngược lại, đụng chạm làm con đau, hoặc con không thích là xấu. Dạy con nói “Đừng đụng vào người con”, báo cho cha mẹ hay cô giáo biết về sự khó chịu này.

Tôi dạy cho các con hiểu, các con cần được biết về cơ thể mình, cũng như những nguyên tắc xử sự tương tác với giới khác. Việc quy định con gái mặc váy, con trai mặc quần, con trai phải cắt tóc ngắn gọn... là cách xác lập cho trẻ một “định nghĩa” về bản thân, tránh một phần nào những lệch lạc giới tính xảy ra vô tình. Dưới đây là những kỹ năng tôi đã dạy cho các con:

- Các con tuyệt đối không để cho người khác, bất kể quen hay không quen đụng chạm đến các bộ phận nhạy cảm như ngực, vùng dưới bụng, bộ phận sinh dục (Tôi chỉ cho các con nhận thức được các bộ phận trên cơ thể) nói chung là các đụng chạm không cần thiết trên da thịt

- Khi tắm rửa, thay quần áo phải có chỗ kín đáo để tránh người khác nhìn thấy cơ thể mình, ngăn chặn nguy cơ cái ác có thể xảy đến.

- Khi đang ở chỗ vắng nếu thấy bất cứ ai đến gần đều phải kêu lên và nếu cần nên rời ngay khu vực đó, hoặc lên tiếng kêu những người thân khác đến với mình. (chính việc kêu lên có thể làm cho những kẻ đang bị ám ảnh chột tính để không tiếp tục các hành vi tệ hại...). Lúc đó, phải kiên quyết phản đối, thậm chí có thể la hét, kêu khóc, cắn và kêu cứu hoặc tìm cách để chạy trốn tới nơi đông người. Các con cần hiểu rằng mọi người luôn sẵn sàng bảo vệ khi các con bị đe dọa. Các con phải nhớ số điện thoại của bố, mẹ và những người thân khác trong gia đình cùng các số điện thoại khẩn cấp như 115, 113...

- Khi các con cảm thấy sợ hãi do có người muốn đụng chạm, hay xâm hại tình dục (dù là người lạ, người quen, hay người thân), các con cần: Đứng ngay dậy Lùi ra xa đủ để kẻ đó không với tay được đến người mình

- Nếu bị đe dọa, các con phải kêu thật to và phản đối kịch liệt. Nếu thấy có người lạ đi theo, các con hãy vào cửa hàng, cơ quan hoặc nhà gần đó để nhờ giúp đỡ.

- Các con không nên giữ bí mật về những gì làm các con sợ hãi hay đau đớn. Các con phải kể cho những người mà mình tin tưởng nghe những gì mà kẻ xấu dụ dỗ, đe dọa, ép buộc mình. Các con thường cho rằng mình có lỗi khi những chuyện đau lòng xảy ra bởi vậy thường hay giấu, không dám kể cho bố

mẹ hoặc người lớn, bởi vậy các con phải nhớ rằng ***các con không bao giờ là người có lỗi khi bị xâm hại tình dục.***

• Các con cần nhớ là không có gì phải ngại ngùng, xấu hổ. Việc tìm kiếm sự giúp đỡ là một việc rất quan trọng để giúp các con được an toàn. Nếu im lặng, không tìm kiếm sự giúp đỡ, vấn đề có thể nghiêm trọng và nguy hiểm hơn mà không ai biết để có thể giúp đỡ các con.

* Bài vè: Các quy tắc thực hành tự bảo vệ bản thân

Đây qui tắc 4 vòng tròn

Bạn ơi hãy nhớ để còn thực thi

Bố mẹ ta thì được ôm

Ông bà nội ngoại ta thời khoác tay

Anh chị em ruột nhớ ngay

Họ hàng ta sẽ bắt tay xin chào

Còn nếu người lạ tiến vào

Còn chờ gì nữa ta nào xua tay.

Quà dù có đẹp có hay

Nhưng của người lạ ta không nên cầm

Trời tối, đường vắng lạnh căm

Phải có bố mẹ đi cùng mới yên

Nếu ai có chạm vào ta

Biết là sợ hãi vẫn là gắng lên

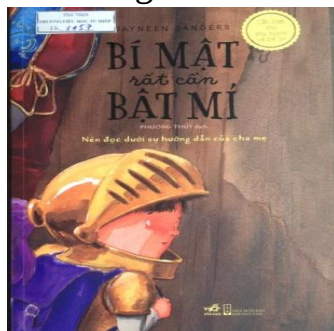
Nói với bố mẹ kéo quên

Thế là dũng cảm mọi người ngợi khen.

* Qui tắc 5 ngón tay, 2. Câu nói:

“ Không! Hãy dừng lại ! Tôi không cho phép! Tôi không muốn! Nếu không dừng lại, tôi sẽ mách với mọi người ..., 2 bạn giờ lên, còn 3 bạn thuyết trình bằng cách hát)

Bạn ơi ta nhớ qui tắc 5 ngón tay, ngón cái thân nhất, là ba má, ông bà. Ngón tay kế bên là bạn bè thầy cô, thì nắm tay, khoác vai. Bạn nhớ đừng quên. Người quen hàng xóm, bắt tay ta chào. Đây ngón áp út, người mới gặp phút đầu, vẫy tay, vẫy tay là chào thông minh nhất. Và ngón tay út xa, ai lạ kia



Một số tài liệu hướng dẫn các con rèn luyện kỹ năng tự bảo vệ bản thân



Các con đang say sưa nghe giảng và thực hành về kỹ năng phòng tránh xâm hại cơ thể

Hiểu rõ về các bộ phận cơ thể mình và sự khác biệt của bạn khác phái là kiến thức giáo dục giới tính đơn giản nhất con cần biết khi vào tuổi tiểu học



Tôi nhận thấy,cha mẹ cứ nghĩ đơn giản: con mới họcTiểu học, biết gì về giới, về yêu đương mà phải giáo dục giới tính. Thực ra, một số các hành động của trẻ ở trường cho thấy trẻ dần có ý thức về giới tính:

Ghép đôi trong lớp học

Tôi thấy,các con có xu hướng trải nghiệm cuộc sống thông qua hình ảnh của bố mẹ chúng. Các con đã chú ý đến bạn khác phái nhưng giấu kín việc này. Chuyện ghép đôi nhau trong lớp học của tôi đã xuất hiện.Cô trò nhỏ của tôi đã có lần vừa khóc vừa thưa:” Con thưa cô, bạn Khôi trêu con, Linh yêu Bách ạ? Ở tình huống này , tôi không vội la mắng, tránh làm lớn chuyện, làm nghiêm trọng sự việc và tránh chế giễu con, làm các con xấu hổ khi bạn trai bạn gái chơi thân với nhau.Tôi chỉ gọi các con lại và bảo: “Khôi không nên nói như vậy, Linh và Bách là đôi bạn tốt của nhau, hai bạn chơi thân và cùng giúp nhau học tập tiến bộ, hai bạn không phải yêu nhau đâu!”, anh chàng Khôi gãi đầu, xin lỗi các bạn, ba bạn lại chạy ùa ra sân chơi rất vui vẻ.

3.1.3. Kỹ năng ứng xử khi bị lạc

Với nhu cầu vui chơi giải trí hiện nay, đã có rất nhiều trường hợp trẻ bị lạc xảy ra nơi công cộng. Tôi đã giúp học trò của tôi có những kiến thức ứng xử cần thiết khi bị lạc như: Con nên gọi sự trợ giúp của ai? Nếu gặp người lạ muốn đưa con về con nên làm gì? Tôi dạy con ghi nhớ tên tuổi, số điện thoại của bố mẹ, địa chỉ nhà. Tuy nhiên khi trẻ đang hoảng sợ chưa chắc trẻ đã nhớ chính xác những thông tin này, vì thế tốt hơn hết nếu đi chơi xa các con nên mang theo mảnh giấy ghi thông tin liên lạc của bố mẹ



Tôi dạy các con không nói chuyện với người lạ, nhưng trong trường hợp này các con cần tìm đến những người mặc đồng phục, đeo băng tên, các con cũng có thể tìm công an, bảo vệ của trung tâm hay bà mẹ có con nhỏ để nhờ giúp. Tôi giúp các con nhận ra trang phục cảnh sát, công an khi cần trợ giúp.



Để các trò nhỏ của tôi có được kỹ năng ứng xử khi bị lạc, tôi thường cho các con đóng vai theo nhóm. Vai trẻ bị lạc, vai nhân viên siêu thị, công an, bà mẹ có con nhỏ... để các con thực hành tốt vai trò của mình. Đặc biệt tôi luôn xác định rằng các con phải biết những gì trong các tình huống có thể gặp phải ở trên, lúc nào cần làm gì và làm như thế nào?

3.1.4. Kỹ năng an toàn khi tham gia giao thông



Đây là một kỹ năng quan trọng đối với trẻ khi tham gia vào xã hội. Tôi giúp trẻ hiểu được một số loại biển báo cơ bản, một số loại đường cơ bản, một số người có vai trò trong việc điều hành giao thông, cách sang đường cũng như cách đi qua các ngã ba, ngã tư.



Các con tham gia thi tìm hiểu giao thông trong ngày 24/10/2018

3.1.5. Kỹ năng đề phòng bị bắt cóc



Tuyệt đối không mở cửa cho người lạ khi người lớn vắng nhà cũng là một nguyên tắc bảo vệ bản thân quan trọng cần dạy trẻ.



Dạy trẻ không được nghe theo những lời dụ dỗ, nhận quà của bất cứ người lạ nào và cũng không được đi theo họ, dù ở bất cứ nơi đâu.

Dạy các con kỹ năng này đòi hỏi thời gian và sự khéo léo của GV, bởi trẻ dễ bị nhầm lẫn trước việc người cho mình quà là người tốt và người lạ cho quà. Tuy vậy, không phải các con đều không nhận thức được, các con có thể cảm nhận được nguy hiểm từ người lạ.

- Cần từ chối nhận quà, kẹo bánh của người lạ
- Cần giữ khoảng cách với người lạ.
- Tuyệt đối không ăn, uống những thứ của người lạ nào đưa cho mình.

Ngoài ra, tôi thường xuyên cập nhật tin tức kể choc học sinh, phụ huynh nghe những câu chuyện : Cảnh báo nạn bắt cóc trẻ em lứa tuổi tiểu học.

Người lạ vào tận trường, thậm chí vào cả nhà vệ sinh của trường tiểu học Kì Đồng (Quận 3 TP.Hồ Chí Minh) ngay trong ngày 5/3/2014 vào lúc 16h15 (giờ tan học) đã cho anh học sinh Nguyễn Huỳnh Anh một chiếc kẹo cao su, Anh học sinh lớp 5 ăn rồi cứ đi theo người thanh niên đó. Đến ngã tư, anh học sinh đó chợt tỉnh và bỏ xuống xe tự chạy bộ đến cổng khách sạn Rạng Đông kêu khóc và đòi về bố mẹ. Được các chú bảo vệ giúp đỡ nên anh học sinh đó không bị bắt cóc. Sau khi nghe tôi kể lại sự việc, tôi mới căn dặn học sinh

- Các con cần từ chối không nhận quà, bánh kẹo của người lạ.

- Khi đã biết mắc nạn phải nhanh chóng khéo léo tìm ra người giúp đỡ gần chỗ nào an toàn nhất phải kêu cứu và nánh nạn ngay.
- Tuyệt đối không ăn bất cứ thứ gì từ người lạ cho mình.
- Không được đi theo bất kì người lạ nào (khi đang đứng đợi cha mẹ)



GVCN dẫn dò học sinh trước ra về bố mẹ đón

3.2. Tuân thủ một số nguyên tắc khi dạy con kỹ năng bảo vệ bản thân

Khi dạy các con kỹ năng bảo vệ bản thân, tôi tuân thủ một số nguyên tắc sau:

Thường xuyên nói chuyện, trao đổi với trẻ, tạo niềm tin trong trẻ

Nói chuyện là cách đơn giản nhất không chỉ giúp các trò nhỏ của tôi hiểu được vấn đề mà còn giúp kéo gần khoảng cách giữa cô và trò. Thường xuyên nói chuyện với các con sẽ giúp tôi tạo dựng niềm tin với các con. Đây là tiền đề tốt để tôi có thể nắm bắt và giải quyết được những vấn đề xảy ra xung quanh con một cách tốt nhất. Tôi thường chọn những khoảng thời gian thích hợp như thời gian đi dã ngoại, giờ ra chơi, cô trò cùng nhau làm các đồ dùng cho các con : dán nhãn vở, làm cờ thi đua, làm các sản phẩm thủ công.....



Giáo viên cùng học sinh trò chuyện vui vẻ trong giờ ra chơi

Khi trẻ sai, nên giải thích cho trẻ, không nên quát mắng trẻ.

Đây là lỗi thường thấy ở các bậc phụ huynh. Khi các con mắc lỗi, cha mẹ thường không đủ bình tĩnh để giải thích cho con những nguyên nhân dẫn đến vấn đề. Đối với vấn đề này, tôi đặt mình vào tình huống của con trẻ để xử lý. Phương pháp cuối cùng của mọi phương pháp mới là sự trách phạt.

Tập thói quen cho trẻ hiểu về nguyên nhân- kết quả

Ở giai đoạn này, các con nóng lòng muốn thể hiện mình. Cùng với đó, tư duy của các con bắt đầu phát triển mạnh hơn giai đoạn trước. Các con bắt đầu nhận thức được về nguyên nhân và kết quả. Vì vậy, tôi thường xuyên rèn luyện cho con trẻ tư duy này, các con sẽ biết cách hành động đúng hơn trong các tình huống của cuộc sống.

Sử dụng đóng kịch để giúp trẻ hiểu được những tình huống và cách giải quyết tình huống

Tôi đã nghiên cứu, theo các nhà khoa học: Trẻ hiểu được 10% những gì trẻ nghe; 40% những gì nhìn thấy; 60% những gì trẻ nhắc lại (nói) và khoảng 90% những gì trẻ nói và làm. Do vậy, đây có thể coi là cách tốt nhất để trẻ có thể hiểu được những tình huống có thể xảy ra trong thế giới muôn màu cũng như cách xử lý thông minh nhất.

Đưa ra những quy tắc an toàn và không an toàn, được phép và không được phép.

Quy tắc an toàn- không an toàn, được phép và không được phép là một trong những quy tắc đơn giản mà tôi có thể thực hiện ngay ở lớp của mình. Để thực hiện quy tắc này tôi là người làm gương cho các con. Với mỗi quy tắc, tôi nên đặt ra những mức thưởng- phạt rõ ràng để tạo niềm tin trong các con. Nếu cần sửa đổi hay bổ sung quy tắc, tôi nên thống nhất và giải thích rõ ràng với các con

Kỹ năng bảo vệ bản thân là một trong những kỹ năng xuất hiện sớm, được hoàn thiện trong một quá trình lâu dài và theo các con trong suốt cuộc đời. Do vậy, việc rèn luyện cho con kỹ năng này sẽ là hành trang quan trọng giúp con tự tin và mạnh mẽ hơn trong cuộc sống hiện đại.

3.3. Kết hợp với cha mẹ học sinh.

Ngoài việc giáo dục kỹ năng tự bảo vệ cho trẻ trên lớp, tôi còn kết hợp chặt chẽ với cha mẹ HS nhằm giúp các con có kỹ năng tự bảo vệ tốt nhất, bảo đảm sự an toàn cho trẻ ở trường cũng như ở nhà, ở xã hội. Những buổi tập thực hành cho các con tôi đều mời phụ huynh tham gia, vừa để lắng nghe, quan sát các phản ứng của con mình trước các tình huống, vừa tham gia vào vai trò diễn viên, hoặc viết kịch bản cho các tình huống. Đồng thời có sự hỗ trợ về vật chất và tinh thần cho đề tài được thực hiện tốt nhất có thể. Với thói quen hành xử chỉ biết thủ phận, trẻ còn phải chịu những trận bạo hành, bắt nạt ở trường, ở trong

cộng đồng. Không ít bậc cha mẹ còn cho rằng, trẻ biết cam chịu thì dễ quản lý, dạy trẻ biết cách phản ứng, cãi lý đâm ra chúng trở nên bướng bỉnh, khó bảo nên nhiều người chưa tạo điều kiện cho con phát huy tinh thần chủ động ứng phó.

Tôi có một số yêu cầu đối với các bậc cha mẹ HS như sau :

- Các bậc cha mẹ lưu ý không để những vật dụng sắc nhọn, cháy nổ gần khu vực sinh hoạt của trẻ.

- Không rời mắt khỏi các con khi cho các con đến khu vực đông người như lễ hội, khu vui chơi, siêu thị, trung tâm mua bán...

- Tuyệt đối không cho con trẻ chơi gần sông, suối, ao hồ mà không có người lớn bên cạnh.

- Không cho con chơi ở các khu vực dễ gây tai nạn như nhà cao tầng, khu công trình đang xây dựng, thang máy...

- Luôn kiểm tra độ nóng, lạnh của nước trước khi cho trẻ tắm.

- Không để con chứng kiến (nhìn thấy, nghe thấy) sự quan hệ riêng tư, tế nhị của cha mẹ.

- Ngăn chặn không cho các con chơi trò chơi ‘‘Vợ, chồng’’

- Cha mẹ, người lớn trong gia đình tránh xem những phim ảnh mang tính chất bạo lực trước mặt trẻ. Không nói bậy chửi tục hoặc có những hành vi nóng giận quá mức trước mặt các con.

- Các bậc cha mẹ cần : phải khéo léo, tế nhị kể cho trẻ nghe những tình huống khó khăn, nguy hiểm như lạc đường, gặp người lạ rủ rê... và giúp con hiểu cần xử lý như thế nào. Trước hết, cha mẹ nên chủ động thảo luận với trẻ về những tình huống trẻ em bị xâm hại, bạo hành hoặc bị bắt cóc.

- Các bậc cha mẹ cần: dạy trẻ tập thói quen ứng phó linh hoạt trước những tình huống bất ngờ. Chẳng hạn khi ở nhà một mình mà có khách lạ đến, trẻ không được tự ý mở cửa cho khách vào, mà hãy ứng xử khéo và tế nhị để tìm cách gọi điện cho anh chị hoặc người lớn hơn, hay gọi điện cho cha mẹ để thông báo. Khi con bị lạc đường, khuyên con nên bình tĩnh gọi điện về cho gia đình hoặc đến các cơ quan công an, trường học nhờ giúp đỡ. Tuyệt đối không được nhờ những người lạ gặp được trên đường. Cha mẹ cần dạy cho con nhớ số điện thoại, địa chỉ của gia đình hoặc ghi vào sổ tay, sách vở của trẻ. Không nên ghi địa chỉ gia đình lên cặp sách của trẻ. Việc làm này có thể bị kẻ xấu lợi dụng khi con đi một mình. Cố gắng dạy con biết cách sử dụng điện thoại càng sớm càng tốt. Hãy bảo với trẻ, trong những trường hợp nguy hiểm, trẻ phải biết la lên, đá, cắn, quấy đạp hoặc nói dối để chạy thoát khỏi nơi đó. Cha mẹ hãy tạo những dấu hiệu riêng mà chỉ có những người trong gia đình cùng biết, phòng trường hợp khi gặp bất trắc, trẻ có thể sử dụng tín hiệu đó để báo động với cha mẹ mà kẻ lạm dụng (bắt cóc, quấy nhiễu...) không biết, nhằm bảo vệ trẻ an toàn.

- Đặc biệt cha mẹ phải nhắc nhở con khi tan học về, bố mẹ chưa kịp đón thì cần đợi ở trong lớp, sau nhờ cô chủ nhiệm gọi điện thoại nhắc bố mẹ đến đón đúng giờ. Trong khi chờ không được đi đâu, bất kể người lạ nào rủ đi, hay cho ăn gì đều không đi, không được phép ăn các thứ do người lạ cho (dù ngon đến mấy).

- Mặt khác, giờ tan học phía nhà trường cũng phải kiểm tra sát sao, có ghi lại qua camera người vào trường đón con (trước giờ vì lí do nào đó....); bảo vệ phải mặc đồng phục và nghiêm túc quan sát người lạ vào trường. Có như vậy mới bảo vệ trẻ an toàn, trao trả cho đúng bố mẹ, đúng người thân đón.

- Không cho trẻ ăn mặc hở hang vì dễ gây kích thích sự ham muốn đối với những kẻ có ý xấu. Ngoài ra, các bậc cha mẹ cũng nên nhớ rằng những trẻ nhút nhát, tự ti, ít bạn bè thường dễ bị kẻ xấu tấn công. Vì vậy, hãy dạy trẻ vui vẻ, tự tin, quý trọng bản thân, không dễ bị cám dỗ bởi đồ chơi hay bánh kẹo...

- Bên cạnh việc dạy con biết tự bảo vệ mình, cha mẹ phải luôn biết rõ con mình đang ở đâu và với ai. Nên thường xuyên tạo điều kiện để trẻ chia sẻ với bạn về những mối quan hệ với những người xung quanh. Đó cũng là cơ hội để cha mẹ phát hiện kịp thời các biểu hiện thay đổi cơ thể và tâm lý của con mình.

Điều quan trọng nữa là sự tin cậy, gần gũi của trẻ đối với cha mẹ để trẻ cảm thấy thực sự thoải mái khi nói chuyện với cha, mẹ. Sự gần gũi, quan tâm thường xuyên và tình ý của cha mẹ đối với con có thể giúp cha mẹ nhận biết những dấu hiệu cho thấy con mình bị xâm hại và ngăn chặn kịp thời.



Giáo viên gặp gỡ phụ huynh trao đổi những vấn đề tế nhị về giáo dục giới tính

3.4. Kết quả của sáng kiến

Qua thời gian áp dụng SKKN vào thực tế, tôi đã nhận được rất nhiều sự ủng hộ từ phía các bậc phụ huynh và nhà trường cả về vật chất lẫn thông tin liên quan. Tôi cũng nhận được sự chia sẻ về thông tin liên quan đến đề tài của SKKN,

cách thức giải quyết, những buổi diễn tập cùng các con được cha mẹ HS tham gia nhiệt tình, đóng góp ý kiến chân thành, hiệu quả. Ở gia đình các bậc cha mẹ cũng dành thời gian nhiều hơn cho con mình, ngoài việc kèm cặp chỉ bảo các con học và làm bài tập, cha mẹ còn dành nhiều thời gian để tập với các con cách tự bảo vệ bản thân khi có tình huống nguy hiểm.

HS lớp tôi chủ nhiệm đã nhận thức khá rõ ràng về những nguy hiểm có thể xảy đến với mình, trong các tình huống tập diễn các con trở nên ngày càng mạnh dạn, bình tĩnh hơn. Cho đến cuối năm học thì 100% các con nhớ được những số điện thoại cần gọi khi gặp tình huống nguy hiểm như điện thoại của cha mẹ, 115, 114, 113... khi ra đường, vào siêu thị, vào những khu vui chơi giải trí, các con đã nhận biết được những người nào mặc trang phục công an, bảo vệ, hoặc đeo phù hiệu có tên trên ngực, là những người các con có thể nhờ giúp đỡ khi có nguy hiểm xảy đến. Các con cũng rất có ý thức tránh xa những nơi nguy hiểm như nước sôi, lửa, vật dụng sắc nhọn, đồ dễ gây cháy nổ, thang máy tầng cao, khu công trường xây dựng... Qua các cuộc diễn tập hầu hết các con đã biết vận dụng những kỹ năng được học vào thực tế ở mức cơ bản nhất. Các con đã biết tránh không cho người lạ đụng chạm vào thân thể. Các con tránh chơi những trò chơi bạo lực và trong suốt năm học không có tai nạn đáng tiếc nào xảy ra. Và lớp tôi luôn được nhà trường cùng Ban giám hiệu đánh giá cao, cụ thể: Qua tổng kết các kì cuộc đều là một trong những lớp dẫn đầu khối về các mặt thi đua, đâu cũng là công lao lớn của cô - trò cùng đông đảo tập thể PHHS yêu quý, dưới sự chỉ đạo của Ban giám hiệu nhà trường.

Vì vậy việc rèn các kỹ năng tự bảo vệ bản thân là một trong những kinh nghiệm tôi thấy sát thực và tâm đắc trong các lớp học ở trường tôi hiện nay.

Bảng kết quả cuối tháng 3 năm 2018 – 2019

STT	Kỹ năng	Tổng số HS	Đạt		Chưa đạt	
			Số HS	Tỉ lệ %	Số HS	Tỉ lệ %
1	Kỹ năng tự bảo vệ bản thân	46	36	78.3	10	21.7

PHẦN III: KẾT LUẬN VÀ KHUYẾN NGHỊ

1. Kết luận

Dạy trẻ kỹ năng tự bảo vệ phải dạy từ từ, dần dần, không phải một vài ngày là xong mà phải dạy trẻ lồng vào trong các tiết học mà GV còn dạy các con ở mọi lúc, mọi nơi VD như: khi tham quan, khi giờ ra chơi, khi đi xem phim, trước giờ tan học.... Trẻ càng lớn, giáo viên dạy càng vất vả hơn, tôi hiểu điều đó nên ngay từ khi nhận lớp Một tôi luôn chú trọng và tâm niệm một điều: "Từ sáng sớm đón trò vào lớp, đến khi tan học, các con về hết với bố mẹ, thì tôi mới thở phào nhẹ nhõm, tạm coi như ngày hôm nay là ngày học An toàn".

Kỹ năng tự bảo vệ là một kỹ năng quan trọng đối với trẻ, nó là một quá trình hình thành dần dần, được giáo dục và được tích lũy qua những tình huống trong cuộc sống. Khi trẻ có được kỹ năng tự bảo vệ tốt cũng tức là sự an toàn của trẻ được đảm bảo. Cha mẹ cũng yên tâm hơn khi con biết vận dụng những kỹ năng cần thiết để bảo vệ bản thân. Giáo dục cho trẻ những kỹ năng có thể tự bảo vệ mình không chỉ là trách nhiệm của bất cứ cá nhân nào, mà là trách nhiệm của toàn xã hội, trẻ em là tương lai của đất nước, sự an toàn của con trẻ cũng là sự vững mạnh của xã hội. Dạy trẻ biết tự bảo vệ mình là việc vô cùng quan trọng, nên người lớn chúng ta phải bắt tay ngay vào từ khi trẻ còn nhỏ, tạo cho trẻ một kỹ năng tự bảo vệ cần thiết song song với việc tạo một môi trường sống an toàn cho trẻ. Trách nhiệm bảo vệ an toàn cho trẻ là của toàn xã hội, của chính mỗi người dân và của nhiều cấp, bộ, ngành. Muốn vậy mỗi chúng ta, những người giáo viên hãy bắt đầu ngay từ hôm nay khi còn chưa muộn!!!

2. Khuyến nghị

Xã hội càng phát triển thì càng nhiều mối nguy hiểm, đặc biệt là đối với trẻ nhỏ. Tôi mong muốn Bộ Giáo dục và đào tạo nghiên cứu, có thể phổ cập những kiến thức bồi dưỡng kỹ năng tự bảo vệ cho trẻ nhỏ vào trong nhà trường. Khi trẻ em có kỹ năng biết tự bảo vệ mình thì các em không những chỉ bảo vệ khỏi bị xâm hại tình dục, mà có thể bảo vệ nhiều khía cạnh khác, khi giáo dục kỹ năng tự bảo vệ cho trẻ người lớn chúng ta không nên áp đặt các con phải như thế này hay thế kia, mà trẻ cần được cung cấp thông tin, từ đó nâng nhận thức của trẻ lên để các con biết cách tự ứng xử.

Tôi mong muốn cùng với việc giáo dục cho trẻ em, những chương trình giáo dục cho cha mẹ, gia đình cần được phổ biến rộng rãi hơn. Chúng ta cũng cần tăng cường các chương trình giáo dục cho gia đình, cung cấp kiến thức cho các gia đình và trang bị kiến thức cho chính các con.

Cuối cùng tôi rất mong có sự chia sẻ, đóng góp ý kiến của các bạn đồng nghiệp, các ban ngành có liên quan để đề tài được hoàn thiện hơn, được phổ biến rộng rãi trong các trường Tiểu học để giúp các con được bảo vệ an toàn hơn. Trẻ em hôm nay là thế giới ngày mai. “Quyền được sống an toàn là quyền của mọi trẻ em”.

Tôi xin chân thành cảm ơn!