



BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

2

TÀI LIỆU BỒI DƯỠNG GIÁO VIÊN HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP

(Tài liệu lưu hành nội bộ)

lớp 7



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM



BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

ĐINH THỊ KIM THOA (Tổng Chủ biên)

VŨ ĐÌNH BẢY (Chủ biên)

VŨ PHƯƠNG LIÊN – TRẦN BẢO NGỌC – ĐỒNG VĂN TOÀN – HUỲNH MỘNG TUYẾN

TÀI LIỆU BỒI DƯỠNG GIÁO VIÊN

**HOẠT ĐỘNG
TRẢI NGHIỆM,
HƯỚNG NGHIỆP**

(Tài liệu lưu hành nội bộ)

lớp 7

NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

Mục lục

Lời nói đầu	3
PHẦN THỨ NHẤT: NHỮNG VẤN ĐỀ CHUNG	4
1. Khái quát về chương trình hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp trong Chương trình giáo dục phổ thông 2018	4
2. Giới thiệu sách giáo khoa Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 7	6
3. Cấu trúc sách và cấu trúc chủ đề	10
4. Phương thức tổ chức và loại hình hoạt động	22
5. Đánh giá kết quả hoạt động	24
6. Hướng dẫn sử dụng nguồn tài nguyên sách và các học liệu điện tử của Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam	25
PHẦN THỨ HAI: HƯỚNG DẪN XÂY DỰNG KẾ HOẠCH VÀ TỔ CHỨC THỰC HIỆN	27
1. Gợi ý phân phối chương trình hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 7 (Chân trời sáng tạo) (Bản 2)	27
2. Thiết kế kế hoạch tổ chức hoạt động	30
3. Minh họa bài soạn Chủ đề 2	31

QUY ƯỚC VIẾT TẮT

CHỮ VIẾT ĐẦY ĐỦ	CHỮ VIẾT TẮT
Chương trình giáo dục phổ thông	CTGDPT
Học sinh	HS
Giáo viên	GV
Sách giáo khoa	SGK

Lời nói đầu

Các thầy cô và các nhà giáo dục thân mến!

Tài liệu bồi dưỡng giáo viên Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 7 theo bộ sách giáo khoa *Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 7 (bản 2)*, bộ sách *Chân trời sáng tạo* được biên soạn nhằm giúp các thầy cô, các nhà giáo dục quan tâm, hiểu được những ý tưởng cơ bản của bộ sách và thực hiện mục tiêu đề ra.

Tài liệu chỉ ra những căn cứ pháp lí cũng như khoa học, thực tiễn khi biên soạn sách, những điểm nổi bật của cuốn sách để hỗ trợ thầy cô làm sáng tỏ những điều này.

Điểm đáng chú ý trong tài liệu là phương thức tổ chức hoạt động. Tuy nhiên, để có thể thực hiện tốt các hoạt động, thầy cô sẽ được tập huấn trực tiếp, các chuyên gia sẽ thị phạm các phương pháp tổ chức theo tiếp cận trải nghiệm và phát triển năng lực học sinh.

Như vậy, tài liệu không chỉ khái quát về nội dung cơ bản của cuốn sách mà còn đề xuất hướng thực hiện. Nhóm tác giả hi vọng cuốn tài liệu sẽ giúp giảm đi phần nào những băn khoăn của thầy cô khi thực hiện.

Kính chúc các thầy cô sức khoẻ và thành công!

NHÓM TÁC GIẢ



PHẦN THỨ NHẤT

NHỮNG VẤN ĐỀ CHUNG

I. KHÁI QUÁT VỀ CHƯƠNG TRÌNH HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP TRONG CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC PHỔ THÔNG 2018

1.1 Đặc điểm chương trình

Hoạt động trải nghiệm và Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp là hoạt động giáo dục bắt buộc trong nhà trường, do nhà giáo dục định hướng, thiết kế và hướng dẫn thực hiện, tạo cơ hội cho học sinh tiếp cận thực tế, thể nghiệm các cảm xúc tích cực, khai thác những kinh nghiệm đã có và huy động tổng hợp kiến thức, kĩ năng của các môn học để thực hiện những nhiệm vụ được giao hoặc giải quyết những vấn đề của thực tiễn đời sống nhà trường, gia đình, xã hội phù hợp với lứa tuổi; thông qua đó, chuyển hoá những kinh nghiệm đã trải qua thành tri thức mới, hiểu biết mới, kĩ năng mới góp phần phát huy tiềm năng sáng tạo và khả năng thích ứng với cuộc sống, môi trường và nghề nghiệp tương lai.

Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp góp phần hình thành, phát triển các phẩm chất chủ yếu, năng lực chung và các năng lực đặc thù cho học sinh; nội dung hoạt động được xây dựng dựa trên các mối quan hệ của cá nhân học sinh với bản thân, với xã hội, với tự nhiên và với nghề nghiệp.

Nội dung Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp được phân chia theo hai giai đoạn: giai đoạn giáo dục cơ bản và giai đoạn giáo dục định hướng nghề nghiệp.

Ở cấp trung học cơ sở (giai đoạn giáo dục cơ bản), nội dung Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp tập trung hơn vào các hoạt động xã hội, hoạt động hướng đến tự nhiên và hoạt động hướng nghiệp; đồng thời hoạt động hướng vào bản thân vẫn được tiếp tục triển khai để phát triển các phẩm chất và năng lực của học sinh.

Mục tiêu Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp của cấp trung học cơ sở là giúp học sinh củng cố thói quen tích cực, nền nếp trong học tập và sinh hoạt, hành vi giao tiếp ứng xử có văn hoá và tập trung hơn vào phát triển trách nhiệm cá nhân: trách nhiệm với bản thân, trách nhiệm với gia đình, cộng đồng; hình thành các giá trị của cá nhân theo chuẩn mực chung của xã hội; hình thành và phát triển năng lực giải quyết vấn đề trong cuộc sống; biết tổ chức công việc một cách khoa học; có hứng thú, hiểu biết về một số lĩnh vực nghề nghiệp, có ý thức rèn luyện những phẩm chất cần thiết của người lao động và lập được kế hoạch học tập, rèn luyện phù hợp với định hướng nghề nghiệp khi kết thúc giai đoạn giáo dục cơ bản.

1.2. Yêu cầu cần đạt về năng lực và phẩm chất

1.2.1. Yêu cầu cần đạt về phẩm chất chủ yếu

Hoạt động trải nghiệm và Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp góp phần hình thành và phát triển các phẩm chất chủ yếu theo các mức độ phù hợp với mỗi cấp học đã được quy định trong Chương trình tổng thể.

1.2.2. Yêu cầu cần đạt về năng lực

Hoạt động trải nghiệm và Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp giúp hình thành và phát triển ở học sinh các năng lực tự chủ và tự học, giao tiếp và hợp tác, giải quyết vấn đề và sáng tạo được biểu hiện qua các năng lực đặc thù: năng lực thích ứng với cuộc sống, năng lực thiết kế và tổ chức hoạt động, năng lực định hướng nghề nghiệp. Yêu cầu cần đạt về các năng lực đặc thù này được thể hiện trong bảng sau:

NĂNG LỰC	NĂNG LỰC THÍCH ỨNG VỚI CUỘC SỐNG
Hiểu biết về bản thân và môi trường sống	– Xác định được những nét đặc trưng về hành vi và lời nói của bản thân. – Thể hiện được sở thích của mình theo hướng tích cực. – Thể hiện được chính kiến khi phản biện, bình luận về các hiện tượng xã hội và giải quyết mâu thuẫn. – Giải thích được ảnh hưởng của sự thay đổi cơ thể đến các trạng thái cảm xúc, hành vi của bản thân. – Tìm được giá trị, ý nghĩa của bản thân đối với gia đình và bạn bè. – Giải thích được tác động của sự đa dạng về thể giới, văn hoá, con người và môi trường thiên nhiên đối với cuộc sống. – Nhận biết được những nguy cơ từ môi trường tự nhiên và xã hội ảnh hưởng đến cuộc sống con người.
Kĩ năng điều chỉnh bản thân và đáp ứng với sự thay đổi	– Vận dụng được kiến thức, kĩ năng đã học để giải quyết vấn đề trong những tình huống khác nhau. – Làm chủ được cảm xúc của bản thân trong các tình huống giao tiếp, ứng xử khác nhau. – Tự chuẩn bị kiến thức và kĩ năng cần thiết để đáp ứng với nhiệm vụ được giao. – Thực hiện được các nhiệm vụ với những yêu cầu khác nhau. – Thể hiện được cách giao tiếp, ứng xử phù hợp với tình huống. – Biết cách ứng phó với nguy cơ, rủi ro từ môi trường tự nhiên và xã hội.
NĂNG LỰC	NĂNG LỰC THIẾT KẾ VÀ TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG
Kĩ năng lập kế hoạch	– Xác định được mục tiêu, đề xuất được nội dung và phương thức phù hợp cho các hoạt động cá nhân và hoạt động nhóm. – Dự kiến được nhân sự tham gia hoạt động và phân công nhiệm vụ phù hợp cho các thành viên. – Dự kiến được thời gian hoàn thành nhiệm vụ.



Kĩ năng thực hiện kế hoạch và điều chỉnh hoạt động	– Thực hiện được kế hoạch hoạt động của cá nhân và linh hoạt điều chỉnh khi cần để đạt được mục tiêu. – Thể hiện được sự hợp tác, giúp đỡ, hỗ trợ mọi người để cùng thực hiện nhiệm vụ. – Biết cách tự khích lệ và động viên người khác để cùng hoàn thành nhiệm vụ. – Giải quyết được vấn đề nảy sinh trong hoạt động và trong quan hệ với người khác.
Kĩ năng đánh giá hoạt động	– Đánh giá được sự hợp lí/chưa hợp lí của kế hoạch hoạt động. – Đánh giá được những yếu tố ảnh hưởng đến quá trình thực hiện hoạt động. – Chỉ ra được những đóng góp của bản thân và người khác vào kết quả hoạt động. – Rút ra được những kinh nghiệm học được khi tham gia các hoạt động.
NĂNG LỰC	NĂNG LỰC ĐỊNH HƯỚNG NGHỀ NGHIỆP
Hiểu biết về nghề nghiệp	– Giới thiệu được các nghề/nhóm nghề phổ biến ở địa phương và ở Việt Nam, chỉ ra được vai trò kinh tế – xã hội của các nghề đó. – Phân tích được yêu cầu về phẩm chất, năng lực của người làm nghề mà bản thân quan tâm. – Trình bày được xu thế phát triển của nghề ở Việt Nam. – Giới thiệu được các nhóm kiến thức cần học và các cơ sở đào tạo nghề liên quan đến định hướng nghề nghiệp. – Chỉ ra được các công cụ của các ngành nghề, những nguy cơ mất an toàn có thể xảy ra và cách đảm bảo sức khỏe nghề nghiệp.
Hiểu biết và rèn luyện phẩm chất, năng lực liên quan đến nghề nghiệp	– Hình thành được hứng thú nghề nghiệp và biết cách nuôi dưỡng hứng thú, đam mê nghề nghiệp. – Chỉ ra được một số điểm mạnh và chưa mạnh về phẩm chất và năng lực của bản thân có liên quan đến nghề yêu thích. – Rèn luyện được một số phẩm chất và năng lực cơ bản của người lao động. – Biết giữ an toàn và sức khỏe nghề nghiệp.
Kĩ năng ra quyết định và lập kế hoạch học tập theo định hướng nghề nghiệp	– Lựa chọn được hướng đi phù hợp cho bản thân khi kết thúc giai đoạn giáo dục cơ bản. – Lập được kế hoạch học tập và rèn luyện phù hợp với hướng đi đã chọn.

2. GIỚI THIỆU SÁCH GIÁO KHOA HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP 7

2.1. Căn cứ biên soạn

2.1.1. Căn cứ pháp lí

– Nghị quyết 29/NQ/TW ngày 4/11/2013 của Ban Chấp hành Trung ương Đảng Cộng sản Việt Nam về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo;

– Nghị quyết 88/2014/QH13 ngày 28/11/2013 của Quốc hội về Đổi mới chương trình và SGK phổ thông;

– CTGDPT tổng thể và Chương trình Hoạt động trải nghiệm và Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp được ban hành theo Thông tư số 32/2018/TT-BGDĐT, ngày 26 tháng 12 năm 2018 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo;

– Luật Giáo dục (sửa đổi) 2019;

– Tiêu chuẩn SGK mới ban hành kèm theo Thông tư số 33/2017 ngày 22 tháng 12 năm 2017 của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

2.1.2. Căn cứ chỉ đạo chung trong biên soạn: Hiện đại – Khoa học – Hội nhập – Nhất quán

Hiện đại – Khoa học: Bộ sách biên soạn dựa trên những lí thuyết, mô hình hiện đại của khoa học tâm lí, giáo dục và một số lĩnh vực liên ngành, được ứng dụng nhiều trên thế giới. Tính Hiện đại – Khoa học được thể hiện đặc biệt trong sách dành cho GV, trong đó trình bày rõ ràng các mô hình/lí thuyết, các nguồn tài liệu trích dẫn,...

Hội nhập: Tính hội nhập với thế giới được thể hiện trong sử dụng lí luận cũng như tham khảo nội dung giáo dục HS của nhiều nước trên thế giới. Bên cạnh đó, tính hội nhập thể hiện cả trong xây dựng hình thức và phương pháp tổ chức hoạt động, phương pháp giáo dục. Cuối cùng là hội nhập với hoàn cảnh địa phương, bản sắc văn hoá vùng miền, địa phương.

Nhất quán: Các lí thuyết, mô hình, công cụ, phương pháp được sử dụng trong bộ sách cần nhất quán, tương thích với nhau, hỗ trợ nhau, không phủ nhận nhau. Những điều này được ẩn trong các hoạt động được đề nghị trong bộ sách HS nhưng được nêu rõ trong sách GV. Đặc biệt, nhất quán thể hiện ở sự xuyên suốt từ hành động, phương pháp, công cụ kĩ thuật,... đến quan điểm triết lí của nhà giáo dục.

2.1.3. Căn cứ tiếp cận hiện đại về phương pháp tổ chức hoạt động

Phương pháp tiếp cận hoạt động: Tài liệu được thiết kế dưới dạng các hoạt động gắn với các nhiệm vụ cụ thể bởi các tác giả đều hiểu: Tâm lí chỉ được hình thành và phát triển thông qua hoạt động. Hoạt động được cụ thể hoá bằng các hành động và thao tác, chính vì vậy tài liệu đưa ra hướng dẫn thực hiện từng hành động, từng thao tác đối với HS khi thực hiện nhiệm vụ và đối với GV khi tổ chức hoạt động.

Phương pháp tiếp cận nhận thức – hành vi: Nhận thức là điểm khởi đầu của quá trình đi đến mục tiêu về năng lực hay phẩm chất. Nhận thức là quá trình biến đổi không ngừng tâm trí của cá nhân trong quá trình tương tác với môi trường. Phẩm chất hay năng lực đều được biểu hiện thông qua nhận thức – hình thành hành vi và được tạo nên từ việc lặp lại thường xuyên các hành vi đó. Chính vì vậy, các phẩm chất hay năng lực cần hình thành đều phải được mô tả dưới dạng các hành vi cụ thể và các



hành vi đó được thực hiện thông qua các nhiệm vụ khác nhau, trong các tình huống khác nhau. Sự lặp đi lặp lại một hành vi nào đó sẽ là cơ hội để hành vi ấy trở thành phẩm chất hay năng lực của HS.

Phương pháp tiếp cận kinh nghiệm: Những gì con người trải qua tự giác hay tự phát đều trở thành bài học quý giá nếu biết sử dụng chúng. Cách biên soạn tài liệu này luôn đặt ra các câu hỏi liên quan đến những điều HS đã trải qua và về suy nghĩ, cảm xúc của HS khi trải qua những điều đó. Qua đó, hình thành ở HS thói quen luôn chiêm nghiệm và rút ra bài học từ kinh nghiệm của bản thân cũng như người khác. Bản chất học là học lại – học lại từ những kinh nghiệm.

Phương pháp tiếp cận giáo dục cá biệt song song với giáo dục tập thể: Các hoạt động được thiết kế tạo cơ hội cho từng cá nhân phát huy tiềm năng sáng tạo của mình, được thực hiện theo năng lực của cá nhân và được hướng dẫn để nâng cao mức độ phát triển của mình. Bên cạnh đó, có những nhiệm vụ đặt cá nhân trong mối quan hệ với nhóm, tập thể để cá nhân tự soi mình và tập thể cũng có trách nhiệm đối với từng cá nhân. Mối quan hệ phụ thuộc này không tách rời trong hoạt động.

Phương pháp tiếp cận nhân văn: Tài liệu biên soạn hướng dẫn GV thường xuyên khích lệ mọi sự cố gắng của HS. HS nhận xét về nhau cũng luôn dùng từ “tôi mong bạn...”, GV có thể “tạm ứng thành công” nếu HS tự đánh giá chưa đúng về mình. Đối với HS, tài liệu hướng dẫn để mỗi cá nhân phát triển bản thân, biết yêu thương, chấp nhận bản thân và tự hào về bản thân. Cùng với đó, biết chấp nhận sự khác biệt và yêu thương mọi người.

2.1.4. Căn cứ trên chương trình Hoạt động trải nghiệm và Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp của Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành

- Dựa trên mục tiêu chung và đặc thù của chương trình.
- Dựa trên các yêu cầu cần đạt của trong chương trình lớp 7.
- Dựa trên yêu cầu về các mạch nội dung, sự tích hợp nội dung giáo dục của Đoàn và Đội.
- Dựa trên hình thức và phương pháp tổ chức.
- Dựa trên quy định về loại hình tổ chức.
- Dựa trên quy định về thời lượng dành cho chương trình.
- Dựa trên các yêu cầu về đánh giá.

8 chủ đề đã được biên soạn bao phủ đủ các yêu cầu cần đạt và các mạch nội dung.

- Dựa trên số lượng tiết dành cho hoạt động này là 3 tiết/ tuần, dự kiến phân bổ cho các loại hình của Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp như sau:

- + Sinh hoạt dưới cờ
- + Sinh hoạt lớp
- + Hoạt động giáo dục theo chủ đề:
 - Hoạt động trải nghiệm thường xuyên.
 - Hoạt động trải nghiệm định kì 1 – 2 lần/ học kì (sử dụng thời gian ngoài giờ lên lớp).

2.2. Những điểm nổi bật của sách giáo khoa Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp lớp 7 (Chân trời sáng tạo - Bản 2)

2.2.1. Tiếp thu kinh nghiệm nước ngoài trong chương trình mới

Hoạt động trải nghiệm sáng tạo được hầu hết các nước phát triển quan tâm, nhất là các nước tiếp cận CTGDPT theo hướng phát triển năng lực; chú ý giáo dục nhân văn, giáo dục sáng tạo, giáo dục phẩm chất và kỹ năng sống;... SGK tiếp thu kinh nghiệm từ các nước như Singapore, Netherlands, Vương quốc Anh, Đức, Nhật, Hàn Quốc,...

2.2.2. Những điểm kế thừa chương trình hiện hành

Chương trình Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp được xây dựng trên nguyên tắc kế thừa, được thể hiện qua:

– Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp trong chương trình mới hay Hoạt động ngoài giờ lên lớp trong chương trình hiện hành đều đặt mục tiêu góp phần hình thành và phát triển toàn diện nhân cách HS.

– Các sự kiện chính trị xã hội của đất nước, địa phương, những nội dung giáo dục tư tưởng chính trị, những nội dung mang tính thời sự, những hoạt động thiện nguyện vì cộng đồng,... trong chương trình hiện hành vẫn được tiếp tục thực hiện trong chương trình hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp.

– Sinh hoạt dưới cờ, Sinh hoạt lớp, Sinh hoạt tập thể,... được sử dụng trong chương trình hiện hành vẫn là những loại hình được tiếp tục trong chương trình hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp nhưng được đổi mới trong cách thực hiện.

2.2.3. Sách Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp lớp 7, bộ sách Chân trời sáng tạo (Bản 2) có những điểm nổi bật sau đây:

– Lần đầu tiên có SGK dành cho hoạt động giáo dục trong nhà trường, nên nó là cuốn sách mang tính thực hành, không đề cập đến các khái niệm hay những kiến thức có tính lý luận. Có chăng đó là những kiến thức về phương pháp, con đường, cách thực hiện thành và phát triển các kỹ năng, từ đó có thể hình thành và phát triển năng lực và phẩm chất.

– Tất cả các nội dung giáo dục HS trong nhà trường ở chương trình hiện hành được thực hiện dưới các hình thức khác nhau một cách khá độc lập, thì nay được thể



hiện thống nhất trong chương trình và trong SGK. Chính vì vậy, chương trình và SGK định hướng toàn bộ nội dung, phương thức và loại hình tổ chức hoạt động.

- Nội dung SGK Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 7 biên soạn chủ yếu để HS sử dụng thời gian hiệu quả và tự rèn luyện trong mọi không gian, hoàn cảnh.

- Với 8 chủ đề, thực hiện trong 35 tuần, mỗi tuần 3 tiết, HS có nhiều thời gian để thực hành, được làm đi làm lại và tất cả HS đều có cơ hội bình đẳng như nhau để tham gia rèn luyện trong từng hoạt động.

- Từng chủ đề của cuốn sách này được triển khai theo các hoạt động đáp ứng yêu cầu cần đạt của chủ đề đó. Mỗi hoạt động đề cập đến một nội dung và triển khai theo các bước như: tìm hiểu, khám phá kinh nghiệm; rèn luyện kĩ năng theo sự hướng dẫn, gợi ý và tình huống,...; vận dụng những gì học được vào các tình huống khác trong cuộc sống.

- Tài liệu biên soạn thể hiện việc đánh giá thường xuyên, đánh giá quá trình hoạt động của HS với sự tham gia của các lực lượng đánh giá, trong đó tự đánh giá là yếu tố cốt lõi.

- Các nội dung giáo dục của công tác Đội, Đoàn được tích hợp trong các hoạt động được biên soạn trong sách.

- Tài liệu tạo sự kết nối giữa gia đình, nhà trường và cộng đồng trong tổ chức hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp và trong đánh giá kết quả hoạt động.

3. CẤU TRÚC SÁCH VÀ CẤU TRÚC CHỦ ĐỀ

3.1. Cấu trúc sách

Cấu trúc sách được thể hiện trong mục lục dưới đây. 8 chủ đề được thực hiện trong 35 tuần và mỗi chủ đề được triển khai trong 4 – 5 tuần. Trang cuối cùng là trang thuật ngữ.

MỤC LỤC

Lời nói đầu 3

Chủ đề 1: Rèn luyện một số phẩm chất cá nhân
trong học tập và cuộc sống 5

Chủ đề 2: Rèn luyện kĩ năng kiểm soát cảm xúc và tự bảo vệ ... 16

Chủ đề 3: Phát triển mối quan hệ hoà đồng và hợp tác 24

Chủ đề 4: Chăm sóc gia đình của em 34

Chủ đề 5: Chi tiêu hợp lí và tiết kiệm tiền 41

Chủ đề 6: Tham gia các hoạt động vì cộng đồng 48

Chủ đề 7: Bảo vệ môi trường và danh lam thắng cảnh 58

Chủ đề 8: Tìm hiểu nghề ở địa phương 69

Giải thích thuật ngữ 77

Cấu trúc sách được biên soạn theo ma trận nội dung hoạt động.

Tên chủ đề	Hoạt động hướng vào bản thân (40%)	Hoạt động hướng đến xã hội (25%)	Hoạt động hướng đến tự nhiên (15%)	Hoạt động hướng nghiệp (20%)
1. Rèn luyện một số phẩm chất cá nhân trong học tập và cuộc sống	X			
2. Rèn luyện kĩ năng kiểm soát cảm xúc và tự bảo vệ	X			X
3. Phát triển mối quan hệ hoà đồng và hợp tác		X		
4. Chăm sóc gia đình của em	X	X		
5. Chi tiêu hợp lí và tiết kiệm tiền	X	X		
6. Tham gia các hoạt động vì cộng đồng		X	X	
7. Bảo vệ môi trường và danh lam thắng cảnh			X	
8. Tìm hiểu nghề ở địa phương	X			X

Chủ điểm Sinh hoạt

Các nhà trường có thể chủ động bổ sung những chủ đề liên quan đến tình hình thời sự, văn hoá của địa phương cũng như các nội dung giáo dục theo sự chỉ đạo của Bộ, sở và ban ngành liên quan, ví dụ như: An toàn giao thông, Phòng chống bạo lực học đường, Xây dựng trường học hạnh phúc,...

Mỗi chủ đề hướng tới một nhóm yêu cầu cần đạt và góp phần phát triển năng lực và phẩm chất chung của chương trình.

CHỦ ĐỀ	YÊU CẦU CẦN ĐẠT/ MỤC TIÊU CHỦ ĐỀ	NĂNG LỰC ĐẶC THÙ VÀ CÁC PHẨM CHẤT, NĂNG LỰC CHUNG
1. Rèn luyện một số phẩm chất cá nhân trong học tập và cuộc sống	– Thể hiện được thói quen ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ ở gia đình cũng như ở trường. – Rèn luyện được tính kiên trì, sự chăm chỉ trong công việc. – Nhận diện được điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân trong học tập và cuộc sống.	– Xác định được những nét đặc trưng về hành vi và lời nói của bản thân. – Thể hiện được sở thích của mình theo hướng tích cực. – Giải thích được ảnh hưởng của sự thay đổi cơ thể đến các trạng thái cảm xúc, hành vi của bản thân. – Thể hiện được cách giao tiếp, ứng xử phù hợp với tình huống. – Rút ra được những kinh nghiệm học được khi tham gia các hoạt động. Nhân ái; trách nhiệm; tự chủ và tự học; giao tiếp và hợp tác; giải quyết vấn đề và sáng tạo.
2. Rèn luyện kỹ năng kiểm soát cảm xúc và tự bảo vệ	– Nhận ra được khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân. – Biết cách vượt qua khó khăn trong một số tình huống cụ thể.	– Làm chủ được cảm xúc của bản thân trong các tình huống giao tiếp, ứng xử khác nhau. – Tự chuẩn bị kiến thức và kỹ năng cần thiết để đáp ứng với nhiệm vụ được giao. – Thực hiện được các nhiệm vụ với những yêu cầu khác nhau. Trách nhiệm; chăm chỉ; tự chủ và tự học; giao tiếp và hợp tác; giải quyết vấn đề và sáng tạo.
3. Phát triển mối quan hệ hòa đồng và hợp tác	– Phát triển được mối quan hệ hoà đồng với bạn bè, thầy cô và hài lòng về các mối quan hệ này. – Hợp tác được với thầy cô, bạn bè để thực hiện các nhiệm vụ chung và giải quyết được những vấn đề nảy sinh. – Thiết kế được một số sản phẩm thể hiện sự hiểu biết, cảm xúc của bản thân sau chuyến tham quan cảnh quan thiên nhiên. – Giới thiệu được những nét nổi bật, tự hào về nhà trường.	– Thể hiện được chính kiến khi phản biện, bình luận về các hiện tượng xã hội và giải quyết mâu thuẫn. – Làm chủ được cảm xúc của bản thân trong các tình huống giao tiếp, ứng xử khác nhau. – Thể hiện được cách giao tiếp, ứng xử phù hợp với tình huống. Nhân ái; trách nhiệm; giao tiếp và hợp tác; giải quyết vấn đề và sáng tạo.

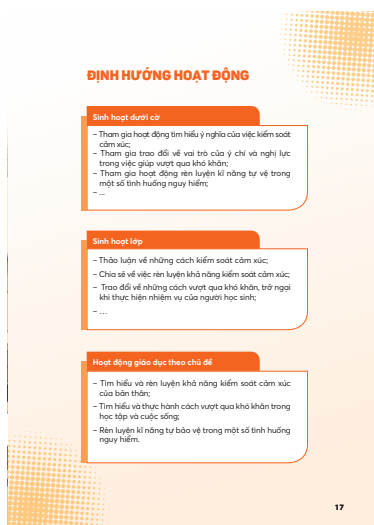
4. Chăm sóc gia đình của em	– Bước đầu có kĩ năng chăm sóc người thân khi bị mệt, ốm. – Lập kế hoạch và thực hiện được kế hoạch lao động tại gia đình.	– Vận dụng được kiến thức, kĩ năng đã học để giải quyết vấn đề trong những tình huống khác nhau. – Thực hiện được các nhiệm vụ với những yêu cầu khác nhau. – Thể hiện được cách giao tiếp, ứng xử phù hợp với tình huống. Nhân ái; trách nhiệm; chăm chỉ; giao tiếp và hợp tác; giải quyết vấn đề và sáng tạo.
5. Chi tiêu hợp lí và tiết kiệm tiền	– Biết kiểm soát các khoản chi và biết tiết kiệm tiền. – Lập được kế hoạch chi tiêu cho một số sự kiện trong gia đình phù hợp với lứa tuổi. – Thể hiện được sự lắng nghe tích cực khi tiếp nhận những ý kiến đóng góp và sự chia sẻ từ các thành viên trong gia đình.	– Thực hiện được kế hoạch hoạt động của cá nhân và linh hoạt điều chỉnh khi cần để đạt được mục tiêu. – Tự chuẩn bị kiến thức và kĩ năng cần thiết để đáp ứng với nhiệm vụ được giao. – Thực hiện được các nhiệm vụ với những yêu cầu khác nhau. Trách nhiệm; trung thực; chăm chỉ; tự chủ và tự học; giải quyết vấn đề và sáng tạo.
6. Tham gia các hoạt động vì cộng đồng	– Thể hiện được hành vi giao tiếp, ứng xử có văn hoá khi tham gia các hoạt động trong cộng đồng. – Tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người, không đồng tình với những hành vi kì thị về giới tính, dân tộc, địa vị xã hội. – Tham gia các hoạt động thiện nguyện, nhân đạo và vận động người thân, bạn bè tham gia. – Giới thiệu được những truyền thống đáng tự hào của địa phương mình	– Thể hiện được chính kiến khi phản biện, bình luận về các hiện tượng xã hội và giải quyết mâu thuẫn. – Thực hiện được các nhiệm vụ với những yêu cầu khác nhau. – Thể hiện được cách giao tiếp, ứng xử phù hợp với tình huống. Nhân ái; trung thực; trách nhiệm; giao tiếp và hợp tác; giải quyết vấn đề và sáng tạo.
7. Bảo vệ môi trường và danh lam thắng cảnh	– Tìm hiểu được ảnh hưởng của hiệu ứng nhà kính đến sự sống trên Trái Đất. – Thực hiện được chiến dịch truyền thông bảo vệ môi trường thiên nhiên, giảm thiểu hiệu ứng nhà kính bằng các hình thức khác nhau. – Tham gia hoạt động giáo dục theo chủ đề của Đội Thiếu niên Tiền phong Hồ Chí Minh, của nhà trường.	– Thực hiện được các nhiệm vụ với những yêu cầu khác nhau. – Nhận biết được những nguy cơ từ môi trường tự nhiên và xã hội ảnh hưởng đến cuộc sống con người. – Biết cách ứng phó với nguy cơ, rủi ro từ môi trường tự nhiên và xã hội. – Đánh giá được sự hợp lí/chưa hợp lí của kế hoạch hoạt động.

	– Thực hiện được các hành vi, việc làm bảo vệ di tích, danh lam thắng cảnh tại những nơi đến tham quan.	– Đánh giá được những yếu tố ảnh hưởng đến quá trình thực hiện hoạt động. – Chỉ ra được những đóng góp của bản thân và người khác vào kết quả hoạt động. – Rút ra được những kinh nghiệm học được khi tham gia các hoạt động. Trách nhiệm; chăm chỉ; tự chủ và tự học; giao tiếp và hợp tác; giải quyết vấn đề và sáng tạo.
8. Tìm hiểu nghề ở địa phương	– Xác định được một số nghề hiện có ở địa phương. – Nêu được công việc đặc trưng, trang thiết bị, dụng cụ lao động cơ bản của một số nghề ở địa phương. – Nhận diện được những nguy hiểm có thể xảy ra và cách giữ an toàn khi làm những nghề ở địa phương. – Xác định được một số tình huống nguy hiểm và biết cách tự bảo vệ trong các tình huống đó – Nêu được những phẩm chất và năng lực cần có của người làm các nghề ở địa phương. – Chỉ ra được một số phẩm chất và năng lực của bản thân phù hợp hoặc chưa phù hợp với một số yêu cầu của một số ngành nghề ở địa phương.	– Chỉ ra được các công cụ của các ngành nghề, những nguy cơ mất an toàn có thể xảy ra và cách đảm bảo sức khoẻ nghề nghiệp. – Rèn luyện được một số phẩm chất và năng lực cơ bản của người lao động. – Đánh giá được sự hợp lí/chưa hợp lí của kế hoạch hoạt động. – Đánh giá được những yếu tố ảnh hưởng đến quá trình thực hiện hoạt động. – Rút ra được những kinh nghiệm học được khi tham gia các hoạt động. – Thực hiện được kế hoạch hoạt động của cá nhân và linh hoạt điều chỉnh khi cần để đạt được mục tiêu. Nhân ái; trách nhiệm; chăm chỉ; giao tiếp và hợp tác; giải quyết vấn đề và sáng tạo.

3.2. Cấu trúc các chủ đề của sách Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 7

Mỗi chủ đề được bắt đầu bằng trang chủ đề, có tên chủ đề, mục tiêu của chủ đề và tranh chủ đề.





Trang tiếp theo là định hướng các hoạt động cần triển khai trong chủ đề giáo dục; định hướng hoạt động trên giờ Sinh hoạt dưới cờ và Sinh hoạt lớp.

Sau trang định hướng là các hoạt động mà HS cần thực hiện. Các hoạt động này giúp HS đạt được các mục tiêu của chủ đề. Các hoạt động được thiết kế như sau:

Mỗi hoạt động có tên của hoạt động, chứa đựng nội dung liên quan đến mục tiêu	HOẠT ĐỘNG 1: Tìm hiểu và rèn luyện khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân HOẠT ĐỘNG 2: Tìm hiểu và thực hành cách vượt qua khó khăn trong học tập và cuộc sống HOẠT ĐỘNG 3: Rèn luyện kĩ năng tự bảo vệ bản thân trong một số tình huống nguy hiểm
Dưới tên hoạt động là các lệnh thể hiện các bước của quy trình phát triển kĩ năng.	1. Chia sẻ cảm xúc của em khi ở trong các tình huống sau và cách em kiểm soát cảm xúc đó. 2. Thảo luận về cách kiểm soát cảm xúc và cho ví dụ minh họa. 3. Đóng vai thực hành kiểm soát cảm xúc trong các tình huống sau: 4. Chia sẻ cảm nhận của em khi kiểm soát được cảm xúc.
Để HS thực hiện được nhiệm vụ, các gợi ý hướng dẫn được đưa ra.	Gợi ý - Bình tĩnh, hít thở sâu, kiểm soát hành vi; - Gọi tên cảm xúc mình đang có và xác định nguyên nhân, những ảnh hưởng của cảm xúc đó với bản thân; - Suy nghĩ tích cực; - ...
Cuối chủ đề là hoạt động đánh giá.	HOẠT ĐỘNG 4: Đánh giá kết quả trải nghiệm

Các hoạt động trong mỗi chủ đề có thể được triển khai thông qua từ 3 – 5 lệnh thể hiện quy trình trải nghiệm như sau:

1. Tìm hiểu kinh nghiệm đã trải qua và những hiểu biết đã có về các hiện tượng liên quan đến chủ đề, liên quan đến nội dung hoạt động.

2. Tìm hiểu về cách thức, phương pháp, quy trình,... thực hiện hành vi, thể hiện thái độ,...

3. Rèn luyện kĩ năng theo hướng dẫn, theo quy trình đã tìm hiểu.

4. Thể hiện những kĩ năng đã rèn luyện được vào các tình huống khác nhau để tiếp tục củng cố.

5. Chia sẻ cảm xúc, cảm nhận về kết quả đạt được.

3.3. Minh hoạ chủ đề Rèn luyện kĩ năng kiểm soát cảm xúc và tự bảo vệ

Chủ đề

2

RÈN LUYỆN KĨ NĂNG KIỂM SOÁT CẢM XÚC VÀ TỰ BẢO VỆ

MỤC TIÊU

- Nhận ra được khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân;
- Biết cách vượt qua khó khăn trong một số tình huống cụ thể;
- Xác định được một số tình huống nguy hiểm và biết cách tự bảo vệ trong các tình huống đó.

Với chủ đề này, dựa trên mục tiêu, nhóm tác giả biên soạn 5 hoạt động. Hoạt động 1 gồm 4 lệnh đi theo các pha của trải nghiệm như sau:

HOẠT ĐỘNG 1:

Tìm hiểu và rèn luyện khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân

1. Chia sẻ cảm xúc của em khi ở trong các tình huống sau và cách em kiểm soát cảm xúc đó.



Bị bạn cười chế nhạo khi em phát biểu sai.



Khi em mâu thuẫn với bạn.



Khi em trai làm sai bài tập.

2. Thảo luận về cách kiểm soát cảm xúc và cho ví dụ minh họa.

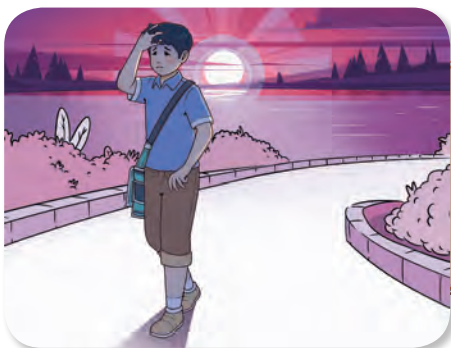
Gợi ý

- Bình tĩnh, hít thở sâu, kiểm soát hành vi;
- Gọi tên cảm xúc mình đang có và xác định nguyên nhân, những ảnh hưởng của cảm xúc đó với bản thân;
- Suy nghĩ tích cực;
- ...

3. Đóng vai thực hành kiểm soát cảm xúc trong các tình huống sau:

● **Tình huống 1:** Khi bị điểm thấp, Hà lo lắng và không muốn đối diện với thầy cô, bố mẹ.





● **Tình huống 2:** Hải làm mất xe đạp mẹ vừa mới mua cho. Hải lo lắng, không dám về nhà dù trời sắp tối và rất đói bụng.

● **Tình huống 3:** Trong lúc thảo luận nhóm, Kim không tập trung lắng nghe. Khi cô giáo gọi trả lời về kết quả thảo luận của nhóm, Kim không trả lời được khiến điểm của nhóm thấp nhất lớp. Các bạn trong nhóm rất bức xúc. Một bạn nói: "Có thể mà cũng không trả lời được!". Kim rưng rưng nước mắt.



4. Chia sẻ cảm nhận của em khi kiểm soát được cảm xúc.

Hoạt động 2 được biên soạn với 4 lệnh để học sinh rèn luyện các kĩ năng khác nhau thông qua các hình thức như thảo luận, chia sẻ, theo nhóm, đóng vai xử lý tình huống,... Các hoạt động tiếp theo của chủ đề cũng được thiết kế tương tự như vậy.

HOẠT ĐỘNG 2:

Tìm hiểu và thực hành cách vượt qua khó khăn trong học tập và cuộc sống

1. Chia sẻ về những khó khăn trong học tập và cuộc sống của em.

Gợi ý

- Những khó khăn của em trong học tập:
 - + Khó tập trung học tập;
 - + Chưa có phương pháp học tập hiệu quả;
 - + ...
- Những khó khăn của em trong các mối quan hệ:
 - + Khó thiết lập mối quan hệ tốt đẹp với các bạn;
 - + Khó kiểm soát cảm xúc khi có mâu thuẫn với các bạn;
 - + ...

2. Thảo luận về cách vượt qua khó khăn.

Cách vượt qua khó khăn	Ví dụ
1. Xác định khó khăn và các nguyên nhân của khó khăn.	– Khó khăn: khó tập trung khi học bài ở nhà; – Nguyên nhân: dễ bị xao nhãng bởi những yếu tố bên ngoài, hay nghĩ lan man khi học,...
2. Xác định và thực hiện các biện pháp cụ thể để vượt qua khó khăn.	– Chọn vị trí yên tĩnh ở nhà để làm góc học tập; – Khi học, chia nội dung học ra từng phần nhỏ để duy trì việc tập trung.
3. Đánh giá hiệu quả của các biện pháp vượt qua khó khăn, rút ra bài học kinh nghiệm.	Đánh giá hiệu quả của việc lựa chọn vị trí góc học tập và phương pháp chia nhỏ nội dung học trong việc nâng cao khả năng tập trung khi học bài ở nhà.

3. Trao đổi về cách suy nghĩ tích cực để vượt qua khó khăn trong cuộc sống.

Gợi ý

Để vượt qua khó khăn:

- Bắt đầu một ngày mới bằng suy nghĩ tích cực;
- Luôn nghĩ: Mình có thể làm được, mình có thể thay đổi, có thể tiến bộ;
- Xem khó khăn như là thử thách giúp cá nhân rèn luyện sự kiên trì, chăm chỉ và tập trung ý chí;
- Nghĩ về những cảm xúc và hành động tốt đẹp đã làm trong ngày trước khi đi ngủ để hôm sau thức dậy với năng lượng tích cực;
- ...



4. Đề xuất cách vượt qua khó khăn trong những tình huống sau:



● **Tình huống 1:** Hiền học rất chăm chỉ, nhưng kết quả học tập chưa cao. Hiền không biết làm cách nào để cải thiện thành tích học tập.

● **Tình huống 2:** Nam là người nhút nhát, ngại làm quen và trò chuyện với các bạn trong lớp. Dù rất muốn hoà đồng với các bạn và có bạn thân, nhưng Nam chưa thể làm được.



5. Chia sẻ về một tình huống và cảm xúc của em khi vượt qua được khó khăn trong học tập và cuộc sống.

Điều đặc biệt của cuốn sách này còn nằm ở các **Gợi ý**. Bản chất của các gợi ý là hướng dẫn thực hành, thực hiện nhiệm vụ đưa ra. Các hướng dẫn thể hiện phương pháp tiếp cận, phương pháp hành động, trên cơ sở đó các kĩ năng dần được hình thành và nếu được lặp đi lặp lại nhiều lần sẽ trở thành thói quen, phẩm chất hay năng lực của người thực hiện.

Cuối cùng là nhiệm vụ tự đánh giá. Các tiêu chí được xây dựng dựa trên mục tiêu và được đánh giá theo 3 mức:

HOẠT ĐỘNG 4:**Đánh giá kết quả trải nghiệm**

1. Lựa chọn mức độ phù hợp cho mỗi nội dung đánh giá sau:

Mức 1. TỐT	Mức 2. KHÁ	Mức 3. CHƯA TỐT
Nội dung		
1. Nhận diện được một số khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân.		
2. Thực hiện được cách kiểm soát cảm xúc của bản thân.		
3. Kiểm soát được cảm xúc trong một số tình huống cụ thể.		
4. Nhận diện được một số khó khăn, nguy hiểm trong cuộc sống.		
5. Vượt qua được khó khăn trong một số tình huống cụ thể.		
6. Thực hiện được những cách suy nghĩ tích cực để vượt qua khó khăn.		
7. Tự bảo vệ được trong một số tình huống nguy hiểm.		

2. Đề xuất những nội dung em cần tiếp tục rèn luyện.

4. PHƯƠNG THỨC TỔ CHỨC VÀ LOẠI HÌNH HOẠT ĐỘNG**4.1. Định hướng chung**

a. Phát huy tính tích cực, chủ động, sáng tạo của HS; làm cho mỗi HS đều sẵn sàng tham gia trải nghiệm tích cực.

b. Tạo điều kiện cho HS trải nghiệm, sáng tạo thông qua các hoạt động tìm tòi, vận dụng kiến thức và kinh nghiệm đã có vào đời sống; hình thành, phát triển kỹ năng giải quyết vấn đề và ra quyết định dựa trên những tri thức và ý tưởng mới thu được từ trải nghiệm.

c. Tạo cơ hội cho HS suy nghĩ, phân tích, khái quát hoá những trải nghiệm để kiến tạo kinh nghiệm, kiến thức và kĩ năng mới.

d. Lựa chọn linh hoạt, sáng tạo các phương pháp giáo dục phù hợp: phương pháp nêu gương; phương pháp giáo dục bằng tập thể; phương pháp thuyết phục; phương pháp tranh luận; phương pháp luyện tập; phương pháp khích lệ, động viên; phương pháp tạo sản phẩm và các phương pháp giáo dục khác.

4.2. Một số phương thức tổ chức chủ yếu

a. Phương thức Khám phá: là cách tổ chức hoạt động tạo cơ hội cho HS trải nghiệm thế giới tự nhiên, thực tế cuộc sống và công việc, giúp HS khám phá những điều mới lạ, tìm hiểu, phát hiện vấn đề từ môi trường xung quanh, bồi dưỡng những cảm xúc tích cực và tình yêu quê hương đất nước. Nhóm phương thức tổ chức này bao gồm các hoạt động tham quan, cắm trại, thực địa và các phương thức tương tự khác.

b. Phương thức Thể nghiệm, tương tác: là cách tổ chức hoạt động tạo cơ hội cho HS giao lưu, tác nghiệp và thể nghiệm ý tưởng như diễn đàn, đóng kịch, hội thảo, hội thi, trò chơi và các phương thức tương tự khác.

c. Phương thức Cống hiến: là cách tổ chức hoạt động tạo cơ hội cho HS mang lại những giá trị xã hội bằng những đóng góp và cống hiến thực tế của mình thông qua các hoạt động tình nguyện nhân đạo, lao động công ích, tuyên truyền và các phương thức tương tự khác.

d. Phương thức Nghiên cứu: là cách tổ chức hoạt động tạo cơ hội cho HS tham gia các đề tài, dự án nghiên cứu khoa học nhờ cảm hứng từ những trải nghiệm thực tế, qua đó đề xuất những biện pháp giải quyết vấn đề một cách khoa học. Nhóm hình thức tổ chức này bao gồm các hoạt động khảo sát, điều tra, làm dự án nghiên cứu, sáng tạo công nghệ, nghệ thuật và các phương thức tương tự khác.

4.3. Loại hình hoạt động

Hoạt động trải nghiệm và Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp được tổ chức trong và ngoài lớp học, trong và ngoài trường học; theo quy mô nhóm, lớp học, khối lớp hoặc quy mô trường; với bốn loại hình hoạt động chủ yếu là Sinh hoạt dưới cờ, Sinh hoạt lớp, Hoạt động giáo dục theo chủ đề và Hoạt động câu lạc bộ; với sự tham gia, phối hợp, liên kết của nhiều lực lượng giáo dục trong và ngoài nhà trường như: GV chủ nhiệm lớp, GV môn học, cán bộ tư vấn tâm lí học đường, cán bộ Đoàn Thanh niên Cộng sản Hồ Chí Minh, cán bộ Hội Liên hiệp Thanh niên Việt Nam, cán bộ phụ trách Đội Thiếu niên Tiền phong Hồ Chí Minh, Ban Giám hiệu nhà trường, cha mẹ HS, chính quyền địa phương, các tổ chức, cá nhân trong xã hội.



5. ĐÁNH GIÁ KẾT QUẢ HOẠT ĐỘNG

Đánh giá kết quả giáo dục trong Hoạt động trải nghiệm và Hoạt động hướng nghiệp phải bảo đảm các yêu cầu sau:

5.1. Mục đích đánh giá

Mục đích đánh giá là thu thập thông tin chính xác, kịp thời, có giá trị về mức độ đáp ứng yêu cầu cần đạt so với chương trình; sự tiến bộ của HS trong và sau các giai đoạn trải nghiệm. Kết quả đánh giá là căn cứ để định hướng HS tiếp tục rèn luyện hoàn thiện bản thân và cũng là căn cứ quan trọng để các cơ sở giáo dục, các nhà quản lý và đội ngũ giáo viên điều chỉnh chương trình và các hoạt động giáo dục trong nhà trường.

5.2. Nội dung đánh giá

Nội dung đánh giá là các biểu hiện của phẩm chất và năng lực đã được xác định trong chương trình: năng lực thích ứng với cuộc sống, năng lực thiết kế và tổ chức hoạt động, năng lực định hướng nghề nghiệp. Các yêu cầu cần đạt về sự phát triển phẩm chất và năng lực của mỗi cá nhân chủ yếu được đánh giá thông qua hoạt động theo chủ đề, hoạt động hướng nghiệp, thông qua quá trình tham gia hoạt động tập thể và các sản phẩm của HS trong mỗi hoạt động.

Đối với Sinh hoạt dưới cờ và Sinh hoạt lớp, nội dung đánh giá chủ yếu tập trung vào sự đóng góp của HS cho các hoạt động tập thể, số giờ tham gia các hoạt động và việc thực hiện có kết quả hoạt động chung của tập thể. Ngoài ra, các yếu tố như động cơ, tinh thần, thái độ, ý thức trách nhiệm, tính tích cực đối với hoạt động chung của HS cũng được đánh giá thường xuyên trong quá trình tham gia hoạt động.

5.3. Người đánh giá

Kết hợp đánh giá của GV với tự đánh giá và đánh giá đồng đẳng của HS, đánh giá của cha mẹ HS và đánh giá của cộng đồng; GV chủ nhiệm lớp chịu trách nhiệm tổng hợp kết quả đánh giá.

5.4. Cứ liệu đánh giá

Cứ liệu đánh giá dựa trên thông tin thu thập được từ quan sát của GV, từ ý kiến tự đánh giá của HS, đánh giá đồng đẳng của các HS trong lớp, ý kiến nhận xét của cha mẹ HS và cộng đồng; thông tin về số giờ (số lần) tham gia hoạt động trải nghiệm (hoạt động tập thể, hoạt động trải nghiệm thường xuyên, hoạt động xã hội và phục vụ cộng đồng, hoạt động hướng nghiệp, hoạt động lao động,...); số lượng và chất lượng các sản phẩm hoàn thành được lưu trong hồ sơ hoạt động.

5.5. Sử dụng kết quả đánh giá

Kết quả đánh giá đối với mỗi HS là kết quả tổng hợp đánh giá thường xuyên và định kỳ về phẩm chất và năng lực và có thể phân ra làm một số mức để xếp loại. Kết

qua đánh giá Hoạt động trải nghiệm và Hoạt động hướng nghiệp được ghi vào hồ sơ học tập của HS (tương đương một môn học).

6. HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG NGUỒN TÀI NGUYÊN SÁCH VÀ CÁC HỌC LIỆU ĐIỆN TỬ CỦA NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

6.1. Các địa chỉ trang website khai thác tài liệu cho Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp

<http://www.nxbgd.vn/>

<http://taphuan.nxbgd.vn/>

<http://www.hanhtrangso.nxbgd.vn/>

<http://chantroisangtao.vn/>

<http://sachthietbigiaoduc.vn/>

Facebook:

– Tổ chức hoạt động trải nghiệm & hướng nghiệp trong nhà trường:

<https://www.facebook.com/groups/290341101457833/?ref-bookmarks>

– Hoạt động trải nghiệm - hướng nghiệp:

https://www.facebook.com/TACGLASGK1102/?modal=admin_todo_tour

Kênh Youtube Đinh Thị Kim Thoa:

<https://www.youtube.com/channel/UCzSpbpuc4ubIV-TsCczKeog>

6.2. Hướng dẫn sử dụng sách hỗ trợ

6.2.1. Sách giáo viên

Sách giáo viên là tài liệu hỗ trợ giáo viên tổ chức thực hiện các hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp cho học sinh. Mỗi chủ đề được biên soạn với các hình thức và phương pháp tổ chức theo tiếp cận phát triển năng lực.

Sách giáo viên như là bản kế hoạch, giáo án thực hiện chương trình. Giáo viên cần nghiên cứu kỹ các hoạt động được thiết kế, cách thực hiện, cố gắng trả lời tại sao lại thực hiện như vậy để có thể hiểu sâu sắc hơn mục đích của mỗi hoạt động.

Khi đã hiểu rõ từng hoạt động, GV có thể sáng tạo, bổ sung hoạt động phù hợp hơn với đối tượng của mình và với bản thân. Nhưng GV lưu ý là sự thay thế là tương đương với hoạt động đang có.



Cấu trúc sách giáo viên:

PHẦN 1: HƯỚNG DẪN THỰC HIỆN CHƯƠNG TRÌNH HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP LỚP 7

I. Giới thiệu chung về chương trình Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp cấp trung học cơ sở

1. Yêu cầu cần đạt về năng lực của Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp cấp trung học cơ sở
2. Nội dung chương trình của Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp và loại hình hoạt động
3. Phương pháp tiếp cận trong thực hiện hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp
4. Một số phương thức tổ chức chủ yếu

II. Giới thiệu chung về chương trình Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 7

1. Ma trận chủ đề Hoạt động trải nghiệm. Hướng nghiệp, mạch nội dung hoạt động và loại hình hoạt động
2. Các chủ đề trải nghiệm và mục tiêu hướng tới
3. Gợi ý chủ điểm Sinh hoạt

PHẦN 2: HƯỚNG DẪN TỔ CHỨC CÁC CHỦ ĐỀ CỦA HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP LỚP 7

6.2.2. Vở bài tập

Vở bài tập Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 7 hướng dẫn HS chuẩn bị tại nhà trước khi hoạt động của chủ đề diễn ra. GV cần dặn dò HS hoàn thành phần nội dung liên quan trước khi đến lớp; HS thực hiện bài tập, hoàn thành sản phẩm (nếu có) để đến lớp, GV tổ chức các hoạt động dựa trên sự chuẩn bị của học sinh, điều này làm cho việc thực hiện hoạt động được hiệu quả hơn. Vì vậy GV cần yêu cầu HS chuẩn bị đầy đủ trước khi đến lớp.

PHẦN THỨ HAI

HƯỚNG DẪN XÂY DỰNG KẾ HOẠCH VÀ TỔ CHỨC THỰC HIỆN

1. GỢI Ý PHÂN PHỐI CHƯƠNG TRÌNH HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP 7 (CHÂN TRỜI SÁNG TẠO) (BẢN 2)

Cả năm: 35 tuần x 3 tiết = 105 tiết;

Học kì I: 18 tuần x 3 tiết/tuần = 54 tiết; Học kì II: 17 tuần x 3 tiết/tuần = 51 tiết

HỌC KÌ 1

TUẦN	SINH HOẠT DƯỚI CỜ	HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THEO CHỦ ĐỀ	SINH HOẠT LỚP
Tuần 1	Chào mừng năm học mới	Giới thiệu HĐTN, HN 7	Làm quen Tổ chức lớp học
Chủ đề 1: Rèn luyện một số phẩm chất cá nhân trong học tập và cuộc sống			
Tuần 2 đến tuần 5	Tổ chức hoạt động tập thể Giới thiệu chủ đề Định hướng rèn luyện Rèn luyện sự chăm chỉ, kiên trì khi tham gia các hoạt động của nhà trường	Hoạt động 1: Nhận diện điểm mạnh và điểm hạn chế của em trong học tập và cuộc sống Hoạt động 2: Rèn luyện tính kiên trì, chăm chỉ Hoạt động 3: Rèn luyện thói quen ngăn nắp, gọn gàng và sạch sẽ ở gia đình Hoạt động 4: Rèn luyện thói quen ngăn nắp, gọn gàng và sạch sẽ khi ở trường Hoạt động 5: Thiết kế sổ tay ghi lại kết quả rèn luyện bản thân Hoạt động 6: Đánh giá kết quả trải nghiệm	Sơ kết tuần Rèn luyện sự chăm chỉ và kiên trì trong hoạt động của lớp Tổng kết chủ đề Chuẩn bị chủ đề mới
Chủ đề 2: Rèn luyện khả năng tự kiểm soát và tự bảo vệ			
Tuần 6 đến tuần 9	Tổ chức hoạt động tập thể Giới thiệu chủ đề Định hướng rèn luyện Rèn luyện kiểm soát cảm xúc khi tham gia các hoạt động của nhà trường	Hoạt động 1: Tìm hiểu và rèn luyện khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân Hoạt động 2: Tìm hiểu và thực hành cách vượt qua khó khăn trong học tập và cuộc sống Hoạt động 3: Rèn luyện kĩ năng tự bảo vệ trong một số tình huống nguy hiểm Hoạt động 4: Đánh giá kết quả trải nghiệm	Sơ kết tuần Rèn luyện kiểm soát cảm xúc trong hoạt động của lớp Tổng kết chủ đề Chuẩn bị chủ đề mới
	Tiết cuối tuần 9	Đánh giá định kì	

Chủ đề 3: Phát triển mối quan hệ hoà đồng và hợp tác			
Tuần 10 đến tuần 13	Tổ chức hoạt động tập thể Giới thiệu chủ đề Định hướng rèn luyện Rèn luyện kĩ năng hợp tác khi tham gia các hoạt động của nhà trường	Hoạt động 1: Tìm hiểu những nét nổi bật, đáng tự hào về nhà trường Hoạt động 2: Hợp tác với thầy cô và các bạn thực hiện nhiệm vụ chung Hoạt động 3: Hợp tác giải quyết vấn đề nảy sinh Hoạt động 4: Phát triển mối quan hệ hoà đồng với thầy cô và các bạn Hoạt động 5: Hợp tác với thầy cô và các bạn thực hiện phong trào xây dựng lớp học xanh, sạch, đẹp do Đội thiếu niên tiền phong Hồ Chí Minh tổ chức Hoạt động 6: Đánh giá kết quả trải nghiệm	Sơ kết tuần Rèn luyện kĩ năng hợp tác trong hoạt động của lớp Tổng kết chủ đề Chuẩn bị chủ đề mới
Chủ đề 4: Chăm sóc gia đình của em			
Tuần 14 đến tuần 17	Tổ chức hoạt động tập thể Giới thiệu chủ đề Định hướng rèn luyện Rèn luyện kĩ năng quan tâm, chăm sóc khi tham gia các hoạt động của nhà trường	Hoạt động 1: Tìm hiểu và thể hiện kĩ năng chăm sóc người thân bị mệt, ốm Hoạt động 2: Thể hiện sự lắng nghe tích cực trong gia đình Hoạt động 3: Lập và thực hiện kế hoạch lao động tại gia đình Hoạt động 4: Đánh giá kết quả trải nghiệm	Sơ kết tuần Rèn luyện kĩ năng quan tâm chăm sóc trong hoạt động của lớp Tổng kết chủ đề Chuẩn bị chủ đề mới
Tuần 18	Tổng kết học kì	Đánh giá định kì	Tổng kết lớp

HỌC KÌ 2

TUẦN	SINH HOẠT DƯỚI CỜ CÂU LẠC BỘ	HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THEO CHỦ ĐỀ	SINH HOẠT LỚP
Chủ đề 5: Chi tiêu hợp lí và tiết kiệm tiền			
Tuần 19 đến tuần 22	Tổ chức hoạt động tập thể Giới thiệu chủ đề Định hướng rèn luyện Rèn luyện ý thức tiết kiệm trong các hoạt động ở trường	Hoạt động 1: Tìm hiểu và thực hành kiểm soát chi tiêu Hoạt động 2: Lập kế hoạch chi tiêu cho một số sự kiện trong gia đình Hoạt động 3: Thực hiện tiết kiệm tiền Hoạt động 4: Đánh giá kết quả trải nghiệm	Sơ kết tuần Rèn luyện ý thức tiết kiệm trong hoạt động và sinh hoạt ở lớp Tổng kết chủ đề Chuẩn bị chủ đề mới

Chủ đề 6: Tham gia các hoạt động vì cộng đồng			
Tuần 23 đến tuần 26	Tổ chức hoạt động tập thể Giới thiệu chủ đề Định hướng rèn luyện Rèn luyện hành vi ứng xử có văn hoá khi tham gia các hoạt động của trường.	Hoạt động 1: Tìm hiểu những hoạt động thiện nguyện, nhân đạo Hoạt động 2: Thực hiện một số việc làm phù hợp để tham gia hoạt động thiện nguyện, nhân đạo Hoạt động 3: Vận động người thân, các bạn tham gia hoạt động thiện nguyện, nhân đạo Hoạt động 4: Giao tiếp, ứng xử có văn hoá khi tham gia các hoạt động trong cộng đồng Hoạt động 5: Tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người Hoạt động 6: Thể hiện thái độ không đồng tình với các hành vi kì thị về giới tính, dân tộc, địa vị xã hội Hoạt động 7: Giới thiệu những truyền thống đáng tự hào ở địa phương Hoạt động 8: Đánh giá kết quả trải nghiệm	Sơ kết tuần Rèn luyện kĩ năng phối kết hợp khi tham gia hoạt động Tổng kết chủ đề Chuẩn bị chủ đề mới
	Tiết cuối tuần 26	Đánh giá định kì	
Chủ đề 7: Bảo vệ môi trường và danh lam thắng cảnh			
Tuần 27 Đến Tuần 30	Tổ chức hoạt động tập thể Giới thiệu chủ đề Định hướng rèn luyện Lan tỏa ý thức bảo vệ môi trường, cảnh quan trong các hoạt động ở trường	Hoạt động 1: Tìm hiểu ảnh hưởng của hiệu ứng nhà kính đến sự sống trên Trái Đất Hoạt động 2: Xây dựng kế hoạch thực hiện chiến dịch truyền thông bảo vệ môi trường thiên nhiên, giảm thiểu hiệu ứng nhà kính Hoạt động 3: Tuyên truyền sử dụng phương tiện giao thông góp phần bảo vệ môi trường thiên nhiên, giảm thiểu hiệu ứng nhà kính Hoạt động 4: Triển lãm sản phẩm được làm từ nguyên liệu thân thiện với môi trường hoặc nhựa tái chế Hoạt động 5: Bảo vệ di tích, danh lam thắng cảnh tại những nơi đến tham quan Hoạt động 6: Thiết kế sản phẩm giới thiệu về di tích và cảnh quan thiên nhiên sau chuyến tham quan Hoạt động 7: Đánh giá kết quả trải nghiệm	Sơ kết tuần Rèn luyện ý thức bảo vệ môi trường trong mọi hoạt động và sinh hoạt ở lớp Tổng kết chủ đề Chuẩn bị chủ đề mới



Chủ đề 8: Tìm hiểu nghề ở địa phương			
Tuần 31 Đến Tuần 34	Tổ chức hoạt động tập thể Giới thiệu chủ đề Định hướng rèn luyện Rèn luyện một số kĩ năng liên quan đến hướng nghiệp trong các hoạt động của trường.	Hoạt động 1: Tìm hiểu một số nghề hiện có ở địa phương Hoạt động 2: Tìm hiểu một số nguy hiểm và cách giữ an toàn khi làm nghề ở địa phương Hoạt động 3: Tìm hiểu phẩm chất và năng lực của người làm nghề ở địa phương Hoạt động 4: Xác định các phẩm chất và năng lực của bản thân phù hợp với yêu cầu của một số nghề ở địa phương Hoạt động 5: Đánh giá kết quả trải nghiệm	Sơ kết tuần Rèn luyện một số kĩ năng liên quan đến hướng nghiệp trong các hoạt động ở lớp Tổng kết chủ đề Chuẩn bị chủ đề mới
Tuần 35	Tổng kết năm học	Đánh giá kết quả hoạt động	Chuẩn bị vào hè

2. THIẾT KẾ KẾ HOẠCH TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG

Ở mỗi chủ đề, đều có định hướng hoạt động cho Sinh hoạt dưới cờ và Sinh hoạt lớp và Hoạt động giáo dục theo chủ đề.

Mỗi chủ đề Hoạt động giáo dục theo chủ đề được thiết kế theo các bước cơ bản sau:

- Khởi động, giới thiệu chủ đề
- Các hoạt động khám phá, rèn luyện và vận dụng: Thiết kế các hình thức và phương pháp tổ chức các nội dung trong SGK
- Tổ chức hoạt động đánh giá: tự đánh giá; đánh giá đồng đẳng và đánh giá tổng kết

Lưu ý: Khi thiết kế phương pháp, giáo viên cần chú ý lựa chọn hình thức sao cho để 100% HS có cơ hội tham gia rèn luyện.

3. MINH HOẠ BÀI SOẠN CHỦ ĐỀ 2


Chủ đề
2

RÈN LUYỆN KĨ NĂNG KIỂM SOÁT CẢM XÚC VÀ TỰ BẢO VỆ

MỤC TIÊU

- Nhận ra được khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân;
- Biết cách vượt qua khó khăn trong một số tình huống cụ thể;
- Xác định được một số tình huống nguy hiểm và biết cách tự bảo vệ trong các tình huống đó.

CHUẨN BỊ

Giáo viên

- Chuẩn bị tranh, ảnh liên quan đến chủ đề;
- Sưu tầm một số video clip tình huống nguy hiểm;
- Hướng dẫn HS các nhiệm vụ cần chuẩn bị trong SGK, VBT để hoạt động trên lớp hiệu quả hơn.

Học sinh

- Thực hiện nhiệm vụ trong VBT trước khi đến lớp;
- Trao đổi học hỏi kinh nghiệm kiểm soát cảm xúc, vượt qua khó khăn, nguy hiểm từ người thân, thầy cô và các bạn.

ĐỊNH HƯỚNG HOẠT ĐỘNG

Sinh hoạt dưới cờ

- GVCN phối kết hợp với Đoàn, Đội để xây dựng kế hoạch sinh hoạt dưới cờ;
- Tham gia trao đổi về vai trò của ý chí và nghị lực trong vượt qua khó khăn;
- Tham gia hoạt động rèn luyện kĩ năng tự vệ trong một số tình huống nguy hiểm;
- Tham gia hoạt động tìm hiểu ý nghĩa của việc kiểm soát cảm xúc;
- Tổ chức tọa đàm về người phụ nữ Việt Nam và cách để HS thể hiện cảm xúc, tình cảm với những người phụ nữ quanh mình;
- Tham gia hoạt động giáo dục theo chủ đề do Đội Thiếu niên Tiền phong Hồ Chí Minh và nhà trường tổ chức và vượt qua những khó khăn khi tham gia hoạt động này.

Sinh hoạt lớp

- Tổ chức các hoạt động liên quan đến hành chính sự phạm lớp học: sơ kết tuần, đánh giá thi đua, kế hoạch hoạt động tiếp theo của lớp,...



- Gợi ý tổ chức hoạt động giáo dục:
- + Thảo luận về những cách kiểm soát cảm xúc;
- + Trao đổi về những cách vượt qua khó khăn khi thực hiện nhiệm vụ của người HS;
- + Chia sẻ về việc rèn luyện khả năng kiểm soát cảm xúc;
- + Tập luyện tiết mục văn nghệ mừng ngày Phụ nữ Việt Nam;
- GV nhận xét và định hướng rèn luyện cho HS.

Hoạt động giáo dục theo chủ đề

1. Khởi động

- GV cho HS xem video clip về các tình huống nguy hiểm.
- Các nhóm HS xác định cảm xúc, suy nghĩ của mình trong tình huống đó và vai trò của việc tìm biện pháp vượt qua khó khăn, nguy hiểm.
- GV giúp HS thấy được tầm quan trọng của việc kiểm soát cảm xúc, suy nghĩ tích cực để tìm biện pháp vượt qua khó khăn, nguy hiểm.

2. Giới thiệu chủ đề

GV giới thiệu tên chủ đề, tranh chủ đề: Một tay của HS nắm giữ, làm chủ cảm xúc, một tay giơ lên thể hiện sức mạnh với ý nghĩa nếu làm chủ cảm xúc, có sức mạnh thể chất, tinh thần, HS sẽ tự tin vượt qua khó khăn, tự bảo vệ bản thân trước các tình huống nguy hiểm, sẽ càng trưởng thành, phát triển nhân cách.

HOẠT ĐỘNG 1:

Tìm hiểu và rèn luyện khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân

Mục đích: Giúp HS nhận ra khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân để có ý thức hơn trong việc rèn luyện kiểm soát cảm xúc.

Các bước thực hiện:

1. Chia sẻ cảm xúc của em khi ở trong các tình huống sau và cách em kiểm soát cảm xúc đó.

- GV cho HS thảo luận nhóm đôi về các tình huống trong SGK tr.18.
- HS chia sẻ ý kiến về việc các bạn trong hình đã làm chủ được cảm xúc hay chưa và việc đó có ảnh hưởng như thế nào đến kết quả hoạt động, đến sự phát triển bản thân.
- GV yêu cầu HS chia sẻ những tình huống cần kiểm soát cảm xúc từng các em từng trải qua.
- GV giúp HS biết được tầm quan trọng đặc biệt của khả năng kiểm soát, làm chủ cảm xúc trong tạo hiệu quả giao tiếp và hoạt động.

Gợi ý:

Tình huống	Cảm xúc và cách kiểm soát cảm xúc
	– <i>Cảm xúc</i>: mất bình tĩnh, lo lắng, không thể tiếp tục phát biểu. – <i>Cách kiểm soát</i>: Dừng lại một lúc, hít thở sâu trấn tĩnh, tự tin trình bày tiếp. Sau khi phát biểu xong dùng cách nói hài hước, khéo léo nhắc bạn: “Cảm ơn bạn đã cười ủng hộ, nhưng lần sau không nên như thế nữa”.
	– <i>Cảm xúc</i>: nóng giận, thiếu kiểm soát hành vi. – <i>Cách kiểm soát</i>: Dừng lại và bỏ đi nơi khác. Sau khi đã bình tĩnh, cùng bạn ngồi lại nói chuyện để phân tích vấn đề tìm ra chỗ đúng, sai và biện pháp hoá giải mâu thuẫn.
	– <i>Cảm xúc</i>: nóng giận. – <i>Cách kiểm soát</i>: Bình tĩnh, hít thở sâu để kiểm soát cảm xúc nóng giận. Đặt mình vào vị trí của em trai để hiểu những khó khăn, cảm xúc lo sợ của em. Thương em nhiều hơn và kiên trì tìm cách giúp em làm bài tập.

2. Thảo luận về cách kiểm soát cảm xúc và cho ví dụ minh họa

- GV yêu cầu HS thảo luận cách kiểm soát cảm xúc theo gợi ý SGK tr.18.
- HS thảo luận theo nhóm và chia sẻ với thầy cô và các bạn về cách kiểm soát cảm xúc của nhóm (theo các tình huống SGK hoặc các tình huống nhóm lựa chọn).
- GV mời các nhóm HS chia sẻ trước lớp.
- Các nhóm đặt câu hỏi cho nhóm bạn để đưa ra thêm nhiều cách kiểm soát cảm xúc và giải thích, chứng minh được hiệu quả của các cách kiểm soát cảm xúc đã tìm hiểu.
- GV chốt lại vai trò, ý nghĩa của cách kiểm soát làm chủ cảm xúc.

Gợi ý:

Cách kiểm soát cảm xúc	Yêu cầu
Bình tĩnh, hít thở sâu, kiểm soát hành vi.	– Giải thích: Hít thở sâu trì hoãn cảm xúc, giúp lí trí kịp kiểm soát cảm xúc, hành vi. – Ví dụ: Khi phát hiện em trai làm hỏng đèn để bàn học, Lan bình tĩnh hít thở sâu để kịp suy nghĩ thông cảm cho em thích tò mò, khám phá để tránh la mắng em, giảng giải cho em hiểu lỗi sai của mình.

Gọi tên cảm xúc mình đang có và xác định nguyên nhân, những ảnh hưởng của cảm xúc đó với bản thân.	– Giải thích: Xác định mối quan hệ nhân quả, mức độ ảnh hưởng nghiêm trọng đến thể chất, tinh thần để luôn nỗ lực tìm cách kiểm soát làm chủ cảm xúc. – Ví dụ: Sợ thi điểm thấp. + Nguyên nhân khách quan: mất danh dự, làm bố mẹ thất vọng; + Nguyên nhân chủ quan: năng lực, phương pháp học tập còn hạn chế, ...; + Hậu quả: mất ngủ, căng thẳng, lo lắng, ... Nếu kéo dài sẽ ảnh hưởng rất xấu đến sức khỏe cũng như việc học tập.
Suy nghĩ tích cực.	

3. Đóng vai thực hành kiểm soát cảm xúc trong các tình huống sau:

– GV phân công mỗi nhóm một tình huống và tổ chức cho HS thảo luận nhóm để phân vai.

– GV cho các nhóm HS đóng vai theo từng tình huống.

– GV mời các nhóm lên đóng vai xử lý tình huống kiểm soát cảm xúc trước lớp.

– Các nhóm khác nhận xét, đánh giá, góp ý cho cách ứng xử thể hiện khả năng kiểm soát, làm chủ cảm xúc của các nhân vật trong các tình huống.

– GV nhận xét, đánh giá, bổ sung cách thể hiện khả năng kiểm soát, làm chủ cảm xúc trong từng tình huống. Bên cạnh đó, GV cho HS hiểu những hậu quả của khi không kiểm soát được cảm xúc.

Gợi ý:

** Tình huống 1:*

– Bình tĩnh suy nghĩ tìm nguyên nhân: năng lực, phương pháp, kĩ năng học tập hạn chế, ...

– Báo kết quả với bố mẹ, xin lỗi, hứa sẽ cố gắng hết sức để nâng cao điểm số ở lần kiểm tra sau.

– Trình bày cách khắc phục để bố mẹ tin tưởng: đọc sách, tìm hiểu thêm về kĩ năng học hiệu quả, học hỏi kinh nghiệm thầy cô, anh chị, ...

** Tình huống 2:*

– Bình tĩnh để suy nghĩ và nhìn nhận nguyên nhân mất xe đạp.

– Mạnh dạn báo và xin lỗi bố mẹ về việc để mất xe. Rút ra bài học, hứa sẽ luôn ý thức, không để xảy ra những việc đáng tiếc như thế này.

** Tình huống 3:*

– Nhóm trưởng khuyên các bạn trong nhóm bình tĩnh để nhìn nhận nguyên nhân của vấn đề. Kim có lỗi là chưa tập trung, nhưng nhóm cũng có lỗi vì chưa giúp đỡ, nhắc nhở Kim trong quá trình thảo luận.

– Phân tích cho Kim hiểu hậu quả khi không tập trung học tập sẽ ảnh hưởng đến bản thân và các bạn trong nhóm, yêu cầu Kim nghiêm túc khắc phục.

– Nhóm rút kinh nghiệm lần sau sẽ phân công nhiệm vụ cụ thể, đôn đốc, giúp đỡ tất cả các bạn cùng thảo luận tích cực.

4. Chia sẻ cảm nhận của em khi kiểm soát được cảm xúc.

- GV tổ chức cho HS chia sẻ về những lần thực hiện kiểm soát được cảm xúc của bản thân.
- GV mở rộng hướng dẫn HS đọc sách báo, tham gia các hoạt động rèn luyện kỹ năng có chuyên gia hướng dẫn, học hỏi những người có kinh nghiệm kiểm soát cảm xúc, thường xuyên trải nghiệm kiểm soát cảm xúc và tự rút ra bài học kinh nghiệm cho mình.

HOẠT ĐỘNG 2:

Tìm hiểu và thực hành cách vượt qua khó khăn trong học tập và cuộc sống

Mục đích: Giúp HS nhận diện, nêu ra được những khó khăn và biết cách vượt qua chúng. Từ đó, HS thấy được vai trò, tác dụng của vượt qua khó khăn trong phát triển nhân cách và hình thành suy nghĩ tích cực, sẵn sàng đối diện, tìm cách vượt qua khó khăn để thành công, hạnh phúc.

Các bước thực hiện:

1. Chia sẻ những khó khăn trong học tập và cuộc sống của em.

- GV tổ chức cho HS chia sẻ những khó khăn trong học tập và cuộc sống (theo nội dung đã làm trong VBT).
- HS thảo luận để xác định đâu là những khó khăn trong học tập và cuộc sống quan trọng cần tập trung giải quyết.
- GV nhận xét, đánh giá, chỉ ra thêm những khó khăn lớn khác. GV chỉ ra cho HS vai trò, tác dụng đặc biệt của việc vượt qua khó khăn trong phát triển nhân cách để HS có ý thức sẵn sàng đối diện, tìm cách vượt qua khó khăn.

2. Thảo luận về cách vượt qua khó khăn.

- GV tổ chức cho các nhóm HS thảo luận để nêu thêm các ví dụ về cách vượt qua khó khăn. Các nhóm trình bày kết quả, được sự nhận xét, góp ý của bạn và thầy cô.
- Mỗi nhóm thảo luận chọn 1 tình huống khó khăn tiêu biểu và trình bày cách vượt qua khó khăn đó. GV quan sát, góp ý kết quả hoạt động các nhóm.
- Các nhóm chia sẻ kết quả thảo luận nhóm (cả phần cách vượt qua khó khăn) trước lớp.
- Các nhóm quan sát, phỏng vấn, trao đổi, chia sẻ hoàn thiện sản phẩm hoạt động cá nhân và nhóm.
- GV nhận xét, đánh giá, gợi ý bổ sung thêm những cách phù hợp với các tình huống khó khăn cụ thể của HS.

3. Trao đổi về cách suy nghĩ tích cực để vượt qua khó khăn trong cuộc sống.

- GV tổ chức cho HS chia sẻ các việc làm tạo suy nghĩ tích cực của mình.
- GV cho HS trao đổi, thảo luận, nhận xét về các việc làm tạo suy nghĩ tích cực của các bạn, từ đó học hỏi và rút ra được những việc phù hợp với mình.

4. Đề xuất cách vượt qua khó khăn trong những tình huống sau:

– GV tổ chức cho HS thảo luận nhóm các tình huống trong SGK tr.21 và đề xuất cách vượt qua khó khăn trong tình huống.

– GV cho đại diện các nhóm chia sẻ cách vượt qua khó khăn trong tình huống.

– Các nhóm khác nhận xét, đánh giá, góp ý thêm cách vượt qua khó khăn trong tình huống.

Gợi ý:

** Tình huống 1:*

– Xác định khó khăn: học chăm chỉ nhưng kết quả học tập thấp.

– Nguyên nhân: chưa biết cách học tập.

– Biện pháp: Đọc sách, nghe chuyên gia nói về kĩ năng, phương pháp học hiệu quả, học hỏi kinh nghiệm từ thầy cô, anh chị,...

** Tình huống 2:*

– Xác định khó khăn: khó hoà đồng, kết bạn thân.

– Nguyên nhân: tính khí nhút nhát, thiếu kĩ năng giao tiếp.

– Biện pháp: Đọc sách, nghe chuyên gia chia sẻ về kĩ năng giao tiếp, học hỏi kinh nghiệm từ thầy cô, người thân,...

5. Chia sẻ về một tình huống và cảm xúc của em khi vượt qua được khó khăn trong học tập và cuộc sống.

– GV yêu cầu một số HS chia sẻ tình huống và cảm xúc của em khi vượt qua được khó khăn trong học tập và cuộc sống.

– HS khác phỏng vấn và góp ý cho cách thực hiện vượt qua khó khăn của bạn.

– GV nhận xét hoạt động. GV nhấn mạnh để HS ý thức được giá trị, lợi ích khi vượt qua khó khăn đối với sự phát triển nhân cách để luôn nỗ lực vượt qua khó khăn trong học tập và cuộc sống.

HOẠT ĐỘNG 3:

Rèn luyện kĩ năng tự bảo vệ trong một số tình huống nguy hiểm

Mục đích: Giúp HS nhận diện, nêu ra được những tình huống nguy hiểm, biết tự bảo vệ bản thân trước các nguy hiểm của cuộc sống. Hình thành cho HS ý thức luôn tìm hiểu và trang bị kiến thức để tự bảo vệ bản thân trước các nguy hiểm.

1. Chia sẻ một số tình huống nguy hiểm có thể gặp trong cuộc sống.

– GV tổ chức cho HS thảo luận, trình bày những tình huống nguy hiểm đã biết hoặc gặp phải trong cuộc sống của mình.

– GV nhận xét, đánh giá, chỉ ra thêm những tình huống nguy hiểm dễ gặp khác.

– GV giáo dục HS luôn có ý thức về các tình huống nguy hiểm từ yếu tố tự nhiên và xã hội, luôn học hỏi các biện pháp để tự bảo vệ hiệu quả.

2. Thảo luận về các biện pháp tự bảo vệ trước một số tình huống nguy hiểm.

– HS trao đổi nhóm về các biện pháp tự bảo vệ khi gặp hoả hoạn và xâm hại tình dục ở SGK tr.22.

– GV mời đại diện các nhóm chia sẻ trước lớp các biện pháp tự bảo vệ mà nhóm đưa ra.

– Các nhóm khác nhận xét và bổ sung các biện pháp tự bảo vệ bản thân trong các tình huống hoả hoạn, xâm hại tình dục.

– GV nhận xét hoạt động, làm rõ ý nghĩa của các biện pháp vượt qua khó khăn, nguy hiểm.

3. Đóng vai nhân vật trong các tình huống và thực hành những cách vượt qua nguy hiểm.

– Các nhóm phân vai để diễn tình huống trong SGK tr. 22 – 23 hoặc tình huống do GV đề xuất phù hợp. HS diễn tả việc thực hiện các biện pháp tự bảo vệ cụ thể, hiệu quả của bản thân trước các tình huống nguy hiểm.

– GV cho các nhóm khác nhận xét về việc đóng vai cũng như cách xử lý tình huống của từng nhóm.

– GV nhận xét hoạt động và giáo dục HS ý thức vai trò của trải nghiệm giả định và hành động thực tế trong rèn luyện kỹ năng tự bảo vệ bản thân trước các tình huống nguy hiểm.

4. Chia sẻ việc thực hiện những cách tự bảo vệ trong một số tình huống nguy hiểm.

– GV mời một số HS chia sẻ về việc thực hiện tự bảo vệ, cũng như ý nghĩa của việc tự bảo vệ; các bạn HS còn lại góp ý, bổ sung các biện pháp bảo vệ bản thân trong các tình huống nguy hiểm.

– HS chia sẻ cảm xúc, kết quả đạt được sự phát triển của bản thân sau mỗi lần vượt qua khó khăn nguy hiểm.

– GV nhận xét hoạt động.

HOẠT ĐỘNG 4:

Đánh giá kết quả trải nghiệm

Mục đích: HS tự đánh giá về kết quả hoạt động đạt được, sự tiến bộ của bản thân so với mong đợi; GV có cơ sở để đánh giá kết quả hoạt động của HS.

Các bước thực hiện.

1. Tự đánh giá.

GV yêu cầu HS xem lại các nội dung tự đánh giá và điều chỉnh nếu thấy cần thiết kết quả trong VBT. GV có thể quan sát một số kết quả tự đánh giá của HS để có ý kiến phù hợp.

2. Đánh giá đồng đẳng.

– GV yêu cầu HS làm việc theo nhóm và đưa ra ý kiến của mình về sự tiến bộ của mình và của bạn về các kỹ năng:

- + Kiểm soát cảm xúc của bản thân.
- + Vượt qua khó khăn trong học tập và cuộc sống.
- + Tự bảo vệ trong các tình huống nguy hiểm.
- Cá nhân có thể phản hồi ý kiến của bạn nếu chưa đồng ý.
- GV yêu cầu HS viết vào vở bài tập những ý kiến của nhóm dành cho mình.
- GV nhận xét hoạt động.

3. Đánh giá kết quả cả lớp.

– GV trình chiếu và hỏi HS theo từng điều trong bảng sau với mức độ thực hiện của HS bằng cách giơ tay và đếm số lượng HS đạt được ở các mức độ.

Những điều em làm được	Tốt	Khá	Chưa tốt
1. Nhận diện được một số khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân.			
2. Thực hiện được cách kiểm soát cảm xúc của bản thân.			
3. Kiểm soát được cảm xúc trong một số tình huống cụ thể.			
4. Nhận diện được một số khó khăn, nguy hiểm trong cuộc sống.			
5. Vượt qua được khó khăn trong một số tình huống cụ thể.			
6. Thực hiện được những cách suy nghĩ tích cực để vượt qua khó khăn.			
7. Tự bảo vệ được trong một số tình huống nguy hiểm.			

– GV có thể hỏi HS về những mức độ kết quả chưa đạt được như mục tiêu dự kiến, nguyên nhân nếu có.

– GV nhận xét chung về mức độ đạt được mục tiêu của chủ đề của lớp; tuyên dương khen thưởng, điều chỉnh lỗi, biện pháp khắc phục hạn chế HS phạm phải.

– GV yêu cầu HS ghi lại những lời nhận xét vào VBT; GV có thể ghi nhận xét của mình vào vở của HS để khích lệ.

– GV căn dặn HS tiếp tục rèn luyện sau chủ đề và chuẩn bị cho chủ đề tiếp theo.

Chịu trách nhiệm xuất bản:

Chủ tịch Hội đồng Thành viên NGUYỄN ĐỨC THÁI
Tổng Giám đốc HOÀNG LÊ BÁCH

Chịu trách nhiệm nội dung:

Tổng biên tập PHẠM VĨNH THÁI

Biên tập nội dung: TRẦN LÊ NHẤT TÚ

Thiết kế sách: HOÀNG CAO HIỀN

Trình bày bìa: NGUYỄN MẠNH HÙNG

Sửa bản in: TRẦN LÊ NHẤT TÚ

Chế bản: CÔNG TY CP DỊCH VỤ XBGD GIA ĐỊNH

Địa chỉ sách điện tử và tập huấn qua mạng:

– Sách điện tử: nxbgd.vn/sachdientu.

– Tập huấn online: nxbgd.vn/taphuan.

Bản quyền thuộc Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam.

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.



TÀI LIỆU BỒI DƯỠNG GIÁO VIÊN
HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP LỚP 7
BỘ SÁCH CHÂN TRỜI SÁNG TẠO (BẢN 2)

Mã số:

In bản, (QĐ in số) khổ 19 x 26,5 cm

Đơn vị in:

Địa chỉ:

Số ĐKXB:

Số QĐXB:, ngày tháng năm 20...

In xong và nộp lưu chiểu tháng năm 20...

Mã số ISBN:



TRẦN TRỌNG GIỚI THIỆU



Sách không bán