

MỤC LỤC

PHẦN I. ĐẶT VẤN ĐỀ	1
I. Lý do chọn đề tài	1
II. Mục đích nghiên cứu	1
III. Đối tượng nghiên cứu	2
IV. Phương pháp nghiên cứu	2
V. Phạm vi nghiên cứu.....	2
PHẦN 2. GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ.....	3
I. Cơ sở lí luận của đề tài	3
1. Một số khái niệm của đề tài	3
2. Tầm quan trọng của đề tài.....	3
3. Những thuận lợi và khó khăn khi thực hiện đề tài.....	4
II. Thực trạng đảm bảo an toàn trong trường học	5
1. Những nguy cơ mất an toàn trong trường học hiện nay	5
2. Thực trạng đảm bảo an toàn trường học ở nơi công tác	5
III. MỘT SỐ BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO AN TOÀN CHO HỌC SINH LỚP 6 .	7
1. Đảm bảo an toàn về thể chất cho học sinh.....	7
2. Đảm bảo an toàn tinh thần học sinh.....	9
3. Giáo dục kĩ năng tự bảo vệ cho học sinh.....	14
4. Phối hợp với các lực lượng, ứng dụng công nghệ thông tin trong việc đảm bảo và duy trì sự an toàn cho học sinh.....	17
IV. HIỆU QUẢ ĐẠT ĐƯỢC SAU KHI ÁP DỤNG SÁNG KIẾN KINH NGHIỆM.....	18
PHẦN III. KẾT LUẬN VÀ KHUYẾN NGHỊ.....	20
I. Kết luận	20
II. Khuyến nghị	20
TÀI LIỆU THAM KHẢO	22
PHỤ LỤC	

PHẦN I. ĐẶT VẤN ĐỀ

I. Lý do chọn đề tài

Để có thể xây dựng và đảm bảo một môi trường giáo dục lành mạnh - nơi học sinh được phát triển toàn diện cả về thể chất, trí tuệ và tâm hồn thì rất cần đến một nền tảng vững chắc ban đầu và xuyên suốt - đó là sự an toàn. Chỉ khi học sinh cảm nhận được trường học an toàn cả về thể chất và tinh thần thì khi đó, các em mới có thể phát huy được hết khả năng của mình cũng như sống trọn vẹn trong hạnh phúc.

Nhận thấy điều này, Bộ Giáo dục & Đào tạo đã có những quyết định, văn bản chỉ đạo như Quyết định 4458/QĐ-BGDĐT ngày 22/08/2007 của Bộ trưởng bộ Giáo dục và Đào tạo quy định về xây dựng trường học an toàn, phòng chống tai nạn, thương tích trong trường phổ thông do Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành. Sở Giáo dục và Đào tạo, Lãnh đạo Quận và phòng Giáo dục cũng thường xuyên quan tâm sát sao và có những chỉ đạo đúng đắn, kịp thời về vấn đề đảm bảo an toàn cho các con học sinh. Điều này đã được thể hiện chi tiết, đầy đủ trong các kế hoạch, văn bản hướng dẫn của Sở Giáo dục và Đào tạo Hà Nội, của Ủy ban nhân dân quận Bắc Từ Liêm.

Là một giáo viên có 9 năm công tác tại trường trung học cơ sở, đảm nhận công tác chủ nhiệm nhiều năm, tôi nhận thấy: nhu cầu an toàn là nhu cầu đầu tiên và thiết yếu cho sự phát triển của mỗi người cũng như của học sinh. Trong khi nhiều thầy cô giáo chỉ tập trung truyền tải kiến thức, việc đề mất an toàn trường học có thể để lại những hậu quả nặng nề. Đặc biệt, lứa tuổi học sinh lớp 6, các em đang bước vào giai đoạn phát triển mới, có những biến đổi cả về thể chất và tinh thần. Hơn nữa, học sinh lớp 6, lứa học sinh vừa bước qua giai đoạn tiểu học, phần lớn đều nhút nhát, thiếu tính hợp tác và chưa thật sự linh hoạt trong hầu hết các hoạt động. Các em tuy cao lớn rất nhanh nhưng vẫn còn rất non nớt, thiếu nhiều kiến thức và kỹ năng tự đảm bảo an toàn cho bản thân và bạn bè.

Do đó, với vị trí là một giáo viên chủ nhiệm lớp 6 năm học này, tôi muốn chia sẻ ***“Một số biện pháp đảm bảo an toàn trong trường học đối với học sinh lớp 6”*** nhằm mục đích chính là nâng cao nhận thức và kỹ năng tự bảo vệ bản thân cho học sinh, đồng thời phát huy hiệu quả phong trào thi đua “Xây dựng trường học “Sáng - Xanh - Sạch - Đẹp - An toàn - Hạnh phúc”.

II. Mục đích nghiên cứu

Khi thực hiện đề tài này, tôi muốn chia sẻ kinh nghiệm đảm bảo an toàn cho học sinh khối 6. Đồng thời mong muốn đồng nghiệp và học sinh thấy được tầm quan trọng của việc tạo môi trường phát triển lành mạnh, an toàn cho các em học sinh lớp 6 nói riêng và các em học sinh cấp trung học cơ sở nói chung.

III. Đối tượng nghiên cứu

Học sinh lớp 6A5 (năm học 2020 – 2021), lớp 6A8 (năm học 2022 – 2023) do tôi làm chủ nhiệm là những học sinh có sức học trung bình. Đa phần bố mẹ học sinh có quan tâm đến con cái song ít khi chia sẻ, trò chuyện cùng con, nhiều học sinh tự đi học, tự về nhà. Khu dân cư có nhiều sinh viên, người lao động ở trọ, môi trường sống phức tạp, kỹ năng giao tiếp, tự bảo vệ còn yếu.

IV. Phương pháp nghiên cứu

- Phương pháp trò chuyện/ chia sẻ.
- Phương pháp thu thập ý kiến bằng phiếu điều tra.
- Phương pháp thảo luận nhóm.
- Phương pháp đóng kịch, diễn tình huống.
- Phương pháp sử dụng biểu đồ.

V. Phạm vi nghiên cứu

- Quy mô đối tượng: Lĩnh vực chủ nhiệm.
- Phạm vi không gian: Tổ chủ nhiệm khối 6.
- Về thời gian: Tôi đã trăn trở và suy nghĩ về đề tài này từ khi nhận lớp chủ nhiệm là lớp 6 (năm học 2019 – 2020) và đặc biệt là khi được đọc, được nghe những câu chuyện về các trường hợp tai nạn đuối nước thương tâm, về các vụ tai nạn giao thông đau xót, hay những câu chuyện về những bạn học sinh đại đột tự vẫn vì áp lực của gia đình hay bị bạn bè trêu chọc thái quá,... Đề tài đã thực hiện vào năm học 2020 – 2021 và kì I năm học 2022 – 2023.

- Về nội dung: Đề tài này đề xuất một số kinh nghiệm đảm bảo an toàn cả về thể chất và tinh thần cho học sinh lớp 6 (cả thời gian trên lớp và thời gian sau giờ học). Nghiên cứu về việc đảm bảo an toàn cho học sinh nhằm những mục tiêu như sau:

- * Về kiến thức:

- Tổng hợp các kinh nghiệm, biện pháp đảm bảo an toàn cho học sinh.
- Giúp giáo viên nhận biết các tiêu chuẩn an toàn và quy định nhằm đảm bảo an toàn cho học sinh.

- * Về kỹ năng:

- Học sinh nắm được một số biện pháp tự bảo vệ bản thân.
- Giúp học sinh có kỹ năng giải quyết mâu thuẫn, kiểm soát cảm xúc tiêu cực.

- * Về thái độ:

- Nâng cao nhận thức về việc đảm bảo an toàn cho học sinh của giáo viên.
- Mở rộng giá trị sống tôn trọng và hòa bình, phát triển tình đoàn kết và sự quan tâm lẫn nhau của học sinh, giáo viên.

PHẦN II: GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ

I. Cơ sở lý luận của đề tài

1. Một số khái niệm của đề tài

Khái niệm an toàn là điều kiện được bảo vệ khỏi sự tổn hại hoặc các kết quả không mong muốn khác. Tình trạng an toàn được hiểu là không chịu tổn hại bởi nguy cơ xấu - tính cả về mặt thể chất và tinh thần.

Tai nạn thương tích là một sự kiện xảy ra bất ngờ ngoài ý muốn do một tác nhân bên ngoài gây nên các tổn thương, thương tích cho cơ thể về thể chất hay tâm hồn của nạn nhân. Tai nạn thương tích thường được chia thành hai nhóm lớn là tai nạn thương tích không có chủ định và tai nạn thương tích có chủ định.

Sức khỏe tinh thần được định nghĩa là một trạng thái an lạc mà mỗi cá nhân nhận ra tiềm năng của chính người đó, có thể đương đầu với những căng thẳng bình thường trong cuộc sống, có thể học tập, làm việc một cách tích cực, và đóng góp cho cộng đồng.

2. Tầm quan trọng của đề tài

Việt Nam là nước đầu tiên ở Châu Á và là nước thứ hai trên thế giới phê chuẩn Công ước về Quyền trẻ em, vào ngày 20/2/1990. Điều đó cho thấy mức độ quan tâm của Đảng và Nhà nước ta cho việc đảm bảo an toàn cho trẻ em là không cần bàn cãi.

Quyết định 4458/QĐ-BGDĐT ngày 22/08/2007 của Bộ trưởng bộ Giáo dục và Đào tạo đã quy định rất rõ về việc xây dựng trường học an toàn, phòng chống tai nạn, thương tích trong trường phổ thông. Theo đó, hằng năm, Sở Giáo dục và Đào tạo, Phòng Giáo dục và Đào tạo đều ban hành các văn bản chỉ đạo công tác an toàn trường học. Năm học 2022 – 2023, có công văn 2680/SGDĐT-CTTT-KHCN ngày 08/09/2022 của Sở Giáo dục và Đào tạo Hà Nội về việc đảm bảo công tác y tế trường học, an ninh, an toàn trường học, phòng chống tai nạn thương tích và giáo dục an toàn giao thông; công văn 225/GD&ĐT-MN ngày 14/09/2022 của Phòng Giáo dục và Đào tạo Bắc Từ Liêm về việc thực hiện nghiêm túc các nội dung của công văn 2680/SGDĐT-CTTT-KHCN.

Tuy nhận được sự quan tâm của toàn thể xã hội nhưng như chúng ta đã biết, khoảng cách giữa nhận thức và hành động luôn khá lớn. Việc đảm bảo an toàn cho học sinh không thể là trách nhiệm của riêng ai, cũng không phải là công việc của trường nào. Đây càng không phải là nhiệm vụ có thể hoàn thành trong ngày một, ngày hai mà là việc phải luôn luôn duy trì đảm bảo cho các em học sinh tránh được hoàn toàn các nguy cơ mất an toàn nói trên. Tuy rằng không ai muốn nhưng nếu ở đâu đó vẫn còn sự chủ quan, thiếu trách nhiệm, thiếu hiểu biết hoặc thiếu kỹ năng thì việc mất an toàn có thể sẽ để lại những hậu quả nghiêm trọng không ai lường được.

Trong điều kiện kinh tế - xã hội của Việt Nam nói riêng và bối cảnh toàn cầu nói chung, càng ngày chúng ta cần nhận ra tầm quan trọng của việc đảm bảo an toàn cho học sinh. Đặc biệt là lứa tuổi trung học cơ sở, bước vào giai đoạn tuổi dậy thì, giai đoạn khủng hoảng, thay đổi lớn cả về thể chất và tinh thần. Và hơn nữa các em học sinh lớp 6 đầu cấp, mới có sự chuyển đổi môi trường học tập, chưa được làm quen và chưa có kỹ năng ứng xử hay tự biết bảo vệ bản thân trong mọi tình huống.

Từ những phân tích trên cho thấy, các bạn học sinh hiện nay phải đương đầu với nhiều vấn đề xã hội phức tạp trong cuộc sống. Ngoài kiến thức, mỗi học sinh đều cần được đảm bảo an toàn và trang bị cho mình những kỹ năng để có thể tự bảo vệ bản thân và cùng hợp tác phát triển trong xã hội.

Chính vì vậy việc đảm bảo an toàn cho học sinh là nhiệm vụ quan trọng mà cả giáo viên chủ nhiệm và giáo viên bộ môn cần nhận thức được và làm tốt. Để thực hiện tốt nhiệm vụ này cần sự phối hợp chặt chẽ giữa gia đình, nhà trường và sự vào cuộc của toàn xã hội.

3. Những thuận lợi và khó khăn khi thực hiện đề tài

3.1. Thuận lợi

- Cơ sở vật chất, trang thiết bị đầy đủ, lớp học có máy tính và máy chiếu, mạng kết nối Internet giúp giáo viên dễ dàng thực hiện các biện pháp giáo dục kỹ năng sống cho học sinh.

- Ban Giám hiệu luôn quan tâm đến việc đổi mới các hoạt động công tác chủ nhiệm, luôn tạo điều kiện cho cán bộ, giáo viên tìm tòi, sáng tạo cũng như tổ chức các buổi sinh hoạt chuyên môn, tham dự các chuyên đề, tập huấn nhằm trau dồi, nâng cao chuyên môn nghiệp vụ chủ nhiệm.

- Giáo viên tuổi đời còn trẻ, nhiệt tình, ham học hỏi và luôn nâng cao ý thức đổi mới.

- Ban phụ huynh lớp quan tâm và phối hợp chặt chẽ với giáo viên chủ nhiệm.

3.2. Khó khăn

- Về học sinh:

- + Một vài học sinh có hoàn cảnh đặc biệt như: bố mẹ li hôn, bố hoặc mẹ mất ở với ông bà, gia đình thuộc diện khó khăn.

- + Qua theo dõi học bạ, học sinh trong lớp không có sự đồng đều về trình độ, một vài học sinh được đánh giá kết quả rèn luyện ở tiểu học chưa tốt. Học sinh lớp 6 còn chưa quen với môi trường và cách học mới ở chương trình trung học cơ sở.

- Giáo viên tuổi đời còn trẻ, nên đôi khi còn hạn chế trong quản lí, bao quát học sinh.

- Phụ huynh trong lớp học làm nhiều ngành nghề khác nhau, nên trình độ dân trí đối với vấn đề giáo dục chưa được đồng bộ. Một vài phụ huynh còn mải lo làm ăn, ít quan tâm đến con cái, với tâm lí “Trăm sự nhờ thầy cô”.

II. Thực trạng đảm bảo an toàn trong trường học

1. Những nguy cơ mất an toàn trong trường học hiện nay

An toàn trong học đường liên quan đến rất nhiều vấn đề khác nhau. Các nguy cơ đe dọa an toàn của học sinh bao gồm: Tai nạn thương tích; đuối nước, tai nạn giao thông, bạo lực/bắt nạt học đường; quấy rối/xâm hại tình dục; những bất ổn tâm lí do áp lực từ bạn bè, thầy cô hoặc gia đình tạo ra,... Đây đều là các vấn đề mà bất kỳ trường học nào cũng có thể gặp phải và là những nguy cơ đe dọa an toàn của học sinh.

Theo thống kê, đa số tai nạn xảy ra do vấp ngã, xô đẩy nhau, tai nạn giao thông... Thương tích chủ yếu là bị xước, xát, chảy máu, gãy chi, chấn thương phần mềm... Tuy nhiên, hẳn chúng ta đều biết chỉ cần một chút lơ là, vô trách nhiệm của người trong cuộc thì vẫn có những học sinh bị điện giật chết hay bị tử vong do bị bỏ quên...

Nhìn lại những năm vừa qua, thì không thiếu những trường hợp học sinh mang thai khi đang còn ngồi trên ghế nhà trường, bị trầm cảm, thậm chí tìm đến cái chết do bị bạo hành, bị bắt nạt, bị tạo áp lực quá lớn và bị xâm hại.

Mặc dù đây không phải là chuyện phổ biến trong các trường học, nhưng tình trạng học sinh đánh nhau trong trường, trong lớp hoặc bên ngoài trường là chuyện đã từng xảy ra và đang có xu hướng tăng lên. Nguyên nhân chính là do học sinh hiện nay được tiếp cận với các thiết bị điện tử, các game online bạo lực, các trang web xấu với các thông tin không được kiểm soát, thiếu sự gần gũi giáo dục của gia đình nên trẻ bị ảnh hưởng. Hay nói cách khác, do nhận thức của trẻ chưa toàn diện, thiếu kĩ năng kiểm soát cảm xúc, từ đó dẫn đến dễ bị mất bình tĩnh, dễ bị lôi kéo, kích động.

2. Thực trạng đảm bảo an toàn trường học ở nơi công tác

Để tìm hiểu về cảm nhận mức độ an toàn của các em học sinh khi đến trường, tôi đã trò chuyện phát phiếu trưng cầu ý kiến của 45 học sinh thuộc lớp 6A5 mà tôi làm công tác chủ nhiệm năm học 2020 – 2021 vào ngày đầu tiên tập trung học sinh. Tôi đã thu được kết quả như sau:

Bảng 1: Số liệu đánh giá mức độ an toàn của học sinh khi đến trường

TT	Mức độ	Số lượng	%
1	Rất an toàn	22	48.9
2	An toàn	18	40.0
3	Chưa thực sự an toàn	5	11.1

Nhìn vào kết quả trên cho thấy, vẫn có học sinh cho rằng trường học chưa phải là nơi thực sự an toàn. Cũng có thể do tâm lí các em học sinh ngày đầu đặt chân đến trường trung học cơ sở, tiếp xúc với giáo viên chủ nhiệm và các bạn mới, nên có nhiều tâm lí e ngại. Nhưng nhìn vào kết quả khảo sát này, càng thôi thúc bản thân tôi là giáo viên chủ nhiệm đồng thời là giáo viên bộ môn phải nghiên cứu, tìm tòi để tìm ra biện pháp giúp các em tự tin hơn, an tâm hơn trong môi trường học tập mới này.

Tôi khảo sát ý kiến của 32 giáo viên chủ nhiệm ở trường tôi và 18 giáo viên chủ nhiệm ở các trường bạn (không yêu cầu điền thông tin cá nhân) trong buổi sinh hoạt chủ nhiệm đầu năm học về mức độ quan tâm của giáo viên đến các giải pháp để đảm bảo an toàn cho học sinh khi đến trường. Kết quả thu được như sau:

Bảng 2: Mức độ quan tâm của giáo viên đến các giải pháp để đảm bảo an toàn cho học sinh khi đến trường

TT	Mức độ	Số lượng	%
1	Thường xuyên	20	40.0
2	Thỉnh thoảng	25	50.0
3	Ít khi	5	10.0

Qua số liệu trên, tôi thấy việc các giáo viên chủ nhiệm luôn quan tâm đến việc thực hiện các giải pháp để đảm bảo an toàn của học sinh khi đến trường. Nhưng một số giáo viên chưa thực sự quan tâm đến vấn đề này. Có thể do tâm lí ngại vất vả, ngại đổi mới. Nên bản thân tôi càng muốn thử với một số biện pháp để làm thay đổi suy nghĩ của các em, giúp các em có các kĩ năng sống tốt hơn, biết điều tiết cảm xúc, chủ động, tích cực, học tập hiệu quả.

Xuất phát từ thực trạng trên, tôi mạnh dạn đưa ra một số biện pháp nhằm giúp học sinh lớp 6 đầu cấp trung học cơ sở có các kĩ năng đảm bảo an toàn hơn khi đến trường, đồng thời có tâm lí tự tin, vui vẻ trong học tập; tập thể lớp đoàn kết, vững mạnh.

III. MỘT SỐ BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO AN TOÀN CHO HỌC SINH LỚP 6

1. Đảm bảo an toàn về thể chất cho học sinh

1.1. Mục tiêu

Nhận thức được các nguy cơ gây mất an toàn cho học sinh, các biện pháp dưới đây của tôi nhằm phòng tránh tai nạn thương tích, đảm bảo sức khỏe, khả năng học tập cho học sinh tại trường.

1.2. Tổ chức thực hiện

a. Đảm bảo vệ sinh lớp học, trang trí lớp học phù hợp

Giáo viên chủ nhiệm có kế hoạch phân công trực nhật rõ ràng từ đầu năm và thống nhất với toàn thể học sinh trong lớp. Lịch trực nhật được cập nhật trong bảng thông báo. Học sinh được phân công theo nhóm 3 hoặc 4, mỗi nhóm trực nhật 1 buổi trong tuần (sáng hoặc chiều), trực nhật vào cuối giờ học buổi sáng và sau tiết học cuối buổi chiều. Trong các tiết học, vẫn phải thực hiện giặt khăn và lau bảng. Lớp thống nhất, trực nhật không phải là hình thức phạt của giáo viên dành cho học sinh học yếu hay vi phạm mà là trách nhiệm và niềm vui của mỗi thành viên trong lớp để mọi người đều được hưởng bầu không khí dễ chịu và thoải mái nhất. Trong giờ học, học sinh tự đảm bảo vị trí chỗ ngồi của mình và ngăn bàn không có giấy rác. Vào chiều thứ 6 hàng tuần, cả lớp sẽ thực hiện tổng vệ sinh lớp học. Việc điều khiển và đánh giá việc trực nhật của các nhóm là do giáo viên chủ nhiệm và lớp phó phụ trách vệ sinh.

Thấu hiểu được tầm quan trọng của việc tạo môi trường học thân thiện, lành mạnh cho học sinh, việc trang trí lớp đã được giáo viên chủ nhiệm thống nhất với học sinh từ đầu năm học. Nguyên tắc trang trí lớp đảm bảo phù hợp lứa tuổi học sinh, không cầu kì, rối mắt. Các chỗ tường bị bẩn, bong tróc được thay bằng hình dán, khẩu hiệu, bảng biểu... Việc trang trí lớp là một phần thống nhất trong các tiêu chí xây dựng trường học thân thiện, lớp học hạnh phúc, góp phần hỗ trợ giáo dục nhân cách học sinh.

Hình minh họa trang trí lớp - phụ lục 1

b. Đảm bảo an toàn của các thiết bị, đồ dùng trong lớp

Giáo viên chủ nhiệm kết hợp với nhân viên phụ trách thiết bị, ban đại diện cha mẹ học sinh và học sinh trong lớp kiểm tra định kì, bảo dưỡng và xử lý kịp thời bàn ghế hư hỏng và các thiết bị điện khác trong lớp ví dụ đường dây điện, công tắc, đèn, quạt, máy tính, máy chiếu, điều hòa... Kết hợp với nhân viên phụ trách cơ sở vật chất của nhà trường kiểm tra, có biên bản cam kết với Ban Giám hiệu trường.

Giáo viên chủ nhiệm cũng giao một nhóm phụ trách công nghệ thông tin của lớp thực hiện kết nối máy tính hoặc cắt gọn gàng dây kết nối nếu như không sử dụng.

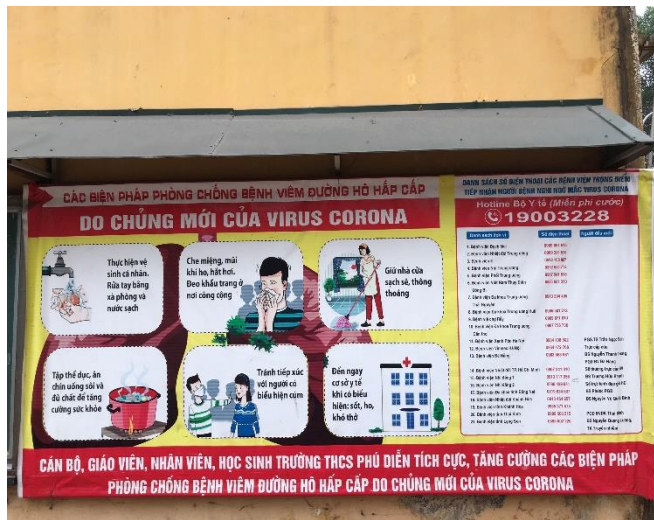
Giáo viên chủ nhiệm phối hợp với Ban Thiếu niên đội tổ chức tuyên truyền và cho học sinh kí cam kết không tự ý mang tới trường các vật sắc nhọn như dao, dục giấy, kéo, dao thái, các đồ chơi nguy hiểm... Các đồ dễ vỡ như bình hoa, khung tranh được hạn chế. Giáo viên chủ nhiệm có kế hoạch kiểm tra đột xuất cặp sách của học sinh.

c. Phòng tránh các bệnh học đường cho học sinh kết hợp phòng chống dịch bệnh

Giáo viên chủ nhiệm thường xuyên quan tâm đến việc xếp chỗ ngồi hợp lý, tư thế ngồi của học sinh hay điều kiện ánh sáng trong lớp, thực hiện luân phiên đổi dây và đổi vị trí bàn ngồi để đảm bảo học sinh được thay đổi góc nhìn... để tránh các bệnh học đường như: cận thị, loạn thị, cong vẹo cột sống. Giáo viên chủ nhiệm kết hợp với nhân viên y tế trường tổng hợp kết quả và theo dõi tình trạng của các con học sinh sau khi khám bệnh tại trường, liên lạc kịp thời với cha mẹ học sinh trong trường hợp con bị một đợt xuất và giữ liên lạc với cha mẹ học sinh trong trường hợp cần theo dõi diễn biến bệnh.

Năm 2019, năm 2020, đầu năm 2021 là thời gian cao điểm về dịch sốt xuất huyết, sốt vi rút, Cúm A, Cúm B và đặc biệt là dịch viêm đường hô hấp cấp Covid 19 do chủng virus SARS-CoV-2 gây ra. Giáo viên chủ nhiệm đã cập nhật kịp thời thông tin, tuyên truyền các biện pháp phòng chống lây nhiễm bệnh. Cho đến nay, bệnh viêm đường hô hấp cấp do SARS-CoV-2 đã tạm thời chậm lại, nhưng các bệnh lây truyền khác vẫn bị mắc với con số nhiều. Vì vậy, giáo viên chủ nhiệm cần đảm bảo học sinh và gia đình các em hiểu đúng và có biện pháp phòng hiệu quả, giúp học sinh cùng gia đình các em không chủ quan nhưng cũng không bị hoang mang trước nhiều thông tin trên mạng. Giáo viên chủ nhiệm đến vào các đầu giờ buổi sáng, vừa kết hợp kiểm tra sĩ số vừa hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh. Luôn có thông tin nhắc nhở cha mẹ học sinh theo dõi sức khỏe của các con trước khi đến lớp, nếu sức khỏe bất thường cho con nghỉ học ở nhà theo dõi. Đồng thời, tôi luôn cập nhật đầy đủ lịch tiêm phòng vaccine Covid-19 cho học sinh theo thông báo của phường đến phụ huynh, tuyên truyền nâng cao việc tiêm phòng cúm hàng năm.

Dưới đây là ảnh chụp các hoạt động tuyên truyền biện pháp phòng chống dịch tới học sinh và gia đình các em học sinh.



2. Đảm bảo an toàn tinh thần học sinh

2.1. Mục tiêu

Song song với việc giúp cho học sinh có sức khỏe tốt để học tập để tôi luôn chú ý tới sức khỏe tinh thần của các em. Đó không chỉ là việc giáo viên để ý xem các em vui hay buồn, nhiệt tình hay uể oải trong giờ mà còn là mong ước giúp lớp 6 tôi chủ nhiệm trở thành lớp học hạnh phúc, biến lớp thành ngôi nhà thứ hai của các con. Giúp học sinh phát triển đầy đủ cả thể chất và tâm hồn. Chỉ khi yên tâm về tinh thần, học sinh mới có được cảm giác an toàn thực sự và tập trung vào học tập.

2.2. Tổ chức thực hiện

a. Tạo không khí lớp học hạnh phúc

* Tạo ấn tượng buổi tựu trường đầu tiên

Các em học sinh lớp 6, là lứa học sinh đầu cấp trung học cơ sở, mới được chuyển lên sau khi hoàn thành chương trình tiểu học. Mọi thứ với các em đều mới mẻ, đều lạ lẫm, suy nghĩ của các con về ngôi trường mới chưa thực sự “an toàn” theo như khảo sát ở trên của tôi. Chính vì vậy, bản thân tôi phải nghĩ đến việc sẽ tạo ra một buổi tựu trường đầu tiên ấn tượng, thân thiện với các em.

Tôi thực hiện thiết kế slide trình chiếu, video giới thiệu về bản thân là giáo viên chủ nhiệm, cũng như về lớp học, về ngôi trường giàu truyền thống với những ngôn từ gần gũi. Đồng thời tôi cũng thiết kế và in những tấm bảng tên kèm hình chibi ngộ nghĩnh, vừa giúp các con tìm được vị trí của mình, vừa như là món quà đầu tiên chào đón các em. Lớp học cũng được trang trí bảng và hoa tươi nhiều màu sắc.

Để có những thông tin về cá nhân các em học sinh trong lớp, thay vì phát những tờ giấy chỉ có các câu hỏi đơn thuần để khai thác các em. Tôi thiết kế một phiếu viết về bản thân với hình ảnh và câu từ nhẹ nhàng để các em cảm thấy không bị nhàm chán hoặc trả lời về bản thân như một sự tra hỏi. Từ đó, với sự quan sát

của tôi, cùng với những gì các em thể hiện, bước đầu cô trò có thể xây dựng lên được đội ngũ cán sự lớp tạm thời. Và một điều không thể thiếu là những trang slide ấn tượng để giới thiệu về “Lớp 6 – bao điều mới mẻ”, giới thiệu về các môn học, về nội quy trường lớp.

Với tôi, những ấn tượng đầu tiên luôn là những ấn tượng đẹp nhất. Chính vì vậy, tôi đã nghĩ để thực hiện buổi đầu tiên một cách kĩ càng. Để các em học sinh cảm thấy vui vẻ, hạnh phúc vì là một thành viên của lớp. Để các em bước đầu không còn cảm thấy băn khoăn về sự “An toàn”.

Các hình ảnh về buổi tựu trường đầu tiên – phụ lục 2

Phiếu thông tin học sinh – phụ lục 3

*** Giáo viên chủ nhiệm lắng nghe và thấu hiểu**

Nếu không lắng nghe và thấu hiểu mà áp đặt học sinh theo ý của thầy cô thì học sinh sẽ tự xây nên một bức tường vô hình làm lá chắn. Chính bản thân tôi muốn xoá đi khoảng cách này để học sinh cảm thấy sự quan tâm, gần gũi của cô. Tôi lựa chọn thay đổi, học cách lắng nghe và thấu hiểu. Nếu như những năm đầu đi dạy, tôi thường quan tâm, giải quyết các cảm xúc tiêu cực của học sinh một cách cứng nhắc, thậm chí mắng mỏ, trù chiết, dọa nạt những học sinh mắc lỗi thì giờ đây, tôi đã thay đổi. Tôi biết cách lắng nghe, chú trọng đến những cảm xúc tích cực. Sự tích cực ấy có thể chỉ đơn giản là trong tuần em vệ sinh lớp sạch, hay em được một điểm tốt. Tôi đã lắng nghe để chia sẻ cùng các em để nhân những niềm vui ấy lên thành nhiều lần, để con có hứng thú và ham thích với môn học mình đang dần tiến bộ và để con cảm thấy tự hào vì những gì mình đã cố gắng đạt được.

Bên cạnh đó tôi còn là sự lắng nghe để tìm hiểu nguyên nhân mà không vội vàng đưa hết lỗi lầm về phía con trẻ. Sau đó tìm cách giải quyết phù hợp để không làm tổn thương tới chúng. Thay vì nghiêm khắc nhắc nhở hay la mắng, tôi đã gần gũi lắng nghe, khuyên nhủ, động viên. Thay vì nói “con học dốt”, tôi luôn nói “con chưa giỏi”; thay vì nói “các em lười biếng”, tôi thường nói “các em chưa chăm”... Chỉ bằng cách thay đổi câu từ, sử dụng những “ái ngữ” đó, tôi đã gieo niềm tin nhiều hơn cho học trò. Tôi luôn nói với các em: “Cô không cần các con luôn là người giỏi nhất, cô chỉ mong các con là những người không ngừng cố gắng, mỗi ngày tiến bộ hơn chính mình của hôm qua”. Tôi cũng luôn tạo ra nhiều cơ hội để học sinh có thể bày tỏ quan điểm cá nhân của mình bằng lời nói hoặc qua những bức thư tay, qua tin nhắn cho riêng tôi. Tôi đã làm như thế cho đến khi có nhiều em tự tìm đến tôi để chia sẻ, nhờ giúp đỡ, tư vấn. Thay vì áp lực, tôi thấy hạnh phúc. Tôi đã, đang và sẽ cố gắng dành yêu thương học sinh với trái tim của người mẹ, sự bao dung của người cha, và sự tận tụy của người thầy. Thầy cô hạnh

phúc, học sinh hạnh phúc sẽ tạo nên lớp học hạnh phúc. Có hạnh phúc, học sinh có được sự an toàn.

*** Tạo niềm vui gắn kết học sinh**

Nếu như trong giờ truy bài buổi sáng, các em thường ôn lại bài, kiểm tra sách vở, bài tập cho các tiết học, thì một số giờ chuyển tiếp 5 phút, hoặc thường là thời gian truy bài đầu giờ buổi chiều, tôi tổ chức để các con có thể kể chuyện, hoặc vận động khởi động lại tinh thần sau giờ ngủ bán trú buổi trưa. Có những giáo viên chủ nhiệm trực tiếp điều hành, nhưng có những buổi giáo viên bận, “buổi trò chuyện” là do các bạn cán sự lớp quản lí.

Mỗi hôm sẽ là lượt trình bày của 1 bạn học sinh. Các bạn có thể chia sẻ 1 câu chuyện liên quan đến bản thân, gia đình mình hoặc kể lại một câu chuyện các bạn đã chứng kiến. Có khi nội dung lại là các tin tức thời sự mà các bạn nghe được hay một vấn đề mà các em quan tâm... Để tránh nhàm chán, trong tuần, đan xen vào những buổi trò chuyện ấy, sẽ lồng ghép vào những bài hát, hoặc những bài nhảy vận động như “Vũ điệu con gà”, “Việt Nam ơi!”, “Ghen Covy”,... hay đơn thuần chỉ là hai bạn cùng bèn quay người đấm lưng cho nhau... Tất cả chỉ nhằm mục đích các con có một tâm lí thoải mái khi bắt đầu giờ học buổi chiều, cũng kích thích sự tự tin, tư duy sáng tạo của các em.

Hàng tuần, cả lớp sẽ bình chọn ra bạn học sinh trò chuyện thu hút nhất, trao phần quà: “Hâm mộ”. Tiêu chí đánh giá rất đơn giản – phụ lục 4.

Sự sáng tạo và tự nhiên của các em học sinh khiến tôi không khỏi bất ngờ và thích thú. Năm học này, tôi vẫn tiếp duy trì những quỹ thời gian quý giá này, để lại được nghe, được xem những thể hiện hồn nhiên và sáng tạo của các em.

b. Khuyến khích học sinh thể hiện bản thân

Tôi khuyến khích học sinh ghi lại những trải nghiệm và thành công của mình bằng sổ nhật kí, ảnh, hay video...

Nếu chỉ nói không thì các em sẽ không làm, nếu chỉ ép thì các em sẽ làm không hiệu quả. Tôi biến chúng thành các cuộc thi nhỏ với phần thưởng từ giáo viên chủ nhiệm hoặc từ ban đại diện cha mẹ học sinh.

Ví dụ: Những buổi sinh hoạt lớp đầu năm học, tôi tổ chức thi giới thiệu về bản thân (học sinh có thể làm trên giấy hoặc thuyết trình hoặc làm video, người chiến thắng là người có nhiều lượt like của các bạn nhất - mỗi học sinh chọn ra 1 bạn mình thích nhất – và tôi đã trao phần thưởng là một bữa liên hoan tung bừng cho cả lớp và một phần thưởng xinh xắn cho một cô bé được các bạn ví như một “người cầm đầu” xuất sắc. Qua hoạt động này, tôi cũng hiểu thêm rất nhiều về em cũng các bạn khác trong lớp để tiến hành kiện toàn và phân công chính thức nhiệm vụ năm học cho đội cán bộ lớp.

Một số cuộc thi khác cấp lớp mà tôi đã tổ chức ví dụ như thiết kế thời trang, viết về nhân vật em yêu thích, làm mô hình, sản phẩm sáng tạo, điều em muốn nói, 6A5's got talent, rung chuông vàng...

Với mỗi cuộc thi đó, tôi luôn có tiêu chí chấm rõ ràng, hướng dẫn, định hướng học sinh và đề cao tính sáng tạo để các em phát huy khả năng của mình. Thi kiến thức thì tôi có thể đoán ngay ra học sinh đứng đầu nhưng các cuộc thi như thế này thì lần nào cũng khiến tôi bất ngờ với sản phẩm và người chiến thắng. Thời gian cho các cuộc thi có thể ngắn dài khác nhau nhưng tôi không ép học sinh tham gia 100% mà để các con tự đăng kí. Không nên để các cuộc thi chòng chéo sẽ khiến giáo viên chủ nhiệm khó kiểm soát và gây quá tải cho học sinh. Học sinh cũng được thoải mái nhận "trợ giúp của người thân" và kêu gọi bình chọn từ nhiều nguồn khác nhau. Sau mỗi cuộc thi, tôi thường rút kinh nghiệm với cán bộ lớp và tự ghi lại được những thế mạnh, những điểm cần phát huy của từng học sinh lớp tôi. Chính vì vậy, tôi nhận thấy hầu hết các em học sinh trong lớp đều được các bạn ghi nhận, có thể điểm thi môn học này các em còn chưa cao, nhưng lại có những "tài năng" ấn tượng khác. Vì thế, mà các em trở nên tự tin hơn, lớp học cũng trở nên vui vẻ, đoàn kết hơn.

Hình ảnh một số cuộc thi mà các con học sinh lớp 6 tôi chủ nhiệm đã tham gia – phụ lục 5

c. Tạo môi trường kết nối giữa cha mẹ học sinh và học sinh

Một phần không thể thiếu trong đảm bảo “đảm bảo an toàn sức khỏe tinh thần” cho các em chính là mối quan hệ giữa cha mẹ học sinh và các em học sinh. Ở nhà, tình cảm của các em với gia đình có tốt thì đến trường các em cũng mới vui vẻ và tinh thần học tập tốt.

Bản thân tôi là giáo viên chủ nhiệm, thấu hiểu sự biến đổi tâm lí, những cảm xúc nhạy cảm hay tiêu cực của các em trong giai đoạn này, nên dù có bận nhiều việc, tôi vẫn luôn sẵn sàng lắng nghe các em tâm sự, luôn sẵn sàng nghe điện thoại hay đọc những tin nhắn của phụ huynh về những câu chuyện chưa được thấu hiểu giữa các con và cha mẹ. Để từ đó có những tư vấn đối với các em học sinh và cha mẹ học sinh, giúp câu chuyện đó được tháo gỡ. Bản thân tôi không phải là một nhà tâm lí, nhưng bằng sự quan tâm chân thành và thấu hiểu, tôi cảm nhận thấy ít nhiều xây dựng được niềm tin nơi các em học sinh và cha mẹ học sinh.

Trong buổi họp phụ huynh đầu năm, tôi vẫn dành ra một quỹ thời gian để phụ huynh được lắng nghe chia sẻ về tâm sinh lí của học sinh giai đoạn “ấm ương”, về những áp lực học tập mà phụ huynh đã và có thể sẽ tạo ra cho các con, để từ từ viết lại “Đôi lời nhắn nhủ con yêu”. Từng lời nhắn nhủ được phụ huynh

gấp gọn gửi lại cô giáo chủ nhiệm, chuyển đến khi các con cần lắng nghe, cần sự động viên của cha mẹ.

Còn đối với các con, trong dịp 20/10, thay vì khó nói trực tiếp những lời chúc với mẹ, tôi giúp các con thiết kế những tấm thiệp nhỏ, trong đó là tất tần tật những gì về mẹ, là lời yêu thương muốn nói với mẹ. Các con cẩn thận viết, cuộn nơ và mang về gửi mẹ.

Tất cả chi tiết nhỏ như vậy, dù có thể làm người giáo viên phải mất nhiều thời gian hơn, nhưng hơn hết, cô giáo chủ nhiệm đang làm tương đối tốt sự kết nối giữa các con và cha mẹ. Giúp các con biết lưu giữ những tình cảm yêu thương, luôn “an toàn về tinh thần” khi đến trường.

Một số hình ảnh minh họa: Phụ lục 6

d. Nâng cao chất lượng đọc sách

Không còn ai nghi ngờ về tác dụng, giá trị của việc đọc sách đối với các em học sinh. Việc đọc sách giúp rèn tính kiên trì, tăng thêm tri thức khoa học, và các vốn kĩ năng phong phú. Tuy nhiên, không phải bạn nào cũng có thói quen và kĩ năng đọc sách.

Theo khảo sát học sinh về hoạt động đọc sách vào đầu năm học, tôi thu được kết quả như sau:

Hoạt động	Hiếm khi	Thỉnh thoảng	Thường xuyên	Rất thường xuyên
Đọc truyện tranh	3/45	15/45	24/45	3/45
Đọc sách văn học, khoa học	25/45	13/45	6/45	1/45
Tự tham gia các cuộc thi liên quan đến sách...	39/45	5/45	1/45	0/45
Viết, trình bày lại phần cảm nhận sau khi đọc sách	37/45	8/45	0/45	0/45

Qua các số liệu thu được, bản thân các em học sinh không có thói quen và kĩ năng đọc sách ngay khi ở lứa tuổi tiểu học. Bản thân các em ở nhà có các thiết bị điện tử như ti vi, điện thoại, máy tính,... hấp dẫn hơn sách. Dần dần, các em quên đi những giá trị to lớn “đảm bảo an toàn tinh thần” của sách mang lại. Vì vậy, mục tiêu của tôi là khuyến khích được các con học sinh xây dựng thói quen đọc sách, nâng cao chất lượng đọc sách thông qua một số hoạt động hướng dẫn của giáo viên.

Lấy ý tưởng từ các giờ đọc truyện của thầy giáo Perboni trong “Những tấm lòng cao cả”. Tôi thường in ra một đoạn trích hoặc giới thiệu một truyện ngắn, một bài báo cho các em học sinh đọc. Vào giờ sinh hoạt lớp cuối tháng, tôi thường tổ chức các hoạt động hoặc cuộc thi nho nhỏ để kiểm tra lại các nội dung mà các

con đã đọc trong tháng. Đó có thể là trò chơi “Ai nhanh hơn” với các câu hỏi về tác giả tác phẩm và nhân vật trong “Dế mèn phiêu lưu kí”. Đó có thể là nêu những cảm nhận về nhân vật Garônê trong “Những tấm lòng cao cả”, hay lược lại những câu chuyện đẹp trong các tác phẩm của nhà văn Nguyễn Nhật Ánh, những giá trị nhân văn trong “Hạt giống tâm hồn”...

“Hưởng ứng tuần lễ học tập suốt đời”, tôi khuyến khích học sinh tham gia cuộc làm video, nêu những cảm nhận về một cuốn sách yêu thích do thư viện trường phát động, thi vẽ bìa sách và đặc biệt là sân khấu hóa các nhân vật và trích đoạn trong sách. Thông qua việc viết, vẽ, sân khấu hoá, học sinh của tôi có thể hiểu sâu hơn, nhớ lâu hơn về những gì mình đã đọc và còn có thể tuyên truyền những kiến thức và giá trị nhân văn đã được tác giả truyền tải qua sách.

Tôi cùng với học sinh xây dựng một thư viện sách “mini” ngay trên lớp học. Mỗi bạn học sinh đánh dấu tên vào mặt trong cuốn sách, đóng góp vào thư viện sách của lớp để cùng chia sẻ, lan toả giá trị của các cuốn sách. Các em có thể đọc sách vào các giờ chuyển tiết hoặc giờ ra chơi.

Thông qua một vài hoạt động nho nhỏ như vậy, tôi thấy có những thay đổi tích cực trong thói quen đọc sách. Nhìn thấy hình ảnh các học sinh của mình cùng đọc sách, cùng chia sẻ với nhau, tổng kết được nội dung, bài học của các cuốn sách, bản thân tôi cảm thấy có niềm tin với công tác chủ nhiệm của mình. Khi học sinh có thói quen đọc sách, tôi nhận thấy mình đang đưa vào những liều thuốc “bảo đảm sức khoẻ tinh thần” cho học sinh, thêm những kiến thức, kỹ năng bảo đảm an toàn cho học sinh khi đến trường.

Một số hình ảnh minh hoạ về hoạt động nâng cao chất lượng đọc sách – phụ lục 7.

3. Giáo dục kỹ năng tự bảo vệ cho học sinh

3.1. Mục tiêu

Từ việc nhận thức rõ các nguy cơ gây mất an toàn cho học sinh, với biện pháp này tôi mong muốn trang bị cho học sinh kỹ năng nhận diện nguy hiểm và kỹ năng tự bảo vệ chính mình và bạn bè.

3.2. Tổ chức thực hiện

a. Làm tốt công tác tuyên truyền

Học sinh lớp 6 do tôi chủ nhiệm thường xuyên được tuyên truyền việc thực hiện: An toàn giao thông, giáo dục giới tính, phòng chống xâm hại, phòng chống cháy nổ, tai nạn đuối nước, an ninh mạng, hút thuốc lá điện tử, các đồ ăn vật không rõ nguồn gốc,...

Với quy mô nhà trường, ngoài việc trang bị nhiều bảng biểu, tài liệu tuyên truyền đẹp mắt, hợp lý, Ban Giám hiệu cùng Ban thiếu niên còn tổ chức các buổi

nói chuyện, gặp mặt, mời chuyên gia tư vấn, hướng dẫn trực tiếp cho học sinh. Hoặc tuyên truyền qua chương trình phát thanh măng non hàng tuần. Từ đó các con có thể nhận diện được các mối nguy hiểm thường gặp và nắm được các biện pháp cơ bản để bảo vệ mình trong các trường hợp trên.

Công việc của giáo viên chủ nhiệm như tôi là khuyến khích học sinh tham gia một cách nhiệt tình trong các buổi tuyên truyền, khuyến khích học sinh tái hiện lại các nội dung đã được tuyên truyền dưới hình thức sơ đồ tư duy hay tiểu phẩm hài ở lớp. Ngoài các nội dung chưa được thực hiện ở trường, tôi giao cho các nhóm ở lớp thực hiện các chuyên đề theo tháng vào giờ sinh hoạt lớp hoặc lồng ghép trong các tiết học. Tôi cũng làm tốt việc phối hợp với cha mẹ học sinh để thường xuyên quán triệt, kiểm tra các con tại nhà. Mỗi học sinh cũng lại là một tuyên truyền viên nhí tới gia đình và cộng đồng nơi mình sinh sống để đảm bảo an toàn cho bản thân mình và những người xung quanh.

Một số hình ảnh minh họa về công tác tuyên truyền – Phụ lục 8

b. Lồng ghép giá trị sống trong các tiết sinh hoạt lớp và hoạt động ngoài giờ lên lớp

Tôi đã từng áp dụng thành công giá trị sống vào các tiết sinh hoạt lớp và các tiết hoạt động ngoài giờ lên lớp (giờ theo chương trình mới được thay thế bằng các tiết hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp). Chỉ từ những câu chuyện đơn giản và xúc động, học sinh của tôi có thể cảm nhận dần dần sức mạnh của các giá trị tốt. Tôi tin tưởng rằng, mỗi giá trị sẽ như một bông hoa thơm bung nở trong tâm hồn các em.

Đối với mục tiêu an toàn trường học, ba giá trị sống mà tôi tin tưởng lựa chọn lồng ghép đầu tiên là “Yêu thương, Tôn trọng và Đoàn kết”.

Tôi đã từng chia sẻ với học sinh các câu chuyện về 2 con chim, những miếng bọt biển hạnh phúc,...

Phụ lục 10: Suy ngẫm 12 giá trị sống

Phụ lục 11: Câu chuyện hai con chim.

c. Thực hành kỹ năng kiểm soát cảm xúc và giải quyết mâu thuẫn

Mâu thuẫn trong cuộc sống giữa người với người là không thể tránh khỏi. Ở lứa học sinh cấp hai thì việc nảy sinh mâu thuẫn lại càng dễ xảy ra vì tâm lý các em chưa ổn định, dễ xúc động, hành xử còn bột phát. Nhiều khi chỉ xuất phát từ hiểu lầm nhỏ, nếu không được giải quyết hợp lý, mâu thuẫn lớn lên có thể để lại những hậu quả nặng nề. Nhất là trong thời điểm các trò chơi điện tử, truyện tranh và phim bạo lực tác động không nhỏ tới các em, thực tế cho thấy chỉ từ cái liếc mắt, sự va chạm nhẹ, khi mâu thuẫn không được giải quyết kịp thời đã có những học sinh không còn được đi học, không còn được sống.

Kỹ năng kiểm soát cảm xúc không có nghĩa là các con học sinh tìm mọi cách để loại bỏ, khống chế hay kìm hãm cảm xúc của bản thân. Mà đó là việc học cách kiểm soát để làm chủ cảm xúc của bản thân trong mọi tình huống giao tiếp cho dù hoàn cảnh thực tế có tiêu cực như thế nào đi nữa. Cảm xúc tiêu cực sẽ sinh ra các hành vi như quát mắng, đánh lại, ném đồ... gây mất an toàn cho mình, cho bạn và làm tổn thương tất cả.

Mâu thuẫn trong cuộc sống giữa người với người là không thể tránh khỏi. Chính vì vậy, lòng ghép trong các giờ sinh hoạt lớp, tôi đặt ra các tình huống có thể gây mâu thuẫn thường gặp ở các em học sinh. Từ đó các con học sinh sẽ đưa ra cách xử lý tình huống và tập thực hành kỹ năng kiểm soát cảm xúc và giải quyết mâu thuẫn. (Hình ảnh minh họa - Phụ lục 9).

Các bước kiểm soát cảm xúc tiêu cực (khi mình tự nhận thấy mình đang trong cơn nóng giận) như sau:

- Bước 1: Ngồi xuống, hít thở sâu 2 nhịp, xuôi tay hoặc đặt 1 tay lên trái tim của mình

- Bước 2: Thả lỏng người, dừng cuộc đối thoại bằng câu nói: “Tớ xin lỗi vì khiến cả hai chúng ta khó chịu, Chúng ta bắt đầu lại vấn đề này sau nhé. Cảm ơn cậu!”

- Bước 3: Hỏi đối phương: “Bây giờ cậu cảm thấy như thế nào?”

Dù ngôn từ, vai vế hay cảm xúc lúc đó như thế nào, nhất định nên dừng lại để cả hai bên có thời gian thả lỏng và điều chỉnh cảm xúc. Nhất định phải quan tâm đến cảm xúc của đối phương trước khi bắt đầu lại giải quyết vấn đề.

Khi chứng kiến 2 đối tượng (nhóm đối tượng) đang mâu thuẫn, căng thẳng, để làm bầu không khí hòa bình trở lại cần bình tĩnh áp dụng các bước sau:

- Bước 1: Tiến lại giữa 2 đối tượng mâu thuẫn (giữ khoảng cách an toàn nhưng đảm bảo nhìn thẳng mặt được cả 2 đối tượng, không đứng thiên về bên nào cả)

- Bước 2: Nắm nhẹ tay của 2 đối tượng hoặc giơ 2 tay mình lên trước ngực làm biểu tượng dừng lại.

- Bước 3: Gọi nhắc lại tình hình bạn thấy bằng những câu ngắn gọn và xin phép can thiệp: “Mình thấy 2 bạn đang... Mình muốn giúp các bạn bớt căng thẳng... Mình hứa sẽ lắng nghe cả 2 bạn và nói những lời công bằng.

- Bước 4: Mời lần lượt từng bên trình bày, không nhận xét hay thêm quan điểm của mình, không tán đồng hay phủ nhận ý kiến của ai. (chỉ lắng nghe tích cực và yêu cầu người bên kia cũng phải lắng nghe).

Mục đích của việc tham gia làm sứ giả hòa bình chỉ là thêm thời gian và bình tĩnh cho các đối tượng đang mâu thuẫn. Sứ giả cần được sự đồng ý của cả hai bên và đảm bảo nguyên tắc công bằng, đáng tin cậy.

4. Phối hợp với các lực lượng, ứng dụng công nghệ thông tin trong việc đảm bảo và duy trì sự an toàn cho học sinh

4.1. Mục tiêu

Giáo viên chủ nhiệm không thể lúc nào cũng ở gần mà lo cho các con học sinh được. Muốn duy trì việc đảm bảo an toàn cho học sinh thì giáo viên chủ nhiệm cần có khả năng bao quát tình hình và phối hợp chặt chẽ với các lực lượng liên quan. Đồng thời, nếu ứng dụng tốt công nghệ thông tin trong việc phối hợp quản lý, bảo vệ học sinh thì hiệu quả sẽ được nâng cao và giảm thiểu hoặc ngăn chặn rủi ro có thể xảy ra với học sinh của mình.

4.2. Tổ chức thực hiện

a. Kết hợp chặt chẽ với các lực lượng cùng hỗ trợ quản lý học sinh đảm bảo và duy trì an toàn cho học sinh

Hàng năm, Ban Giám hiệu nhà trường luôn nâng cao công tác tuyên truyền về an toàn trường học đến toàn thể cán bộ, giáo viên, nhân viên trong các cuộc họp chủ nhiệm, các cuộc họp hội đồng sư phạm. Từ đó nâng cao nhận thức và trách nhiệm của từng thành viên trong nhà trường về vấn đề an ninh, an toàn trường học.

Vì vậy, giáo viên chủ nhiệm kết hợp với Ban Giám hiệu, Ban thiếu niên, chi đoàn giáo viên, giáo viên bộ môn, cán bộ lớp và gia đình học sinh quản lý tốt sĩ số lớp, thời gian các con tại trường, thông báo kịp thời cho cha mẹ học sinh khi con đi muộn, bỏ tiết, bị ốm đột xuất hay có bất thường khác.... Ngoài trao đổi trực tiếp, thì có thể thông qua việc gọi điện, gửi tin nhắn, chụp gửi ảnh, bình chọn... Các ứng dụng như Zalo, facebook đã và đang là công cụ hỗ trợ hiệu quả cho giáo viên và cha mẹ học sinh cùng phối hợp quản lý các con, tuyệt đối không để các hiện tượng như quên không đón con, không biết học sinh đang ở đâu và không có giáo viên hay người lớn hỗ trợ.

Vì giáo viên chủ nhiệm không thể lúc nào cũng ở lớp học với học sinh, Vì vậy, với tư tưởng phòng hơn chống, giáo viên chủ nhiệm tìm hiểu học sinh và tìm ra một đội ngũ “tin cậy”, hay còn gọi là đội ngũ “chân rết” trong việc theo dõi kín các hoạt động của các thành viên trong lớp, theo dõi các mâu thuẫn hay các nguy cơ mất an toàn trong trường học để báo cáo kịp thời cho giáo viên chủ nhiệm hoặc giáo viên bộ môn. Để từ đó giáo viên chủ nhiệm có thể nắm bắt một cách sát sao nhất về tình hình của lớp, can thiệp đúng lúc hoặc xử lý các vấn đề một cách chủ động, phù hợp. Đội ngũ này ngoài trao đổi trực tiếp, cũng có thể liên hệ với giáo viên chủ nhiệm qua nhắn tin, gmail,...

b. Khuyến khích sử dụng các phần mềm, ứng dụng để quản lý học sinh và nâng cao hiệu quả giảng dạy, giáo dục

Trong thời gian vừa qua, với việc hướng dẫn khuyến khích các con ứng dụng công nghệ thông tin, học sinh của tôi đã được rút ngắn thời gian giao bài, hướng dẫn, nâng cao kỹ năng tin học cơ bản, nâng cao chất lượng học tập. Cho đến nay 100% các con biết báo cáo bằng hình ảnh, 80% các con ứng dụng được mail, power point, làm bình chọn qua điện thoại và 90% các con biết học trên các trang web uy tín, lành mạnh trên mạng. Điều này không chỉ nâng cao hiệu quả giáo dục mà còn hạn chế bớt thời gian đi lại, in ấn hay đến nhà nhau làm việc nhóm khi ba mẹ vắng nhà... góp phần bảo đảm an toàn cho các con.

Đặc biệt, trong thời gian nghỉ phòng chống dịch Covid 19, học sinh của tôi có thể an toàn tại nhà mà vẫn có thể nắm bắt thông tin tuyên truyền của cô giáo, chốt lịch và học bài khá hiệu quả nhờ các ứng dụng như: Padlet, Edmodo- phòng học và kho kiến thức trực tuyến, Zoom học trực tuyến với cô giáo, Google form, Kahoot và Quizzes để ôn tập kiểm tra online. Với các ứng dụng trên, giáo viên chủ nhiệm cùng cha mẹ học sinh có thể đảm bảo an toàn cho các con trong thời gian dịch mà vẫn đảm bảo các con không bị mắc bệnh hay trở nên lười biếng, chán nản.

Đến nay, khi các con đi học trực tiếp, nhưng các ứng dụng này vẫn phát huy được các vai trò lớn như giúp học sinh tự ôn tập tại nhà, hay nộp các sản phẩm, bài thu hoạch của cá nhân hoặc nhóm.

Minh họa báo cáo các hoạt động của học sinh tại nhà.



IV. HIỆU QUẢ ĐẠT ĐƯỢC SAU KHI ÁP DỤNG SÁNG KIẾN KINH NGHIỆM

Sau 1 năm áp dụng đề tài sáng kiến kinh nghiệm trên tôi đã nhận được những kết quả đáng khích lệ như sau:

a. Đối với bản thân:

- Bản thân được trau dồi những kỹ năng sống và có thêm nhiều kiến thức, kinh nghiệm trong công tác giáo dục hình thành kỹ năng sống cho học sinh.

- Được phụ huynh tin yêu, quý mến, yên tâm gửi gắm con em cho mình.

b. Đối với học sinh:

- Học sinh được đảm bảo an toàn cả về thể chất và tinh thần.
- Hỗ trợ học sinh phát triển một cách toàn diện.

Cụ thể:

- ✓ Tinh thần và thái độ học tập có nâng lên, qua các tiết học, học sinh tự tin hơn, năng động hơn, mạnh dạn phát biểu ý kiến hơn nên kết quả học tập cuối năm học cao hơn.
- ✓ Trong lớp không có hiện tượng nói tục chửi bậy; không có hiện tượng gây gổ, mâu thuẫn với các lớp khác, không có các vụ việc xảy ra. Học sinh được đảm bảo an toàn cả về thể chất và tinh thần.
- ✓ Phong trào đọc sách có hiệu quả rõ rệt.
- ✓ Tập thể lớp 6A5 năm học 2020 – 2021 nhiều lần được nhận cờ “Lớp nhất tuần”, cuối năm được nhà trường khen thưởng “Lớp xuất sắc”.
- ✓ Tập thể lớp 6A8 năm học 2022 – 2023 tôi làm công tác chủ nhiệm cũng nhận được cờ thi đua nhiều tuần, được khen thưởng học kì I với danh hiệu “Lớp có phong trào hoạt động đội xuất sắc”.

Bảng 3: Bảng so sánh đối chiếu kết quả học tập

Thời gian	Lớp	Số số	Giỏi (Tốt)		Khá		Trung bình (Đạt)	
			SL	%	SL	%	SL	%
Năm học 2019 – 2020 (Chưa áp dụng đề tài)	6A3	42	15	35.7	21	50	6	14.3
Năm học 2020 – 2021 (Sau khi áp dụng đề tài)	6A5	45	21	46.7	23	51.1	1	2.2
Năm học 2022 – 2023 (Học kì I)	6A8	40	18	45.0	20	50.0	2	5.0

Từ bảng thống kê trên tôi thấy chất lượng học tập tăng lên rõ rệt, số lượng học sinh giỏi và khá tăng lên, số học sinh trung bình giảm. Đây là con số rất đáng khích lệ đối với người giáo viên. Cho thấy với sự tâm huyết, quan tâm, yêu thương các em thực sự, giáo viên chủ nhiệm sẽ giúp cho các em có tâm lý tự tin, cảm nhận được sự vui vẻ, an toàn khi đến trường. Nhờ đó, chất lượng học tập cũng được nâng cao.

PHẦN III. KẾT LUẬN VÀ KHUYẾN NGHỊ

I. Kết luận

Khi thực hiện tốt các biện pháp, tôi nhận thấy đạt được những kết quả rất đáng khích lệ. Không có các vụ việc xảy ra trong lớp học và trường học, học sinh được đảm bảo an toàn về thể chất, tinh thần, phát triển toàn diện. Từ đó xây dựng được tập thể lớp an toàn, hạnh phúc.

Trong quá trình thực hiện và áp dụng sáng kiến kinh nghiệm, tôi đã rút ra được những bài học quý giá để bổ sung kinh nghiệm nhằm thực hiện tốt nhiệm vụ giáo viên chủ nhiệm như sau:

- Thực hiện đúng theo các văn bản chỉ đạo của các cấp, của ngành về trò của giáo viên chủ nhiệm và việc đảm bảo an toàn cho học sinh.

- Chủ động trong công việc, rút kinh nghiệm từ thực tế. Phối hợp nhịp nhàng với các đoàn thể trong nhà trường, cán bộ lớp, ban đại diện cha mẹ học sinh để nâng cao hiệu quả công việc, phát huy sức mạnh tập thể. Lắng nghe ý kiến đóng góp của chuyên gia, đồng nghiệp, phản hồi của cha mẹ học sinh, cán bộ lớp và học sinh để hoàn thiện hơn.

Hiệu quả của sáng kiến kinh nghiệm trình bày có thể còn sơ sài và có những phần thiếu sót. Tuy nhiên, tôi hi vọng ***“Một số biện pháp đảm bảo an toàn trong trường học đối với học sinh lớp 6”*** sẽ là những chia sẻ cần thiết cho giáo viên góp phần đưa nền giáo dục Việt Nam phát triển nhanh và bền vững.

II. Khuyến nghị

Hiện nay, trong bối cảnh ngày càng hiện đại, nhưng cũng tiềm ẩn nhiều nguy cơ mất an toàn thì việc trang bị cho học sinh kiến thức và khả năng tự bảo vệ càng trở nên cấp bách hơn bao giờ hết. Vì vậy, tôi rất mong kinh nghiệm của mình được chia sẻ tới các đồng nghiệp để ít nhiều việc đảm bảo cho học sinh phát triển an toàn (cả về thể chất và tinh thần) được thực hiện hiệu quả hơn.

Đối với Phòng giáo dục: Tôi mong rằng sẽ mở thêm các lớp tập huấn nghiệp vụ, tăng cường kỹ năng liên quan đến việc đảm bảo an toàn trường học cho từng giáo viên, nhân viên. Tổ chức nhiều chuyên đề cho giáo viên chủ nhiệm để chúng tôi có thêm kinh nghiệm và điều kiện để chia sẻ kinh nghiệm, kiến thức.

Đối với nhà trường: Tạo điều kiện cho giáo viên chủ nhiệm được tham gia các buổi tập huấn nâng cao nghiệp vụ, đồng thời cùng các lực lượng hỗ trợ giáo viên chủ nhiệm trong quản lý học sinh.

Trên đây là ***“Một số biện pháp đảm bảo an toàn trong trường học đối với học sinh lớp 6”***. Trong quá trình thực hiện khó tránh khỏi những thiếu sót, kính

mong nhận được sự góp ý của Hội đồng thẩm định các cấp và Quý đồng nghiệp để đề tài của tôi được hoàn thiện và vận dụng có hiệu quả hơn trong quá trình giảng dạy.

Tôi xin chân thành cảm ơn!

Hà Nội, ngày 21 tháng 03 năm 2023

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Quyết định 4458/QĐ-BGDĐT ngày 22/08/2007 của Bộ trưởng bộ Giáo dục và Đào tạo đã quy định rất rõ về việc xây dựng trường học an toàn, phòng chống tai nạn, thương tích trong trường phổ thông.
- Công văn 2680/SGDĐT-CTTT-KHCN ngày 08/09/2022 của Sở Giáo dục và Đào tạo Hà Nội về việc đảm bảo công tác y tế trường học, an ninh, an toàn trường học, phòng chống tai nạn thương tích và giáo dục an toàn giao thông
- Tài liệu tập huấn các giá trị sống của dự án LVEP tại Việt Nam và của cô Trish Summerfield .
- Quang Lê, *Những kỹ năng sống dành cho học sinh trung học cơ sở*, NXB Dân trí, Hà Nội.
- Nguyễn Đức Quang và các cộng sự, *Giáo dục đạo đức, kỹ năng sống cho học sinh lớp 6*, NXB Đại học Sư phạm, Hà Nội.
- Phan Thị Hồng Vinh, Trần Thị Tuyết Anh và các cộng sự, *Giáo trình giáo dục học*, NXB Đại học Sư phạm, Hà Nội.

PHỤ LỤC

Phụ lục 1: Trang trí lớp học



Phụ lục 2: Hình ảnh buổi tựu trường đầu tiên



Phụ lục 3
Phiếu thông tin học sinh

TẤT TẦN TẬT VỀ TÔI!

Tên: _____
Sinh nhật: _____

Màu sắc yêu thích: _____

Vải thú mình thích: _____
Con vật: _____
Thể thao: _____
Bài hát: _____
Số: _____

Danh ngôn sống: _____

Môn học yêu thích: _____

Món ăn ưa thích: _____

Phim/Chương trình TV thích xem: _____

Quyển sách thích nhất: _____

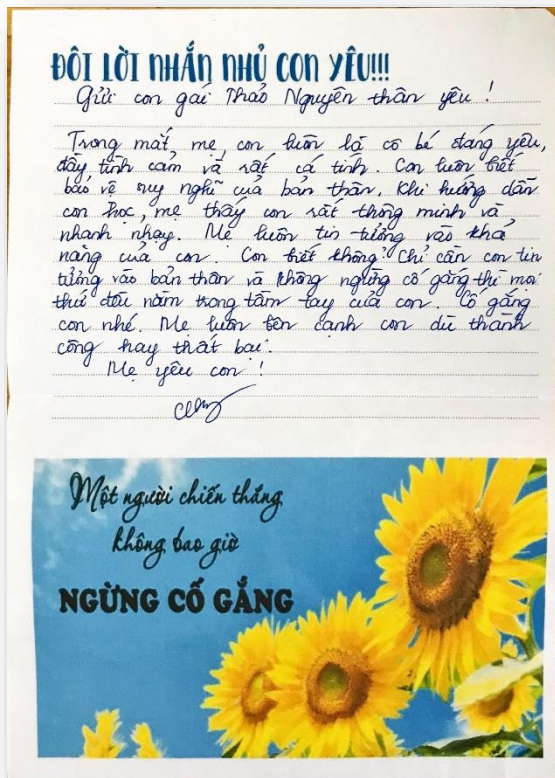
Phụ lục 4. Tiêu chí đánh giá “Cuộc thi kể chuyện”

STT	Tiêu chí đánh giá	Cần cố gắng (1*)	Được (3*)	Tốt (5*)	Rất tốt (7*)	Ghi chú
1	Sự tự tin của bạn như thế nào?					
2	Chủ đề và nội dung bạn nói như thế nào?					
3	Cách đặt vấn đề / nói chuyện có thu hút/ hấp dẫn không?					
4.	Sự sáng tạo ở bạn thế nào?					
	Tổng điểm					

Phụ lục 5: Một số cuộc thi tại lớp



Phụ lục 6: Kết nối giữa cha mẹ và các con



Phụ lục 7: Nâng cao chất lượng đọc sách



Phụ lục 8: Hình ảnh các buổi tuyên truyền, giáo dục kỹ năng sống



Phụ lục 9: Minh họa lồng ghép các giá trị sống; thực hành kỹ năng kiểm soát cảm xúc và giải quyết mâu thuẫn



Phụ lục 10: Suy ngẫm 12 giá trị sống

Giá trị cuộc sống (hay giá trị sống) được coi là những điều chúng ta cho là quý giá, là quan trọng, là có ý nghĩa đối với cuộc sống của mỗi người. Giá trị sống trở thành động lực để người ta nỗ lực phấn đấu để có được nó.

Mỗi người là một cá thể riêng biệt vì thế giá trị sống cũng mang tính cá nhân, không phải giá trị sống của mọi người đều giống nhau. Tuy nhiên, theo các tổ chức giáo dục về giá trị sống quốc tế và Việt Nam thì có 12 giá trị sống dưới đây có tính chất phổ quát trên toàn thế giới.



12 giá trị sống đúng nghĩa

1. Hòa bình

Hoà bình không chỉ là sự vắng bóng của chiến tranh. Nếu mỗi người đều cảm thấy bình yên ở trong lòng thì hòa bình sẽ ngự trị khắp nơi trên thế giới.

Thanh bình không có nghĩa là vắng bóng sóng gió mà chính là ta vẫn giữ được lòng bình an giữa những biến động, hỗn loạn.

Bình an có được khi mọi tư tưởng, tình cảm và ước muốn của con người đều trong sáng.

2. Tôn trọng

Bẩm sinh con người là vốn quý giá. Một phần của lòng tự trọng là biết về các phẩm chất của mình.

Tôn trọng bản thân là hạt giống để sự tự tin lớn lên. Khi biết tôn trọng bản thân, ta dễ dàng tôn trọng người khác.

Nhận biết giá trị của bản thân và trân trọng giá trị của người khác chính là cách thức để ta nhận được sự tôn trọng.

3. Yêu thương

Tình yêu là nền tảng tạo dựng và nuôi dưỡng các mối quan hệ một cách chân thành và bền vững nhất.

Yêu thương có nghĩa là tôi có thể trở thành người tử tế, biết quan tâm và thông hiểu người khác.

Yêu thương là nhìn nhận mỗi người theo cách tích cực hơn.

4. Khoan dung

Khoan dung là sự cởi mở và nhận ra vẻ đẹp của những điều khác biệt

Khoan dung đối với những điều không thuận lợi trong cuộc sống là biết cho qua đi, trở nên nhẹ nhàng, thanh thản và tiếp tục tiến lên.

Người biết trân trọng những giá trị tốt đẹp ở người khác và nhìn thấy những điều tích cực trong mọi tình huống là người có lòng khoan dung.

5. Trung thực

Trung thực làm cho cuộc sống trở nên toàn vẹn hơn vì bên trong và bên ngoài chúng ta là một hình ảnh phản chiếu.

Đôi khi lòng tham là gốc rễ của sự thiếu trung thực.

Trung thực với bản thân và với mọi người trong bất cứ hoàn cảnh nào cũng có nghĩa là ta đang gieo niềm tin trong lòng người khác và xứng đáng nhận được sự tin yêu.

6. Khiêm tốn

Khiêm tốn cho phép bản thân ta trưởng thành với phẩm giá và lòng chính trực mà không cần đến những bằng chứng thể hiện bên ngoài.

Khiêm tốn giúp người ta trở nên tuyệt vời hơn trong trái tim người khác.

Việc gây ấn tượng, lấn át hoặc hạn chế tự do của người khác nhằm mục đích chứng tỏ bản thân mình sẽ chỉ làm giảm bớt trải nghiệm nội tâm về giá trị, phẩm cách và bình an trong tâm hồn.

7. Hợp tác

Tinh thần hợp tác tồn tại khi mọi người làm việc cùng nhau vì mục đích chung.

Người có tinh thần hợp tác là người có tâm hồn trong sáng, luôn mong muốn những điều tốt đẹp đến với mọi người cũng như công việc.

Khi hợp tác, ta cần phải biết điều gì là cần thiết. Đôi khi ta cần đưa ra ý tưởng nhưng có lúc ta cần phải gác qua một bên ý tưởng của mình. Lúc này, ta giữ vai trò dẫn dắt, lãnh đạo, nhưng vào lúc khác, ta cần phải đi theo.

8. Hạnh phúc

Hạnh phúc sẽ mỉm cười khi lòng ta tràn ngập hy vọng và sống có mục đích.

Khi tâm hồn bình yên và giàu tình yêu thương, hạnh phúc sẽ tự nhân lên.
Khi mong muốn những điều tốt lành đến với mọi người, ta sẽ cảm thấy hạnh phúc tràn ngập con tim.

9. Trách nhiệm

Nếu chúng ta muốn được hòa bình, chúng ta phải có trách nhiệm sống bình yên.
Người có trách nhiệm luôn sẵn lòng đóng góp công sức của mình. Trách nhiệm không phải là điều ràng buộc chúng ta mà nó tạo điều kiện để ta có được những gì ta mong muốn.

Người có trách nhiệm là người biết thế nào là công bằng và thấy rằng mỗi người đều nhận được phần của mình.

10. Giản dị

Giản dị là biết trân trọng những điều nhỏ bé, bình thường trong cuộc sống.

Giản dị là sự trân trọng vẻ đẹp bên trong và nhận ra giá trị của tất cả mọi người, ngay cả những người được xem là xấu xa, tồi tệ.

Giản dị giúp chúng ta biết giảm thiểu những chi tiêu không cần thiết. Nó giúp ta nhận ra rằng một khi các nhu cầu cơ bản của chúng ta được đáp ứng, đủ để ta có một cuộc sống thoải mái thì bất kỳ sự thái quá và thừa thãi nào cũng có thể dẫn tới tình trạng hư hỏng và lãng phí.

11. Tự do

Tự do có thể bị hiểu lầm là một điều gì đó không có giới hạn, tức là cho phép mình “làm những gì tôi muốn, bất cứ khi nào tôi cần và bất cứ người nào tôi thích”. Cách hiểu này mang tính chất đánh lừa và dễ dẫn người ta đến việc lạm dụng sự lựa chọn.

Chúng ta chỉ thật sự cảm thấy tự do khi các quyền được cân bằng với trách nhiệm, sự lựa chọn được cân bằng với lương tâm.

12. Đoàn kết

Đoàn kết giúp cho những nhiệm vụ khó khăn trở nên dễ dàng.

Đoàn kết mang đến tinh thần hợp tác, nâng cao lòng nhiệt tình và làm cho bầu không khí trở nên ấm áp.

Chỉ cần một biểu hiện của sự thiếu tôn trọng cũng có thể khiến cho mối đoàn kết bị đổ vỡ. Việc ngắt lời, gây cản trở người khác, đưa ra những lời phê bình, chỉ trích liên tục và thiếu tính xây dựng... sẽ ảnh hưởng không tốt đến các mối quan hệ.

Phụ lục 11:
Câu chuyện về sự Tôn trọng
HAI CON CHIM

Hai con chim đang sống hạnh phúc trên cùng một cây liễu. Một trong hai con nghỉ trên một cành cây cao nhất; còn con kia ở cành thấp nhất, nơi một cành cây nổi với một cành khác.

Sau một thời gian, con chim đậu ở trên cành cao nhất nói để phá vỡ sự im lặng “Ôi, những chiếc lá xanh ở đây mới đẹp làm sao”.

Con chim ở cành thấp nhận thấy trong lời nói này một sự khiêu khích. Nó trả lời theo lối cộc lốc: “Thế mà ừ à, mà không thấy là chúng nó trắng bệch ra hay sao?”.

Con chim ở cành cao buồn bã trả lời “Chính mà mới ừ! Chúng xanh rì!”

Con chim kia, ở dưới cành thấp với cái mỏ khoằm chỉ lên, trả lời “Tôi xin cuộc bộ lông đuôi của tôi rằng chúng (những cái lá) là màu trắng, mà chả biết gì cả”.

Con chim ở trên ngọn cao cảm thấy sự tức giận đang bùng lên và không cần suy nghĩ thêm, nó lao xuống cành dưới để dạy cho con kia một bài học.

Con chim ở dưới đứng không động đậy. Hai con chim đứng trùng trùng nhìn nhau, chúng đến gần nhau hơn, lông chúng xù lên giận dữ. Theo truyền thống, cả hai con nhìn lên trước khi chúng lao vào đánh nhau.

Con chim đã lao xuống từ cành cao nói với giọng rất ngạc nhiên “Thật lạ lùng. Hãy nhìn những chiếc lá mà xem, chúng là màu trắng!” và nó mời con chim kia “Hãy lên chỗ tôi ở trước kia mà xem”.

Chúng bay lên cành cao nhất của cây liễu và lần này, chúng cùng nói “Hãy nhìn những chiếc lá mà xem, chúng xanh thế kia”.