

Bài 6: TỰ NHẬN THỨC BẢN THÂN

(3 tiết)

I MỤC TIÊU

Sau bài học này, HS có thể:

- Nêu được thế nào là tự nhận thức bản thân; biết được ý nghĩa của tự nhận thức bản thân.
- Tự nhận thức được điểm mạnh, điểm yếu, giá trị, vị trí, tình cảm, các mối quan hệ của bản thân.
- Biết tôn trọng bản thân; xây dựng được kế hoạch phát huy điểm mạnh và hạn chế điểm yếu của bản thân.

II THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- SGK, SGV, Bài tập Giáo dục công dân 6;
- Tranh ảnh, clip, phiếu học tập và các mẫu chuyện về tự nhận thức bản thân;
- Đồ dùng đơn giản để sắm vai;
- Máy tính, máy chiếu, bài giảng PowerPoint,... (nếu có điều kiện).

III TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

1. Khởi động

a) *Mục tiêu:* Tạo không khí vui vẻ trong lớp và tạo tình huống có vấn đề giúp HS nhớ lại và chia sẻ những thông tin của bản thân để tăng cường sự hiểu biết về nhau làm tiền đề cho việc xây dựng bài học mới.

b) *Nội dung – Tổ chức thực hiện:*

- GV tổ chức cho HS làm việc cá nhân: viết hai câu chia sẻ điều hài lòng về bản thân và một câu chia sẻ điều chưa hài lòng về bản thân ra giấy, gấp lại cho vào trong hộp “Điều muốn nói”.

- GV hướng dẫn HS chia sẻ kết quả làm việc cá nhân trước lớp và dựa vào đó để dẫn dắt chuyển sang hoạt động tiếp theo.

2. Khám phá

Hoạt động 1: Tìm hiểu thế nào là tự nhận thức bản thân

a) *Mục tiêu:* HS trình bày được thế nào là tự nhận thức bản thân.

b) *Nội dung – Tổ chức thực hiện:*

* Đọc câu chuyện “Con gà” đại bàng trong SGK để trả lời câu hỏi sau:

a/ Vì sao “con gà” đại bàng không thực hiện được mong ước có thể bay như những chú chim đại bàng?

b/ Qua câu chuyện, em rút ra bài học gì cho bản thân?

- GV yêu cầu HS đọc câu chuyện “Con gà” đại bàng và trả lời câu hỏi vào vở (ô “Ý kiến cá nhân”) theo hướng dẫn như sau:

Câu hỏi	Ý kiến cá nhân	Ý kiến nhóm	Nhận xét, kết luận
a			
b			

- GV hướng dẫn HS trao đổi, thảo luận với bạn bên cạnh về các câu trả lời và ghi kết quả trao đổi vào ô “Ý kiến nhóm”.

- Tổ chức cho một số nhóm HS báo cáo kết quả các câu trả lời (mỗi nhóm báo cáo một câu). Những HS còn lại lắng nghe, ghi ý kiến của các bạn ra giấy nháp.

- GV cho HS nhận xét, sau đó kết luận về nội dung câu trả lời. HS ghi nội dung chốt kiến thức của thầy, cô giáo vào trong ô “Nhận xét, kết luận”.

a/ “Con gà” đại bàng đã nhận thức ra điểm khác biệt của nó với các anh, em gà và có ước mơ muốn bay cao được như những chú chim đại bàng. Tuy nhiên, “con gà” đại bàng không vượt qua được chính mình và tin rằng mình là một con gà.

b/ Bài học rút ra từ câu chuyện:

+ Thẳng thắn nhìn nhận những ưu điểm, nhược điểm của bản thân;

+ Luôn học hỏi để cố gắng thay đổi và hoàn thiện bản thân, phát huy điểm mạnh và hạn chế điểm yếu của bản thân;

+ Mạnh dạn, quyết tâm theo đuổi ước mơ.

* Cùng chia sẻ thế nào là tự nhận thức bản thân.

- GV yêu cầu HS đọc ba nhóm ý kiến trong SGK và ghi quan điểm của mình ra vở.

- Tổ chức cho HS chia sẻ quan điểm cá nhân về tự nhận thức bản thân. HS nghe và ghi chép ý kiến của các bạn ra vở nháp.

- HS trình bày, GV nhận xét và kết luận: Tự nhận thức bản thân là biết nhìn nhận, đánh giá đúng về bản thân mình (khả năng, hiểu biết, tính tình, sở thích, thói quen, điểm mạnh, điểm yếu,...).

Hoạt động 2: Tìm hiểu ý nghĩa của tự nhận thức bản thân

a) Mục tiêu: HS trình bày được vai trò, ý nghĩa của tự nhận thức bản thân.

b) Nội dung – Tổ chức thực hiện:

- GV yêu cầu HS đọc kết quả tổng hợp ý kiến về ý nghĩa của tự nhận thức bản thân của các bạn HS lớp 6A để trao đổi, thảo luận về các ý kiến theo bảng (có thể thiết kế thành phiếu học tập).
- GV yêu cầu HS đọc nội dung của hoạt động 2 (chiếu yêu cầu lên bảng) và hướng dẫn HS thực hiện nhiệm vụ bằng cách hoàn thiện ý kiến và giải thích cho việc lựa chọn ý kiến của mình theo bảng trên.
- Yêu cầu HS trao đổi với bạn bên cạnh để thống nhất ý kiến.
- Tổ chức cho HS báo cáo kết quả thực hiện nhiệm vụ.
- GV cùng HS nhận xét kết quả thực hiện nhiệm vụ của các bạn và tổng hợp lại các nội dung của phiếu học tập.

PHIẾU HỌC TẬP			
Nội dung ý kiến	Đồng ý	Không đồng ý	Giải thích/ nêu ví dụ
1. Có cái nhìn trung thực về ưu điểm, nhược điểm của mình.	x		Giúp nhận ra điểm mạnh, điểm yếu của bản thân.
2. Xác định được những việc cần làm để hoàn thiện bản thân.	x		Biết rõ mong muốn, những khả năng, những khó khăn, thách thức của bản thân để có thể đặt mục tiêu, ra quyết định và giải quyết vấn đề phù hợp.
3. Dễ đồng cảm và chia sẻ với người khác.	x		Dễ đồng cảm trong giao tiếp, ứng xử phù hợp với người khác.
4. Có những việc làm và cách ứng xử phù hợp với mọi người xung quanh.	x		Biết rõ mong muốn của bản thân giúp giao tiếp, ứng xử phù hợp với người khác.

- GV kết luận: Tự nhận thức đúng về bản thân sẽ giúp em:
- + Nhận ra điểm mạnh của bản thân để phát huy, điểm yếu để khắc phục.
- + Biết rõ mong muốn, những khả năng, những khó khăn, thách thức của bản thân để có thể đặt mục tiêu, ra quyết định và giải quyết vấn đề phù hợp; đồng thời còn giúp em giao tiếp, ứng xử phù hợp với người khác.

Hoạt động 3: Tìm hiểu cách tự nhận thức bản thân

a) *Mục tiêu:* HS nhận xét được điểm mạnh, điểm yếu, thói quen, hành động đúng/ chưa đúng của bản thân và người khác trong những hoạt động cụ thể; Biết cách tự rèn luyện để khắc phục những điểm hạn chế sau mỗi hoạt động/ việc làm.

b) *Nội dung – Tổ chức thực hiện:*

– GV hướng dẫn HS đọc và tìm hiểu các thông tin trong SGK để trả lời câu hỏi:

+ Thông tin 1:

a/ Hoa đã tự nhận thức bản thân bằng cách nào?

b/ Em còn biết thêm những cách nào khác để tự nhận thức bản thân? Hãy chia sẻ với các bạn.

+ Thông tin 2:

a/ Em có nhận xét gì về hành động, việc làm của Bình?

b/ Em có đồng tình với hành động, việc làm đó không? Vì sao?

– Yêu cầu HS trao đổi kết quả với bạn bên cạnh để thống nhất câu trả lời.

– Tổ chức cho HS báo cáo kết quả và trao đổi thảo luận.

– GV cùng HS nhận xét kết quả thực hiện nhiệm vụ.

Gợi ý:

+ Thông tin 1:

a/ Bạn Hoa có nhiều đức tính tốt, luôn khiêm tốn và tự học hỏi để khắc phục những điểm chưa hài lòng về bản thân, tự hoàn thiện bản thân.

b/ Chia sẻ về những cách khác để tự nhận thức bản thân:

- Ghi lại những cảm xúc và hành vi khi đối diện với các tình huống căng thẳng.
- Liệt kê các điểm mạnh và điểm yếu của bản thân để đề ra hướng phát huy điểm mạnh và khắc phục điểm yếu.
- Thuyết phục bạn bè, người thân chia sẻ những điều họ nghĩ về bạn.
- Khi tương tác với những người mà bạn cảm thấy thoải mái, hãy hỏi họ những phản ứng về hành vi và hành động của mình.
- Tập cách tư duy tích cực, lạc quan, sáng tạo và xây dựng sự tin tưởng với người khác.
- Tích cực tham gia các hoạt động tập thể.

+ Thông tin 2:

a/ Bình tuyệt đối hoá thần tượng.

b/ Không đồng tình với hành động, việc làm của Bình bởi việc làm của Bình khiến cho bạn không còn là Bình vì mãi thay đổi bản thân theo thần tượng.

– GV kết luận: Để tự nhận thức đúng về bản thân, em cần:

+ Đánh giá bản thân qua thái độ, hành vi, kết quả trong từng hoạt động, tình huống cụ thể.

+ Quan sát phản ứng và lắng nghe nhận xét của người khác về mình.

+ So sánh những nhận xét/ đánh giá của người khác về mình với tự nhận xét, tự đánh giá của mình.

+ Thân thiện, cởi mở, tích cực tham gia các hoạt động để rèn luyện và phát triển bản thân.

– Kết thúc hoạt động Khám phá, GV yêu cầu HS nhắc lại nội dung bài học về ý nghĩa,

cách tự nhận thức bản thân và tổng kết những nội dung chính của bài học thông qua mục chốt nội dung ở SGK nhằm giúp HS củng cố lại tri thức đã khám phá.

3. Luyện tập

a) *Mục tiêu:* HS củng cố, rèn luyện những kiến thức, kĩ năng về tự nhận thức bản thân và thực hành xử lí tình huống cụ thể.

b) *Nội dung – Tổ chức thực hiện:*

1/ Khám phá chính mình

- GV hướng dẫn HS xác định những hiểu biết cụ thể về bản thân bằng cách sau:
- + Tự viết lời giới thiệu về bản thân (ưu điểm, hạn chế, tính cách, sở thích, nhu cầu,...) trên một nửa trang giấy.
- + Nhờ bạn bè hoặc người thân viết về ưu điểm, hạn chế, tính cách, sở thích, nhu cầu,... của bản thân em trên một nửa trang giấy.
- + So sánh thông tin của em và của người khác viết về em và hoàn thành bảng mô tả về bản thân theo mẫu sau:

Thông tin cá nhân	Mô tả
Ngoại hình	
Tính cách	
Sở thích	
Thói quen	
Điểm mạnh	
Điểm cần cố gắng	

- Căn cứ vào bảng mô tả về bản thân ở trên, GV hướng dẫn HS liệt kê những ưu điểm/ hạn chế của bản thân và đề xuất các biện pháp phát huy ưu điểm/ khắc phục hạn chế của bản thân:

Ưu điểm/ hạn chế	Biện pháp phát huy/ khắc phục

- GV lưu ý HS: Nếu em không tìm ra được biện pháp phát huy ưu điểm hoặc khắc phục hạn chế của mình, hãy tham khảo ý kiến của bạn bè hoặc người thân.
- Căn cứ vào kết quả trao đổi, chia sẻ của HS, GV tư vấn cho HS hoặc tổ chức để HS tư vấn cho nhau cách tự hoàn thiện bản thân.

2/ Quan sát các bức tranh để trả lời câu hỏi.

- GV hướng dẫn HS quan sát tranh và trả lời các câu hỏi:

a/ Em hãy nhận xét việc làm của các nhân vật trong các bức tranh và cho biết hậu quả của những việc làm đó.

b/ Em có lời khuyên gì với các nhân vật trong mỗi bức tranh để giúp họ vượt qua chính mình?

Gợi ý:

a/ Nhận xét việc làm và cho biết hậu quả của những việc làm đó:

Việc làm	Nhận xét	Hậu quả
Hình 1	Không nên: Việc chấp nhận toàn bộ những nhận xét của người khác nói về mình mà không có sự giải thích để khiến Huy trở thành người nhu nhược.	Việc làm này kéo dài khiến Huy trở nên nhu nhược, yếu đuối và tự ti.
Hình 2	Không nên: Vì việc làm này khiến Lan không bao giờ dám bày tỏ ý kiến của mình trước tập thể.	Việc làm này kéo dài khiến Lan trở nên tự ti và hạn chế trong việc giao tiếp, không phát triển được ngôn ngữ, tư duy phản biện và các kỹ năng khác.
Hình 3	Không nên: Việc Vy học và làm theo điều người khác mong muốn (mà mình không thích) sẽ khiến Vy thực hiện việc làm thiếu tự giác, mệt mỏi và hiệu quả học tập sẽ không cao.	Việc làm này kéo dài khiến cho Vy trở nên mệt mỏi, không phát huy được những điểm mạnh của bản thân và không được sống với đúng mong muốn của mình.

b/ Lời khuyên:

- Không nên: chấp nhận hoặc thực hiện các việc làm/ hành động theo mong muốn của người khác; không dám làm, dám hỏi điều mình mong muốn, băn khoăn.
- Nên chia sẻ với bố mẹ, người thân mong muốn của bản thân và nhờ bố mẹ, người thân tư vấn, hỗ trợ cách thực hiện những ước muốn của bản thân.

3/ Những tình huống nào dưới đây cho thấy các bạn chưa biết cách tự nhận thức bản thân? Vì sao?

- GV hướng dẫn HS thảo luận nhóm và đưa ra nhận xét về cách tự nhận thức bản thân của Minh, Quang và Loan.

- GV mời đại diện các nhóm lên trình bày kết quả, các nhóm khác nhận xét, đặt câu hỏi (nếu có).
- GV đánh giá, khen ngợi hoặc chỉnh sửa các ý kiến và kết luận:
- + Tình huống 1: Minh chưa biết cách tự nhận thức bản thân vì Minh rất muốn hát nhưng lại ngại không dám hát vì sợ các bạn chê cười.
- + Tình huống 2: Quang đã biết cách tự nhận thức bản thân vì mỗi khi nhận được bài kiểm tra từ cô giáo, bạn đều dành thời gian để so sánh, đối chiếu với bài của các bạn được điểm cao để tìm ra những điểm chưa đúng, chưa hay và nhờ các bạn giải thích những điều mà mình chưa hiểu.
- + Tình huống 3: Loan chưa biết cách tự nhận thức bản thân vì Loan không muốn người khác nhận xét không tốt về mình.

4. Vận dụng

a) *Mục tiêu:* HS vận dụng những điều đã học vào thực tiễn cuộc sống.

b) *Nội dung – Tổ chức thực hiện:*

GV hướng dẫn HS thực hiện ở nhà:

1/ Mỗi ngày hãy dành 15 phút để suy nghĩ về những trải nghiệm của bản thân, bao gồm những điều mong muốn, những điều làm tốt, những điều làm chưa tốt,... và ghi vào nhật kí. Sau mỗi tháng, em hãy xem lại nhật kí để biết bản thân đã thay đổi như thế nào, từ đó có hướng phấn đấu để tiếp tục hoàn thiện bản thân.

2/ Tham gia các hoạt động tập thể và ghi lại những trải nghiệm, đặc điểm, khả năng mới mà em khám phá được ở chính mình, từ đó em sẽ thêm tự tin về bản thân.

ĐÁNH GIÁ CUỐI BÀI

Qua hỏi – đáp và quan sát thái độ, hành động của HS để đánh giá:

1/ *Hoàn thành tốt:* Nêu được thế nào là tự nhận thức bản thân; ý nghĩa của tự nhận thức bản thân. Xác định được những điểm mạnh, điểm yếu, giá trị, vị trí, tình cảm và các mối quan hệ của bản thân. Biết tôn trọng bản thân và mọi người xung quanh. Xây dựng được kế hoạch phát huy điểm mạnh và hạn chế điểm yếu của bản thân.

2/ *Hoàn thành:* Nêu được thế nào là tự nhận thức bản thân và ý nghĩa của tự nhận thức bản thân nhưng chưa đầy đủ. Chưa xác định được đầy đủ những điểm mạnh, điểm yếu, giá trị, vị trí, tình cảm và các mối quan hệ của bản thân. Xây dựng được kế hoạch phát huy điểm mạnh và hạn chế điểm yếu của bản thân nhưng chưa đầy đủ.

3/ *Chưa hoàn thành:* Chưa thực hiện được các yêu cầu theo mục tiêu bài học.