

## KHÁM PHÁ LỬA TUỔI VÀ MÔI TRƯỜNG HỌC TẬP MỚI

### MỤC TIÊU

Với chủ đề này, HS:

- Giới thiệu được những nét nổi bật của trường trung học cơ sở.
- Nhận ra được sự thay đổi tích cực, đức tính đặc trưng và giá trị của bản thân trong giai đoạn đầu trung học cơ sở.
- Tự tin thể hiện một số khả năng, sở thích khác của bản thân.

**Thông qua chủ đề này, hình thành cho HS những phẩm chất và năng lực:** nhân ái, trách nhiệm, tự chủ và tự học, giao tiếp và hợp tác, giải quyết vấn đề và sáng tạo.

### CHUẨN BỊ

**Giáo viên:**

- Tranh, ảnh, tư liệu để giới thiệu về nhà trường, các thầy cô giáo bộ môn, các phòng chức năng, ban giám hiệu nhà trường, cán bộ Đoàn, Đội, cán bộ nhân viên khác trong trường,...
- Hình ảnh SGK các môn học.
- Bảng tổng hợp khảo sát nhanh trên Excel.

**Học sinh:**

- Thực hiện nhiệm vụ trong SBT *Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 6* (nếu có).
- Hoàn thiện sản phẩm giới thiệu về bản thân (nhiệm vụ 10).

### GỢI Ý CÁCH TỔ CHỨC

#### GIỚI THIỆU VÀ ĐỊNH HƯỚNG NỘI DUNG



Hoạt động này giúp HS hứng thú với chủ đề, hiểu được sự cần thiết của chủ đề này đối với bản thân và chỉ rõ được những việc cần làm trong chủ đề để đạt được mục tiêu.

**GV có thể thực hiện như sau:**

#### 1 Giới thiệu ý nghĩa của chủ đề

- Cả lớp nghe hoặc hát bài hát liên quan đến lứa tuổi của HS và chia sẻ về cảm xúc sau khi hát. Ví dụ: Bài hát *Em yêu trường em* sáng tác của nhạc sĩ Hoàng Vân.

- GV giới thiệu ý nghĩa, sự cần thiết cũng như sự hấp dẫn của chủ đề (GV giới thiệu khái quát về sự thú vị của lứa tuổi các em, về kinh nghiệm của chính GV ở lứa tuổi đó để HS háo hức, mong muốn khám phá).

## 2 Định hướng nội dung

- GV yêu cầu HS thảo luận nhóm: quan sát tranh chủ đề, mô tả trạng thái cảm xúc của các nhân vật trong tranh; thảo luận ý nghĩa thông điệp của chủ đề (câu nói đóng khung); đọc phần định hướng chủ đề trong SGK.
- HS đọc cá nhân: các nội dung cần thực hiện của chủ đề.

# A KHÁM PHÁ – KẾT NỐI KINH NGHIỆM

## Hoạt động 1: Khám phá trường trung học cơ sở của em



Hoạt động này giúp HS nhận diện được những thay đổi cơ bản trong môi trường học tập mới nhằm chuẩn bị sẵn sàng về mặt tâm lí cho HS trước sự thay đổi.

**GV có thể thực hiện như sau:**

### 1 Tìm hiểu môi trường học tập mới

- GV trình chiếu hình ảnh nhà trường, thầy cô,... (như yêu cầu trong phần chuẩn bị) và trao đổi với HS xem các em đã biết gì, biết ai; sau đó GV giới thiệu lại cho HS. (HĐ này có thể dựa trên việc HS đã được đi tham quan trường.)
- GV phỏng vấn nhanh HS về tên các môn học được học ở lớp 6 và tên GV dạy môn học đó ở lớp mình.
- GV mời một số HS chia sẻ: *Theo em, điểm khác nhau khi học ở trường trung học cơ sở và trường tiểu học là gì?*
- GV chốt lại những điểm khác biệt cơ bản khi học trung học cơ sở (nhiều môn học hơn; nhiều GV dạy hơn; phương pháp học tập đa dạng hơn;...) và căn dặn HS cố gắng làm quen với sự thay đổi này để học tập tốt hơn.

### 2 Chia sẻ bản khoăn của HS khi bước vào môi trường mới

- GV tổ chức cho HS trao đổi nhóm về các băn khoăn của bản thân khi bước vào môi trường học tập mới và những người mà các em nên chia sẻ để tháo gỡ khó khăn.

- GV cho HS làm việc cá nhân hoàn thành nội dung phiếu sau:

Bản khoăn của em	Người em chia sẻ
Em chưa nhớ hết được tên các môn học.	
Em không nhớ hết được những gì thầy cô dạy vì học nhiều môn.	
Em khó làm quen với các bạn và lo bị bắt nạt.	
Em khó diễn đạt suy nghĩ của mình.	
Em lo lắng vì sợ không hoàn thành nhiệm vụ học tập.	
Em chưa có bạn thân trong lớp.	
Những bản khoăn khác của em: .....	

- GV có thể yêu cầu HS thực hiện trước phiếu này.
- GV quan sát và mời đại diện một số em chia sẻ trước lớp.
- GV căn dặn HS nên cởi mở, chia sẻ khi gặp khó khăn để nhận được sự hỗ trợ kịp thời từ người thân, thầy cô hay bạn bè (GV có thể lấy ví dụ cho phần này).
- GV kết luận nội dung hoạt động.

## Hoạt động 2: Tìm hiểu bản thân



Hoạt động này giúp các em hiểu sự thay đổi của bản thân và của các bạn về hình dáng, nhu cầu, tính tình,... khi bước vào tuổi dậy thì. Từ đó, các em biết cách rèn luyện để phát triển bản thân và tôn trọng sự khác biệt.

**GV có thể thực hiện như sau:**

### 1 Tìm hiểu sự thay đổi về vóc dáng

#### 1.1. Quan sát hình dáng của các bạn trong lớp

- GV cho một số HS lên giới thiệu trước lớp ảnh của mình thời điểm hiện tại và cách đây 1 năm.
- GV yêu cầu HS trả lời câu hỏi: *Em có nhận xét gì về hình dáng của các bạn qua 2 tấm ảnh? Bản thân em đã thay đổi như thế nào so với một năm trước?*

*Lưu ý: Khi xem ảnh, GV nên thể hiện thái độ thích thú, ngỡ ngàng trước sự thay đổi và khác biệt của HS,...*

- GV kết luận: *Các em đang bước vào tuổi thiếu niên, là giai đoạn phát triển đặc biệt và sẽ phát triển nhanh trong những năm tiếp theo. Mỗi người có sự phát triển riêng theo hoàn cảnh và mong muốn của bản thân. Chúng ta hãy biết yêu thương bản thân và tôn trọng sự khác biệt.*

### 1.2. Chia sẻ về nguyên nhân và ý nghĩa của sự khác biệt về vóc dáng mỗi người

- GV cho HS thảo luận nhóm về nguyên nhân dẫn đến sự khác nhau về vóc dáng giữa các bạn và mời đại diện các nhóm chia sẻ.

*Gợi ý: Nguyên nhân có thể là: dậy thì sớm hoặc muộn, di truyền, chế độ ăn uống, chế độ ngủ nghỉ, tập thể dục, thể thao,...*

- GV trao đổi với cả lớp: *Sự khác biệt về vóc dáng giữa các bạn trong lớp mang lại ý nghĩa gì đối với chúng ta?*

*Gợi ý: Sự khác biệt tạo nên bức tranh sinh động; chúng ta có thể hỗ trợ, giúp đỡ nhau những việc làm phù hợp với đặc điểm cá nhân; cần biết tôn trọng sự khác biệt; hình thức không tạo nên giá trị thực của nhân cách,...*

### 1.3. Đề xuất và thực hành một số biện pháp rèn luyện thân thể

- GV mời HS đề xuất các biện pháp rèn luyện sức khỏe ở tuổi mới lớn của HS, sau đó tổng hợp đề xuất của HS.
- GV có thể bổ sung một số biện pháp rèn luyện sức khỏe phù hợp.
- GV cho HS cả lớp cùng thực hiện một hoạt động vận động tại chỗ giúp HS đỡ mệt mỏi và điều chỉnh tư thế đúng để không bị cong, vẹo cột sống,...
- GV mời 1 HS khái quát các biện pháp rèn luyện thân thể.

## 2 Tìm hiểu về nhu cầu bản thân

### 2.1. Tổ chức trò chơi Bingo

- GV yêu cầu HS chuẩn bị thẻ Bingo theo mẫu sau:

Tôi muốn được yêu thương.	Tôi mong được đối xử công bằng.	Tôi mong bạn luôn chơi với tôi.
Tôi mong bạn nói nhẹ nhàng với tôi.	Tôi mong không bị ai bắt nạt.	Tôi mong bạn tha thứ nếu tôi sai.
Tôi mong muốn được ghi nhận.	Tôi mong tôi và bạn luôn giúp đỡ nhau.	Tôi mong tôi và bạn cùng học giỏi.

*GV lưu ý: 9 nhu cầu trong bảng của HS là do HS viết. Các nhu cầu viết trong bảng trên chỉ là ví dụ.*

- GV phổ biến cách chơi: Cả lớp tự do tiếp cận các bạn trong lớp để tìm xem bạn nào có nhu cầu trong danh sách nhu cầu của mình. Viết tên của người bạn vào ô nhu cầu tương ứng. Mỗi ô chỉ được viết tên một người. Bạn nào điền đủ 9 ô với 9 người khác nhau thì sẽ hô to Bingo và viết tên mình lên bảng. Những bạn về sau viết sau tên bạn trước để biết thứ tự Bingo.
- GV tổ chức cho HS chơi trò chơi.
- Nếu còn thời gian, GV có thể cho HS chơi lần thứ hai. Lần này tìm hiểu thêm các bạn khác, không trùng tên các bạn đã lựa chọn trong lần thứ nhất.
- GV tuyên dương cả lớp và ghi nhận những bạn về nhất, nhì,...

## 2.2. Khảo sát nhu cầu của HS

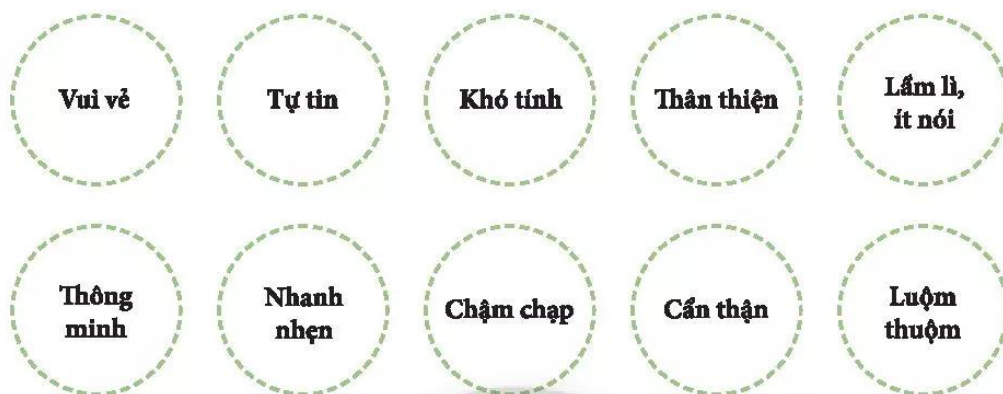
- GV đọc từng nhu cầu và hỏi cả lớp, ai rất mong điều này thì giơ tay. GV đếm số lượng các cánh tay và ghi lên bảng. GV làm lần lượt với các nhu cầu còn lại.

STT	Nhu cầu	Số lượng
1	Tôi muốn được yêu thương.	
2	Tôi mong bạn nói nhẹ nhàng với tôi.	
3	Tôi mong muốn được ghi nhận.	
4	Tôi mong được đối xử công bằng.	
5	Tôi mong không bị ai bắt nạt.	
6	Tôi mong tôi và bạn luôn giúp đỡ nhau.	
7	Tôi mong bạn luôn chơi với tôi.	
8	Tôi mong bạn tha thứ nếu tôi sai.	
9	Tôi mong tôi và bạn cùng học giỏi.	

- GV dựa vào bảng tổng hợp để truyền thông điệp: *Chúng ta có những nhu cầu khác nhau nhưng cũng có rất nhiều nhu cầu giống nhau. Ai cũng muốn được yêu thương, vậy chúng ta nên luôn yêu thương nhau để tất cả đều được hạnh phúc.*
- GV hỏi cả lớp: *Ngoài những nhu cầu trên, các em còn nhu cầu nào khác nữa?*
- GV mời một số em nói về nhu cầu của mình.
- GV trao đổi cùng HS về cách giúp cho mọi người cùng vui vẻ (khi nhu cầu của mọi người đều được thoả mãn).
- GV khái quát lại những nhu cầu của HS lứa tuổi đầu trung học cơ sở.
- GV kết luận: *Mỗi người có nhu cầu của mình. Hãy cố gắng chia sẻ điều mình muốn để bạn có thể hiểu mình hơn, từ đó chúng ta có mối quan hệ thân thiện với nhau hơn.*

### 3 Gọi tên tính cách của em

- GV trình chiếu một số từ ngữ chỉ tính cách; HS đọc và suy ngẫm, lựa chọn những từ ngữ phù hợp nhất với bản thân hoặc bổ sung những từ ngữ chỉ tính cách khác.



- GV yêu cầu HS phân loại các tính cách thành: những tính cách tạo thuận lợi và những tính cách gây cản trở cho em trong sinh hoạt hằng ngày.
- GV tổ chức cho HS thảo luận nhóm: *Em cần làm gì để rèn luyện những tính cách tốt?*
- GV chốt lại ý nghĩa của việc rèn luyện để có những tính cách tốt.

## B

### RÈN LUYỆN KĨ NĂNG VÀ VẬN DỤNG – MỞ RỘNG

#### Hoạt động 3: Điều chỉnh thái độ, cảm xúc của bản thân



Hoạt động này giúp HS xác định được những biểu hiện tâm lí của tuổi dậy thì và điều chỉnh thái độ, cảm xúc bản thân cho phù hợp để vượt qua khủng hoảng và tự tin với bản thân.

**GV có thể thực hiện như sau:**

#### 1 Tổ chức trò chơi: *Làm theo hiệu lệnh*

- GV phổ biến cách chơi: HS làm như GV nói chứ không làm như GV làm. Mỗi lần chơi GV đưa ra 1 trạng thái hoặc hành động kèm theo mức độ. HS phải thực hiện hành động/ trạng thái đúng với mức độ. Các mức độ được xác định bằng vị trí của tay GV: giơ tay cao ngang đầu – mức độ mạnh; giơ tay ngang ngực – mức độ vừa; để tay ngang hông – mức độ thấp. (GV vừa nói vừa làm tín hiệu kèm theo).

Ví dụ : Giọng nói: nói to (tay để ngang đầu) – nói vừa (tay để ngang ngực) – nói nhỏ (tay để ngang hông).

- GV tổ chức trò chơi, HS chơi theo hiệu lệnh. GV đưa ra những trạng thái mà mình muốn HS rèn luyện.
- GV tổng kết trò chơi, có thể yêu cầu những HS làm chưa đúng hiệu lệnh hát hoặc làm một trò chơi phụ.
- GV thể hiện mong muốn HS luôn rèn luyện, kiểm soát được bản thân.

## 2 Xác định một số đặc điểm tâm lý lứa tuổi và nguyên nhân của nó

- GV tổ chức khảo sát đặc điểm tâm lý của HS theo bảng bên dưới (có thể yêu cầu HS báo cáo kết quả ý 1, nhiệm vụ 3 trong SBT của HS (nếu có). GV đọc từng ý trong bảng và hỏi: *Đặc điểm này có phải là đặc điểm của bạn A. không? Đặc điểm này có phải là đặc điểm của em không?* (HS dùng thẻ màu hoặc kí hiệu khác do GV và HS tự chọn để đưa ra đáp án của mình). GV ghi tổng số HS lựa chọn vào ô tương ứng (ghi vào ô vuông nếu là đặc điểm của bạn A., ghi vào ô tròn nếu là đặc điểm của HS).

STT	Đặc điểm tâm lý	Đúng	Phân vân	Không đúng
1	Lo lắng, bất an về sự thay đổi trên cơ thể của mình nên hay cáu bẳn.	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>
2	Làm việc gì cũng lóng ngóng nên thiếu tự tin.	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>
3	Ngại làm việc nhà vì thấy hay mệt mỏi.	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>
4	Buồn, vui vô cớ.	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>
5	Hay phản ứng lại bố mẹ, người thân.	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>
6	Hay cáu gắt.	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>
7	Nói năng cọc lốc.	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>
8	Không thích phải nói lời xin lỗi.	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>
9	Không muốn nhìn vào sai lầm của bản thân.	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>	<input type="checkbox"/> <input type="radio"/>
	Tổng			

- GV phân tích một số nguyên nhân dẫn đến hành vi và thái độ của HS ở lứa tuổi này.

*Gợi ý: Tuổi dậy thì, hệ cơ, xương, hệ tuần hoàn,... phát triển không đồng bộ nên dễ mệt, dễ cáu; mong muốn được trở thành người lớn, được đối xử như người lớn nhưng tính tình của các em lại thể hiện còn trẻ con ở nhiều khía cạnh; muốn khẳng định bản thân nhưng bị hạn chế về điều kiện và năng lực,...*

- GV kết luận: *Chúng ta có bức tranh sinh động về nhân cách, mỗi người mỗi vẻ. Có nhiều nguyên nhân tạo nên tâm tính mỗi người. Tuy nhiên không ai hoàn hảo cả và tất cả cần cố gắng rèn luyện để tốt hơn mỗi ngày.*

### 3 Thực hành một số biện pháp điều chỉnh cảm xúc, thái độ

- GV yêu cầu các nhóm thảo luận về những biện pháp để điều chỉnh thái độ, cảm xúc bản thân (nhiệm vụ 3, ý 2, trang 9 SGK), cho biết những biện pháp mà các em thực hiện tốt, những khó khăn mà em đã gặp phải.
- GV cho HS cả lớp thực hành hít - thở kiểu yoga để điều tâm. Sau đó GV mời một HS lên đứng trước lớp, cả lớp quan sát và tìm ra những điểm tích cực, những điểm yếu thích để khen bạn.
- GV tổ chức cho HS thực hành tìm điểm tích cực ở bạn theo nhóm đôi.
- GV kết luận hoạt động và dặn dò HS luôn thực hiện cách nhìn nhận tích cực trong cuộc sống.

### Hoạt động 4: Rèn luyện để tự tin bước vào tuổi mới lớn



Hoạt động này giúp HS xác định được những yếu tố/ việc làm tạo nên sự tự tin và cách hiện thực hoá một số biện pháp phát triển tính tự tin trong cuộc sống.


GV có thể thực hiện như sau:

#### 1 GV khảo sát sơ bộ về sự tự tin của HS






- GV phỏng vấn nhanh cả lớp: *Ai thấy mình tự tin?*
- HS dùng thẻ màu giơ lên để trả lời: màu xanh - rất tự tin; màu vàng - khá tự tin; đỏ - chưa tự tin.
- GV trao đổi với HS theo từng nhóm: *Điều gì làm em tự tin? Điều gì làm em chưa tự tin?*

#### 2 Tìm hiểu những yếu tố tạo nên sự tự tin dành cho tuổi mới lớn

- GV yêu cầu HS đọc nhiệm vụ 4, trang 10 SGK, sau đó thảo luận nhóm để:
  - Xác định các yếu tố/ việc làm giúp em trở nên tự tin.
  - Lí giải vì sao yếu tố/ việc làm đó giúp em tự tin.

Việc làm		Gợi ý
1. Luôn giữ quần áo gọn gàng, sạch sẽ		Tạo vẻ ngoài chín chu, dễ gây thiện cảm với mọi người xung quanh nên cá nhân cảm thấy yên tâm trong môi trường mới,...



Việc làm		Gợi ý
2. Tập đọc to, rõ ràng		Để giao tiếp tự tin, cần có ngôn ngữ lưu loát và diễn đạt rõ ràng. Với những người hạn chế về ngôn ngữ thì việc rèn luyện này rất tốt để tự tin hơn trong giao tiếp,...
3. Tập thể dục, chơi thể thao		Làm cho cơ thể khỏe mạnh, khắc phục được những nhược điểm của cơ thể; khỏe mạnh thường tạo cho tâm hồn vui vẻ nên dễ lấy được sự tự tin.
4. Thể hiện năng khiếu		Tạo sự tự tin, khẳng định năng lực và giá trị của bản thân; tạo động lực phát triển cho bản thân.
5. Đọc sách về khám phá khoa học		Tăng sự hiểu biết, tạo khả năng khác biệt để có thể tự tin chia sẻ và yêu bản thân mình hơn,...
6. Tích cực tham gia hoạt động chung		Tạo các mối quan hệ, mạnh dạn trong công việc và tự tin hơn trong xử lý tình huống có vấn đề,...

- GV yêu cầu các nhóm HS ngoài những việc làm được gợi ý trong SGK hãy tiếp tục thảo luận đưa ra kinh nghiệm của mỗi cá nhân để tạo nên sự tự tin (HS có thể dựa trên kết quả của nhiệm vụ 4 trong SBT, nếu có).
- GV mời một số đại diện của các nhóm chia sẻ kết quả thảo luận của nhóm.

### 3 Thực hành một số biện pháp rèn luyện sự tự tin

- GV cho HS thực hiện chỉnh đốn trang phục, đầu tóc, tạo hình ảnh gọn gàng. Yêu cầu HS luôn giữ gìn hình ảnh như vậy.
- GV tổ chức cho HS đọc truyện tiếp nối theo nhóm. Yêu cầu HS đọc nhằm để hiểu nội dung, sau đó đọc to (đủ nghe trong nhóm) và rõ ràng.
- GV mời từng nhóm lên đọc trước lớp. GV lưu ý sửa cho HS những nhược điểm về tác phong và ngôn ngữ. GV tạo điều kiện cho HS rèn luyện ngôn ngữ thường xuyên.
- GV căn dặn HS tập luyện thêm các biện pháp khác để có thể tự tin và cần phải thường xuyên tập luyện.

## Hoạt động 5: Rèn luyện sự tập trung trong học tập



Hoạt động này giúp HS có cách học phù hợp để thích nghi được với việc học tập ở trung học cơ sở; cởi mở, sẵn sàng chia sẻ với GV, bạn bè khi cần sự hỗ trợ.

**GV có thể thực hiện như sau:**

### 1 Tổ chức trò chơi: *Vỗ tay theo nhịp*

- GV tổ chức trò chơi *Vỗ tay theo nhịp*. GV vỗ tay theo tiết tấu nào đó; HS chú ý lắng nghe tiết tấu và quan sát sự chuyển động của tay.

Lần 1: GV chỉ vỗ tay theo tiết tấu do mình đưa ra, từ dễ đến khó.

Lần 2: GV vỗ tay kết hợp với gõ bàn để tạo nên tiết tấu âm thanh.

GV có thể nâng dần độ khó, đòi hỏi HS chú ý tốt hơn. GV nhận xét về sự tập trung của HS khi chơi và ý nghĩa của sự tập trung trong mọi hoạt động của cuộc sống.

### 2 Tổ chức khảo sát về cách học của HS

- GV tổ chức cho HS tự đánh giá về cách học của bản thân thông qua bảng sau:

STT	Nội dung hướng dẫn	Luôn luôn	Thỉnh thoảng	Hiếm khi
1	Lắng nghe thầy cô giảng, không làm việc riêng hoặc nói chuyện trong giờ học.			
2	Nghiêm túc thực hiện các nhiệm vụ học tập.			
3	Luôn kết hợp việc lắng nghe với quan sát những hành động, việc làm, hình ảnh được thầy cô giới thiệu trong bài học,... đồng thời ghi chép đầy đủ những điều cần thiết.			
4	Mạnh dạn hỏi thầy cô khi thấy mình chưa hiểu.			

- GV đọc từng nội dung, HS dùng thẻ màu để trả lời (xanh – thường xuyên; vàng – thỉnh thoảng; đỏ – hiếm khi).

- GV yêu cầu HS đọc nội dung của ý 1, nhiệm vụ 5, trang 10 SGK; tổ chức cho HS trao đổi: *Hãy cho biết cách thực hiện từng biện pháp và lí giải vì sao cần thực hiện biện pháp đó.*

### 3 Chia sẻ kinh nghiệm tập trung chú ý trong học tập

- GV cho HS thảo luận theo nhóm về kinh nghiệm để tập trung chú ý học tập trên lớp.

- GV mời một số HS có kinh nghiệm học tốt lên chia sẻ trước lớp.
- GV trao đổi với HS cả lớp: *Em có thể học được kinh nghiệm nào từ bạn?*
- GV có thể chia sẻ kinh nghiệm của mình và kết luận hoạt động này.

#### **4 Thực hành kết hợp nghe – nhìn – ghi chép**

- GV tổ chức cho HS tập phối kết hợp các thao tác nghe – nhìn – ghi chép (đây cũng là minh chứng của sự tập trung học trên lớp).
- GV thực hiện giảng một đoạn kiến thức nào đó (hoặc đọc chậm một đoạn văn ngắn khoảng 5 dòng hoặc chiếu 1 clip) và yêu cầu HS nghe, quan sát và ghi lại ý chính, hình ảnh vào vở. GV có thể cho HS thi đua xem ai ghi lại được chính xác và đầy đủ nhất.
- GV có thể tổ chức thực hành 2 – 3 lần.
- GV cho HS chia sẻ những khó khăn khi thực hành kĩ năng này để GV hỗ trợ rèn luyện thêm.
- GV lưu ý với HS rằng các thao tác này rất quan trọng trong kĩ năng học tập. Các em cố gắng làm chủ chúng thì học tập có kết quả tốt hơn.

### **Hoạt động 6: Dành thời gian cho sở thích của em**



Hoạt động này giúp HS cân bằng được giữa trách nhiệm hoàn thành các nhiệm vụ và thực hiện được sở thích của bản thân trong khoảng thời gian nhất định.

**GV có thể thực hiện như sau:**

#### **1 Chia sẻ về sở thích**

GV thực hiện việc (dùng phương pháp) hỏi đáp nhanh về các sở thích của HS trong lớp: *Em có sở thích gì? Sở thích đó có ý nghĩa như thế nào với cuộc sống của em?*

#### **2 Trao đổi về cách thực hiện sở thích**

- GV yêu cầu HS làm việc nhóm sau đó chia sẻ trong nhóm theo nội dung bảng sau:

Sở thích	Thời gian thực hiện	Nghề nghiệp liên quan đến sở thích
1.		
2.		
3.		

- GV yêu cầu HS đưa ra các phương án thời gian biểu để thực hiện các sở thích mà không ảnh hưởng đến học tập và giúp việc nhà.
- GV mời một số HS lên trước lớp chia sẻ kế hoạch của mình.
- GV nhận xét và có ý kiến về một số kế hoạch mà HS đã làm.

### Hoạt động 7: Rèn luyện để thích ứng với sự thay đổi (nhiệm vụ 7, 8 và 9 SGK)



Hoạt động này giúp HS thực hiện được các biện pháp thích ứng với sự thay đổi để không gặp khó khăn trong quá trình hoạt động và trưởng thành.

**GV có thể thực hiện như sau:**

#### 1 Khảo sát mức độ thực hiện hướng dẫn giúp thích ứng

- GV đọc từng nội dung trong bảng, HS giơ thẻ (xanh – thuận lợi; vàng – bình thường, đỏ – khó khăn). GV đếm số thẻ theo màu và ghi số đếm được vào các ô tương ứng. GV tổng hợp số liệu trên mẫu của HS cả lớp.

STT	Nội dung hướng dẫn	Thuận lợi	Bình thường	Khó khăn
1	Thương yêu, chăm sóc bản thân mình và tự tin với những thay đổi của bản thân.			
2	Chủ động tham gia vào các mối quan hệ và cởi mở với:			
	- Người thân			
	- Bạn bè			
	- Thầy cô			
3	Sẵn sàng chia sẻ và xin hỗ trợ khi gặp khó khăn.			
4	Chấp nhận và tôn trọng sự khác biệt.			
5	Tìm hiểu kĩ các môn học và cách học hiệu quả đối với từng môn học từ kinh nghiệm của thầy cô, anh chị và bạn bè.			
6	Thực hiện cam kết, tuân thủ quy định, nội quy trường lớp, tuân thủ pháp luật.			

- Dựa trên số liệu, GV đưa ra nhận xét về thuận lợi và khó khăn của HS khi thực hiện các biện pháp để thích ứng và căn dặn HS rèn luyện thường xuyên.

## 2 Thực hành giúp bạn hoà đồng

- GV yêu cầu HS đọc ý 1, nhiệm vụ 8, trang 12 SGK và chỉ ra những biểu hiện cho thấy bạn H. chưa thích ứng với môi trường học tập mới.

*Gợi ý: ước gì không có bài tập về nhà, ngồi chơi một mình, ít giao tiếp với các bạn khác.*

- GV hỏi HS: *Ai trong lớp còn giống bạn H.? Hãy chia sẻ nguyên nhân.*
- GV tổ chức cho HS thực hành theo nhóm đôi hoặc ba: một bạn sắm vai H. các bạn còn lại sắm vai bạn của H. khuyên hoặc rủ H. cùng học, cùng chơi,... để hoà đồng trong môi trường mới.
- GV nhận xét hoạt động.

## 3 Thể hiện sự tự tin

- GV yêu cầu HS đọc câu chuyện của bạn M. và trả lời câu hỏi: *Vì sao bạn M. lại tự tin?* (Nhiệm vụ 9, trang 12 SGK)
- GV tổ chức cho HS chia sẻ với các bạn trong nhóm vì sao mình tự tin/ chưa tự tin. GV theo dõi các nhóm để biết được thực trạng.
- GV tổ chức cho HS thể hiện sự tự tin với bản thân: tổ chức cho HS đi từ cuối lớp lên trước lớp, yêu cầu đi thẳng lưng, mỉm cười chào các bạn; hỏi và yêu cầu HS tự tin khi trả lời các câu hỏi của GV (nói to, rõ ràng).
- GV ghi nhận sự cố gắng của HS và căn dặn HS luôn rèn luyện thường xuyên để có sự tự tin trong học tập, hoạt động, giao tiếp,...



## PHẢN HỒI VÀ CHUẨN BỊ HOẠT ĐỘNG TIẾP THEO

### Hoạt động 8: Giới thiệu sản phẩm “Tự hào là học sinh lớp 6” (dựa trên nhiệm vụ 10 – SGK)



Hoạt động này giúp HS tự tin giới thiệu về bản thân, thông qua đó GV và HS trong lớp có thể đánh giá sự thay đổi của HS.

**GV có thể thực hiện như sau:**

#### 1 Giới thiệu sản phẩm theo nhóm

- GV chia lớp thành một số nhóm phù hợp với không gian. Người trình bày phải đứng dậy để nói. GV yêu cầu HS sử dụng cả nội dung của nhiệm vụ 10 được chuẩn bị trong SBT khi giới thiệu sản phẩm.

- GV đưa ra một số tiêu chí để HS vừa quan sát bạn trình bày, vừa đưa ra ý kiến của mình về:
  - Nội dung: sở thích, khả năng, tính cách đặc trưng nào đó,...
  - Phong cách trình bày: tự tin, tương tác với các bạn,...
  - Ngôn ngữ: lưu loát, rõ ràng và có biểu cảm,...
- Các nhóm thực hiện nhiệm vụ nhóm. Lần lượt từng thành viên trong nhóm giới thiệu bản thân thông qua sản phẩm.
- Mỗi bạn chia sẻ ý kiến của mình: *Học được gì từ bạn và rút kinh nghiệm gì từ bạn thông qua phần trình bày?*
- GV quan sát các nhóm làm việc và hỗ trợ khi cần thiết.

## 2 Giới thiệu sản phẩm trước lớp

- GV yêu cầu các nhóm trưng bày sản phẩm đúng nơi quy định. Cho từng nhóm nối tiếp nhau đi tham quan sản phẩm của các nhóm bạn.
- GV trao đổi với HS về cảm nhận của mình với các sản phẩm của bạn.
- GV mời một vài HS có sản phẩm đặc biệt giới thiệu trước lớp.

## 3 GV đánh giá về sự tự tin

- GV đánh giá sự tự tin của HS với sản phẩm làm được.
- Đánh giá sự tiến bộ của HS.

### Hoạt động 9: Cho bạn, cho tôi



Hoạt động này tạo cơ hội cho HS nhìn lại mình, nhìn lại bạn thông qua một số từ đặc tả, từ đó HS biết hướng hoàn thiện và phát triển.

**GV có thể thực hiện như sau:**

#### 1 Chọn từ ngữ mô tả tính cách của bạn

- GV yêu cầu mỗi bạn trong nhóm hãy tìm ra một từ ngữ để mô tả gần đúng nhất với tính cách của một bạn trong nhóm. Như vậy nếu nhóm có 5 người thì mỗi người sẽ nhận được 4 từ. Ví dụ, bạn M. nhận được những từ sau:



- GV yêu cầu HS viết lại những từ ngữ mà các bạn dành cho mình (có thể viết vào SBT, nếu có); hãy chia sẻ với các bạn xem từ ngữ nào mình đồng ý với bạn, từ ngữ nào cần chia sẻ thêm để bạn hiểu đúng mình hơn hoặc là mình cần cố gắng nhiều hơn để xứng đáng với từ bạn dành cho. Ví dụ: Tôi thấy mình cũng hay giúp đỡ mọi người nhưng chắc phải giúp đỡ mọi người nhiều hơn nữa thì mới dám nhận từ tốt bụng.

## 2 Chia sẻ cảm xúc

- GV tổ chức thảo luận chung cả lớp: *Em ấn tượng nhất với từ nào mà bạn dành cho mình? Vì sao? Cảm xúc của em thế nào?*
- GV nhận xét ý nghĩa của hoạt động: *Hoạt động này giúp các em tự nhìn lại bản thân mình và biết các bạn đang nghĩ về mình như thế nào để rèn luyện tự tin hơn, hoà đồng hơn,...*

## Hoạt động 10: Khảo sát cuối chủ đề (dựa trên nhiệm vụ 11)



Hoạt động này giúp HS tự đánh giá sự tiến bộ của bản thân sau khi trải nghiệm với chủ đề.

**GV có thể thực hiện như sau:**

### 1 Chia sẻ thuận lợi và khó khăn

- GV yêu cầu HS mở nhiệm vụ 11, ý 1, chia sẻ về thuận lợi và khó khăn khi trải nghiệm với chủ đề này.

### 2 Tổng kết số liệu khảo sát

- GV yêu cầu HS thực hiện ý 2, nhiệm vụ 11, trang 13 SGK. Sau khi xác định mức độ phù hợp với mỗi nội dung đánh giá thì cho điểm từng mức độ như bảng dưới đây. GV hỏi từng mục xem có bao nhiêu HS ở mức nào và ghi chép lại số liệu.

STT	Tự đánh giá	Hoàn toàn đồng ý	Đồng ý	Không đồng ý	Tổng điểm
1	Em thấy lo lắng về những thay đổi của cơ thể mình.	1	2	3	
2	Em tự hào về những sở thích và khả năng của mình.	3	2	1	
3	Em biết điều chỉnh bản thân để phù hợp với môi trường giao tiếp.	3	2	1	
4	Em đã biết cách hoà đồng cùng các bạn trong lớp.	3	2	1	
5	Em mạnh dạn hỏi thầy cô khi không hiểu bài.	3	2	1	

STT	Tự đánh giá	Hoàn toàn đồng ý	Đồng ý	Không đồng ý	Tổng điểm
6	Em có nhiều bạn.	3	2	1	
7	Em đã quen với cách học ở trung học cơ sở.	3	2	1	
8	Em biết kiểm soát cảm xúc của mình tốt hơn.	3	2	1	

- GV yêu cầu HS tính tổng điểm mình đạt được. Yêu cầu HS đưa ra một vài nhận xét từ số liệu thu được về sự tự tin, sự thay đổi tích cực của HS khi bước vào lớp 6.
- GV nhận xét kết quả dựa trên số liệu tổng hợp được. GV lưu ý: Điểm càng cao thì sự tự tin và khả năng thích ứng của HS càng tốt.
- GV đánh giá độc lập sự tiến bộ của HS trong chủ đề này.

### Hoạt động 11: Rèn luyện tiếp theo và chuẩn bị chủ đề mới



Hoạt động này giúp HS tiếp tục rèn luyện một số kĩ năng, chuẩn bị trước những nội dung cần thiết và lập kế hoạch hoạt động cho chủ đề tiếp theo.

#### GV có thể thực hiện như sau:

##### 1 Tiếp tục rèn luyện kĩ năng

Yêu cầu HS chia sẻ những kĩ năng cần tiếp tục rèn luyện, cách rèn luyện và cách tự đánh giá sự tiến bộ của bản thân trong rèn luyện.

##### 2 Chuẩn bị chủ đề mới

- GV yêu cầu HS mở chủ đề 2, đọc các nhiệm vụ cần thực hiện.
- GV giao cho HS chuẩn bị các nhiệm vụ của chủ đề 2, HS thực hiện những nhiệm vụ GV yêu cầu (làm trong SBT, nếu có); GV lưu ý HS về nhiệm vụ 8 tạo chiếc lọ thần kì ngay từ đầu chủ đề.
- GV rà soát xem những nội dung cần chuẩn bị cho giờ hoạt động trải nghiệm của chủ đề tiếp theo và yêu cầu HS thực hiện.